

Ribaforada amigable con las personas mayores



DIAGNÓSTICO DE AMIGABILIDAD

Noviembre 2019



Nafarroako Gobernua
Gobierno de Navarra

in **PACTOS**

Ribaforada, Ciudad Amigable con las Personas Mayores.

Diagnóstico de Amigabilidad

Índice

| | |
|---|----|
| 1.- Presentación..... | 1 |
| 2.- La naturaleza del proyecto..... | 2 |
| 2.1.- Marco conceptual: el Envejecimiento Activo..... | 4 |
| 3.- Las fases del proceso para convertirse en Ciudad Amigable..... | 7 |
| 4.- Situación de partida. Indicadores sociodemográficos..... | 9 |
| 4.1.- Las personas mayores por edad y sexo..... | 10 |
| 4.2.- Las personas mayores y la soledad..... | 12 |
| 4.3.- Las personas mayores y la dependencia..... | 12 |
| 4.4.- La situación económica de las personas mayores..... | 13 |
| 4.5.- Las personas mayores extranjeras..... | 15 |
| 5.- Diagnóstico de Amigabilidad en las áreas de investigación a través de los Grupos Focales y Entrevistas..... | 17 |
| 5.1.- Áreas de investigación..... | 17 |
| 5.2.- Metodología..... | 19 |
| 5.3.- Composición de los Grupos Focales..... | 21 |
| 5.4.- Diagnóstico por áreas. El discurso..... | 22 |
| 5.5.- Resumen de la amigabilidad..... | 31 |
| 6.- Soporte profesional..... | 38 |
| 7.- Agradecimientos..... | 39 |

Proyecto financiado por Gobierno de Navarra a través de las subvenciones a entidades locales para ejecutar proyectos de Agenda Local 21 con envejecimiento activo en el año 2019.

1.- Presentación

El informe que se presenta a continuación describe el proceso seguido por el Ayuntamiento de Ribaforada en el camino para convertir a esta localidad en una Ciudad Amigable con las Personas Mayores. Éste es un proyecto impulsado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) cuyo objetivo principal es crear entornos y servicios que promuevan y faciliten un envejecimiento activo y saludable.

A través de un proceso participativo en el que como principales protagonistas se ha tenido a las personas mayores, se ha llegado a un diagnóstico comunitario de la situación de estas personas en la localidad. En definitiva, se ha realizado un diagnóstico de la amigabilidad en Ribaforada.

En este proceso se ha dado respuesta a las siguientes preguntas clave:

- ❖ ¿Cómo son las personas mayores en Ribaforada?
- ❖ ¿Qué recursos y servicios sociales municipales están destinados prioritariamente a las personas mayores en Ribaforada?
- ❖ ¿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?

Gracias al análisis de la información estadística disponible, de la extraída de las entrevistas a agentes clave y de los grupos focales, se ha realizado el diagnóstico de amigabilidad y se han obtenido una serie de propuestas para mejorar la situación de las personas mayores en Ribaforada.

2.- La naturaleza del proyecto

Desde tiempo atrás, el Ayuntamiento de Ribaforada está firmemente comprometido con la mejora de la calidad de vida de las personas mayores llevando a cabo diversas actuaciones con este fin.

Es un hecho que la población está viviendo un proceso de envejecimiento a nivel global, proceso que se da de manera más intensa en el medio rural, como es el caso de Ribaforada. Para afrontar este fenómeno y aprovechar todo su potencial, la Organización Mundial de la Salud ha puesto en marcha el proyecto Ciudades Amigables con las Personas Mayores que dirige a todos los ayuntamientos interesados. El objetivo último de este proyecto es la promoción del envejecimiento activo y saludable y la integración de esta perspectiva en todas las políticas municipales.

A lo largo del proceso se analizan diferentes aspectos que afectan a la vida diaria de las personas mayores que viven en la localidad en cuestión. Un punto a destacar es que durante todo el proceso se favorece la participación de las propias personas mayores incidiendo en sus opiniones, necesidades y percepciones. Actualmente, más de 1.000 ciudades, de 41 países diferentes están adheridas a la Red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores. Tras la firma de un Convenio de Colaboración con la OMS, es el IMSERSO quien se encarga de la coordinación estatal del proyecto desde 2012.

Lo que se pretende a través del Proyecto de Ciudades Amigables con las Personas Mayores, es promover el análisis desde la perspectiva de las propias personas mayores. El fin es detectar en qué aspectos y de qué manera las ciudades pueden ser más amigables con las personas de más edad. Asimismo, y de forma añadida, se consigue mejorar la calidad de vida de toda la ciudadanía.

Al pertenecer a la Red Mundial de Ciudades Amigables con las Personas Mayores se persiguen los siguientes objetivos:

- ❖ 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 las personas mayores, 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 estas personas vivir dignamente, disfrutar de una buena salud y continuar participando en la sociedad de manera plena y activa.

Las características de una ciudad amigable con las personas de mayor edad son que:

- 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

2.1.- Marco conceptual: el 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).

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 envejecimiento 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.

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.

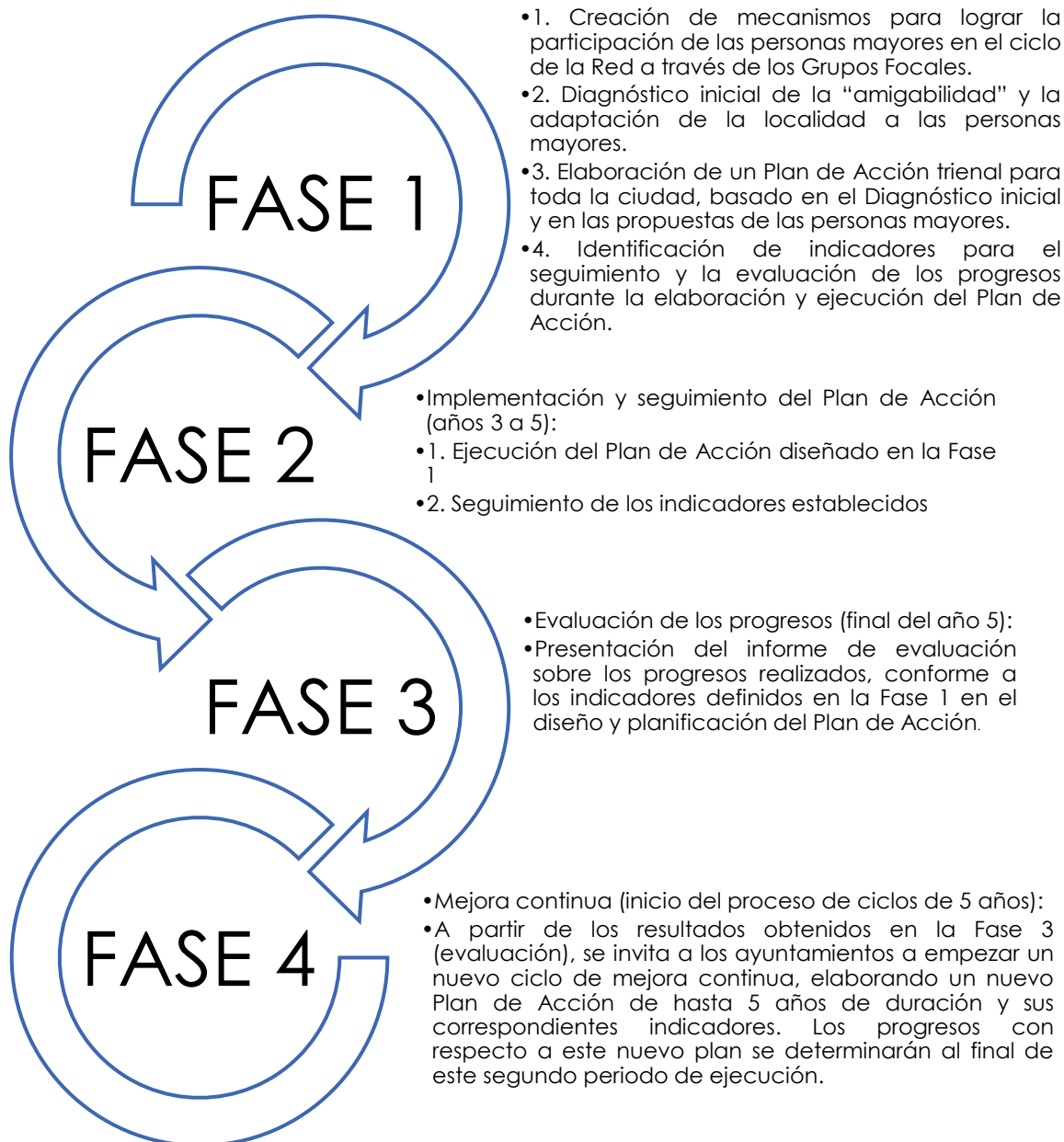
También es importante destacar el Dictamen del Comité Económico y Social Europeo sobre la “Implicación y participación de las personas mayores en la sociedad” en el que manifiesta que:

- 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.

3.- Las fases del proceso para convertirse en Ciudad Amigable

Para formar parte de la Red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores, la OMS requiere seguir una metodología específica aprobada en el Protocolo de Vancouver que se basa en los postulados de la investigación- acción.

En este Protocolo se establecen cuatro fases que tienen una duración total de entre 6 y 10 años. Son las siguientes:



Una vez que se finalice la cuarta fase, las Ciudades Amigables pueden seguir perteneciendo a la Red si se comprometen a seguir implantando ciclos de mejora continua, siempre contando con la participación de las personas mayores.

En este documento se presenta el proceso seguido en la implantación de la Fase 1 del proyecto.

4.- Situación de partida. Indicadores sociodemográficos

El envejecimiento acelerado de la población es un fenómeno que se está dando de manera global en todo occidente. Los principales motivos son el aumento de la esperanza de vida y la baja tasa de natalidad. Este fenómeno generalizado tiene su reflejo también en Ribaforada, donde un 18,81% de habitantes tienen 65 o más años y un 5,93% 80 o más.

En este capítulo se presenta un análisis pormenorizado de los principales indicadores sociodemográficos para conocer cuál es el contexto de partida, que posteriormente será completado con el análisis cualitativo aportado por las propias personas mayores e informantes clave.

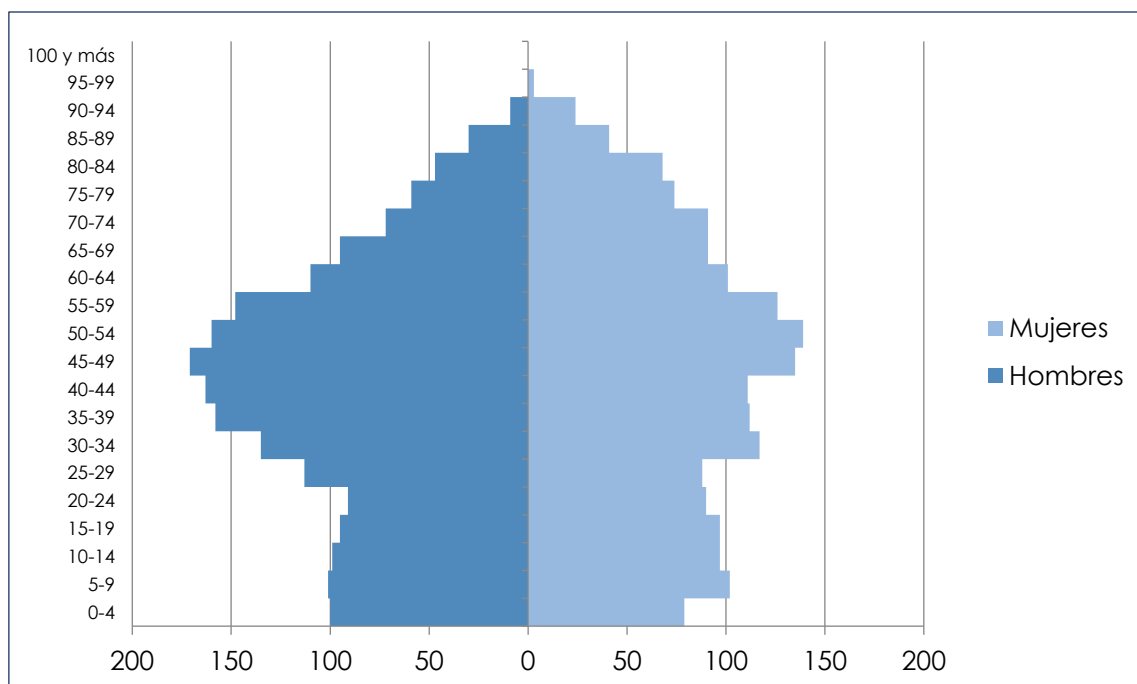
Resumen de datos

| | Total | Hombres | Mujeres |
|--|--------|---------|---------|
| >65 sobre población total | 18,81% | 44,32% | 55,68% |
| >80 sobre población total | 5,93% | 38,74% | 61,26% |
| Tasa riesgo pobreza | 30,29% | 29,53% | 31,13% |
| Personas de 65 y más años que viven solas | 20,17% | 26,05% | 73,95% |

4.1.- Las personas mayores por edad y sexo

La distribución de la población de Ribaforada por sexo y edad se puede observar a través de la pirámide de población que a continuación se presenta:

Pirámide de población



Como puede comprobarse, el mayor número de habitantes de Ribaforada tiene entre 40 y 59 años, por lo que se prevé que en las próximas décadas la tasa de envejecimiento de la localidad se verá incrementada sustancialmente.

A 1 de enero de 2018 en Ribaforada constaban empadronadas 3.742 personas, 1956 hombres y 1.786 mujeres. De estas personas, un 18,81% son mayores de 65 años (312 hombres y 392 mujeres).

Población total y >65 años. % sobre población total

| Población total | Hombres | Mujeres | Población >65 | Hombres >65 | Mujeres >65 | % >65 sobre población total |
|-----------------|---------|---------|---------------|-------------|-------------|-----------------------------|
| 3742 | 1956 | 1786 | 704 | 312 | 392 | 18,81 |

Hay que tener en cuenta que de las 704 personas de 65 o más años empadronadas en Ribaforada, un 31,53% tienen 80 o más años, lo que se denomina el envejecimiento del envejecimiento. Su peso sobre el total de la población es del 5,93%.

Población >80 años. Absoluto y %

| Población >80 | Hombres >80 | Mujeres >80 | % sobre población total | % sobre >65 |
|---------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| 222 | 86 | 136 | 5,93 | 31,53 |

Una característica importante del grupo de edad =>80 es su feminización, de hecho, en Ribaforada un 61,26% son mujeres.

Población por grupo de edad y sexo. Absolutos y %

| Edad | Total | Hombre | Mujer |
|--------------|-------|-------------|-------------|
| 65-69 | 186 | 95 (51,08%) | 91 (48,92%) |
| 70-74 | 163 | 72 (44,17%) | 91 (55,83%) |
| 75-79 | 133 | 59 (44,36%) | 74 (55,64%) |
| 80-84 | 115 | 47 (40,87%) | 68 (59,13%) |
| 85-89 | 71 | 30 (42,25%) | 41 (57,75%) |
| 90-94 | 33 | 9 (27,27%) | 24 (72,73%) |
| 95-99 | 3 | 0 (0%) | 3 (100%) |
| Más de 99 | 0 | 0 (0%) | 0 (0%) |
| Total | 704 | 312 | 392 |

La feminización de la vejez se aprecia de manera más notable cuanto más se incrementa el tramo de edad. De la población de 65 o más años total, un 55,68% son mujeres, porcentaje que aumenta hasta el 75% en el tramo de mayores de 90.

4.2.- Las personas mayores y la soledad

Personas de 65 y más años que viven solas. Por sexo y tramos quinquenales de edad

| | Hombres | Mujeres | Total | %* | |
|----------------------|---------|---------|-------|-------|--|
| 65-69 años | 8 | 8 | 16 | 8,6 | |
| 70-74 años | 9 | 24 | 33 | 20,25 | |
| 75-79 años | 8 | 19 | 27 | 20,3 | |
| 80-84 años | 6 | 23 | 29 | 25,22 | |
| 85 y más años | 6 | 31 | 37 | 34,58 | |
| Total | 37 | 105 | 142 | | |

Fuente: Sistema Integrado de Población de Navarra (SIPNA)

* Porcentaje sobre el total de la población de 65 y más años de Ribaforada, por cada grupo de edad.

4.3.- Las personas mayores y la dependencia

Índice de dependencia Senil. Población >59/20-59

| | |
|-------------------|-------------|
| Ribaforada | 44,5 |
| Navarra | 47 |

Fuente: Instituto de Estadística de Navarra. 2018

Cálculo: Relación entre la población mayor de 59 años y la población potencialmente activa (de 20 a 59 años).

La tasa de dependencia es el índice demográfico que expresa la proporción existente entre la población dependiente y la activa, de la que aquella depende.

4.4.- La situación económica de las personas mayores

El Instituto de Estadística de Navarra publica los datos sobre el riesgo de pobreza en la Comunidad Foral desagregados por sexo y edad.

Tasa de riesgo de pobreza por edad y sexo en Navarra

| | Ambos Sexos | Hombres | Mujeres |
|---------------------------|-------------|---------|---------|
| Total | 21,7 | 20,3 | 23,1 |
| Menores de 16 años | 29,4 | 29,4 | 29,5 |
| De 16 a 29 años | 27,2 | 25,7 | 28,8 |
| De 30 a 44 años | 21,7 | 19,8 | 23,6 |
| De 45 a 64 años | 18,3 | 17,7 | 18,9 |
| De 65 y más años | 16,8 | 12,8 | 20,1 |

Como se observa en la tabla, las personas mayores son las que menos riesgo de pobreza presentan dentro del conjunto de la población. Sin embargo, es destacable la diferencia entre hombres y mujeres mayores, teniendo éstas 7,3 puntos de desventaja respecto a los hombres, la mayor diferencia entre sexos de todos los grupos de edad.

Tasa de riesgo de pobreza por sexo en Ribaforada

| Total | Hombres | Mujeres |
|--------------|---------|---------|
| 30,29 | 29,53 | 31,13 |

Ribaforada presenta una tasa de riesgo de pobreza 8,58 puntos superior a la media de Navarra, situada en 21,71 puntos. Al igual que en el resto de la Comunidad, las mujeres tienen una mayor tasa de riesgo de pobreza que los hombres.

La distribución sexual de trabajo que tradicionalmente ha dejado para las mujeres el espacio doméstico o trabajos de menor remuneración, ha hecho que coticen menos tiempo y por menor cantidad, lo que se ve reflejado en las

pensiones que actualmente reciben. Esto unido a su mayor esperanza de vida, hace que el riesgo de pobreza sea mayor para ellas.

Una de las claves para conocer el perfil económico de las personas mayores es comprobar las pensiones contributivas que reciben de la Seguridad Social, aunque hay que tener en cuenta que estas pensiones también pueden estar dirigidas a personas con edades inferiores a 65 años. En este municipio, 498 personas cobran una pensión por jubilación, 194 por viudedad, 91 por incapacidad permanente y 1 mujer por favor familiar.

Según datos de abril de 2019, en Ribaforada la pensión media por jubilación es de 1.006,64€ mensuales y la de viudedad se sitúa en 652,03€. La pensión por incapacidad permanente supone una media mensual de 1.054,90€ y la de favor familiar 500,20€.

También hay que destacar que existen otro tipo de coberturas como Pensiones No contributivas de Jubilación, Pensiones No contributivas de Invalidez, Renta Garantizada, etc.

Pensión media según tipo de pensión contributiva

| Municipio | Incapacidad permanente | | Jubilación | | Viudedad | | Favor familiar | | Total | |
|-------------------|------------------------|---------------|------------|---------------|----------|---------------|----------------|---------------|--------|---------------|
| | Número | pensión media | Número | pensión media | Número | pensión media | Número | pensión media | Número | pensión media |
| RIBAFORADA | 91 | 1.054,90 | 498 | 1006,64 | 194 | 652,03 | 1 | 500,2 | 795 | 917,33 |

Atendiendo a los datos desagregados por sexo, se puede observar la brecha de género existente, siendo inferiores las cuantías medias que cobran las mujeres por las pensiones de Incapacidad permanente y jubilación. Por otra parte, es mayor la presencia de mujeres en las pensiones de viudedad (93,30%) y de favor familiar (100%), que son las pensiones de menor cuantía económica.

Pensión media según tipo de pensión contributiva por sexo

| | Incapacidad permanente | Jubilación | Viudedad | Favor familiar | Total |
|-------------------|------------------------|------------|----------|----------------|---------|
| Ribaforada | 1.054,90 | 1006,64 | 652,03 | 500,2 | 917,33 |
| Hombres | 1.160,90 | 1.114,89 | 484,61 | 0 | 1091,38 |
| Mujeres | 849,66 | 797,78 | 664,05 | 500,2 | 735,66 |

4.5.- Las personas mayores extranjeras

Las personas extranjeras suponen un 16,49% respecto a la población total, superior a la media de Navarra que se sitúa en el 9,1%. En Ribaforada la población extranjera está muy masculinizada, de hecho, el 61,59% de las personas extranjeras son hombres.

| | Total | % | Hombres | % | Mujeres | % |
|--------------------------------------|-------|--------|---------|--------|---------|--------|
| Población extranjera | 617 | 16,49% | 380 | 61,59% | 237 | 38,41% |
| Población total de Ribaforada | 3742 | 100% | 1956 | 52,27% | 1786 | 47,73% |

Otra cuestión a destacar en Ribaforada es la cada vez mayor incorporación de personas de origen extranjero al grupo de edad de mayores de 65 años.

| | Total >65 | % | Hombres >65 | % | Mujeres >65 | % |
|-----------------------------|-----------|-----------------------------------|-------------|--------|-------------|--------|
| Población extranjera | 13 | 1,85% (sobre personas >65) | 7 | 53,85% | 6 | 46,15% |
| Población total | 704 | 18,81% (sobre población total) | 312 | 44,32% | 392 | 55,68% |

Si atendemos al grupo de personas mayores, encontramos 13 personas extranjeras de más de 65 años (7 hombres y 6 mujeres), lo que supone el 2,1 % del total de personas extranjeras, y un 1,85% 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, el grupo de personas mayores con nacionalidad extranjera que viven en Ribaforada está masculinizado; no así el de población total, donde la presencia de mujeres es superior a la de hombres.

5.- Diagnóstico de Amigabilidad en las áreas de investigación a través de los Grupos Focales y Entrevistas

5.1.- Áreas de investigación

Tal y como ya se ha comentado previamente, la participación de las personas mayores es primordial en todas las fases de las que consta el proyecto de Ciudades Amigables. De esta forma, el proceso seguido para realizar el diagnóstico de amigabilidad de Ribaforada se ha realizado contando con la participación de las propias personas mayores. Éstas son parte fundamental del proceso de Ciudades Amigables.

La que se presenta es la fase de diagnóstico en la que las propias personas mayores han participado en analizando cómo es su situación actual, pasada y cómo desean que sea a futuro. Partiendo de su experiencia sobre cómo es vivir en Ribaforada siendo una persona de 65 o más años, han establecido un diagnóstico de amigabilidad en el que se explicita qué puntos de cada una de las áreas estudiadas son positivos, en cuáles hay dificultades y se han propuesto diferentes soluciones y sugerencias de mejora.



(Presentación del proyecto en el día de nuestros mayores, 29 de agosto)

La OMS propone una metodología, que es la que se ha seguido, que establece 8 áreas del entorno rural y social que influyen en la salud y calidad de vida de las personas. Es en estas 8 áreas donde se ha desarrollado el proceso de análisis:

- i. Espacios al aire libre y edificios.
- ii. Transporte.
- iii. Vivienda.
- iv. Respeto e inclusión social.
- v. Participación social.
- vi. Comunicación e información.
- vii. Empleo y participación ciudadana.
- viii. Servicios Sociales y de la Salud.

El área de espacios al aire libre y edificios, se refiere a la adecuación de las zonas de tránsito, accesibilidad, iluminación, el acceso a zonas verdes de paseo, cómo son las zonas de convivencia exteriores: su dotación de bancos, zonas de sombra, recorridos seguros que promuevan la movilidad de las personas mayores.

El transporte tiene relación con la comunicación con otros núcleos urbanos para servicios y suministros. También se refiere a cómo es el transporte dentro del mismo municipio, las redes vecinales y los suministros habituales.

En el área de vivienda se analiza la adecuación, accesibilidad, confort y seguridad.

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, etc.

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

La participación ciudadana y 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.

5.2.- Metodología

El diagnóstico se presenta se ha elaborado uniendo la información recabada a través de tres técnicas de investigación diferentes que son las siguientes:

- i. Revisión de fuentes secundarias para conocer la realidad sociodemográfica de Ribaforada
- ii. Entrevistas en profundidad a informantes clave de la localidad
- iii. Grupos focales con personas mayores y con cuidadoras y personas proveedoras de servicios a este colectivo

Para realizar el análisis de fuentes secundarias se ha acudido a fuentes estadísticas oficiales como el Instituto de Estadística de Navarra o el Instituto Nacional de Estadística, además de otras como el Observatorio de la Realidad Social de Navarra o los propios Servicios Sociales de Base.

Hay que destacar que para analizar alguno de los puntos establecidos en la metodología, ha sido complicado acceder a los datos específicos de Ribaforada por cuestiones de secreto estadístico.

En cuanto a la parte cualitativa, se ha entrevistado a 18 personas que, por su posición social, laboral y/o experiencia, son consideradas informantes clave en la localidad. Las personas entrevistadas son las que a continuación se detallan:

INFORMANTES CLAVE- DIAGNÓSTICO DE AMIGABILIDAD CON LAS PERSONAS MAYORES EN RIBAFORADA

Alcalde: Tirso Calvo

Concejala: María Urdániz

Servicios Sociales de Base: Olga Cornago y Ana Carmen Almingol

Centro de Salud: Gregorio Aguado, Blanca Reinaldos, María José Pérez, Guadalupe Pozueta y Nuria Ruiz

Club de Jubilados: Macario Huguet, Bartolomé Lafraya, Ángel Huguet y Mariano Arriazu

Asociación el Encuentro: Isabel Ortigosa, Elena Carcavilla y Consuelo Asensio

Biblioteca: María José Baquedano

Parroquia: Jose Mari Garbayo

Estas personas han contribuido al diagnóstico aportando sus conocimientos y su punto de vista desde sus respectivas posiciones. Hay que tener en cuenta que cada una de estas personas es considerada experta en su campo de actuación.

Las entrevistas en profundidad han servido para que las personas entrevistadas desarrollen los aspectos que entienden más relevantes desde su perspectiva, añadiendo asimismo propuestas interesantes al documento final.

Con la información obtenida se ha establecido un marco de análisis cualitativo sobre la situación de las personas mayores en Ribaforada e incluso se han detectado áreas de mejora.

5.3.- Composición de los Grupos Focales

En Ribaforada se organizaron 4 grupos focales, tal y como dicta el Protocolo de Vancouver. Tres de los grupos estuvieron compuestos por personas mayores y uno por personas que cuidan y prestan sus servicios a quienes están en este grupo de edad.

Grupos 1, 2 y 3- Personas mayores

A continuación, se describe la composición de los grupos focales de personas mayores:

Edad: Dos de los grupos estuvieron compuestos por personas de 60 a 74 años, el tercero de ellos por personas de 75 y más años.

Sexo: El 57,14% de las personas que han participado han sido mujeres. Es destacable que uno de los grupos se compuso 100% por mujeres debido a que su esperanza de vida es mayor y, por lo tanto, son las más numerosas en el municipio dentro del grupo de personas mayores.

Nivel socioeconómico: Uno de los grupos puestos en marcha fue de nivel socioeconómico medio/alto y otros dos de nivel medio/bajo. Una cuestión a poner de relieve es que los grupos de nivel medio/bajo están compuestos mayoritariamente por mujeres.

Nivel de dependencia: El nivel de dependencia se determina según la respuesta dada por parte de las personas participantes en la ficha de recogida de información propuesta en el Protocolo.

| GRUPO | Nº DE PERSONAS | SEXO | EDAD | ESTADO DE SALUD ACTUAL | NIVEL SOCIOECONÓMICO |
|-------|----------------|--------------------------|--------------------|--|----------------------|
| 1 | 5 | Mujeres: 4 Hombres: 1 | Entre 60 y 74 años | Excelente: 0 Bueno: 2 Normal: 2 Débil/Frágil: 1 | Medio/Alto |
| 2 | 6 | Mujeres: 4 Hombres: 2 | Mayores de 75 años | Excelente: 1 Bueno: 2 Normal: 2 Débil/Frágil: 1 | Medio/Bajo |
| 3 | 3 | Mujeres: 3 Hombres: 0 | Entre 60 y 74 años | Excelente: 0 Bueno: 3 Normal: 0 Débil/Frágil: 0 | Medio/Bajo |

Grupo 4- Personas que cuidan y prestan sus servicios a personas mayores

Además, se organizó y llevó a cabo un cuarto grupo compuesto por personas que cuidan y prestan sus servicios a personas mayores. Este grupo quedó distribuido de la siguiente forma:

| GRUPO | Nº DE PERSONAS | SEXO | PERFIL |
|-------|----------------|------------|---|
| 4 | 7 | Mujeres: 7 | Cuidadoras profesionales, personal de residencia, Servicios Sociales, cuidadoras familiares |

5.4.- Diagnóstico por áreas. El discurso

Edificios y espacios al aire libre

Adecuación de las zonas de tránsito, accesibilidad, iluminación, acceso a zonas verdes de paseo, zonas de convivencia exteriores: dotación de bancos, zonas de sombra, recorridos seguros que promuevan su movilidad

Se destaca que uno de los espacios de paseo para las personas mayores el que transcurre al lado de la vía y por el Barranco. Las personas entrevistadas consideran que los jardines y espacios verdes están muy bien y hay bancos cada pocos metros. Los edificios públicos están todos reformados y no tienen barreras arquitectónicas. La iglesia también tiene el acceso adaptado. El único espacio donde se detectan barreras es en la piscina. Otro punto positivo de la localidad es que es bastante llana.

Sin embargo, también aprecian puntos de mejora como las aceras, que están llenas de badenes y con rebajes incómodos para personas con movilidad reducida, que se ven obligadas a transitar por la calzada. Asimismo, se considera que son necesarios aseos públicos. Durante el curso se instalan unos baños propiedad de la Mancomunidad en la zona del parque del colegio. Actualmente, cuando una persona mayor está en la calle y necesita ir al baño, acude a los de los bares o a los de los edificios públicos.

Se afirma que hay suficientes bancos para descansar en las zonas de paseo, pero no así en el centro del pueblo.

En varios momentos se hace referencia a la falta de iluminación de las calles, aunque se recalca que en esta cuestión se está al mismo nivel que otros países europeos, la tendencia es a colocar luces de led y evitar la contaminación lumínica. Se considera que el camino que transcurre por detrás de la Casa de Cultura está insuficientemente iluminado y da sensación de inseguridad.

En general, se aprecia que Ribaforada es una localidad segura, pero surgen miedos a la hora de salir a la calle cuando anochece, principalmente entre las mujeres. Se propone crear un servicio de vigilancia nocturna, al estilo de los serenos de antaño.

Transporte

Comunicación con otros núcleos urbanos para servicios y suministros. Transporte dentro del mismo municipio, redes vecinales, suministros habituales

Existe un servicio de autobús que llega hasta Tudela pasando por varios pueblos de la zona. Tiene un horario amplio y es cómodo. Sin embargo, se advierte que no está adaptado a personas con movilidad reducida. Además, al hacer tantas paradas le cuesta mucho llegar hasta Tudela. El tren tampoco está adaptado. Por estos motivos, las personas mayores que pueden se desplazan en coche propio o son sus hijos e hijas quienes les llevan. También existe la opción del taxi. Además, el Centro de Día dispone de transporte tanto para las personas de Ribaforada como para las que acceden desde otros municipios.

Llama la atención la cantidad de personas que mantienen el coche hasta edades muy avanzadas. La mayoría son hombres y lo utilizan para ir al huerto. También hay gente mayor que se desplaza en bicicleta o en coches sin carnet. Son varias las mujeres que al no tener carnet de conducir y enviudar se quedan sin la posibilidad de desplazarse en coche; son varias las que han adquirido coches sin carnet.

Vivienda

Adecuación de la vivienda, accesibilidad, confort y seguridad

La mayoría de las viviendas son unifamiliares y de dos plantas. Muchas personas mayores han adaptado la planta baja para no tener que acceder a pisos superiores. Además, gran parte de ellas han sustituido la bañera por ducha. Otra mejora que se detecta es la instalación de barandillas para acceder a los domicilios y sillas elevadoras para salvar las escaleras que separan las diferentes plantas. Sin embargo, otras muchas personas no han podido realizar estas obras por motivos económicos o de falta de espacio. Desde hace años ya no existen ayudas desde Derechos Sociales, sólo desde el Departamento de Vivienda. Ahora la burocracia se ha visto incrementada.

Todas las viviendas cuentan con calefacción, no así con aire acondicionado. Se detecta que algunas personas mayores no encienden la calefacción tanto como deberían porque creen que no les va a llegar con la pensión de la que disponen. Se afirma que es más una creencia que una realidad.

Respeto e inclusión social

Relaciones de vecindario. Relaciones en posibles épocas del año de mayor/menor población. Apoyo mutuo. Redes de apoyo social

En general, existe buena relación entre las personas que viven en Ribaforada. Sin embargo, se aprecia que la convivencia está cambiando y se pone el ejemplo de la fresca, costumbre que se está perdiendo. También se considera que está dándose un cambio en los modelos de familia y en las relaciones intrafamiliares, aunque siguen siendo fuertes. También lo son las relaciones de vecindad. El control social sigue funcionando.

Hay casos de soledad, pero existe la opinión generalizada de que se dan más por el carácter de la persona en concreto que rehúye relacionarse, que por falta de apoyo del vecindario.

Cada vez hay más cuidadoras (mujeres principalmente). En su mayoría viven en Ribaforada y cuidan a las personas mayores de forma externa.

Se aprecian diferencias en las relaciones según la época del año. En verano se sale y socializa más que en invierno. Principalmente los hombres son quienes se juntan en la zona de las cuatro esquinas, otro punto de reunión importante para los hombres son los huertos. Las mujeres se reúnen más en la asociación de jubilados o acuden a actividades como gimnasia y posteriormente van a tomar un café. También hay diferencias entre barrios, las vecinas del barrio de arriba se reúnen más en el parque.

En Ribaforada comienza a darse el fenómeno de personas inmigradas mayores de 65 años. Estas personas tienen redes de apoyo, ya sean familiares o de amistades. También se da la situación de personas extranjeras que están trabajando en la localidad y al hacerse sus padres y madres mayores los han ido trayendo. El colectivo de personas mayores extranjeras dependientes es cuidado en casa.

Participación social

Se refiere a espacios y/o actividades de ocio organizado (al aire libre o en centros)

En Ribaforada existen numerosas asociaciones y las más dirigidas a personas mayores están viviendo un período de cambio y adaptación a los intereses de las personas que acceden por primera vez a este colectivo. Antaño, se organizaba un día de fiesta al año en el que se reunían las diferentes asociaciones.

Se considera que, en general, la gente es muy participativa, principalmente cuando se organizan comidas y bailes, aunque también hay asistencia a las proyecciones de películas. En cuanto a las personas mayores extranjeras, quienes más participan son las de habla hispanohablante.

Comunicación e información

Acceso a información externa (prensa, tv, radio...) Acceso a la información y servicios propios del municipio. Acceso a internet

En Ribaforada funciona muy bien la televisión local, principalmente entre las personas mayores. Dentro de este colectivo, las más jóvenes manejan con soltura Whatsapp y Facebook. Se han organizado varios cursos sobre el uso de los teléfonos móviles. Otra forma de comunicación tanto para el Ayuntamiento como para las asociaciones es la cartelería. Además, la agenda cultural se buzonea a los domicilios. Se afirma que la información tiene que ser clara y repetirla tantas veces como sea necesario.

Participación ciudadana y empleo

Actividades de apoyo social y voluntariado organizadas e informales

Una de las actividades de voluntariado que se refieren es la recaudación anual contra el cáncer. Además, la Asociación el Encuentro colabora con el Ayuntamiento para la organización de actividades el 25 de noviembre. También existe voluntariado en el Banco de Alimentos y en la Parroquia. En el caso de la Parroquia existía un grupo de Cáritas que se dedicaba principalmente a la recogida y reparto de ropa. Este grupo, conformado exclusivamente por mujeres, ha tenido que paralizar su actividad porque los locales se encuentran en obras. En cuanto finalicen las obras se espera reactivarlo.

Hace años, dos monjas mayores visitaban a las personas enfermas de Ribaforada. Hay quien afirma que las personas mayores tienen reparos en ser visitadas por gente del pueblo por el qué dirán. Desde los SSB se ha solicitado voluntariado para impartir clases de castellano y ya son 4 las personas que se han ofrecido.

Se propone que el Ayuntamiento cuente con una base de datos de personas voluntarias que se ofrezcan para necesidades puntuales como acompañar a alguien al médico o llevarle la compra un día concreto.

Servicios sociales y de salud

Acceso a servicios de salud. Facilidad y rapidez

Se considera que la atención y el acceso a ambos servicios es fácil y rápido, la relación es amigable. Sin embargo, hay quien considera que en ocasiones el servicio de salud está colapsado y no hay citas. En estos casos, deben acudir a Tudela o Buñuel.

Los SSB atienden a la población de Ribaforada una vez por semana para cuestiones de dependencia, discapacidad y Servicio de Atención a Domicilio. Otras dos veces a la semana acuden para cuestiones generales. La atención es siempre con cita previa. Se atiende desde el Ayuntamiento o en casos concretos se hacen visitas a domicilio.

Lo más solicitado por parte de personas mayores de Ribaforada es información sobre ayudas. Las citas se están dando para la misma semana o para la semana siguiente. El Servicio de Atención a Domicilio da servicio a varias personas de la localidad.

Además, existe la opción del comedor social de lunes a viernes en los locales de la Asociación de Jubilados. Las personas usuarias pueden comer allí o llevarse la comida a casa, no hay reparto a domicilio. En su día se decidió no realizar reparto a domicilio por cuestiones sanitarias, aunque en otras localidades sí que existe la opción.

Asimismo, se cuenta con Centro de Día, que ha tenido muy buena acogida y se está estudiando ampliar el horario. Acuden personas tanto de Ribaforada como de otros pueblos cercanos. Se ofrece fisioterapia, actividades y talleres de ocio, así como salidas a la piscina. El grado de dependencia de las personas que asisten es variado. El hándicap que se detecta es el horario y que sea de lunes a viernes. Asimismo, para algunas personas supone un desembolso elevado. Se echa en falta una residencia de ancianos que evite que las personas mayores se vean obligadas a salir de la localidad cuando ya no pueden vivir solas.

Un tiempo estuvo funcionando el servicio de respiro durante las tardes y hacía una buena labor una vez que cerraba el centro de día.

5.5.- Resumen de la amigabilidad

| Edificios y espacios al aire libre | | |
|--|--|--|
| Aspectos positivos | Barreras | Propuestas de mejora |
| <ul style="list-style-type: none"> - Localidad con parques y paseos, limpios y bien acondicionados. - Fácil de recorrer andando o en bici. - Edificios públicos sin barreras arquitectónicas. | <ul style="list-style-type: none"> - Aceras muy estrechas y bordillos inadecuadamente rebajados. - Falta un aseo público permanente. - Sensación de inseguridad en algunas zonas por falta de iluminación. - Dotación insuficiente de bancos en el centro del pueblo. - En el cementerio, la gravilla impide el acceso a personas con movilidad reducida. | <ul style="list-style-type: none"> - Revisar las aceras y mejorar los rebajes de los bordillos. - Instalar un baño público permanente. - Instalar más bancos en el centro del pueblo. - Mejorar la iluminación de la parte trasera de la Casa de Cultura. - Mejorar el pavimento de algunas zonas del cementerio. - Creación de un servicio de vigilancia nocturno, al menos durante las primeras horas de la noche. |

| Transporte | | |
|---|---|--|
| Aspectos positivos | Barreras | Propuestas de mejora |
| <p>- Transporte público con frecuencias y horarios suficientes. (Autobús, tren y taxi).</p> <p>- Oportunidad de contar con familiares y/o vecinos para hacer ciertos desplazamientos.</p> | <p>- El autobús tarda mucho tiempo en llegar a Tudela por el recorrido que hace.</p> <p>- Transporte público no adaptado a personas con movilidad reducida.</p> <p>- Personas que conducen hasta muy mayores.</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> |

| 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>- Gran satisfacción con el Centro de Día.</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>- Existencia de muchas viviendas envejecidas y abandonadas en el centro.</p> <p>- No hay residencia.</p> | <p>- Estudiar la viabilidad de crear una residencia.</p> <p>- Contar con un servicio de reparto de comida del comedor social al domicilio de personas con dificultades de movilidad.</p> |

| Respeto e inclusión social | | |
|---|--|--|
| Aspectos positivos | Barreras | Propuestas de mejora |
| <ul style="list-style-type: none"> - Localidad en la que se vive con respeto e inclusión. - Buena convivencia vecinal. - Redes familiares y vecinales que permiten detectar necesidades de algunos vecinos/as y ponerles solución. | <ul style="list-style-type: none"> - Interculturalidad no lograda; cuesta que todos los colectivos se integren. - Las personas mayores comparten pocas actividades con personas de otras edades. | <ul style="list-style-type: none"> - Realizar más actividades intergeneracionales; como talleres de intercambio de conocimientos. - Compartir espacios que favorezcan la integración de los diferentes grupos de edad. |

| Participación social | | |
|--|---|--|
| Aspectos positivos | Barreras | Propuestas de mejora |
| <ul style="list-style-type: none"> - Localidad con muchas y variadas opciones para participar. - Oferta amplia de actividades de todo tipo organizadas a través del Ayuntamiento, Club de Jubilados y otras entidades. | <ul style="list-style-type: none"> - Insuficiente participación en algunas actividades, fundamentalmente masculina. - Personas no participan por miedo o vergüenza (por ejemplo, en la gimnasia). | <ul style="list-style-type: none"> - Actividades que aprovechen el conocimiento, experiencia y aportación de las personas mayores, poniendo en valor su contribución a la sociedad. |

| Comunicación e información | | |
|--|--|---|
| Aspectos positivos | Barreras | Propuestas de mejora |
| <ul style="list-style-type: none"> - Información y comunicación accesible. - Diferentes recursos proveen de información y asesoramiento individual y/o colectivo. - Se accede a la información sin dificultad por los propios medios o, en algunos casos, con la ayuda de familiares. - Televisión local muy valorada. | <ul style="list-style-type: none"> - Brecha digital: apenas se utiliza internet para informarse o hacer gestiones. - Acceso a la TV local a través de plataformas de pago. | <ul style="list-style-type: none"> - Continuar organizando programas de formación en Nuevas Tecnologías específicos para personas mayores, (contenidos, ritmos y metodología adaptados a las características y necesidades concretas de este colectivo). |

| Participación ciudadana y empleo | | |
|--|---|---|
| Aspectos positivos | Barreras | Propuestas de mejora |
| - La llegada a la jubilación se vivencia como una etapa para continuar realizando actividades, mantenerse activas y disfrutar del ocio y tiempo libre. | - Poca participación de las personas mayores en la vida cívica. | - 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). |

| Servicios sociales y de salud | | |
|--|--|--|
| Aspectos positivos | Barreras | Propuestas de mejora |
| <ul style="list-style-type: none"> - Buena atención recibida en los centros de atención primaria y en los servicios sociales. - El Servicio de Atención Domiciliaria (SAD) realiza una importante labor entre el colectivo de personas mayores. - Longevidad y calidad de vida. - Menor sensación de soledad que en la ciudad debido a la atención continua de familiares y vecinos. | <ul style="list-style-type: none"> - Desconocimiento de las ayudas por parte de muchas personas mayores. - Cuantía de las ayudas económicas a la dependencia insuficiente. - Desconocimiento sobre cómo abordar demencias. - Problemas para administrar la medicación. | <ul style="list-style-type: none"> - Contar con geriatra o con un Servicio de Atención Psicogeriátrica telefónico. - Poner en marcha campañas de promoción de la salud y de envejecimiento activo que incluyan actividades que fomenten la actividad cognitiva y física. - Organizar un voluntariado que pueda hacer determinadas tareas, fundamentalmente de acompañamiento. - Estudiar la posibilidad de crear una Residencia. |

6.- Soporte profesional

El presente trabajo ha contado con la colaboración profesional de María Ibarrola Lostalé y Gonzalo Reguera Zaratiegui del espacio colaborativo InPactos.



7.- Agradecimientos

Queremos agradecer a todas las personas que de manera directa o indirecta han participado en el desarrollo del diagnóstico de la amigabilidad de Ribaforada con las personas mayores. A todas aquellas que han aportado sus vivencias y sugerencias para hacer de la localidad un lugar más amigable con las personas mayores.

Esperamos que el proyecto haya posibilitado la apertura de nuevos canales de participación de las personas mayores en Ribaforada, 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.

Asimismo, queremos agradecer la colaboración técnica y disponibilidad del IMSERSO, y el impulso que se está haciendo de la Red de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores en todo el Estado.

Ribaforada
amigable con las
personas
mayores

