

Diagnóstico de amigabilidade coas Persoas Maiores

-2023-



Concello de Láncara



**Concello
de Láncaara**



ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN	1
2.	OBXECTIVOS DO DIAGNÓSTICO	2
3.	FILOSOFÍA QUE INSPIRA O PROXECTO.....	3
3.1.	Que é a Rede de Cidades e Comunidades Amigables coas Persoas Maiores	3
3.2.	Avellentamento activo no rural	5
3.3.	Outras filosofías.....	7
3.3.1.	Cidades e comunidades coidadoras	7
3.3.2.	O concepto de infraestrutura social.....	8
4.	PERFIL DO MUNICIPIO	10
4.1.	Datos do territorio	10
4.2.	Datos demográficos.....	12
4.2.1.	Estrutura e evolución da poboación	12
4.2.2.	Avellentamento demográfico: indicadores elementais.....	16
4.3.	Datos socioeconómicos	29
4.3.1.	Actividade empresarial e traballo.....	29
4.3.2.	Nivel de renda	31
4.3.3.	Nivel de estudos	33
4.3.4.	Estrutura dos fogares.....	35
4.4.	Recursos de interese para as persoas maiores	37
4.4.1.	Recursos sociais municipais.....	37
4.4.2.	Recursos sociosanitarios.....	39
4.4.3.	Servizos de Saúde	40
4.4.4.	Servizos culturais	41
4.4.5.	Asociacionismo	42
4.4.6.	Recursos de infraestrutura social	43
5.	METODOLOXÍA.....	45
5.1.	Deseño metodolóxico	45
5.2.	Selección da mostra	45
5.3.	Análise de resultados.....	50
6.	RESULTADOS	52
7.	CONSIDERACIÓNS FINAIS	69

8. REFERENCIAS70

ÍNDICE DE TÁBOAS

Táboa 1. Particularidades do avellentamento activo no rural.	6
Táboa 2. Indicadores demográficos de variación poboacional (1998-2021).	15
Táboa 3. Avellentamento de Galicia, Lugo e Láncara segundo indicadores demográficos elementais (2022).	18
Táboa 5. Renda neta media por persoa e fogar en Galicia, Lugo e Láncara (2021).....	31
Táboa 6. Importe (€) mensual medio das pensións na comarca de Sarria segundo grupo de idade e sexo (2022).....	32
Táboa 7. Importe (€) mensual medio das pensións en Láncara segundo grupo de idade (2022).....	33
Táboa 8. Participantes nos grupos focais de persoas maiores segundo sexo....	47
Táboa 9. Perfil de informantes clave.	50

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Localización do concello de Láncara.....	10
Figura 2. Mapa de Láncara segundo parroquias.	10
Figura 3. Mapa de Láncara segundo poboación por parroquia (2022).	11
Figura 4. Mapa de Láncara segundo a densidade poboacional (hab/km ²) por parroquia (2022).	12
Figura 5. Evolución da poboación de Láncara segundo sexo (1998-2022).	13
Figura 6. Mapa da variación poboacional (%) por parroquia (2000-2022).	13
Figura 7. Crecemento, saldo migratorio e saldo vexetativo do concello (1998-2021).	16
Figura 8. Poboación (%) de 65 ou máis anos por municipio (2022).	19
Figura 9. Estrutura da poboación de Láncara (2022).	22
Figuras 10 e 11. Estrutura de poboación (%) de Láncara en 2002 (arriba) e 2022 (abaixo).	23
Figura 12. Poboación (%) de Láncara por grupos etarios (1998-2022).	24
Figura 13. Poboación de Láncara por grupos etarios (1998-2022).	25
Figura 14. Empresas (%) con actividade en Láncara segundo actividade principal (2021).	30
Figura 15. Poboación ocupada (%) residente en Láncara segundo rama de actividade (2021).	31
Figura 16. Comparación do nivel de estudos de persoas de 16 a 64 anos e de 65 ou máis anos (2021).	34
Figura 17. Comparación do nivel de estudos de homes e mulleres de 16 a 64 anos (2021).	34
Figura 18. Comparación do nivel de estudos de homes e mulleres de 65 ou máis anos (2021).	35
Figura 19. Persoas (%) residentes en Láncara segundo tipo de fogar (2021).	36
Figura 20. Persoas de 65 ou máis anos (%) residentes en Láncara segundo tipo de fogar (2021).	36

Figura 21. Persoas segundo o rango de idade (%) que viven en fogares unipersoais en Láncara (2021).	37
Figura 22. Persoas usuarias do SAF segundo modalidade de acceso ao servizo (2011-2021).	38
Figura 23. Vista da Pobra de San Xiao coa Residencia A Veiga ao fondo.	40
Figura 24. Centro de saúde na Pobra de San Xiao.	41
Figura 25. Obradoiro de manualidades da asociación O Noso Lar.	42
Figura 26. Parque biosaudable da Pobra de San Xiao.	43
Figura 27. División de Láncara en zonas para o desenvolvemento dos grupos focais.	46
Figura 28. Persoas enquisadas (%) segundo rango de idade.	47
Figura 29. Persoas enquisadas (%) segundo nivel de estudos.	48
Figura 30. Persoas enquisadas (%) segundo nivel de renda.	48
Figura 31. Persoas enquisadas (%) segundo estrutura do fogar.	49
Figura 32. Autopercepción do estado de saúde das persoas enquisadas.	49

1. INTRODUCCIÓN

Existe unha visión moi estendida das persoas maiores como persoas fráxiles ou improdutivas, froito dunha concepción da vida ligada ao traballo - mercantilmente recoñecido- tendente a asociar o retiro da vida laboral coa pasividade das persoas. Na actualidade, debido ao incremento da esperanza de vida e o peso preponderante das persoas maiores na estrutura poboacional, tamén escoitamos discursos alarmistas e estigmatizantes que relacionan ás persoas maiores cunha carga social e económica para a sociedade.

Se ben o aumento da lonxevidade trae consigo unha nova realidade e retos sociais, como apunta o economista e politólogo Joan Subirats (2016), estes discursos dan lugar a políticas insatisfactorias e desempoderadoras que toman ás persoas maiores como obxectos de atención e non como suxeitos capaces de decidir sobre a forma na que queren vivir a súa velez.

Diversos autores e institucións internacionais sinalan que os novos retos deben ser afrontados con novas miradas, o que supón repensar a concepción da velez e do avellentamento -pensándoo como un proceso que dura toda a vida-, así como as políticas para as persoas maiores. Neste marco sitúase a Rede de Cidades e Comunidades Amigables coas Persoas Miores da OMS, un proxecto baseado no paradigma do avellentamento activo que vén a recoñecer a diversidade das persoas maiores e a súa aportación á sociedade, e poñer en valor a participación cidadá, neste caso, das persoas maiores, como suxeitos activos no proceso de deseño da política municipal.

Este documento é o resultado do primeiro diagnóstico de amigabilidade do concello de Láncara coas persoas maiores. No seguinte apartado recóllense os obxectivos do proxecto. No terceiro, expónse a filosofía da Rede de Cidades e Comunidades Amigables coas Persoas Miores, un breve marco teórico sobre o avellentamento activo e outras filosofías que poden complementar a visión do proxecto. No cuarto apartado recóllese o perfil da comunidade, a través da análise de datos estatísticos sociodemográficos e socioeconómicos. No quinto, preséntase a metodoloxía empregada na fase cualitativa da investigación, cuxos resultados son expostos a continuación no sexto apartado. O documento remata cunhas breves consideracións finais.

2. OBXECTIVOS DO DIAGNÓSTICO

Este estudo diagnóstico constitúe o primeiro chanzo da fase de planificación do proceso de mellora da amigabilidade do concello de Láncara coas persoas maiores. O obxectivo principal é a avaliar o grao de amigabilidade da contorna social e física do municipio coas persoas maiores atendendo ás 8 áreas de traballo indicadas pola Organización Mundial da Saúde (en adiante OMS) no Protocolo de Vancouver. Deste xeito, propuxéronse os seguintes obxectivos específicos:

- **Identificar os aspectos** do concello que son **amigables coas persoas maiores**, poñendo o foco en 8 áreas de traballo: espazos ao aire libre e edificios, vivenda, transporte e mobilidade, respecto e inclusión social, participación social, comunicación e información, traballo e participación cidadá e Servizos Sociais e de Saúde.
- **Detectar as dificultades, puntos débiles e problemas.**
- **Detectar as fortalezas e oportunidades.**

3. FILOSOFÍA QUE INSPIRA O PROXECTO

3.1. Que é a Rede de Cidades e Comunidades Amigables coas Persoas Maiores

A Rede Mundial de Cidades e Comunidades Amigables coas Persoas Maiores é un proxecto promovido pola OMS que xorde no ano 2010 co obxectivo de conectar cidades, comunidades e organizacións en todo o mundo coa visión común de crear contornas locais amigables co avellentamento, lugares onde as persoas poidan avellentar dignamente e con calidade de vida.

A iniciativa pretende a incorporación da perspectiva do avellentamento da poboación na planificación das políticas locais, apoiándose na mirada e participación das persoas maiores. É dicir, contando con elas durante todo o proceso, escoitando as súas opinións, necesidades e propostas para conseguir que a contorna que nos rodea, tanto social como física, sexa unha contorna que facilite avellentar con saúde e continuar formando parte activa da sociedade.

A premisa sobre a que se asenta este proxecto é a idea de que unha cidade ou comunidade amigable coas persoas maiores promove o avellentamento activo. A OMS define o avellentamento activo como "o proceso de optimización das oportunidades de saúde, participación e seguridade co fin de mellorar a calidade de vida das persoas a medida que avellentan" (OMS, 2002). Así, a filosofía deste proxecto é construír comunidades que favorezan a mellora da calidade de vida das persoas no seu proceso de avellentamento mediante a promoción da saúde, a inclusión das persoas na vida comunitaria e a construción de espazos seguros. Esta filosofía concrétase en catro principios que caracterizan a unha cidade ou comunidade amigable coas persoas maiores:

1. Recoñece a gran **diversidade** entre as persoas maiores,
2. Promove a súa **inclusión** e contribución en tódolos ámbitos da vida comunitaria,
3. **Respecta** as súas decisións e eleccións de estilo de vida, e
4. **Anticípase e responde** con flexibilidade ás **necesidades e preferencias** relacionadas co avellentamento.

Para lograr a amigabilidade dunha comunidade, a Rede propón un proceso de catro fases:

1. **Diagnóstico e planificación** (duración de 1 a 2 anos): consistente na elaboración dun estudo diagnóstico do grao de amigabilidade do municipio coas persoas maiores e o posterior deseño dun plan de acción a implementar nos seguintes tres anos.
2. **Execución** (duración de 3 anos): fase na que se executa o plan de acción.
3. **Avaliación** (duración de 1 ano): fase de medición dos progresos, identificación dos éxitos e deficiencias persistentes e presentación dun informe dos progresos realizados.
4. **Mellora continua**: o municipio comeza o proceso de novo, partindo da avaliación final do plan anterior, entrando nun ciclo de mellora continua.

Ademais, e para facilitar o desenvolvemento de políticas que transversalicen a perspectiva do avellentamento no eido municipal, a OMS propón oito áreas de traballo que inflúen de forma directa na saúde e calidade de vida das persoas:

1. **Espazos ao aire libre e edificios**, co obxectivo de que estes faciliten ás persoas maiores relacionarse e realizar as tarefas da vida cotiá, tentando de que todas a persoas poidan utilizalos de forma libre e autónoma.
2. **Transporte**, co obxectivo de facilitar a mobilidade como elemento que determina o grao de participación social e cívica das persoas, as relacións sociais e o acceso aos servizos.
3. **Vivenda**, co obxectivo de que as vivendas cubran as necesidades das persoas ao longo de todo o ciclo vital.
4. **Respecto e inclusión social**, poñendo o foco na eliminación da discriminación por idade e outros factores como a cultura, o xénero, a situación de saúde ou o status económico.
5. **Participación social**, co obxectivo de brindar oportunidades de participación na vida social e facelas accesibles en termos económicos, informativos, xeográficos, etc.
6. **Comunicación e información**, co obxectivo de asegurar o acceso á información das persoas maiores, empregando as canles e a linguaxe axeitada, así como favorecendo o uso das novas tecnoloxías.

7. **Traballo e participación cidadá**, para dar visibilidade as aportacións das persoas maiores á comunidade e facilitar opcións que lles permitan seguir contribuindo.
8. **Servizos Sociais e de Saúde**, co obxectivo de asegurar a dispoñibilidade de coidados sociais e de saúde suficientes, accesibles, asumibles economicamente e de boa calidade.

3.2. Avellentamento activo no rural

Co obxectivo de superar as concepcións negativas da vellez relacionadas coa inutilidade e a decrepitude, nos anos 90 a OMS comezou a promover un enfoque máis optimista a través do concepto de “avellentamento activo” (Sánchez, 2016). As primeiras reflexións daban especial importancia á actividade física e ao estilo de vida saudable para avellentar mellor, ata que no ano 2002 estableceuse unha definición oficial:

O avellentamento activo é o proceso de optimización das oportunidades de saúde, participación e seguridade co fin de mellorar a calidade de vida a medida que as persoas avellentan. O avellentamento activo aplícase tanto aos individuos como aos grupos de poboación. Permite ás persoas realizar o seu potencial de benestar físico, social e mental ao longo de todo o seu ciclo vital e participar na sociedade de acordo coas súas necesidades, desexos e capacidades, mentres que lles proporciona protección, seguridade e coidados adecuados cando precisan asistencia. (OMS, 2002: 79)

Se ben a saúde na vellez pode verse influída pola herdanza xenética e as decisións e estratexias que os individuos adoptan ao longo da súa vida, a contorna física e social inflúe de forma determinante. Avellentar de forma activa e saudable é posible en contornas que efectivamente favorezan e faciliten formas de vida saudables (OMS, 2002). É neste sentido no que xorde e se adopta o concepto de “age-friendly cities” (“cidades amigables coa idade”) no XVIII Congreso Mundial da Asociación Internacional de Xerontoloxía e Xeriatría (2005) en Río de Janeiro, a partir do cal 33 cidades de todas as rexións do mundo levaron a cabo unha investigación para valorar a súa adaptación ás necesidades das persoas maiores. Froito desta investigación é o Protocolo de Vancouver, a guía seguida polas distintas cidades que se foron adherindo á Rede de Cidades Amigables coas Persoas Miores dende 2011.

Aínda que nun primeiro momento só se contemplou a mellora das contornas físicas e sociais no ámbito urbano, pronto foron incorporadas as “Comunidades”, como referencia ás contornas rurais nun sentido amplo. A Declaración de Dublín (OMS, 2013) sinalou que, se ben a tendencia á urbanización é crecente, en Europa moitas persoas maiores viven en zonas rurais, as cales tamén deben desenvolver a capacidade de promover a saúde, o benestar e a participación das persoas maiores.

Neste sentido, e tendo en conta que o rural non é homoxéneo, como tampouco o é o avellentamento; cómpre sinalar e ter en conta algunhas das particularidades compartidas que poden limitar ou facilitar o avellentamento activo no rural segundo a literatura especializada. Na Táboa 1 recolleemos as máis significativas relacionándoas con cada unha das oito áreas de traballo deste proxecto.

Táboa 1. Particularidades do avellentamento activo no rural.

Área	Particularidades do avellentamento activo no rural
Espazos ao aire libre e edificios	- Menos barreiras arquitectónicas que na cidade.
Transporte	- Dispersión da poboación e, en consecuencia, necesidade de transporte para acceder aos servizos dentro e fóra do municipio.
Vivenda	- Fogares pouco adaptados as necesidades de persoas en situación de dependencia.
Respecto e inclusión social	- Relacións sociais e veciñais activas e satisfactorias. - Soidade, especialmente sentida durante unha enfermidade e polas noites. - Pobreza.
Participación social	- Control social que pode limitar a libre elección de alternativas diferentes ás aceptadas. - Mantemento de estereotipos e roles de xénero que pode derivar na asunción en exclusiva das tarefas de coidados por parte das mulleres. - Menor participación masculina en actividades.

Fonte: elaboración propia a partir de Villarino (2017) e Centella e Rodríguez (2016).

Táboa 1 (continuación). Particularidades do avellentamento activo no rural.

Área	Particularidades do avellentamento activo no rural
Comunicación e información	<ul style="list-style-type: none"> - Descoñecemento de novas tecnoloxías e o seu uso. - Cobertura non universal e de baixa velocidade.
Traballo e participación cidadá	<ul style="list-style-type: none"> - Asociacionismo feminino. - Feminización dos coidados.
Servizos Sociais e de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Servizo de Axuda a Domicilio, complementado con outros servizos de proximidade, garanten a permanencia no fogar e a calidade de vida autónoma. - Pouca oferta privada. - Falta de persoal cualificado para desempeñar tarefas de axuda a domicilio. - A dispersión da poboación encarece e entorpece a prestación de servizos. - Insuficiencia e/ou saturación do apoio familiar.

Fonte: elaboración propia a partir de Villarino (2017) e Centella e Rodríguez (2016).

Como elementos que favorecen o avellentamento activo no rural destacan a calidade das relacións sociais e veciñais e o asociacionismo, en especial, a participación activa das mulleres neste tipo de iniciativas. Con todo, a dispersión poboacional e a escaseza de servizos de transporte público, son dous aspectos fundamentais que condicionan e limitan o avellentamento activo en diferentes ámbitos interrelacionados: restrinxindo a mobilidade das persoas, o acceso a servizos, as oportunidades de encontro e participación en actividades con outras persoas, etc.

3.3. Outras filosofías

3.3.1. Cidades e comunidades coidadoras

A socióloga Blanca Valdivia (2018) argumenta que, tras a revolución industrial, o deseño territorial das cidades e comunidades rurais articulouse en torno unha lóxica produtivista, que privilexia o fluxo óptimo de mercancías e forza de traballo. As cidades e comunidades produtivistas organízanse pensando nas necesidades e intereses das persoas en idade laboral con pouca carga de traballo de coidados, xeralmente homes en idade adulta. Esta ordenamento do territorio esquece as necesidades das persoas coidadoras, xeralmente mulleres, e de colectivos vulnerables, como os nenos e nenas, as persoas maiores ou as persoas con discapacidade.

Dende o urbanismo feminista, Valdivia (2018) defende a necesidade dun cambio de paradigma na planificación territorial cara a construción de cidades e comunidades coidadoras. Este enfoque garda paralelismos co marco teórico da Rede de Cidades e Comunidades Amigables, pero aporta novas ideas vencelladas á perspectiva de xénero. Así, as comunidades coidadoras son comunidades que favorecen a xeración de vínculos sociais mediante o mantemento de espazos públicos accesibles, ben acondicionados e que transmiten unha sensación de seguridade, ao contar cunha boa iluminación e zonas de sombra e descanso suficientes. As comunidades coidadoras favorecen un transporte público de calidade para vertebrar o territorio e garantir a conexión da cidadanía cos servizos públicos que precisa. En palabras de Valdivia, o paradigma das comunidades coidadoras implica unha mobilización de recursos públicos e sociais para construír, de forma participativa, comunidades que “nos coiden, que coiden o noso entorno, que nos deixen coidarnos e que nos permitan coidar a outras persoas (Valdivia, 2018: 79).

3.3.2. O concepto de infraestrutura social

O sociólogo estadounidense Eric Klinenberg argumenta no seu libro *Palacios del pueblo* (2021) que as persoas que participan en redes comunitarias fortes teñen vidas máis saudables, lonxevas e, en xeral, de maior calidade. Para Klinenberg unha das condicións indispensables para fomentar o mantemento e desenrolo de vínculos comunitarios é que o territorio dispoña de espazos materiais e infraestruturas físicas onde a xente se poida reunir de forma segura e amigable. Klinenberg denomina estes espazos de socialización *infraestruturas sociais*, definidas como as

condicións físicas que determinan o desenrolo do capital social. Cando a infraestrutura social é sólida, fomenta que amigos e veciños traben relación, se apoiem e colaboren entre si; cando está deteriorada, inhibe a actividade social e obriga que tanto as familias como as persoas que viven soas teñan que buscarse a vida (Klinenberg, 2021: 13-14).

Segundo a literatura especializada, algúns exemplos de infraestrutura social significativa para as persoas maiores son as bibliotecas públicas, os parques e prazas, os parques biosaudables, os centros comunitarios... pero tamén outros

espazos máis informais como cafeterías, bares ou ultramarinos. Son espazos que funcionan como punto de encontro para os veciños e veciñas, onde se traban relacións afectivas e vínculos sociais de gran valor para favorecer unha boa calidade de vida, previr a soidade non desexada ou fomentar relacións interxeracionais.

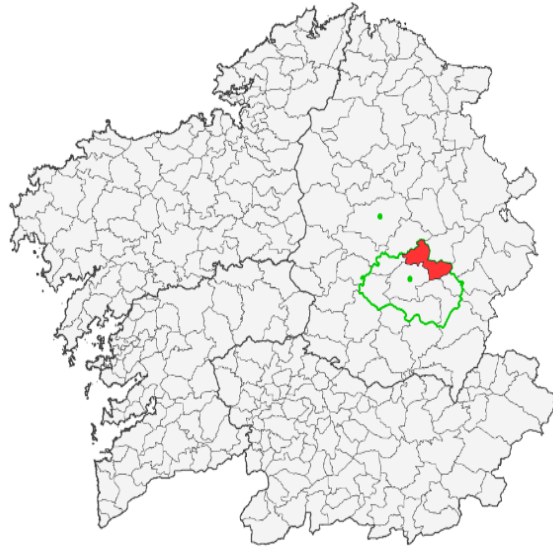
O concepto de infraestrutura social complementa e reforza o marco teórico do proxecto proposto pola OMS. O propio Klinenberg (2021) argumenta que as administracións públicas e a sociedade deben procurar identificar a infraestrutura social existente no territorio e o seu funcionamento, en caso contrario “pasarán por alto unha poderosa maneira de promover a participación cidadá e a interacción social” (Klinenberg, 2021: 27), dúas das oito áreas que vertebran o proxecto da Rede. Neste senso, o concepto de infraestrutura social será de gran utilidade para a realización da análise cualitativa dos puntos fortes e febles do municipio de Láncara con respecto ao seu grado de *amigabilidade* coas persoas maiores, así como na elaboración de propostas de mellora (apartados 6 e 7 deste informe).

4. PERFIL DO MUNICIPIO

4.1. Datos do territorio

Láncara é un municipio rural (2.501 habitantes) localizado na comarca de Sarria, na provincia de Lugo. Sitúase na denominada Galicia Central entre dous nodos de poboación: Lugo, capital de provincia con 97.211 habitantes, ao norte; e Sarria, cabeza de comarca con 13.214 habitantes, ao sur. Como os concellos rurais do seu arredor, Láncara presenta unha densidade de poboación baixa (20,6 habitantes por km²) nunha extensión de 121,7 km².

Figura 1. Localización do concello de Láncara.



Fonte: elaboración propia.

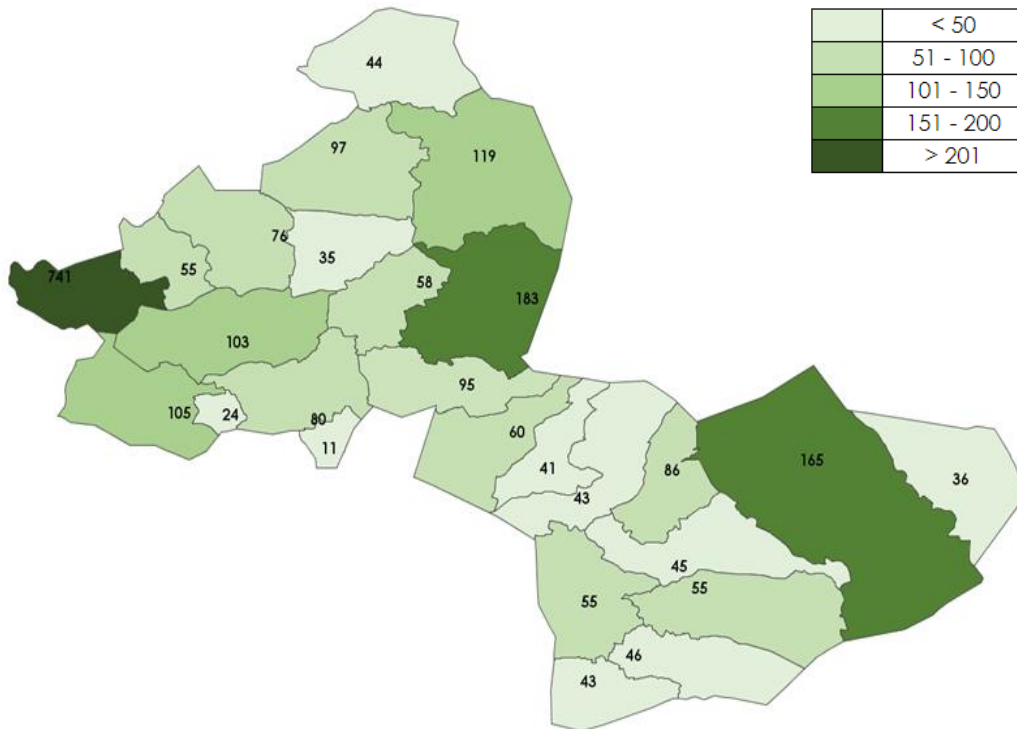
Figura 2. Mapa de Láncara segundo parroquias.



Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

O concello está conformado por 26 entidades de poboación ou parroquias (Figura 2), non obstante, a poboación e os servizos tenden a concentrarse na capitalidade do Concello, A Pobra de San Xiao. Esta parroquia conta con 741 habitantes, o que supón o 29,6% da poboación de todo o municipio. Séguenlle a parroquia de Láncara (183 habitantes) e a de Cedrón (165 habitantes) (Figura 3).

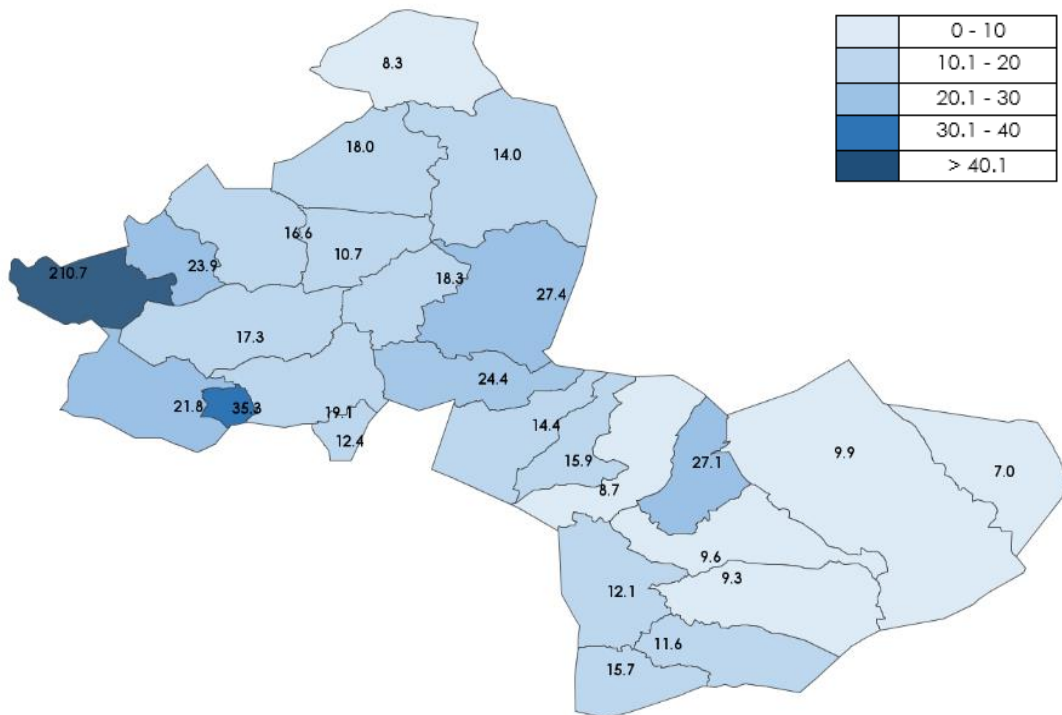
Figura 3. Mapa de Láncara segundo poboación por parroquia (2022).



Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

No seu relevo, sucédense espazos de chaira e de montaña, especialmente cara a zona oriental do municipio. Os montes de Láncara teñen unha altura de arredor de 600 m. sobre o nivel do mar, destacando o pico de Outeiro cunha altitude de 637 m. e o alto das Valiñas que supera os 1.000 m. de altura. A topografía do municipio incide na distribución da poboación. As parroquias con menor densidade poboacional sitúanse na zona montañosa do sur do municipio (Figura 4). Como indican Aldrey Vázquez e del Río (2014), o relevo montañoso pode favorecer a dispersión da poboación e o despoboamento dos territorios. As parroquias máis densamente poboadas son A Pobra de San Xiao cunha densidade de 210,7 habitantes/km e as súas parroquias adxacentes, ao norte do municipio.

Figura 4. Mapa de Láncara segundo a densidade poboacional (hab/km²) por parroquia (2022).



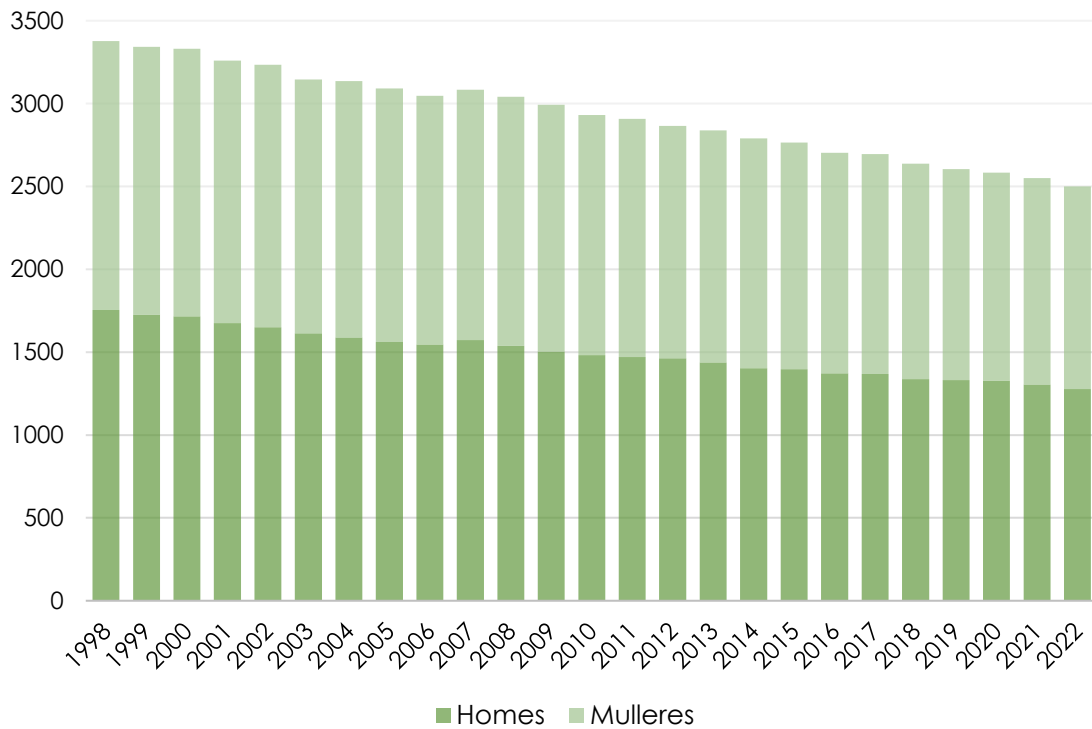
Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

4.2. Datos demográficos

4.2.1. Estrutura e evolución da poboación

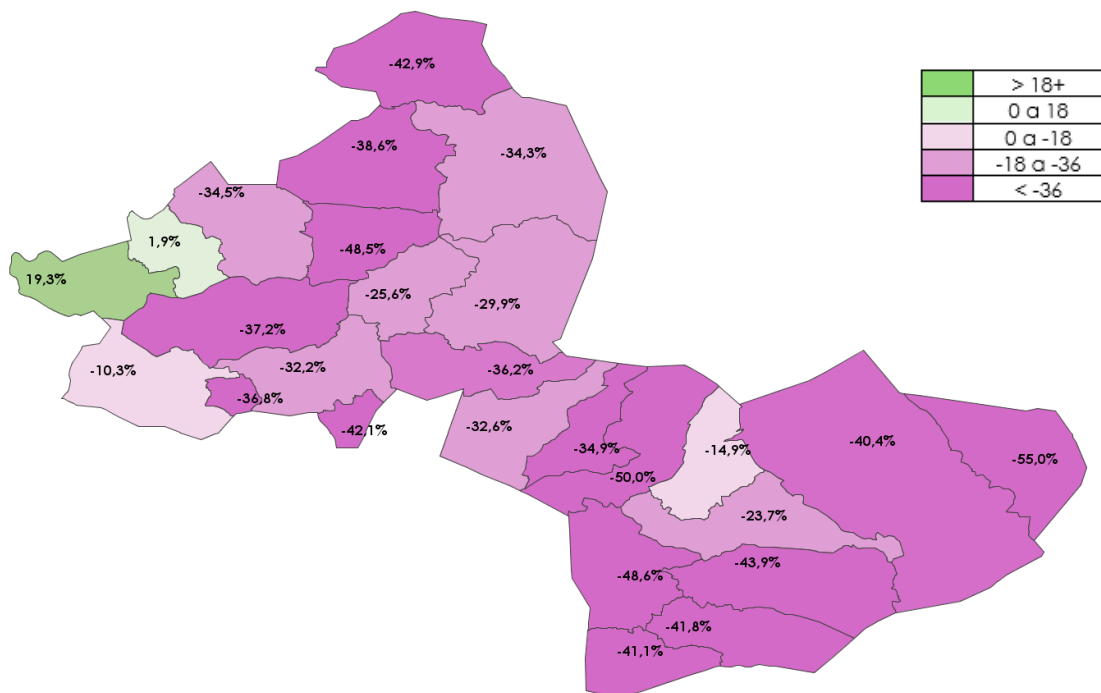
Na actualidade, Galicia amosa unha estrutura poboacional polarizada entre un eixo atlántico urbanizado cunha gran densidade de poboación e unha zona interior inmersa nun proceso de despoboamento nos territorios rurais (Fernández e Peón, 2017). Nos último vinte anos, Láncara foi perdendo poboación de forma paulatina, pasando dos case 3.500 habitantes do ano 1998 aos 2.501 en 2022 (Figura 5). Se atendemos á variación da poboación do período 2000-2022 nas parroquias do concello (Figura 6), observamos un descenso pronunciado da poboación, especialmente nas áreas montañosas do concello, que perderon ente o 40% e o 50% da súa poboación. As únicas parroquias que viron aumentado o seu número de habitantes son A Pobra de S. Xiao (+19,3%) e unha das parroquias limítrofes, Neira (+1,9%).

Figura 5. Evolución da poboación de Láncara segundo sexo (1998-2022).



Fonte: Elaboración propia a partir de datos do padrón municipal de habitantes (INE).

Figura 6. Mapa da variación poboacional (%) por parroquia (2000-2022).



Fonte: Elaboración propia a partir de datos do padrón municipal de habitantes (INE).

Segundo Edelmiro López Iglesias (2013), este proceso de despoboamento rural leva activo máis de 50 anos debido a un efecto arrastre provocado pola gran emigración producida nas décadas de 1960 e 1970, que xera un saldo vexetativo negativo (máis falecementos que nacementos cada ano). A maior parte das persoas que migraban tiñan menos de 30 anos, o que deixaba unha sociedade avellentada e, por conseguinte, produciuse un descenso da natalidade nestas zonas (Collantes e Pinilla, 2020).

Entre as diversas razóns deste despoboamento sinálase, por unha banda, á tecnificación das actividades agrarias e, ao mesmo tempo, a escasa diversificación económica nas zonas rurais, que limita a xeración de emprego en actividades industriais ou de servizos; e por outra banda, á migración feminina, para as que a cidade ofrecía maiores oportunidades e unha forma de evitar discriminacións de xénero propias da sociedade rural. Con todo, Collantes e Pinilla (2020) sinalan que a clave da despoboación do rural é a fenda entre as condicións de vida rurais e urbanas (acceso a servizos e infraestruturas).

Os datos desagregados para o período 1998-2021 para o conxunto do concello (Táboa 2) indican unha tendencia sólida de despoboamento. A taxa anual de decrecemento media é de $-1,2\%$, presentando valores negativos para todos os anos salvo para o ano 2006 ($+1,2\%$). As variacións poboacionais dun territorio dependen dos fluxos migratorios (emigracións e inmigracións) e dos fluxos vexetativos ou naturais (nacementos e falecementos), polo que analizar a distribución da perda de poboación empregamos os datos anuais do saldo migratorio e do saldo vexetativo. O saldo migratorio é unha operación estatística que contabiliza o número de inmigrantes menos o número de emigrantes. O saldo vexetativo contabiliza o número de nacementos menos o número de defuncións. A suma de ambos saldos coincide co (de)crecemento poboacional para un período determinado.

Con todo, é preciso realizar unha aclaración metodolóxica. Os datos de poboación, crecemento e taxa de crecemento da Táboa 2 proceden do Padrón Municipal de Habitantes do IGE, mentres que os datos dos saldos migratorio e vexetativo están extraídos da Estadística de Variacións Residenciais do INE, dúas fontes estatísticas que recollen datos demográficos en diferentes momentos do ano. Por iso, a suma final dos saldos non coincide

co (de)crecemento poboacional. Porén, os datos dos saldos migratorio e vexetativo permiten estimar canto contribúe cada fluxo ao despoboamento do concello.

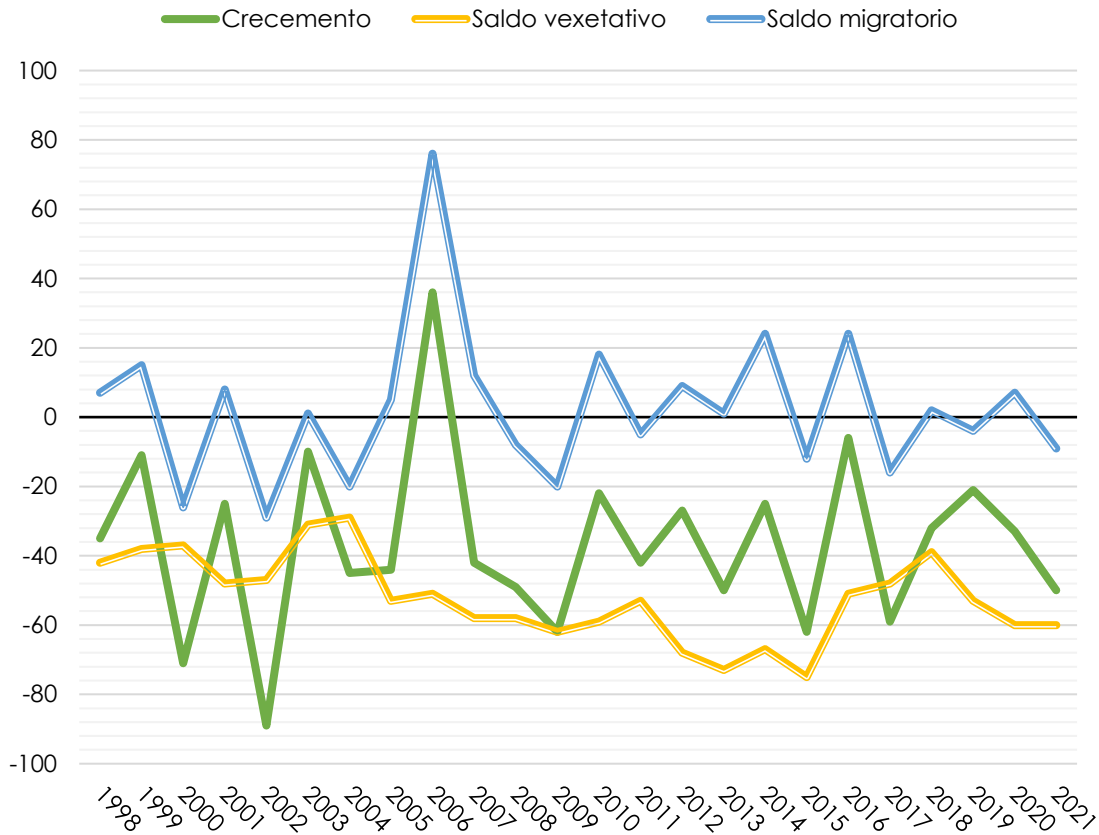
Se observamos a Táboa 2 e a Figura 7, vemos que o saldo vexetativo anual é negativo para todo o período avaliado, é dicir, durante todos os anos houbo máis falecementos que nacementos. Por contra, o saldo migratorio experimenta unha evolución en zigzag, con anos de crecemento migratorio e anos de decrecemento. Destaca o ano 2006 pola súa forte atracción migratoria, cun saldo positivo de 76 habitantes, quizá vinculado a novas edificacións urbanísticas na Pobra de S. Xiao. En conxunto, vemos que o despoboamento do concello débese fundamentalmente a un saldo vexetativo negativo constante, paliado, en anos puntuais, por un saldo migratorio positivo.

Táboa 2. Indicadores demográficos de variación poboacional (1998-2021).

Ano	Poboación	Crecedemento	Taxa crecedemento	Saldo migratorio	Saldo vexetativo
1998	3377	-35	-1,0%	7	-42
1999	3342	-11	-0,3%	15	-38
2000	3331	-71	-2,1%	-26	-37
2001	3260	-25	-0,8%	8	-48
2002	3235	-89	-2,8%	-29	-47
2003	3146	-10	-0,3%	1	-31
2004	3136	-45	-1,4%	-20	-29
2005	3091	-44	-1,4%	5	-53
2006	3047	36	1,2%	76	-51
2007	3083	-42	-1,4%	12	-58
2008	3041	-49	-1,6%	-8	-58
2009	2992	-62	-2,1%	-20	-62
2010	2930	-22	-0,8%	18	-59
2011	2908	-42	-1,4%	-5	-53
2012	2866	-27	-0,9%	9	-68
2013	2839	-50	-1,8%	1	-73
2014	2789	-25	-0,9%	24	-67
2015	2764	-62	-2,2%	-12	-75
2016	2702	-6	-0,2%	24	-51
2017	2696	-59	-2,2%	-16	-48
2018	2637	-32	-1,2%	2	-39
2019	2605	-21	-0,8%	-4	-53
2020	2584	-33	-1,3%	7	-60
2021	2551	-50	-2,0%	-9	-60
2022	2501	-	-	-	-

Fonte: elaboración propia a partir de datos do INE e do IGE.

Figura 7. Crecemento, saldo migratorio e saldo vexetativo do concello (1998-2021).



Fonte: elaboración propia a partir de datos do INE e do IGE.

4.2.2. Avellentamento demográfico: indicadores elementais

A definición e medición do fenómeno denominado como “avellentamento poboacional” é motivo de discusión no eido dos estudos demográficos. O indicador máis empregado para medir o proceso de avellentamento dunha poboación é o incremento do peso das persoas maiores de 65 anos sobre o total dunha poboación determinada. Segundo a teoría de Eggerickx e Tabutin, o proceso de avellentamento dunha poboación comprende o período de tempo dende que dita poboación sobrepasa o 5% de persoas maiores de 65 anos ata chegar ao 20%, porcentaxe a partir da cal podemos considerar que se trata dunha poboación avellentada (Borge, 2011).

Non obstante, algúns demógrafos e demógrafas son críticas con esta forma de definir e medir o avellentamento poboacional. Por unha banda, o demógrafo Julio Pérez (2021) argumenta que o concepto de avellentamento poboacional non é preciso nin adecuado, xa que se trata dunha metáfora organicista que

nos suxire que as poboacións son organismos vivos que nacen, crecen, avellentán e morren. Ante isto, indica que soamente avellentán os individuos, non as poboacións. Por outra banda, a socióloga e demógrafa Antía Pérez-Caramés (2019) discute o emprego do peso relativo da poboación maior de 65 anos como indicador para medir o avellentamento dunha poboación. Nas súas palabras:

Resulta conveniente insistir en que a idade de entrada na vellez é algo relativo, polo que (...) a idade media na que se estima que os seres humanos se fan vellos tendeu a variar ao longo da historia, avanzando a medida que aumentaba a esperanza de vida, e con ela aumentando tamén a proporción de persoas que cada vez tiñan máis anos. É dicir, o incremento da lonxevidade humana é un elemento que debemos ter en conta á hora de falar de avellentamento demográfico, evitando así manter inalterado o límite de idade co que se traballa nun intre dado e a partir do cal se adoita a definir como «vellas» ou «maiores» a un determinado grupo de persoas. (Pérez-Caramés, 2019: 342)

Segundo esta estela argumentativa, algunhas persoas investigadoras idearon o concepto de *idade prospectiva* para estimar o poboación que podemos considerar “maior” en termos de idade cronolóxica. A idade prospectiva trata de complexizar a idea de que as persoas maiores son “as persoas maiores de 65 anos”, medindo o proceso de avellentamento segundo o peso relativo, dentro dunha poboación determinada, da poboación cunha esperanza de vida de 15 ou menos anos (Abellán et al. 2014).

En calquera caso, nesta análise estatística de indicadores demográficos faremos uso de indicadores convencionais na contorna europea, española e galega, que toman como referencia ás poboacións maiores de 65 para medir o proceso de avellentamento poboacional e maiores de 80 anos para a medición do sobreavellentamento poboacional. Así mesmo, aportaremos datos para o colectivo de persoas maiores de 60 anos, xa que é o indicador empregado pola OMS para avaliar o avellentamento a nivel mundial. Con todo, o exposto ao inicio deste apartado non debe esquecerse. A etiquetaxe de todas as persoas maiores de 65 anos como “maiores” ou “vellas” é unha praxe imprecisa e indesexable, que contravén os principios do avellentamento activo.

Comezamos esta análise interpretando algúns indicadores demográficos elementais para a medición do avellentamento poboacional. Se comparamos a situación demográfica do concello de Láncara co contexto da provincia de Lugo e da rexión galega para o ano 2022, observamos que Láncara presenta uns índices de avellentamento superiores á media provincial e autonómica (Táboa 3). Segundo os datos do Padrón municipal, en Láncara a porcentaxe de persoas maiores de 60 anos sobre a poboación total é de 45,1%, fronte ao 37,6% da provincia lucense e o 33,2% da rexión galega. Observamos unha variación semellante no indicador da porcentaxe de persoas maiores de 65 anos.

Táboa 3. Avellentamento de Galicia, Lugo e Láncara segundo indicadores demográficos elementais (2022).

Indicador demográfico	Galicia	Lugo (provincia)	Láncara
Poboación 60+ anos (%)	33,20%	37,60%	45,10%
Poboación 65+ anos (%)	26,10%	29,90%	35,70%
Poboación 80+ anos (%)	8,80%	11,60%	14,40%
Ratio dependencia da terceira idade	41,7	49,8	63,2

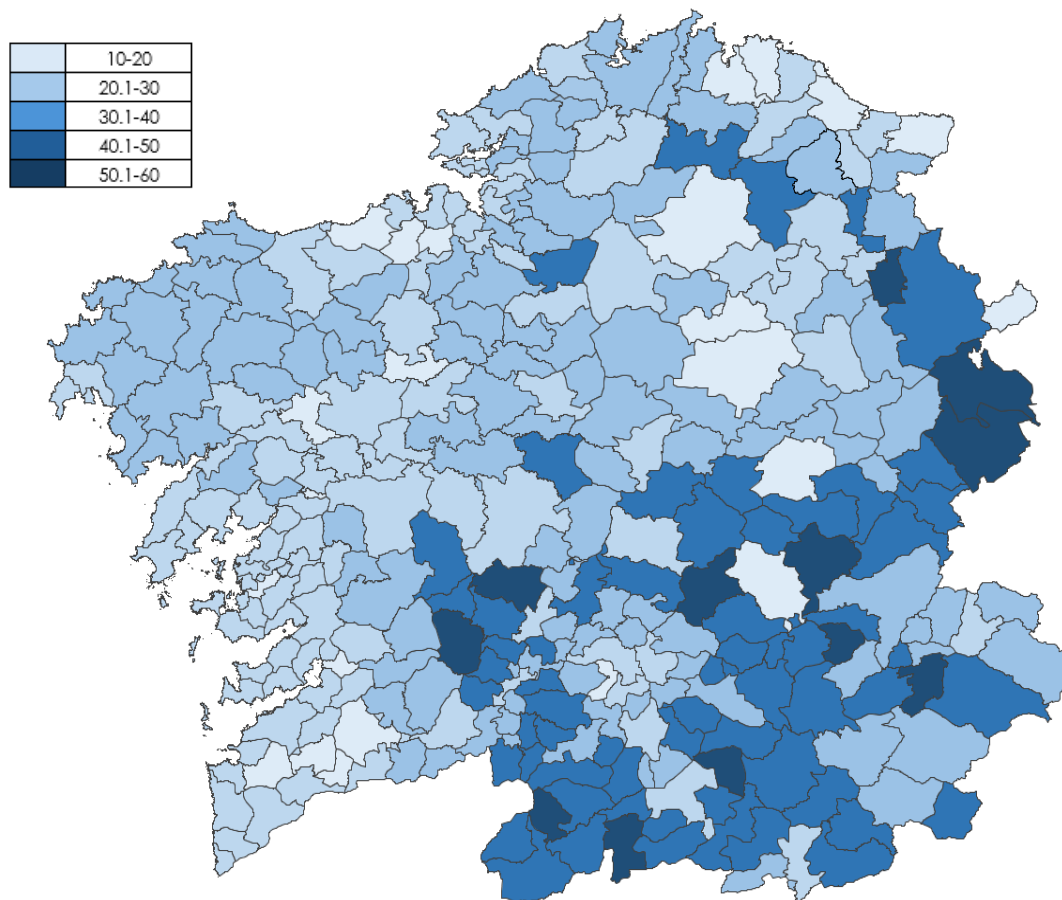
Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

Neste senso, diversos demógrafos indican que o fenómeno do avellentamento poboacional en Galicia presenta claros desequilibrios territoriais (Borge, 2011). Aldrey Vázquez e del Río (2014) falan de dúas Galicias con tendencias sociodemográficas contrapostas. Por unha banda, identifican a Galicia da franxa Ferrol-Tui, tamén coñecido como eixo urbano atlántico, onde se atopan os municipios máis dinámicos en termos demográficos e económicos. Os municipios situados no eixo atlántico presentan menor grao de avellentamento poboacional e maiores taxas de crecemento poboacional, grazas á atracción de migrantes interiores e exteriores en idade laboral. Este mapa complétase cos municipios onde se atopan cidades (Lugo, Ourense) e vilas con certo dinamismo económico (Cervo en Burela, Valdeorras, etc.) (Borge, 2011). Por outra banda, identifican unha Galicia interior ou oriental, que presenta un crecemento demográfico negativo, unha economía ruralizada de menor produtividade e maiores taxas de avellentamento (Borge, 2011). Segundo Aldrey Vázquez e del

Río (2014), os municipios galegos máis avellentados e que presentan un maior decrecemento poboacional nas últimas tres décadas correspóndense con

áreas de forte regresión económica, en moitos casos de topografía complicada (serras orientais, a dorsal montañosa meridiana que divide as provincias da Coruña, Lugo e Pontevedra) e/o deficientes comunicacións (comarcas centro-occidentais coruñesas e a Costa da Morte). (Aldrey Vázquez e del Río, 2014: 74)

Figura 8. Poboación (%) de 65 ou máis anos por municipio (2022).



Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

Por tanto, o encaixe de Láncara dentro do contexto galego debe ter en conta esta composición territorial. En termos sociodemográficos, o municipio de Láncara pertence á Galicia interior oriental, máis avellentada e con menor dinamismo económico. Con todo, Láncara presenta unha taxa de

avallentamento máis baixa que outros municipios galegos rurais (Borge, 2011). Así mesmo, tal e como se analizou no anterior apartado, o principal núcleo poboacional do municipio, A Pobra de San Xiao, experimentou un crecemento poboacional nas últimas dúas décadas, indicando certo dinamismo económico e demográfico. Por contra, as parroquias do sur do municipio presentan unha tendencia de despoboamento, quizá vencellada a súa topografía montañosa.

Se atendemos ao peso relativo da poboación maior de 80 anos, observamos uns valores de 14,4% para Láncara fronte ao 11,6% da provincia lucense e o 8,8% de Galicia (Táboa 3). A porcentaxe de poboación maior de 80 anos é un indicador demográfico relevante para estimar a demanda social de coidados de longa duración. Segundo a *Encuesta de Discapacidad, Autonomía personal y Situaciones de Dependencia* (EDAD) do Instituto Nacional de Estadística (INE) de 2020, en Galicia o 50,7% de persoas maiores de 80 anos manifestan ter unha ou máis discapacidades, fronte ao 18,5% da poboación entre 65 e 79 anos. Entre a poboación maior de 80 anos, o 41,5% dos homes manifestan ter unha ou máis discapacidades, fronte ao 56% das mulleres deste grupo etario, unha variación debida á maior esperanza de vida feminina. Así mesmo, o 36,3% das persoas galegas maiores de 80 anos con algunha discapacidade indican ter entre cinco e oito discapacidades. A discapacidade non implica situación de dependencia -é dicir, necesidade permanente de asistencia e coidados na realización de actividades básicas da vida diaria-, pero si é un factor de risco e variable preditora de gran relevancia (Abades Porcel e Rayón Valpuesta, 2012).

A ratio de dependencia da terceira idade é unha operación estatística que indica o número de persoas maiores de 65 anos por cada cen persoas de entre 16 e 64 anos. En principio, este indicador mide a carga económica que soporta a poboación activa (en idade laboral) con respecto á dependencia económica das persoas maiores de 65 anos. Así, é importante matizar que este indicador non mide a taxa de persoas en situación de dependencia. A pesar de ser moi empregado, é un indicador criticado por diferentes demógrafos e demógrafas por presupor que o umbral de 65 anos marca a fin da vida laboral.

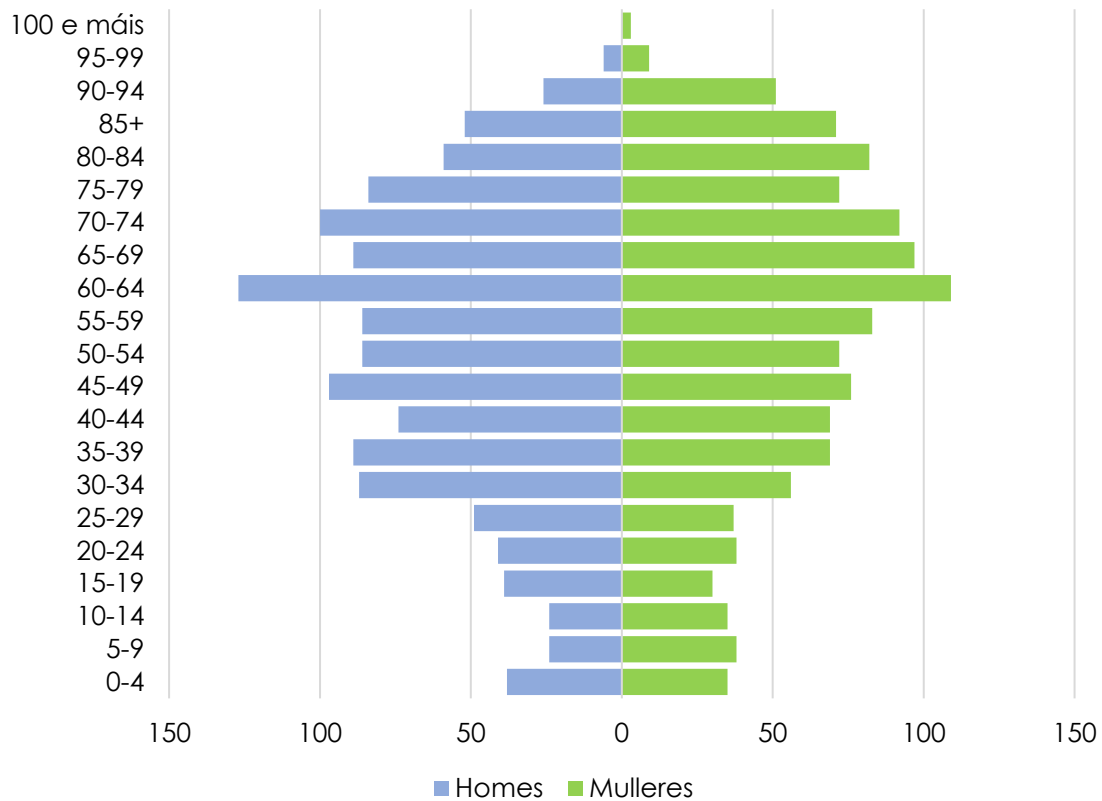
Tamén, esta ratio obvia as contribucións económicas e produtivas das persoas maiores en termos de traballo reprodutivo e de coidados, transferencias económicas interxeracionais, traballo de voluntariado, etc. (Miralles, 2010).

Outra crítica indica que esta ratio presupón que toda poboación en idade activa está ocupada, sen estimar o impacto do desemprego. En calquera caso, este indicador permite medir a relación entre persoas maiores de 65 anos e poboación entre 16 e 64 anos. Vemos que Láncara ten unha ratio superior á lucense e á galega, con 63 persoas maiores de 65 anos por cada persoa en “idade activa”, indicando un forte peso relativo das persoas maiores e xubiladas.

A pirámide de poboación é unha representación gráfica da estrutura poboacional dun territorio segundo idade e o xénero. Pode representarse en valores absolutos (Figura 9) ou relativos (Figuras 10 e 11). A pirámide demográfica de Láncara para 2022 (Figura 9) adopta unha forma romboidal tendente á pirámide invertida, cunha base minguada que expresa o baixo peso relativo da poboación moza e unha acumulación da poboación no grupo etario de persoas adultas maiores (60-79 anos). Trátase dunha estrutura poboacional avellentada, propia dos municipios rurais do interior oriental galego (Borge, 2011). Así mesmo, obsérvase unha masculinización da poboación en idade laboral plena (de entre 25 e 64 anos), que se estrutura en 695 homes fronte a 571 mulleres. A masculinización dos territorios rurais é unha característica propia do rural español, vencellada aos procesos migratorios cara as cidades comezados no ciclo de urbanización e industrialización intensa que experimentou o país entre 1950-1990 (Collante e Pinilla, 2020).

Esta estrutura por xénero cambia no quinquenio de persoas de entre 65 e 69 anos, onde comeza un predomino de poboación feminina (97 mulleres fronte a 89 homes). Así, das persoas empadroadas en Láncara maiores de 65 anos 416 son homes e 477 son mulleres, mentres que se atendemos á poboación maior de 80 anos acrecentase este desequilibrio, con 143 homes e 216 mulleres. Este fenómeno sociodemográfico débese á maior esperanza de vida da poboación feminina, que atende a factores biolóxicos e culturais. Con todo, a feminización da vellez no rural é un dato relevante para a comprensión das necesidades sociais do territorio e a planificación de políticas públicas, que deben prestar atención especial ao colectivo de mulleres maiores.

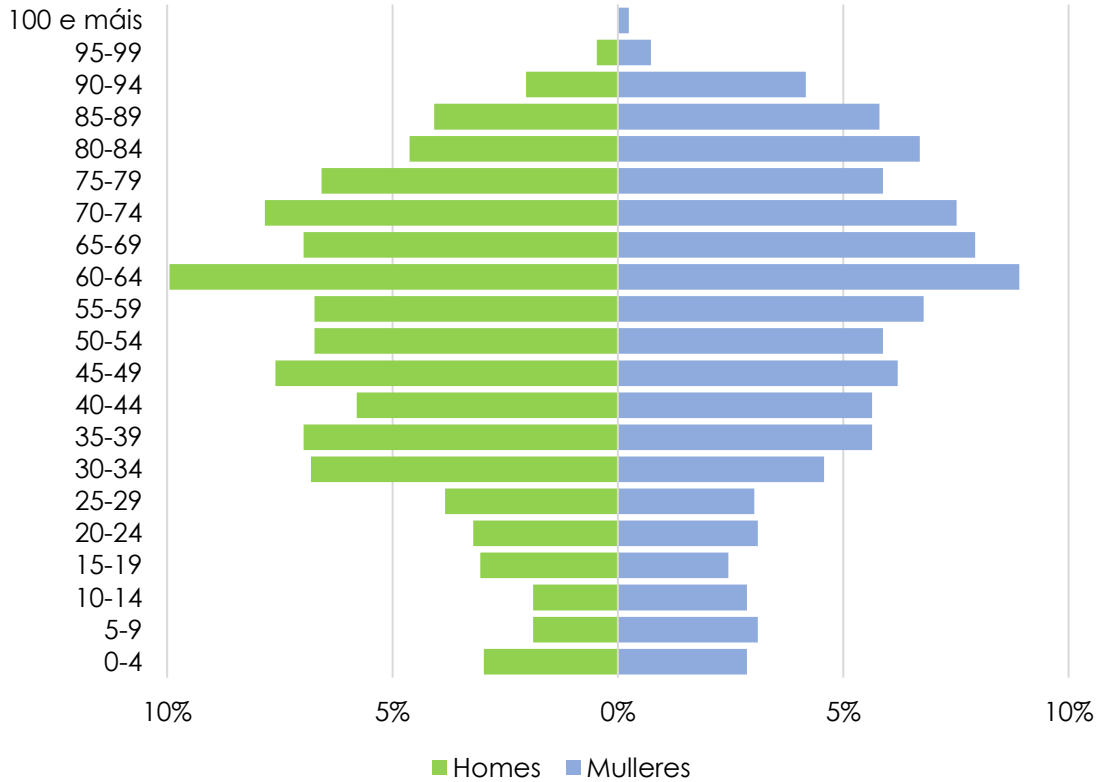
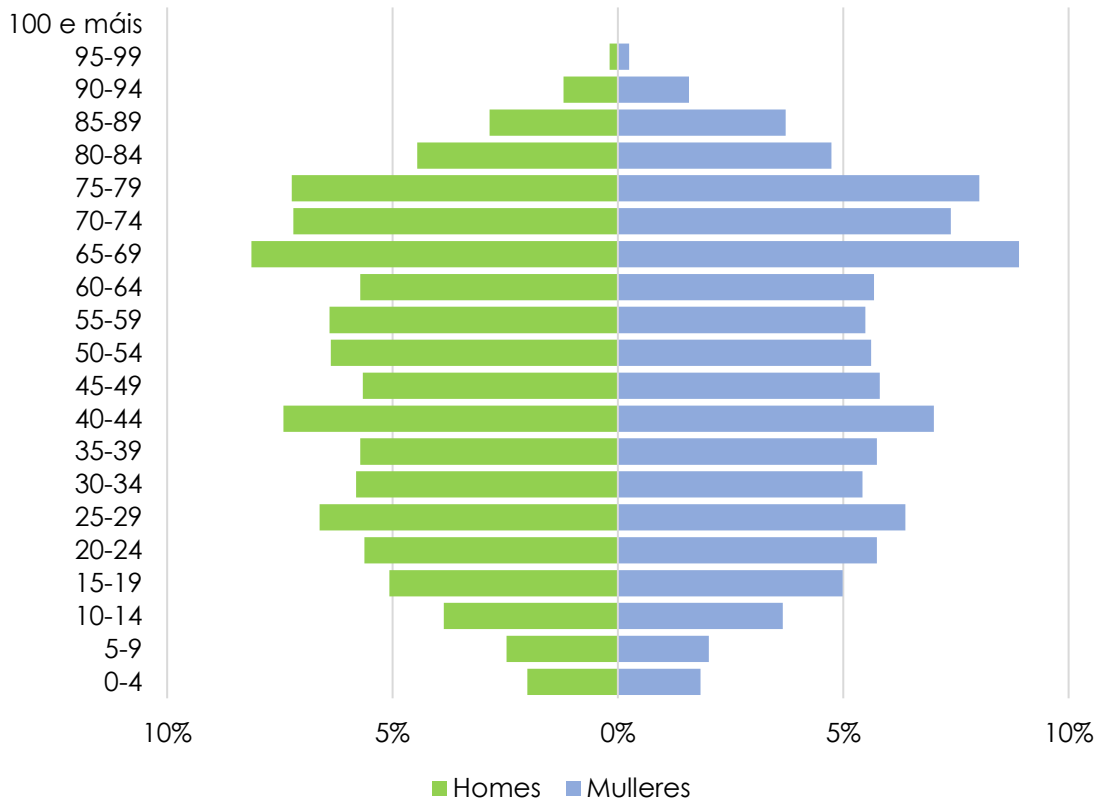
Figura 9. Estrutura da poboación de Láncara (2022).



Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

Concluimos este epígrafe realizando unha análise sintética da evolución diacrónica dalgúns indicadores demográficos elementais, para ponderar as tendencias de cambio sociodemográfico no territorio. Se comparamos as pirámides poboacionais de Láncara en valores relativos para os anos 2002 e 2022, observamos a persistencia dunha estrutura poboacional avellentada. Con todo, destaca un decrecemento relativo da poboación adulta moza (20-29 anos), que pasa de supor o 13% dos homes e o 12% das mulleres en 2002 ao 7% e 6% respectivamente en 2022. O groso da poboación en idade activa total (16-64) mantense estable, inda que cun acrecentamento da masculinización. Destaca o incremento da poboación maior de 60 anos e, en especial, a de persoas maiores de 80, que pasa de supor o 9% dos homes e o 10% das mulleres en 2002 ao 11% e 18% respectivamente en 2022.

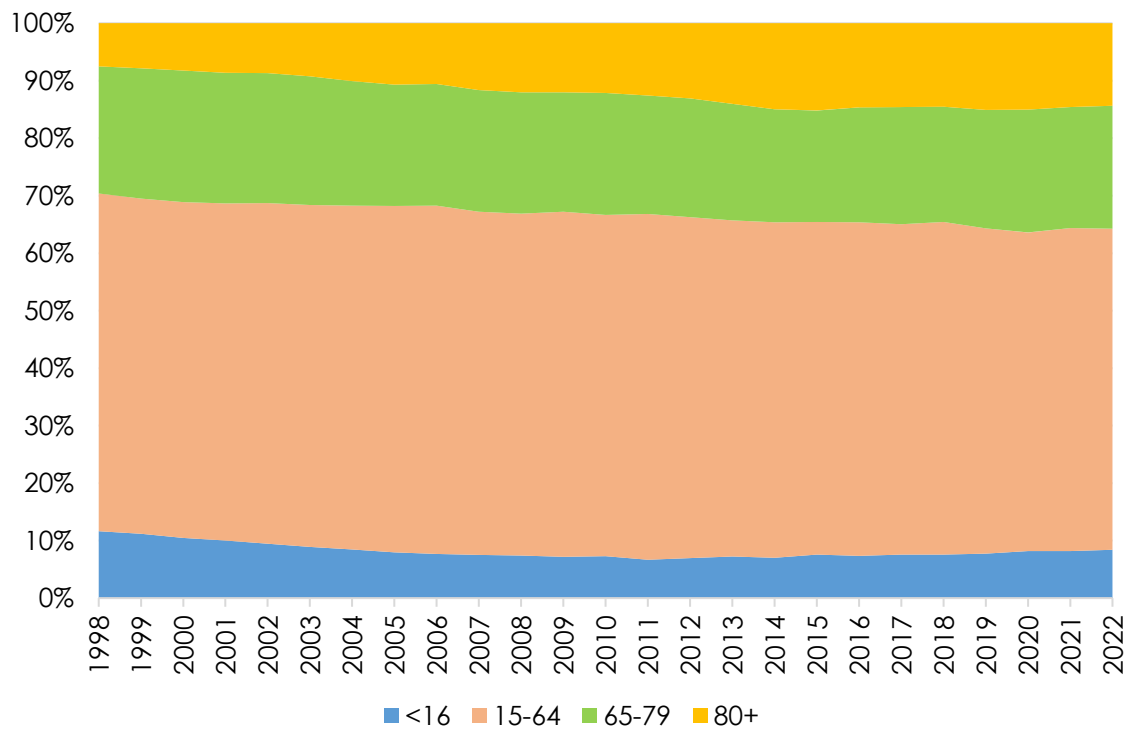
Figuras 10 e 11. Estrutura de poboación (%) de Láncara en 2002 (arriba) e 2022 (abaixo).



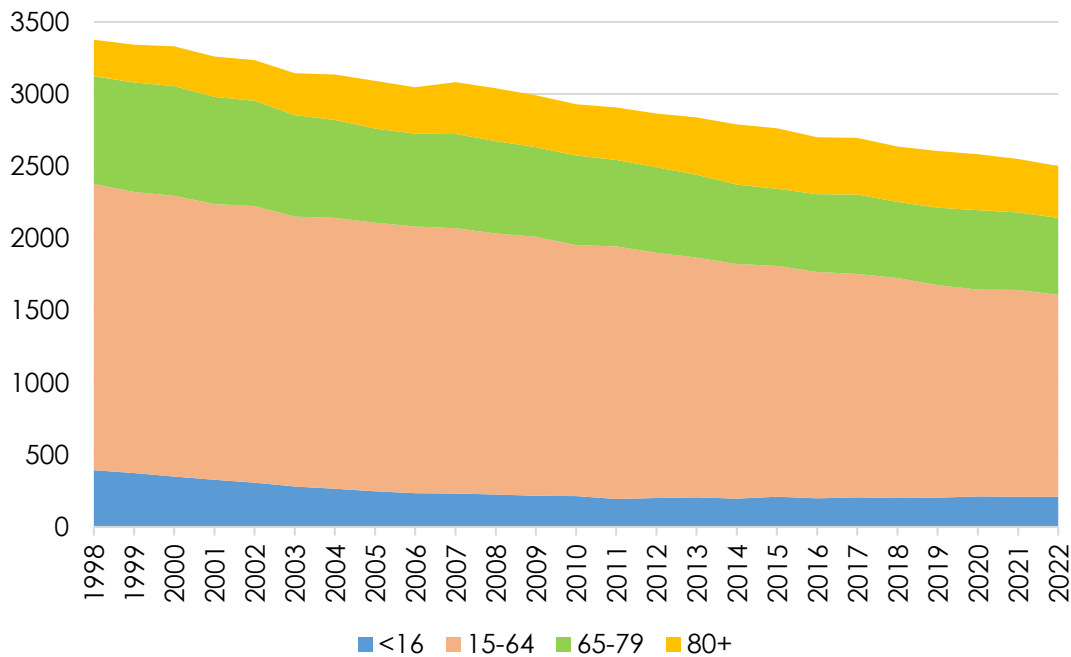
Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

Esta tendencia cara o avellentamento poboacional do concello é reafirmada se atendemos á evolución da estrutura da poboación por idade no período 1998-2022. Nestes 24 anos, o único colectivo que experimentou un crecemento poboacional en termos absolutos foi o de persoas maiores de 80 anos, que medrou de 253 persoas a 359 (+42%). O colectivo de menores de 15 anos decreceu un 47%, o de persoas entre 16-64 un 30% e o de persoas maiores de entre 65-79 anos un 28% (Figura 12). En termos relativos, observamos unha tendencia sólida cara o incremento do peso da poboación maior de 65 anos e, dentro dela, da poboación maior de 80, fronte a un leve decrecemento do peso das persoas menores de 16 anos e certa estabilidade do grupo etario de persoas en idade laboral (16-64) (Figura 13).

Figura 12. Poboación (%) de Láncara por grupos etarios (1998-2022).



Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

Figura 13. Poboación de Láncara por grupos etarios (1998-2022).

Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

4.2.3. Disponibilidade de persoas coidadoras informais.

O incremento da esperanza de vida conleva un maior risco de padecer enfermidades crónicas e situacións de discapacidade ao acadar idades lonxevas, factores asociados a unha maior probabilidade de precisar coidados de longa duración para a realización de actividades da vida diaria. Así, a prevalencia de pluripatoloxías e discapacidades múltiples na poboación española concentráronse nas persoas de idade avanzada, sobre todo nas mulleres maiores de 75 anos. En España, a idade media da poboación con discapacidade é de 67 anos, fronte aos 45 anos da poboación total (Fernández-Carro, 2022). A feminización da vellez, debido a maior esperanza de vida feminina, implica unha feminización da discapacidade e da dependencia. Segundo a Enquisa estrutural a fogares (IGE, 2017), das 117.875 persoas galegas que manifestaron situación de dependencia o 45% son mulleres maiores de 75 anos (52.905 mulleres maiores), fronte ao 21% representado polos homes maiores de 75 anos (24.553). Así mesmo, o 24,7% das mulleres maiores de 75 anos manifestan unha situación de dependencia, fronte ao 18% dos homes dese mesmo grupo etario (Martínez-Buján e Rungo, 2021). Isto implica, como xa comentamos, que as mulleres maiores son un colectivo con necesidades e demandas particulares, que deben atenderse dende as políticas públicas.

Por outra banda, o sistema de cuidados de longa duración galego é marcadamente familista. Os cuidados a persoas maiores en situación de dependencia fundamentase na asistencia provista pola familia nuclear e, en menor medida, por familiares non conviventes, xunto á complementariedade parcial dos servizos de proximidade e, en situacións de gran dependencia e/ou vulnerabilidade sociofamiliar, a externalización dos cuidados en centros residenciais. Segundo a Enquisa estrutural de fogares (IGE, 2017), “o 81,4% das persoas dependentes recibe cuidados de membros do seu fogar e no 29,8% dos casos esta atención é tamén realizada por parentes non conviventes” (Martínez-Buján e Rungo, 2021: 40). Así, Martínez-Buján (2014) define o sistema de cuidados galego como *familista absoluto*, debido ao febre desenrolo da carteira de servizos sociais e ao forte peso do cuidado informal.

Con todo, o modelo de cuidados familista propio da sociedade galega e española ven experimentado certas transformacións dende as últimas décadas. Algunhas teóricas feministas falan de crise dos cuidados para referenciar o incremento da demanda social de cuidados en paralelo á mingua da dispoñibilidade de persoas cuidadoras informais (Ezquerro, 2011), sobre todo da denominada xeración soporte, formada, fundamentalmente, por mulleres de entre 40 e 59 anos (Camarero et al. 2009). O incremento da demanda social de cuidados vincúlase ao proceso de (sobre)avellentamento, que implica un aumento absoluto e relativo de persoas maiores en situación de dependencia. A diminución da dispoñibilidade de persoas cuidadoras informais é un proceso asociado tamén ao avellentamento demográfico -que implica un descenso relativo da poboación en idade adulta-, pero, sobre todo, á incidencia de factores socioeconómicos: o incremento da participación das mulleres no mercado laboral formal, o aumento de fogares unipersoais, o incremento da mobilidade territorial das persoas en idade laboral, etc. (Rodríguez, 2021). Estes procesos son máis intensos nas zonas rurais, que rexistran un maior grao de avellentamento poboacional, migracións cara as cidades, masculinización da poboación en idade laboral e máis fogares unipersoais onde viven persoas maiores (Gómez e Navarro, 2022).

Atendendo a este contexto sociodemográfico, resulta pertinente avaliar os cambios acontecidos no municipio de Lánca de Lousa con respecto á dispoñibilidade de persoas cuidadoras informais. Os indicadores demográficos de persoas

coidadores informais son indicadores que poñen en relación a poboación que potencialmente necesita coidados con poboación potencialmente coidadora. En xeral, os estudos demográficos indican que a relación entre o volume da poboación potencialmente coidadora e a de maiores con necesidades de coidados está diminuíndo, sobre todo nos países industrializados (Gómez Redondo et al. 2018). Un dos indicadores máis empregados neste senso é a Razón de Persoas Coidadoras (*Caregiver Support Ratio*), que indica o número de persoas de ambos sexos de entre 45 e 64 anos por cada persoas maior de 80 anos. É dicir, é un indicador que pon en relación o principal perfil sociodemográfico coidador -a xeración soporte (Camarero et al. 2009)- con un dos principais grupos etarios receptores de coidados. En Lán cara esta ratio decreceu dende as 2,8 persoas de entre 45 e 64 anos por cada persoa maior de 80 anos ata as 2,1 persoas, o que indica un descenso de fillos/as potencialmente coidadoras de pais e nais de 80 ou máis anos. Os outros indicadores aglutinados na dimensión *patróns interxeracionais* -extraídos do estudo realizado por Gómez Redondo et al. (2018)- inciden no mesmo fenómeno: un descenso do número de coidadores potenciais das xeracións descendentes en relación as persoas maiores (Táboa 4).

Táboa 4. Indicadores do número de potenciais persoas coidadoras inter- e intraxeracionais.

Indicadores	2002	2022	Interpretacións
PATRÓN INTERXERACIONAIS			
Caregiver support Ratio (Ambos sexos 45-64/Ambos sexos 80+)	2,8	2,1	Descenso de fillos/as potencialmente coidadoras de pais e nais de 80 ou máis anos
Oldest-Old-Support Ratio (Ambos sexos 50-74/ Ambos sexos 85+)	8	4,3	Descenso de fillos/as potencialmente coidadoras de pais e nais de máis de 85 anos
CI. Ambos sexos <40/Mulleres 65-79	3,1	2,8	Descenso leve de fillos/as potencialmente coidadoras de nais de entre 65-79 anos .
CII. Ambos sexos 40-59/Mulleres 80-89	6,2	4,2	Descenso leve de fillos/as potencialmente coidadoras de nais de entre 80-89 anos.

Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

Táboa 4 (continuación). Indicadores do número de potenciais persoas coidadoras inter- e intraxeracionais.

PATRÓNS INTERXERACIONAIS			
CIII. Mulleres 60-79/Mulleres 90+	16,4	5,9	Descenso marcado de fillas potencialmente coidadoras de nais de 90 e máis anos.
PATRÓNS INTRAXERACIONAIS			
CIV. Homes 60-79/Mulleres 65-79	1,1	1,5	Incremento de homes de entre 60 e 79 anos potencialmente coidadores das súas cónxuxes.
CV. Mulleres 60-79/Homes 65/79	1,4	1,4	Mantemento de mulleres maiores potencialmente coidadoras dos seus cónxuxes.
CVI. Mulleres 80+/Homes 80+	0,8	1,5	Incremento de mulleres maiores de 80 anos potencialmente coidadoras dos seus cónxuxes.
CVII. Homes 80+/Mulleres 80+	1,3	0,7	Decremento de homes maiores de 80 anos potencialmente coidadores das súas cónxuxes.

Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

Con todo, diferentes estudos indican que o incremento da esperanza de vida, que conleva un incremento da esperanza de vida con boa saúde ou libre de discapacidade, está implicando o afloramento de novos perfís de persoas coidadoras. Fronte aos patróns tradicionais de coidado informal de carácter interxeracional, onde os fillos e, sobre todo, as fillas eran os coidadores principais das persoas maiores, emerxen novos patróns de coidado intraxeracional, onde son persoas maiores -cónxuxes, irmás e irmáns, curmás e curmáns, etc.- as que asumen a maior parte da responsabilidade e carga de traballo no coidado dos seus familiares (Gómez Redondo et al. 2018). Un novo perfil destacado de coidador informal é o dos homes maiores de 75 anos, debido a maior incidencia da discapacidade e dependencia nas mulleres maiores. Estes novos patróns de coidado informal intraxeracional problematizan a imaxe idadista das persoas maiores como dependentes e receptoras netas de coidados, demostrando que “os maiores non son so receptores de coidados, senón que tamén son actores implicados na súa provisión” (Gómez-Redondo et al. 2021: 2). Así, resulta

pertinente atender dende as políticas públicas as necesidades e demandas das persoas maiores con responsabilidades de coidado informal.

Se analizamos á evolución das ratios de persoas cuidadoras intraxeracionais no municipio de Láncara entre 2002 e 2022, observamos dúas tendencias destacables: a) un incremento dos homes de entre 60 e 79 anos potencialmente cuidadores das súas cónxuxes e b) un decrecemento dos homes maiores de 80 anos potencialmente cuidadores das súas cónxuxes fronte ao incremento inverso das mulleres maiores de 80 potencialmente cuidadoras dos seus cónxuxes. Tendo en conta que o colectivo de mulleres maiores de 80 anos é un colectivo cunha alta incidencia de situación de dependencia, os indicadores CII, CIII e CVII son relevantes, xa que indican un decrecemento demográfico dos principais perfís de cuidadores informais deste colectivo.

De todas formas, os indicadores demográficos de dispoñibilidade de persoas cuidadoras informais so ofrecen unha estimación aproximativa. Para obter un coñecemento máis robusto do decrecemento da dispoñibilidade de cuidadores informais sería preciso realizar un estudo monográfico sobre esta cuestión. Con todo, estes indicadores permiten realizar unha caracterización sociodemográfica do municipio de Láncara con respecto as persoas cuidadoras e as persoas con necesidade de coidados. Esta imaxe panorámica permítenos enfocar con maior precisión a análise cualitativa que estrutura este informe, ao indicar posibles puntos de mellora na promoción do avellentamento activo. Neste senso, o decrecemento da dispoñibilidade da poboación potencialmente cuidadora é un indicio de posibles necesidades de coidados non satisfeitas, que poderían precisar de diferentes intervencións dende os servizos sociais municipais. No apartado 3.5. identificamos e analizamos os recursos públicos que compoñen o mapa de servizos sociais do municipio de Láncara, que complementan o tratado neste apartado.

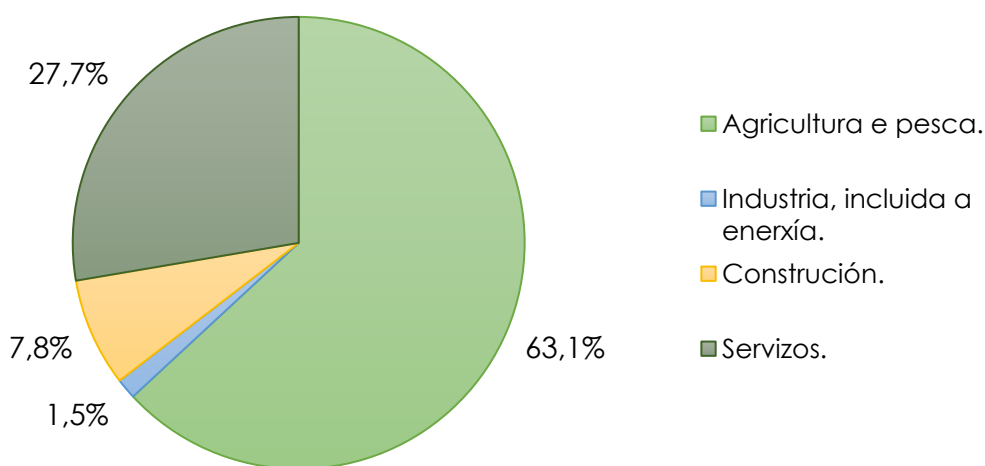
4.3. Datos socioeconómicos

4.3.1. Actividade empresarial e traballo

Ao igual que no resto da comarca, o sector primario é o sector económico con maior representación empresarial no concello de Láncara. O 63,1% das empresas con actividade no concello dedícanse a algunha actividade económica deste sector, en particular á produción gandeira (Figura 14). O

segundo sector máis representado é o sector Servizos, ao que pertencen o 27,7% das empresas que operan no municipio. Neste eido, destaca especialmente o número de empresas dedicadas ao comercio por xunto e a retallo, á reparación de vehículos a motor e motocicletas e á hostalaría. Polo xeral, e independentemente do sector ao que pertenzan, as empresas con presenza no municipio acostuman a ser de pequeno tamaño. O 95,8% están conformadas por entre un ou dous traballadores. O 98,3% das empresas pertencentes ao sector da Agricultura e pesca presenta estas características.

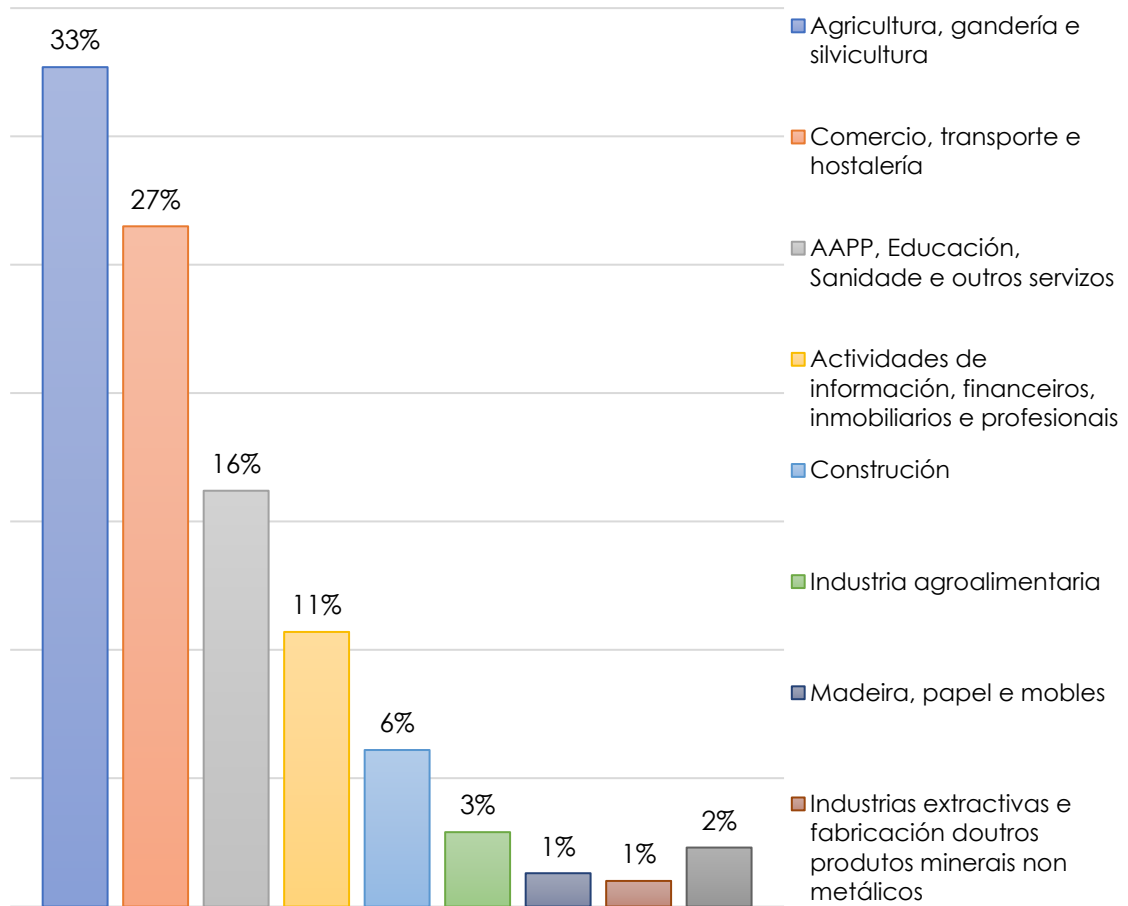
Figura 14. Empresas (%) con actividade en Láncara segundo actividade principal (2021).



Fonte: Elaboración propia a partir de datos do IGE.

Na súa maioría, a poboación ocupada de Láncara traballa no sector Servizos, empregada en distintas ramas de actividade (Figura 15). Entre elas, destaca a rama do Comercio, transporte e hostalaría que aglutina o 27% da poboación ocupada. Non obstante, a rama de actividade que maior porcentaxe de poboación ocupada representa é a da Agricultura, gandería e silvicultura, máis dun terzo da poboación ocupada traballa neste ámbito (33%).

Figura 15. Poboación ocupada (%) residente en Láncara segundo rama de actividade (2021).



Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

4.3.2. Nivel de renda

Segundo o INE, no ano 2021 a renda neta media por persoa e fogar en Láncara era menor á media galega e lucense, situándose nos 10.522€ e 27.107€, respectivamente (Táboa 5).

Táboa 5. Renda neta media por persoa e fogar en Galicia, Lugo e Láncara (2021).

	Renda neta media/persoa (€)	Renda neta media/fogar (€)
Galicia	12.808	31.233
Lugo	12.560	29.158
Láncara	10.522	27.107

Fonte: elaboración propia a partir de datos do INE.

Atendendo ao importe das pensións básicas en alta na Seguridade Social que recolle o IGE para o ano 2022, obsérvase que os datos relativos á provincia de Lugo e os concellos da comarca de Sarria tamén apuntan cara un nivel económico por debaixo do conxunto galego. Así, calculamos que en 2022 a pensión media en Galicia dunha persoa maior de 65 anos foi de 1.097,9€. As pensións medias da provincia de Lugo e da comarca de Sarria non alcanzan este valor, situándose nos 1.019,3€ e 907€, respectivamente.

Na Táboa 6 recóllese a pensión media dos concellos que conforman a comarca de Sarria segundo o grupo de idade e xénero da poboación. Neste sentido, percibimos que as persoas máis maiores contan, de media, cunha pensión inferior á das cohortes máis novas. O aumento no nivel de estudos da poboación nas cohortes de idade máis novas podería indicar unha tendencia ao aumento da contía das pensións nos próximos anos. Estas diferenzas por cohortes de idade tamén se aprecian se atendemos ao sexo, probablemente debido aos cambios producidos nos últimos anos con respecto aos roles de xénero. Con todo, o crecemento é máis acusado no caso dos homes. De media, os homes de entre 65 e 74 cobran un 23,3% máis que os homes maiores de 85 anos. Porén, no caso das mulleres, ademais de cobrar menos que eles en tódalas cohortes de idade -de media 997,3€ fronte a 819,2€-; as pensións das novas pensionistas só creceron un 12,5% en relación ás das máis maiores.

Táboa 6. Importe (€) mensual medio das pensións na comarca de Sarria segundo grupo de idade e sexo (2022).

	Total	Homes	Mulleres
Grupo de idade	Importe medio (€)		
65-74 anos	991,0	1.080,7	875,2
75-84 anos	879,7	958,5	801,8
85 e máis anos	815,4	876,7	777,8

Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

No concello de Láncara o importe medio percibido é menor (Táboa 7). A pensión media dunha persoa maior de 65 anos do municipio é de 857,9€ ao

mes. Non obstante, e como no caso do conxunto da comarca de Sarria, as pensións das cohortes máis novas presentan un importe medio superior.

Táboa 7. Importe (€) mensual medio das pensións en Láncara segundo grupo de idade (2022).

Grupo de idade	Importe medio (€)
65-74 anos	920,2
75-84 anos	815,1
85 e máis anos	815,1

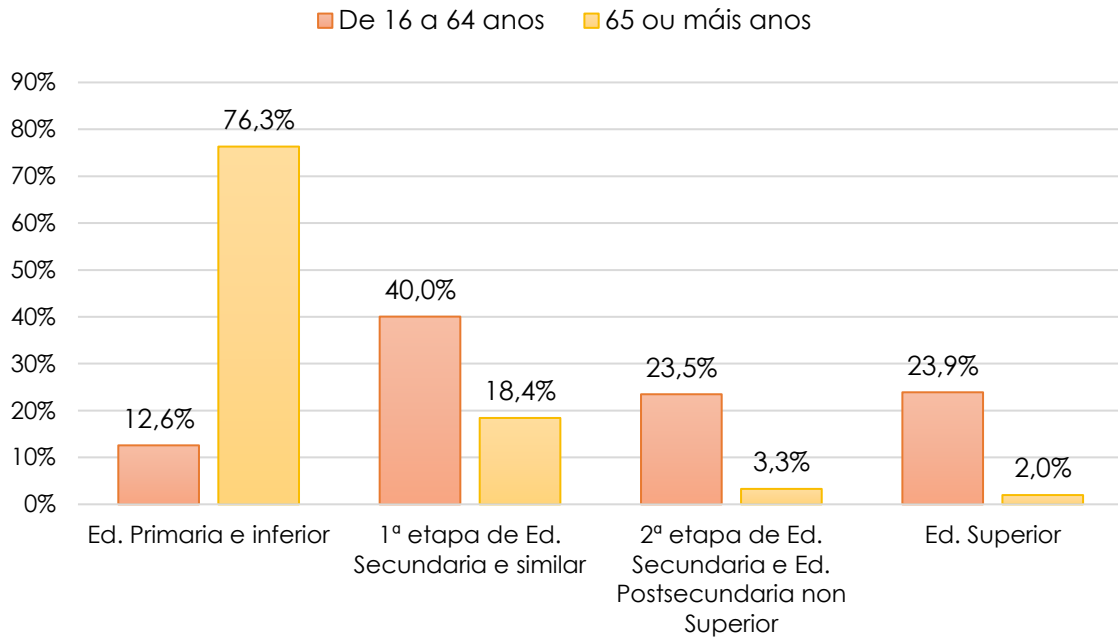
Fonte: elaboración propia a partir de datos do IGE.

4.3.3. Nivel de estudos

Atendendo ao nivel de estudos, obsérvanse grandes cambios entre xeracións. En termos xerais, as persoas de entre 16 e 64 anos contan con maior nivel educativo que as persoas de 65 ou máis anos. Como se recolle na Figura 16, o último nivel de estudos alcanzado pola maioría de persoas de 65 ou máis anos é a Educación Primaria ou inferior, sendo así no 76,3% dos casos. Porén, no grupo de entre 16 e 64 anos, esta porcentaxe descende ata o 12,6%. Entre as persoas de 16 a 64 anos atópanse máis casos de persoas que estudan a segunda etapa da Educación Secundaria e Postsecundaria, así como estudos superiores –o 23,5% e 23,9%, respectivamente–; que entre as persoas de 65 ou máis anos, das cales só un 5,3% acadaron estes niveis educativos.

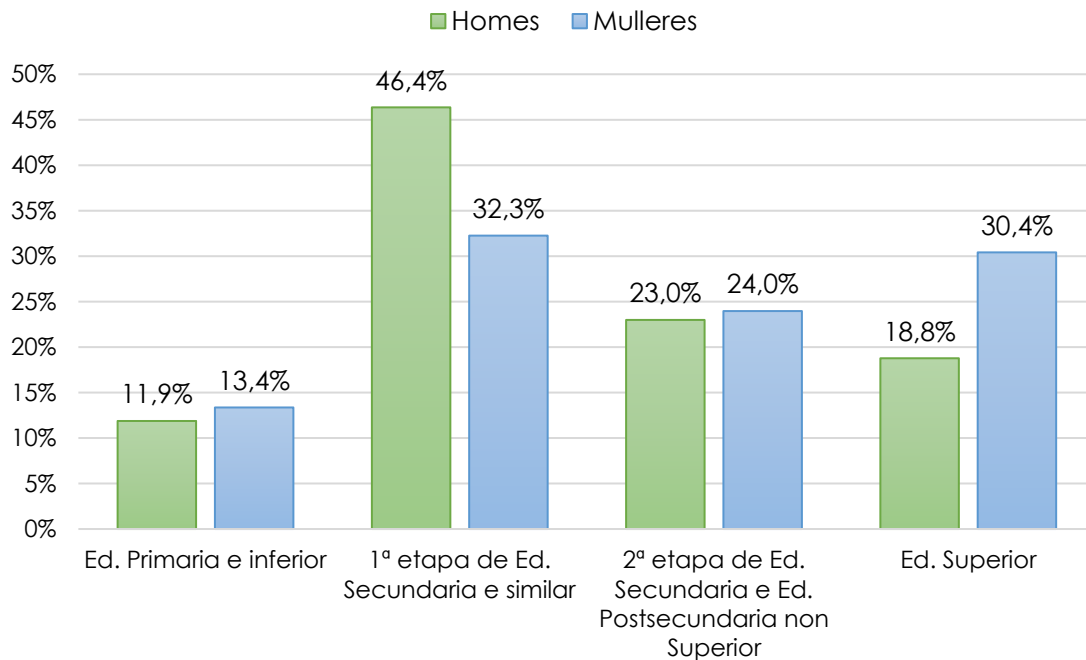
Se comparamos o nivel educativo segundo xénero (Figuras 17 e 18) para cada gran grupo de idade atopamos tamén certas diferenzas. No grupo de 16 a 64 anos obsérvase que as mulleres estudan en maior medida que os homes estudos superiores –o 30,4% fronte ao 18,8%, respectivamente–. No caso deles, case a metade –o 46,4%– conta coa primeira etapa da Educación Secundaria ou similar como último nivel de estudos acadado. Como se expresou máis arriba, a meirande parte das persoas de 65 ou máis anos contan coa Educación Primaria ou inferior como nivel educativo. Ao comparar estes datos segundo o xénero, apreciamos que son as mulleres as que en maior medida se atopan neste nivel –o 79,6% das mulleres fronte ao 72,5% dos homes–. Porén os homes superan a porcentaxe de mulleres nos seguintes niveis educativos.

Figura 16. Comparación do nivel de estudos de persoas de 16 a 64 anos e de 65 ou máis anos (2021).



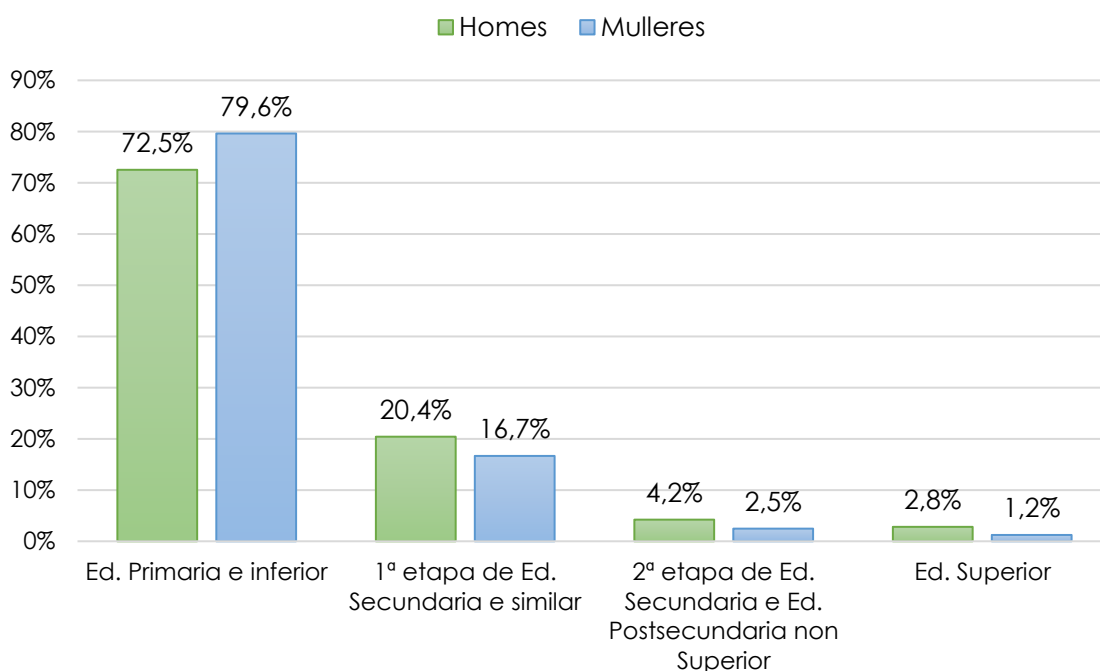
Fonte: elaboración propia a partir do Censo de Poboación e Vivenda do INE (2021).

Figura 17. Comparación do nivel de estudos de homes e mulleres de 16 a 64 anos (2021).



Fonte: elaboración propia a partir do Censo de Poboación e Vivenda do INE (2021).

Figura 18. Comparación do nivel de estudos de homes e mulleres de 65 ou máis anos (2021).



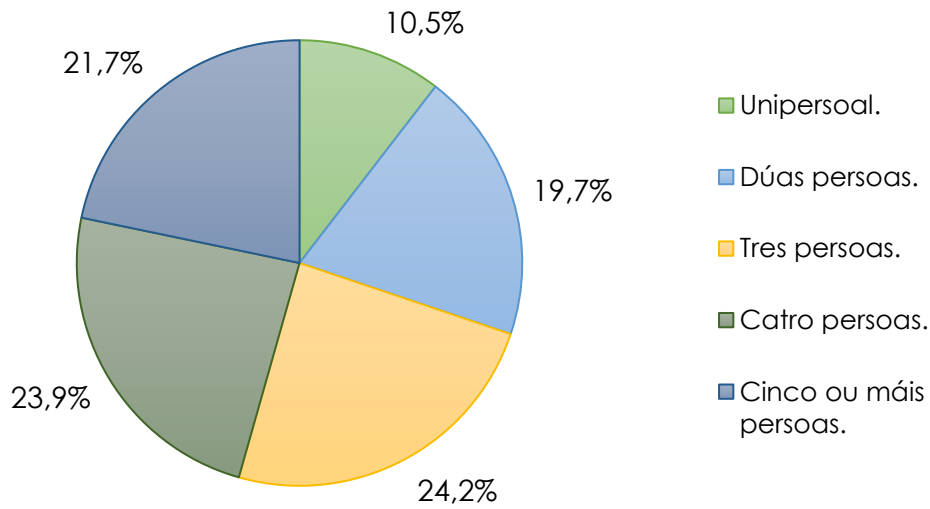
Fonte: elaboración propia a partir do Censo de Poboación e Vivenda do INE (2021).

4.3.4. Estrutura dos fogares

A tipoloxía de fogares do concello de Láncara segundo a súa estrutura é diverso (Figura 19). O tipo de fogar máis común é o composto por tres persoas -o 24,2% das persoas residentes en Láncara viven nun fogar destas características-; seguido polos compostos por catro persoas e por cinco ou máis persoas -fogares nos que viven o 23,9% e o 21,7% da poboación, respectivamente-. O tipo de fogar menos habitual é o unipersoal. En Láncara, unha de cada dez persoas -o 10,5%- vive soa.

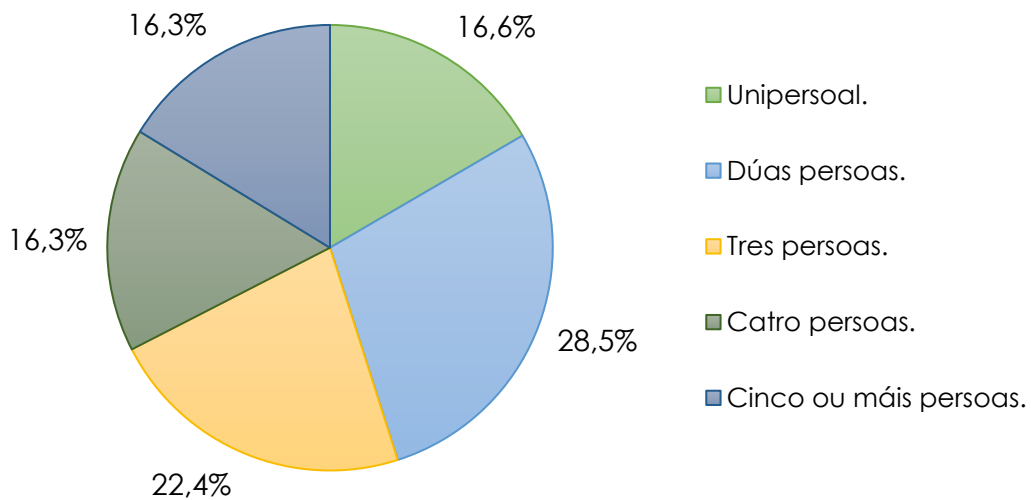
Entre as persoas de 65 ou máis anos o máis habitual é a convivencia con outra persoa, o 28,5% das persoas deste grupo de idade vive en fogares compostos por dúas persoas (Figura 20), seguido dos fogares de tres persoas -22,4%-. Neste caso, a porcentaxe de persoas que vive en fogares de cinco ou máis persoas é menos común que entre a poboación en xeral -16,3% fronte a 21,7%, respectivamente-. Porén, en contraposición ás formas de convivencia xerais do concello, a porcentaxe de persoas de 65 ou máis anos que viven soas é lixeiramente superior -un 6,1% máis- á porcentaxe total en fogares unipersoais.

Figura 19. Persoas (%) residentes en Láncara segundo tipo de fogar (2021).



Fonte: elaboración propia a partir do Censo de Poboación e Vivenda do INE (2021).

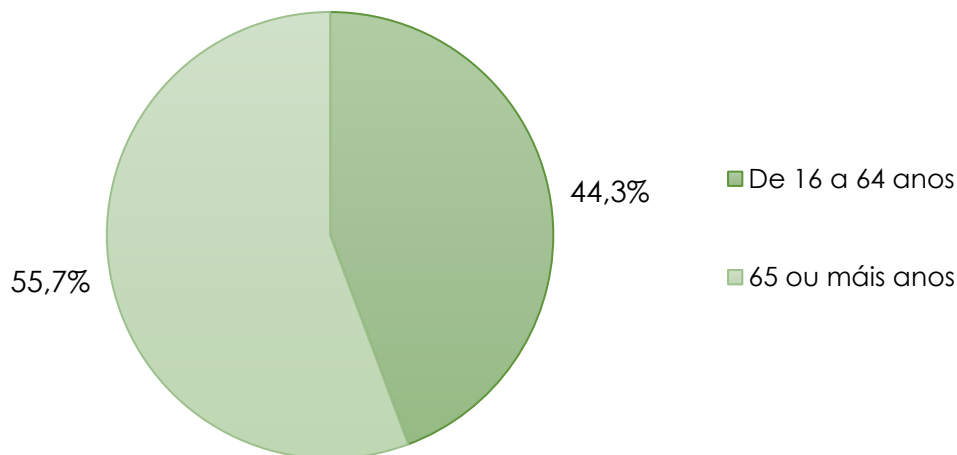
Figura 20. Persoas de 65 ou máis anos (%) residentes en Láncara segundo tipo de fogar (2021).



Fonte: elaboración propia a partir do Censo de Poboación e Vivenda do INE (2021).

As transformación sociais e familiares acontecidas nos últimos anos fan que as persoas maiores que viven soas constitúan un perfil de risco á hora de sufrir soidade non desexada e as súas consecuencias (Cruz Roja Española, 2021). A idade media das persoas que viven soas en Láncara é de 65,71 anos. A maioría de fogares unipersoais -o 55,7%- están compostos por unha persoa de 65 ou máis anos (Figura 21). Ademais, aproximadamente, o 57% das persoas que viven soas deste grupo de idade son mulleres (INE, 2021).

Figura 21. Persoas segundo o rango de idade (%) que viven en fogares unipersoais en Láncara (2021).



Fonte: elaboración propia a partir do Censo de Poboación e Vivenda do INE (2021).

Con todo, vivir só ou soa non é sinónimo de sentir soidade non desexada de forma sistemática, este é un fenómeno que responde a diversos factores. Segundo un estudo publicado por Cruz Roja Española (2021) os factores máis determinantes neste proceso son o sexo, a contorna de residencia e a orixe. O estudo, elaborado na Comunidade Foral de Navarra con persoas maiores que vivían soas, apunta a que os homes sofren en maior medida este sentimento que as mulleres, especialmente cando perciben que non contan con apoio familiar, non participan en actividades de ocio e viven nunha contorna urbana. Porén, o estudo tamén recolle que as mulleres que vivían soas nunha contorna rural, despreocupadas por recibir ou non apoio familiar e que participaban en actividades de ocio, eras as persoas que menor risco tiñan de padecer soidade non desexada. Non obstante, o estudo subliña outras variables que poderían influír no sentimento ou non de soidade, como é a autopercepción da situación de saúde, sendo menor naqueles casos nos que é percibida como boa; ou o nivel de renda, podendo ser maior en casos de pobreza.

4.4. Recursos de interese para as persoas maiores

4.4.1. Recursos sociais municipais

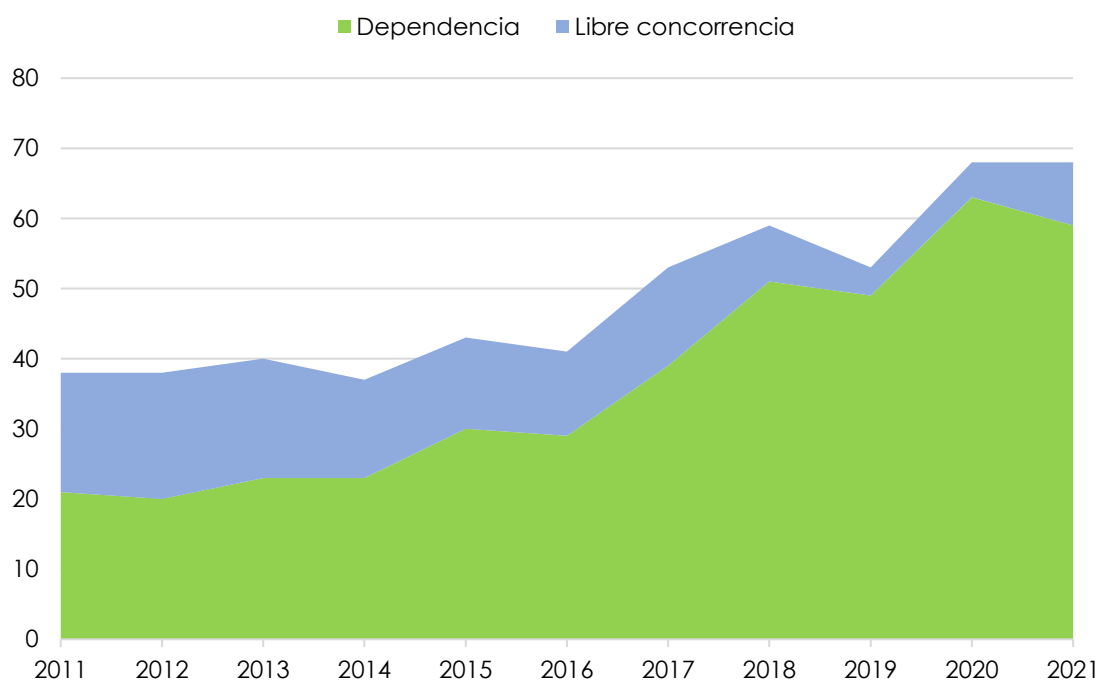
Entre os recursos sociais ofrecidos por parte dos Servizos Sociais comunitarios do Concello destaca o Servizo de Axuda no Fogar (en adiante SAF), dirixido a aquelas persoas en situación de dependencia que precisan asistencia na realización das Actividades Básicas da Vida Diaria (ABVD) ou na satisfacción de

necesidades domésticas. De forma complementaria, a actual empresa adxudicataria do recurso ofrece servizos de podoloxía, fisioterapia e peiteado.

Segundo a última memoria anual dos Servizos Sociais do Concello no ano 2021 o SAF contaba con 68 persoas usuarias, sendo a maioría delas mulleres (o 67,7%). Os datos dispoñibles amosan un constante crecemento na demanda deste servizo que, dende 2011, creceu arredor dun 40% (Figura 22). Existen dous vías de acceso ao mesmo: por libre concorrencia ou como dereito recoñecido a través do Sistema para a Autonomía e Atención á Dependencia (en adiante SAAD). Se ben no ano 2011 a porcentaxe de persoas que accedían ao servizo a través do SAAD e as que o facían por libre concorrencia era moi similar, co paso do tempo o número de persoas usuarias mediante prestación da SAAD chegou a supoñer máis do 90% do total de persoas usuarias no ano 2019. En 2021 esta cifra supoñía o 87% do total de persoas usuarias.

Por outra banda, ademais do SAF, os Servizos Sociais do Concello contan cun programa básico de inserción social; o programa “Láncara Máis Social: Axudas de emerxencia social”; e un programa de aloxamento alternativo. A veciñanza do concello tamén ten a súa disposición o servizo de Teleasistencia, prestado pola Cruz Vermella e a Deputación Provincial de Lugo.

Figura 22. Persoas usuarias do SAF segundo modalidade de acceso ao servizo (2011-2021).



Fonte: elaboración propia a partir das memorias anuais dos Servizos Sociais do Concello.

4.4.2. Recursos sociosanitarios

En relación aos recursos sociosanitarios existentes, destacamos dous tipos de recursos: as residencias e os centros de día. Neste sentido, a análise abrangue non só o concello de Láncara, senón tamén os concellos da súa contorna.

O municipio conta cun gran centro residencial, a *Residencia A Veiga Centro Terapéutico Xerontolóxico*, situado na capitalidade do Concello. O centro, de titularidade privada, ten arredor de 180 prazas para persoas maiores de 60 anos en situación de dependencia. O 60% destas prazas son de financiación pública. A comarca de Sarria conta con outras tres residencias, repartidas polos concellos de Sarria (91 prazas), O Incio (102 prazas) e Paradela (24 prazas). A 7 km da Pobra de San Xiao, no concello de O Corgo, na comarca de Lugo, atópase a *Residencia Mannan*, unha mini-residencia de iniciativa privada de 39 prazas, todas elas de financiación privada.

En total, na comarca de Sarria hai 130 prazas de financiación pública -1,8 prazas por cada 100 habitantes de 65 ou máis anos-. Os prezos dunha praza sen financiación pública varían, entre outras cuestións, en función das necesidades de cuidados das persoas usuarias, do tipo de habitación -dobre ou individual- no que se desexe residir; e de ter ou non recoñecida unha situación de dependencia. Se ben o prezo dunha praza pode variar -algunhas residencias contan con prazas a partir de 500€-, nalgunha das residencias mencionadas o prezo mínimo de estancia alcanza os 1.600-1.700€ (sen IVE) ao mes, para persoas que non estean nunha situación de dependencia; os 1.800€ para persoas que presentan unha situación de dependencia leve ou moderada; e arredor dos 2.000€ para persoas en situación de dependencia severa ou gran dependencia.

Ademais de prazas de financiación pública, o SAAD tamén prevé prestacións económicas vinculadas ao servizo de atención residencial co obxectivo de axudar no pago de prazas privadas -as coñecidas como “prazas cheque”-. Cómpre sinalar que, e segundo os datos recollidos polo IMSERSO para xullo de 2023, o importe medio das prestacións económicas deste tipo percibidas en Galicia atópanse entre as máis baixas de España. Estas prestacións van dende os 212€ de media para persoas cun Grado I recoñecido, aos 361€ do Grado II e

os 392€ do Grao III, constituíndo neste último caso o importe medio por prestación máis baixo do estado.

Figura 23. Vista da Pobra de San Xiao coa Residencia A Veiga ao fondo.



Fonte: AEP no diario O Progreso (2019).

En relación aos centros de día, ata o ano 2020 a *Residencia A Veiga*, contaba cun centro de 40 prazas de financiación privada pero que podían ser financiadas de forma parcial a través dunha prestación económica vinculada ao servizo. Segundo as memorias públicas do centro, no ano 2019 contaba con dous persoas usuarias de media á semana. Actualmente é un servizo que non está dispoñible.

Na comarca existen outros dous centros de día, un en Sarria (60 prazas) e outro en Paradela (20 prazas), en ambos casos de iniciativa privada e sen posibilidade de financiación pública. O concello do Corgo conta cun centro de día de iniciativa pública de 35 prazas.

4.4.3. Servizos de Saúde

Na Pobra de San Xiao localízase un centro público de Atención Primaria, no que actualmente traballan dous facultativos -con apoio dun terceiro- e dous profesionais de enfermaría. Tamén conta con servizo de Pediatría unha vez á

semana. Na capitalidade do concello tamén se dispón de dúas farmacias, unha clínica de fisioterapia, unha clínica de podoloxía e unha clínica dental.

Figura 24. Centro de saúde na Pobra de San Xiao.



Fonte: Alberto López no diario A Voz de Galicia (2023).

Os servizos de urxencias localízanse no Punto de Atención Continuada (P.A.C) de Sarria, a 8 km aproximadamente de Larín, a parroquia lancará máis próxima; e a 12 km da Pobra de San Xiao, a máis poboada. O hospital de referencia a nivel provincial, o Hospital Universitario Lucus Augusti (HULA), atópase en Lugo. A veciñanza dispón dunha liña de bus que pasa pola Pobra de San Xiao con parada no hospital.

4.4.4. Servizos culturais

Na parroquia de Láncara atópase a casa-museo de Ángel Castro, pai dos revolucionarios cubanos Fidel e Raúl Castro, convertida nun Centro de Interpretación da Emigración. Este centro conta cunha recreación da casa onde residiu Ángel, así como un museo no que se expoñen recordos, fotografías, libros e vídeos da familia Castro e paneis informativos sobre a emigración galega cara América. O Centro está xestionado pola Asociación Amistad y Solidaridad Láncara-Cuba.

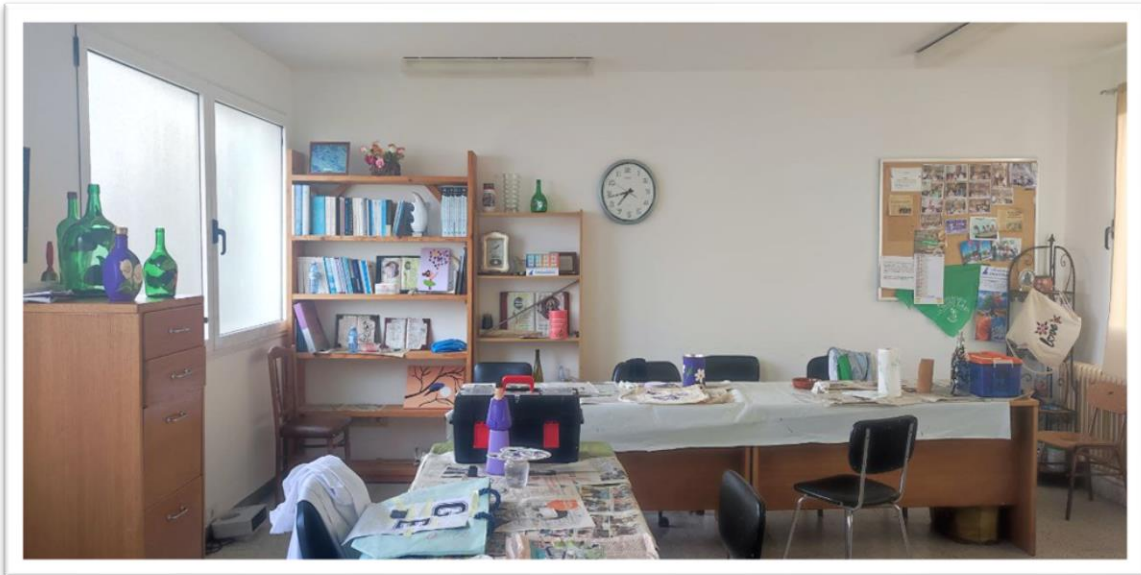
O concello conta, ademais, cunha biblioteca pública e un salón de actos na Pobra de S. Xiao no que se celebran actuacións de diferente tipo.

4.4.5. Asociacionismo

Existen numerosas asociacións veciñais de diferentes parroquias que organizan festas e comidas en datas sinaladas. De forma xeral, o Concello cédelles espazos e edificios públicos para as súas reunións e actividades, en particular, as antigas escolas situadas en diversas aldeas do municipio. Con todo, hai dúas asociacións que destacan polo seu número de persoas socias e a súa actividade, a Asociación O Noso Lar e a Asociación cultural Val de Láncara.

O Noso Lar fundouse no ano 1998 como unha asociación de mulleres rurais. Na actualidade, conta con aproximadamente 80 socias e socios, a maioría persoas maiores do concello de Láncara e doutros concellos limítrofes. Organizan actividades en diversos espazos cedidos polo concello, como clases de pilates e manualidades. Estas actividades realízanas durante todo o ano, agás no verán. Ademais das actividades que organizan para as persoas socias da asociación, tamén participan de forma activa na comunidade, en particular, en datas sinaladas como o magosto ou a cabalgata de Reis, para a que soen preparar o tradicional chocolate con churros.

Figura 25. Obradoiro de manualidades da asociación O Noso Lar.



Fonte: elaboración propia.

Pola súa banda, a Asociación Val de Láncara conta con arredor de 150 persoas socias. Foi fundada en 1992 coa finalidade de ofrecer actividades de cultura e ocio para a veciñanza, poñendo o foco na recuperación e mantemento das tradicións do lugar. Actualmente organiza clases de zumba, música e baile

tradicional, así como un club de lectura, un para nenos e nenas e outro para persoas adultas. Esta asociación é tamén coñecida polo premio Facer País, que anualmente outorga a aquelas persoas que destacan polo seu traballo pola defensa da lingua e cultura galegas.

4.4.6. Recursos de infraestrutura social

Existen outros recursos aos que, debido as súas funcións sociais e potencialidades, cómpre identificar e preguntarse que pode facer a administración pública para mantelos, melloralos e coidalos. Referímonos aos recursos que o sociólogo Eric Klinenberg (2021) denomina recursos de infraestrutura social, caracterizados pola súa importancia no fortalecemento da vida comunitaria e a cohesión social.

Figura 26. Parque biosaudable da Pobra de San Xiao.



Fonte: elaboración propia.

Algúns recursos de responsabilidade pública xa mencionados, como a biblioteca, poden encadrarse nesta categoría. Porén, pódense engadir outros, como algúns dos espazos públicos ao aire libre do concello: o campo da feira e as praias fluviais de Láncara e A Pobra de San Xiao. Cómpre sinalar tamén o parque xeriátrico ou biosaudable da Pobra de San Xiao. Este recurso non só favorece o benestar físico das persoas maiores, senón que tamén constitúe

unha potencial infraestrutura social que pode promover as relacións sociais e, neste caso, debido a súa situación ao lado dun parque infantil, as relacións interxeracionais.

Tamén existen recursos de infraestrutura social de carácter privado como son os bares, cafeterías e ultramarinos. A importancia destes establecementos e especialmente sobresaínte nas zonas menos habitadas do municipio nas que, en moitos casos, a cantina ou o ultramarinos é o único establecemento da zona. Estes espazos supoñen un lugar de encontro veciñal e un recurso de apoio social para moitas persoas maiores.

5. METODOLOXÍA

5.1. Deseño metodolóxico

Para o deseño da metodoloxía seguíronse as recomendacións e indicacións do Protocolo de Vancouver. Este protocolo indica que o diagnóstico de amigabilidade dunha comunidade debe realizarse seguindo unha metodoloxía mixta composta de dúas fases complementarias. Na primeira fase de investigación realízase un perfil da comunidade que recolla as “características xeográficas, demográficas, sociais e económicas da cidade e o distrito onde se leva a cabo o estudo”, co obxectivo de establecer un contexto elemental das principais características e retos que afronta o territorio. Para realizar esta análise recorreuse a unha explotación de datos secundarios de bases estatísticas como o IGE ou o INE, xunto á realización de entrevistas a informantes clave (persoas membro de asociacións e profesionais) e unha revisión bibliográfica. Os resultados desta primeira fase de investigación foron presentados no apartado 4 deste documento.

A segunda fase consiste na realización dunha investigación cualitativa mediante a técnica de grupos focais e, como complemento, da entrevista semi-estruturada. Caracterízase polo seu enfoque participativo-ascendente, partindo da propia experiencia das persoas maiores e das persoas que traballan ou se relacionan habitualmente con elas.

O obxectivo é recoller a percepción e opinión das persoas maiores de 60 anos do municipio sobre cuestións relacionadas coas 8 áreas de traballo que articulan o proxecto. Seguindo as recomendacións do Protocolo de Vancouver para unha comunidade rural de menos de 5.000 habitantes, realizáronse un total de 4 grupos focais con persoas de 60 ou máis anos. No caso das persoas coidadoras, profesionais e membro de asociacións, optouse pola realización de entrevistas semi-estruturadas.

O traballo de campo realizouse durante os meses de outubro, novembro e decembro de 2023.

5.2. Selección da mostra

Para o deseño da mostra seguíronse as recomendacións do Protocolo de Vancouver, establecendo algunhas modificacións para adaptar a metodoloxía

á idiosincrasia do municipio de Láncara. Para o deseño dos grupos focais con persoas maiores tivéronse en conta criterios de representatividade segundo idade e xénero, ao tempo que se incorporou un criterio territorial segundo parroquia de residencia.

Debido a súa extensión e á dispersión poboacional no medio rural, Láncara alberga realidades diversas segundo o lugar de residencia das persoas. Se ben a capitalidade do concello é unha zona urbanizada que conta con numerosos servizos, o resto de parroquias caracterízanse por unha baixa densidade de poboación, baixo grao de urbanización e un acceso máis restrinxido a servizos. Por este motivo, considerouse que a variable idade como criterio fundamental para a selección da mostra -como recomenda o Protocolo de Vancouver-, podería presentar un alto grao de heteroxeneidade no que se refire ás experiencias das persoas informantes, chegando a dificultar a realización dos grupos focais. Así, decantámonos por levar a cabo unha selección da mostra baseada no lugar de residencia das persoas informantes dividindo o territorio en 3 zonas (Figura 27).

Figura 27. División de Láncara en zonas para o desenvolvemento dos grupos focais.



Fonte: elaboración propia.

Así, os grupos focais organizáronse segundo a zona de residencia das persoas maiores. Debido ao volume de poboación do grupo parroquial da zona 1 –1.195 habitantes –, decidiuse levar a cabo dous grupos focais nesta zona, que tiveron

lugar na Pobra de San Xiao. Para as zonas 2 e 3 –de 691 e 615 habitantes, respectivamente– realizouse un grupo, un en Láncara e outro na parroquia de Río. En total participaron 27 persoas maiores: 9 da zona 1 –o 36% das persoas participantes–; 7 da zona 2 (28%) e 11 da zona 3 (36%). Atendendo ao xénero das persoas, na súa maioría foron mulleres (o 63%) (Táboa 8).

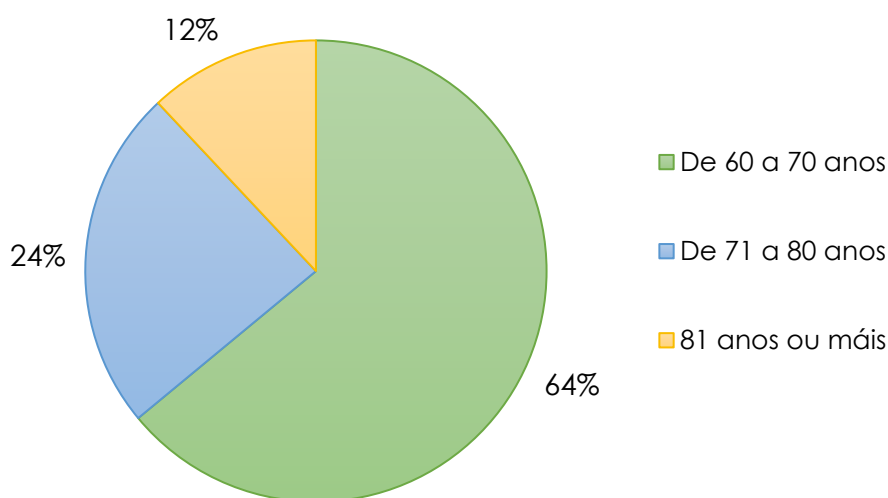
Táboa 8. Participantes nos grupos focais de persoas maiores segundo sexo.

Grupo	Nº de participantes	Homes	Mulleres
Zona 1 (I)	6	3	3
Zona 1 (II)	3	-	3
Zona 2	7	1	6
Zona 3	11	6	5

Fonte: elaboración propia.

De forma previa ao comezo dos grupos, as persoas participantes cubriron unha enquisa de carácter voluntario que nos permitiu coñecer algúns datos sociodemográficos. A enquisa foi cuberta por 25 persoas. Os datos amosan que a maioría dos participantes -o 64%- eran persoas de entre 60 e 70 anos (Figura 28), sendo unha minoría as persoas maiores de 81 anos (12%).

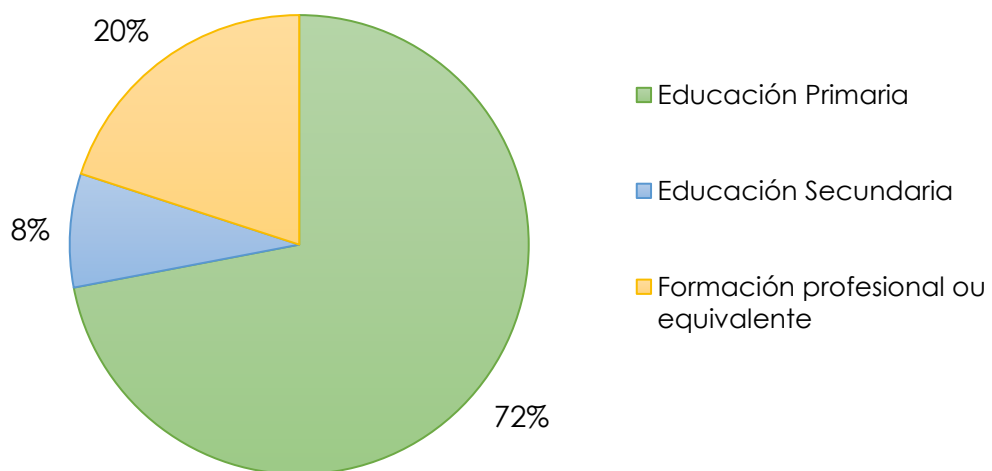
Figura 28. Persoas enquisadas (%) segundo rango de idade.



Fonte: elaboración propia.

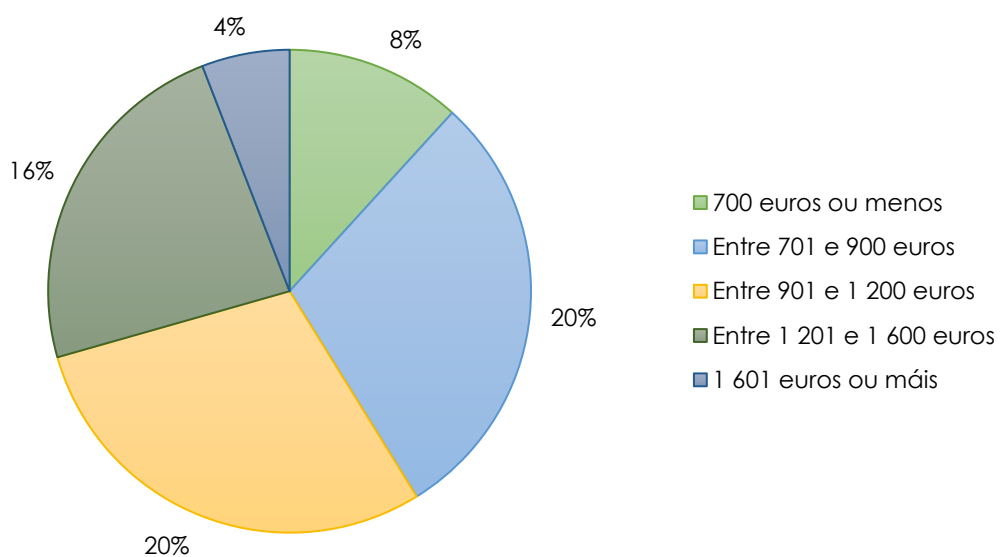
En relación ao nivel de estudos (Figura 29), a maior parte das persoas participantes contaban cun nivel de estudos correspondente á Educación Primaria -o 72%-. Como se viu con anterioridade, a maioría das persoas maiores do concello contan con este nivel de estudos, polo que podemos dicir que, neste sentido, obtívose unha mostra representativa da realidade. No que respecta ao nivel de renda (Figura 30), obtívose unha mostra variada, sobresaíndo a porcentaxe de persoas cun nivel de renda situada ente os 701 e os 1.200 euros (40%).

Figura 29. Persoas enquisadas (%) segundo nivel de estudos.



Fonte: elaboración propia.

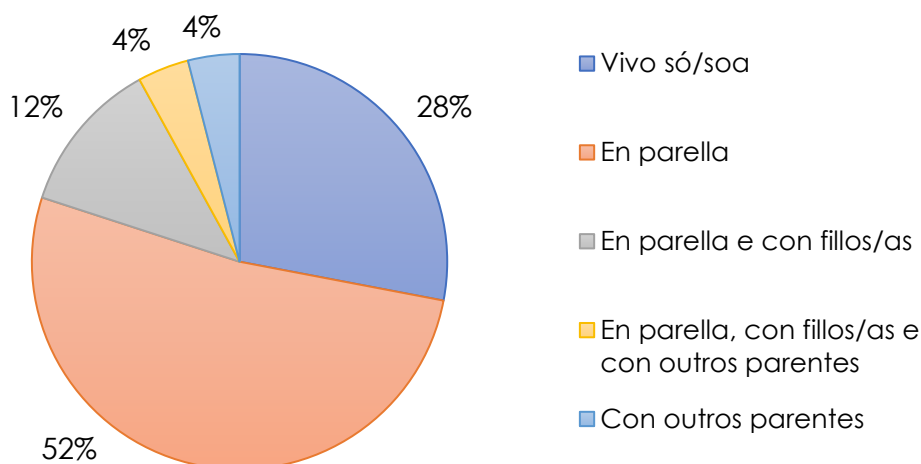
Figura 30. Persoas enquisadas (%) segundo nivel de renda.



Fonte: elaboración propia.

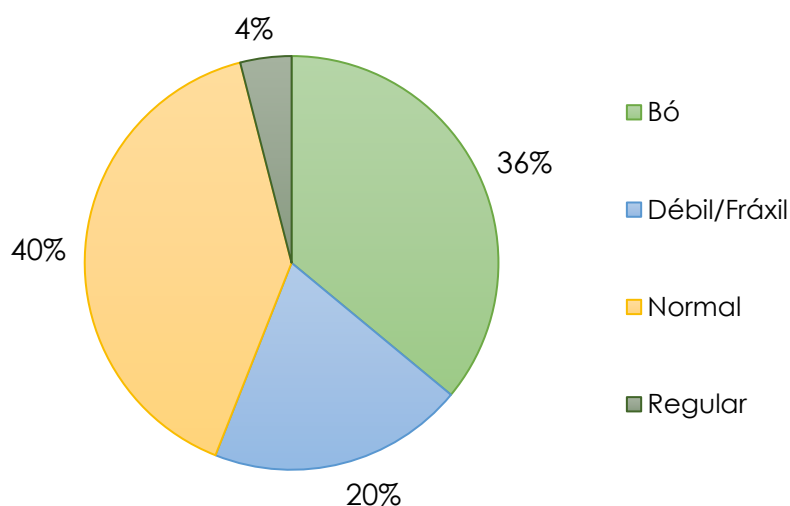
Segundo a estrutura do fogar, máis da metade das persoas enquisadas -o 52%- vivían en parella, seguido da porcentaxe de persoas que vivían soas -o 28%- (Figura 31). As persoas enquisadas tamén foron preguntadas por como percibían o seu estado de saúde (Figura 32), respondendo na maioría dos casos "Normal" (40%) ou "Bó" (36%).

Figura 31. Persoas enquisadas (%) segundo estrutura do fogar.



Fonte: elaboración propia.

Figura 32. Autopercepción do estado de saúde das persoas enquisadas.



Fonte: elaboración propia.

Cómpre sinalar que o 75% das persoas maiores participantes nos grupos focais pertencían a algunha asociación, veciñal ou cultural. Consideramos este feito unha limitación do estudo pois a mostra representa especialmente a un perfil de persoas participativas e activas na comunidade. Ademais, aínda que algunha

das persoas participantes sinalou que precisaba servizos de apoio como o SAF e a Teleasistencia, a meirande parte non indicaron estar nunha situación de dependencia. Non obstante, para acceder a experiencias e discursos que quedaran invisibilizados nos grupos focais, recorreremos a informantes clave: persoas membro de asociacións, provedoras de servizos, coidadoras e profesionais que traballan con persoas maiores.

O Protocolo de Vancouver indica a importancia de recoller a perspectiva destes informantes mediante un grupo focal. Porén, co obxectivo de afondar nas experiencias e puntos de vista de cada unha das persoas informantes, decidiuse levar a cabo entrevistas semi-estruturadas. No caso dos profesionais da Saúde, se ben se intentou organizar un grupo focal, a restrinxida dispoñibilidade das persoas participantes dificultou a súa organización e substituíuse pola realización de entrevistas semi-estruturadas. No caso das persoas coidadoras, as dúas informantes participaron nos grupos focais para persoas maiores. Finalmente, obtívose información dun total de 17 informantes clave (Táboa 9).

Táboa 9. Perfil de informantes clave.

Perfil	Persoas informantes
Persoa membro de asociación	5
Persoa provedora de servizos	2
Persoa coidadora	2
Profesional de Servizos Sociais	3
Profesional da Saúde	5

Fonte: elaboración propia.

5.3. Análise de resultados

Para a análise de resultados desta segunda fase (análise cualitativo) seguiu-se un proceso sucesivo de catro fases: transcripción dos grupos focais e entrevistas semi-estruturadas, lectura das transcripcións, codificación aberta e codificación axial. Primeiramente, graváronse en audio as sesións dos grupos focais e entrevistas realizadas, previo consentimento informado das persoas

participantes. As gravacións foron posteriormente transcritas para facilitar a súa análise.

A análise dos datos recollidos comeza cunha lectura repetida das transcripcións dos grupos focais para obter unha idea xeral da información recollida. Seguidamente, realizouse unha codificación aberta de categorías de análise seguindo as 8 áreas de traballo do proxecto. Finalmente, realizouse unha codificación axial das categorías identificadas, agrupándoas en bloques temáticos representativos e significativos para o proxecto. Estas áreas temáticas correspóndense coas propostas no proxecto.

A redacción dos resultados (apartado 6) realizouse seguindo a organización temática indicada. A redacción combina un enfoque analítico e un enfoque narrativo. O enfoque analítico despregouse mediante a utilización de táboas-resumo para unha representación esquemática dos resultados obtidos. O enfoque narrativo incorporouse mediante a inclusión de *verbatim*s representativos das persoas participantes nos grupos focais e entrevistas, co obxectivo de ilustrar con datos cualitativos os principais argumentos de análise.

6. RESULTADOS

Neste apartado recóllense os resultados obtidos a partir da análise dos grupos focais e as entrevistas semi-estruturadas, segundo as 8 áreas de traballo propostas pola OMS. Primeiramente, expóñense as ideas máis destacadas de cada área para, seguidamente, presentar en táboas-resumo os aspectos positivos, negativos e as propostas realizadas de forma específica e esquemática.

En relación aos **espazos ao aire libre e edificios**, un dos aspectos máis destacados e repetidos é a dificultade percibida para pasear de forma segura polas zonas rurais. Algúns vehículos -en particular, os de gran tamaño- circulan a gran velocidade, o que fai moi inseguro pasear polas estradas nas que apenas existe espazo reservado para os peóns. Para poñer solución a esta situación -compartida polas persoas que participaron nos grupos realizados en Láncara e Río- propónse, por unha banda, facilitar o tránsito nas beiravías, ampliándoas ou manténdooas limpas; e por outra, a redución da velocidade máxima de circulación nas aldeas mediante sinalizacións e a instalación de resaltos.

Nestas zonas rurais, tamén se sinalou a escaseza de mobiliario urbano, en concreto, de bancos. A falta deste tipo de zonas de descanso e a percepción de perigo nas zonas de paseo, pode limitar as saídas á rúa e o contacto con outras persoas e, polo tanto, diminuír as oportunidades de avellentamento activo entre os maiores destas zonas.

[hai persoas que] non saen a camiñar moi lonxe da casa por iso (...) hai moitas costas, e non as dan subido; herba, e non dan camiñado; moita xente non sae da casa por non ter así un espazo... e menos elas soas.

[Informante clave]

se queren saír e ir dar un paseo ata o cemiterio (...), o mellor á metade de camiño téñense que sentar e non teñen onde.

[Informante clave]

A modo de proposta, indicouse a posibilidade de acondicionar un gran espazo de encontro e paseo ao aire libre na Pobra de S. Xiao, con suficiente sombra e bancos. Neste sentido, mencionouse o proxecto de senda verde como unha oportunidade para crear este tipo de espazos. Ademais, valoráronse de forma

moi positiva os espazos recreativos das praias fluviais de Láncara e A Pobra de S. Xiao, subliñando a necesidade de mantelos e coidalos.

Con respecto ao **transporte**, subliñouse a necesidade de atopar formas de facilitar os desprazamentos a un prezo asumible economicamente, especialmente dende as aldeas cara a Pobra de S. Xiao e Sarria. Neste sentido, recoñecendo as dificultades de establecer unha liña regular de autobús, propúxose a creación dun servizo de transporte público de uso compartido a demanda. Este servizo, a un prezo asumible, tería que ser solicitado con antelación, de forma que as persoas traballadoras desta prestación puidesen deseñar diferentes rutas en función da demanda.

En relación á liña de autobús que pasa pola Pobra de S. Xiao indicouse a dificultade de obter información sobre os horarios da liña e demandouse que a parada sexa sempre no mesmo lugar, preferiblemente na parada interior. De novo, neste bloque temático, evidenciouse a importancia que ten para as persoas maiores do municipio o control e redución da velocidade dos vehículos que circulan polas estradas do concello, en particular, polo perigo percibido en tramos sinuosos e estreitos.

En referencia á **vivenda**, se ben a maioría das persoas que participaron nos grupos focais consideran que as súas vivendas están adaptadas -ou serán facilmente adaptables- a diferentes necesidades, as entrevistas a informantes clave mostraron que o deseño das vivendas máis antigas nas que viven algunhas persoas maiores son pouco accesibles e poden dificultar a realización de actividades básicas da vida diaria (portas estreitas, habitacións moi pequenas, chanzos, etc.). Ao mesmo tempo, as persoas participantes non coñecían axudas dispoñibles para a mellora da accesibilidade das vivendas.

Reflexionando sobre as posibles alternativas á vivenda habitual, en xeral, mostrouse un rexeitamento cara os grandes centros residenciais, preferindo modelos considerados *hogareños*, como as mini-residencias ou os apartamentos tutelados. Lugares nos que poder vivir con outras persoas mantendo a intimidade persoal, cun espazo propio; e que estean preto das súas vivendas. Evidenciouse tamén certa preferencia polos servizos públicos, relacionando nalgúns casos, a iniciativa privada coa acumulación de

beneficios e a incompatibilidade deste feito cunha provisión de coidados de calidade.

No relativo á **participación social**, mostrouse unha satisfacción xeral coas actividades organizadas polo Concello e as asociacións do municipio. Con todo, tanto as persoas maiores como as informantes clave, fixeron propostas temáticas para ampliar a variedade de actividades que se poderían organizar e fixeron fincapé na importancia do transporte para facilitar a participación social. Entre as propostas realizadas, destacan dúas. Por unha banda, ante a dificultade de desprazamento dende as aldeas á Pobra de S. Xiao e outros lugares, mostrouse a necesidade de levar as actividades por todo o municipio, identificando as antigas escolas como espazos idóneos para a súa realización. En concreto, propúxose a organización dunha ou dúas actividades itinerantes, -talleres de memoria ou ximnasia de mantemento-, que, polo menos unha vez á semana, puidesen realizarse nas distintas escolas.

Por outra banda, subliñouse a falta dun espazo de encontro social na Pobra de S. Xiao, propoñéndose a creación dun centro social aberto á cidadanía no que poder facer actividades con outras persoas e que contase coa posibilidade de tomar algo a un prezo asumible.

Sobre o **respecto e a inclusión social**, en xeral, percíbese que as persoas maiores son respectadas no municipio, aínda que nalgúns casos poidan producirse faltas de respecto. Algunhas persoas indicaron que a falta de inversión en recursos e coidados de calidade por parte da administración pública, denota unha falta de consideración coas persoas maiores en situación de dependencia.

Como elemento positivo neste eido destacouse o apoio veciñal existente no concello. Porén, algunhas persoas informantes pensan que estas redes sociais están esmorecendo e consideran que o despoboamento do rural vai acentuar o sentimento de soidade non desexada nos próximos anos.

Á hora de axudarse para un apuro estamos todos, porque se fai falta calquera cousa estamos todos para axudar; pero a confianza, o agarimo ese que había entre a xente, xa non existe.

[Muller participante nun dos grupos focais].

Ti saes agora por aí e non hai con quen conversar.

[Home participante nun dos grupos focais].

En relación ao **traballo e participación cidadá**, destacaron os beneficios que para as persoas maiores ten participar en asociacións, como o sentimento de pertenza á comunidade e o tecido de redes sociais de apoio. Con todo, algunhas persoas senten que as aportacións á comunidade que se fan dende as asociacións gozan de pouco recoñecemento social e institucional.

Para min o máis positivo de todo é estar facendo as actividades e tratar á xente, porque (...) é como unha gran familia (...) se non vai unha [compañeira] xa dis “e logo, a aquela que lle pasou?”

[Muller participante nun grupo focal].

No discurso das persoas maiores informantes tamén se percibiu a voluntariedade de axudar a outras persoas maiores ou persoas que necesitan cuidados, acompañándoas ou colaborando con elas facendo recados en momentos puntuais. Non obstante, non se coñecen programas de voluntariado na zona.

No que respecta á **comunicación e información**, cómpre sinalar a importancia que para as persoas maiores ten asegurar a cobertura telefónica en todo o municipio, especialmente por motivos de seguridade. Nalgúns casos, a mala cobertura limita o acceso ao servizo de Teleasistencia a potenciais usuarios. Tamén, apuntouse a necesidade de diversificar as canles de comunicación que o Concello emprega para difundir información, propoñendo, nalgúns casos, o correo postal ou chamadas telefónicas.

Na última área de traballo, **Servizos Sociais e de Saúde**, subliñouse a necesidade de aumentar o número de horas de atención do SAF, debido a insuficiencia de tempo nalgúns casos para atender ás persoas usuarias; e ás listas de espera, que provocan que moitas persoas con prestación recoñecida non poidan acceder a ela. O SAF destacou como un servizo fundamental para asegurar o benestar social das persoas maiores en situación de dependencia nos seus fogares e previr situacións de soidade non desexada. Como no caso das residencias, existe certa percepción de incompatibilidade entre a provisión de cuidados de calidade e o beneficio empresarial.

Como aspecto positivo, destacou a satisfacción co trato recibido por parte das persoas traballadoras dos Servizos Sociais e de Saúde. A modo de proposta, suxeriuse a creación dun centro de día público no concello.

ESPAZOS AO AIRE LIBRE E EDIFICIOS (I)

Subtemas	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Espazos ao aire libre	<ul style="list-style-type: none"> - Praias fluviais da Pobra de S. Xiao e Láncara. - Campo da feira da Pobra de S. Xiao. - Parque biosaudable da Pobra de S. Xiao. 	<ul style="list-style-type: none"> - Pouca iluminación nas inmediacións das aldeas o que en inverno dificulta saír a pasear. - Situación do parque biosaudable de A Pobra de S. Xiao: pouco espazo e compartido cun parque infantil. - Mantemento e limpeza dos espazos ao aire libre na Pobra de S. Xiao. 	<ul style="list-style-type: none"> - Luz en Ramil (Láncara) a partir de outono. - Parques biosaudables noutras parroquias. - Acondicionamento dun parque grande en A Pobra de S. Xiao con sombra e bancos que funcione como lugar de encontro para persoas maiores. - Máis espazos de sombra na zona da Residencia A Veiga. - Vídeo-vixilancia na praia fluvial de a Pobra de S. Xiao e arredores.
Edificios públicos	<ul style="list-style-type: none"> - Boa accesibilidade e mantemento dos edificios públicos: Concello, Antigo Centro Médico, Centro de Saúde, Polifuncional e antigas escolas de Láncara e Río. - Bo trato por parte dos funcionarios públicos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se ben o edificio da biblioteca é accesible en termos arquitectónicos, está localizada nunha rúa con moita inclinación. - Illamento térmico da biblioteca. - Pouca accesibilidade na igrexa da Pobra de S. Xiao. 	<ul style="list-style-type: none"> - Acondicionar os edificios antigos como as antigas escolas e as igrexas con calefacción. - Fomentar o uso de edificios e locais públicos das aldeas nos que na actualidade non se está a desenvolver ningunha actividade.

ESPAZOS AO AIRE LIBRE E EDIFICIOS (II)

Subtemas	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Establecementos comerciais e hostaleiros	<ul style="list-style-type: none"> - Colaboración informal entre provedores de servizos para facer chegar os produtos ás persoas que teñen dificultades para desprazarse. - Bo trato ás persoas maiores nos establecementos comerciais e hostaleiros. - Valoración positiva da posibilidade de mercar produtos aos vendedores ambulantes que realizan rutas comerciais por algunhas aldeas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Peche de locais comerciais na Pobra de S. Xiao. - Bótase en falta unha casa de comidas na Pobra de S. Xiao. - Bótase en falta máis variedade no comercio da Pobra de S. Xiao, destacando unha tenda de roupa. 	<ul style="list-style-type: none"> - Aproveitamento dos locais baleiros na Pobra de S. Xiao, fomentando a apertura de novos establecementos ou empregándoos para outros fins. - Fomento do comercio local.
Mobiliario urbano	<ul style="list-style-type: none"> - Os baños públicos da Pobra de S. Xiao son útiles e están limpos. - Mesas e bancos da praia fluvial da Pobra de S. Xiao. - Nas aldeas, aínda que de forma escasa, as cabinas do bus funcionan como espazo de descanso. 	<ul style="list-style-type: none"> - Escaseza de áreas de descanso (bancos) nas zonas rurais. - Actos de vandalismo que danan o mobiliario urbano na Pobra de S. Xiao. - Mantemento dalgúns elementos do mobiliario urbano da praia fluvial de Láncara. 	<ul style="list-style-type: none"> - Instalación de bancos nas aldeas, nos camiños e campos da festa ou outro tipo de espazos de encontro. - Instalación de bancos aproveitando os recursos naturais dispoñibles na zona, como as pedras (lousas). - Instalación de bancos na zona de paseo que vai de Praias de Valdriz á Pobra de S. Xulián. - Máis mesas e bancos na praia fluvial de A Pobra de S. Xiao.

ESPAZOS AO AIRE LIBRE E EDIFICIOS (III)

Subtemas	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Zonas de paseo	<ul style="list-style-type: none"> - Novo paseo de Praias de Valdriz ata A Pobra de S. Xiao. 	<ul style="list-style-type: none"> - As beiravías das estradas non teñen espazo suficiente para o tránsito seguro de viandantes. - Falta de limpeza e acondicionamento dalgunhas cunetas que impide o tránsito peonil e pon en risco a seguridade dos viandantes. - Os vehículos circulan a unha velocidade percibida como excesiva e que pon en perigo a seguridade dos viandantes e os animais. - Bótanse en falta rutas seguras que posibiliten dar un paseo longo pola zona da Pobra de S. Xiao. Un aspecto que tamén se extrapola a Láncara e Río. - Curva da fonte (Láncara): perigosa para viandantes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ampliar ou acondicionar beiravías. - Ampliar pouco a pouco a rede de sendas peonís nas aldeas. - Iluminar o paseo de Traveselas (Láncara). - Proxecto de senda verde na Pobra de S. Xiao: potenciar esta iniciativa, colocando bancos e espazos con sombra e poñendo en valor o patrimonio natural e cultural da contorna. - Beirarrúa que una a parte traseira da urbanización de Praias de Valdriz coa súa entrada. - Nas aldeas, colocar sinalizacións que recorden que se está pasando por unha zona urbanizada pola que circulan viandantes. - Poñer a velocidade máxima o máis baixa posible ou resaltos que obriguen a limitar a velocidade nas aldeas.

TRANSPORTE (I)			
Subtemas	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Condución	<ul style="list-style-type: none"> - Valoración positiva da condución pola Pobra de S. Xiao. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mantemento das estradas nas zonas de Río e Láncara. - A falta de cobertura telefónica como limitación da mobilidade: medo a ter un accidente e non poder avisar a ninguén. - O mal estado das cunetas e a vexetación dos arredores impide ver sinalizacións nalgúns puntos en zonas rurais. - Vehículos de gran tamaño circulan a moita velocidade, o que se percibe como un perigo para a seguridade dos demais condutores, especialmente en tramos estreitos ou sinuosos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Asegurar a visibilidade das sinalizacións mediante a limpeza de vexetación e cunetas. - Mellorar a iluminación das estradas fóra das zonas urbanizadas. - Acondicionamento do pavimento, marcas viais e demais sinalizacións nas estradas das zonas rurais.

TRANSPORTE (II)

Subtemas	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Servizos de transporte público	<ul style="list-style-type: none"> - Liñas de autobús que pasa pola Pobra de S. Xiao. - Posibilidade de coller o bus escolar para desprazarse dende a zona de Láncara e Río á Pobra de S. Xiao e a Sarria. - Dispoñibilidade do taxi. - Dispoñibilidade dun servizo de taxi adaptado para persoas con mobilidade reducida. 	<ul style="list-style-type: none"> - O servizo de bus escolar ten un horario moi restrinxido que non se adapta ás necesidades das persoas. - A falta de posibilidades de desprazamentos en transporte público obriga a acudir a familiares e veciños, o que pode xerar un sentimento de dependencia e sentirse unha carga. 	<ul style="list-style-type: none"> - Establecer unha soa parada de autobús, preferiblemente dentro da Pobra de S. Xiao. - Máis frecuencias na liña de autobús que pasa pola Pobra de S. Xiao. - Facilitar un servizo de transporte público, polo menos algún día da semana, para desprazarse de Láncara á Pobra de S. Xiao. - Crear un servizo de transporte público de uso compartido a demanda e a un prezo asumible.
Aparcamento	<ul style="list-style-type: none"> - Dispoñibilidade de aparcamento na Pobra de S. Xiao. - Dispoñibilidade de aparcamento preto de servizos esenciais como o Centro de Saúde. 		

VIVENDA

Subtema	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Adaptación das vivendas	<ul style="list-style-type: none"> - Polo xeral, as inmediacións das vivendas son accesibles e están ben iluminadas, tamén nas zonas rurais. - Moitas vivendas contan con dous pisos, existindo a posibilidade de adaptar a planta baixa ás necesidades que van xurdindo. - Valoración positiva das vivendas con finca ou xardín e a súa contorna, especialmente despois da pandemia da COVID-19. 	<ul style="list-style-type: none"> - Moitas vivendas non están adaptadas ás necesidades das persoas maiores (portas estreitas, escaleiras, baño, etc.). - Falta de información sobre subvencións para realizar reformas que melloren a accesibilidade da vivenda e posibles dificultades á hora de tramitalas. 	
Alternativas á vivenda habitual	<ul style="list-style-type: none"> - Imaxe positiva das mini-residencias e casas do maior. - Imaxe positiva dos apartamentos tutelados. - Preferencia por alternativas <i>hogareñas</i>. 	<ul style="list-style-type: none"> - Poucas residencias públicas na zona. - Preocupación por ter que vivir nunha residencia lonxe do concello. - As pensións no son suficientes para facer fronte ao pago dunha praza nunha residencia privada. - Rexeitamento das macro-residencias. 	

PARTICIPACIÓN SOCIAL

Subtema	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Oferta de actividades	<ul style="list-style-type: none"> - Festa dos avós. - Excursións á praia. - Entroido. - Festa da Tenreira. - Coro. - Actividades organizadas polas asociacións. 	<ul style="list-style-type: none"> - Concentración de actividades na Pobra de S. Xiao. 	<ul style="list-style-type: none"> - Actividades para aprender a usar as TIC. - Talleres de memoria. - Talleres de música tradicional. - Charlas sobre seguridade e hábitos saudables. - Dinamizar o parque biosaudable da Pobra de S. Xiao mediante a organización de actividades colectivas que motiven o seu uso dunha forma segura. - En xeral, xerar espazos nos que as persoas maiores poidan interactuar ou simplemente falar. - Realizar actividades itinerantes polas antigas escolas e outros locais públicos do municipio, facendo actividades de ximnasia de mantemento e/ou talleres de memoria, polo menos unha vez á semana en cada escola.
Espazos de socialización	<ul style="list-style-type: none"> - Antigas escolas repartidas polo municipio. - Establecementos de hostalaría. - Pavillón de fútbol sala. - Nas zonas rurais, os establecementos son un lugar de socialización fundamental, así como un recurso social que presta apoios informais ás persoas maiores. 	<ul style="list-style-type: none"> - Non hai un espazo público de acceso aberto no que falar ou xogar. 	<ul style="list-style-type: none"> - Centro social aberto á cidadanía na Pobra de S. Xiao. - Repensar os usos sociais das antigas escolas e o antigo concello como puntos de encontro: "darlles vida". - Edificios en aluguer ou venda da zona poden ser reconvertidos en centros onde desenvolver actividades. - Fixar un punto de referencia para a realización de actividades na Pobra de S. Xiao.
Accesibilidade		<ul style="list-style-type: none"> - A falta de servizos de transporte público limita as posibilidades de participación en actividades das persoas maiores que viven nas zonas rurais. 	

RESPECTO E INCLUSIÓN SOCIAL (I)

Subtemas	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Relacións veciñais	- Apoio veciñal.	- Apoio veciñal en momentos de especial necesidade pero perda do sentido de comunidade.	
Despoboamento do rural		- Percepción de que a soidade non desexada aumentará co paso dos anos debido ao despoboamento do municipio.	- Atraer empresas que xeren emprego e axuden a fixar ou atraer poboación.
Concello	- En xeral, percepción de que o Concello pensa na xente maior á hora de organizar actividades e eventos.	- En ocasións é difícil acceder a información de interese sobre as actividades e eventos que se organizan.	
Imaxe da vellez		- O desinterese pola realidade das persoas maiores afecta a súa saúde mental e promove a dependencia.	- Fomentar unha imaxe positiva da vellez, mellorando a auto percepción das persoas maiores e fomentando o respecto por parte de xeracións máis novas. - Recoñecer as aportacións que as persoas maiores fan á sociedade.

RESPECTO E INCLUSIÓN SOCIAL (II)

Subtemas	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Relacións interxeracionais	<ul style="list-style-type: none"> - As actividades interxeracionais son percibidas como moi beneficiosas para todas as partes. - Imaxe positiva dos centros interxeracionais. - Os nenos e nenas transmiten alegría ás persoas maiores. - As relacións con nenos e nenas fomenta o sentimento de utilidade, autonomía e autoestima das persoas maiores. - É motivador ver ás persoas máis maiores participar en actividades e velas con vitalidade. 	<ul style="list-style-type: none"> - Casos de falta de respecto ás persoas maiores por parte de persoas mozas. - Infantilización das persoas maiores. 	<ul style="list-style-type: none"> - Páxina web ou espazo físico para poñer en valor a memoria colectiva do concello a través de fotografías, recordos, etc.

TRABALLO E PARTICIPACIÓN CIDADÁ

Subtemas	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Asociacionismo	<ul style="list-style-type: none"> - Favorece o apoio mutuo. - Esenciais para manter relacións sociais con outras persoas. - Sentimento de pertenza á comunidade. - Apoio económico por parte do Concello. - Cesión de espazos públicos por parte do Concello. 	<ul style="list-style-type: none"> - As aportacións que se fan non están recoñecidas socialmente. - Percepción de falta de compromiso por parte das xeracións máis novas que se implican en menor medida na organización de actividades comunitarias ou asociativas. - Falta de apoio económico e institucional. 	
Traballo de coidados	<ul style="list-style-type: none"> - SAF. 	<ul style="list-style-type: none"> - Non está recoñecido socialmente. - Os apoios recibidos por parte da administración non son suficientes e algunhas persoas coidadoras teñen unha gran carga de traballo e carecen de tempo para elas. - Feminización das tarefas de coidados. 	<ul style="list-style-type: none"> - Apoio a persoas coidadoras: formación básica en habilidades de coidado, grupos de apoio. - Máis horas de SAF.
Voluntariado	<ul style="list-style-type: none"> - Percíbese como algo positivo e a algunhas persoas gustaríalles facer voluntariado social, acompañando a persoas maiores de diferentes formas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Actualmente non hai oportunidades na zona. 	<ul style="list-style-type: none"> - Voluntariado social de acompañamento a persoas maiores: falar, ler, etc. - Programa de voluntariado social dirixido a persoas en situación de desemprego.
Reciclaxe		<ul style="list-style-type: none"> - Escaseza de contedores de reciclaxe por todo o concello, véndose máis afectadas as zonas rurais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Plataformas para contedores.

COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN

Subtemas	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Información e canles de comunicación empregadas polo Concello		<ul style="list-style-type: none"> - Bótase en falta a difusión de información sobre subvencións. - Percepción de que moitos anuncios se fan mediante as RRSS, ferramenta que non empregan todas as persoas maiores. - En ocasións, dificultade para coñecer a programación de actividades. 	<ul style="list-style-type: none"> - Comunicacións do Concello: envío de información ao correo postal ou mediante chamada telefónica. - Facilitar a axenda cultural e de ocio do concello e da comarca a través de mensaxería móbil ou con carteis informativos.
Información e canles de comunicación empregadas por outras institucións		<ul style="list-style-type: none"> - O robot contestador de AP do SERGAS. - Notificacións por SMS de citas médicas: as veces non comprensibles por parte dalgunhas persoas maiores. - Os folletos informativos sobre hábitos saudables no Centro de Saúde non son efectivos. - Violencia institucional: forma de notificar o peche de expedientes da solicitude de prestación de dependencia por falecemento. 	
Comunicacións móbiles e internet	<ul style="list-style-type: none"> - Pouco coñecemento no uso das TIC. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mala cobertura telefónica, especialmente en zonas rurais. 	

SERVIZOS SOCIAIS E DE SAÚDE			
Subtemas	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Propostas
Servizos de Saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Farmacias: servizos esenciais, especialmente durante as tardes e as fines de semana, momentos nos que son a referencia sanitaria do municipio. - Boa comunicación entre servizos. - Bo trato. 	<ul style="list-style-type: none"> - Preocupación por unha posible perda de servizos de Atención Primaria. - Carga de traballo dos profesionais da Saúde debido á falta de persoal. - Dificultade para desprazarse dende as aldeas ata os Servizos de Saúde pola falta de servizos de transporte público. 	<ul style="list-style-type: none"> - Apoio psicolóxico.
Servizo de Axuda no Fogar	<ul style="list-style-type: none"> - SAF como servizo esencial de apoio ás persoas maiores en situación de dependencia e ás súas familias. - O SAF axuda a previr a soidade non desexada. - Bo trato por parte das traballadoras do SAF. 	<ul style="list-style-type: none"> - Nalgúns casos non chega o tempo de atención. - Dificultade para atopar persoal cualificado. - A rotación de traballadoras é percibida como negativa para os usuarios. - Percepción negativa da externalización deste servizo, nalgúns casos considerando incompatible a provisión de coidados de calidade e a acumulación de beneficios empresariais. - A lista de espera da dependencia restrinxe o acceso a este servizo. 	
Outros Servizos Sociais	<ul style="list-style-type: none"> - Bo trato nos Servizos Sociais do Concello. 	<ul style="list-style-type: none"> - A falta de cobertura dificulta o uso do servizo de Teleasistencia. - A falta de transporte público limita e dificulta a contratación privada de servizos de coidado no domicilio. - As listas de espera da dependencia restrinxen o acceso a servizos de coidado. 	<ul style="list-style-type: none"> - Creación dun centro de día na Reboleira.

7. CONSIDERACIÓNS FINAIS

Este informe recolle un estudo diagnóstico da amigabilidade do concello de Láncara coas persoas maiores. O estudo estruturouse en dúas fases, seguindo as directrices do Protocolo de Vancouver. A primeira fase, consistiu na elaboración do perfil sociodemográfico e socioeconómico do concello, centrándose de forma particular nas persoas maiores. A metodoloxía empregada nesta fase baseouse na explotación de diversas fontes de datos secundarias.

Na segunda fase, indagouse na percepción e experiencias das persoas maiores, e das persoas que traballan ou viven con elas, con respecto ao grao de amigabilidade do municipio co avellentamento, atendendo ás 8 áreas de traballo propostas no Protocolo de Vancouver. Neste caso, deseñouse unha metodoloxía cualitativa, empregando como técnicas de investigación grupos focais con persoas maiores segundo a zona de residencia e entrevistas semi-estruturadas con informantes clave. Para cada área de traballo, recolleuse información sobre aspectos positivos e negativos, algúns de carácter estrutural -como a falta de cobertura telefónica ou a escaseza de transporte público-; e aspectos circunstanciais -como a variedade da oferta de actividades para persoas maiores na zona-. Así mesmo, as persoas participantes no estudo tamén fixeron propostas, con distintos niveis de execución, para tratar de mudar algúns dos aspectos negativos identificados.

Se ben ao longo da elaboración deste estudo presentáronse diferentes dificultades metodolóxicas, destacando o acceso a persoas maiores en situación de dependencia, os seus resultados constitúen un punto de partida para a planificación dunha estratexia que, de forma gradual, de resposta aos puntos de mellora detectados e potencie aqueles aspectos que xa están a fomentar o avellentamento activo e saudable. Tendo en conta as limitacións competenciais das entidades locais, esta estratexia deberá ser construída en colaboración con outras institucións públicas, así como cos diferentes sectores sociais implicados e contando coa participación activa das persoas maiores.

8. REFERENCIAS

- Abades Porcel, M., & Rayón Valpuesta, E. (2012). El envejecimiento en España: ¿un reto o problema social?. *Gerokomos*, 23(4), 151-155.
- Abellán, Abellán, Puyol, R. y Ramiro, D. (2014). La medición del envejecimiento". *Informes Envejecimiento en red*, (9).
- Aldrey Vázquez, J. A. & del Río Franqueira, D. (2014). Crónica de un envejecimiento anunciado: Galicia 2015-2030. *Cambio demográfico y socio territorial en un contexto de crisis: XIV Congreso Nacional de la Población*, 69-82.
- Borge, Julio. (2011). Despoblación y envejecimiento: Galicia hacia el año 2020. *Revista Galega de Economía*, 20, 1-20.
- Camarero, L. A. (2009). *La población rural de España. De los desequilibrios a la sostenibilidad social*. Barcelona: Fundación La Caixa.
- Centella, M. & Rodríguez, I. (2016). La función social del asociacionismo femenino. Un acercamiento a través de la Federación de Mujeres Comarca Sierra-Suroeste. *Revista de Estudios Extremeños*, Tomo LXXII, Número III, 1517- 1559.
- Collantes, F., & Pinilla, V. (2020). *La verdadera historia de la despoblación de la España rural y cómo puede ayudarnos a mejorar nuestras políticas*. AEHE, Asociación Española de Historia Económica.
- Cruz Roja Española (2021). La soledad en las personas mayores que viven solas. Aproximación a la realidad de Navarra. Madrid: Cruz Roja. Recuperado de: <https://www.cnavarra.org/web/EstudioCruzRojaSoledadPersonasMayoresSola.pdf>
- Ezquerro, S. (2011). Crisis de los cuidados y crisis sistémica: la reproducción como pilar de la economía llamada real. *Investigaciones Feministas*, 2, 175-195.
- Fernández, M., & Peón, D. (2017). Desafíos dunha sociedade avellentada e en declive: desequilibrios territoriais e prestación de servizos. *Foro Económico de Galicia, Documento 20*.

- Fernández-Carro, C. (2022). Una panorámica demográfica de la discapacidad en España en 2020. *Actas de coordinación sociosanitaria*, (31), 17-29.
- Gómez Redondo, R., Fernández Carro, C., & Cámara Izquierdo, N. (2018). ¿Quién cuida a quién? La disponibilidad de cuidadores informales para personas mayores en España. Una aproximación demográfica basada en datos de encuesta. *Informes Envejecimiento en red*, 20, 36.
- Gómez, Á. M., & Navarro, J. R. (2022). Provisión de cuidados a personas mayores dependientes en los entornos rurales en España. *EHQUIDAD. Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social*, (18), 11-40.
- Klinenberg, Eric (2021). *Palacios del pueblo. Políticas para una sociedad más igualitaria*. Madrid: Capitan Swing.
- López Iglesias, E. (2013). A gobernanza e xestión do medio rural galego a comezos do século XXI; reflexións e propostas para o debate. *Galicia, un mundo rural vivo*, 130-147.
- Martínez-Buján, R. (2014). Los modelos territoriales de organización social del cuidado a personas mayores en los hogares. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas (REIS)*, 145(1), 99-124.
- Martínez-Buján, R. y Rungo, P. (2021). *O sistema de coidados de longa duración en Galicia desde a perspectiva da prestación de servizos e de creación de emprego*. Consello Económico e Social de Galicia.
- Miralles, I. (2010). Vejez productiva: El reconocimiento de las personas mayores como un recurso indispensable en la sociedad. *Kairos: Revista de temas sociales*, (26), 1-14
- OMS (2002). Envejecimiento activo: un marco político. *Rev Esp Geriatr Gerontol*, 37(S2), 74-105.
- OMS (2013). *Declaración de Dublín*. Recuperado de: https://imserso.es/documents/20123/0/declaracion_dublin_20131104.pdf/78bbf650-565b-ad73-d6a5-c41064cb2875

- Pérez Díaz, Julio (2021). Envejecimiento y crisis demográfica. En Isidro Dubert y Antía Pérez-Caramés (eds.) *Invasión migratoria y envejecimiento demográfico: dos mitos contemporáneos* (pp. 75-95). Los Libros de la Catarata.
- Pérez-Caramés, Antía (2019). Apocalipse demográfica na Galicia actual. Que hai tras o medo ao avellentamento? En Isidro Dubert (ed.) *A morte de Galicia*. Vigo: 2019. (pp. 336-362).
- Rodríguez, Pilar (2021). *Las residencias que queremos*. Madrid: Catarata.
- Sánchez, M. M. (2016). I hope I die before get old (The Who). *Apuntes de Demografía*. Recuperado de: <https://apuntesdedemografia.com/2016/10/25/i-hope-i-die-before-get-old-the-who/>
- Subirats, J. (2016). Cambio de época y personas mayores. Una concepción de ciudadanía abierta e inclusiva. En Ezquerro, S., Pérez Salanova, M., Pla, M. & Subirats, J. (eds.) *Edades en transición. Envejecer en el siglo XXI*. Barcelona: Ariel.
- Valdivia, Blanca (2018). Del urbanismo androcéntrico a la ciudad cuidadora. *Habitat y sociedad*, (11), 65-84. <http://dx.doi.org/10.12795/HabitatySociedad.2018.i11.05>
- Villarino, M. J. P. (2017). Envejecimiento activo en el entorno rural¿ Igualdad de oportunidades?. *Documentación social*, (185), 149-166.