

25

Barcelona Societat

Revista de investigació y análisis social



Ajuntament
de Barcelona

Marzo 2020

Palabras clave: soledad no deseada, trabajo colaborativo, red de prevención, barrios amables, solidarios con las personas mayores

El proyecto Radares: abordar la soledad de manera comunitaria

Rosa Rubio¹, Clara Costas² y dinamizadores comunitarios³

Radares es un proyecto pensado para posibilitar que vecinos y vecinas, entidades, servicios y comercios cuiden de las personas mayores desde una mirada sensible y respetuosa, que se lleva a cabo desde la proximidad, desde el entorno inmediato y cotidiano de las personas mayores que habitan los barrios de la ciudad.

Introducción

Vivimos en una sociedad cada vez más longeva y, en los últimos tiempos, el estudio del envejecimiento ha despertado el interés de múltiples ciencias y ha ayudado a configurar el proceso de envejecimiento como un fenómeno más complejo. Históricamente, ha sido un proceso explicado desde las ciencias médicas y en el cual los aspectos biológicos tenían una importancia primordial. Sin embargo, actualmente se apuesta por explicar la salud en general y el envejecimiento más concretamente desde una perspectiva más amplia: la biopsicosocial.

El aspecto relacional es un factor básico para el bienestar de las personas y contar con una red social de apoyo constituye un elemento importante a la hora de medir la calidad de vida de las personas mayores. El hecho de no contar con esa red, más allá de inducir a la persona a una situación de soledad (a menudo no deseada), puede conllevar también un aumento de los riesgos en múltiples niveles, tanto en la salud física (Cacioppo *et al.*, 2002; O'Lunaigh y Lawlor, 2008) como en la salud psicológica (Cacioppo *et al.*, 2006; Holwerda *et al.*, 2016).

Con respecto a la soledad no deseada, se trata de un fenómeno complejo de describir y, por lo tanto, no existe un consenso sobre una única definición, si bien las aproximaciones teóricas pueden resumirse en cuatro perspectivas (Yanguas *et al.*, 2018):

- **Perspectiva cognitiva:** la soledad es entendida como una discrepancia entre las relaciones sociales que la persona desea y las que realmente tiene.
- **Interaccionismo:** la soledad no es el hecho de estar solo o sola sino la falta de relaciones significativas e íntimas, así como la falta de vinculación comunitaria.
- **Perspectiva psicodinámica:** la soledad es la consecuencia negativa derivada de la necesidad de intimar, de relaciones interpersonales para vivir.

1. Directora territorial de Servicios Sociales del Distrito de Gràcia y directora del proyecto Radares.

2. Coordinadora del proyecto Radares.

3. Isaac Farré, Genís Giner, Anna Bordes, Violeta Carrasco i Aitor Matas

- Existencialismo: la soledad es una realidad consustancial al ser humano, que puede causar padecimiento y dolor o ser una oportunidad.

La soledad no deseada puede estar presente en cualquier momento del ciclo vital, pero es en el proceso de envejecimiento cuando está asociada a unas redes sociales más pequeñas y a una menor frecuencia de contactos (Ajrouch *et al.*, 2005). El proceso de pérdidas asociado al envejecimiento es multifactorial y acentúa las dificultades de relación: pérdidas relacionales como las del círculo laboral después de la jubilación; pérdida de la pareja o las amistades con las que se comparte el ocio (por defunción, ingreso en residencia o aparición de deterioro cognitivo); pérdidas del círculo convivencial próximo (vecindario y comercios de proximidad con los que se ha convivido durante años, pero que ahora son “sustituidos” por residentes menos estables o cadenas comerciales más impersonales); pérdida de movilidad, visión u otras capacidades; pérdida de los espacios “propios” de barrio debido a los cambios urbanísticos, etcétera.

Aunque el proceso de pérdidas no es reversible en algunos aspectos, sí puede intervenir en las consecuencias que conlleva. A menudo este proceso de pérdida va acompañado de la falta de previsión, del hecho de haber diseñado un modelo de vida como persona mayor que dificulta que las personas que sufren la soledad no deseada puedan modificar esa situación. No obstante, todas las personas tienen potencialidades y, en el caso de las que se sienten solas, esas potencialidades deben ser tenidas en cuenta en la intervención para romper con esta situación y reconstruir los vínculos perdidos.

Así pues, la apuesta por romper con la soledad no deseada desde el proyecto Radares es la construcción de una red comunitaria en la que se pretende involucrar a toda la ciudadanía para generar unas comunidades más amables, sensibles y respetuosas con las personas mayores, unas comunidades más próximas que cuiden de las personas que forman parte de su entorno inmediato y que sean facilitadoras en su revinculación al territorio con el objetivo de terminar con la soledad no deseada de la forma más natural posible: volviendo a hacer vida en los barrios y con unos claros componentes de interacciones amables y relaciones de proximidad.

Equipo del proyecto Radares

El proyecto Radares es una iniciativa comunitaria liderada por los servicios sociales básicos, que surgió en 2008 en el barrio de Camp d'en Grassot i Gràcia Nova (distrito de Gràcia) de Barcelona.⁴ En un contexto marcado por el aumento de situaciones de vulnerabilidad derivadas, en parte, de los cambios demográficos (como los cambios de modelo residencial donde se pasa de hogares extensos a hogares nucleares o unipersonales, o bien el aumento de los divorcios, de la esperanza de vida y de las migraciones en edad laboral, etcétera), y después de una reflexión interna, los servicios sociales de territorio llegaron a la conclusión de que era necesario implicar a la comunidad para mejorar la detección y la prevención de situaciones de riesgo y paliar la soledad que puedan sentir las personas mayores. Así, con estos dos grandes objetivos, nació Radares, en un momento en el que las políticas públicas no contaban con herramientas contrastadas y de largo recorrido en materia de soledad, lo que provocó que tuvieran que empezarse a construir desde cero y que se fueran definiendo a partir de un proceso de ensayo y error.

Para conseguir sus objetivos, el proyecto Radares dirige sus esfuerzos a sensibilizar y concienciar a la población sobre la situación de las personas mayores y a crear una red de barrio que permita que la ciudad sea un espacio más seguro y amigable para este colectivo. En la base de todo, reside la idea de “volver a ser como un pueblo” donde todo el mundo se conozca y las redes de apoyo se den por descontadas. Como proyecto comunitario, se construye colectivamente junto a los vecinos y vecinas del barrio, con sus equipamientos y servicios, comercios y farmacias, entidades de barrio, servicios sociales y sanitarios y el resto de recursos del territorio. Esta coproducción implica la existencia de una corresponsabilidad y eso permite redefinir los roles y los

4. El proyecto puede consultarse en su sitio web, radarsgentgran@bcn.cat, así como en este vídeo explicativo: www.youtube.com/watch?v=-K3EQVNANuI.

valores tanto de profesionales como de agentes del entorno, que conjuntamente diseñan nuevos mecanismos de comunicación y experimentan con nuevas metodologías de intervención.

El énfasis del proyecto en su fase previa al despliegue de la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia (2008-2012) fue cómo detectar situaciones de riesgo. Gracias a esta ley, muchas personas se pusieron en contacto con Servicios Sociales, con lo que se facilitó la detección y el abordaje de las situaciones más problemáticas. A partir de entonces, Radares pudo concentrar esfuerzos en la lucha contra la soledad no deseada, que pasó de abordarse desde su perspectiva residencial (personas mayores que vivían solas) a abordarse desde un enfoque más amplio: el sentimiento de esta soledad no deseada.

El hecho de que una persona viva sola no implica directamente que necesite más ayuda, pero las personas que carecen de vínculos sociales fuertes y que no abandonan su vivienda son más susceptibles de sufrir riesgos (Klinenberg, 2001), puesto que esa situación puede convertirse en un factor de vulnerabilidad si, por ejemplo, las condiciones de salud empeoran. En la misma línea, el hecho de vivir solo o sola puede no comportar un sentimiento de soledad (aunque puede ser más probable). De hecho, más allá de la realidad de las personas mayores que viven solas (que suponen el 25% de las personas mayores de 65 años, el 31% de las mayores de 75 años, y el 38% de las mayores de 85 años en Barcelona), tal como se ha expuesto anteriormente, existe un sentimiento de soledad que puede no estar asociado al hecho de vivir sol o sola, ya que es subjetivo y se manifiesta ante la discrepancia entre las “relaciones deseadas” y las “reales”.

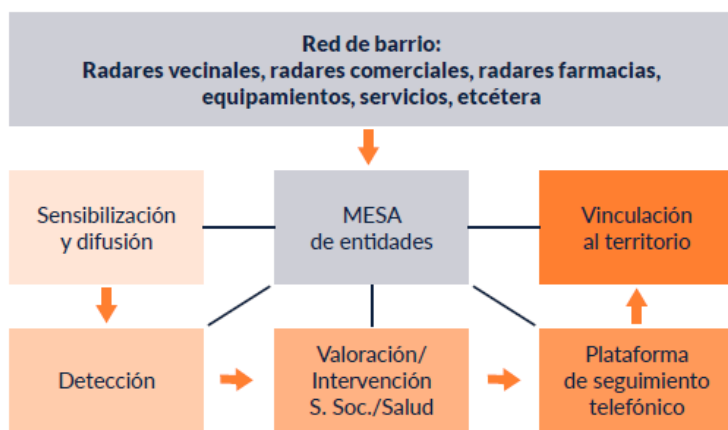
Hay que tener en cuenta que una de las mayores dificultades a la hora de abordar la soledad no deseada es que se trata de un sentimiento que, en ocasiones, puede resultar difícil de admitir (tanto de cara al entorno como, en ocasiones, incluso para la propia persona). Esto es debido a que puede tratarse de un sentimiento que genere vergüenza, en la medida en que la persona que lo siente puede temer que su entorno la juzgue por encontrarse sola y considere que su soledad es el resultado de sus decisiones y acciones a lo largo de la vida.

Para revertir esa realidad, es necesario que todo el entorno de las personas mayores participe en la creación de una sociedad más amable y sensible hacia las personas mayores. Por eso, desde Radares se pretende crear una red de barrio solidaria que amplíe las posibilidades de detección de todas estas situaciones, que permita abordar los posibles riesgos desde diferentes ángulos y, sobre todo, que facilite la revinculación de las personas mayores con el territorio, acompañándolas y participando en el proceso.

Funcionamiento del proyecto Radares

El proyecto Radares es un proyecto de acción comunitaria impulsado por los servicios sociales del Ayuntamiento de Barcelona. Todas las líneas de actuación que se siguen en el marco del proyecto Radares se realizan a partir del esquema siguiente:

Esquema 1. Red de funcionamiento del proyecto Radares



El proyecto se despliega en torno a un espacio comunitario, la Mesa Radares, y genera un espacio de participación y decisión sobre las líneas de trabajo que tienen que seguirse en cada momento del proyecto. Se trata de un espacio abierto a todos los actores de la comunidad que quieran participar y contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

Todos los espacios ejercen un papel destacado en la construcción de las líneas de trabajo, que en cada territorio adquieren formas distintas sin olvidar los objetivos de Radares. Así pues, en todos los barrios se llevan a cabo acciones de sensibilización y difusión a la población, y de detección de las personas mayores en situación de soledad no deseada, acciones de seguimiento telefónico con el papel indispensable del voluntariado, y acciones de vinculación al territorio.

Para poder realizar acciones de sensibilización y difusión, contamos con un voluntariado que se dirige a comercios y farmacias y que monta puestos de difusión del proyecto con el objetivo de darlo a conocer y de fomentar una red de barrio que pueda sostener situaciones de soledad no deseada y, al mismo tiempo, comunicar situaciones de riesgo. El proyecto tiene presente a una figura, la del radar vecinal, que es la persona que nos facilita los datos y se adhiere al proyecto como ciudadana informada y sensibilizada y, desde el proyecto, le ofrecemos herramientas de comunicación con los servicios sociales para que pueda avisar de cualquier situación de riesgo o soledad no deseada de personas mayores de su entorno, con lo que estamos apostando por el valor de la proximidad: si una persona mayor recibe atención de su entorno, se muestra más segura a la hora de iniciar su relación con el proyecto.

La tarea de detección es compartida por los distintos agentes de la comunidad a través de la promoción previa entre la población y de una mirada sensible hacia las personas mayores y, concretamente de aquellas que se puedan encontrarse en una situación de vulnerabilidad. En este sentido, el proyecto Radares emprende acciones de sensibilización de la población y se centra en los agentes que, por su vinculación con el territorio, pueden ser más capaces de realizar detecciones. Así pues, se invita a comercios de proximidad, farmacias, profesionales, entidades y asociaciones, vecinos y vecinas a título particular, etcétera, a adherirse al proyecto como activos de detección. Todos, junto con los participantes de la Mesa, forman la red de barrio.

La Plataforma de Seguimiento Telefónico, integrada exclusivamente por personas voluntarias, es la encargada de llamar a las personas mayores detectadas por la red de Radares y, mediante la relación de confianza que se establece, invitarlas a actividades en espacios significativos del barrio en las cuales tendrán un papel protagonista, junto a otras personas mayores, y en las cuales el voluntariado tendrá el papel de facilitador para promocionar los vínculos entre iguales. El liderazgo del proceso transformador e integrador del barrio es llevado a cabo por los servicios sociales de territorio, que buscan estimular la capacidad de acción de los agentes desde su propia autonomía y promover la colaboración y el tratamiento de conflictos —si es que hay— entre los agentes con el fin de potenciar todos los ámbitos expuestos y construir o fortalecer la denominada *red de barrio*. Gracias al trabajo con la red de barrio, las personas mayores en general, y las usuarias de Radares en particular, se encontrarán con un barrio que les será más amable y respetuoso.

La apuesta para romper con la soledad no deseada del proyecto Radares: llamadas de confianza y actividades de proximidad

Existen varias estrategias para paliar la soledad de las personas mayores. Hay entidades con un recorrido importante que apuestan por realizar acompañamiento individual y grupal a las personas mayores; el voluntariado visita la casa de una persona mayor a la cual posteriormente acompañará a una actividad grupal. Desde el proyecto Radares apostamos por la metodología comunitaria desarrollada en diferentes acciones.

La persona mayor que es usuaria, detectada por Servicios Sociales, el CAP o la red de barrio, entra en Radares cuando verbaliza que se siente sola o que quiere tener más contacto con el barrio. Una vez adherida, recibe, de forma periódica, las llamadas del voluntariado de Radares, que contacta con ella desde un equipamiento del barrio o desde Servicios Sociales. El objetivo de

la llamada es simplemente pasar un rato diferente al teléfono y tener un espacio para hablar con otra persona, en el cual, además, se tiene presente el componente de proximidad (el voluntariado es del mismo barrio, cosa que es percibida de forma positiva). En el marco de la llamada, se genera un espacio de conocimiento mutuo que, en la mayoría de casos, termina desembocando en la pregunta clave y en una respuesta no menos importante: ¿cuándo podremos conocernos? Nos encontraremos en el marco de una actividad que organicemos. Estas actividades de vinculación al territorio se organizan desde la mesa comunitaria de barrio de Radares. Una vez que se ha establecido ese primer contacto, resulta más fácil fomentar que las personas usuarias puedan incorporarse de nuevo a su entorno y, desde la red de barrio, se ofrecen actividades que tienen lugar en el territorio y que pueden ser del interés de las personas usuarias del proyecto, con el objetivo de que, tanto si van solas como acompañadas, se vinculen a alguna actividad o espacio de referencia y vayan ganando autonomía a la hora de salir de casa. Desde Servicios Sociales y la red de barrio, se garantiza el acompañamiento a las personas mayores que no dispongan de suficiente autonomía para asistir a las actividades de vinculación.

La experiencia nos muestra que las personas que se encuentran en situación de soledad no deseada se resisten menos a salir de casa si se lo propone una persona con quién tienen un vínculo afectivo como el que establecen con las personas voluntarias que las llaman frecuentemente.

Cabe mencionar que no todas las personas usuarias del proyecto Radares acaban viniendo a las actividades de vinculación: en algunos casos, por dificultades de movilidad (aunque se les ofrece acompañamiento) y, en otros, porque simplemente optan por no venir. A pesar de eso, valoran de forma positiva las llamadas y reconocen que el rato en el que hablan con el voluntariado es un momento de entretenimiento para ellas, diferente a lo que están acostumbradas en su día a día; viven esa llamada como una posibilidad y escogen cuál es su grado de participación en el proyecto.

Sobre la participación en el proyecto a inicios del año 2019, ante el éxito de las actividades de vinculación, varios territorios del proyecto Radares hicieron patente la necesidad de aumentar la frecuencia de las actividades y, al mismo tiempo, de realizarlas en espacios más informales. Estos encuentros reciben el nombre de *petites estones* ('pequeños ratos') y, en esos espacios de relación, se fomenta la autonomía del grupo favoreciendo que las propias personas puedan decidir el lugar de encuentro, la periodicidad, los temas que se traten, etcétera. El grupo de encuentro acostumbra a ser un grupo estable al cual se van incorporando personas nuevas. Están formados por personas que viven muy cerca, con el fin de conseguir un efecto de proximidad doble: el del vínculo entre las personas voluntarias y las personas mayores que participan en ellos, y también el de un espacio próximo que es conocido por la persona mayor y que, al mismo tiempo, le aporta seguridad.

La prevención de situaciones de riesgo, otro objetivo del proyecto

Aparte de paliar la soledad no deseada, otro objetivo del proyecto es el de prevenir situaciones de riesgo. En el espacio de la llamada, una vez que se ha generado confianza entre el voluntariado y la persona mayor que recibe la llamada, pueden llegar a surgir conversaciones en las que se haga una demanda implícita o se expliquen situaciones que sean consideradas de riesgo. En estos casos, el papel del voluntariado es el de informar a Servicios Sociales para que puedan valorar la intervención.

Para llegar a cumplir ese objetivo, el voluntariado cuenta con espacios de trabajo conjuntos con Servicios Sociales, así como con las directrices necesarias para poder informar de situaciones de riesgo y que Servicios Sociales evalúe el caso para decidir la actuación. Por ello podemos afirmar que el voluntariado del proyecto Radares actúa también como una red de protección en relación con las personas mayores a las que llaman.

Las llamadas son un espacio de prevención de riesgo, pero hay que tener presente que, cuando la persona mayor asiste a las actividades, se vincula a equipamientos, hace nuevas amistades,

etcétera, también está tejiendo una red que sirve para prevenir situaciones de riesgo; cuanta más relación con el barrio, más amistades y más vida comunitaria consigan, menos fragilidad tendrán.

El voluntariado de Radares: formación y acompañamiento. Fomento del envejecimiento activo

El voluntariado de Radares está presente en varias fases y espacios del proyecto. Es responsable de la difusión y la sensibilización en el barrio, de la captación de comercios, farmacias y radares vecinales, de las llamadas a las personas mayores y también de las actividades a las cuales son invitadas. Para llevar a cabo todas esas tareas, recibe el apoyo y el acompañamiento de profesionales de Servicios Sociales.

Cuando una persona se incorpora al voluntariado, se le facilita la formación básica para que pueda conocer sus derechos y deberes, y también una formación más específica sobre la tarea que llevará a cabo. Estos espacios de formación son obligatorios antes de empezar el voluntariado y garantizan que la persona tenga toda la información previa al inicio de la tarea, así como el buen funcionamiento del proyecto. Trabajando en este sentido, hay que especificar que, durante las primeras semanas de voluntariado, se recibe un acompañamiento por parte de profesionales de Servicios Sociales.

En relación con el perfil del voluntariado de Radares, hay que destacar que la media de edad es de 67,5 años, con lo cual también estamos cumpliendo otro objetivo: el fomento del envejecimiento activo. La participación en actividades de voluntariado entre las personas mayores puede ser un factor positivo para un envejecimiento satisfactorio y positivo (Ferrata y Zavala, 2014).

Estado actual del proyecto

El proyecto Radares nació en 2008 en el barrio del Camp d'en Grassot i Gràcia Nova. Progresivamente ha ido extendiéndose a otros barrios de la ciudad de Barcelona con el acompañamiento de un equipo técnico especializado en trabajo comunitario y envejecimiento. Actualmente, el proyecto está presente en 49 barrios de 73 de toda la ciudad. Estos datos se traducen en 32 mesas del proyecto Radares, espacios de decisión desde donde la ciudadanía puede participar en el desarrollo del proyecto, tomar decisiones y contribuir aportando ideas e iniciativas que contribuyan a que su entorno sea más sensible y respetuoso hacia las personas mayores.

Resultados y efectos del proyecto Radares: un proyecto comunitario pionero en la atención a la soledad no deseada y en la detección del riesgo

En el proceso de evaluación del proyecto, se han elaborado varios estudios sobre la vinculación de las personas usuarias y su situación. En la última encuesta (agosto de 2019), se concluyó que el 81% de las personas usuarias han mejorado su estado de ánimo. El 34% afirma que, desde que recibe las llamadas, sale más de casa y, en consecuencia, conoce mejor el barrio. La participación en las actividades del proyecto Radares es del 49,6% y estas personas afirman que han conocido gente nueva, lo que favorece su socialización. El 90% de las personas encuestadas verbalizan que recomendarían la participación en el proyecto.

Estos datos, tras más diez años de recorrido, nos llevan a concluir que el proyecto Radares mejora la calidad de vida de las personas participantes y que, al mismo tiempo, trabaja en la sensibilización del entorno y favorece unos barrios más próximos a las personas de edad avanzada.

En este sentido, Radares ha sido un proyecto pionero en la atención comunitaria a la soledad no deseada y en la detección del riesgo, motivo por el cual varias administraciones locales se han interesado en reproducir el proyecto también en sus municipios. Actualmente, el Ayuntamiento de Barcelona tiene firmado un convenio con los ayuntamientos de Badalona, Granollers, Mataró, Premià de Mar, Arenys de Mar, Arenys de Munt, Igualada y Xàbia. Estos ayuntamientos reciben un soporte inicial del equipo técnico del proyecto con el fin de impulsarlo en sus municipios.

Bibliografía

AJROUCH, K. J.; BLANDON, A. Y. I ANTONOUCCI, T. C. (2005). "Social networks among men and women: the effects of age and socioeconomic status". *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 60, 311-317.

CACIOPPO J. T.; HAWKLEY, L. C.; BERNTSON, G. G.; ERNST, J. M.; GIBBS, A. C.; STICKGOLD, R.; HOBSON, J. A. (2002). "Do lonely days invade the nights? Potential social modulation of sleep efficiency". *Psychological Science*, 13(4) (2002), p. 384-387.

CACIOPPO, J. T. I PATRICK, W. (2008). "Lonely in a social world". A: Cacioppo, J. T. i Patrick, W. (ed.). *Loneliness: human nature and the need for social connection*. Cap. 1, p. 3-19. W.W. Norton & Company, New York.

FERRADA, L.; ZAVALA, M. (2014). "Bienestar psicológico: adultos mayores activos a través del voluntariado". *Ciencia y Enfermería*, 20, 123-130.

KLINENBERG, E. (2001). "Dying Alone: the social production of urban isolation". *Ethnography*, 4, p. 501-531.

YANGUAS, J. et al. (2018) "El reto de la soledad en la vejez". *Gizarte zerbitzuetarako aldizkaria. Revista de servicios sociales*. 66, 61-75.