
*Viviendo un
envejecimiento*



CONSENTIDO

Soraya Perez, Xabi Garcia, Paula Trueba



➔ Conflicto de interés ➔

No presentamos ningún tipo de conflicto de intereses

ESTE PROYECTO SÓLO TIENE SENTIDO EN SU CONTEXTO

Diagnóstico de salud del municipio en 2020, presentado en **Foro de Salud**



Soledad no deseada en barrios



Presencia de dificultades arquitectónicas y pérdida de tejido social y comunitario (cierres de tiendas y bares)



Navegando en **las causas de las causas** se aborda desde la inquietud de generar redes de cuidados y ayuda mutua



Red de cuidados de GEUna

Metodología

Ciclo de Acción Comunitaria



Intervención de educación para la salud (EPS)

Zentzuzko zahartzea bizitzen

Viviendo un envejecimiento con sentido

Maiatzak **14** mayo

ELIKADURA ETA NUTRIZIOA Alimentación y nutrición

Paula Trueba
Familiako eta komunitateko erizain egoiliarra
Enfermera residente de familia y comunitaria

Maiatzak **28** mayo

ZAHARTZE AKTIBOA Envejecimiento activo

Xabier García
Fisioterapeuta komunitarioa. Zahartzaroko kidea
Fisioterapeuta komunitario. Vocal en Zahartzaroa

Maiatzak **21** mayo

BAKARDADEA Soledad

Soraya Pérez
DomusVI Arandia egoitzako psikologoa
Psicóloga de la residencia DomusVI

Ekainak **4** junio

ZAINKETEN ETIKA Ética de los cuidados

Soraya Pérez
DomusVI Arandia egoitzako psikologoa
Psicóloga de la residencia DomusVI



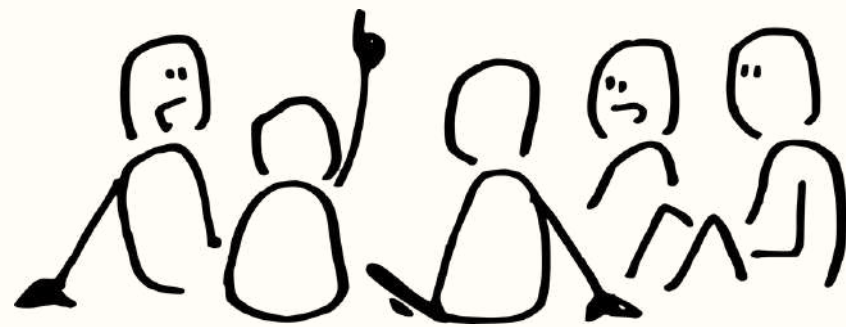
Tokia | Lugar

GEUna (Kubo auzoa / Barrio Kubo)

Ordutegia | Horario

11:00 - 13:00

OBJETIVOS →



Reflexionar sobre la salud en términos de responsabilidad colectiva

Reflexionar sobre la salud integral

Triple función transformadora de la acción comunitaria

Empoderamiento de las participantes

Prevención de soledad no deseada

Facilitar la creación de redes y comunidad



Evaluación con método mixto post-test único

- Evaluación cuantitativa
 - Cuestionario de 7 preguntas

- Evaluación cualitativa
 - Grupo focal

ENCUESTA VALORACIÓN

CICLO DE CHARLAS VIVIENDO UN ENVEJECIMIENTO CON SENTIDO

Numera del 0 al 10 cada una de las charlas

0: no me ha gustado nada y no me ha servido para nada.
10: me ha encantado y me ha parecido muy útil.

- Alimentación y nutrición:
- Soledad:
- Envejecimiento activo:
- Ética de los cuidados:

Valora del 0 al 10 a las profesionales que han estado con vosotras en las charlas

0: se ha explicado fatal y ha sido muy desagradable
10: se ha explicado genial y ha sido encantadora

- Paula:
- Soraya:
- Xabi:

¿Volverías a participar en este tipo de charlas?

Marca con una X

Si No No lo sé

¿Recomendarías estas charlas?

Marca con una X

Si No No lo sé

¿A quién se lo recomendarías?

Marca con una X

Amigos/as Familia Profesionales del municipio

¿Qué mejorarías de las charlas?
Escribe lo que quieras

¿Quieres comentar alguna otra cosa que te parezca importante?
Escribe lo que quieras



Resultados

Población: usuarias de la residencia de mayores del municipio y del centro de día, del grupo motor de GEUna y del municipio de forma individual (N= 123, mujeres 96%, media de edad= 75 años)

Cuantitativo:

	Residencia	GEUna
Recomendación a profesionales de salud del municipio	18%	100%



Resultados

Cualitativo

Residentes

- Destacan “hacer algo diferente, **algo de verdaderos adultos**” y “relacionarnos con otras mayores aunque vivan en sus casas”
- Espacio de **pertenencia** a la sociedad viva y activa
- Sentimiento de seguir siendo **útiles** para la comunidad a la que pertenecen, aumentando su sensación de **capacidad de acción**
- Sentimiento de **simetría** con otras personas mayores con las que no comparten vida y les ha permitido “salir de esa posición de meras receptoras de cuidados”
- Comentan que les ha servido para conocerse más entre ellas: “comemos en la mesa de al lado y hasta ahora no sabíamos nada importante la una de la otra”

Resultados

Cualitativo

GEUna

- También se destaca que se han conocido mejor entre ellas a pesar de compartir vida y cuidados, pero que últimamente “ya no se conocían realmente”
- Sorpresa al ver como “gente que vive allí (en la residencia) **tienen ganas por seguir aprendiendo y hacer cosas**” (*edadismo*)
- “Nos hemos sentido importantes, reconocidas en nuestra dignidad”
- Para ellas, ha sido importante que tres profesionales “que saben mucho, nos hayan dedicado su tiempo”. Reconocimiento de su valía como personas
- Sentimiento de pertenencia al proyecto GEUna, espacio y lugar para la lucha activa

Conclusiones

- **Más allá de talleres o charlas puntuales hacen falta proyectos comunitarios**
- En ese contexto tiene más **sentido y como consecuencia más impacto en la salud de las personas**
- Longitudinalidad es un factor clave
- Despertó interés para participar en el proyecto comunitario a personas a título individual
- Trabajo interdisciplinar
- Integración de personas de la **residencia de mayores en proyectos comunitarios**



ESKERRIK ASKO

MUCHAS GRACIAS

“No hay que tenerle miedo a quitarse la bata de trabajo, porque cuando te desnudas en la comunidad, la comunidad te arropa de nuevo”

