

Plan Municipal Contra la **Soledad** **No Deseada** en las Personas Mayores



Ayuntamiento
de Murcia

A large, solid pink circle is positioned in the upper center of the page. Below it, two thick, light pink curved lines (arcs) are visible, partially overlapping each other and the circle below. The arcs are positioned on the left and bottom-left sides of the page.

INTRODUCCIÓN >

Envejecimiento de la población.

El envejecimiento es un proceso dinámico y multifactorial donde tienen importancia tanto los aspectos cronológicos, fisiológicos, socioculturales y económicos, como el umbral de edad, que en cada momento histórico se considera y que va avanzando conforme evoluciona la sociedad. El aumento de la esperanza de vida es un logro social, vivir más años y que estos sean de calidad para que las personas mayores puedan vivir dignamente, con seguridad, decidiendo como desean hacerlo y que se respeten sus derechos, plantea un reto a la sociedad al que es necesario dar respuesta.

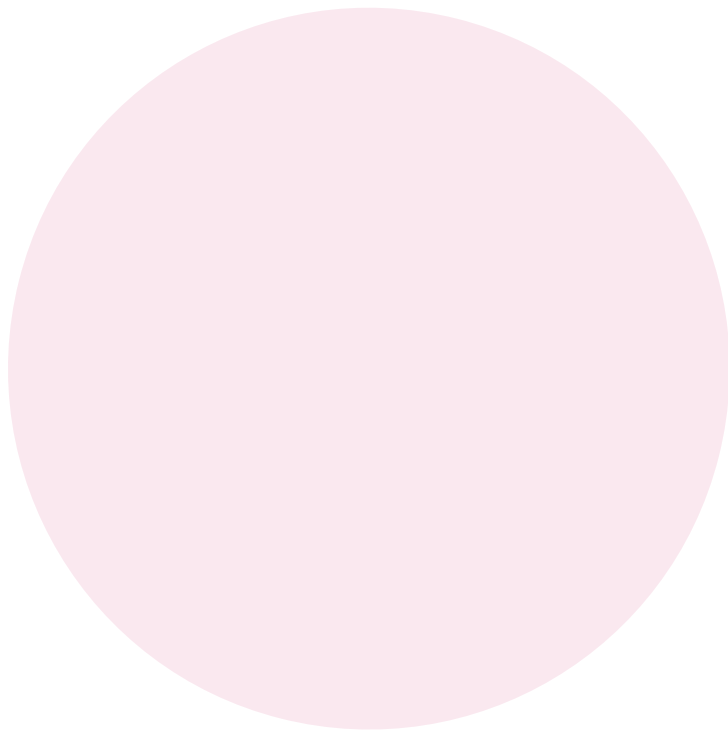
Las administraciones públicas con la participación de la sociedad deben ofrecer políticas y programas que favorezcan el modelo comunitario para atender a las personas mayores para que puedan vivir de forma independiente el mayor tiempo posible y acompañar a las personas que se sienten solas.

El envejecimiento se define como el aumento de la proporción de personas de edad avanzada con respecto a la población total. Aunque hoy en día es difícil determinar la edad en la que una persona se considera mayor, ya que a esta edad se llega con más calidad de vida y mejores condiciones.

Envejecimiento y Soledad no deseada.

Estar solo no siempre es un problema, la soledad deseada no es una dificultad para las personas que a veces necesitan estar a solas consigo misma. Por ello es necesario establecer una distinción entre vivir solo y sentirse solo. Ya que la soledad no deseada se entiende como una experiencia subjetiva, real o sentida, generadora de sentimientos desagradables y que producen efectos estresantes para las personas que la viven. La soledad no deseada tiene repercusiones negativas sobre el estado de salud general, tanto física como psicológica de las personas, aumentan los riesgos de enfermedades, aparecen sentimientos negativos y de baja autoestima, depresión o tristeza que producen malestar y suponen una mayor demanda de atención médica y de otros recursos de atención primaria.

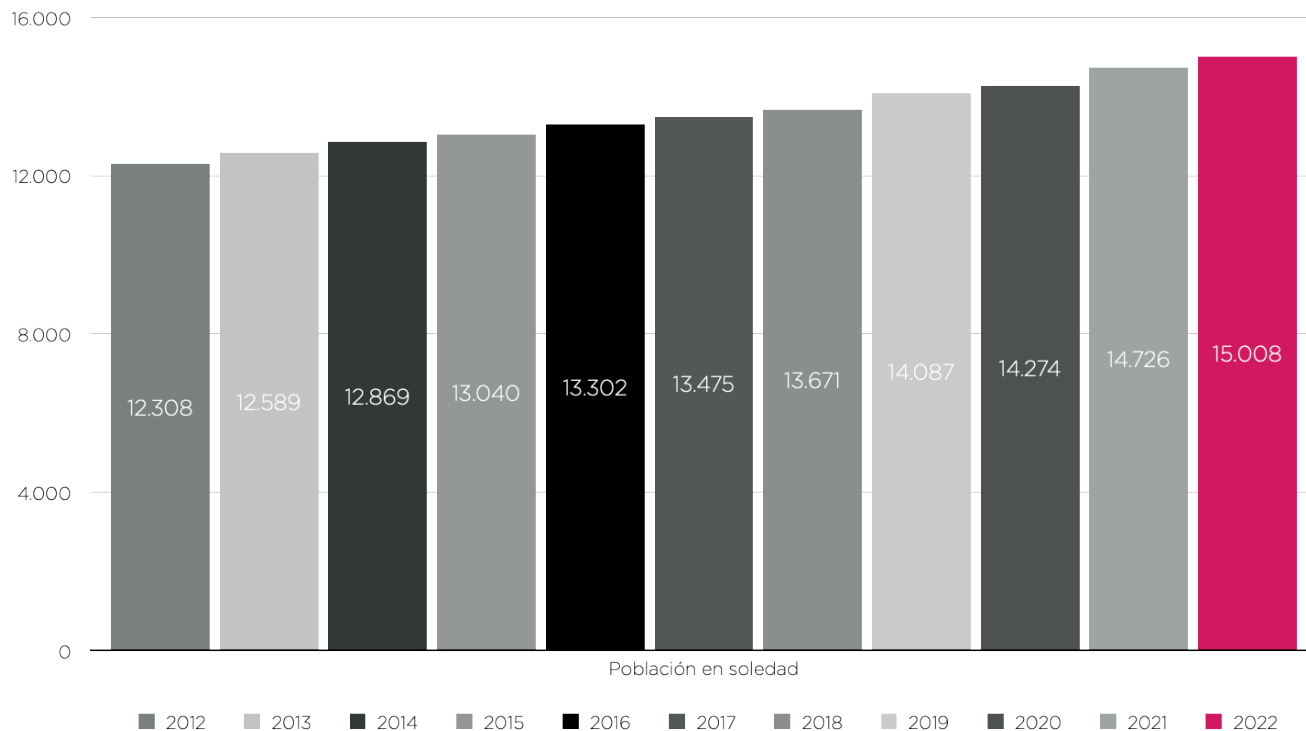
Por primera vez en el municipio de Murcia, nace una estrategia que va dirigida a toda la población y de modo más específico a las personas mayores de 65 años, con la finalidad de sensibilizar sobre situaciones de soledad no deseada y fomentar la colaboración ciudadana en las actuaciones que se desarrollen, abordando diferentes perspectivas siendo la prevención y promoción personal y social una línea fundamental, considerando a las personas mayores sujetos activos de los derechos sociales, a los que se tiene que responder desde las administraciones articulando políticas, programas y actuaciones coordinadas y transversales.



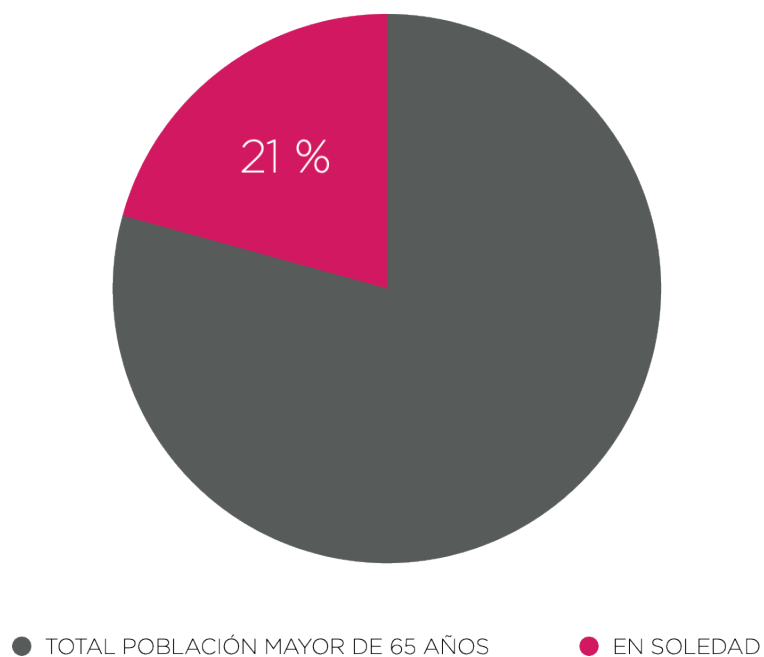
DATOS >

DATOS DEMOGRÁFICOS

EVOLUCIÓN MAYORES EN SOLEDAD EN EL MUNICIPIO DE MURCIA



POBLACIÓN MAYOR DE 65 AÑOS EN EL MUNICIPIO DE MURCIA (2022)



DATOS SERVICIOS Y PROGRAMAS

SERVICIO
DE ATENCIÓN
DOMICILIARIA

USUARIOS **1425**
USUARIOS
SOLOS **925**

29 USUARIOS

PROYECTO
ACOMPAÑARTE

SERVICIO
DE TELEASISTENCIA

USUARIOS **3206**
USUARIOS
SOLOS **1.956**

3206 USUARIOS

1.956 USUARIOS
SOLOS

SERVICIO
DE COMIDA
A DOMICILIO

SERVICIO
RESPIRO
FAMILIAR

USUARIOS **107**

1 USUARIOS

PROGRAMA
CONVIVENCIA
INTERGENERACIONAL

CENTROS
SOCIALES
DE MAYORES

CENTROS **75**

USUARIOS **30.444**

100 USUARIOS

CENTROS
ESTANCIAS
DIURNAS

PROGRAMA
MAYORES
ACTIVOS

USUARIOS **1.744**

107 PUBLICACIONES

85 SUSCRIPCIONES

PROGRAMA
MAYORES
CONECTADOS

GRUPO
DIFUSIÓN
WHATSAPP

PERSONAS **242**

CLUBS
DE LECTURA

VOLUNTARIOS **6**

PARTICIPANTES **55**

1.784 PARTICIPANTES

PROGRAMA
EJERCICIO
FÍSICO

MAYORES
SOLIDARIOS

VOLUNTARIOS **3**

PERSONAS **40**

5 TALLERES

51 PARTICIPANTES

PROGRAMA
VIVE
TUS EMOCIONES

PROGRAMA
SIEMPRE
ACOMPAÑADOS

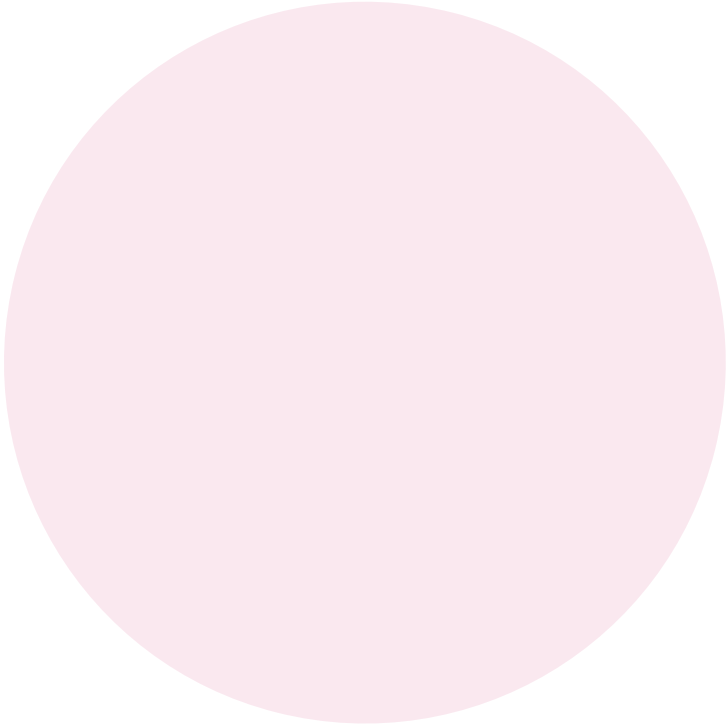
CASOS TOTALES **22**

CASOS ACTIVOS **18**

22 CASOS TOTALES

18 CASOS ACTIVOS

PROGRAMA
ENREDATE
CONTRA LA SOLEDAD



RETOS

+

LINEAS DE ACTUACIÓN>

Retos y líneas de actuación para la atención de personas mayores en situación de soledad no deseada.

Fijamos objetivos y actuaciones que permitan complementar servicios y programas e implementar nuevas actuaciones transversales, de forma que podamos dar respuesta a las necesidades y demandas de la población mayor, incidiendo de forma especial en la población mayor en situación de soledad no deseada.

Líneas de actuación:

1. Sensibilización y participación comunitaria.
 2. Atención integral de las personas mayores en situación de soledad no deseada y vulnerabilidad social.
 3. Promoción de la Salud Emocional y el Envejecimiento activo y saludable como eje de la prevención de situaciones de soledad no deseada.
 4. Fomento del Voluntariado para intervenciones de acompañamiento en situaciones de soledad.
 5. Vivienda y Mayores.
 6. Murcia Ciudad Amigable con las Personas Mayores.
 7. Propuestas de otras administraciones.
 8. Calidad y Mejora.
- 

Sensibilización y participación comunitaria

OBJETIVOS

1. Impulsar una imagen adecuada del envejecimiento, eliminando estereotipos y prejuicios, paliando el edadismo y promover un cambio de actitud en la sociedad.
2. Sensibilizar a la ciudadanía del reto demográfico, población más envejecida, nuevos modelos de familia, la mayor esperanza de vida y las consecuencias que todo ello conlleva en el aislamiento y soledad de las personas mayores.
3. Promover una ciudad inclusiva, accesible e integradora con las personas mayores en el marco del proyecto de OMS Ciudades Amigables con las Personas Mayores.
4. Fortalecer las redes de apoyo en espacios de convivencia de barrios y pedanías.

ACCIONES

1. Campañas de sensibilización con la sociedad y de los propios mayores, no solo en los días señalados (15 de junio, 26 de julio y 1 de octubre) sino durante todo el año. Para dar a conocer a la sociedad el potencial de valores y experiencia que las personas mayores siguen proporcionando a la sociedad, pero también para que las propias personas mayores sean conocedoras de sus derechos y los puedan ejercitar en igualdad de condiciones.
2. Creación de un protocolo de coordinación con otros servicios municipales y regionales, así como colectivos y entidades implicados en el envejecimiento y en la soledad de las personas mayores y darle difusión.
3. Creación de un correo electrónico de información y asesoramiento.
4. Potenciar el trabajo comunitario en red, para la prevención, pero también la atención a situaciones de soledad detectadas, con la implicación de toda la sociedad.

Atención integral de las personas mayores en situación de soledad no deseada

OBJETIVOS

1. Mejorar el acceso a la información sobre servicios, recursos y prestaciones dirigido a personas mayores.
2. Promover mejoras en los procesos de detección y atención a las personas mayores en situación de soledad y vulnerabilidad social.
3. Mejorar los procesos de atención individualizada de las personas mayores, en los que se tenga en cuenta la diversidad, el estilo de vida, las preferencias y el respeto a las decisiones de las personas en cada momento.
4. Trabajar en la mejora cualitativa y cuantitativa de los recursos disponibles que permitan a las personas poder quedarse en su entorno habitual, cuando así lo decidan.
5. Promover mejoras que permitan agilizar la gestión de las prestaciones del sistema de atención a la dependencia, establecidas en la Ley 39/ 2006 de 14 de diciembre de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a personas en situación de dependencia.
6. Promover medidas y actuaciones que permitan apoyar a los cuidadores de personas mayores con dependencia, para prevenir situaciones de sobrecarga y promover el buen trato.
7. Crear, fomentar y apoyar iniciativas de intervención con las personas mayores a través de la creación de redes vecinales, sociales y de comerciantes que permitan la detección y la derivación al recurso adecuado que permitan prevenir situaciones de soledad no deseada.

1. Detección y atención desde las UTS y de los equipos de atención a la dependencia de situaciones de vulnerabilidad social y soledad, desarrollando el modelo de atención integral centrado en la persona, de forma que se derive al recurso más adecuado.
2. Ampliación y universalización de la cobertura del servicio de teleasistencia municipal de forma gradual a las personas mayores de 75 años, pudiéndose adelantar esta edad de acceso en situaciones de soledad, vulnerabilidad y fragilidad social. La Ley 3/2021 de 29 de julio de Servicios Sociales de la Región de Murcia establece en su art 16 el servicio de teleasistencia para personas mayores de 80 años como prestación garantizada.
3. Modernización de los nuevos servicios prestados por el servicio de teleasistencia, con una atención más personalizada, enfocado en la innovación y la transformación digital, logrando un servicio accesible para todas las personas con independencia de sus capacidades.
4. Incremento cuantitativo y cualitativo en los recursos del servicio de teleasistencia. Incrementando los dispositivos de detección de riesgos, de forma que permita dar una respuesta ante la existencia de indicadores de riesgos en la persona mayor en situación de soledad. Para ello es necesario avanzar en una teleasistencia predictiva.
5. Incorporación de nuevos perfiles y programas en el servicio de ayuda a domicilio, que permitan atender casos de soledad y vulnerabilidad social, más allá de las tareas básicas.
6. Ampliación y mejora del “Programa Acompañándote”. Este programa es prestado por la empresa del servicio de ayuda a domicilio entre los usuarios del servicio con situaciones de soledad. Se realizan tareas de acompañamiento, escucha activa, acompañamiento en procesos de duelo, talleres de habilidades cognitivas entre otros.
7. Incorporación de nuevos proyectos de acompañamiento ante situaciones de alta vulnerabilidad en personas mayores en situación de soledad no deseada, que no reciben el servicio de ayuda a domicilio.
8. Creación de un espacio innovador de trabajo en RED que permita el abordaje de necesidades sociales complejas de personas mayores y ofrezca respuestas desde un enfoque integral, preventivo y proactivo, donde se combine el acompañamiento y la atención centrada en la persona como modelo de intervención. “Proyecto Te Apoyamos” con Fondos Next Generation de la Unión Europea.

9. Mejorar y fomentar las actividades grupales y espacios de envejecimiento activo realizadas entre los usuarios de los servicios de ayuda a domicilio, teleasistencia y respiro familiar.
10. Ampliando el servicio de comidas a domicilio de manera que permita incorporar a nuevos usuarios en situación de soledad y les permita disponer de una alimentación sana y equilibrada como base del bienestar físico y emocional.
11. Fomento del Programa de Convivencia Intergeneracional” a través de la firma de un convenio con la UMU y su difusión, de manera que sea un recurso que permita convivir a personas mayores en situación de soledad con jóvenes universitarios mediante un vínculo de compromiso social y base de los beneficios de las relaciones intergeneracionales.
12. Puesta en marcha de un programa de apoyo a personas cuidadoras de personas mayores dependientes.
13. Promover y fomentar la coordinación con otras administraciones, especialmente el IMAS para mejorar todo el sistema de atención a la dependencia, en cuanto a procedimientos y prestaciones.



Promoción de la salud emocional, envejecimiento activo y saludable para la prevención de situaciones de soledad no deseada

OBJETIVOS

1. Favorecer y apoyar la autonomía de las personas mayores, promoción del envejecimiento activo saludable, como base de la prevención.
2. Prevenir situaciones de vulnerabilidad social, especialmente en personas mayores en riesgo de exclusión y aislamiento por razones familiares, de salud o dispersión geográfica.
3. Promover la implicación de las personas asociadas a los Centros Sociales de Mayores en la prevención y detección de situaciones de fragilidad social y soledad no deseada.
4. Potenciar las relaciones intergeneracionales en los Centros Sociales de Mayores y en otras actividades comunitarias como base de una sociedad mas cohesionada.
5. Fomentar la implicación de las personas mayores en la planificación y toma de decisiones de los servicios que les afectan.
6. Mejorar la salud emocional de las personas mayores como herramienta que les permita empoderarse y sociabilizarse, evitando situaciones de soledad.
7. Impulsar medidas de participación de mujeres mayores en el marco de actuaciones propuestas en el Plan de Igualdad de Oportunidades entre mujeres y hombres del Ayuntamiento de Murcia.
8. Reforzar el Proyecto Mayores Conectados, de forma que las nuevas tecnologías se conviertan en una herramienta útil al servicio de las personas mayores.
9. Fomento y mejora del Proyecto Mayores Activos, que permita dar a conocer la importancia de la actividad física diaria y la incidencia positiva que tiene en el envejecimiento.

1. Fomento del asociacionismo entre personas mayores con la finalidad de mejorar sus condiciones de vida.
2. Consolidación y ampliación del programa de envejecimiento activo y saludable en los CSM.
3. Ampliación de la oferta de cursos y talleres de los CSM sobre temas de carácter preventivo. transición de la vida laboral a la jubilación, consentimiento informado y voluntades anticipadas para facilitar la toma de decisiones sobre cuestiones vitales y posibles necesidades de cuidados de larga duración, voluntariado, medidas de protección y seguridad en el hogar, uso de herramientas tic y redes de apoyo.
4. Consolidación y ampliación de la oferta de recursos de promoción de la salud emocional en los CSM. (talleres e intervenciones psicosociales)
5. Consolidación y ampliación de los cursos y talleres sobre actividad física. Ampliando las horas del contrato y los convenios de colaboración con entidades y asociaciones que fomenten el ejercicio físico entre las personas mayores.
6. Desarrollo y ejecución del plan de mejora y adecuación de los CSM (accesibilidad y recursos necesarios, para que se consoliden como espacios comunitarios de referencia en barrios y pedanías)
7. Sensibilización y formación a las Juntas Directivas de CSM y CM en materia de envejecimiento y soledad no deseada.
8. Elaboración de un protocolo de detección e intervención de situaciones de soledad no deseada en CSM y CM. Creación de una Comisión de Soledad en los CSM, que permita canalizar estos casos a los recursos adecuado.
9. Creación de una Comisiones de Acogida y Acompañamiento en los CSM que acompañe a nuevos usuarios en las actividades y servicios de los CSM y CM, contando con el asesoramiento de los profesionales de la Concejalía competente.
10. Actualización de la Guía de Recursos municipales dirigidos a personas mayores y su difusión en medios y RRSS.
11. Plan de detección y formación sobre situaciones de soledad no deseada a trabajadores, usuarios y familiares de los centros de estancias diurnas.

Fomento del voluntariado social para acompañamiento a personas mayores en situación de soledad no deseada

OBJETIVOS

1. Promover a nivel comunitario las relaciones de vecindad, el voluntariado y la colaboración de entidades en la atención a personas mayores vulnerables en situación de soledad no deseada.
2. Fomentar el voluntariado entre personas asociadas en los CSM y CM y su incorporación a las Oficinas de Voluntariado del Ayuntamiento de Murcia.
3. Establecer un canal de coordinación y trabajo en red con entidades y asociaciones que trabajen en programas de voluntariado con acompañamiento en situaciones de soledad.

ACCIONES

1. Creación y coordinación y difusión desde la Oficina del Voluntariado del Ayuntamiento de Murcia de un programa específico en materia de envejecimiento y soledad no deseada, que incluya la formación específica en esta materia, así como la creación de espacios donde se comparta los intereses de este proyecto.
2. Coordinación y trabajo en red con entidades de voluntariado que trabajan en envejecimiento y soledad no deseada.
3. Campaña de sensibilización y comunicación entre los usuarios de los CSM y el resto de la sociedad para incorporarse al Proyecto de Voluntariado Mayores del Ayuntamiento de Murcia.
4. Fomento del voluntariado corporativo de los profesionales del Ayuntamiento para que se incorporen al Proyecto de Voluntariado de Mayores.
5. Incorporación en el Plan Estratégico de Voluntariado del Ayuntamiento este Proyecto de Voluntariado Mayores.

Mayores y vivienda como recurso integrador



OBJETIVOS

1. Convertir la vivienda en un recurso integrador y cohesionador para las personas mayores en situación de soledad no deseada.
2. Disponer de viviendas municipales ubicadas en lugares estratégicos, cerca de los servicios comunitarios y que permita las relaciones intergeneracionales y que estas viviendas sean accesibles y de unas dimensiones adecuadas a este nuevo modelo de sociedad.
3. Fomentar la constitución de grupos humanos que quieran vivir en viviendas compartidas como forma de vida (Viviendas Colaborativas o Cohousing)
4. Difundir los beneficios de las viviendas colaborativas o cohousing como recurso elegido por las personas mayores para evitar situaciones de soledad.

ACCIONES

1. Adquisición o construcción de viviendas municipales accesibles y adaptadas a personas mayores que vivan solas, donde puedan disponer de recursos cercanos.
2. Fomento del Programa Mayores Cerca, que permita la reubicación de las personas mayores que vivan solas en viviendas de grandes dimensiones a otras más pequeñas y accesibles.
3. Creación de espacios de convivencia municipal (proyectos iniciados Almajov y María Reparadoras) donde con un compromiso social común firmado junto al contrato de arrendamiento se promueva la solidaridad intergeneracional.
4. Fomento del Cohousing como alternativa al envejecimiento en centros residenciales y a hacerlo en soledad en el hogar. Mediante la celebración de unas jornadas que permitan dar a conocer y difundir entre la sociedad los beneficios de esta forma de convivencia.
5. Garantizar suelo público en la forma jurídica correspondiente, que permita la construcción de viviendas colaborativas o Cohousing.

Murcia Ciudad Amigable con las Personas Mayores

OBJETIVOS

1. Desarrollo e implantación del proyecto Murcia Ciudad Amigable con las Personas Mayores, proyecto desarrollado por la OMS. Este proyecto aborda de manera integral los aspectos que afectan a la vida cotidiana de las personas mayores y lo hace promoviendo la participación directa de este colectivo, teniendo en cuenta sus necesidades, percepciones, opiniones y propuestas en el proceso de análisis y mejora del municipio.

ACCIONES

1. Desarrollo de los grupos focales que formaría parte del proceso participativo en los 8 ámbitos propuestos por la OMS.
2. Elaboración del Plan de Acción para los siguientes tres años, sobre la base del pre-diagnóstico ya elaborado.
3. Dotación de los recursos humanos y económicos que permitan su ejecución.

Mayores y vivienda como recurso integrador

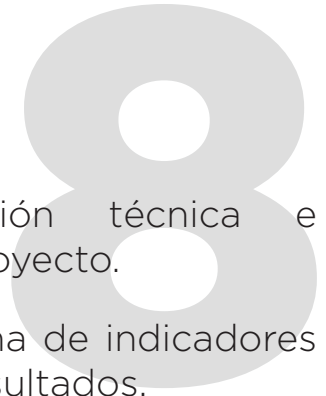
OBJETIVOS

1. Potenciar la mejora, los procedimientos, servicios y prestaciones previstos por la Ley 39/2006 de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situaciones de dependencia.
2. Impulsar la aprobación de una estrategia nacional y autonómica contra la soledad no deseada en las personas mayores.

ACCIONES

1. Trabajar para reducir los tiempos de espera en la valoración del reconocimiento de los derechos de la Ley de Dependencia (reconocimiento de grado y derecho a las prestaciones y servicios del sistema) de forma coordinada entre diferentes administraciones.
2. Trabajar para reducir los copagos establecidos actualmente en Murcia para los servicios y prestaciones del sistema de atención a la dependencia.
3. Trabajar para mejorar la coordinación en la información entre los servicios prestados por el Ayuntamiento y los prestados por el IMAS en el contexto de los servicios y prestaciones de la atención a la dependencia.
4. Trabajar en coordinación con otras administraciones autonómicas y estatales para la aprobación de planes contra la soledad no deseada.

Calidad y mejora



OBJETIVOS

1. Desarrollar una estrategia de coordinación técnica e interinstitucional que garantice la continuidad del proyecto.
2. Evaluar la calidad del programa, mediante sistema de indicadores específicos, en cuanto a aspectos organizativos y resultados.
3. Aplicar la metodología de mejora de los procesos de intervención profesional centrada en la persona, desde una perspectiva integral y con enfoque comunitario.
4. Incorporar la perspectiva de género en la organización, atención y gestión de servicios dirigidos a personas mayores.
5. Impulsar la participación del Ayuntamiento en proyectos de investigación e innovación que tengan por objeto el desarrollo de nuevos servicios o procedimientos de mejora en materia de envejecimiento y soledad.
6. Promover la innovación social y participación de profesionales en redes de conocimiento y de trabajo.
7. Garantizar los recursos humanos y económicos que permitan la ejecución del plan, la medición mediante indicadores y la continuidad del mismo.

ACCIONES

1. Creación de una comisión técnica de coordinación y seguimiento del programa.
2. Implantación de protocolos de colaboración y coordinación de actuaciones de forma transversal con otros servicios y administraciones, también con entidades y asociaciones.
3. Fomentar la sensibilización y formación en materia de envejecimiento y soledad entre los profesionales del ayuntamiento dentro del plan de formación y especialmente entre los profesionales implicados y que trabajen con población mayor.
4. Fomentar un código de buenas prácticas en la atención a personas mayores en situación de soledad.



Plan Municipal
Contra la Soledad
No Deseada en las
Personas Mayores