



Consulta la buena práctica 

JUBIALES, ABANDONANDO LA SOLEDAD

de



**Fundación
Creality**



RED DE BUENAS
PRÁCTICAS
RELACIONADAS CON EL MODELO AICP

ÍNDICE

[Resumen](#)

[Justificación](#)

[Objetivos](#)

[Temporalización](#)

[Hitos](#)

[Recursos](#)

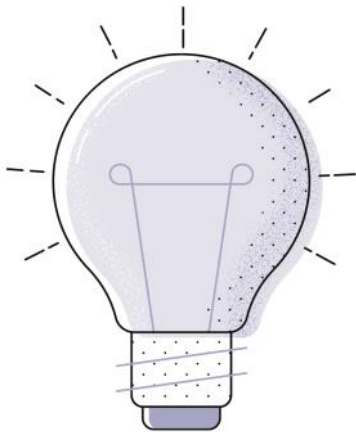
[Financiación](#)

[Alineación con los Objetivos del
Desarrollo Sostenible \(ODS\)](#)

[Criterios de pertinencia](#)

JUBIALES, Abandonando

LA SOLEDAD



RESUMEN

Jubiales es un programa de Terapia Asistida con Perros para prevención e intervención del envejecimiento patológico asociado al aislamiento social y la soledad no deseada. Se centra en el empoderamiento de las personas mayores para que, a través del descubrimiento de intereses, comprensión de sus imitaciones y potenciación de sus capacidades conecten de nuevo con su municipio y la vida diaria del mismo, creando una nuevas redes de apoyo de mejor calidad con ocupaciones significativas.

ÁMBITO DE ACTUACIÓN

- Servicios o programas de atención e intervención que favorezcan la autonomía y la independencia
- Servicios o programas de ámbito comunitario e intergeneracionales
- Acciones de comunicación y de difusión de conocimiento

PERSONAS BENEFICIARIAS

Las personas beneficiarias a las que va destinado este programa son personas mayores de 65 años en riesgo de aislamiento social o soledad no deseada. También involucramos a los municipios favoreciendo la implicación de niñas, niños y adultos en actividades intergeneracionales relacionadas con el bienestar animal.

TIPO DE ACTIVIDAD

Programa para personas mayores

ÁMBITO TERRITORIAL

Autonómico y regional

TEMPORALIZACIÓN

Fecha de Inicio: Febrero 2019

OBJETIVOS

Objetivo General 1: Reducir la percepción de soledad no deseada.

Objetivo General 2: Reducir el aislamiento social

Objetivo Especifico 1: Fomentar el interés por actividades de participación social.

Objetivo Especifico 2: Potenciar la creación de amistades y apoyos entre personas mayores.

Objetivo Especifico 3: Conocerse a si mismos, sus intereses y motivaciones para mantenerse activos.

Objetivo Especifico 4: Mejorar la percepción de ellos mismos y de sus capacidades para mejorar o preservar las funciones cognitivas, sociales y físicas.

JUSTIFICACIÓN DE LA INICIATIVA

El colectivo de las personas mayores es una parte de la población especialmente sensible a la disfunción ocupacional. La pérdida de la vitalidad y de independencia crea vulnerabilidad ante las enfermedades y con ello ciertas actitudes dentro del entorno cercano y familiar con tendencia a la sobreprotección que limita la participación del mayor en su habitual dinámica de actividades diarias.

La jubilación es otra transición en la que surge una nueva organización del tiempo, modificación de hábitos y cambio de roles en los que se disminuyen en múltiples ocasiones las relaciones sociales, apareciendo de manera frecuente una pérdida de la identificación personal y una reestructuración de las relaciones familiares.

También es frecuente la tendencia al aislamiento social y a la soledad, la independencia de los hijos y la pérdida del conjuje son circunstancias que ocasionan la pérdida de roles o cambio de estos que afectan al desempeño ocupacional.

Esto sumado a la falta de importancia que muchos mayores le dan al tiempo libre y al ocio, pues son el grupo social que menos lo valora pese a ser los que más disponen de él, dificulta la búsqueda de actividades y nuevas relaciones sociales de manera espontáneo precisando de recursos que faciliten esta interacción y participación social.

Tras detectar esta necesidad, la Fundación crea el programa JUBIALES. ABANDONANDO LA SOLEDAD con el fin de diseñar un programa que involucre de manera activa en actividades significativas a las personas mayores, que las empodere y permita la interacción con los vecinos de su municipio y que genere nuevas redes de apoyo a través de la intervención asistida con animales en actividades comunitarias.

Claves...



DESCRIPCIÓN DETALLADA

El programa Jubiales, se plantea como una vía para empoderar a las personas mayores, ayudarles a gestionar su tiempo, descubrir, explorar intereses y motivaciones. Pero sobre todo, acompañarles en el proceso de envejecimiento para que tengan las estrategias necesarias para evitar el aislamiento social, atender la soledad no deseada y fomentar la creación de nuevas redes de apoyo en su municipio.

Todo esto lo conseguimos gracias a la atención de una Psicóloga y una Terapeuta Ocupacional, ambas expertas en intervenciones asistidas con animales, y centradas en cada persona, conociendo, explorando sus intereses, preocupaciones, asesorándoles y dedicando tiempo individual y grupal para favorecer la consecución de sus objetivos de bienestar.

Desde la fundación conocemos la importancia de mantener y/o crear nuevos roles tras la jubilación, los beneficios de la intervención comunitaria, y esto sumado a la intervención asistida con animales, nos permite generar la motivación inicial para iniciar una actividad nueva ante la curiosidad de trabajar con perros, adherencia al programa por la responsabilidad y roles que asumen cada uno con respecto a las actividades que se desarrollan en y para su municipio (ej. Exhibiciones de concienciación, campañas de recaudación de mantas, visitas a protectoras de animales y cuidados, creación de material de juego y descanso para perros y gatos, visita a colegios y diseño de actividades). Y como la fusión de todos estos factores influyen en su percepción de soledad.

Este programa se realiza de manera continua con el fin de ser evitar los parones ocasionados por las fiestas y vacaciones que en personas en situación de soledad no deseada sufren de una manera mas acusada por el cierre de actividades y la falta de apoyos y alternativas de ocio.

El programa se lleva a cabo en grupos reducidos de unas 15 personas, ha día de hoy tenemos en activo 2 Grupos de 15 personas divididas en dos centros.

Para poder participar en el programa realizamos una Evaluación exhaustiva inicial, a través de una entrevista por parte del trabajador social del centro de mayores de la Comunidad de Madrid. Se administran la Escala Barthel y MEC con el fin de conocer su capacidad de desempeño y participación. Tras esta evaluación inicial, volvería a tener una entrevista con la Terapeuta ocupacional para evaluar su capacidad de desarrollo ocupacional (OPHI-II) percepción de soledad (ESTE-II).

Tras la evaluación y recopilación de datos iniciaría el programa en las sesiones grupales y posteriormente conocería a nuestra Psicología que le hará una entrevista inicial para conocer su situación psicoafectiva y acompañarle de manera individual para hacer el seguimiento sobre los objetivos específicos marcados.

Por lo tanto cada participante de Jubiales cuenta con 4 horas de intervención semanal por participante (3h de terapias asistidas con perros grupales + 1 de intervención psicológica individual).

Estas 4 horas semanales se dividen en los siguientes talleres:

- **Conocerte Conocerme.** En este taller se realizarán actividades a través del perro de apoyo social de tal manera que se trabaje con el mismo como agente facilitador de gestión y expresión de emociones.
- **Activos y Solidarios:** Se realizarán y desarrollarán programas ocupacionales a través del perro de apoyo social, en el que los participantes se vean activamente involucrados centrándonos en sus motivaciones y creencias. Elegirán qué quieren hacer y como quieren implicarse en la participación social.
- **Participación social:** Se buscará tres formas de aportar su solidaridad dentro de su municipio, buscando entidades, asociaciones y acciones que ayuden a los demás y llevando a cabo las iniciativas decididas en el taller de Activos y solidarios.

HITOS

Implantación del programa Piloto de Jubiales en Collado Villalba (Feb 2019 a Julio 2019).

1º Visita a la protectora de animales “El campito” Mayo. Definición de colaboración entre entidades e involucración de las personas mayores en el cuidado, y bienestar de los perros de la misma.

2º Visita Proyectora de Animales “ El Campito” Junio 2019. Entrega de material creado de enriquecimiento ambiental y cuidado de gatos.

3º Actividad Intergeneracional en el Colegio Antonio Machado de C.Villalba sobre bienestar animal. Junio 2019

4º Implantación del programa continuo en el Centro Collado Villalba (Septiembre 2019- actualidad). Gracias a la concesión de la subvención de la Obra social de la Caixa

5º Ampliación del programa Jubiales al centro de Mayores de Getafe 1. (noviembre 2019- septiembre 2020 prorrogable). Gracias a la concesión de la subvención de la Obra social de la Caixa

5º Invitación para presentar los resultados del programa en las “Jornadas Nacionales de Intervenciones Asistidas con Animales”, organizado por Entrecanes en Oviedo. 5-6 de Octubre 2019

6º Acuerdos de colaboración con la protectora ARAT para desarrollar ,mensualmente, actividades de voluntariado con perros y gatos en sus instalaciones. Enero 2020.

7º Acuerdos de colaboración con el Ayuntamiento de Collado Villalba para desarrollar ,mensualmente, actividades intergeneracionales con perros, en la biblioteca de Barrio del municipio. Febrero 2020

RECURSOS

Psicólogo y Terapeuta Ocupacional. Material Fungible: bolígrafos, cuadernos, malla, trapillo, material reciclado, cajas de almacenaje, goma eva, pegamento, rotuladores, folios, plastificadora, pistola de silicona, cuerdas, juguetes de perros, conos, picas, material de psicomotricidad, pizarra, proyector/ televisor, alfombrillas de suelo encajables, impresora, camisetas, material de entrenamiento canino, cepillos, toallas húmedas, toallas. Productos de desparasitación y cuidados veterinarios.

FINANCIACIÓN

Recursos propios. Ingresos derivados de prestación de servicios/productos, Subvenciones, Otro/s

ALIENACIÓN CON ODS

Acabar con la pobreza		Reducción de las desigualdades	
Hambre cero		Ciudades y comunidades sostenibles	
Salud y bienestar	✓	Producción y consumo responsables	
Educación de calidad		Acción por el clima	
Igualdad de género		Vida submarina	
Agua limpia y saneamiento		Vida de ecosistemas terrestres	
Energía asequible y no contaminante		Paz, justicia e instituciones solidarias	
Trabajo decente y crecimiento económico		Alianzas para lograr los objetivos	
Industria, innovación e infraestructura		No procede / No aplica	

Coherencia con los

PRINCIPIOS DEL MAICP



Principio de Autonomía

Se promueve la capacidad de autogobierno de las personas y su derecho a tomar sus propias decisiones acerca de su plan de vida, así como a que sus preferencias sean atendidas, también cuando presentan situaciones de gran dependencia, pudiendo hacer elecciones entre diferentes alternativas.

El programa se centra en todo momento en la libre decisión de las actividades y formas de participar en el grupo, fomentando la asertividad y el empoderamiento en el conocimiento de los intereses de uno mismo y la libertad de expresión. Es por ello que se administra el Listado de Intereses de Gary Kielhofner con el fin de conocer sus interés y motivaciones y ajustar la realización de actividades significativas. Otro criterio es que no obligamos a ir al taller, hay registros de asistencia pero no como causa de control de ausencias con el fin de que ellos se organicen su día a día y prioricen en función de sus intereses.

Principio de Individualidad

Se reconoce que cada persona es única y diferente del resto, por tanto, las actuaciones responden a criterios de personalización y flexibilidad.

El programa pese a tener una parte grupal cuenta con las condiciones individuales de cada uno, de ahí la importancia de la evaluación exhaustiva y el rol de terapeuta ocupacional para saber involucrar de manera diferente en una misma actividad para que todos se sientan cómodos en su actividad y juntos, se ayuden a mejorar. En este programa decidimos las acciones sociales que se van a llevar a cabo de manera conjunta, muchas se pueden hacer de manera individual pero también de manera grupal uniéndose personas que comparten intereses comunes. Lo importante es que cada uno descubra su interés y que juntos podamos ayudarle a alcanzarlo. Por ejemplo, una de nuestras usuarias en una de las dinámicas del programa Conocerte conocerme, hablo de que hacia mucho tiempo que no escribía, entre varias le recomendaron talleres que fomentan la poesía y relatos, entre todos buscamos talleres y le ayudamos a elegir cual le gusta mas y además, cada semana le pedimos que si le apetece nos prepare un pequeño relato sobre los animales que hay en su entorno, que leemos y disfrutamos de manera grupal.

Principio de Independencia

Se reconoce que todas las personas poseen capacidades que deben ser identificadas, reconocidas y estimuladas con el fin de que, apoyándonos en ellas, se puedan prevenir o minimizar las situaciones de discapacidad o de dependencia.

A través del programa fomentamos el envejecimiento activo, realizando actividades en de entrenamiento animal que con un alto componente psicomotor por lo ejercicios de coordinación, precisión, planificación, ideación y ejecución de secuencias de movimientos como otras actividades exteriores como "Paseos con Pistacho" en el que salimos juntos de paseo y les motivamos a seguir haciéndolo durante la semana, también entre los participantes, junto con el trabajador social, Terapeuta ocupacional y psicólogo se esta pendiente de los intereses de esa persona para encontrar actividades que promocionen el envejecimiento saludable. A su vez, se realizan debates y temáticas para mantenerles conectados con las noticias actuales y fomentar la verbalizaron de ideas y funciones ejecutivas superiores.

Coherencia con los

PRINCIPIOS DEL MAICP



Principio de Integralidad

Se contempla a la persona como un ser multidimensional en el que interactúan aspectos biológicos, psicológicos y sociales entendidos como una globalidad a la hora de actuar con las personas. Para garantizar la actuación óptima en todos estos ámbitos, el conjunto de recursos sociosanitarios y de otros sectores deben planificarse, diseñarse y organizarse, no con el eje puesto en los servicios, sino girando alrededor de las personas para que la atención y los apoyos lleguen de manera integrada a quienes los precisan.

Todo el programa Jubiales se centra en la persona de manera integral teniendo en cuenta:

- Capacidad de desempeño y autonomía: BARTHEL
- Funciones cognitivas preservadas: MEC y T@M
- Evaluación de Soledad y aislamiento social: ESTE-II, Rosenberg
- Gestión emocional: Gestión del autoestima y percepción de uno mismo (LUBBEN)
- Autogestión del envejecimiento.

Para ello realizamos una evaluación exhaustiva inicial y marcamos los objetivos individuales para trabajar todos estas áreas de manera transversal, haciendo un seguimiento individual con reuniones mensuales por parte del equipo multidisciplinar con el fin de diseñar las sesiones teniendo todos estos parámetros en cuenta.

Principio de Participación

Se reconoce que las personas tienen derecho a participar en la elaboración de sus planes de atención y de apoyo a su proyecto de vida. Y también a disfrutar en su comunidad, de interacciones sociales suficientes y gratificantes y acceder al pleno desarrollo de una vida personal y social plena y libremente elegida.

Con respecto a nuestro programa ellos deciden en todo momento como y de que manera quieren involucrarse, teniendo la potestad total en la toma de decisiones.

Principio de Inclusión Social

Se reconoce que las personas deben tener la posibilidad de permanecer y participar en su entorno, disfrutar de interacciones positivas y variadas y tener acceso y posibilidad de acceder y gozar de los bienes sociales y culturales.

Durante la realización de los talleres de Activos y solidarios y Participación social se tienen en cuenta todos los componentes de accesibilidad con el fin de promover la igualdad de participación, para ello hacemos un trabajo de evaluación de recorridos, espacios, distancias y ponemos los medios, coches, productos de apoyos necesarios que garantice las mismas oportunidades de participación con el resto.

Principio de Continuidad de Atención

Se reconoce que las personas deben tener acceso a los apoyos que precisan de manera continuada, coordinada y adaptada permanentemente a las circunstancias de su proceso.

El programa realiza seguimiento telefónico y los participantes tienen el teléfono directo del terapeuta ocupacional y psicóloga a su entera disposición, además de poder pedir reuniones específicas, además de manera grupal contamos con un grupo de WhatsApp donde entre los participantes que cuentan con esta plataforma pueden mantenerse informados entre ellos, mandar fotos y compartir información de eventos o artículos de interés.

Coherencia con los

CRITERIOS COMPLEMENTARIOS



Criterio de Innovación

Desde la experiencia se plantean cambios con respecto a los modelos tradicionales de atención o se cuestionan los enfoques clásicos relacionados con la imagen de las personas o con el modo de desarrollar intervenciones o actuaciones.

El criterio de innovación creemos que reside en la fusión de todos estos componentes:

- Intervención Comunitaria
- Terapia Ocupacional Asistida con perros
- Psicología individual
- Red de apoyo con los sectores públicos de municipio (Agencia Madrileña de Atención al mayor, equipo multidisciplinar del centro de mayores, Ayuntamiento, colegios, centros de salud, centros de protección animal)

Esta red unificada facilita que la persona mayor se involucre en su envejecimiento, tomando conciencia y decisiones de manera activa, ayudándole a crear nuevas amistades y favoreciendo su involucración en actividades significativas dentro de su municipio.

Criterio de Transferibilidad

La experiencia contiene elementos y características que facilitan su generalización, replicabilidad o adaptación.

Este programa es perfectamente adaptable y replicable ya que los puntos claves residen en la interrelación entre los diferentes componentes que conforman la red, además es un programa que no requiere de grandes recursos, infraestructuras, ni medios y que realmente ajustarse a las necesidades culturales específicas de diferentes municipios.

Criterio de Trabajo en Red

Para el desarrollo de la experiencia se han establecido relaciones y acciones conjuntas con distintas entidades y agentes de la comunidad.

Jubiales no podría llevarse a cabo sin el trabajo en red, pues partimos de que es una actividad voluntaria que las personas mayores tienen que conocer y decidir de manera activa apuntarse, por lo que la difusión, conocimiento del este recurso e información sobre el perfil de beneficiarios es crucial para poder llegar a las personas en riesgo de soledad no deseada. Por ello, mantenemos una estrecha relación con:

- La Agencia Madrileña de Atención al mayor.
- Equipo multidisciplinar del centro de mayores
- Ayuntamiento.
- Centros de salud.

Además de toda la red de entidades amigas y donaciones que nos ayudan a dar visibilidad al proyecto para conseguir los fondos necesarios para que este programa no suponga ningún coste para los beneficiarios ni sus familias.

Criterio de Perspectiva de Género

La iniciativa considera de forma transversal y sistemática las diferentes situaciones, condiciones, aspiraciones y necesidades de mujeres y hombres, incorpora objetivos y actuaciones específicas de género, o contempla su impacto por género (personas destinatarias y profesionales).

El perfil de la persona en riesgo de soledad no deseada es de una mujer viuda de más de 85 años, teniendo estos datos en cuenta y conociendo la vulnerabilidad que la soledad no deseada genera, centramos nuestras campañas en llegar a las mujeres, el programa está abierto a todos los géneros, pero teniendo en cuenta que las personas que presentan una mayor percepción de la soledad son mujeres.

Coherencia con los

CRITERIOS COMPLEMENTARIOS



Criterio de Evaluación y Resultados

La experiencia cuenta con un sistema de evaluación y medición de resultados sobre:

- *Efectividad y cumplimiento de objetivos*
- *Impacto social*
- *Sostenibilidad y viabilidad técnica y económica*

¿Cómo ha evaluado los resultados de su experiencia?

Todos nuestros objetivos están definidos según los indicadores con los que vamos a medir la evolución o resultados. Para ello, tenemos un protocolo con herramientas de evaluación de efectividad y cumplimiento de objetivos. A su vez hacemos un seguimiento de como la consecución de estos objetivos individuales impactan en el municipio y como todas estas medidas mejoran no solo en la persona sino en su relación con los demás y su interacción comunitaria.

Por ultimo, mensualmente controlamos los gastos e ingresos de la fundación con el fin de conocer la sostenibilidad del mismo y nos actualizamos en iniciativas de recaudación de fondos, convocatorias y prestaciones de servicio que garanticen la viabilidad económica. Todo ello parte de un plan de actuación que se revisa y reajusta en función de las necesidades del programa.

¿Qué resultados se han obtenido?

Tras la primera experiencia piloto tenemos conclusiones muy interesantes que nos están ayudando a mejorar la implementación del programa.

Tras la evaluación post intervención se vio una variabilidad en la percepción de soledad de 2-3 puntos por debajo de la puntuación inicial en la mayoría.

A su vez, la evaluación de redes de apoyo incidió en la ampliación de personas en su círculo de amistad.

Por otra parte, tras administrar un cuestionario de autopercepción la mayoría de los participantes explicaron que habrían descubiertos nuevas capacidades que les hacia pensar que podrían hacer cosas nuevas o diferentes.

También se administro una encuesta de satisfacción con un puntaje de 95% de satisfacción

Por último y como rasgo mas significativo, la mayoría ha aumentado su participación en actividades ligadas a su municipio y vinculadas al voluntariado, estimulando su curiosidad por aprender y mantenerse activos.

Todos estos datos os los podemos facilitar en nuestra memoria del programa piloto 2019. Como plan de mejora planteamos una continuidad del programa y el apoyo individualizado para poder atender las necesidades específicas de cada participante, pues tras la evaluación post intervención que coincidió con la época estival y por tanto la ausencia de actividades en los municipios, muchas de ellas volvieron a percibir la soledad no deseada.

¿Qué es la

RED DE BUENAS PRÁCTICAS

RELACIONADAS CON LA AICP?

La **Red de Buenas Prácticas relacionadas con el Modelo de Atención Integral y Centrada en la Persona** es un proyecto promovido y gestionado por la Fundación Pilares para la Autonomía Personal mediante el que pretendemos recopilar, sistematizar y divulgar buenas prácticas en coherencia con el modelo AICP.

Con esta Red, que pusimos en marcha en 2012, se pretende poner en valor el trabajo de muchas entidades que desarrollan experiencias que constituyen buenas prácticas y así, favorecer el **aprendizaje, intercambio y cooperación** entre organizaciones, proveedores de servicios públicos y privados, profesionales e investigadores, con el objetivo de contribuir a la mejora de la calidad de vida de personas en situación de dependencia y al avance del modelo.

En su **catálogo** se muestran **167 experiencias** que pueden transferirse a otros lugares. En el sitio de la Red existe también un repositorio de **“Materiales útiles”** puestos a disposición en el que pueden descargarse **401 documentos y publicaciones**.

Es una Red abierta a la que pueden sumarse entidades y/o profesionales del sector del envejecimiento y la discapacidad en alguna de estas dos modalidades:

- Miembros de la RED: proyectos considerados Buena Práctica.
- Amigas y amigos de la RED: personas interesadas en conocer más sobre el modelo AICP.

Se han adherido ya más de 900 profesionales y entidades

Cuenta con el apoyo económico del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad a través de la subvención con cargo al 0,7 del IRPF.

* Consulta nuestra Red de Buenas Prácticas en www.fundacionpilares.org/modeloyambiente



La Fundación Pilares para la autonomía personal es una entidad sin ánimo de lucro, de ámbito estatal, que tiene como objetivo **el bienestar, la dignidad y la autonomía de las personas mayores o en situación de dependencia, así como sus familias.**

