

# Redes de apoyo social en las personas mayores

Estudio para la interacción entre redes en Aragón

MAYO 2022



**Analizar las redes de apoyo social de las personas mayores en Aragón y conocer como interactúan estas redes para reforzar la protección del colectivo.**

# Metodología

## Encuestas telefónicas (CATI)

**1.189** encuestas a personas mayores de Aragón, seleccionadas por muestreo aleatorio estratificado por sexo, edad, provincia y hábitat.

Error muestral:  $\pm 2,84\%$ .

Trabajo realizado del 9 de julio al 8 de octubre de 2021.

## Entrevistas en profundidad

**7 entrevistas a expertos** en redes de apoyo social, del ámbito académico o institucional.

**6 entrevistas a personas mayores** residentes en Aragón.

## Grupos de discusión

**1 grupo con expertos y representantes de entidades** que promueven el apoyo social a personas mayores en Aragón.

**1 grupo con personas mayores** residentes en Aragón.

# Importancia de las redes

Los apoyos sociales de las redes informales y formales son prioritarios para el desarrollo de las personas:

-  Papel protector
-  Previenen carencias o enfermedades
-  Mantienen un estado adecuado de salud y de bienestar personal
-  Fortalecen a las personas, contribuyendo a superar mejor las crisis que se presentan a lo largo de la vida

Las redes por sí mismas no aseguran el apoyo o la ayuda. Para eso es preciso que tengan calidad, frecuencia, efectividad y disponibilidad.

Valoración media de la felicidad

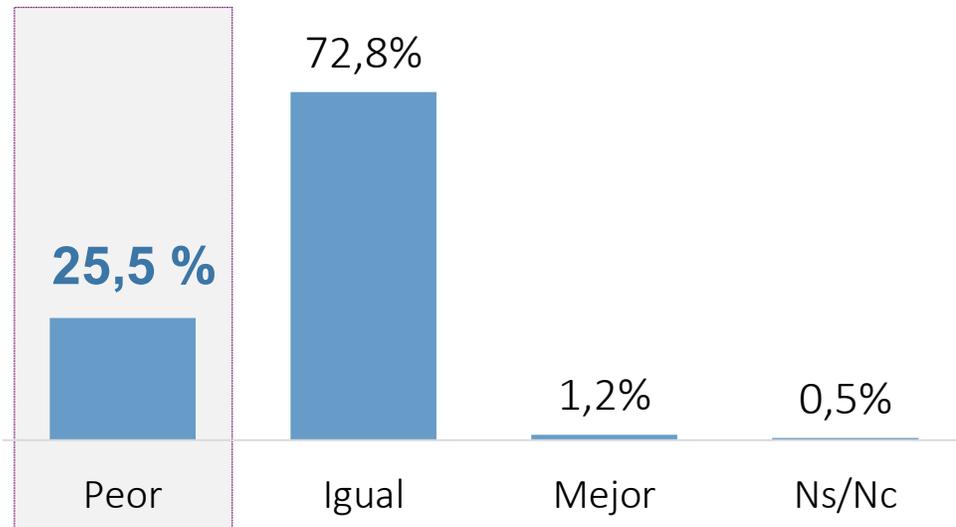
7,60

Valoración media dentro de una escala de 1 a 10

|  |                    | Valoración de la felicidad |
|--|--------------------|----------------------------|
| Alguien con quien hablar de problemas cotidianos   | Siempre            | 7,73                       |
|  | A veces            | 6,20                       |
|  | Casi nunca / Nunca | 5,22                       |
| Alguien que le pudiera ayudar en caso de necesidad | Siempre            | 7,68                       |
|  | A veces            | 6,30                       |
|  | Casi nunca / Nunca | 5,36                       |
| Apoyo emocional de la familia                      | Siempre            | 7,69                       |
|  | A veces            | 6,64                       |
|  | Casi nunca / Nunca | 5,29                       |
| Integración en el entorno donde vive               | Siempre            | 7,67                       |
|  | A veces            | 6,72                       |
|  | Casi nunca / Nunca | 5,00                       |

# Influencia pandemia Covid-19

## Influencia en el estado de salud físico

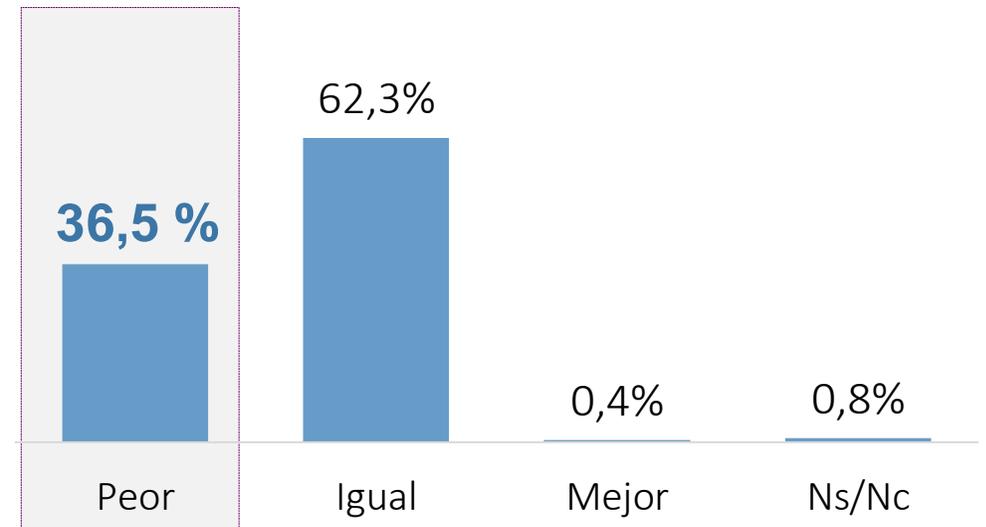


Se agrava



Edad  
Estado de salud  
Enfermedad crónica

## Influencia en el estado emocional



Se agrava



Mujeres, que residen en municipios grandes con un estado de salud malo o muy malo y que padecen una enfermedad de tipo crónico.

# Redes informales de apoyo social



## Redes familiares

En los municipios más pequeños existe menor contacto frecuente con los hijos/as.



## Redes de amistad

Con la edad la red de amistad se debilita, porque se pierde la red o porque el contacto es menor.



## Redes vecinales

En los municipios más pequeños hay una relación más personal con los vecinos.

## Participación en Asociaciones

5,8%

*Sí  
participa*

Las personas de **hasta 75 años** y aquellas que tienen un **buen estado de salud** son más participativas en actividades asociativas.

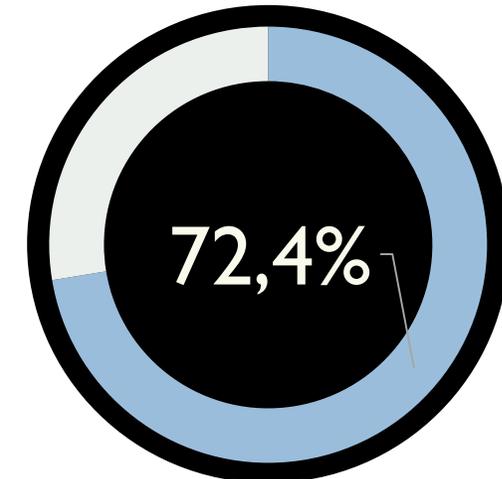
# Redes formales de apoyo social

## Recursos para personas mayores

- Por lo general, al **aumentar la edad disminuye la información** sobre los recursos formales.
- Los **municipios más grandes** (poblaciones con más de 50.000 habitantes) **no favorecen la difusión y conocimiento de los recursos y servicios** disponibles para las personas mayores. En cambio, estos recursos son más conocidos en las poblaciones más pequeñas.

## Situación futura deseada

Seguir viviendo en casa  
(con ayuda familiar o profesional)



Soledad  
residencial

**25,8%**

Vive solo/a

Soledad  
social

**5,0%**

No tiene contacto  
diario con personas  
cercanas

Soledad  
emocional

**19,6%**

Se ha sentido solo  
en alguna ocasión

Las personas que viven solas son menos felices (6,97) que aquellas que viven en compañía (7,81). El sentimiento de soledad aumenta con la edad. Es más frecuente en municipios de mayor tamaño y se relaciona con un peor estado de salud.

# Propuestas de mejora

**POTENCIAR LA FIGURA DE  
LAS PERSONAS MAYORES**

**IMPULSAR LAS RELACIONES  
SOCIALES ENTRE LAS  
PERSONAS MAYORES**

**PROTOCOLOS PARA  
DETECTAR SITUACIONES DE  
VULNERABILIDAD**

**CUIDAR EL TEJIDO  
ASOCIATIVO**

**CUIDADOS EN EL HOGAR**

**CUIDADO DE LA SALUD  
MENTAL**

**DISMINUIR LA BRECHA  
DIGITAL**

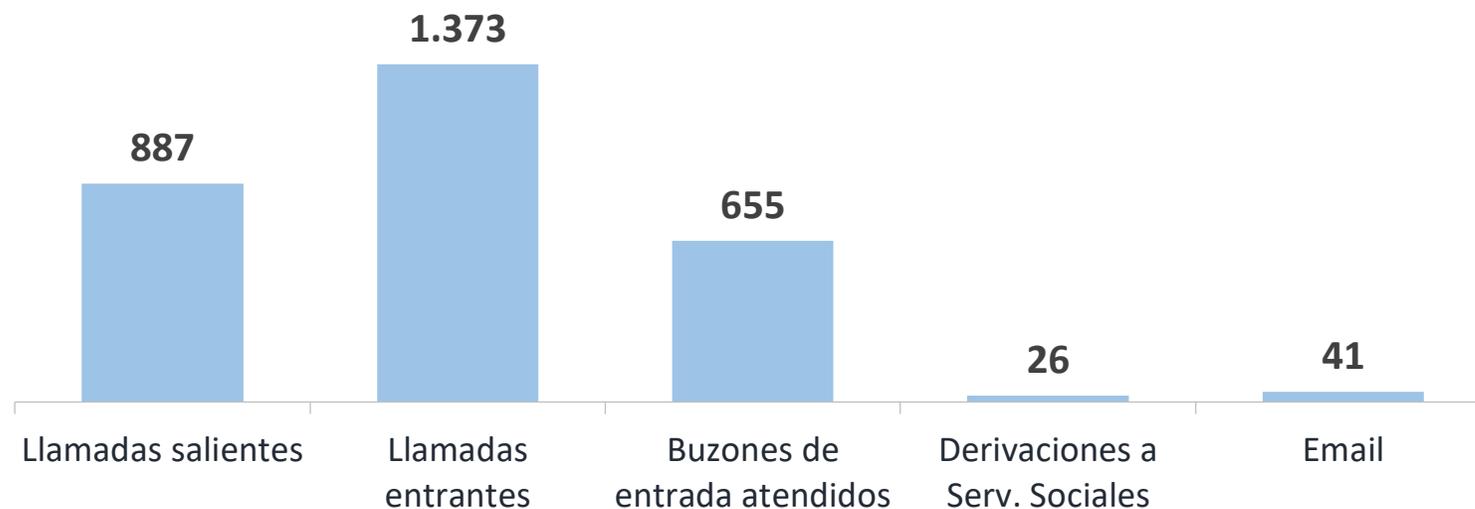
# Teléfono de Atención al Mayor

900 25 26 26

MAYO 2022



# TIPO DE COMUNICACIONES 2021

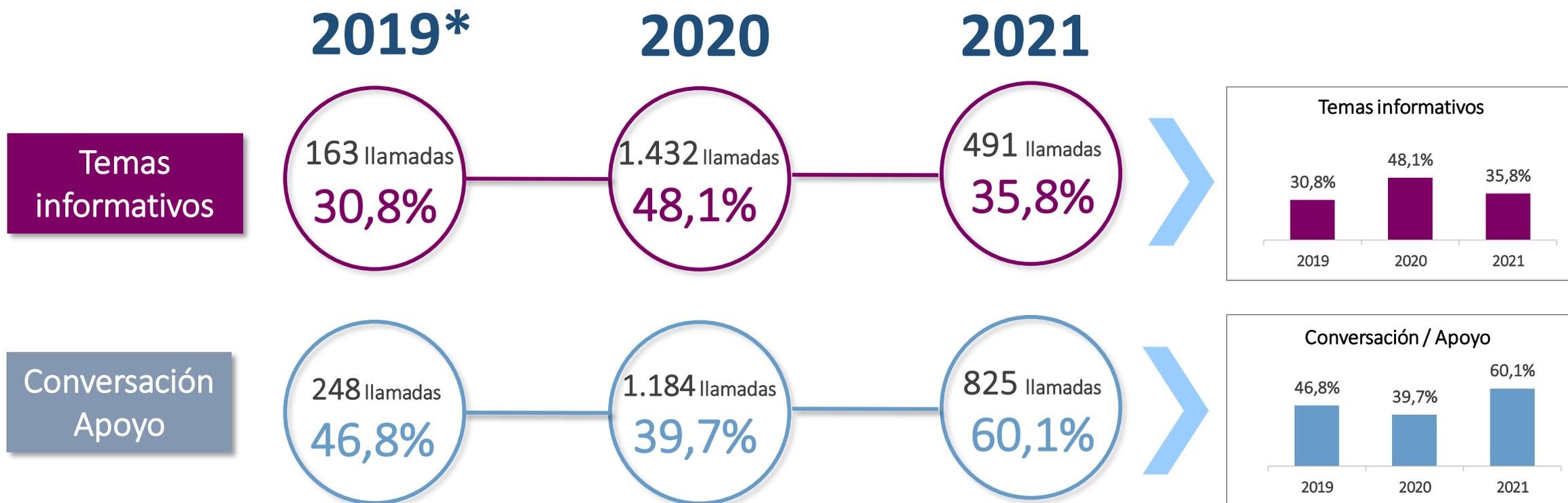


TOTAL  
COMUNICACIONES  
2021  
**2.982**



En 2021 se han efectuado 887 llamadas y atendido 1.373. También se han gestionado 655 **buzones de entrada**, 26 **derivaciones** a los Servicios Sociales y 41 comunicaciones por **email**. El total de comunicaciones asciende a 2.982.

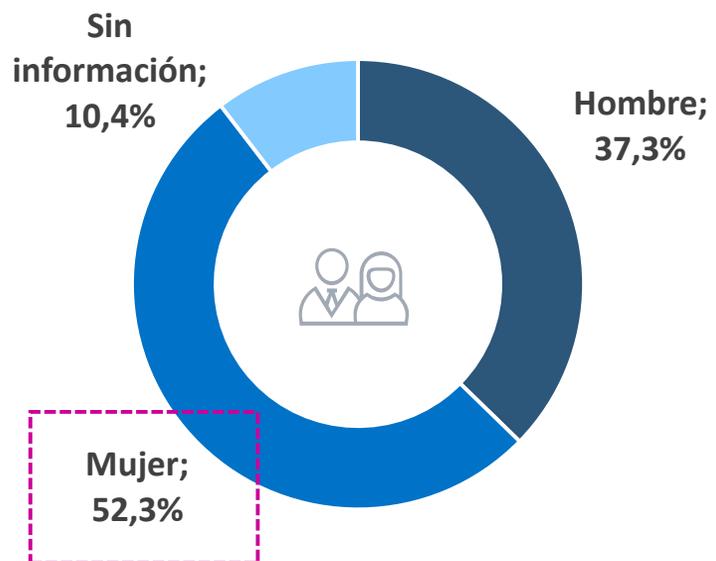
# EVOLUCIÓN DE MOTIVOS 2019-2021



\*Del 01/06/2019 al 31/12/2019

# PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO 2021

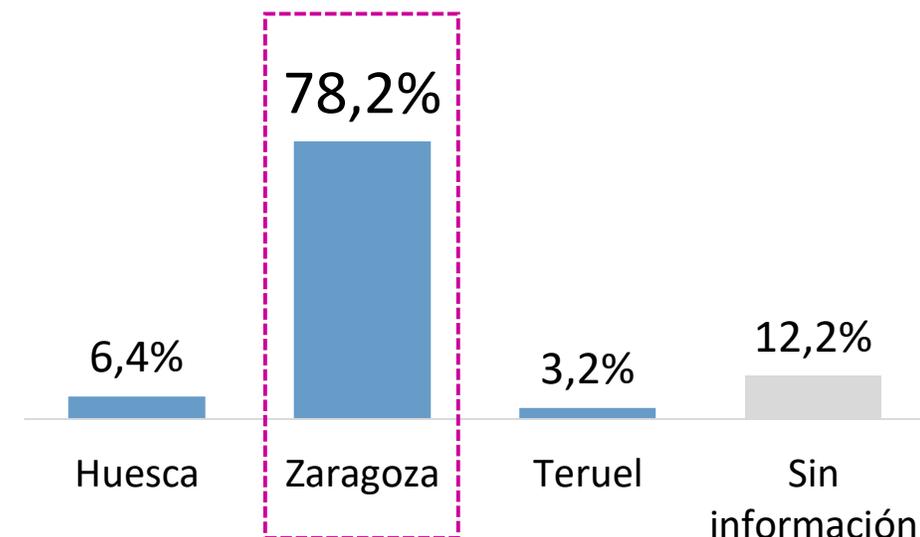
## GÉNERO



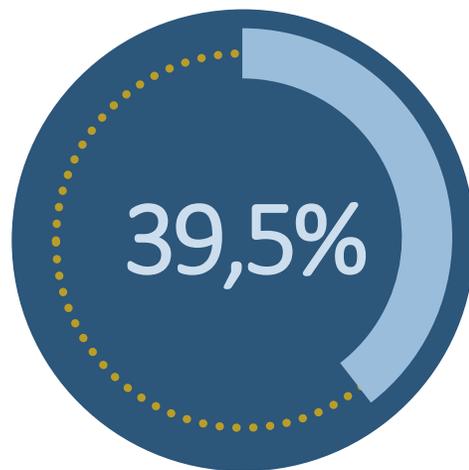
## EDAD MEDIA

|               |             |
|---------------|-------------|
| Mujeres       | <b>79,1</b> |
| Hombres       | <b>77,2</b> |
| <b>GLOBAL</b> | <b>78,3</b> |

## PROVINCIA



# PERSONAS QUE VIVEN EN SOLEDAD



VIVE SOLO/A

## PROMEDIO DE ATENCIONES SEGÚN SOLEDAD 2021

|                                      | Vive solo/a | NO vive solo/a | Total |
|--------------------------------------|-------------|----------------|-------|
| Media comunicaciones por usuario     | 6,35        | 3,72           | 4,95  |
| Media llamadas entrantes por usuario | 4,31        | 2,52           | 3,36  |

# CuidArte

Grupos de apoyo para personas que cuidan

*un proyecto con alma*

*nosotros a ti  
tu a él - ella*

 GOBIERNO  
DE ARAGON

 iass  
Instituto Aragonés  
de Servicios Sociales

## ¿Qué es?

Es un Servicio **gratuito** de atención socioterapéutica grupal gestionado por el **Instituto Aragonés de Servicios Sociales**, dirigido a mejorar la calidad de vida promoviendo las capacidades de las personas para cuidar y cuidarse y dando respuesta a las necesidades emocionales y sociales de sus participantes.

## ¿A quién va dirigido?

- a personas que cuidan de sus familiares dependientes,
- a las personas mayores que viven procesos de cambios que les hacen sentirse más vulnerables,
- otros colectivos: mujeres, jóvenes, personas en proceso de duelo...

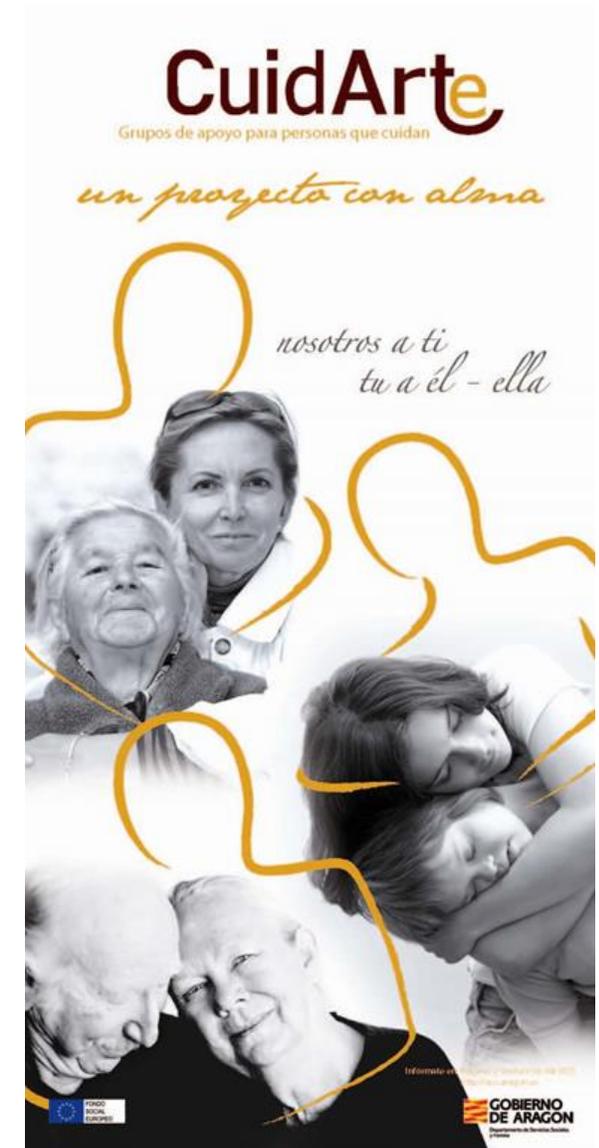
## ¿Con qué metodología trabajamos?

Metodología participativa a través de la atención en grupo conducido por profesionales formados y que trabajan en la Red de Hogares de Personas Mayores, Servicios Sociales Comarcales y Entidades del Tercer Sector.



# PROGRAMA CUIDARTE

- El proyecto comenzó en 2001 en un Hogar de Personas Mayores del IASS y en 2008 comenzó a desarrollarse en la Comunidad Autónoma.
- Es un programa “vivo” en función de los centros y profesionales que se van incorporando y formando.
- Es un Programa protocolizado y evaluado periódicamente.
- Han participado anualmente unos 60 profesionales por año.
- Se ha implantado en más de 100 centros.
- Desde el 2019 hasta la actualidad, ha habido 33 grupos de personas mayores y sus participantes han sido 301 personas.
- Actualmente hay grupos Cuidarte en 42 centros: Hogares de Personas Mayores o Residencias, Servicios Sociales Comarcales y Entidades Tercer Sector.



# BENEFICIOS DEL PROGRAMA CUIDARTE

## EVALUACIÓN: 2014-2019:

- El 98% valoran como bien o muy bien cómo se han sentido en el grupo.
- Valoran en mayor medida el compartir su situación con otras personas en su misma situación y el clima grupal.
- Facilita encuentros de calidad y cuidados en un espacio seguro para la expresión emocional y previene el aislamiento, tejiendo redes que dan soporte a quienes viven situaciones complejas: situaciones de duelo, procesos de dependencia, soledad sentida, etc...
- Se consolida la necesidad de dar respuesta a las situaciones que generan dificultades a las personas como las mencionadas anteriormente.

## RESULTADOS DEL ESTUDIO CIENTIFICO SOBRE EL BIENESTAR QUE GENERA:

- Cambios significativos en las emociones: aumentan las emociones: alegre, animado, contento, entretenido y feliz, disminuyen las emociones: humillado, incómodo, irritado, dolido y triste y, disminuye la sintomatología depresiva.

## CONCLUSIÓN:

La intervención grupal socioterapéutica del CuidArte genera nuevas redes sociales que previenen la soledad y el aislamiento, especialmente en las personas mayores.

