



# COMPañÍA

## Objetivo: salir del aislamiento

En España uno de cada cuatro mayores de 65 años pasan el día prácticamente solos, pero cada vez hay más opciones para que estas personas compartan su tiempo con otras

C. F.

**M**aría, de 79 años, observa atenta su reloj mientras toma el café como cada tarde en el comedor de la residencia donde vive desde hace ya 4 años. Es una mujer activa a la que siempre le ha gustado relacionarse con los demás. Sin embargo, en numerosas ocasiones se ve obligada a realizar actividades como la lectura o el punto de cruz en su tiempo libre, pues le resulta complicado conectar con personas afines a ella en su entorno. Pero hoy es un día distinto, María ha

participado en Smile Connect®, un original programa puesto en marcha por la organización Qmayor y el Colegio Delibes que, a través de las nuevas tecnologías, conecta a distintas generaciones con el fin de combatir la soledad y el aprendizaje de idiomas.

De esta forma ella ha conocido a Gabriella, una chica italiana con la que ha podido recordar sus viajes a Venecia y a Roma cuando María tenía 25 años. «Era como estar allí otra vez. Además, está mejorando su español y le he enseñado algunas palabras nuevas. Vendrá en unos meses a conocer España y tomaremos un café juntas en la Plaza

**LA APUESTA DE DISTINTAS ENTIDADES PARA LUCHAR CONTRA ESTA REALIDAD PASA POR LA CONVIVENCIA ENTRE GENERACIONES**

Mayor de Salamanca», planea entusiasmadamente María. El proyecto, posible gracias al Grupo de Investigación de Neurofisiología, Cognición y Conducta de la Universidad de Salamanca, pretende acabar con la soledad y el aislamiento de las personas mayores mientras genera una oportunidad educativa a los más jóvenes.

### Acompañamiento en el hogar

Cualquier proyecto es bueno si de lo que se trata es de luchar contra la pérdida de las exiguas redes sociales que atesoran los mayores y que hace que la soledad se instale en este colectivo con mayor dureza si cabe en su día a día. Organizaciones como Fundación Amigos de los Mayores, que dirige Tatiana Barrero, luchan contra ello mediante la oferta de acompañamiento realizado por voluntario a personas mayores, tanto en domicilio como en residencias. «Para ellos planeamos comidas, paseos, salidas a museos, excursiones... en definitiva, ratitos de convivencia. Lo que buscamos es que la persona mayor salga de su aislamiento y comparta algo tan sencillo como distintos momentos del día, una acción que le permite restablecer esas redes sociales», explica Tatiana Barrero, directora de esta institución.

Los mayores que llegan a este tipo de organizaciones sin ánimo de lucro son detectados en residencias o a través de los centros sociales y los distintos centros de salud. «Los profesionales observan que existe una situación de soledad y se ponen en contacto con nosotros. A partir de ahí, les hacemos una visita, les valoramos e inscribimos en un programa u otro». «Es importante señalar que cada vez son más los familiares y los propios mayores los que nos llaman directamente», prosigue Barrero.

«Muchos son los que acuden a nosotros directamente», corroboran desde la organización «Tu mejor amigo», cuyo fin principal es que las «personas mayores no dejen de hacer lo que quieren hacer, ni de vivir como siempre han querido», explican. Para ello se han especializado en acompañar a estas personas en aquellos momentos en los que estos así lo deseen: Participan en la limpieza del hogar, en la preparación de alimentos, en el lavado y planchado, acompañan a visitas médicas, realizan trámites administrativos... y todo aquello que necesiten para no estar solos.

### Convivencia con universitarios

Carmen Madarrán y Catalina, de 21 años, han optado por el programa ConviVe, una iniciativa del Ayuntamiento de Madrid basada en la convivencia entre personas mayores en situación de soledad y estudiantes universitarios. El programa se dirige a personas mayores que, como Madarrán, se valen por sí mismas para la vida cotidiana, pero necesitan el apoyo y compañía en su casa para sentirse más vivas. Está tan contenta con el programa que Catalina es la tercera universitaria con la que convive. «Ya he pasado a formar parte de la "familia" de esta "abuela de acogida"», comenta la joven.

Ella se ha incorporado a su nuevo domicilio siguiendo una vida normal, progresando en sus estudios y compartiendo las tareas del domicilio de esta persona mayor. «Sin duda gracias a esta relación de convivencia nos beneficiamos las dos», concluye esta señora.



Carmen Madarrán convive con Catalina, de 21 años. Nada más llegar la joven universitaria le plantó un huerto en la terraza con lechugas, acelgas y espinacas