



Arguedas

AMIGABLE

CON LAS PERSONAS MAYORES

Diagnóstico

AMIGABILIDAD2019



Haz el bien,
Da lo mejor de tí,
trata a otros
como te gusta
que te traten a tí
-Lou Holtz-

El Objetivo
de este Diagnóstico:
Pretende guiarnos como
**PLAN DE
ENVEJECIMIENTO ACTIVO
DE ARGUEDAS**



ÍNDICE



	Presentación	5
1.	La naturaleza del proyecto.	6
1.2.	Un marco conceptual: Envejecimiento activo.	8
2.	Las fases del proceso de Ciudades Amigables.	12
3.	Contexto de partida. Indicadores demográficos.	15
3.1.	La distribución de las personas mayores por edad y género.	18
3.2.	La soledad en las personas mayores.	20
3.3.	Las personas extranjeras mayores.	22
3.4.	El nivel formativo de las personas mayores.	23
3.5.	Las personas mayores dependientes.	26
3.6.	La situación económica. Las pensiones.	27
3.7.	El acceso a Internet de las personas mayores.	31
3.8.	Recursos de Inclusión Social. La atención de los Servicios Sociales.	32
3.9.	Actividades de Ocio y Tiempo Libre.	33
4.	Diagnóstico de amigabilidad en las áreas de investigación a través de los grupos focales.	36
4.1.	Áreas de investigación.	36
4.2.	Metodología.	38
4.3.	Composición de los grupos focales según el Protocolo de Vancouver.	42
4.4.	Diagnóstico por áreas. El relato.	44
4.4.0.	Visión General.	44
4.4.1.	Espacios al aire libre y edificios.	45
4.4.2.	Transporte.	47
4.4.3.	Vivienda.	49
4.4.4.	Respeto e inclusión social.	52
4.4.5.	Participación Social.	54
4.4.6.	Comunicación e información.	56
4.4.7.	Empleo y Participación Ciudadana.	58
4.4.8.	Servicios Sociales y de la Salud.	59
4.5.	Un resumen de la amigabilidad.	61
5.	Asistencia técnica.	67
	Consultoría InPactos	67
	Agradecimientos	68

PRESENTACIÓN



El presente documento recoge las actuaciones llevadas a cabo por el Ayuntamiento de Arguedas para convertir a la localidad en una Ciudad Amigable con las Personas Mayores según establece el proyecto impulsado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) destinado a crear entornos y servicios que promuevan y faciliten un envejecimiento activo y saludable.

En este documento se recoge dicho proceso participativo que ha tenido como objetivo la elaboración de un diagnóstico comunitario de la amigabilidad de Arguedas para las personas mayores, siguiendo una estructura lógica en la que hemos querido dar respuesta a tres preguntas clave:

¿Cuáles son las principales características sociales de las personas mayores en Arguedas?

¿Qué recursos y servicios sociales municipales están destinados prioritariamente a las personas mayores en Arguedas?

¿Cómo perciben las personas mayores los problemas con los que se encuentran en su día a día, tratando de identificar aspectos tanto negativos como positivos de su localidad?

Con toda la información recabada tanto de las fuentes de información sociodemográfica como la aportada por las personas expertas entrevistadas, así como la extraída de los grupos de discusión, se ha elaborado un diagnóstico y unas propuestas de mejora de la amigabilidad de Arguedas con las personas mayores.





1. LA NATURALEZA DEL PROYECTO

El Ayuntamiento de Arguedas se encuentra firmemente comprometido con la mejora de la calidad de vida de la ciudadanía de la localidad.

Resulta innegable que el envejecimiento de la población es una realidad que se está viviendo en todo el mundo, tanto en grandes ciudades como en pequeñas localidades, siendo especialmente agudo en el ámbito rural, y Arguedas es una muestra de ello.

Para afrontar esta realidad, la OMS dirige este proyecto a todos los ayuntamientos y comunidades interesados en promover el envejecimiento activo, mejorando sus entornos y servicios e incorporando esta perspectiva en la planificación municipal.

El proyecto aborda, de manera integral, los aspectos que afectan al día a día de las personas mayores en la ciudad o localidad, y lo hace promoviendo la participación de las propias personas mayores, teniendo en cuenta sus necesidades, percepciones y opiniones a lo largo de todo el proceso de análisis y mejora del municipio.

Numerosas ciudades y pueblos de distintos países se han unido ya a esta Red.

El IMSERSO, desde el 2012, a través de un Convenio de Colaboración con la OMS, recientemente renovado, es el organismo encargado de la coordinación estatal de este proyecto.

El Proyecto Ciudades Amigables con las Personas Mayores pretende ayudar a realizar un análisis desde la perspectiva de las personas mayores, a fin de identificar en qué aspectos y de qué manera pueden ser más amigables con los y las mayores. El fin último es lograr que las ciudades mejoren la calidad de vida de la ciudadanía.



1. OBJETIVOS DEL PROYECTO

Los objetivos que se persiguen al pertenecer a la Red Mundial de Ciudades Amigables con las Personas Mayores son:

- **Generar procesos de participación comunitaria.**
- **Introducir cambios en las diferentes áreas competenciales del municipio para mejorar la calidad de vida de la ciudadanía.**
- **Reconocer y aprovechar el potencial que representan las personas mayores en la vida comunitaria.**

En una comunidad amigable con el envejecimiento, las políticas, los servicios y las estructuras relacionadas con el entorno físico y social de la ciudad se diseñan y reorganizan para apoyar y permitir a las personas mayores vivir dignamente, disfrutar de una buena salud y continuar participando en la sociedad de manera plena y activa. Una ciudad amigable con las personas de mayor edad:

- **Reconoce la diversidad de las personas mayores**
- **Promueve una cultura de inclusión compartida por personas de todas las edades**
- **Respeta sus decisiones y opciones de forma de vida**
- **Anticipa y responde manera flexible a sus necesidades y preferencias relacionadas con el envejecimiento activo.**



1.2.



UN MARCO CONCEPTUAL: ENVEJECIMIENTO ACTIVO

En la II Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, celebrada en Madrid en 2002, la Organización Mundial de la Salud definió el envejecimiento activo como:

“Proceso de optimización de las oportunidades de salud, seguridad y participación con el fin de mejorar el bienestar y la calidad de vida de las personas a medida que envejecen” (II Plan Internacional de Acción de Madrid sobre Envejecimiento de Naciones Unidas), para más información:

<https://social.un.org/ageing-working-group/documents/mipaa-sp.pdf>

LOS PILARES EN LOS QUE SE BASA EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO SON:

- **Salud, desde la perspectiva del ciclo de vida como promoción de la salud y prevención de la enfermedad.**
- **Participación social, cultural, política, familiar, cívica, económica.**
- **Seguridad como protección ante situaciones de riesgo o de necesidad.**
- **Aprendizaje a lo largo de la vida.**





Un envejecimiento activo y saludable contribuye a mejorar la calidad de vida de las personas mayores, y depende de factores sociales y personales sobre los que es posible intervenir:

✓ **Factores sociales desde las políticas públicas que fomentan el envejeciendo activo en todas las personas.**

✓ **Factores personales individuales desde la persona como responsable de su propio envejecimiento.**

La OMS además señala los potenciales determinantes del envejecimiento activo en torno a 6 grandes factores más dos factores transversales y que influyen en los demás.

- **Género y Cultura.** Son los factores transversales que influyen en todos los demás. El género marca de manera muy importante el estatus social, el acceso a la educación, el trabajo, la salud y la alimentación. Por otra parte, los valores culturales y las tradiciones determinan la visión que una sociedad tiene de los mayores y su convivencia con las otras generaciones. También la cultura influye en los comportamientos en salud y relaciones personales.
- **Salud y Servicios Sociales.** Para promover el envejecimiento activo los servicios sociales y sanitarios deben ser, universales, equitativos. Deben estar coordinados o integrados y con un coste-efectividad adecuado.
- **Determinantes Económicos: Ingresos, Trabajo y Protección social.** Las políticas de envejecimiento activo tienen que prestar especial atención a aquellas personas con menores rentas.
- **Ambiente Físico.** Ciudades libres de barreras arquitectónicas y con viviendas adaptadas.



1.2.

UN MARCO CONCEPTUAL: ENVEJECIMIENTO ACTIVO

- Determinantes Personales. Puesta en valor del conocimiento y la experiencia de las personas mayores.
- Determinantes del comportamiento. Una de las falsas creencias en relación con la vejez es pensar que es demasiado tarde para adoptar estilos de vida saludables y que las personas ancianas no pueden cambiar de comportamiento. Avanzar hacia comportamientos saludables prolonga la esperanza de vida y mejora la calidad de esta.
- Determinantes Sociales. El apoyo social, las oportunidades en educación y aprendizaje durante toda la vida y protección frente al abuso y la violencia, son los factores clave del ambiente social que pueden mejorar la salud y la autonomía durante la vejez.



- También es importante destacar el Dictamen del Comité Económico y Social Europeo sobre la “Implicación y participación de las personas mayores en la sociedad” 1 en el que manifiesta que:
- Las personas mayores son dinámicas, capaces y vitales para nuestra sociedad.
- Transmiten conocimientos, competencias y experiencia a las generaciones siguientes.
- Participan en nuestras comunidades de manera individual y colectiva.
- Contribuyen a nuestra economía y son un “repositorio” de nuestra historia.

Más información sobre el Dictamen del Comité Económico y Social Europeo sobre la “Implicación y participación de las personas mayores en la sociedad” en http://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/?uri=uriserv%3AOJ.C_.2013.011.01.0016.01.SPA

*No importa
los años que tengas,
sino lo mucho
que **DISFRUTAS**
de la vida,
y lo que aún
te queda por **VIVIR***



2.

LAS FASES DEL PROCESO DE CIUDADES AMIGABLES

La OMS exige a las ciudades y localidades que quieran pertenecer a la Red Mundial de Ciudades Amigables con las Personas Mayores seguir una metodología específica. Esta metodología se basa en los postulados de la investigación-acción.

El desarrollo del proyecto consta de cuatro fases diferenciadas y se puede extender en el tiempo entre seis y diez años.

FASE 1

CONSTA DE CUATRO PASOS (AÑOS 1 Y 2):

1. Creación de mecanismos para lograr la participación de las personas mayores en el ciclo de la Red a través de los Grupos Focales.

2. Diagnóstico inicial de la “amigabilidad” y la adaptación de la localidad a las personas mayores.

3. Elaboración de un Plan de Acción trienal para toda la ciudad, basado en el Diagnóstico inicial y en las propuestas de las personas mayores.

4. Identificación de indicadores para el seguimiento y la evaluación de los progresos durante la elaboración y ejecución del Plan de Acción.



FASE 2 IMPLEMENTACIÓN Y SEGUIMIENTO DEL PLAN DE ACCIÓN (AÑOS 3 A 5):

1. Ejecución del Plan de Acción diseñado en la Fase 1
2. Seguimiento de los indicadores establecidos

FASE 3 EVALUACIÓN DE LOS PROGRESOS (FINAL DEL AÑO 5):

Presentación del informe de evaluación sobre los progresos realizados, conforme a los indicadores definidos en la Fase 1 en el diseño y planificación del Plan de Acción.

FASE 4 MEJORA CONTINUA (INICIO DEL PROCESO DE CICLOS DE 5 AÑOS):

A partir de los resultados obtenidos en la Fase 3 (evaluación), se invita a los ayuntamientos a empezar un nuevo ciclo de mejora continua, elaborando un nuevo Plan de Acción de hasta 5 años de duración y sus correspondientes indicadores. Los progresos con respecto a este nuevo plan se determinarán al final de este segundo periodo de ejecución.

Las ciudades podrán seguir perteneciendo a la Red mientras se comprometan a realizar nuevos ciclos de mejora continua siguiendo todas sus fases y siempre con la participación de las personas mayores.



*Siempre admiré
a mis mayores,
ellos son los que
de verdad encierran
toda la **sabiduría**
de esta vida*



3. CONTEXTO DE PARTIDA

INDICADORES DEMOGRÁFICOS

El envejecimiento acelerado de la población constituye uno de los factores sociodemográficos más relevantes de las últimas décadas, debido al incremento de la esperanza de vida y a la baja tasa de natalidad que están originando un crecimiento acelerado del porcentaje de personas mayores.

Éste no es un fenómeno particular de España ni de Navarra, es un cambio que se está produciendo en todas las sociedades que nos rodean.

La Unión Europea proyecta que antes de 2025, más del 20% de los europeos tendrá 65 años o más y se producirá un rápido incremento del número de personas mayores de 80 años. (Informe Comisión Europea 2015 sobre el envejecimiento demográfico).

Según datos del INE de 2018, en España la esperanza de vida alcanza los 83 años para ambos sexos y se estima que será el país con mayor esperanza de vida en 2040.

Navarra y la localidad de Arguedas, en particular, son un reflejo de esta realidad social.

Para poder abordar este fenómeno en la localidad de Arguedas hemos definido una fotografía del contexto de partida a través de la identificación y el análisis de los principales indicadores sociodemográficos de las personas mayores de la localidad, junto con entrevistas a personas expertas.

De este modo, será mucho más sencillo orientar las políticas integrales que potencien la disposición de todos los espacios del municipio hacia la mejora de la integración y participación de las personas mayores en ella.



Las personas mayores en Arguedas suponen el 23 % de la población total

Su presencia es muy relevante, aspecto a partir del cual es incuestionable la necesidad de tomar en consideración a este colectivo.

Confluyen además otros fenómenos que caracterizan este envejecimiento y que deberán también tenerse en cuenta:

- **El envejecimiento del envejecimiento.** El 8 % de la población en Arguedas tiene más de 80 años.
- **La feminización de este envejecimiento.** El 63 % de las personas mayores de 80 años en Arguedas, son mujeres.
- **La soledad de las personas mayores.** El 26 % de las personas mayores de Arguedas, viven solas.

Además, se prevén a medio plazo, otros procesos que transformarán esta realidad, y configurarán una nueva caracterización de las personas mayores, que se deben contemplar, como son:

- Un envejecimiento masivo derivado de la pasada época del “Baby Boom”.
- La incorporación a estas cohortes de edad, de personas con mayor nivel formativo y digitalización.
- La tendencia al alza en la incorporación de personas extranjeras a las cohortes de edad más elevadas.

Todas estas transformaciones derivarán en un envejecimiento diferente al actual, con otras inquietudes, previsiblemente más activo, con una mayor heterogeneidad. Como consecuencia, la estructuración de la respuesta a sus demandas deberá ser más compleja, más perfilada, más diversa...

Es preciso contemplar dos grandes bloques de personas mayores, con necesidades e inquietudes diferentes.

Por una parte, los más mayores, para los que cabe reforzar los servicios asistenciales existentes.





3.

CONTEXTO DE PARTIDA

INDICADORES DEMOGRÁFICOS

Por otra, los más jóvenes, para los que cabe generar una nueva respuesta más dinámica, más diversa, con más actividades y espacios que permitan la socialización frente a la cada vez mayor soledad de las personas mayores. También promover en este grupo un compromiso social en el voluntariado.

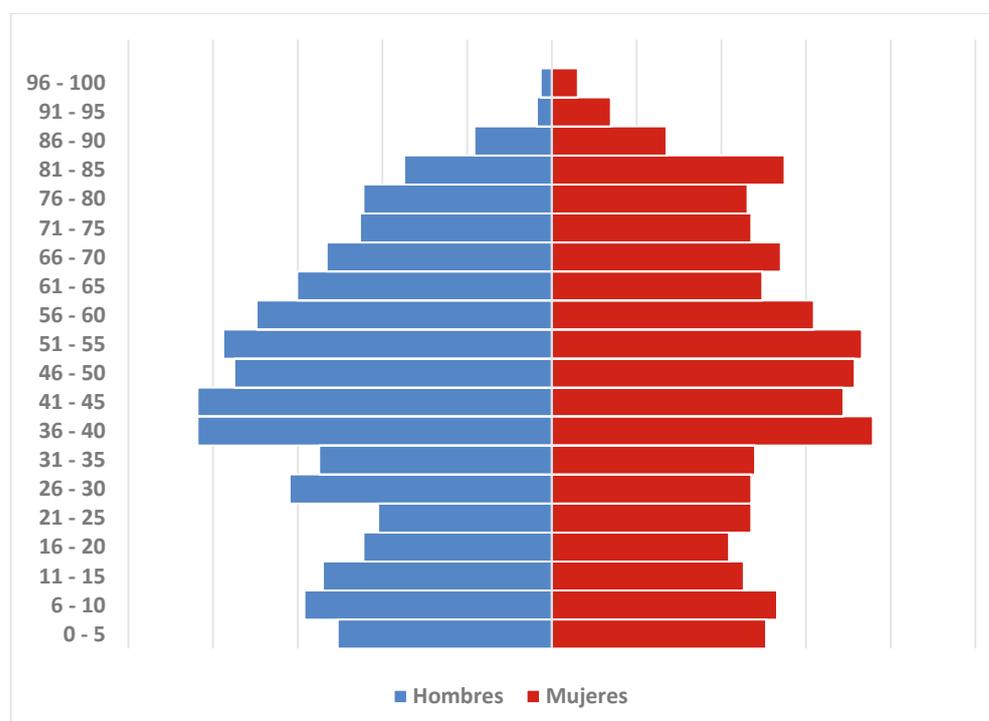
Estos grandes grupos vienen categorizados fundamentalmente por la edad: las personas mayores de 65 años y las mayores de 80.

El área de desarrollo de los servicios asistenciales será algo más específico de las personas mayores de 80 años, salvo excepciones lógicas, por la considerable mejora en las condiciones de la salud general de las personas en una sociedad como la nuestra. Para el conjunto de personas mayores de 65 años será necesario incidir en el ámbito de la participación, generando los instrumentos necesarios para que ésta sea lo más activa posible.

Todos estos procesos demográficos que estamos viviendo en los últimos años que pueden observar en las pirámides poblacionales.

En el siguiente gráfico se muestra la actual distribución de la población en Arguedas.

GRÁFICO 1: PIRÁMIDE POBLACIONAL ARGUEDAS



Fuente: Elaboración propia. Datos Padrón Arguedas Noviembre 2018.

Como puede observarse, el mayor volumen poblacional se concentra en el tramo de los 36 a los 60 años. Estas personas incrementarán sustancialmente la tasa de envejecimiento del municipio en los próximos años.

3.1. LA DISTRIBUCIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES POR EDAD Y GÉNERO



Arguedas tiene 2.295 personas inscritas en el Padrón Municipal a 30 de noviembre de 2018, 1.167 hombres y 1.128 mujeres.

A su vez, 518 personas tienen más de 65 años, lo que supone el 23% de los habitantes de la localidad. Entre las personas mayores, 232 son hombres y 286 son mujeres.

La edad media en el municipio es de 45 años.

TABLA 1: POBLACIÓN MAYOR EN ARGUEDAS. ABSOLUTOS Y PORCENTAJE

ARGUEDAS						
	Total	%	Hombres	%	Mujeres	%
POBLACIÓN DE MÁS DE 65 AÑOS	518	23	232	45	286	55
POBLACIÓN DE MÁS DE 80 AÑOS (Envejecimiento del envejecimiento)	185	8	68	37	117	63

Fuente: Elaboración propia. Datos Padrón Arguedas. Noviembre 2018.



De las personas mayores de 65 años que viven en Arguedas, el 36% tienen 80 o más años y representan el 8% de la población total.

Una de las principales características de este proceso de “envejecimiento del envejecimiento” (personas mayores de 80 años), es la feminización de la población mayor.

TABLA 2: POBLACIÓN DE MÁS DE 65 AÑOS DE ARGUEDAS, POR GRUPO DE EDAD Y SEXO. ABSOLUTOS Y PORCENTAJE.

EDAD	HOMBRE	%	MUJER	%	TOTAL
66 - 70	61	49,6	62	50,4	123
71 - 75	52	49	54	51	106
76 - 80	51	49	53	51	104
81 - 85	40	39	63	61	103
86 - 90	21	40	31	60	52
91 - 95	4	20	16	80	20
96 - 100	3	30	7	70	10
TOTAL	232	45	286	55	518

Fuente: Elaboración propia.
Datos Padrón Arguedas. Noviembre 2018.

En términos generales, el 55% de las personas de más de 65 años que viven en Arguedas son mujeres. Esto ya supone una mayor presencia de población femenina en este colectivo. Sin embargo, el porcentaje empieza a ser muy significativo cuanto mayor es la edad de estas personas.

Así, a partir de los 80 años el volumen de mujeres supera el 60% de la población y en el grupo de personas de 91 a 95 años este porcentaje se sitúa en el 80%.

Esta mayor presencia de la población femenina se debe, en gran medida, a que, durante las primeras décadas del siglo XX, las mujeres tenían una esperanza de vida más alta que los varones, aspecto que, aunque persiste, viene atenuándose.





3.2. LA SOLEDAD EN LAS PERSONAS MAYORES

Otro aspecto que llama considerablemente la atención es el volumen de personas que viven solas. Los hogares unipersonales se han convertido en un fenómeno clave especialmente en los municipios de carácter urbano, pero también en el medio rural.

La soledad es un fenómeno que cada vez más está asociado a la población mayor y constituye uno de los asuntos prioritarios que hay que abordar, por la problemática asociada al mismo.

En el municipio de Arguedas viven solas 135 personas mayores, el 26% del total de personas mayores, dato superior al de Pamplona, donde el 23% de las personas mayores viven solas.

La distribución por edad es la que se muestra en la siguiente tabla.

TABLA 3: PERSONAS DE 65 AÑOS Y MÁS QUE VIVEN SOLAS EN ARGUEDAS.

EDAD	HOMBRE	MUJER	TOTAL	% (*)
65 - 69	11	8	19	14
70 - 74	10	8	18	13
75 - 79	10	16	26	19
80 - 84	7	29	36	27
85 - 89	10	18	28	21
90 y más	1	7	8	6
TOTAL	49	86	135	

Fuente: Elaboración propia. Datos Padrón Arguedas. Noviembre 2018.

Nota: % sobre el total de población de 65 años y más de Arguedas, por cada grupo de edad.

Este porcentaje es especialmente relevante entre las personas mayores de 80 años. De hecho, el 53% de las personas mayores que viven solas en Arguedas tiene más de 80 años. Esta realidad tiene importantes consecuencias en su calidad de vida y es una referencia relevante para planificar las políticas públicas.

Por otro lado, si atendemos a los datos por sexo, resulta muy relevante el hecho de que el **64% de las personas mayores de 65 y más años que viven solas en Arguedas, son mujeres.**

3.2. LA SOLEDAD EN LAS PERSONAS MAYORES



TABLA 4: PERSONAS DE 65 AÑOS Y MÁS QUE VIVEN SOLAS EN ARGUEDAS, POR SEXO. ABSOLUTOS Y PORCENTAJE.

EDAD	HOMBRE	%	MUJER	%	TOTAL
65 - 69	11	58	8	42	19
70 - 74	10	56	8	44	18
75 - 79	10	38	16	62	26
80 - 84	7	19	29	81	36
85 - 89	10	36	18	64	28
90 y más	1	12	7	88	8
TOTAL	49	36	86	64	135

Fuente: Elaboración propia. Datos Padrón Arguedas. Noviembre 2018.

Nota: % sobre el total de población de 65 años y más de Arguedas, por cada grupo de edad.

Esa cifra aumenta sustancialmente a partir de los 80 años. De hecho, **son mujeres el 75% de las personas mayores de 80 años que viven solas en Arguedas.**

Hay que tener en cuenta que la mayor supervivencia de las mujeres supone una importante desventaja.

En la mayor parte de los casos, cuando los hombres llegan a mayores e inciden sobre ellos un mayor número de enfermedades y/o discapacidades, los varones cuentan con el apoyo de su mujer, normalmente más joven que él.

Sin embargo, esta situación no se produce en el caso de las mujeres, pues muchas quedan viudas y, por lo tanto, no pueden recibir los cuidados de su marido, quedándose solas.

Previsiblemente, en las próximas décadas el aumento de la supervivencia de ambos cónyuges contrarrestará este desequilibrio.



3.3. LAS PERSONAS EXTRANJERAS MAYORES



Otro proceso que se está viviendo en Arguedas en relación con las personas mayores de 65 años, es la cada vez mayor incorporación de personas extranjeras a estas cohortes de edad.

En Arguedas hay **322 personas extranjeras**, es decir, el **14% de la población** total de la localidad, con una presencia algo mayor de hombres que de mujeres.

TABLA 5: POBLACIÓN EXTRANJERA EN ARGUEDAS POR SEXO (ABSOLUTOS Y %)

	TOTAL	%	HOMBRES	%	MUJERES	%
Población Extranjera	322	14	169	53	153	47
Población Total Arguedas	2.295					

Fuente: Elaboración propia. Datos Padrón Arguedas. Noviembre 2018.



Si atendemos al grupo de personas mayores, encontramos **5 personas extranjeras con 65 años y más años (1 varón y 4 mujeres)**, lo que supone el 1,6 % del total de personas extranjeras, y un 0,97% del total de personas mayores del municipio.

Aunque todavía su peso relativo no es significativo, la transformación cualitativa que supone este proceso en cuanto a la configuración heterogénea del colectivo de personas mayores es importante.

Por otra parte, resulta interesante señalar que, entre las personas mayores con nacionalidad extranjera que viven en Arguedas hay mayor presencia de mujeres, produciéndose un fenómeno de feminización del envejecimiento al igual que en el conjunto de la población.

3.4. EL NIVEL FORMATIVO DE LAS PERSONAS MAYORES



La realización de este diagnóstico nos permite poner el énfasis en otra de las características de las personas mayores que viven en Arguedas, y concretamente, en un proceso reciente por el que comienza a ser significativa la existencia de perfiles con mayor nivel formativo entre este colectivo de personas, a pesar de la prevalencia, como veremos, de los niveles más básicos de formación.

Un hecho contrastable es que **no existe analfabetismo entre las personas mayores de Arguedas.**

Sin embargo, sigue siendo destacable que un **18% de estas personas no tiene ninguna titulación.**

TABLA 6: NIVEL DE ESTUDIOS DE LAS PERSONAS MAYORES EN ARGUEDAS POR SEXO (ABSOLUTOS Y %).

TITULACIONES	TOTAL ARGUEDAS	HOMBRES +65	MUJERES +65	TOTAL +65	%
No aplicable por ser menos de 16 años	385	0	0	0	
No sabe leer ni escribir	6	0	0	0	0
Sin estudios	230	32	5	91	40
Enseñanza primaria incompleta, certif. escolar.	590	154	179	333	56
Titulación inferior a graduado escolar	10	1	0	1	10
Bachiller elemental. Graduado Esc. EGB	301	19	2	39	13
Graduado Escolar o Equivalente	179	8	11	19	11
FP I FP grado medio. Oficialia ind	134	2	4	6	4
FP II, FP. grado sup., Maestría ind.	107	1	1	2	2
Bachiller superior, BUP. Bachiller LOGSE	130	4	4	8	6
Bachiller, F.P. Segundo Grado o Tit equivalente	27	1	2	3	11
Otras titulaciones medias	2	0	0	0	0
Diplomados en escuelas universitarias	56	0	1	1	2
Arquitecto, ingeniero técnico.	36	1	3	4	11
Lcdo. univ. arquitecto, ingeniero sup.	90	7	2	9	10
Doctorado y estudios de postgrado	12	2	0	2	17
TOTAL ARGUEDAS	2.295	232	286	518	

Fuente: Elaboración propia. Datos Padrón Arguedas. Noviembre 2018.

Nota: % sobre el total de población de Arguedas por nivel de estudios.

Como era de esperar, la presencia de personas mayores entre los grupos de población con menor nivel formativo es muy significativa. El 40% de las personas sin estudios y el 56% de las personas con enseñanza primaria o certificado de profesionalidad tiene más de 65 años.

Si agrupamos los datos por niveles formativos, de las 518 personas mayores que viven en Arguedas, el 93% tiene un nivel formativo bajo (483 personas), un 4% tiene nivel medio (19 personas) y el 3% tiene nivel superior (16 personas).

3.4. EL NIVEL FORMATIVO DE LAS PERSONAS MAYORES



TABLA 7: NIVEL FORMATIVO DE LAS PERSONAS MAYORES DE ARGUEDAS POR SEXO (%).

NIVEL FORMATIVO	% (+65) ARGUEDAS	% HOMBRES	% MUJERES
BAJO	93	44	56
MEDIO	4	42	58
SUPERIOR	3	63	37

Fuente: Elaboración propia. Datos Padrón Pamplona. Noviembre 2018.

En este ámbito también la población femenina sale “mal parada” tal y como puede apreciarse en la tabla.

El 56% de las personas mayores de Arguedas que tienen nivel formativo bajo son mujeres (269 mujeres) y el 37% de las que tienen nivel superior (6 mujeres).



3.4. EL NIVEL FORMATIVO DE LAS PERSONAS MAYORES



En la siguiente tabla, también puede apreciarse que entre la población femenina se concentran los niveles de formación básica más importantes.

TABLA 8: NIVEL DE ESTUDIOS DE LAS PERSONAS MAYORES EN ARGUEDAS POR SEXO (ABSOLUTOS Y %).

TITULACIONES	TOTAL ARGUEDAS	TOTAL +65	HOMBRES +65	%	MUJERES +65	%
No aplicable por ser menos de 16 años	385	0	0	0	0	0
No sabe leer ni escribir	6	0	0	0	0	0
Sin estudios	230	91	32	35	59	65
Enseñanza primaria incompleta, certif. escolar.	590	333	154	46	179	54
Titulación inferior a graduado escolar	10	1	1	100	0	0
Bachiller elemental. Graduado Esc. EGB	301	39	19	49	20	51
Graduado Escolar o Equivalente	179	19	8	42	11	58
FP I FP grado medio. Oficialia ind	134	6	2	33	4	67
FP II, FP. grado sup., Maestría ind.	107	2	1	50	1	50
Bachiller superior, BUP. Bachiller LOGSE	130	8	4	50	4	50
Bachiller, F.P. Segundo Grado o Tit equivalente	27	3	1	33	2	67
Otras titulaciones medias	2	0	0	0	0	0
Diplomados en escuelas universitarias	56	1	0	0	1	100
Arquitecto, ingeniero técnico.	36	4	1	25	3	75
Lcdo. univ. arquitecto, ingeniero sup.	90	9	7	78	2	22
Doctorado y estudios de postgrado	12	2	2	100	0	0
TOTAL ARGUEDAS	2.295	518	232		286	

Fuente: Elaboración propia. Datos Padrón Arguedas. Noviembre 2018.
 Nota: % sobre el total de población de Arguedas por nivel de estudios.

Este aspecto, sin embargo, cambiará trascendentalmente en las próximas décadas, conforme se incorporen al colectivo de personas de 65 y más años las generaciones que hoy tienen entre 30, 40 y 50 años, por la relevante participación femenina en niveles formativos superiores.



3.5. LAS PERSONAS MAYORES DEPENDIENTES



El envejecimiento de la población mayor tiene implicaciones que trascienden del ámbito estrictamente demográfico, por ejemplo, el aumento de las personas mayores dependientes.

Edad y dependencia están estrechamente relacionadas, ya que el volumen de personas con limitaciones de su capacidad funcional aumenta en los grupos de edad superiores, sobre todo a partir de los 80 años. Pero la dependencia en las personas mayores no es un fenómeno nuevo. El elemento que ha dado una nueva dimensión al problema es el proceso de envejecimiento de la población. El aumento del volumen y del peso relativo de personas mayores, unido a cambios en las formas de organización de la familia y en el papel social de las personas cuidadoras, han situado a la dependencia en el punto de mira de las políticas sociales.

En el caso de Arguedas, a fecha de diciembre del 2018, existen **50 personas con valoración de Dependencia**.

TABLA 9. VALORACIÓN-DICTÁMENES GRADO DE DEPENDENCIA DE LAS PERSONAS MAYORES DE ARGUEDAS. ABSOLUTOS Y PORCENTAJE (%).

DICTAMENES	TOTAL (+65) ARGUEDAS	%	HOMBRES	%	MUJERES	%
No dependientes	4	8	2	50	2	50
Grado 1	21	42	9	43	12	57
Grado 2	18	36	4	22	14	78
Grado 3	7	14	2	29	5	71
TOTAL	50	100	17	34	33	66

Fuente: Elaboración propia.

Datos Arguedas. Personas con Valoración Diciembre 2018.

Servicio del Observatorio de la Realidad Social de Gobierno de Navarra.

Tal y como puede apreciarse en la tabla, 50 personas mayores de Arguedas (el 9,66 %) han recibido una valoración del grado de dependencia. El 66% de estas valoraciones corresponden a mujeres.



3.6. LA SITUACIÓN ECONÓMICA LAS PENSIONES



El Instituto de Estadística de Navarra, con la colaboración del Observatorio de la Realidad Social, realiza estudios de la Tasa de Riesgo de la Pobreza en base a datos de renta, Encuesta de Condiciones de Vida y Encuesta de Población Activa. Se trata de datos para el conjunto de Navarra de los que no hemos podido desagregar el caso de Arguedas, pero, no obstante, tienen interés para percibir el riesgo de pobreza en la localidad.

TABLA 10: PORCENTAJE TASA RIESGO POBREZA POR EDAD Y SEXO. NAVARRA 2016.

	TOTAL	HOMBRES	MUJERES
Total	22,6	21,4	23,8
Menores de 16 años	29,3	29,2	29,3
De 16 a 29 años	28,0	26,6	29,4
De 30 a 44 años	22,9	21,5	24,4
De 45 a 64 años	18,8	18,5	19,1
De 65 y más años	18,0	13,8	21,3

Fuente: Instituto Estadística Navarra a partir de datos fiscales y EPA

Tal y como se aprecia en la tabla, el riesgo de pobreza en Navarra por edad no se ceba especialmente en las personas mayores, pero sí tiene especial preocupación en las personas mayores mujeres (21,3% frente a 13,8% que es la tasa de riesgo de pobreza entre los hombres mayores).

Como hemos visto, la mayor prolongación vital de las mujeres, junto con las herencias culturales del trabajo, hacen que este grupo tenga peores condiciones económicas entre la población mayor.

Por otro lado, una de las claves básicas para caracterizar el perfil económico de las personas mayores es la pensión contributiva que reciben de la Seguridad Social.

La pensión media de jubilación en Navarra es de 1.279,30 euros (enero 2019).

Como referencia diremos que, según la última Encuesta de Estructura Salarial que realiza el Instituto Nacional de Estadística correspondiente al año 2016, el salario bruto medio anual por trabajador en Navarra fue de 25.468,8 euros; 1.819,2 euros si dividimos por 14 mensualidades.

En lo que respecta a la población de Arguedas, los últimos datos a los que hemos tenido acceso (Seguridad Social octubre 2016) reflejan que hay 338 personas que cobran una pensión de jubilación; 149 personas que cobran pensión de viudedad; 39 personas que cobran pensión por incapacidad permanente y una persona que cobra favor familiar.

3.6. LA SITUACIÓN ECONÓMICA LAS PENSIONES



Según dichos datos, la pensión media de jubilación (2016) era de 901,15 euros y la de viudedad se situaba en 605,60 euros. En cuanto a las pensiones de incapacidad permanente y favor familiar, las cuantías eran 976,20 y 618,41 euros respectivamente.

No obstante, hay que tener en cuenta que no todas las pensiones se destinan a personas mayores, puesto que una parte de ellas se puede dirigir a destinatarios con una edad inferior.

El resto de la población mayor tiene otras coberturas sociales (Pensiones No contributivas de Jubilación, Pensiones No contributivas de Invalidez, Renta Garantizada...).

Dentro del análisis de las pensiones hay que considerar también la Ley Foral de Renta Garantizada que extiende esta prestación a personas mayores de 65 años.

Si nos detenemos a analizar los datos, apreciamos que las estadísticas recogidas por la Seguridad Social constatan que **en Arguedas la pensión media es inferior al conjunto de Navarra.**

Arguedas y la Ribera de Navarra, donde existe mayor peso del sector agrario recoge, por ejemplo, pensiones de jubilación significativamente más bajas que las de Pamplona y su Comarca, donde el empleo público y el sector industrial tienen mayor peso específico.





3.6. LA SITUACIÓN ECONÓMICA LAS PENSIONES

**TABLA 11. PENSIÓN MEDIA DE JUBILACIÓN, EN EUROS,
EN DETERMINADAS POBLACIONES NAVARRA POR ORDEN DE CUANTÍA**

POBLACIÓN	PENSIÓN MEDIA JUBILACIÓN (Euros)
Cizur	1.463,57
Barañain	1.376,74
Altsasu-Alsasua	1.346,95
Pamplona-Iruña	1.328,32
Sangüesa	1.272,08
Puente la Reina	1.170,93
Tafalla	1.159,09
Estella-Lizarra	1.156,91
Tudela	1.138,23
Castejón	1.103,10
Peralta	1.016,28
Corella	982,85
Arguedas	901,15
Valtierra	852,12
Cadreita	842,65
Azagra	779,83
Pensión media Jubilación Navarra	1.194,84

Fuente: Elaboración propia a partir de datos procedentes de la Dirección Provincial de Navarra del Instituto Nacional de la Seguridad Social. Octubre 2016

Si atendemos a los datos según tipo de pensión contributiva y sexo, resulta muy relevante la gran brecha entre la situación económica de hombres y mujeres.

3.6. LA SITUACIÓN ECONÓMICA LAS PENSIONES



TABLA 12.
PENSIÓN MEDIA SEGÚN TIPO DE PENSIÓN CONTRIBUTIVA

TIPO DE PENSIÓN	INCAPACIDAD PERMANENTE	JUBILACIÓN	VIUDEDAD	ORFANDAD	FAVOR FAMILIAR	TOTAL
NAVARRA	1.103,44	1.194,84	696,04	400,57	566,47	1.048,36
ARGUEDAS	976,20	901,15	605,60	454,20	618,41	809,78
<i>Hombres</i>	1.044,05	990,59	381,09	495,21	-	955,68
<i>Mujeres</i>	803,49	639,06	621,75	383,92	618,41	629,21

Fuente: Elaboración propia a partir de datos procedentes de la Dirección Provincial de Navarra del Instituto Nacional de la Seguridad Social. Octubre 2016

Esta gran brecha entre la situación económica entre hombres y mujeres se produce fundamentalmente por dos factores; por una parte, la importante distancia entre las pensiones medias por jubilación que, en el caso de las mujeres, se sitúa 352 euros por debajo de la de los hombres; y por otra, por su mayoritaria presencia en el ámbito de las pensiones con menor cuantía, como son las de viudedad (139 mujeres frente a 10 hombres) y las de favor familiar (1 mujer).

Otro aspecto es el hecho de que el proceso de envejecimiento de las personas mayores que venimos señalando a lo largo de este diagnóstico previsiblemente tendrá una significativa relevancia en su situación económica. Si, como nos muestran las cifras extraídas a nivel estatal, las pensiones más elevadas se concentran en los grupos de edad más jóvenes (65-69 años), la tendencia futura próxima será un aumento de las pensiones medias totales a corto plazo, solo frenado por la reducción de estas prestaciones en el medio plazo a través de nuevas regulaciones en el sistema de pensiones.





3.7. EL ACCESO A INTERNET DE LAS PERSONAS MAYORES

En este análisis de las variables que indican en las personas mayores es necesario hacer también una referencia al nivel de acceso y uso de Internet.

Según la última Encuesta sobre Equipamiento y Uso de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares (TIC-H 2017) del Gobierno de Navarra, el 88,2 % de los navarros/as ha usado Internet en alguna ocasión y el 98,3 % lo ha hecho durante los últimos tres meses.

Por otro lado, aumenta el uso de dispositivos distintos al ordenador para conectarse a Internet. El 92,8% de los internautas declara haber utilizado algún tipo de dispositivo móvil para acceder a internet fuera de la vivienda habitual o centro de trabajo. El 91,2% ha accedido mediante teléfono móvil.

Estos datos reflejan la importancia de internet como elemento de comunicación social a la vez que facilita el acceso a todo tipo de servicios públicos y privados, poniendo al alcance de personas con dificultades de accesibilidad numerosos recursos de la Administración (trámites administrativos, citas previas, acceso a información...) y otras gestiones de otras entidades.

De la encuesta se desprende también que evidentemente existe una brecha digital por tramos de edad. Mientras que el 98% de los y las navarras de 16 a 24 años ha usado Internet en los últimos tres meses; solo el 48% de las personas de 65 a 74 años lo ha hecho. (El estudio no contempla población mayor de 74 años.)

También hay que tener en cuenta que entre la población de 55 a 64 años el porcentaje sube al 85,5%, por lo tanto, estamos ante una tendencia al alza en la población mayor, concretamente entre las personas mayores más jóvenes.

En cuanto al género, la encuesta refleja que las mujeres hacen un mayor uso de Internet en los últimos tres meses y en su uso frecuente, así como en las compras electrónicas.

No podemos disponer de datos concretos de Arguedas, pero las cifras son extrapolables, y nos muestran la necesidad de incidir en el aumento del acceso a Internet de las personas mayores. En este sentido, es muy reseñable el factor de relación social que tiene el uso de internet, especialmente necesario en el caso de aquellas personas que viven solas, que, como hemos observado, es un volumen muy importante entre la población mayor de Arguedas.

3.8. RECURSOS DE INCLUSIÓN SOCIAL LA ATENCIÓN DE LOS SERVICIOS SOCIALES



Un aspecto clave en la identificación de los niveles de calidad de vida de las personas mayores en nuestras ciudades es la proximidad de los Servicios Sociales a los mismos, dando respuestas a sus principales necesidades.

De los datos aportados por los Servicios Sociales se extrae que, en relación con las intervenciones realizadas, de las 2.925 registradas, el 46% fueron con o para personas mayores, la cifra más elevada.

TABLA 13. INTERVENCIONES REALIZADAS EN SERVICIOS SOCIALES SEGÚN SECTOR DE REFERENCIA

Sector de Referencia	Intervenciones	%Total
FAMILIA	467	15,97%
INFANCIA	71	2,43%
JUVENTUD	31	1,06%
MUJER	42	1,44%
PERSONAS MAYORES	1.332	45,54%
PERSONAS CON DISCAPACIDADES	229	7,83%
RECLUSOS Y EX-RECLUSOS	2	0,07%
MINORIAS ÉTNICAS	146	4,99%
PERSONAS SIN HOGAR	2	0,07%
DROGODEPENDIENTES	13	0,44%
EMIGRANTES	1	0,03%
PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL	11	0,38%
OTROS GRUPOS EN SITUACION DE NECESIDAD	334	11,42%
INMIGRANTES	244	8,34%
Totales	2.925	100,00 %

Fuente: Datos procedentes de la Mancomunidad de Servicios Sociales de Base

Por otro lado, de las 530 personas atendidas en 2018, el 26% tenía más de 62 años.

Resulta innegable que la mayor longevidad va vinculada a una mayor necesidad de servicios de apoyo fundamentalmente para paliar los déficits de autonomía, y preservar, en la medida de lo posible, la calidad de vida.

3.9. ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE



Las personas mayores de Arguedas tienen a su disposición una amplia variedad de actividades que se organizan fundamentalmente a través de los Servicios Sociales en coordinación con el Club de Jubilados.

Durante el año 2018, diversas actividades se pusieron en marcha y contaron con la participación de las personas mayores de Arguedas.

TABLA 14. PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES ORGANIZADAS EN 2018

ACTIVIDAD	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
TALLER DE MEMORIA	4	21	25
GIMNASIA	1	9	10
PASEOS SALUDABLES	1	16	17
TALLER DE MOVILES	4	8	12
SEMANA CULTURAL	20	40	60
DIA DEL CLUB	60	70	130
ANIVERSARIO DE LA FEDERACION	45	60	105
PODOLOGIA	50	238	288
FISIOTERAPIA	288	312	600
DIA DE LOS RANCHOS	41	55	96
FIESTA DE NAVIDAD	25	55	80
PREFIESTAS (MERIENDA Y BINGO)	20	45	65
CAMPEONATO DE CARTAS	20	12	32
VIAJE A BENIDORM	7	13	20
VIAJE A ASTURIAS	9	9	18
EXCURSION A SAN SEBASTIAN	15	30	45
EXCURSION A LOGROÑO	23	25	48
EXCURSION A BILBAO	20	30	50
EXCURSION A OLITE, SOS, JAVIER	25	27	52
EXCURSION A ZARAGOZA	12	28	40

Fuente: Datos procedentes de la Mancomunidad de Servicios Sociales de Base

Como puede observarse en la tabla, las actividades que más éxito han tenido en cuanto a participación son las siguientes:

- Fisioterapia
- Podología
- Día del Club
- Aniversario de la Federación
- Día de los Ranchos

3.9. ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE



Por otro lado, la biblioteca de Arguedas es un recurso muy valorado y utilizado por las personas mayores de la localidad. El acercamiento a la lectura se produce por diferentes motivaciones entre este colectivo: en algunos casos para ampliar conocimientos que en otras etapas de la vida no ha sido posible por falta de tiempo, en otros como entretenimiento, y también como acompañamiento a personas que se han quedado solas y encuentran en la lectura una compañía reconfortante.

Según datos facilitados por la biblioteca, el número de personas mayores inscritas es el siguiente:

TABLA 15. PERSONAS ADULTAS INSCRITAS EN LA BIBLIOTECA POR SEXO

SEXO	TOTAL MAYORES 18 AÑOS	60-75 AÑOS	75-90 AÑOS	TOTAL MAYORES 60 AÑOS	
HOMBRES	214	40 1	2	52	24%
MUJERES	359	58 1	8	76	21%

Fuente: Elaboración propia. Datos procedentes de la Biblioteca de Arguedas. Diciembre 2018

Como se aprecia en la tabla, el 24% de los varones adultos usuarios de la biblioteca son mayores de 60 años y también lo son, el 21% de las mujeres inscritas adultas.



*No ha de ser
dichoso el joven,
sino el viejo
que ha vivido
una hermosa vida*

-Epicuro de Samos-



4. DIAGNÓSTICO DE AMIGABILIDAD EN LAS ÁREAS DE INVESTIGACIÓN A TRAVÉS DE LOS GRUPOS FOCALES

4.1. ÁREAS DE INVESTIGACIÓN

Como venimos insistiendo, una parte fundamental de las Ciudades Amigables con las Personas Mayores es la implicación de las personas mayores como participantes principales en todas las fases. Tanto en el análisis inicial de la localidad y propuestas de mejora, como en el seguimiento del plan de acción y en su evaluación. Se trata de una filosofía de desarrollo comunitario.

En la presente fase, la de diagnóstico, las personas mayores han participado en el análisis de su situación actual, pasada y futura. A través de su experiencia y percepción sobre lo que consideran amigable dentro de su proceso de envejecimiento, y los problemas que padecen en la vida cotidiana, han establecido un diagnóstico de amigabilidad en el que detectan las áreas en las que hay dificultades, realizando propuestas de mejora y proponiendo soluciones.

La metodología de participación propuesta por la OMS identifica 8 áreas del entorno rural y social que influyen en la salud y calidad de vida de las personas, y es donde se tiene que desarrollar el proceso de análisis:

1. Espacios al aire libre y edificios.
2. Transporte.
3. Vivienda.
4. Respeto e inclusión social.
5. Participación social.
6. Comunicación e información.
7. Empleo y participación ciudadana.
8. Servicios Sociales y de la Salud.



4. DIAGNÓSTICO DE AMIGABILIDAD EN LAS ÁREAS DE INVESTIGACIÓN A TRAVÉS DE LOS GRUPOS FOCALES



Las áreas de espacios al aire libre y edificios, transporte y vivienda se refieren a características del entorno físico de una ciudad, que influyen de forma muy importante en la accesibilidad, la movilidad personal, la seguridad ciudadana, las pautas de conducta saludable y la participación social.

El respeto y la inclusión social se refieren a las actitudes y el comportamiento de la ciudadanía y la comunidad en su conjunto hacia las personas mayores.

La participación social incide en las oportunidades de disponer de actividades de tiempo libre y de actividades sociales, culturales, educativas.

La participación cívica y el empleo se refieren a las oportunidades para realizar trabajo remunerado y no remunerado. Estas oportunidades están asociadas tanto al entorno social como a los determinantes económicos del envejecimiento activo.

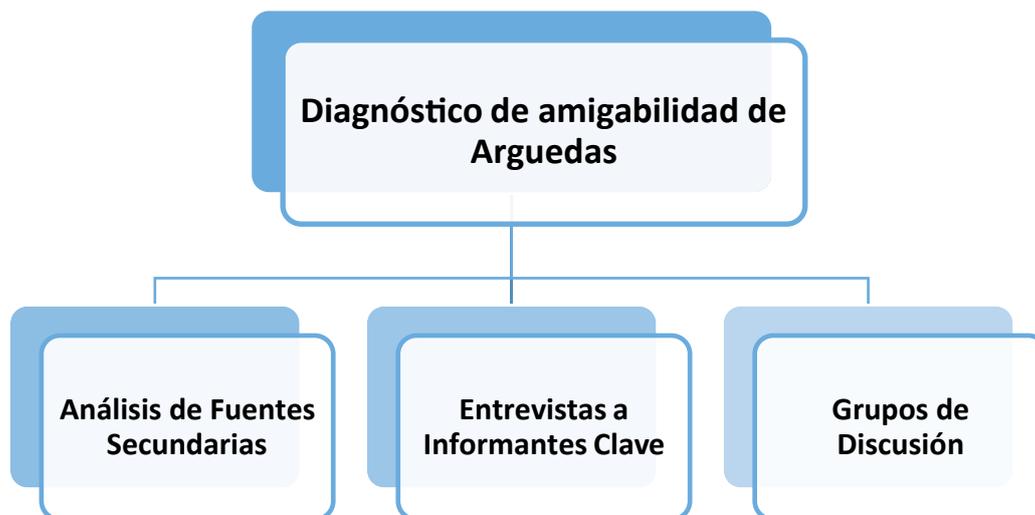
Las áreas de comunicación e información involucran a los medios de información y comunicación sociales como determinantes del desarrollo comunitario.

4.2. METODOLOGÍA



La elaboración de este diagnóstico ha conestado de las siguientes fases:

1. **Revisión y análisis de las fuentes secundarias** que aportan información relevante sobre la realidad sociodemográfica de la población mayor de Arguedas.
2. Realización de **entrevistas individuales a profesionales o personas de referencia** sobre este ámbito.
3. Organización y realización de 6 **grupos de discusión**: cuatro con personas mayores y dos con personas cuidadoras y proveedores de servicios a dicho colectivo.



Para realizar el **análisis de las fuentes secundarias** hemos contado con los instrumentos e información estadística y bibliográfica disponible. El trabajo en este ámbito consiste en visualizar un diagnóstico social y económico de las personas mayores.

Hay que señalar que existen dificultades para aproximarnos a algunos datos referentes al municipio de Arguedas. No obstante, nos hemos aproximado de una manera fiel a los principales aspectos de las personas mayores de la localidad.



4.2. METODOLOGÍA



En lo que respecta a la recopilación de información relevante proveniente de lo que se denomina “**Informantes Clave**”, hemos entrevistado a doce personas que contaban con información y experiencia relevante en el ámbito que nos ocupa. Las personas entrevistadas son las que se indican a continuación:

INFORMANTES CLAVE – DIAGNÓSTICO DE AMIGABILIDAD DE ARGUEDAS CON LAS PERSONAS MAYORES

- Alcalde de Arguedas.
- Trabajadora Social de la Mancomunidad de Servicios Sociales.
- Coordinador de la Mancomunidad de Servicios Sociales de Cadreira, Valtierra, Milagro, Villafranca y Arguedas.
- Presidenta del Club de Jubilados.
- Vicepresidente del Club de Jubilados.
- Concejala. Comisión de servicios sociales y Comisión de cultura, deporte, festejos y asociaciones.
- Concejala. Comisión de educación, sanidad y mayores.
- Enfermera. Consultorio Médico Arguedas.
- Bibliotecaria.
- Coordinadora cultural y monitora de actividades.
- Religiosas de la parroquia (2).



4.2. METODOLOGÍA



Estas personas han proporcionado su visión de expertos/as sobre las áreas de análisis.

Desde la orientación de la entrevista, cada una de ellas ha construido un discurso dando énfasis a aquellos aspectos que entiende como más relevantes, de tal modo que incorpora su saber al proyecto, participando en el mismo.

Con la información extraída de dichas entrevistas se ha podido establecer un marco de referencia sobre la situación de las personas mayores, así como detectar áreas de mejora significativas.

Por último, el Proyecto de Ciudades Amigables con las Personas Mayores plantea la realización de un número suficiente de **grupos focales**, en los que las personas mayores y otros agentes sociales diversos relacionados con ellas expresen sus experiencias sobre la ciudad.

La OMS recomienda, asimismo, la utilización de un protocolo estandarizado que nos ha servido como guión y base de debate de los grupos que hemos realizado. En dicho documento, denominado Protocolo de Vancouver , se recogen también todas las prescripciones técnicas que deben tenerse en cuenta para llevar a cabo los grupos focales.

Hemos seguido los pasos del Protocolo de Vancouver ([http://ciudadesamigables.imsero.es/InterPresent1/groups/imsero/documents/binario/camig_vancou ver2016.pdf](http://ciudadesamigables.imsero.es/InterPresent1/groups/imsero/documents/binario/camig_vancou_ver2016.pdf)) adaptándolo a la idiosincrasia de Arguedas con el objetivo de desarrollar el análisis bajo los parámetros establecidos.

Los objetivos de la puesta en práctica de esta técnica de investigación cualitativa han sido básicamente tres:

- Conocer los aspectos de amigabilidad de Arguedas con las personas mayores.
- Conocer las barreras para la amigabilidad de la localidad.
- Construir y plantear, de manera colectiva, líneas de mejora.



4.2. METODOLOGÍA



Al evaluar las fortalezas y brechas de una ciudad, las personas mayores describen cómo se compara la lista de control de características con sus experiencias. Ellos promueven sugerencias para el cambio y podrán participar en la implementación de proyectos de mejora.

La situación de las personas mayores articulada mediante este enfoque “desde abajo” provee una información esencial para ser desmenuzada y analizada por expertos en gerontología y responsables de la toma de decisiones en el desarrollo o la adaptación de intervenciones y políticas. En las etapas de seguimiento de acción local “amigable con los mayores”, resulta imperativo que las personas mayores sigan involucradas en el monitoreo del avance de una ciudad o localidad rural como Arguedas, actuando como promotores y asesores de ciudades amigables con los mayores.

Los grupos focales (Focus Group en inglés) constituyen una técnica cualitativa de recolección de información basada en entrevistas colectivas y semiestructuradas realizadas a grupos homogéneos. En el Grupo Focal el moderador es el encargado de ir planteando las preguntas y crear un ambiente distendido y participativo.

Como anteriormente hemos descrito, la configuración y desarrollo de los grupos focales ha seguido la lógica planteada en el Protocolo de Vancouver, pero adaptándose a la realidad de un entorno rural como el de Arguedas. Para ello, cada grupo participó en una sesión de trabajo con una duración de dos horas, con un descanso de diez minutos en el que se sirvió un café.

Tal y como establece el guion del Protocolo de Vancouver, las sesiones comenzaban con la pregunta de calentamiento “¿Cómo se vive en Arguedas siendo una persona mayor?” de forma que permitiera expresar una impresión, idea o sentimiento.

A continuación, se realizaban preguntas relacionadas con cada una de las ocho áreas de intervención. Las personas que participaban en los grupos de manera ordenada iban comentando y exponiendo sus opiniones o vivencias respecto a todos los temas que se iban tratando.

Antes de finalizar la sesión se les preguntaba si había otras cuestiones o temas sobre los que no se hubiera debatido y sobre el que desearan opinar.



4.3. COMPOSICIÓN DE LOS GRUPOS FOCALES SEGÚN EL PROTOCOLO DE VANCOUVER



Grupos 1 a 4. Personas Mayores.

Se han constituido los grupos de personas mayores en función de las siguientes características:

- Edad: tres grupos con personas de 60-74 años y un grupo con personas de más de 75 años.
- Sexo: de las 30 personas que han participado, un 80% son mujeres y un 20% son hombres.
- Nivel socioeconómico. Tres grupos tenían nivel socioeconómico Medio-Bajo y uno era de nivel socioeconómico Medio-Alto.
- Nivel de dependencia: Se establece en función de la respuesta establecida en la ficha de recogida de información de las personas participantes propuesta en el protocolo.

GRUPO	Nº de Personas	Sexo	Edad	Estado Actual de Salud	Nivel Económico
Grupo 1	7	Mujeres: 7	Mayores de 75 años	Excelente: 0 Bueno: 4 Normal: 2 Débil/Frágil: 1	Nivel socioeconómico Medio-Bajo
Grupo 2	8	Hombres: 3 Mujeres: 5	Entre 60 y 74 años	Excelente: 1 Bueno: 7 Normal: 0 Débil/Frágil: 0	Nivel socioeconómico Medio-Alto
Grupo 3	7	Hombres: 1 Mujeres: 6	Entre 60 y 74 años	Excelente: 0 Bueno: 3 Normal: 2 Débil/Frágil: 0	Nivel socioeconómico Medio-Bajo
Grupo 4	8	Hombres: 2 Mujeres: 6	Entre 60 y 74 años	Excelente: 0 Bueno: 4 Normal: 3 Débil/Frágil: 0	Nivel socioeconómico Medio-Bajo



4.3. COMPOSICIÓN DE LOS GRUPOS FOCALES SEGÚN EL PROTOCOLO DE VANCOUVER



Grupos 5 y 6. Personas Cuidadoras y proveedores de servicios para personas mayores.

Hemos realizado dos grupos de discusión en los que han participado 14 personas en total, con la siguiente distribución:

GRUPO	Nº de Personas	Sexo	Perfil
Grupo 5	7	Mujeres: 6 Hombres: 1	<ul style="list-style-type: none">● Contable● Farmacéutico● Cinco cuidadoras domésticas
Grupo 6	7	Mujeres: 7	<ul style="list-style-type: none">● Fisioterapeuta● Cuidadora residencial● Cinco cuidadoras domésticas



4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.0. VISIÓN GENERAL

¿Cómo se vive en Arguedas siendo una persona mayor?

¿Desde su experiencia, cómo es Arguedas para las personas?

Estas son las preguntas llave que abren los grupos focales para las personas mayores y cuidadores/profesionales. Preguntas abiertas, sencillas y directas que buscan la espontaneidad de los participantes desde la conversación y el diálogo. La sensación general de las personas mayores que viven en Arguedas es que estamos ante una localidad pequeña, cómoda y accesible. El bienestar es la primera y principal sensación que se obtiene del discurso de las personas mayores a través de los grupos focales.

“En Arguedas se vive muy bien, hay buena calidad de vida.”

Consideran que la localidad ofrece la posibilidad de llevar una vida tranquila y placentera. Así mismo, afirman que entre los vecinos y vecinas hay buena convivencia, respeto y solidaridad. Las personas mayores se sienten integradas y valoradas.

No obstante, manifiestan la necesidad de realizar algunas mejoras a nivel de accesibilidad y eliminación de barreras arquitectónicas (rebajes de aceras, adaptación de accesos en algunos locales y edificios públicos).

También consideran necesario incrementar la dotación de recursos en el ámbito de servicios sociales y salud, así como del voluntariado.



4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.1. ESPACIOS AL AIRE LIBRE Y EDIFICIOS

Ventajas para las personas mayores

Las personas mayores consideran que la localidad permite el tránsito sin demasiada dificultad y cuenta con diferentes paseos para el disfrute y esparcimiento.

Manifiestan que la localidad es cómoda y la sensación de seguridad prevalece. Además, consideran que iniciativas como la instalación de un gimnasio al aire libre ha sido un acierto.

Barreras para las personas mayores

A pesar de la sensación general de bienestar, manifiestan que hay elementos mejorables, como las **aceras**, que son estrechas y tienen **bordillos inadecuadamente rebajados** que no facilitan el tránsito de los viandantes y mucho menos, de las sillas de ruedas o sillas infantiles.

Por otro lado, reconocen que hay muchos **establecimientos que no cumplen las normas de accesibilidad**.

También señalan que Arguedas no cuenta con **aseos públicos ni lugares con protección frente a la lluvia** o el sol (porches, parasoles, etc.). Tampoco existe una **fuentes pública**.

Así mismo, consideran que faltan bancos en diversas zonas de la localidad y **zonas verdes**.

Por último, reconocen que los **mosquitos** son un problema durante los meses de primavera y verano, y que en esos meses también suele haber **malos olores** procedentes de las granjas.

4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.1.

ESPACIOS AL AIRE LIBRE Y EDIFICIOS

Sugerencias de mejora

El deseo de contribuir con sugerencias de mejora ha sido común en todos los grupos focales realizados.

En cuanto a la mejora de la accesibilidad, proponen que el Ayuntamiento haga una **revisión de las aceras** para mejorar los **rebajes de los bordillos**.

Así mismo, consideran necesario **verificar el estado de las licencias de los establecimientos** que no cumplen con la normativa de accesibilidad y promover las reformas que sean necesarias.

Por otro lado, proponen la **instalación de un baño público**, así como **bancos** en diversas zonas de la localidad, orientándolos, en la manera de lo posible, a la sombra. En este ámbito, sugieren que se reformen los bancos de hormigón de la Plaza de la Capilla, haciéndolos más ergonómicos con la instalación de listones y respaldos de madera.

Además, consideran de utilidad la instalación de un **aparcamiento para bicis**, especialmente en la plaza del Ayuntamiento.

También consideran necesario contar con algún **espacio protegido del sol o lluvia**, así como dar uso al **kiosko** que hay en la Casa de Cultura.

Por otro lado, proponen que se disponga de un **monitor en el gimnasio al aire libre** para asesorar sobre su uso adecuado.





4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO

4.4.2. TRANSPORTE

Ventajas para las personas mayores

En general, el transporte público al que se accede desde Arguedas está bien valorado entre las personas mayores. Consideran que hay bastantes líneas para poder desplazarse tanto a Tudela como a Pamplona o Zaragoza, o acudir al hospital.

Además, reconocen que pueden recurrir a familiares o vecinos para realizar ciertos desplazamientos.

Por otro lado, afirman que en la localidad se puede aparcar sin problemas gracias a las parcelas cedidas al Ayuntamiento que se han habilitado como parkings.

Barreras para las personas mayores

Aunque la sensación general en relación con el transporte público es buena, reconocen que, en muchas ocasiones **recurren a familiares o vecinos para desplazarse porque les resulta más eficaz** que el transporte público, especialmente si han de acudir al hospital.

En suma, en lo que respecta al transporte público, manifiestan que **no está adaptado a personas con movilidad reducida**.

También afirman conocer casos de personas mayores que, tras desplazarse en autobús y llegar a su destino, **se desorientan y se pierden**.

Por otro lado, denuncian que en el pueblo **no hay taxi**.

En relación con la conducción en Arguedas, manifiestan que **se circula a gran velocidad** tanto en vehículos como en motos o bicicletas, generándose **mucho tráfico** por el centro de la localidad, lo cual supone un peligro para la ciudadanía en general y en especial, para las personas mayores. En este sentido, afirman que el tráfico se complica cuando se cierra el centro para eventos.

4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.2. TRANSPORTE

Sugerencias de mejora

Para favorecer el desplazamiento de personas que tienen dificultades para utilizar el transporte público y/o no cuentan con otras personas que les puedan ayudar, sugieren fomentar el uso del “**bonotaxi**” para contratar los servicios de taxis de otras localidades.

Por otro lado, sugieren que sería muy útil contar con **personas voluntarias que hicieran labores de acompañamiento** a personas mayores con dificultades para acudir al hospital o centros médicos, entre otros.

Por último, señalan la conveniencia de organizar una **Campaña de Educación Vial** que ponga orden en todos los agentes implicados en el tráfico por la localidad (peatones, ciclistas y conductores).



4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.3. VIVIENDA

Ventajas para las personas mayores

Las personas mayores que viven en Arguedas manifiestan “vivir cómodamente” en sus casas. La gran mayoría afirma que la vivienda responde a muchas de sus necesidades: amplitud, luz, aseo con ducha adaptada, etc.

“Es un lujo poder vivir cómodamente en tu casa, con tu jardín, con el monte al lado y con la tranquilidad de contar con familiares y vecinos con los que tienes contacto continuo”.

La mayoría de las personas jóvenes y mayores de Arguedas vive en casas de dos plantas con suficiente espacio para habilitar una habitación en la planta baja o cochera si las circunstancias lo requiriesen. Este tipo de vivienda se asocia a tener calidad de vida.

Por otro lado, reconocen que en el pueblo muchas personas mayores cuentan con el apoyo de familiares que los acogen y atienden en su casa cuando empieza a haber dificultades de autonomía.

Por último, ponen el valor el servicio de comedor social que se organiza en el Club de Jubilados.

4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.3. VIVIENDA

Barreras para las personas mayores

A pesar de que las personas que han participado en los grupos focales dicen vivir cómodamente, reconocen que en sus casas hay **barreras arquitectónicas**: la gran mayoría de las viviendas tienen dos plantas y, por tanto, cuentan con **escaleras** para poder acceder de una planta a otra. Así mismo, en bastantes viviendas la **anchura de las puertas** no sería suficiente en el caso de tener que utilizar una silla de ruedas.

En este sentido, manifiestan que no se toman medidas preventivas para ir anticipándose a esas necesidades. *“Hasta que no aparece el problema ni te lo planteas; después te buscas la vida”*.

Así mismo, comentan que hace un tiempo existían **ayudas** de los Servicios Sociales para cambios de bañeras por duchas, y otros elementos como instalación de grúas para escaleras, pero estas ayudas han desaparecido.

En relación con las ayudas disponibles, comentan que solo se puede acceder al servicio de comedor desplazándose al Club; **no existe la posibilidad de que se reparta la comida** al domicilio.

Por otro lado, manifiestan que **faltan pisos pequeños o apartamentos** para personas que viven solas y no necesitan viviendas grandes. Además, señalan que no existe una opción de alquiler que posibilite que las personas mayores que no puedan acondicionar su vivienda se muden a otra acondicionada.

En este sentido, manifiestan que el centro del pueblo se está quedando deshabitado; hay muchas casas viejas y abandonadas, y será necesaria una intervención a medio y largo plazo.

También señalan que **no hay pisos tutelados** u otro tipo de pisos adaptados que compartan ciertos servicios (limpieza, cocina, etc.).

Por otro lado, reconocen que a las personas mayores les cuesta mucho salir de su casa para ir a una residencia.

Por último, manifiestan que **no hay un Centro de Día** que atienda a personas mayores dependientes.



4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.3. VIVIENDA

Sugerencias de mejora

En los diferentes grupos realizados se ha manifestado de forma reiterada la necesidad de proveer de servicios para garantizar la calidad de vida y autonomía de las personas mayores.

En este sentido se propone el estudio de la viabilidad de **crear un Centro de Día, o establecer medidas alternativas para poder acceder a otros centros cercanos** como el de Milagro, por ejemplo, habilitando un servicio de transporte y acompañamiento a dicho centro para las personas mayores de Arguedas que lo necesiten.

Por otro lado, sugieren la **construcción de pequeños pisos o apartamentos** sin barreras arquitectónicas para personas que viven solas, que podrían acoger a personas mayores y jóvenes, fomentando la relación intergeneracional.

También proponen **contar con un servicio de reparto de la comida del comedor social** a domicilio para que las personas con dificultades de movilidad puedan acceder al mismo. Este servicio podría ser realizado por personal de la brigada municipal.

Por último, sugieren habilitar mas **ayudas para contar con servicios de acompañamiento y atención domiciliaria**, contratando a personal que realice estos servicios y promuevan la continuidad de las personas mayores en sus domicilios.



4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.4. RESPETO E INCLUSIÓN SOCIAL

Ventajas para las personas mayores

Las personas mayores que viven en Arguedas se sienten respetadas e incluidas en la vida social de la localidad.

“En Arguedas hay muy buena convivencia entre vecinos”

“Arguedas es un pueblo muy acogedor”

Afirman que se mantienen las redes familiares y vecinales, y existe menos soledad que en la ciudad. De hecho, comentan que a la mayoría de mayores los cuida la familia, y aquellas personas que están en la residencia son visitadas por familiares todos los días.

También manifiestan que hay buena relación y convivencia entre personas de todas las generaciones.

“El Día del Arroz nos juntamos personas de todas las edades”



4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.4. RESPETO E INCLUSIÓN SOCIAL

Barreras para las personas mayores

Aunque afirman que se hacen diversas actividades para juntar e incluir a todos los colectivos, reconocen que la **“interculturalidad” todavía no se da**. En este sentido, manifiestan que la relación con las personas inmigrantes es más distante.

Por otro lado, comentan que las personas mayores hacen actividades en las que **no se relacionan demasiado con personas de otras edades**.

Por último, señalan que hay **jóvenes que transitan con sus motos por el pueblo a gran velocidad** y suponen un peligro especialmente para las personas mayores que tienen más dificultades de movilidad.



Sugerencias de mejora

Para fomentar la relación entre personas de todas las edades, proponen la realización de más **actividades intergeneracionales**, como, por ejemplo, la creación de huertos comunitarios en los que las personas mayores explican cómo gestionarlos a los jóvenes.

4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.5. PARTICIPACIÓN SOCIAL

Ventajas para las personas mayores

Las personas mayores de Arguedas consideran que la localidad ofrece muchas actividades y propuestas para poder participar.

Reconocen que el Club de Jubilados organiza actividades de todo tipo que permiten ejercer y disfrutar esa participación a través de una extensa oferta: actividades recreativas, excursiones, actividades deportivas, actividades culturales, etc.

En este ámbito también se reconoce la labor que realiza la biblioteca tanto en el servicio de préstamo de libros como en el Club de Lectura, y se pone en valor el gran número de lectores mayores que hay en Arguedas.

Así mismo, en la localidad se cuenta con otras entidades que también organizan actividades de interés.

Barreras para las personas mayores

A pesar de que en Arguedas existen muchas opciones para participar, quienes han formado parte de este diagnóstico reconocen que **a las personas mayores les cuesta participar**.

“Los mayores son comodones”

Además, indican que hay un perfil de persona mayor joven, que no se asocia al Club y tampoco participa en actividades de otro tipo.

También comentan que hay **escasa participación masculina** en las actividades que se ofertan.

Por otro lado, manifiestan que **hay personas que, aun necesítándolo no participan** en actividades como el “Taller de Memoria” por vergüenza o por rechazo, por no mostrarse vulnerable y dar a entender que necesitan ese tipo de actividad.

Así mismo, afirman que **hay pocas actividades gratuitas** y algunas, como la gimnasia, exigen asociarse y pagar el acceso al polideportivo para poder realizarlas. Además, en relación con esta actividad, manifiestan que tener que acudir al polideportivo queda lejos para algunas personas mayores que quisieran asistir.

4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.5. PARTICIPACIÓN SOCIAL

Sugerencias de mejora

Las personas que han participado en los grupos consideran que sería necesario disponer de un **espacio público de ocio cerrado**, como, por ejemplo, un frontón cubierto, para poder ser utilizado cuando las condiciones climatológicas no permiten estar al aire libre, y que además acojan actividades intergeneracionales.

Por otro lado, sugieren la organización de **actividades que activen a las personas mayores mental y físicamente**. En este sentido proponen trabajar estos aspectos (estimulación cognitiva especialmente) de manera transversal en las diversas actividades que se pongan en marcha.

También se sugiere la promoción de actividades más **accesibles y con mayor continuidad** (por ejemplo, yoga, gimnasia para mayores, paseos saludables ...).

Además, proponen la organización de **actividades que recojan la experiencia de las personas mayores** y favorezcan que se ponga en valor su contribución a la sociedad.

Para todo ello, consideran que sería muy útil contar con la figura de un **Dinamizador Sociocultural** que se coordine con diferentes entidades, organice y promueva la participación.



4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.6. COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN

Ventajas para las personas mayores

Las personas mayores que han participado en este proyecto consideran que la información en Arguedas es accesible.

Manifiestan no tener grandes dificultades para informarse de aquello que necesitan porque que existen diferentes vías para ello: infoarguedas, la web del ayuntamiento, los carteles que se colocan cada vez que se quiere informar, el boletín que edita el ayuntamiento, etc. pero fundamentalmente reconocen que se informan a través del boca a boca.

*“Si quieres enterarte de lo que pasa en Arguedas,
vete al Club de Jubilados”*



Barreras para las personas mayores

La mayoría de las personas participantes manifiesta que no realiza ninguna gestión por internet.

En este sentido, manifiestan que hay una **brecha digital** importante entre las personas mayores y las generaciones jóvenes.

También manifiestan tener **desconocimiento** de algunas actividades que se realizan y recursos que existen.

Comentan que hace tiempo hubo una **televisión local** que era muy útil especialmente para las personas mayores que ya no pueden salir de su casa, pero cambiaron los requisitos para poder emitir y en la actualidad no está funcionando.

4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.6. COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN

Sugerencias de mejora

Aunque apenas utilizan internet, muchas personas utilizan móvil para comunicarse por lo cual proponen habilitar un **servicio de información municipal vía sms o whatsapp**, al que pueda suscribirse quien lo desee, y recibir información puntual de las áreas que interesen.

También proponen que se haga una **agenda trimestral** que contenga información de todo tipo (social, cultural, sanitaria...) para distribuir por los domicilios dirigido especialmente a las personas mayores o personas dependientes que no pueden salir de casa.

Así mismo, proponen poner en marcha algún **curso de nuevas tecnologías** con el formato y contenido adaptado a las necesidades de las personas mayores.

Por último, sugieren que se trate de **recuperar el canal local**, o al menos, contratar a un profesional en determinados momentos del año, como, por ejemplo, en las fiestas patronales, para que se haga cargo de la grabación y emisión de eventos y noticias, y esa emisión sirva de medio de información para todo el pueblo y en particular, para quienes no pueden disfrutar de manera presencial.



4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.7. EMPLEO Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA

Ventajas para las personas mayores

Casi la totalidad de las personas que han participado en los grupos están “disfrutando de su jubilación”. Se consideran “privilegiados” por poder disfrutar de esta etapa de su vida.

Por otro, reconocen la labor que realizan varias personas voluntarias en el albergue de transeúntes, así como en Cáritas, o el acompañamiento que realizan las dos religiosas que viven en la parroquia.

Barreras para las personas mayores

Sin embargo, reconocen que las personas mayores **participan muy poco de la vida cívica**. Incluso los mayores jóvenes no participan; consideran que falta compromiso y que existe muy poco reconocimiento hacia las personas que prestan su tiempo y esfuerzo de manera voluntaria.

También consideran que **no hay suficiente información sobre las opciones de voluntariado**.

Sugerencias de mejora

No obstante, afirman que sería interesante **poner en marcha un voluntariado bien organizado**, que pueda dar respuesta a diferentes necesidades, por ejemplo, realizando acompañamiento a otras personas mayores, y que se aproveche todo el conocimiento y experiencia que cada persona puede aportar, como medida de contribución social y como puesta en valor del colectivo de personas mayores. En este sentido, además proponen poner en marcha experiencias lideradas por personas mayores.

También proponen que exista **más apoyo económico para promocionar y organizar actividades**: asociaciones musicales, Cabalga de Reyes, etc.



4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.8. SERVICIOS SOCIALES Y DE LA SALUD

Ventajas para las personas mayores

La salud y los servicios sociales son elementos fundamentales a la hora de valorar la calidad de vida, y las personas que han participado en este diagnóstico afirman sentirse satisfechas con los recursos existentes.

Destacan la buena atención recibida en los centros de atención primaria, los hospitales y en los servicios sociales.

Asimismo, reconocen la labor que realizan las trabajadoras del Servicio de Atención Domiciliaria.

Reconocen también que el Club de Jubilados organiza actividades que redundan en la salud física y mental de las personas mayores, y consideran muy útiles los servicios de fisioterapia y podología.

Por otro lado, manifiestan que en Arguedas se disfruta de un nivel de salud más alto que en otros lugares debido a las condiciones medioambientales, a la alimentación, a la tranquilidad...

También afirman que en el pueblo hay menos soledad que en las ciudades porque muchas personas mayores viven con sus hijos o están acompañados de manera continua por cuidadoras, además de que se mantienen las redes vecinales.



4.4. DIAGNÓSTICO POR ÁREAS EL RELATO



4.4.8. SERVICIOS SOCIALES Y DE LA SALUD

Barreras para las personas mayores

En relación con los servicios sociales afirman que existe **desconocimiento sobre las ayudas disponibles y cómo solicitarlas**. También consideran que la cuantía de las ayudas es escasa.

Por otro lado, afirman que se realizan **pocas actividades que realicen estimulación cognitiva** y que hay desconocimiento sobre cómo **abordar las demencias**.

Así mismo, comentan que las personas mayores tienen importantes **dificultades para administrar su medicación** adecuadamente.

También indican que existe **dificultad para buscar personas que ayuden** a las personas mayores en las tareas del hogar de manera estable.

Sugerencias de mejora

Disfrutar de servicios sociales y de salud de calidad es una necesidad fundamental para las personas que han participado en los grupos, por lo cual, realizan diferentes sugerencias en este ámbito.

Consideran que sería muy interesante contar con un **geriatra** de manera presencial o, al menos, con un Servicio de Atención Psicogeriátrica telefónico.

También sugieren la puesta en marcha de **campañas de promoción de la salud y de envejecimiento activo** que trabajen a nivel preventivo e incluyan actividades diversas que fomenten la actividad cognitiva y física, se enseñe a cuidadores, se fomenten hábitos saludables de sueño, alimentación, deporte.

Así mismo, afirman que es necesario **ampliar los servicios de proximidad**. En este sentido proponen que haya más ayudas para contratar a personas que apoyen en el hogar y la organización de un voluntariado que pueda hacer determinadas tareas, fundamentalmente de acompañamiento.

Por último, al igual que en el apartado de vivienda, sugieren el **estudio de la viabilidad de crear un Centro de Día** que dé servicio a las personas mayores dependientes y a sus familias, o **establecer medidas alternativas** para poder acceder a otros centros cercanos como, por ejemplo, el de Milagro, habilitando un servicio de transporte y acompañamiento a dicho centro para las personas mayores de Arguedas que lo necesiten.



4.5. UN RESUMEN DE LA AMIGABILIDAD



VISIÓN GENERAL

ASPECTOS POSITIVOS	BARRERAS	PROPUESTAS DE MEJORA
<p>Localidad cómoda, accesible, limpia y segura. Permite llevar una vida tranquila y placentera.</p> <p>Variedad de servicios, recursos y oportunidades para tener una vida activa y de calidad.</p> <p>Ciudadanía solidaria.</p>	<p>Dificultades de accesibilidad y barreras arquitectónicas.</p> <p>Aumento de la situación de soledad entre las personas mayores.</p> <p>Insuficiente dotación de recursos en el ámbito de los servicios sociales y de salud, y del voluntariado.</p>	<p>Aprovechar la puesta en marcha de este proyecto de amigabilidad para que el Plan de Acción conciba una localidad más amable y cercana.</p>

ESPACIOS AL AIRE LIBRE Y EDIFICIOS

ASPECTOS POSITIVOS	BARRERAS	PROPUESTAS DE MEJORA
<p>Localidad con parques y paseos, limpios y bien acondicionados.</p> <p>Fácil de recorrer andando o en bici.</p> <p>Iluminación suficiente y sensación de seguridad.</p> <p>Iniciativas acertadas como la instalación de un gimnasio al aire libre.</p>	<p>Aceras muy estrechas y bordillos inadecuadamente rebajados.</p> <p>Establecimientos que no cumplen las normas de accesibilidad.</p> <p>Falta un aseo público.</p> <p>Faltan espacios de protección frente al sol o lluvia.</p> <p>No hay fuente pública.</p> <p>Dotación insuficiente de bancos y zonas verdes.</p> <p>Problemas con los mosquitos y malos olores procedentes de las granjas en primavera y verano.</p>	<p>Revisar las aceras y mejorar los rebajes de los bordillos.</p> <p>Verificar el estado de las licencias de los establecimientos en cuanto a accesibilidad.</p> <p>Instalar un baño público.</p> <p>Instalar parking para bicis.</p> <p>Instalar más bancos y hacer más ergonómicos los de la plaza de La Capilla.</p> <p>Habilitar un espacio público protegido del sol y la lluvia.</p> <p>Dar uso al kiosco de la plaza de la Casa de Cultura.</p> <p>Contar con un monitor en el gimnasio al aire libre para asesorar sobre su uso adecuado.</p>

4.5. UN RESUMEN DE LA AMIGABILIDAD



TRANSPORTE

ASPECTOS POSITIVOS	BARRERAS	PROPUESTAS DE MEJORA
<p>Transporte público con frecuencias y horarios suficientes.</p> <p>Oportunidad de contar con familiares y/o vecinos para hacer ciertos desplazamientos.</p> <p>Fácil aparcamiento gracias a las parcelas habilitadas por el Ayto.</p>	<p>Pocas frecuencias de algunas líneas.</p> <p>Transporte público no adaptado a personas con movilidad reducida.</p> <p>Experiencias de personas mayores que tras utilizar el transporte público se pierden o desorientan.</p> <p>No hay taxi.</p> <p>Mucho tráfico y velocidad por la localidad suponen un riesgo para la seguridad.</p>	<p>Fomentar el uso del “bonotaxi” entre las personas mayores y con movilidad reducida para contratar el servicio de otras localidades.</p> <p>Contar con personas voluntarias que acompañen al hospital y/o centros médicos.</p> <p>Organizar una Campaña de Educación Vial para regular el tráfico y a todos los agentes implicados (peatones, ciclistas, automovilistas, etc.).</p>

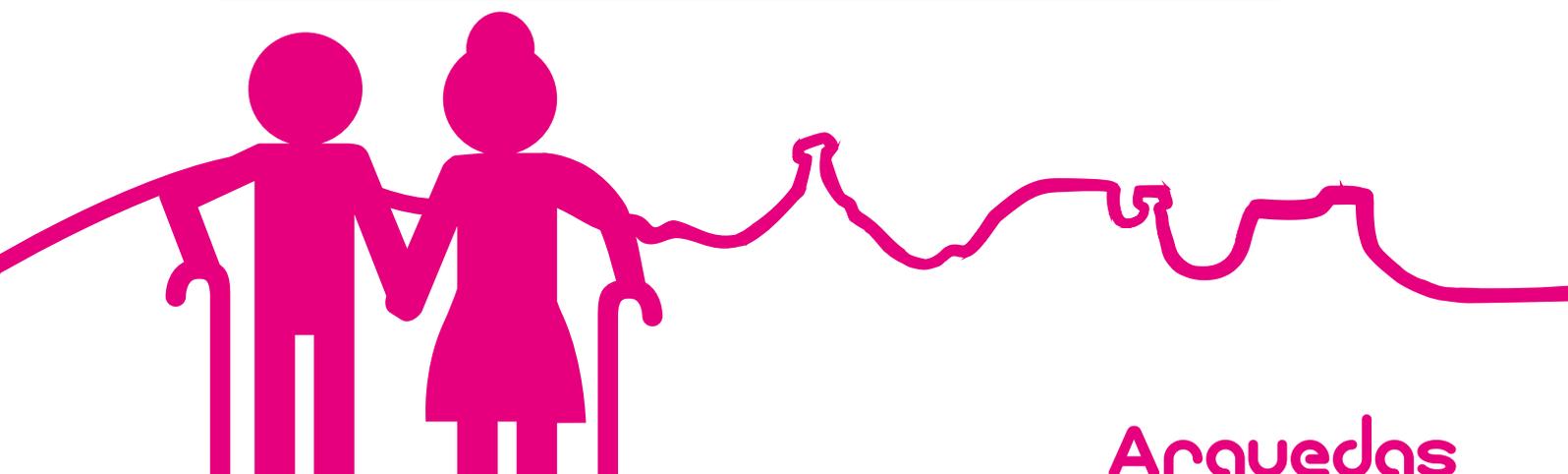


4.5. UN RESUMEN DE LA AMIGABILIDAD



VIVIENDA

ASPECTOS POSITIVOS	BARRERAS	PROPUESTAS DE MEJORA
<p>Viviendas amplias y cómodas, con posibilidades de adaptación en caso de necesidad.</p> <p>Apoyo familiares y cuidadoras cuando se pierde autonomía.</p> <p>Servicio de Comedor gestionado en el Club que presta servicio a personas que lo necesitan.</p>	<p>Barreras arquitectónicas en muchas casas: escaleras y puertas estrechas.</p> <p>Falta de ayudas para adaptar viviendas (duchas, grúas, etc.).</p> <p>Falta de acceso al comedor social de quienes no pueden desplazarse al Club de Jubilados.</p> <p>Faltan pisos pequeños o apartamentos para personas que viven solas.</p> <p>No existe una opción de alquiler factible que posibilite que las personas mayores que no pueden acondicionar su vivienda se muden a otra adaptada.</p> <p>Existencia de muchas viviendas envejecidas y abandonadas en el centro.</p> <p>Escasez de pisos tutelados u otro tipo de pisos adaptados que compartan ciertos servicios (limpieza, cocina, etc.)</p> <p>No hay Centro de Día.</p>	<p>Estudiar la viabilidad de crear un Centro de Día. Si no es factible, establecer medidas para ocupar plazas de los centros de otras localidades (sufragando el desplazamiento, por ejemplo).</p> <p>Construir pequeños pisos o apartamentos para personas mayores y jóvenes que viven solas, generando convivencia intergeneracional.</p> <p>Contar con un servicio de reparto de comida del comedor social al domicilio de personas con dificultades de movilidad. (podría ser realizado por la Brigada Municipal).</p> <p>Habilitar ayudas para servicios de acompañamiento y atención domiciliaria, contratando personal y promoviendo la continuidad de las personas mayores en sus domicilios.</p>



4.5. UN RESUMEN DE LA AMIGABILIDAD



RESPECTO E INCLUSIÓN

ASPECTOS POSITIVOS	BARRERAS	PROPUESTAS DE MEJORA
<p>Localidad en la que se vive con respeto e inclusión.</p> <p>Buena convivencia vecinal.</p> <p>Redes familiares y vecinales que permiten detectar necesidades de algunos vecinos/as y ponerles solución.</p>	<p>Interculturalidad no lograda; cuesta que todos los colectivos se integren.</p> <p>Las personas mayores comparten pocas actividades con personas de otras edades.</p> <p>Jóvenes que transitan por el pueblo con motos a gran velocidad suponen un riesgo para las personas mayores con problemas de movilidad.</p>	<p>Realizar más actividades intergeneracionales; por ejemplo, instalar huertos sociales donde los mayores expliquen a otras personas cómo gestionarlos.</p> <p>Compartir espacios que favorezcan la integración de los diferentes grupos de edad.</p>

PARTICIPACIÓN SOCIAL

ASPECTOS POSITIVOS	BARRERAS	PROPUESTAS DE MEJORA
<p>Localidad con muchas y variadas opciones para participar.</p> <p>Oferta amplia de actividades de todo tipo organizadas a través del Club de Jubilados y otras entidades.</p> <p>La biblioteca es un recurso muy valorado y utilizado por las personas mayores de Arguedas.</p>	<p>Insuficiente participación en algunas actividades, fundamentalmente masculina.</p> <p>Personas no participan por miedo o vergüenza (p.ej. en el Taller de Memoria).</p> <p>Pocas actividades gratuitas.</p> <p>Algunas actividades exigen asociarse al polideportivo para poder realizarlas.</p> <p>El polideportivo queda lejos para personas que quisieran hacer algunas actividades.</p>	<p>Disponer de un espacio cerrado, para cuando las condiciones climatológicas no permiten estar al aire libre (p. ej. un frontón), y que acoja actividades intergeneracionales.</p> <p>Organizar actividades que estimulen física y mentalmente, y tengan más continuidad.</p> <p>Actividades que aprovechen el conocimiento, experiencia y aportación de las personas mayores, poniendo en valor su contribución a la sociedad.</p> <p>Contar con la figura de un Dinamizador Sociocultural que se coordine con diferentes entidades, organice y promueva la participación.</p>

4.5. UN RESUMEN DE LA AMIGABILIDAD



COMUNICACIÓN

ASPECTOS POSITIVOS	BARRERAS	PROPUESTAS DE MEJORA
<p>Información y comunicación accesible.</p> <p>Diferentes recursos proveen de información y asesoramiento individual y/o colectivo.</p> <p>Se accede a la información sin dificultad por los propios medios o, en algunos casos, con la ayuda de familiares.</p>	<p>Brecha digital: apenas se utiliza internet para informarse o hacer gestiones.</p> <p>Desconocimiento sobre algunas actividades y recursos.</p> <p>Televisión local no operativa.</p>	<p>Lanzar un servicio de información municipal vía sms o whatsapp, al que pueda suscribirse quien lo desee.</p> <p>Hacer una agenda trimestral con actividades e información variada que se distribuya a domicilio.</p> <p>Organizar programas de formación en Nuevas Tecnologías específicos para personas mayores, (contenidos, ritmos y metodología adaptados a las características y necesidades concretas de este colectivo).</p> <p>Activar el canal de televisión local o al menos, contratar a un profesional para hacer emisiones en momentos relevantes del año (fiestas patronales, etc.).</p>



4.5. UN RESUMEN DE LA AMIGABILIDAD



EMPLEO Y VOLUNTARIADO

ASPECTOS POSITIVOS	BARRERAS	PROPUESTAS DE MEJORA
<p>La llegada a la jubilación se vivencia como una etapa para continuar realizando actividades, mantenerse activas y disfrutar del ocio y tiempo libre.</p> <p>Reconocimiento a la labor que realizan personas voluntarias en el albergue de transeúntes, así como en Cáritas o el acompañamiento que realizan las dos religiosas que viven en la parroquia.</p>	<p>Poca participación de las personas mayores en la vida cívica.</p> <p>Insuficiente información sobre las opciones del voluntariado.</p>	<p>Promocionar un voluntariado que dé respuesta a necesidades como el acompañamiento a personas mayores, y aproveche todo el conocimiento y experiencia de cada persona (puesta en valor del colectivo).</p> <p>Habilitar ayudas económicas para organizar actividades: Cabalgata, asociaciones, etc.</p>

SERVICIOS SOCIALES Y SALUD

ASPECTOS POSITIVOS	BARRERAS	PROPUESTAS DE MEJORA
<p>Buena atención recibida en los centros de atención primaria y en los servicios sociales.</p> <p>El Servicio de Atención Domiciliaria (SAD) realiza una importante labor entre el colectivo de personas mayores.</p> <p>Longevidad y calidad de vida.</p> <p>Menor sensación de soledad que en la ciudad debido a la atención continua de familiares y vecinos.</p>	<p>Desconocimiento de las ayudas por parte de muchas personas mayores.</p> <p>Cuantía de las ayudas económicas a la dependencia insuficiente.</p> <p>Pocas actividades de estimulación cognitiva y desconocimiento sobre cómo abordar demencias.</p> <p>Problemas para administrar la medicación.</p> <p>Dificultad para encontrar personal de apoyo en tareas domésticas de manera estable.</p>	<p>Contar con un geriatra o con un Servicio de Atención Psicogeriátrica telefónico.</p> <p>Poner en marcha campañas de promoción de la salud y de envejecimiento activo que incluyan actividades que fomenten la actividad cognitiva y física.</p> <p>Facilitar ayudas para contratar a personas que apoyen en el hogar.</p> <p>Organizar un voluntariado que pueda hacer determinadas tareas, fundamentalmente de acompañamiento.</p> <p>Estudiar la posibilidad de crear un Centro de Día.</p>

5. ASISTENCIA TÉCNICA



Consultoría InPactos



5. AGRADECIMIENTOS



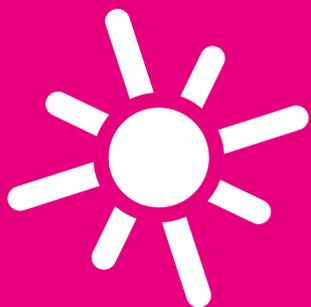
Queremos dejar constancia de nuestra gratitud hacia todas aquellas personas que han contribuido directa o indirectamente a la realización de este diagnóstico de amigabilidad, en especial a aquellas personas mayores que han participado de forma activa en su elaboración.

Es importante señalar que el papel protagonista pertenece a todas aquellas personas que han creído que, a través de su participación en este proyecto, se puede avanzar en la mejora de las condiciones de vida de las personas mayores y en el desarrollo de una ciudad más justa y sostenible. Personas que han apostado decididamente por este proyecto y han dedicado parte de su tiempo en compartir sus vivencias, inquietudes y deseos, depositando su confianza en nuestro equipo.

Es nuestro deseo que este proyecto haya contribuido a favorecer los canales de participación de las personas mayores en Arguedas, así como a la mejora de la calidad de vida de todas las personas mayores, especialmente de aquellas que se encuentran en una situación de mayor vulnerabilidad.

Finalmente, también queremos agradecer la colaboración técnica y disponibilidad del Imsero, y el impulso que se está haciendo de la Red de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores en el Estado español.





ARGUEDAS AMIGABLE



CON LAS
PERSONAS
MAYORES
JUNIO 2019

