



IMPACTO SOCIAL DEL CENTRO COMUNITARIO MULTISERVICIOS “LAS NIEVES” PARA PERSONAS MAYORES EN EL MUNICIPIO DE CAMPOO DE YUSO

EL PROYECTO | RESUMEN

La evaluación que aquí presentamos a través de los testimonios aportados por las personas usuarias del Centro Comunitario Multiservicios “Las Nieves”, así como por profesionales que lo dinamizan y coordinan, por personal técnico y representantes políticos del municipio de Campoo de Yuso en el que se sitúa, en concreto en la localidad de La Población, nos permite afirmar que se ha convertido en un espacio comunitario que incide de manera relevante en mejorar la soledad de las personas que lo utilizan, en su mayoría personas mayores, en todas sus dimensiones: por un lado, la soledad relacional, ya que se consiguen establecer relaciones con personas significativas con quienes poder compartir actividades, vivencias y experiencias de co-creación y co-gestión; por otro lado, la soledad emocional porque se aminora de manera relevante la sensación de sentirse abandonado/a en un territorio disperso y despoblado con escasez de recursos; y, por último, la soledad existencial, porque permite plantear un proyecto de vida que te gusta, te da satisfacción y en el que crees que lo que haces merece la pena y te convierte en una persona importante y necesaria para los demás. Tal como lo definen las personas usuarias, el Centro es un espacio en el que poder “hacer” todo tipo de actividades que generan bienestar y mejoran la calidad de vida; hacerlo de manera relacional por lo que “compartir” lo que se hace con personas significativas se convierte en uno de los alicientes más importantes y, por último, es un espacio en el que “estar” como un lugar seguro, que se percibe como “una segunda casa”, como un lugar emocionalmente cálido al que se desea acudir.

Es necesario destacar que este proyecto tiene tanta incidencia en la vida de las personas usuarias porque está acompañado de un recurso de movilidad —costeado por el ayuntamiento— que permite a las personas mayores que no disponen de vehículo propio acudir al Centro de manera habitual. A las personas usuarias, en su mayoría mujeres mayores, se las recoge en sus viviendas para que puedan acudir al Centro y se las lleva de vuelta una vez finalizadas las actividades o lo que hayan ido a realizar ese día. Esto demuestra que la implicación política en este tipo de proyectos genera bienestar, promueve un envejecimiento con sentido, combate el aislamiento y la soledad, y promueve un empoderamiento de la ciudadanía para la cooperación en la comunidad.

Por último, otro de los impactos sociales que genera el Centro Comunitario Multiservicios “Las Nieves”, y que hemos podido constatar a través de la evaluación realizada, es que no sólo permite fijar población mayor en el territorio, sino también empleos, ya que la mayoría de profesionales que desarrollan su labor en este espacio son del municipio de Campoo de Yuso o de la comarca.

1. Justificación

En 2002, la Organización Mundial de la Salud (OMS) presentó en la II Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento de Naciones Unidas celebrada en Madrid, el *Marco político del Envejecimiento Activo*, un concepto que definió como “el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen”. Así, el término “activo” hace referencia a una participación continua —de manera destacada— de las personas mayores en las cuestiones sociales, económicas, culturales, espirituales, cívicas, políticas, etcétera, y no sólo a la capacidad que tienen para estar físicamente activas o para el trabajo en el mercado laboral; y el término “salud” se refiere al bienestar físico, mental y social. Desde entonces, la promoción del envejecimiento activo se viene implementando en las políticas públicas dirigidas a la población mayor, tanto en España como en el ámbito internacional, con el objetivo de promover su bienestar y autonomía personal. Un marco de acción que ha sido avalado y revisado posteriormente en distintas ocasiones, por ejemplo en 2015, y que en la actualidad es la base en la que se asienta el Plan para la **Década del Envejecimiento Saludable 2020-2030** de la OMS, que pone a las personas mayores como eje central de sus acciones y que convoca a los gobiernos, la sociedad civil, los organismos internacionales, los/as profesionales, las instituciones académicas, las ong’s, los medios de comunicación y el sector privado en aras de mejorar la vida de estas personas, así como las de sus familias y comunidades.

Al mismo tiempo, es relevante destacar cómo las sociedades modernas han traído consigo modificaciones en los significados sociales de la edad, los límites entre los distintos periodos de la vida han perdido nitidez, han aparecido nuevas definiciones de los grupos de edad, nuevos patrones en las cronologías de los principales acontecimientos de la vida y nuevas inconsistencias en lo que se considera un comportamiento adecuado a cada edad. Aún así convive una mirada edadista que discrimina especialmente a las personas mayores, por el hecho de serlo, impidiendo la vivencia de sus vejez con todo el protagonismo social y autonomía de los que deberían disponer como ciudadanía con derechos y deberes. De hecho, reconocemos en las personas mayores el valor de la experiencia, pero no consideramos que ésta sea una de las fortalezas que se traduce en términos de capacidad de adaptación, de manejarse en situaciones diversas, de afrontar retos variados, de aprender y, en definitiva, de aportar a la sociedad.

Este edadismo, nos debe hacer reflexionar sobre la necesidad de modificarlo si queremos alcanzar la construcción de sociedades inclusivas y justas socialmente, que pongan en valor la diversidad y el derecho a vivir de manera empoderada con cuerpos envejecidos, permitiendo a las propias personas mayores superar los estereotipos negativos que las sitúan en los márgenes. Pero, además, no debemos olvidar que los seres humanos no sólo somos seres individuales, sino que especialmente somos seres sociales, a cualquier edad, por lo que nuestra vida individual está en conexión con lo que nos rodea. Por ello, las personas damos una importancia extraordinaria a nuestras interacciones cotidianas, de manera que individuo y sociedad no son dos elementos opuestos de una dicotomía, sino componentes inseparables de un sistema, ya que ninguno de los dos tendría sentido sin el otro. Un sistema que se entiende como un “ecosistema” que comprende tanto el organismo como su entorno, tanto la individualidad como la vida en sociedad, es decir, la relación entre la persona y la sociedad (Gergen, 1985). Sin embargo, otro de los aspectos relevantes de

nuestras sociedades modernas, marcadas por un individualismo extremo y la creación de corazas entorno al hogar y la idea de 'privacidad', es que hemos perdido parte de nuestro tejido comunitario, se han reducido los espacios para compartir y participar, y se ha deteriorado nuestra red familiar-social, por desplazamientos en busca de mejores empleos, por pérdidas de seres queridos, etcétera, lo que genera situaciones de aislamiento y la percepción individual de soledad que afecta a personas de todas las edades, y de manera compleja, a personas mayores tanto en entornos urbanos como rurales. Por ello, poner la mirada y los recursos en lo comunitario, tal como planteamos en este proyecto con el Centro Comunitario "Las Nieves", es uno de los mecanismos que genera mayores niveles de bienestar en las personas a las que se dirige, teje red entre ellas y cohesiona el territorio.

Cantabria es una región con una asimetría poblacional importante. Mientras la densidad poblacional en la franja costera es, de media, de 315 habitantes por kilómetro cuadrado (ICANE, 2019), en los valles del interior la media no llega a 21 personas por kilómetro cuadrado. Esta realidad, sumada a otros fenómenos económicos y sociológicos, se traduce también en una asimetría de recursos y servicios a disposición de las personas que habitan las zonas con núcleos poblacionales más dispersos. Cuando afrontamos la realidad o mejor, las realidades, porque son múltiples y diversas, de la población mayor en las ruralidades, encontramos una ausencia de espacios de socialización y servicios de atención continua para las personas mayores. Es por ello que el abordaje del proceso de envejecimiento en entornos rurales se presenta como uno de los retos más importantes (Golant, 2004). Lo que sabemos a día de hoy es que este se caracteriza por afectar a toda la comunidad, por tener una población de personas mayores mucho más elevada que en el ámbito urbano, por presentar una mayor proporción de personas que viven solas y una mayor dificultad de acceso a cualquier servicio (Boch, et al. 2009; Hink, 2004). Además, las personas mayores que viven en un entorno rural sienten como situación más temida el aislamiento/soledad, de ahí la necesidad de la creación de espacios en los que se puedan mantener relaciones sociales, realizar actividades de todo tipo (bienestar físico y emocional, cultural, artístico, etcétera), o como lugares en los que estar. Por otro lado, también sabemos que la satisfacción que sienten por sus relaciones sociales es mucho mayor que la de las personas mayores que viven en grandes ciudades, por eso todo lo que potencie la posibilidad de afianzar esas relaciones incide directamente en su bienestar y calidad de vida (Departament de Benestar Social, 2002).

2. Finalidad

Estos rasgos definitorios de los entornos rurales nos han permitido identificar las acciones que hemos considerado pertinentes para **promover la autonomía personal, prevenir situaciones de dependencia y potenciar un buen envejecer** de la población en algunos entornos rurales en los que llevamos a cabo acciones a través de UNATE y Fundación PEM, en particular, en la región del Valle de Campoo a orillas del Embalse del Ebro.

El municipio de Campoo de Yuso abarca 14 localidades, tiene 95 km², y una población total de 688 habitantes, de los cuales 193 —el 28,05%— son mayores de 65 años (92 mujeres y 101 hombres) (ICANE, 2022); si ampliamos el rango a personas mayores de 60 años (243 personas), el porcentaje supone el 35,3% del total de la población lo que evidencia la importancia de cualquier actuación que se realice con este grupo etario, ya que impacta a

un tercio de la población de todo el municipio. Es así que el proyecto de creación del Centro Comunitario Multiservicios (CCM) "Las Nieves" tiene como fin contribuir al **mejoramiento de la calidad de vida** de las personas que habitan este municipio rural, poniendo especial énfasis en las personas mayores, quienes, además, han tenido un papel activo en la co-creación de dicho espacio, junto con otras personas del municipio, con el Ayuntamiento de Campoo de Yuso y con la Junta Vecinal. En relación con el Centro, tiene la misma relevancia en este proyecto el haber dispuesto de un vehículo con conductor que recoge a las personas mayores de las diferentes localidades para llevarlas al Centro y retornarlas a sus domicilios. Si no se contara con este apoyo a la movilidad, el Centro Multiservicios, ubicado en la localidad de La Población, no cumpliría su principal función en el caso de las personas mayores, ya que la mayoría no dispone de vehículo propio y no existen alternativas de transporte público.

Teniendo en cuenta la dispersión geográfica y el bajo nivel poblacional en las localidades del municipio de Campoo de Yuso, así como los escasos o nulos recursos para la movilidad y para poder relacionarse entre sus habitantes en espacios públicos diseñados con ese objetivo, el reto que intentamos resolver es el **aislamiento social** (o el riesgo de caer en él) en el que se encuentran muchas personas mayores de diferentes localidades del municipio, pues a pesar de ser comunidades pequeñas y con pocos habitantes, en la misma medida carecen de espacios para reunirse y realizar actividades (formativas, recreativas, culturales, artísticas, etcétera), que les podrían generar un bienestar personal, mejorar su calidad de vida y promover vínculos entre ellos/as.

Una de las cuestiones relevantes de este proyecto es que, a pesar de haberlo dirigido a la población mayor del municipio, quienes se han implicado desde el comienzo han sido, fundamentalmente, mujeres mayores, pese a que hay más hombres mayores (52,10%) que mujeres (47,9%) en el territorio. Mujeres, por otra parte, que en algunos casos llevaban años sin salir prácticamente de casa porque se habían quedado viudas o habían perdido a personas cercanas con las que antes tenían relación.

Esto tampoco nos sorprende ya que como entidades que llevamos 45 años (UNATE) y 28 años (Fundación PEM) trabajando en el ámbito de la promoción del envejecimiento activo, sabemos que las mujeres mayores son más participativas, generan más vínculos en la vejez y se implican en proyectos comunitarios en mayor medida que los hombres, debido a cuestiones relacionadas con los procesos de socialización en roles diferenciados de género. Pero también es cierto que esta ventaja de las mujeres sólo se materializa en la medida en que se les dote de recursos y herramientas que les permitan esa participación. En este sentido, consideramos que este proyecto cumple con esa misión, al mismo tiempo que pretende llegar cada vez más a los hombres mayores y a personas de todas las edades para que mejoren su autocuidado y su bienestar en la vejez.

3. Objetivos

Estos son los objetivos definidos para el proyecto del Centro Comunitario Multiservicios "Las Nieves".

Objetivo general

Disponer de un Centro Comunitario Multiservicios dirigido, especialmente, a las personas mayores del municipio rural de Campoo de Yuso para ofrecer servicios socio-comunitarios de cercanía que contribuyan al mejoramiento de su calidad de vida, facilitando la participación en actividades que promuevan el envejecimiento activo, la movilidad y el apoyo en gestiones cotidianas, para evitar su aislamiento y percepción de soledad, así como potenciar su red de apoyo social.

Objetivos específicos

- Promover en las personas mayores autonomía personal, prevenir situaciones de dependencia y mejorar su autocuidado, responsabilizando a cada persona de su propia salud.
- Potenciar un buen envejecer teniendo en cuenta que la salud es bio-psico-social.
- Potenciar las relaciones sociales entre las personas mayores del municipio de Campoo de Yuso, especialmente disperso y con muy poca densidad de población en cada localidad. Tejer red entre ellas a través de acciones que generen vínculos y apego.
- Evitar situaciones de aislamiento social y percepción de soledad entre las personas mayores al disponer de un espacio en el que se potencia el sentido de comunidad como un lugar que cuida y genera bienestar, y promueve relaciones de apoyo y confianza entre quienes acuden.
- Abrir el Centro a toda la comunidad y ofrecer servicios/recursos para que se impliquen en la co-creación de las actividades a desarrollar, en la medida en que es un lugar de encuentro comunitario.
- Potenciar las actividades entre personas de todas las edades del municipio con el objetivo de cambiar estereotipos edadistas y para promover un entorno para todas las edades.
- Potenciar las actividades de voluntariado dentro del propio Centro y con la comunidad.
- Gestionar de manera conjunta con las personas que acuden al Centro tanto el diseño de las actividades, como el tipo de ocupación con el objetivo de hacer protagonistas a estas personas de sus acciones sobre el Centro de manera particular, y sobre la comunidad, de manera general.

4. Población beneficiaria

Especialmente, personas mayores de 60 años del municipio de Campoo de Yuso y zonas limítrofes, pero también el resto de la población y sus familias.

MEDICIÓN DE IMPACTO SOCIAL

1. Metodología

La Teoría del Cambio es la metodología que hemos elegido para evaluar y medir el impacto social del proyecto de creación del Centro Comunitario Multiservicios, en tanto que permite elaborar el trayecto —desde un punto de partida al punto al que queremos llegar—, a través de una serie de actividades que van a producir unos resultados que contribuyen a lograr los impactos finales previstos. En ese sentido, permite identificar y articular claramente el propósito y los resultados deseados del proyecto, lo cual ayuda a enfocar los esfuerzos en los aspectos más importantes y evaluar el progreso hacia el logro de los objetivos. La Teoría del Cambio también es una herramienta que fomenta la participación de las partes interesadas en su desarrollo, lo que garantiza una comprensión compartida de los objetivos y del proceso para alcanzarlos. Además, involucrar a las partes interesadas mejora la calidad de la medición de impacto al incorporar diversas perspectivas y experiencias.

Los métodos adoptados para recoger los datos y las evidencias que respalden la medición del impacto social han sido entrevistas semiestructuradas y grupos focales. En total, hemos realizado 14 entrevistas semiestructuradas, de las cuales nueve han sido a personas usuarias del Centro Comunitario Las Nieves (6 mujeres y 3 hombres. Ver datos Tabla I); una al alcalde de Campoo de Yuso, Eduardo Ortiz García; una a la concejala de Asuntos Sociales, Noelia González Gómez; una a dos integrantes de la Junta Vecinal, Sonia García Gómez y José Santos López Ruiz; una al conductor del vehículo que traslada a las personas usuarias del Centro, José Antonio Ortega Fernández; y una a la responsable y dinamizadora del Centro, Elsa Herrero Laborda. Asimismo, hemos realizado dos grupos focales con la participación de 21 personas usuarias del Centro (17 mujeres y 4 hombres. Ver datos Tabla II). La recopilación de los datos se llevó a cabo entre los meses de junio y julio de 2023. El total de la muestra es de 27 personas (20 mujeres y 7 hombres).

TABLA I. Personas usuarias entrevistadas	Edad	Estado civil	Localidad de residencia dentro de Campoo de Yuso
M ^a Corazón Gutiérrez Fernández	60 años	Casada	Lanchares
M ^a de los Santos Gutiérrez Fernández	67 años	Viuda	Lanchares
Esther Longo Ruiz	84 años	Viuda	Villasuso
Milagros González Conde	79 años	Viuda	Orzales
Raúl Díez Seco	49 años	Soltero	La Costana
Gregorio Martínez Val	61 años	Viudo	Villapaderne
Isabel Garmilla García	71 años	Vive sola	Lanchares
Amalia Montes González	83 años	Viuda	Monegro
José del Valle Díaz	68 años	Casado	Orzales

TABLA 2. Personas que participaron en los 2 grupos focales	Edad	Estado civil	Localidad de residencia dentro de Campoo de Yuso
M ^a Sol Fernández Gutiérrez	58 años	Casada	Lanchares
M ^a del Mar Cuesta Arenas	59 años	Casada	La Población
M ^a Isabel Garmilla García	71 años	Vive sola	Lanchares
José del Valle Díaz	68 años	Casado	Orzales
Amalia Montes González	83 años	Viuda	Monegro
M ^a Mar Sainz Hoyos	59 años	Casada	Monegro
Daniel Quintana Sánchez	81 años	Casado	La Costana
Clara Peláez Díez	64 años	Casada	Orzales
M ^a Blanca Díez del Campo	73 años	Casada	La Costana
Teresa Sargana González	72 años	Viuda	Corconte
Emilia González Durán	61 años	Casada	Lanchares
M ^a Belén García Martínez	61 años	Casada	Corconte

Mª Corazón Gutiérrez Fernández	60 años	Casada	Lanchares
Mª Isabel Sainz Ceballos	69 años	Casada	Quintana
Esther Longo Ruiz	84 años	Viuda	Villasuso
Josefa Cuevas Fernández	79 años	Viuda	Orzales
Mª Ángeles Fernández Lavín	79 años	Casada	Villasuso
Raúl Diez Seco	49 años	Soltero	La Costana
Gregorio Martínez Val	61 años	Viudo	Villapaderne
Mª de los Santos Gutiérrez Fernández	67 años	Viuda	Lanchares
Begoña Núñez Álvarez	58 años	Casada	Bustamante

2. Cadena de cambios

INSUMOS

- Local habilitado como Centro Comunitario Multiservicios
- Personal coordinador y técnico
- Vehículo y conductor
- Financiación
- Personas mayores y de otras edades del municipio que participen en la co-creación del Centro
- Personal voluntario
- Gastos asociados al Centro y al vehículo
- Mobiliario y material no inventariable

ACTIVIDADES

- Contacto y trabajo colaborativo entre el Ayuntamiento de Campoo de Yuso, la Junta Vecinal y la Fundación PEM/UNATE para poner en marcha el proyecto
- Gestión de los permisos y autorizaciones pertinentes
- Gestión del visto bueno y registro del ICASS del Centro
- Adaptación del edificio de las antiguas escuelas de La Población como Centro Comunitario Multiservicios
- Selección y contratación del personal técnico (dinamizadora y responsable del Centro)
- Formación al personal técnico
- Diagnóstico de la situación y las necesidades de las personas mayores del municipio de Campoo de Yuso
- Diseño de Plan de Comunicación y difusión (general y personalizada, tanto a personas mayores como a agentes clave del territorio) de la iniciativa
- Sesiones informativas en distintas localidades y captación de personas mayores del municipio para su implicación en el proyecto
- Entrega de cuestionarios participativos a personas mayores del municipio
- Reuniones participativas y realización de grupos focales con personas mayores para identificar necesidades y deseos
- Co-diseño del funcionamiento del Centro con un grupo de personas mayores de distintas localidades del municipio como un lugar para estar, para realizar actividades y para compartir
- Co-diseño de la elección de los servicios a ofrecer y las actividades a desarrollar entre el personal técnico y las personas mayores implicadas en la co-creación del Centro
- Establecimiento de los mecanismos de co-gestión con las personas usuarias del CCM
- Contratación de personal especializado (fisioterapeuta)
- Establecimiento de convenios de colaboración con personas prestadoras de servicios de la comarca (p.e. podología, manicura)
- Acto oficial de apertura del CCM
- Programación de actividades y gestión de inscripciones
- Informes mensuales de seguimiento
- Evaluación interna del impacto social del proyecto

OUTPUTS (PRODUCTOS)

- Colaboración público-privada entre el Ayuntamiento de Campoo de Yuso y la Fundación PEM/UNATE
- Local habilitado como Centro Comunitario Multiservicios con aforo máximo para 30 personas, con rampa de acceso, baño adaptado y espacios diferenciados: atención individual, realización de talleres, socialización y comedor
- Contratación de personal estable para coordinar y dinamizar el CCM
- Personas mayores del municipio se implican en la co-creación del CCM: diseño del reglamento de funcionamiento del Centro, propuesta de actividades que promuevan el envejecimiento activo, y listado de las necesidades de servicios que el Centro podría ofrecer a las personas mayores de la comarca
- Diseño consensuado del reglamento de funcionamiento y adecuación de este a la legislación vigente
- Personas mayores usuarias del CCM se implican en la co-gestión del mismo, diseñando su propio Plan de Acción cada año

- Consolidación de una oferta estable de servicios de cuidado personal y movilidad (tales como fisioterapia, podología, servicio de transporte), así como de actividades socio-comunitarias, recreativas, formativas y culturales que responden a los intereses y necesidades de las personas mayores usuarias del CCM
- Apoyo individualizado a las personas mayores usuarias en gestiones y trámites cotidianos

OUTCOMES (EFECTOS)

- Recuperación de espacios de sociabilidad y participación para las personas mayores del municipio
- Participación activa de personas mayores en actividades que promueven un envejecimiento activo y facilitan su sociabilidad
- Prolongación de la estancia de las personas mayores usuarias en el domicilio propio
- Mejoramiento de las condiciones de movilidad de las personas mayores usuarias habitantes de núcleos dispersos
- Implicación de personas mayores en la toma de decisiones sobre sus necesidades sociales
- Generación de un alto grado de apropiación del Centro por parte de las personas mayores usuarias
- Establecimiento de mecanismos de coordinación con otros actores (ayuntamiento, servicios sociales, farmacia, centro de salud)
- Disponibilidad de una metodología para la puesta en marcha de Centros Comunitarios Multiservicios replicable en otros municipios de la comarca y de la región

IMPACTOS (RESULTADOS)

- Promoción de la autonomía personal y la vida independiente de las personas mayores
- Mejoramiento de la calidad de vida de las personas mayores usuarias
- Evitar situaciones de aislamiento social y percepción de soledad
- Prevención de situaciones de dependencia

INDICADORES

- Al menos un 50% de las personas mayores del municipio ha recibido información del CCM (95 personas)
- Al menos 20 personas mayores del municipio participan activamente en: la identificación de las necesidades de las personas mayores del municipio; el diseño de los espacios y servicios que ha de ofrecer el CCM; la elaboración del reglamento de funcionamiento del CCM; y la propuesta de actividades
- Al finalizar el primer año de funcionamiento del CCM: al menos 57 personas mayores de Campoo de Yuso incrementan su sociabilidad como resultado de la creación del CCM, 57 personas se han inscrito y participan regularmente en actividades
- Al finalizar el primer año de funcionamiento del CCM: al menos 25 personas utilizan alguno de los servicios ofrecidos
- Al finalizar el primer año de funcionamiento del CCM: al menos 25 personas han solicitado apoyo para realizar gestiones con instituciones públicas y/o financieras
- Al finalizar el primer año de funcionamiento del CCM: al menos 57 personas han utilizado regularmente el servicio de transporte
- Se ofrecen al menos 138 horas de actividades que promueven el envejecimiento activo a lo largo del año

3. Resultados

Además de la colaboración entre el Ayuntamiento de Campoo de Yuso, la Junta Vecinal y la Fundación PEM/UNATE, haber contado con financiación del ICASS (Instituto Cántabro de Servicios Sociales) ha sido clave para poner en marcha este proyecto, tanto para la adecuación del espacio como para la financiación del personal técnico que trabaja en el Centro. El ayuntamiento, por su parte, ha puesto a disposición el vehículo con conductor y ha asumido la contratación de una profesional de fisioterapia; mientras que el espacio ha sido cedido por la Junta Vecinal. Estas acciones conjuntas, así como la participación de las personas mayores del municipio en la co-creación del CCM, hicieron posible la existencia y continuidad de este **recurso de cercanía pensado por/desde/para las personas mayores**, en un territorio en donde la oferta de servicios y actividades que respondiera a la necesidad social que tiene este grupo poblacional era prácticamente nula.

También es importante destacar que la persona que dinamiza y está a cargo del CCM está apoyada por otros miembros del equipo de la Fundación PEM y de UNATE, expertos en trabajo con personas mayores y actualmente realizan otras intervenciones en el Sur de Cantabria. La dinamizadora del CCM tiene experiencia de trabajo con la población mayor del municipio y reside en la comarca, por lo que la intervención contribuye a fijar población local generando puestos de trabajo. Asimismo, es relevante mencionar que la permanencia de una persona que dinamice el Centro es clave tanto para la organización del día a día, como para la creación del vínculo y la generación de confianza. Que haya una persona de referencia, que les apoye y les escuche ha hecho de este un espacio acogedor y seguro. Las personas mayores usuarias también cuentan con servicio de apoyo individualizado para gestiones cotidianas a demanda y según las necesidades de cada quién. **“Las ayudo si vienen. Si me hacen preguntas en relación con el móvil, las ayudo si necesitan algo de la trabajadora social”**, confirma la responsable del Centro. No obstante, un número importante de las personas usuarias son independientes y pueden hacer sus gestiones (con la administración, con el banco y/o con la farmacia) por su propia cuenta. Para aquellas personas que no lo son, en casos concretos, cuentan con el apoyo de sus familiares. El resto suele solicitar ayuda a la responsable del Centro y/o a la concejala de Asuntos Sociales.

Los números del Centro Comunitario Multiservicios

Los datos cuantitativos recogidos desde la puesta en marcha del proyecto hasta el cierre del curso 2022-2023, superan las expectativas recogidas en los indicadores planteados al inicio del mismo. Se estima que, al menos, 87 personas mayores de las diferentes localidades del municipio han recibido información del CCM (el 36% del total de personas mayores de 60 años empadronadas). Mediante la estrategia de difusión personalizada, se visitaron 33 domicilios en la etapa preliminar del proyecto. A las charlas participativas llevadas a cabo en las localidades de Lanchares, Corconte, La Población, Villasuso, La Costana y Orzales, asistieron 32 personas. En la primera reunión participativa, a la que asistieron 28 personas, se crearon dos grupos de co-creación. Finalmente, fueron 35 las personas mayores que se encontraron durante cuatro meses para co-crear el Centro Comunitario, abordando aspectos tanto de forma como de fondo. Este proceso participativo ha desembocado en un modelo de co-gestión, el cual pone a las personas mayores en el centro, facilitando su protagonismo en la toma de decisiones sobre qué servicios esenciales y actividades necesitan y/o desean.

La media de participación en este proceso colaborativo es de 25 personas usuarias del Centro.

El CCM se inauguró con una programación permanente de actividades gratuitas durante el último cuatrimestre del año 2022. Los talleres y cursos ofrecidos fueron bailes de salón (actividad intergeneracional); elaboración de cremas y jabones naturales; introducción a la historia de España, al arte y a la geopolítica mundial: una manera de comprender el mundo; taller de restauración de objetos y ajuar; decoración y arte floral; tejiendo redes (actividad de continuidad); y talleres de teléfono móvil, de psicomotricidad y gimnasia de mantenimiento. Durante el curso 2022-2023 se inscribieron en el CCM 69 personas mayores de 60 años (28,4% del total de la población de 60 o más años residente en el municipio), aunque también son usuarias/os del mismo personas menores de esa franja etárea, pero que no están registradas formalmente, pues este estatus —según el reglamento— está reservado para personas mayores de 60 años. El número de personas beneficiadas del servicio de fisioterapia a través de sesiones individuales fue de 46, en el caso de personas mayores de 60 años, y de 29, en el caso de personas menores de 60 años. Si bien este servicio se ofrece también a estas personas en rangos de menor edad, es de anotar que sólo las personas mayores de 60 años se benefician del convenio de co-pago¹.

El servicio mensual de pedicura ofrecido a partir de abril de 2023, ha beneficiado a 25 personas mayores de 60 años. En total, se han atendido 41 citas. La media de personas que hacen uso del Centro semanalmente para “estar” y participar en las actividades es de 100. En relación al servicio de transporte, se realizan un promedio de 45 servicios semanales, y hacen uso del mismo aproximadamente 18 personas. Finalmente, desde enero de 2023 se han impartido un total de 321 horas en sesiones de historia, bailes de salón, pandereta (actividad intergeneracional), paseos saludables, gimnasia de mantenimiento, estimulación cognitiva y psicomotricidad.

A continuación, veremos en qué medida el Centro Comunitario ha impactado en la vida de las personas mayores que lo frecuentan y si ha generado el cambio social previsto. A partir de sus mismas voces, así como de profesionales y técnicas/os que han apoyado y acompañado el proceso de creación y gestión, iremos articulando diferentes narrativas de cómo la existencia de este espacio ha permitido mejorar las condiciones de envejecimiento de las personas mayores del municipio. Finalmente, anotaremos los principales desafíos y aspectos de mejora para continuar realizando una intervención situada y centrada en las necesidades y deseos de las personas mayores.

¹ El co-pago es el importe que las personas usuarias del Centro tienen que pagar, en este caso, por el servicio de fisioterapia y pedicura. Este co-pago se complementa con la financiación de las entidades que participan en el proyecto, es decir, el ayuntamiento y la Fundación PEM, en colaboración con UNATE. Esto hace posible que para las personas usuarias este importe sea reducido.

Impactos en la vida de las personas mayores

El uso que hacen del Centro Comunitario las personas mayores que lo frecuentan es tan diverso como sus propias vidas. Sin lugar a dudas, la existencia de este espacio en el municipio ha significado un cambio en su cotidianidad y en la forma de relacionarse con otras personas y con su entorno.

La mayor parte de las personas que participaron en los grupos focales dedican varias horas a la semana, algunas todos los días, a estar en el Centro, ya sea para asistir a talleres, para hacer uso de los servicios de fisioterapia o pedicura, para tejer, jugar cartas, pasear, o simplemente para estar: pasar un rato, saludar, charlar, compartir con la gente, saber qué están haciendo las/os demás, tomar un café, comer juntas/os, “pintar cuadritos” —como ellas/os mismas/o nombran esta actividad—, llevar el ordenador personal y hacer tareas pendientes, etcétera. Una de las mujeres usuarias describe que el Centro es para ella **“un remanso de sosiego a la par que de participación”** (mujer, 71 años, vive sola). La palabra “vida” también aparece constantemente en las voces que testimonian de qué manera sus cuerpos y existencias se han visto modificadas tras su participación en este espacio de convivencia. Uno de los hombres participantes en las entrevistas no duda en manifestar que **“no sólo me dais la vida a mí, dais la vida a mucha gente de por ahí”** (hombre, 49 años, soltero).

Muchas expresan que sus vidas han cambiado en un 100% en todos los sentidos, principalmente, en cómo perciben la soledad. Una de las mujeres usuarias comparte que llevaba 11 años sin salir de casa, por lo que su vida **“no llegaba más para adelante [...] Tengo ratitos, cuando estoy sola, que me encuentro mal, pero cuando voy allí [al Centro] me olvido de todo [...] vengo a casa, sé que estoy sola, entro, pero ya no tiemblo”** (mujer, 83 años, viuda). Destacan que el conocerse, el hablar con otras/os y el comunicarse lo ven como un éxito de un proyecto que **“está bien diseñado”** (hombre, 49 años, soltero), en palabras de uno de los participantes, principalmente para las personas que están solas, pero también para aquellas que no lo están. Pasar horas de su vida en un espacio en el que se sienten acogidas/os les llena de motivación y les genera seguridad. **“Para mí es maravilloso, he encontrado aquí casi una familia y, además, estoy aprendiendo muchas cosas, me han enseñado mucho”** (mujer, 59 años, casada), destaca una de las mujeres usuarias. Otra, por su parte, reconoce que **“antes de ir [al Centro] he tenido días que no hacía ni una comida bien, ni una. A lo mejor decía voy a hacer comida, me ponía un trocito de pan y ya. No comía y ahora sí”** (mujer, 83 años, viuda). Para las personas que están solas, especialmente, la posibilidad de estar en un espacio en donde poder juntarse con otras/os les trajo ilusión y satisfacción a sus días. Los espacios de convivencia que aporta el Centro han logrado cambiar la percepción de soledad que tienen algunas de las personas que participan, pues se sigue estando sola/o en casa, pero esa soledad ya no se vive con el mismo sentimiento de desánimo. Una de las mujeres que ha participado desde el inicio, en los grupos de co-creación, narra cómo el Centro se ha convertido en **su todo**, pues el convivir con otras personas le ha ayudado a sentirse reconfortada en el proceso de duelo tras la pérdida de su marido.

“Yo ya no sabía reír y ahora me río... Hablar también. Yo era una charlatana y he podido volver a serlo” (mujer, 83 años, viuda). Para quienes comparten abiertamente que padecen depresión u otra enfermedad mental, el salir de casa, distraer sus pensamientos y el hablar y ser escuchadas/os, les ha ayudado a sentirse mejor emocionalmente. En ese

sentido, este espacio de encuentro les ha permitido tejer redes de amistad y acompañamiento. El sentirse abrazadas/os por otras/os que pueden o no estar en situaciones similares les hace sentirse menos solas/os, tanto espacialmente como en su condición física y psicoemocional. De esa manera, el Centro representa para muchas/os un espacio seguro y de confianza, en el que pueden hablar de sus cosas hasta donde lo desean, pues lo sienten como un lugar en donde van a encontrar apoyo y en el que serán escuchadas/os. De hecho, dos de los hombres participantes comentan que jamás hubiesen imaginado envejecer, relacionarse y compartir un espacio con tantas mujeres y mayores, de las que aprenden cada día.

Al constatar el hecho de que los pueblos día a día se van quedando más vacíos, un espacio comunitario como este permite crear lazos de confianza difíciles de conseguir en territorios dispersos y poco habitados. Esa red de apoyo informal lograda es, de esa manera, un soporte básico de la vida cotidiana autónoma de las personas mayores en el entorno rural.

No todas y todos parten de la misma realidad personal. Muchas mujeres están viudas y viven solas, pero también hay hombres viudos, otros que viven solos, otras/os que están en pareja, algunas/os van al Centro con ellas, otras no. Para el caso de quienes están solas/os, el asistir al CCM tiene un sentido claro que es romper el aislamiento, encontrarse y compartir con otras/os. En efecto, muchas afirman sentirse menos solas y menos aisladas, especialmente aquellas personas que no cuentan con medios de transporte, pues antes de que existiera el Centro pasaban días e incluso semanas sin salir y sin ver a nadie, mientras que ahora salen casi todos los días, pues a veces van al Centro de mañana y otras veces de tarde. Para aquellas que viven con sus parejas y otros familiares, el acudir les aporta salir de la rutina del trabajo diario de cuidado, del estar siempre en casa y en la huerta, tener un espacio propio en donde poder hablar de otras cosas mientras se aprende, así como el sentirse más autónomas e independientes. Una de las mujeres entrevistadas comparte entre risas que el medidor de ella y de su familia para saber cuánto tiempo ha pasado en el Centro es una telaraña en un rincón concreto de su casa, ya que si esta es visible, significa que ha dedicado parte importante de su tiempo a salir y a hacer actividades en el Centro, y ha restado horas al cuidado y limpieza del hogar.

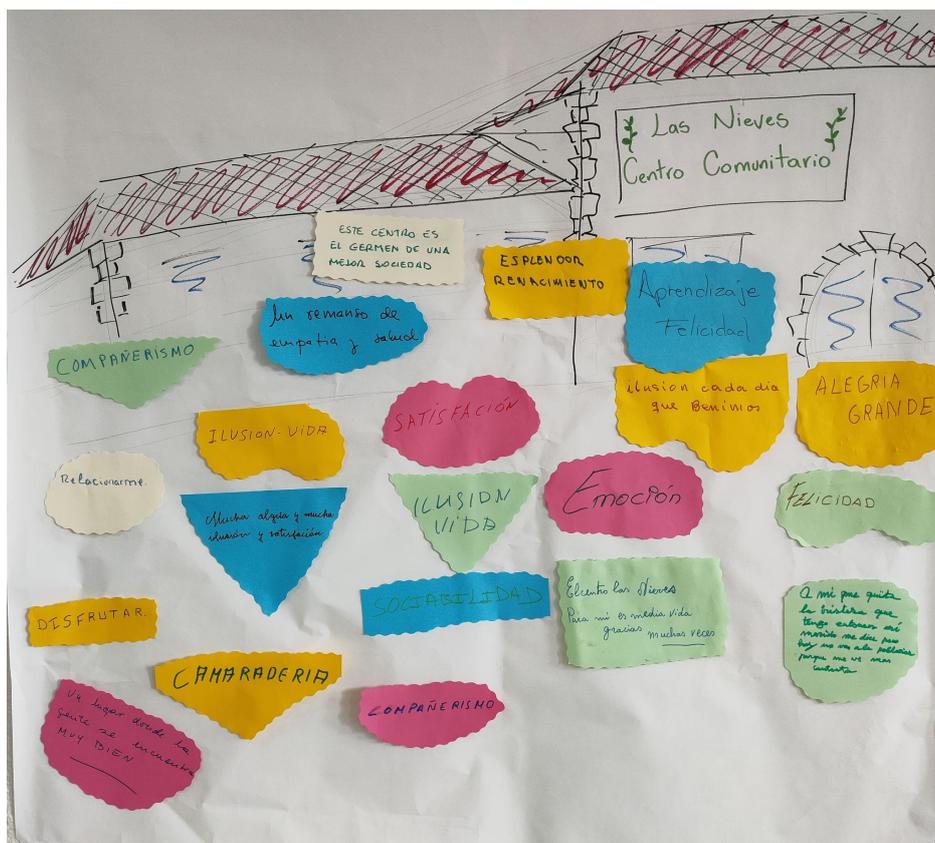
La responsable del Centro comparte una de las frases más repetidas entre las mujeres que asisten a las actividades programadas: **“Me levanto alegre porque sé que luego tengo algo que hacer. Me preparo ya a las 08:00, aunque sé que va a venir a las 17:00 el autobús, porque sé que luego voy a ver a alguien. Tengo ilusión de hacer un bizcocho porque lo voy a compartir con alguien. Sé que si llamo por teléfono tengo ahí a alguien. Sé que pensáis en nosotras”**. El entusiasmo que sienten de contar con un lugar de esparcimiento, que les genera bienestar es, a menudo, expresado a otras personas del pueblo, como sucede con la panadera e integrante de la Junta Vecinal, quien recuerda frases que le han dicho como **“es que yo estoy por la mañana en casa y estoy fatal. Llega la tarde, me preparo, vienen, me recogen y marchamos. Y ya por la tarde estoy encantada”**.

El conductor, quien ha logrado tejer un vínculo estrecho con las mujeres mayores que transporta, se emociona al verbalizar lo que él observa en ellas cuando acuden al Centro: **“es emocionante ver la relación que tienen entre ellas, traerlas aquí, verlas a todas juntas, reírse, hacerte reír a ti”**. Él no sólo las recoge y las lleva al CCM, sino que es el recurso de movilidad brindado por el ayuntamiento para otras gestiones como ir a consultas médicas y a los análisis. Durante los trayectos, tiene oportunidad de hablar y escuchar a las mujeres,

por eso no duda en afirmar que sus vidas han mejorado desde que frecuentan el Centro, tanto por las relaciones de amistad y apoyo que han tejido entre ellas, especialmente para las que están solas, como por las actividades físicas que realizan. **“Se les ve, se les siente [...] cuando están esperando el lunes o el martes... desde el viernes esperando. Se les hace largo el fin de semana”**, comenta el conductor al describir cómo percibe el bienestar y la alegría que les genera este lugar de encuentro. Para las dos personas integrantes de la Junta Vecinal entrevistadas, el haber cedido el edificio de las antiguas escuelas para convertirlo en este Centro Comunitario es motivo de orgullo, pues no sólo perciben los impactos positivos de este en la vida de las personas mayores del municipio, también reconocen la importancia de haber sido pioneros en la creación de este recurso en el territorio.

La pérdida de este espacio supondría para ellas/os, por tanto, un retroceso a nivel individual y colectivo. Difícilmente conciben adaptarse a no disponer más de este recurso. Uno de los hombres usuarios no duda en afirmar que el Centro para él significa **“media vida”** (hombre, 61 años, viudo), mientras que para una de las mujeres más mayores, su **“vida entera”** (mujer, 83 años, viuda).

En los grupos focales llevamos a cabo una dinámica que denominamos **“Cartografía emocional”**, con el fin de que las personas participantes reflexionaran y plasmaran en papeles de colores lo que les hace sentir el ir y ser parte del Centro Comunitario, o lo que este ha significado para sus vidas. Cada papel ocuparía un lugar en el dibujo de la casa habilitada como Centro, a modo de ir construyéndola entre todas y todos. Las palabras y frases plasmadas dan cuenta de lo que está significando para ellas y ellos el poder disponer y ser parte de este recurso creado y adaptado a sus necesidades y deseos: **“Este Centro es el germen de una mejor sociedad; un remanso de empatía y salud; compañerismo; ilusión - vida; relacionarme; disfrutar; mucha alegría, mucha ilusión y satisfacción; camaradería; un lugar donde la gente se encuentra muy bien; sociabilidad; esplendor - renacimiento; aprendizaje - felicidad; ilusión cada día que venimos; emoción; alegría grande; a mí me quita la tristeza que tengo, entonces mi marido me dice: pero hoy no vas a La Población, porque me ve más contenta; el Centro Las Nieves para mí es media vida, gracias muchas veces”**.



Cartografía emocional

La dinamizadora y responsable del Centro, al ser la persona de contacto diario con las y los participantes, también es receptora de sus sentires en relación con este espacio y cómo el mismo ha impactado en sus vidas. Para ella, el CCM **“ha sido una burbuja de oxígeno. Sienten que han creado una familia y, para ellos, es una gran familia. Se sienten acogidos, están más tranquilos porque aunque no vengán un día, saben que estamos”**. Refuerza su afirmación recordando cuando una de las mujeres más mayores le decía a otra contemporánea **“no sabes qué suerte hemos tenido con que hayan puesto esto, pero qué mayores nos ha pillado ya, porque lo vamos a poder disfrutar muy poco tiempo”**.

Todos/as coinciden en que su salud física ha mejorado desde que empezaron a frecuentar el CCM. El sólo movimiento para salir de casa: andar, tomar el transporte, moverse en el Centro; todo esto hace que sean más activas en su día a día. Uno de los hombres que participa en los cursos y talleres narra cómo su proceso de recuperación tras haber sufrido un ictus ha avanzado notoriamente a partir de sus visitas a la fisioterapeuta y los talleres de psicomotricidad y memoria, pues el inicio de su recuperación coincidió con la llegada de la pandemia de COVID-19, con lo cual, no recibió la atención médica debida, lo que lo llevó a aceptar y a tener que resignarse que tendría que vivir con las secuelas de la enfermedad. Recuerda cuánto le costaba mantener una conversación cuando comenzó a asistir al Centro: **“cuando iba al centro me trababa a los dos minutos. Hoy por lo menos ya no sé el tiempo que llevo aquí hablando... era imposible. Y mantener conversaciones me atormentaba. Ya puedo ir y aguanto un rato las conversaciones”** (hombre, 68 años, casado).

También destacan lo útiles que les han resultado las orientaciones por parte de la fisioterapeuta para hacer determinados ejercicios en casa a modo de analgésico para las dolencias que puedan padecer. Las clases de memoria también les ayuda a sentirse más seguras, más tranquilas y menos nerviosas. En general, las personas que hacen uso del servicio de fisioterapia expresan que sus dolores musculares han disminuido. Su participación en actividades que promueven el envejecimiento activo les ha revitalizado y esto es observable, en palabras de la responsable del Centro, en su manera de hablar, de expresarse, de comunicarse, de mirarse y de sonreír.

Según nos han contado las personas usuarias entrevistadas, sus familiares también han percibido los cambios positivos en sus vidas y todo lo que les aporta el disponer de un espacio como este, en el que son cuidadas/os y tienen la posibilidad de distraerse y seguir aprendiendo, lo cual les genera tranquilidad, por lo que les animan, en general, a apuntarse a las actividades y a no dejar de asistir. Aunque no se establece comunicación directa con las y los familiares, pues todos los temas se tratan directamente con las personas mayores usuarias, en tanto que son plenamente autónomas, se conoce que también genera un beneficio indirecto en sus familias, al reconocer el efecto positivo que expresan las personas que acuden al Centro, así como personas de otras edades, ya que el mismo promueve su participación, aunque de momento la población que más lo utiliza es mayor de 60 años.

Independencia y autonomía

En general, todas las personas que disfrutan y hacen uso del Centro se consideran independientes y autónomas, en tanto que gozan de la libertad para tomar sus propias decisiones, así como en términos de funcionalidad. Un aspecto que mencionan es que, para aquellas que no cuentan con transporte propio, el tener a disposición este recurso por parte del ayuntamiento les hace más independientes, ya que no tienen que depender de los tiempos, la disponibilidad y la voluntariedad de sus familiares para que las lleven al Centro.

Una de las mujeres mayores relata cómo el asistir al CCM ha hecho que cambie su plan habitual de pasar los inviernos en Santander, a veces sola y otras veces con sus hijos, pues el Centro se ha convertido en un motivo para quedarse en el pueblo. Para otra, también ha sido el motivo para postergar su traslado a Barcelona para vivir cerca de su hija, de hecho, asegura que, de no ser por la existencia del Centro, ya no estaría en su casa ni en su pueblo. Al imaginarse en unos años cuando ya esté más mayor y quizá sola, una de las mujeres participantes imagina que sus hijas le propondrán mudarse a Reinosa, sin embargo, ella tiene claro su deseo de no marcharse al disponer de este espacio en el que se siente segura y en confianza; esto sumado a la posibilidad de seguir envejeciendo en un entorno tranquilo y conocido.

Estos testimonios y el hecho de que todas las personas que participan en el Centro continúan viviendo en sus pueblos a pesar de las condiciones, recursos y servicios limitados, dan cuenta del fuerte deseo de permanecer en sus territorios durante su vejez. Y la existencia de este espacio no sólo potencia ese deseo, sino que lo hace posible, pues, como hemos constatado, el Centro ha logrado promover la autonomía de las personas mayores retrasando o evitando situaciones de dependencia y, por tanto, fomentando que puedan envejecer de manera autónoma en sus pueblos.

Una puerta de entrada a la participación comunitaria

Crear las condiciones para que las personas mayores se apropien de un proceso como lo es co-crear y co-gestionar un espacio para ellas mismas, ha sido una puerta de entrada a la participación comunitaria, lo que ha significado para ellas el sentirse personas autónomas con plena capacidad de decisión.

El tener la oportunidad de ser partícipes de la creación del CCM se recibió con mucho entusiasmo e ilusión, primero por lo que significaría el proyecto para sus vidas y, segundo, porque les abría una ventana de oportunidad para sentirse útiles e importantes en un proceso clave en la vida del pueblo, particularmente, para las personas mayores. **“Es como empezar a hacer un poco tu casa en miniatura”** (mujer, 73 años, casada), destaca una de las mujeres usuarias. Otra de las participantes en el proceso menciona que nunca antes había tenido la oportunidad de aportar a un proyecto similar, por lo que se sintió muy orgullosa, y más aún cuando vio las obras terminadas y el Centro con el nombre en la fachada que ellas y ellos habían elegido: Centro Comunitario Las Nieves. **“En todo momento nos hicieron partícipes de todo, como si esto fuera nuestro”** (mujer, 60 años, casada), reafirma otra de las mujeres co-creadoras.

Este proceso participativo también les ha facilitado el tomar conciencia de los retos que enfrentan como personas mayores en sus comunidades y les abre los ojos sobre posibles acciones a realizar, fomentando las relaciones sociales, potenciando la prevención y promocionando la salud y el autocuidado.

En relación a la colaboración en la gestión del espacio, muchas de las personas participantes coinciden en que se sienten agradecidas y **reconocidas** en el proceso, pues todo lo que se plantea desde ellas sale adelante, por lo que sienten que sus voces tienen valor y son tomadas en cuenta.

Hacer el Centro Comunitario según sus deseos y necesidades

Para Eduardo Ortiz, el alcalde, ha sido sorprendente la respuesta que ha tenido la idea de crear el Centro con lo que las personas mayores quisieran y sin ninguna intervención municipal; en sus palabras **“nosotros hemos estado un poquitín a expensas de lo que demandaban los vecinos y vecinas [...] Yo vengo [al Centro] satisfecho y orgulloso y creo que la gente está súper contenta. Ha superado en todo las expectativas que yo pensaba que podía ser esto [...] Yo me siento muy realizado personalmente porque este es un proyecto que si yo hubiera podido hacer desde la primera legislatura, lo hubiese hecho”**. Para Eduardo, más allá de pensar en crear un centro de día o un centro de atención, lo más importante ha sido concebir este recurso de cercanía de acuerdo a las demandas de las personas mayores. Cuando ha tenido la oportunidad de hablar con algunas personas usuarias del Centro, le han hecho saber de su satisfacción por poder salir de casa, compartir y acceder a servicios y recursos destinados a ellas. **“Es lo más agradecido que me ha ocurrido en toda mi vida política”**, apunta.

También destaca los cambios positivos que ha visto en las personas que frecuentan el Centro, en concreto, para las mujeres que se han quedado viudas y solas en sus domicilios. A nivel físico, detecta cómo los dolores van disminuyendo, no sólo por poder acceder a

servicios de fisioterapia, sino por las relaciones que se logran establecer entre ellas/os. Unos/as con otros/as se van dando cuenta de que las dolencias son comunes, por tanto, cuando se está en contacto y cuando se habla de esos problemas, parece que estos son menores pues, a su modo de ver, ese dolor compartido es más fácil de llevar. En ese sentido, para él, este proyecto supone una inversión en salud, prevención y en la posibilidad de alargar la vida de la gente. **“Cuando estás solo en casa se te viene el mundo encima, sobre todo si no están tus hijos”**, menciona. De hecho, algunos familiares con los que la concejala de Asuntos Sociales tiene contacto le han expresado que salir de casa le ha venido muy bien a su ser querido para no estar pensando todo el día en que le duele todo. Las familias, en general, ven el Centro como un recurso que genera bienestar a sus padres, madres, abuelas, abuelos, y familiares mayores.

Para Noelia González, la concejala, el Centro también ha tenido impactos muy positivos en la vida de las personas mayores que han decidido vivir esta experiencia. Afirma que **“les ha sido muy fructífero y les ha animado a participar, salir, convivir, sonreír y decir: la vida pinta más que estar en casa atendiendo solamente a mi familia, sino ver la necesidad que tiene uno mismo de cuidarse y de hacer cosas por uno mismo”**. En diversas ocasiones le han transmitido la preocupación de que el Centro se cierre en algún momento, pues para muchas es un recurso necesario. **“Nos has dado la vida”** es una de las frases que recuerda Noelia y que más la ha impactado en su trabajo regentando la concejalía. En sus palabras, es uno de los mejores proyectos que ha llevado a cabo el ayuntamiento y su importancia radica en que este sea un punto de reunión, pues lo que antes solía congregarse a las personas en el pueblo, como un encuentro bajo la sombra de un árbol, o en el lavadero, o en la casa de un vecino cuando se hacía la matanza o se quedaba para hacer alguna labor, se ha ido perdiendo. Por tanto, el Centro está siendo un medio para la recuperación de la vida comunitaria.

A MANERA DE CONCLUSIÓN, LOS BENEFICIOS QUE APORTA EL CCM LAS NIEVES

- La existencia del Centro en el municipio ha significado un cambio muy positivo en la cotidianidad de las personas mayores y en la forma de relacionarse con otras personas y con su entorno.
- Ha permitido tejer redes de amistad y acompañamiento entre las personas usuarias.
- El Centro supone un recurso comunitario muy potente para combatir el aislamiento social en una zona dispersa y despoblada y mejorar los sentimiento de soledad que expresaban gran parte de las personas usuarias, especialmente las de más edad y que viven solas.
- Se muestra como un espacio muy valorado para el aprendizaje, para ampliar conocimientos y mejorar en habilidades.
- Representa un espacio seguro y de confianza, pues las personas usuarias lo sienten como un lugar en donde van a encontrar apoyo y en el que serán escuchadas.
- Su participación en actividades que promueven el envejecimiento activo les ha revitalizado y les ha hecho sentirse mejor física y psicoemocionalmente.
- Participar en la co-creación y co-gestión del Centro ha significado para las personas mayores el sentirse personas autónomas con plena capacidad de decisión, así como protagonistas en un proceso que consideran importante en sus vidas.
- El Centro ha logrado promover su autonomía personal, retrasando o evitando situaciones de dependencia y, por tanto, fomentando que puedan envejecer de manera autónoma en sus pueblos.
- El proyecto de creación de este Centro Comunitario supone una inversión en salud, prevención y en alargar la vida de las personas, sobre todo las de más edad, con calidad.
- La posibilidad de este recurso comunitario ha supuesto para muchas personas usuarias dar sentido a su vida en la vejez, sentir que su vida tiene valor y que merece ser vivida.
- Por último, la existencia de este Centro posibilita fijar empleos de profesionales que viven en el mismo municipio en el que se sitúa o de zonas cercanas.

DESAFÍOS

Aunque se han venido cumpliendo, de manera general, los objetivos propuestos y se han venido logrando los impactos previstos, observamos algunos aspectos contemplados en la etapa preliminar del proyecto que aún no se han abordado o que están pendientes de fortalecer, así como otras cuestiones relevantes que han ido apareciendo en el camino y que consideramos que deben tenerse en cuenta para continuar con este trabajo de intervención tan necesario:

- Pese a que se intentó inicialmente crear una bolsa de profesionales presentes en el territorio para trabajos de casa, por ejemplo, pequeñas reparaciones del hogar como servicio de fontanería, no se lograron convenios de colaboración porque los profesionales no han demostrado mucho interés. Además, las personas usuarias no lo consideraron prioritario, dado que muchas de ellas ya cuentan con profesionales de confianza para ese tipo de trabajos. Lo mismo ocurrió con el servicio de peluquería. No se consideró prioritario, pues ya se cuenta con una peluquera en el municipio con servicio a domicilio. Sin embargo, es de mencionar que se contempló ofrecer este servicio sin co-pago, pero las profesionales contactadas tampoco demostraron interés por lo que implica el traslado hasta el Centro.
- En el ámbito socio-comunitario se han hecho dos acciones coordinadas con la biblioteca municipal, una el día del libro y la otra ha sido una exposición fotográfica. Sin embargo, no se ha buscado la implicación de otros recursos del municipio como, por ejemplo, con el consultorio médico, la farmacia, servicios sociales y otros entes que están en la comarca.
- En relación con el modelo de co-creación y co-gestión del Centro, concebido como una estrategia que contribuye a la promoción de la autonomía y el empoderamiento, la responsable del CCM llama la atención sobre las dificultades que ha observado, sobre todo al comienzo del proyecto, a la hora de que las personas aporten su opinión. No obstante, afirma que poco a poco se les ha visto más implicadas y con menos miedo a expresarse. Esto plantea la necesidad de seguir trabajando temas de liderazgo y empoderamiento, especialmente con las mujeres mayores.
- En línea con el punto anterior, observamos que, si bien es esencial la figura de la persona dinamizadora y otras profesionales en el Centro, por la cercanía, los vínculos y los afectos construidos, el riesgo de que se generen relaciones de dependencia es alto; por tanto, se hace necesario fortalecer la autonomía y concienciar a las personas de que las profesionales y técnicas pueden marcharse, pero el trabajo de apoyo y acompañamiento continuará.
- El llegar a más personas mayores que posiblemente necesiten salir de casa, pero no se animan a hacerlo, continúa siendo un reto. Aun cuando las personas usuarias del Centro se han encargado de animar a otras personas mayores conocidas y/o cercanas a asistir a las actividades, compartiéndoles sus experiencias positivas, no ha sido fácil que se interesen por participar.
- Asimismo, se plantea como desafío la baja participación de hombres, especialmente mayores, pues como hemos mencionado, la mayoría de personas usuarias que frecuentan el Centro son mujeres.
- Finalmente, una tarea pendiente es la de potenciar las actividades entre personas de todas las edades del municipio con el objetivo de cambiar estereotipos edadistas y para promover un entorno para todas las edades.

Referencias bibliográficas

- Departament de Benestar Social (2002). Llibre blanc de la gent gran active: el paper actiu de la gent gran en la nova societat: 50 propostes de millora i 14 recomanacions. Barcelona: Generalitat de Catalunya.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=4243447&pid=S1132-0559200900030000700009&lng=es
- Gergen, K.J. (1985). The social constructionist movement in modern psychology. *American Psychologist*, 40(3), 266–275. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.40.3.266>
- Golant, S. M. (2004). The urban-rural distinction in gerontology: An update of research. In H. W. Wahl, Scheidt R. & Windley P. (Eds.), *Aging in context: Sociophysical environments*. Pp. 280-312. Springer: Berlin, Heidelberg, New York.
- Monreal Bosch, Pilar; Valle Gómez, Arantza y Serda Ferrer, Bernat (2009). Los Grandes Olvidados: Las Personas Mayores en el Entorno Rural. *Psychosocial Intervention*. Vol. 18, n. 3, pp. 269-277, ISSN 2173-4712.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592009000300007
- Hink, S. (2004). The lived experience of oldest-old rural adults. *Qualitative health research*, 14, pp. 779-791.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=4243453&pid=S1132-0559200900030000700015&lng=es
- ICANE, Anuario Estadístico. Cantabria 2022. <https://www.icanes.es/population>