

El projecte Radars: abordar la solitud de manera comunitària

Rosa Rubio¹, Clara Costas²
i dinamitzadors comunitaris³

Paraules clau: solitud no volguda, treball col·laboratiu,
xarxa de prevenció, barris amables, solidaris amb la gent
gran



Radars és un projecte pensat per possibilitar que els veïns i veïnes, les entitats, els serveis i els comerços tinguin cura de les persones grans, des d'una mirada sensible i respectuosa, que es duu a terme des de la proximitat, des de l'entorn immediat i quotidià de les persones grans que habiten els barris de la ciutat.

Introducció

Vivim en una societat cada cop més longeva i, en els darrers temps, l'estudi de l'envelliment ha despertat l'interès de múltiples ciències i ha ajudat a configurar el procés d'envelliment com un fenomen més complex. Històricament, ha estat un procés explicat des de les ciències mèdiques en el qual els aspectes biològics tenien una importància cabdal. Actualment, però, s'aposta per explicar la salut en general i l'envelliment més concretament des d'una perspectiva més àmplia, la biopsicosocial.

L'aspecte relacional és un factor bàsic per al benestar de les persones i disposar d'una xarxa social de suport és un element important a l'hora de mesurar la qualitat de vida de les persones grans. El fet de no disposar d'una xarxa, més enllà d'induir la persona a una situació de solitud (sovint no desitjada), també pot comportar un augment dels riscos en múltiples nivells, tant en la salut física (Cacioppo *et al.*, 2002; O'Luanaigh i Lawlor, 2008) com en la salut psicològica (Cacioppo *et al.*, 2006; Holwerda *et al.*, 2016).

-
1. Directora territorial de Serveis Socials del Districte de Gràcia i directora del projecte Radars.
 2. Coordinadora del projecte Radars.
 3. Isaac Farré, Genís Giner, Anna Bordes, Violeta Carrasco i Aitor Matas

Pel que fa a la solitud no desitjada, és un fenomen complex de descriure i, per tant, no hi ha consens en una única definició, tot i que les aproximacions teòriques es poden resumir en quatre perspectives (Yanguas *et al.*, 2018):

- **Perspectiva cognitiva:** la solitud és entesa com una discrepància entre les relacions socials que la persona desitja i les que realment té.
- **Interaccionisme:** la solitud no és el fet d'estar sol o sola sinó la falta de relacions significatives i íntimes, així com la falta de vinculació comunitària.
- **Perspectiva psicodinàmica:** la solitud és la conseqüència negativa derivada de la necessitat d'intimar, de relacions interpersonals per a viure.
- **Existencialisme:** la solitud és una realitat consubstancial a l'ésser humà, pot causar patiment i dolor o ser una oportunitat.

La solitud no desitjada pot estar present en qualsevol moment del cicle vital, però és en el procés d'envelliment quan està associada a xarxes socials més petites i a una freqüència menor de contactes (Ajrouch *et al.*, 2005). El procés de pèrdues associat a l'envelliment és multifactorial i accentua les dificultats de relació: pèrdues relacionals com les del cercle laboral després de la jubilació; pèrdua de la parella o les amistats amb qui es comparteix l'oci (per defunció, ingrés en residència o aparició de deteriorament cognitiu); pèrdues del cercle convivencial proper (veïnat i comerços de proximitat amb els quals s'ha conviscut

durant anys, però que ara són “substituïts” per residents menys estables o cadenes comercials més impersonals); pèrdua de mobilitat, visió o altres capacitats; pèrdua dels espais “propis” de barri amb els canvis urbanístics, etcètera.

Malgrat que el procés de pèrdues no és reversible en alguns aspectes, sí que es pot intervenir en les conseqüències que comporta. Sovint aquest procés de pèrdua va acompanyat de la manca de previsió, del fet d'haver dissenyat un model de vida gran que dificulta que les persones que pateixen la solitud no desitjada puguin canviar la situació. No obstant això, totes les persones tenen potencialitats i, en el cas de les persones que se senten soles, aquestes potencialitats han de ser tingudes en compte en la intervenció per trencar amb aquesta situació i refer els vincles perduts.

Així doncs, l'aposta per trencar amb la solitud no desitjada des del projecte Radars és la construcció d'una xarxa comunitària en la qual es pretén involucrar tota la ciutadania per generar comunitats més amables, sensibles i respectuoses amb la gent gran, comunitats properes que tinguin cura de les persones que formen part del seu entorn immediat i que siguin facilitadores en la seva revinculació al territori amb l'objectiu d'acabar amb la solitud no desitjada de la forma més natural possible: tornant a fer vida als barris amb uns components clars d'interaccions amables i relacions de proximitat.

Orígens del projecte Radars

El projecte Radars és una iniciativa comunitària liderada pels serveis socials bàsics que va sorgir l'any 2008 al barri de Camp d'en Grassot i Gràcia Nova (districte de Gràcia)

de Barcelona⁴. En un context marcat per l'augment de situacions de vulnerabilitat derivades, en part, dels canvis demogràfics (com ara els canvis de model residencial en els quals es passa de llars extenses a llars nuclears o unipersonals, o bé l'augment dels divorcis, de l'esperança de vida i de les migracions en edat laboral, etcètera), i després d'una reflexió interna, els serveis socials de territori van arribar a la conclusió que era necessari implicar la comunitat per millorar la detecció i la prevenció de situacions de risc i pal·liar la solitud que puguin sentir les persones grans. Així, amb aquests dos grans objectius, va néixer Radars en un moment en el qual les polítiques públiques no disposaven d'eines contrastades i de llarg recorregut en matèria de solitud, fet que va provocar que es comencessin a construir des de zero i que s'anessin definint a partir d'un procés d'assaig i error.

Per aconseguir els seus objectius, el projecte Radars adreça els seus esforços a sensibilitzar i conscienciar la població sobre la situació de la gent gran i a crear una xarxa de barri que permeti que la ciutat sigui un espai més segur i amigable per a aquest col·lectiu. En la base, hi resideix la idea de “tornar a ser com un poble” on tothom es coneix i les xarxes de suport es donen per descomptades. Com a projecte comunitari, es construeix col·lectivament al costat dels veïns i les veïnes del barri, amb els seus equipaments i serveis, comerços i farmàcies, entitats de barri, serveis socials i sanitaris i la resta de recursos del territori. Aquesta coproducció implica l'existència d'una corresponsabilitat i això permet

redefinir els rols i els valors tant de professionals com d'agents de l'entorn, que conjuntament dissenyen nous mecanismes de comunicació i experimenten amb noves metodologies d'intervenció.

L'èmfasi del projecte en la seva fase prèvia al desplegament de la Llei de promoció de l'autonomia i atenció a les persones en situació de dependència (2008-2012) va ser la detecció de situacions de risc. Gràcies a aquesta llei, moltes persones es van posar en contacte amb Serveis Socials, de manera que es va facilitar la detecció i l'abordatge de les situacions més problemàtiques. A partir de llavors, Radars va poder concentrar esforços en la lluita contra la solitud no volguda, que va passar d'abordar-se des de la seva perspectiva residencial (persones grans que vivien soles) a fer-se des d'un enfocament més ampli: el sentiment d'aquesta solitud no desitjada.

El fet que una persona visqui sola no implica directament que necessiti més ajuda, però les persones que no disposen de lligams socials forts i no abandonen el seu habitatge són més susceptibles de patir riscos (Klinenberg, 2001), ja que aquesta situació pot esdevenir un factor de vulnerabilitat si, per exemple, les condicions de salut empitjoren. En la mateixa línia, el fet de viure sol o sola pot no comportar un sentiment de solitud (malgrat que sigui més probable). De fet, més enllà de la realitat de les persones grans que viuen soles (que suposen el 25% de les persones de més de 65 anys, el 31% de les de més de 75 anys, i el 38% de les de més de 85 anys a Barcelona), com s'ha exposat anteriorment, hi ha un sentiment de solitud que pot no estar associat al fet de viure sol o sola, ja que és subjectiu i es manifesta davant la discrepància entre les “relacions desitjades” i les “reals”.

4. El projecte es pot consultar al seu lloc web, radarsgentgran@bcn.cat, així com en aquest vídeo explicatiu: www.youtube.com/watch?v=K3EQVNaNuI.

Cal tenir en compte que una de les dificultats més grans a l'hora d'abordar la solitud no desitjada és que es tracta d'un sentiment que, en ocasions, pot ser difícil d'admetre (tant de cara a l'entorn com, a vegades, fins i tot per a la persona mateixa). Això és degut al fet que pot ser un sentiment que pot fer sentir vergonya, en la mesura que la persona que el sent pot témer que el seu entorn la jutgi per trobar-se sola i consideri que la seva soledat és el resultat de les seves decisions i accions al llarg de la vida.

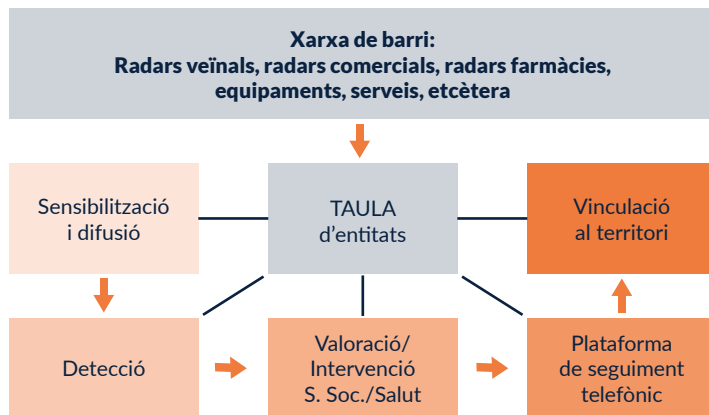
Per revertir aquesta realitat, és necessari que tot l'entorn de les persones grans participi en la creació d'una societat més amable i sensible envers la gent gran. Per això, des de Radars es busca crear una xarxa de barri solidària que amplii les possibilitats de detecció de totes aquestes situacions, permeti abordar els possibles riscos des de diferents angles i, sobretot, faciliti la revinculació al territori de les persones grans, tot acompanyant-les i participant en el procés.

Funcionament del projecte Radars

El projecte Radars és un projecte d'acció comunitària impulsat pels serveis socials de l'Ajuntament de Barcelona. Totes les línies d'actuació que se segueixen en el marc del projecte Radars es duen a terme a partir de l'esquema següent:

El projecte es desplega al voltant d'un espai comunitari, la Taula de Radars, i genera un espai de participació i decisió sobre les línies de treball que s'han de seguir en cada moment del projecte. Es tracta d'un espai obert a tots els actors de la comunitat que volen participar i contribuir a millorar la qualitat de vida de les persones grans.

Esquema 1. Xarxa de funcionament del projecte Radars



Tots els espais tenen un paper destacat en la construcció de les línies de treball, que a cada territori prenen formes diferents sense oblidar els objectius de Radars. Així doncs, a tots els barris es fan accions de sensibilització i difusió a la població, i de detecció de les persones grans en situació de solitud no volguda, accions de seguiment telefònic amb el paper indispensable del voluntariat, i accions de vinculació al territori.

Per poder fer accions de sensibilització i difusió comptem amb un voluntariat que s'adreça a comerços i farmàcies i que fa paradetes de difusió del projecte amb l'objectiu de fer-lo conèixer i fomentar una xarxa de barri que pugui sostenir situacions de solitud no desitjada i, alhora, comunicar situacions de risc. El projecte té present una figura, la del radar veïnal, que és la persona que ens facilita les dades i s'adhereix al projecte com a ciutadana informada i sensibilitzada i, des del projecte, li oferim les eines de comunicació amb els serveis socials per tal que pugui avisar de qualsevol situació de risc o solitud no

desitjada de persones grans del seu entorn, de manera que apostem pel valor de la proximitat: si una persona gran rep atenció del seu entorn es mostra més segura a l'hora d'iniciar la seva relació amb el projecte.

La tasca de detecció és compartida pels diversos agents de la comunitat a través de la promoció prèvia entre la població i d'una mirada sensible vers la gent gran i, concretament d'aquella que es pot trobar en una situació de vulnerabilitat. En aquest sentit, el projecte Radars fa accions de sensibilització de la població i se centra en els agents que, per la seva vinculació amb el territori, poden ser més capaços de fer deteccions. Així doncs, es convida comerços de proximitat, farmàcies, professionals, entitats i associacions, veïns i veïnes a títol personal, etcètera, a adherir-se al projecte com a actius de detecció. Tots, juntament amb els participants de la Taula, formen la xarxa de barri.

La Plataforma de Seguiment Telefònic, integrada exclusivament per persones voluntàries, és l'encarregada de fer trucades a les persones grans detectades per la xarxa Radars i, mitjançant la relació de confiança que s'hi estableix, convidar-les a activitats en espais significatius del barri en les quals tindran un paper protagonista, al costat d'altres persones grans, i en les quals el voluntariat tindrà el paper de facilitador per promocionar els vincles entre iguals.

El lideratge del procés transformador i integrador del barri és dut a terme pels serveis socials de territori, que cerquen estimular la capacitat d'acció dels diversos agents des de la seva pròpia autonomia i promoure la col·laboració i el

tractament de conflictes —si és que n'hi ha— entre els agents per tal de potenciar cadascun dels àmbits exposats i construir o enfortir l'anomenada xarxa de barri. Gràcies al treball amb la xarxa de barri, les persones grans en general, i les usuàries de Radars en particular, es trobaran amb un barri més amable i respectuós vers elles.

L'aposta per trencar amb la solitud no desitjada del projecte Radars: trucades de confiança i activitats de proximitat

Existeixen estratègies diverses per pal·liar la solitud de les persones grans. Hi ha entitats amb un recorregut important que aposten per fer acompanyament individual i grupal a les persones grans; el voluntariat visita la casa d'una persona gran a la qual després acompanyarà a una activitat grupal. Des del projecte Radars apostem per la metodologia comunitària desenvolupada en accions diverses.

La persona gran que n'és usuària, detectada per Serveis Socials, el CAP o la xarxa de barri, entra a Radars quan verbalitza que se sent sola o que vol tenir més contacte amb el barri. Un cop adherida, rep, de forma periòdica, trucades del voluntariat de Radars, que truca des d'un equipament del barri o des de Serveis Socials. L'objectiu de la trucada simplement és poder passar una estona diferent al telèfon i tenir un espai per parlar amb algú altre, en el qual, a més, es té present el component de proximitat (el voluntariat és del mateix barri, cosa que és percebuda de forma positiva). En el marc de la trucada, es genera un espai de coneixement mutu que, en la majoria de casos, acaba desembocant en la pregunta clau i en una resposta no menys important: quan ens podrem conèixer? Ens trobarem en el marc d'una

activitat que organitzem. Aquestes activitats de vinculació al territori s'organitzen des de la taula comunitària de barri de Radars. Un cop s'ha establert aquest primer contacte, es fa més fàcil fomentar que les persones usuàries puguin incorporar-se de nou al seu entorn i, des de la xarxa de barri, s'ofereixen activitats que tenen lloc al territori i que poden ser de l'interès de les persones usuàries del projecte, amb l'objectiu que, tant si és soles com acompanyades, es vinculin a alguna activitat o espai de referència i vagin guanyant autonomia a l'hora de sortir de casa. Des de Serveis Socials i la xarxa de barri, es garanteix l'acompanyament de les persones grans que no disposen de prou autonomia per assistir a les activitats de vinculació.

L'experiència ens mostra com les persones que es troben en situació de solitud no volguda són menys resistents a sortir de casa si els ho proposa una persona amb qui tenen un vincle afectiu com el que estableixen amb les persones voluntàries que les truquen freqüentment.

Cal esmentar que no totes les persones usuàries del projecte Radars acaben venint a les activitats de vinculació: en alguns casos, per dificultats de mobilitat (malgrat que se'ls ofereix acompanyament) i, en d'altres, perquè simplement trien no venir. Malgrat això, valoren de forma positiva les trucades i reconeixen que l'estona que parlen amb el voluntariat és una estona d'esbarjo, diferent a allò al que estan acostumades en el seu dia a dia; viuen la trucada com una possibilitat i trien quin és el seu grau de participació en el projecte.

Sobre la participació en el projecte a l'inici de l'any 2019, davant l'èxit de les activitats de vinculació, diversos

territoris del projecte Radars van fer palesa la necessitat d'augmentar la freqüència de les activitats i, alhora, fer-les en espais més informals. Aquestes trobades reben el nom de *petites estones* i, en aquests espais de relació, es fomenta l'autonomia del grup afavorint que les persones mateixes puguin decidir el lloc de trobada, la periodicitat, els temes que tractin, etcètera. El grup de les trobades acostuma a ser un grup estable al qual es van incorporant les persones noves. Estan formats per persones que viuen molt a prop, a fi d'aconseguir un efecte de proximitat doble: el del vincle entre les persones voluntàries i les persones grans que hi participen, i també el d'un espai proper que és reconegut per la persona gran i que, alhora, li aporta seguretat.

La prevenció de situacions de risc, un altre objectiu del projecte

A banda de pal·liar la solitud no desitjada, un altre objectiu del projecte és el de prevenir situacions de risc. En l'espai de la trucada, un cop s'ha generat confiança entre el voluntariat i la persona gran que rep la trucada, poden arribar a sorgir converses en què es faci una demanda implícita o s'expliquin situacions que són considerades de risc. En aquests casos, el paper del voluntariat és el d'informar Serveis Socials per tal que puguin valorar la intervenció.

Per arribar a complir aquest objectiu, el voluntariat té espais de treball conjunts amb Serveis Socials, així com les directrius necessàries per poder informar de situacions de risc i que Serveis Socials avalui el cas per decidir l'actuació. És per això que podem afirmar que el voluntariat del projecte Radars també actua com una xarxa de protecció envers les persones grans a les quals truquen.

Les trucades són un espai de prevenció de risc, però cal tenir present que, quan la persona gran assisteix a les activitats, es vincula a equipaments, fa noves amistats, etcètera, també està teixint una xarxa que serveix per prevenir situacions de risc; com més relació amb el barri, més amistats i més vida comunitària tinguin, menys fragilitat hi ha.

El voluntariat de Radars: formació i acompanyament. Foment de l'envelliment actiu

El voluntariat de Radars està present en fases i espais diversos del projecte. És responsable de la difusió i la sensibilització al barri, de la captació de comerços, farmàcies i radars veïnals, de les trucades a les persones grans i també de les activitats a les quals són convidades. Per fer totes aquestes tasques, rep el suport i l'acompanyament de professionals de Serveis Socials.

Quan s'incorpora al voluntariat, se li facilita la formació bàsica perquè pugui conèixer els seus drets i deures i també una formació més específica sobre la tasca que portarà a terme. Aquests espais de formació són obligatoris abans de començar el voluntariat i garanteixen que la persona tingui tota la informació prèvia a l'inici de la tasca, i el bon funcionament del projecte. Treballant en aquest sentit, cal especificar que durant les primeres setmanes de voluntariat hi ha un acompanyament per part de professionals de Serveis Socials.

En relació amb el perfil del voluntariat de Radars, cal destacar que la mitjana d'edat és de 67,5 anys, amb la qual cosa també estem complint un altre objectiu: el foment de l'envelliment actiu. La participació en activitats de

voluntariat entre les persones grans pot ser un factor positiu per a un envelliment reeixit i positiu (Ferrada i Zavala, 2014).

Estat actual del projecte

El projecte Radars va néixer l'any 2008 al barri del Camp d'en Grassot i Gràcia Nova. Progressivament, s'ha anat estenent a altres barris de la ciutat de Barcelona amb l'acompanyament d'un equip tècnic especialitzat en treball comunitari i envelliment. Actualment, el projecte és present a 49 barris del 73 de tota la ciutat. Aquestes dades es tradueixen en 32 taules del projecte Radars, els espais de decisió des d'on la ciutadania pot participar en el desenvolupament del projecte, prendre-hi decisions i contribuir-hi aportant idees i iniciatives que contribueixin a fer que el seu entorn sigui més sensible i respectuós envers les persones grans.

Resultats i efectes del projecte Radars: un projecte comunitari pioner en l'atenció a la solitud no desitjada i en la detecció del risc

En el procés d'avaluació del projecte, s'han elaborat diversos estudis sobre la vinculació de les persones usuàries i la seva situació. En la darrera enquesta (agost del 2019), es va concloure que el 81% de les persones usuàries han millorat l'estat d'ànim. El 34% afirma que, des que rep les trucades, surt més de casa i, com a conseqüència, coneix millor el barri. La participació en les activitats del projecte Radars és del 49,6% i aquestes persones afirmen que han conegut gent nova, fet que n'afavoreix la socialització. El 90% de les persones enquestades verbalitzen que recomanarien la participació en el projecte.

Aquestes dades, després de més de deu anys de recorregut, ens porten a concloure que el projecte Radars millora la qualitat de vida de les persones participants, alhora que treballa la sensibilització de l'entorn i afavoreix uns barris més propers a les persones d'edat avançada.

En aquest sentit, Radars ha estat un projecte pioner en l'atenció comunitària a la solitud no desitjada i en la detecció del risc, la qual cosa ha comportat que diverses administracions locals s'hagin interessat a reproduir el projecte en els seus municipis. Actualment, l'Ajuntament de Barcelona té signat un conveni amb els ajuntaments de Badalona, Granollers, Mataró, Premià de Mar, Arenys de Mar, Arenys de Munt, Igualada i Xàbia. Aquests ajuntaments reben un suport inicial de l'equip tècnic del projecte per tal d'impulsar-lo als seus municipis.

Bibliografia

- 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.