



Cien años no es nada

Casi 15.000 españoles ya han soplado 100 velas en sus cumpleaños. El número de personas que supera la barrera de la centena de años se ha multiplicado en las últimas décadas y, aunque los motivos son diferentes en cada caso, existen características comunes que afectan a la inmensa mayoría.

12



ENTREVISTA

José Manuel Rey Varela
Conselleiro de Política Social
de la Xunta de Galicia

**“La protección y
mejora de la calidad
de vida de las personas
es fundamental”**

11



CCAA

**Hablamos
de emigración
en Galicia**

10



XXVIII CONGRESO SGXX

**Discriminación y
nuevos modelos de
atención, a debate**

19

6

**Servicios Sociales inicia un proceso de revisión
de expedientes de residentes del ERA**

7

**El gobierno de Asturias favorecerá
el empleo en los sectores con
mayores dificultades**

16

**La Asociación de Centros Geriátricos
de Asturias renueva su junta directiva**

18

**Josep de Martí analiza el futuro
de la ley de dependencia**

21

**El Centro de Recuperación Funcional
Ovida, un innovador espacio con las
técnicas más novedosas**

EDITORIAL

Lecciones de vida

España se está convirtiendo por razones demográficas en un país de personas mayores, a lo que está contribuyendo el incremento de la esperanza de vida, gracias a las mejores condiciones de vida y sobre todo sanitarias.

Las cifras de mayores de 65 años se multiplican años tras año, pero el dato más llamativo corresponde al crecimiento exponencial de la población centenaria. Así, desde 1981, primer año de la serie estadística en que se recoge a este colectivo, se ha multiplicado por más de cinco veces en estos 25 años. Ahora ya no es tan sorprendente llegar a centenario en nuestro país.

No hay duda de que el envejecimiento de la población causará cambios en la estructura social y en la forma de vida, ya que el envejecimiento demográfico es un reto para las finanzas públicas y la cohesión social. Expertos apuntan que las consecuencias no van a gustar a nadie y que se reducirá la cuantía de las pensiones, lo que minará el bienestar de aquéllos que llevan trabajando toda su vida, pero el enriquecimiento que su experiencia y actitud aportan a la sociedad, es más importante que las consecuencias que se derivan.

Activos, integrados socialmente y con una forma positiva de encarar la vida, son los nuevos protagonistas de la sociedad del siglo XXI. La deslumbrante vida de Eloísa, que aparece en estas páginas, es un ejemplo del legado que su generación aporta a la sociedad, una sociedad que debe cambiar y puede hacerlo.

Editora - directora: Isabel Díaz García
direccion@tilomayores.com

Redacción: Luz Losada, Luis Fernández, Miguel Núñez,
 Sara Conde

e-mail: redaccion@tilomayores.com

Fotografía: Archivo

e-mail: publicidad@tilomayores.com

Telfs.: 667 53 67 44 - 675 33 12 60

Suscripciones: 985 29 57 41

Diseño y maquetación: Luis Fernández

D.L.: AS 397-1999

www.nosotroslosmayores.com

 NosotrosLosMayores  NOSOTROS los mayores

Edita: TILO S.L.
 C/ General Elorza, 68 - 2º E
 33001 Oviedo
 Telf: 985 29 57 41

Dirección Madrid:
 C/ Luis Carreño, 11
 28750 Madrid
redaccionmadrid@tilomayores.com

nosotros

 TIL
 Los Mayores
 del Siglo XXI

CONGRESOS/ JORNADAS

6 de mayo. Madrid

Jornada Atención Centrada en la Persona y Buen Trato

Presentación del libro 'La atención centrada en la persona en los servicios gerontológicos. Modelos de atención y evaluación', de Teresa Martínez

Organizan: Fundación Pilares y Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid

Más información: http://www.fundacionpilares.org/docs/2016/programa_jornadaLibroTeresa.pdf

12 a 14 de mayo. Sevilla

XI Congreso Internacional Sociedad Española de Cuidados Paliativos

Más información: <http://www.secpal2016sevilla.com/>

19 y 20 de mayo. Madrid

Jornadas sobre prevención y rehabilitación del deterioro cognitivo.

Organiza: Cognitiva Unidad de Memoria http://imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/jorn_cogn.pdf

21 y 22 de mayo. Álava

La edad y el bienestar

Más información: <http://congresosdelbienes-tar.es/>

25 de mayo. Salamanca

Seminario presencial 'Cuidados básicos en una persona con alzhéimer'

Organiza: CRE de Alzheimer

24 y 25 de mayo. Imserso (Madrid)

Jornada 'Acompañamiento y atención centrada en la persona con problemas de memoria'

Más información: http://imserso.es/imserso_01/innovacion_y_apoyo_tecnico/formacion_especializada/index.htm

25 y 26 de mayo. Expourense

10º Salón Internacional de las Personas Mayores La décima edición del Salón Internacional o de las Personas Mayores, cita de carácter bienal, se celebrará en Expourense los días 25 y 26 de mayo. Es la única feria de estas características que se celebra en el noroeste peninsular y que está especialmente dirigida a un núcleo de población que representa el 25% de la demografía gallega, a sus familias y a los profesionales que trabajan en este sector.

Este salón servirá de plataforma para promover las acciones que se están llevando a cabo en Galicia, destinadas a reducir el impacto de la dependencia en la calidad de vida, tanto de quien la padece como de quien ejerce de cuidador.

La 10ª edición de GALISENIOR servirá de plataforma para promover acciones que se llevan a cabo en Galicia, acogerá un completo programa de jornadas técnicas, y de conferencias, mesas redondas y seminarios.

Más información en www.galisenior.es

"Nosotros los mayores" no se hace responsable de la opinión de sus colaboradores. Queda prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos sin autorización expresa de la empresa editora.

Denuncian la reducción de plazas en residencias públicas

La Asociación de Directores y Gerentes de Servicios Sociales afirma que 252.929 personas mayores no recibieron servicios básicos para la convivencia en 2013

Redacción

Los recortes en sanidad dejaron en 2013 a unas 253.000 personas mayores sin servicios básicos para la convivencia en todo el territorio español, según denuncia la Asociación de Directores y Gerentes de Servicios Sociales, en referencia al último balance del Ministerio de Sanidad sobre plazas residenciales, centros de día y ayuda a domicilio.

La organización indica una reducción del 6% en las plazas en residencias financiadas con dinero público y del 5% para los centros de día. Esto supone un total de 12.842 plazas menos. En cuanto al servicio de ayuda a domicilio, fueron casi 43.300 los usuarios afectados.

Vacantes públicas y privadas

“Estas son algunas consecuencias de los recortes en el gasto que se produjeron con especial intensi-



En el total de centros, una de cada tres plazas está sin ocupar

dad en los años 2011, 2012 y 2013.

Al recorte de aportaciones estatales (especialmente en dependencia) se sumaron unos objetivos de déficit durísimos e incompatibles con el mantenimiento adecuado de los ser-

vicios sociales para personas mayores en un momento de incremento exponencial de la demanda”, dice la organización.

Mientras, en el total de centros residenciales (incluidos privados) una

de cada tres plazas está sin ocupar, con 134.959 vacantes y 34.967 usuarios menos que había durante el año anterior y en los de día, la ocupación es del 56% con 38.456 plazas sin ocupar y 10.593 atendidos menos.

Las diferencias entre territorios son significativas: mientras que en Madrid el índice de cobertura del servicio de teleasistencia es del 13,6%, el de Galicia es del 0,7%. La ayuda a domicilio también presenta grados de cobertura muy distintos, con Madrid, también a la cabeza (5,8%) y la Comunitat Valenciana, en el último puesto (2%).

En plazas de financiación pública, el índice de cobertura es de 4,3% en Extremadura, 4,1% en Castilla La Mancha y un 3,4% en Cantabria, mientras en Galicia es un 0,9% en Galicia, y un 1,2% en Murcia y Canarias.

ABANCA y Afundación programan más de 100 actividades de educación financiera

Dirigidas a públicos de todas las edades, la propuesta incluye conferencias, programas formativos y juegos financieros

Redacción

ABANCA y Afundación desarrollarán durante 2016 un programa de educación financiera, dirigido a públicos de todas las edades, con el objetivo de que la población en general pueda acercarse a la información y conceptos más importantes del ámbito financiero.

El programa de educación financiera de ABANCA y Afundación se estructura en cinco proyectos, con más de 100 actividades, en las que participarán durante 2016 más de 13.000 personas. La propuesta para niños y niñas incluye tres programas: las jornadas formativas «Tus finanzas, tu futuro» y «¿Preparados para dar el salto? Las necesidades financieras a lo largo de la vida», dirigidas a estudiantes de ESO y bachillerato, que tienen como objetivo acercar a los jóvenes a conceptos como el ahorro, el presupuesto personal o el consumo responsable y se impartirán en centros de toda Galicia a lo largo de 2016. El segundo proyecto, la obra de teatro ‘De los cuentos a las cuentas’, producida especialmente para el programa de educación financiera de ABANCA y Afundación, pretende mostrar de una forma lúdica la importancia del ahorro y del esfuerzo personal y común. Se estrenará el 3 de octubre, con motivo de la celebración del Día Nacional de la Educación Financiera.

La tercera propuesta, el ‘Grand prix financiero’, fuera del ámbito escolar, está abierta a la participación de niños y niñas, con el objetivo de apoyar a las familias en su labor de educación financiera para el futuro.

Con el objetivo de llegar al mayor espectro de población posible, el programa incluye también, en colaboración con las tres universidades gallegas y la Escuela de Negocios Afundación, talleres formativos sobre emprendimiento y encuentros de ‘networking’ que aborden la cultura emprendedora. Asimismo, en los centros de mayores de Afundación, se desarrollará el proyecto ‘Círculo financiero’, que contará con la participación de trabajadoras y trabajadores jubilados de ABANCA como formadores voluntarios, con el fin de proporcionar a las personas participantes herramientas accesibles para que puedan mejorar su comprensión y conocimiento de los conceptos y productos financieros.



75 millones de euros para la prestación de servicios sociales

El Gobierno acuerda el reparto para el desarrollo de diversos planes en esta materia



El ministro, con los consejeros y consejeras de las CCAA

Redacción

El ministro de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad en funciones, Alfonso Alonso, presidió el Pleno del Consejo Territorial de Servicios Sociales y del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia, en el que el ministerio y las comunidades autónomas han acordado el reparto de más de 75 millones de euros que los Presupuestos Generales del Estado de 2016 destinan a prestaciones sociales.

El ministro destacó al término de la reunión que este año se han contemplado, para el Plan Desarrollo de Prestaciones Básicas de Servicios Sociales, también llamado Plan Concertado, en los Presupuestos Generales del Estado para 2016 una dotación de 27.413.730 euros, la misma cantidad que en 2015.

En este caso, y como en ejercicios anteriores, se mantendrá el compromiso de financiación por parte de las CC AA, que aportarán, al menos, la misma cantidad del ministerio. Serán las comunidades autónomas las que acordarán con las corporaciones locales de su territorio la gestión y aportación económica a los proyectos de los que sean responsables.

Asimismo, Alonso informó que el Gobierno destinará al Plan de Apoyo a la Familia y la Infancia 48 millones. Este crédito, al igual que en 2015, no tiene compromiso de financiación ni por parte de las CC AA ni de Ceuta y Melilla, ni de los ayuntamientos.

Mercado, feria, folclore y exposiciones en La Ascensión

La Feria de Ganado retorna al municipio de Oviedo, con el homenaje a los ganaderos y agricultores más veteranos

Redacción

La feria de La Ascensión de Oviedo se celebrará del 6 al 8 de mayo con una amplia oferta de actividades para todas las edades y un presupuesto global de 245.245 euros.

La gran novedad de este año es el retorno de la Feria de Ganado al término municipal de Oviedo con su celebración en Olloniego, donde también habrá una exhibición de maquinaria agrícola. El nuevo recinto ferial, que está situado junto a la localidad de Anieves y muy cerca de la de Tudela de Agüeria, ocupa una superficie de 30.000 metros cuadrados, con varios espacios de aparcamiento.

La losa centrará gran parte de las actividades durante los tres días, con exposiciones gastronómicas de quesos y otros productos asturianos, así como la muestra 'La escanda, nuestro pan' y otra de razas autóctonas. Completan la lista de exposiciones: 'Menuda Asturias', 'Xeitu en l'Ascensión', el Zoológico El Bosque que exhibirá animales de los cinco continentes; 'Un Valdesoto de Cine'; 'El llar de Sabugo'; y la muestra de folclore en la que participarán reconocidos músicos y artistas del panorama regional durante los tres días, como Xuacu Amieva, Jerónimo Granda o Grupo Tejedor, además

se celebrará el XVI Memorial Manolo Ponteo.

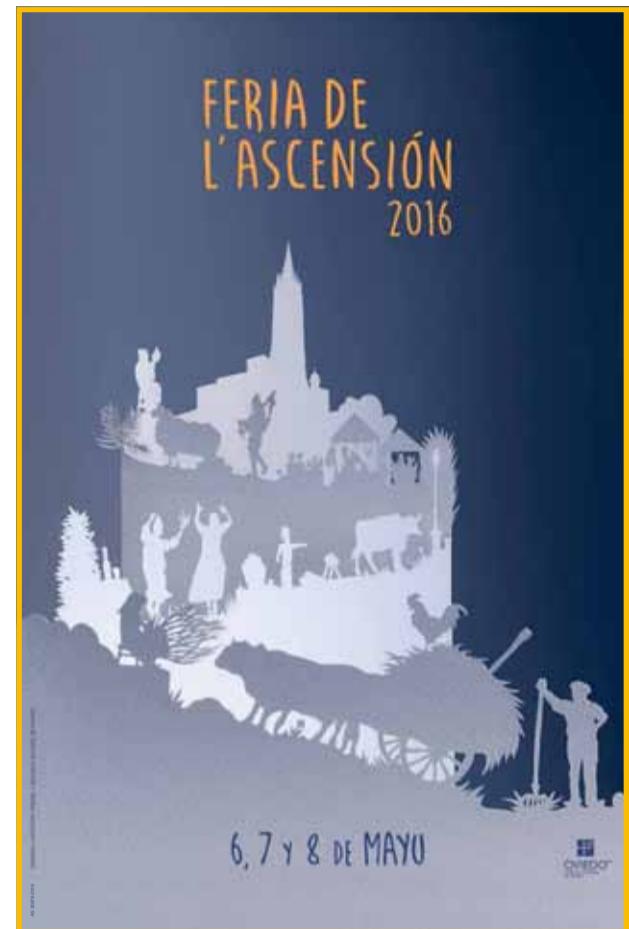
En la losa también se podrá disfrutar del deporte rural con la corta de troncos, talla de figuras con motosierra o tiro de cuerda. El horario de este recinto será el viernes de 12 a 22 horas, sábado de 11 a 22 horas y domingo de 11 a 21.

El sábado, día 7, habrá música y baile al aire libre en el que participarán 26 formaciones folclóricas que actuarán por las principales calles de la ciudad por la mañana y a las 18 horas participarán en un desfile por la calle Uría.

Mercau Astur

El Mercau Astur se celebrará en la plaza de la Catedral y Porlier, con talleres artesanos de fabricación de madreñas, cestos, navajas, cerámica o madera. El horario del Mercau será el viernes de 17 a 21 horas y sábado y domingo de 11.30 a 21 horas.

En la jornada dominical tendrá lugar el tradicional reparto del bollo y vino en la plaza de España de 10 a 14 horas. Ese mismo día, a las 13 horas en el Auditorio Príncipe Felipe se entregarán las distinciones a Antonio Blanco Cano, de 94 años y a Pilar Frenández Gómez, de 101, que serán homenajeados como 'Paisano y Paisana del Año'.



Cartel de la edición de este año

Cuarta edición de Norbienestar

Se celebra del 6 al 8 de mayo en Gijón

Redacción

Del 6 al 8 de mayo, la Lonja del palacio de congresos del recinto ferial Luis Adaro de Gijón acoge la cuarta edición de la Feria de Productos y Servicios Socio-sanitarios del Norte de España (Norbienestar).

Los organizadores destacan que han afianzado sus objetivos "para poner en contacto a oferta y demanda del sector de las empresas participantes, servir de punto de encuentro, favorecer sinergias, informar a la demanda de las posibilidades que el mercado ofrece y sobre todo, generar negocio".

Premios

La feria tendrá una zona de exposición comercial, con jornadas, talleres, charlas/ponencias, actividades paralelas a la celebración del certamen, que servirán de incentivo para quienes lo visiten, pudiendo

participar en ellas todos los expositores que lo deseen.

El comité organizador decidió otorgar los premios 'Empresa del Año' y 'Personidad del Año', que en cada edición concede para "distinguir a aquellas personas que a lo largo del año han destacado en el desarrollo de su trabajo en el sector sociosanitario", a la Fundación Hospital de Jove y a la periodista de El Comercio Chelo Tuya. Los galardones serán entregados el 6 de mayo en un acto oficial que se enmarcará en la jornada de inauguración de la feria Norbienestar y a la que está previsto que acudan la consejera de Servicios y Derechos Sociales, Pilar Varela, y la alcaldesa de Gijón, Carmen Moriyón.

Dentro del marco de Norbienestar, el día 8 se celebrará la II Carrera Popular

y Solidaria por la Discapacidad de Asturias, un evento festivo, deportivo y solidario que tiene como objetivo la captación de fondos para y en favor de las personas con discapacidad.

Más información en <http://norbienestar.com/actividades-2016>



II Jornadas de la Dependencia, en Avilés



Redacción

El 11 de mayo, en el Centro Niemeyer de Avilés se celebrarán, a las 12 horas, las II Jornadas de la Dependencia, bajo el lema 'Una realidad... mil historias', organizadas por los centros de día públicos del área III.

En la jornada participan el Centro de apoyo a la integración de Villalegre, el Centro de día La Luz, el Centro polivalente de recursos Los Canapés y el Centro de día de Jardín de Cantos, que harán una representación, con el fin de visibilizar las actividades de música, teatro y copla de las personas mayores dependientes en estos centros.

En el acto de apertura intervendrá Lina Menéndez, directora general de Servicios Sociales de Proximidad, y en la clausura, la alcaldesa de Avilés, Mariví Monteserín.

Aprender no tiene edad

El Centro Social de Personas Mayores de la Luz ofrece un programa intergeneracional para el aprendizaje de inglés

N. Martínez

El Centro Social de Personas Mayores de la Luz (Avilés) programa actividades intergeneracionales bajo el lema 'Abriendo fronteras', entre ellas la del aprendizaje de inglés, que ha resultado todo un éxito. "En la actualidad las personas mayores tienen otras inquietudes y muestran gran interés por el aprendizaje de inglés, informática o internet. Esto se debe a que son personas activas que viajan más fuera de España o tienen algún familiar en países de habla inglesa, por lo que unos conocimientos básicos del idioma les pueden resultar de gran utilidad" afirma María Elvira Suárez, directora del centro.

La actividad se divide en dos partes, clases de inglés de 1,5 horas semanales a cargo de la profesora Carmen Martínez y una hora semanal de refuerzo de ese aprendizaje en un grupo de conversación dirigido por cuatro alumnos de 1º de Bachillerato Internacional del Colegio San Fernando. Carlos Barrientos, José María Echevarría, Daniel Rodríguez y David Martín, son los jóvenes que realizan esta experiencia, quienes demuestran gran interés en la actividad que se inició en el curso 2015.

"Tenemos que realizar actividades para la asignatura de Servicio, Creatividad y Acción, y elegimos esta oportunidad por la experiencia de ser profesor" afirma Carlos Barrientos. "Lo que más nos gusta es la interacción con los alumnos, ver cómo progresan" apunta José María Echevarría. "Yo no pensé que me fuese a gustar dar clase y es muy gratificante" concluye Daniel Rodríguez.

Mucha demanda

La respuesta de los mayores ha sido muy positiva con un importante nivel de inscripciones, tal es así, que dado que repiten curso, se han tenido que programar dos cursos con distinto nivel, inicial y avanzado.



Alumnos y profesores de la clase de inglés

"Siempre tuve inquietud por aprender inglés y mi reto es poder leer un libro en este idioma nuevo para mí" afirma una de las alumnas. Todos parten de cero en el aprendizaje, aunque alguna persona tiene conocimientos de francés de su época de estudiante. "Me gustaría por lo menos entender lo básico, como entender un cartel o indicaciones para llegar a un lugar" comenta otro de los alumnos, añadiendo que "nos sirve como terapia para mantener la mente activa". Todos coinciden en que la parte de clases de conversación es más participativa y resuelven dudas. Además a todos les ayudan sus nietos con los deberes.

"Se trata de una iniciativa muy gratificante para ambas generaciones, ya que los jóve-

nes son profesores durante esta actividad y los mayores se contagian de su dinamismo y entusiasmo" comenta la directora del centro.

El Centro Social de Personas Mayores de la Luz, dependiente de la Dirección General de Políticas Sociales, cuenta con 5.220 socios. El centro se caracteriza por contar con un elevado nivel de voluntariado. Entre otras de sus actividades destaca un taller de carpintería donde se realiza material terapéutico para otros centros de día, un taller intergeneracional de Música y tradición de Avilés, donde los mayores del coro van a los institutos a enseñar a los jóvenes canciones para que no se pierdan o el taller de informática.



Siempre cuidando de tí. Siempre a tu lado.

Centro de Recuperación Funcional

Centro de día • Rehabilitación Ambulatoria •
Unidad de recuperación

El Principado refuerza el personal del ERA con 30 plazas en residencias y centros de día

Servicios Sociales inicia un proceso de revisión de expedientes de residentes del ERA

Redacción

El Gobierno regional acordó reforzar el personal del organismo Establecimientos Residenciales para Ancianos de Asturias (ERA) con 30 nuevas plazas para la red de geriátricos públicos y de centros de día, con la que "el Gobierno regional cumple la moción de la Junta General que pedía la dotación de más medios" para las residencias públicas del Principado, según destacó el portavoz del Gobierno regional, Guillermo Martínez..

El grueso de las nuevas plazas, 18, serán para la residencia de Riaño (Langreo), tres plazas serán para el centro de día de Riaño, otras tres para el centro de día de Tineo; una plaza de auxiliar para la residencia Aurora Álvarez de Gijón; un terapeuta ocupacional para el centro de día Palacio de Villar de Castrillón y tres plazas de fisioterapeuta.

Usuarios del ERA

Por otra parte, la Consejería de Servicios y Derechos Sociales ha ini-

ciado los trámites para que las 585 personas dependientes que ocupan una plaza residencial gestionada por el organismo autónomo Establecimientos Residenciales para Ancianos de Asturias (ERA), en centros públicos o concertados, y abonen su estancia mediante el conocido como contrato de hospedaje (modalidad regulada en el Decreto 10/1998, de 19 de febrero), pasen a beneficiarse de lo dispuesto en la normativa autonómica de la dependencia.

Cada uno de los usuarios afectados recibirá una carta explicativa en la que se le comunica que se estudiará su capacidad económica a través de la documentación que se le solicita o se consulta: datos de renta, propiedades, etcétera. El copago se establecerá de acuerdo con la capacidad económica y, en todo caso, será igual o inferior al precio público establecido que se le aplicaba al residente hasta el momento. Igualmente, una vez calculado el copago aplicable, tendrá carácter



Centro de la red de geriátricos públicos

retroactivo hasta la fecha en la que el derecho a la dependencia fuera efectivo, según cada caso.

Según datos facilitados por la consejera, de las personas que, teniendo reconocida la dependencia, fallecieron antes de la entrada en vigor del decreto, hay 517 reclamaciones prescritas. En ese capítulo, 345 personas han pagado de manera voluntaria, 114 en vía ejecutiva y a otros 828 se les tiene previsto reclamar.

La suma es de 1.287 expedientes que se están estudiando.

Por su parte, las personas que optaron por el contrato de hospedaje a partir de 2011 son 2.098, de las que 1.112 optaron por la administración (829 fallecidos y 283 vivos). El resto, 986 personas, optaron expresamente por el contrato de hospedaje. De ellas, hay 604 fallecidos y 302 vivos.

Jornadas de teatro de Moreda

Participaron ocho grupos, de los centros sociales del Principado



Actuación del grupo Equilicuá

Redacción

El teatro cine Carmen de Moreda fue el escenario de las VII jornadas de teatro de Moreda, que contaron con la participación de ocho grupos, formados en los centros sociales de personas mayores pertenecientes a la Consejería de Servicios y Derechos Sociales. Actuaron el grupo Sin Edades, de La Felguera, que representó 'El pelmazo'; Nuevo amanecer, de Sama de Langreo, con la obra 'Charrar por charrar'; el grupo de Gijón centro, que representó 'La paz n'aldea' y 'Petición de mano'. Por su parte, el grupo Triángulo, de Gijón centro, representó 'Entós esta noche qué'; el Carmen, de Cangas del Narcea, hizo lo propio con la obra 'El cabaret de Pura'; Recitadores, de Mieres, representaron 'De Urquijos y Tarantos' y Equilicuá, de Moreda, con 'Amoríos galácticos'. El grupo Arbellano, de los centros del Arbejal y El Llano, no pudo actuar, aplazando su participación para los próximos meses, fuera de cartelera. Un total de 78 actores que demostraron el buen trabajo realizado, contagiando de buen humor a todos los asistentes.

Tras la actuación se entregaron los galardones, que consisten en un grabado que realizan los jóvenes del CAI de Cardezo y que se entregaron a cada grupo participante y a las cuatro empresas colaboradoras.

A las jornadas acudieron Pedro Sanjurjo, presidente del Parlamento asturiano; Pilar Varela, consejera de Servicios y Derechos Sociales, David Moreno, alcalde del concejo de Aller, así como el teniente de alcalde y cuatro concejales.

Primer encuentro de coros sénior universitarios

Seis coros actuaron en Oviedo y Gijón

Redacción

Seis coros universitarios sénior participaron en el primer Encuentro de coros sénior universitarios, que se celebró en Oviedo y Gijón, los días 8 y 9 de abril.

Los coros de las aulas de la experiencia de Bizkaia, de la Asociación de alumnos y ex alumnos de la Universidad Sénior de A Coruña-Adeyeus, el coro universitario sénior del Campus de Ferrol, el coro del programa interuniversitario de la experiencia en el Campus de Palencia, el coro universitario de Burgos y el coro de la asociación de PUMUO de la Universidad de Oviedo, actuaron en el Paraninfo de la Universidad de Oviedo y en la iglesia de San Pedro, en Gijón, ofreciendo a los asistentes un repertorio lleno de matices y sensibilidad, fruto de un trabajo constante.

El variado repertorio, que incluyó

temas regionales, populares, boleros, habaneras, zarzuela, ópera o espirituales, tuvo una excelente acogida entre los numerosos asistentes.

El encuentro estuvo organizado por la Asociación de alumnos de PUMUO, cuya presidenta, Isabel Fernández, realizó un trabajo encomiable, que tendrá su continuidad el próximo año en la sede de otra universidad.



Coro de la asociación de PUMUO

'Abuelo, mándame un e-m@il'

Redacción

Acercarse a la informática de forma amena y práctica, perdiendo el miedo al ordenador, es el objetivo principal de 'Abuelo, mándame un email', un manual para las personas mayores, cuya autora, Patricia Fuente Rico, se basa en su experiencia impartiendo cursos a mayores para desarrollar esta idea.

Experta en Protocolo y Organización de eventos, Patricia considera que muchas personas creen que utilizar un equipo informático requiere unos estudios o una preparación elevada, y esta opinión es errónea, les hace huir de la tecnología. Sin embargo, "es más fácil de lo que parece. Solo requiere tiempo y ganas". Éste es un libro práctico, cómodo y sencillo –destaca Fuente- que presenta un método de aprendizaje que ya ha sido probado con éxito. La autora reta a todos aquéllos que creen que la informática no es para ellos, a que sigan las indicaciones de este libro y se den cuenta de que estaban en un error. "Demuéstratelo a ti mismo y imanda un e-m@il!"

El gobierno de Asturias reservará contratos para favorecer el empleo en los sectores con mayores dificultades

Servicios Sociales ha iniciado la tramitación del nuevo reglamento que regulará el concierto social

Redacción

El Principado de Asturias, a iniciativa de las consejerías de Servicios y Derechos Sociales y de Empleo, ha acordado reservar el 8% de los contratos públicos en determinadas áreas de actividad para Centros Especiales de Empleo y Empresas de Inserción, con el objetivo de facilitar el trabajo de las entidades que persiguen la integración laboral de personas con discapacidad o en riesgo de exclusión social. El Consejo de Gobierno dio el visto bueno a la medida el 10 de febrero de este año y el acuerdo se publicó en el BOPA el 20 de febrero. La medida se aplicará en todo el sector autonómico.

La reserva se establecerá cada año en función del cómputo global de los contratos adjudicados en el ejercicio presupuestario anterior e irá vinculada a las áreas de actividad en las que tienen mayor presencia los centros especiales y las empresas de inserción. En concreto, afectará a servicios de mantenimiento y conservación de zonas verdes, mensajería, correspondencia y distribución, almacenamiento, distribución publicitaria, digitalización y catalogación documental, recogida y transporte de residuos y vigilancia de aparcamientos de vehículos. También están incluidos los contratos relacionados con limpieza de edificios, lavandería y planchado, restauración, catering y hostelería, además de los suministros de ropa de trabajo.



El Ejecutivo ya ha acordado destinar el 8% de las contrataciones en determinadas áreas de actividad a centros especiales de empleo y empresas de inserción

El acuerdo adoptado se ampara en la última modificación de la disposición adicional quinta del Texto Refundido de la Ley de Contratos del Sector Público, derivada de la Ley 31/2015 de 9 de septiembre de 2015, que actualiza la normativa en materia de autoempleo e incluye medidas de fomento y promoción de la economía social. Esta norma convierte en obligación para las comunidades algo que antes era opcional y conlleva fijar porcentajes mínimos de reserva de contratos destinados a los centros especiales de empleo. Asturias ha decidido establecer el 8% para favorecer la protección y promoción del empleo en los sectores con mayores dificultades, pero sin vulnerar la libre competencia en el mercado.

Por otra parte, con el fin de garantizar la inserción laboral de estos colectivos, el Go-



Trabajadora centro especial empleo Cocemfe

bierno de Asturias exigirá que al menos un 40% de la plantilla de los centros especiales de empleo que opten a los contratos esté compuesta por trabajadores discapacitados con grandes dificultades de empleabilidad. También se prohibirá la subcontratación, excepto en prestaciones accesorias justificadas.

El acuerdo recoge una serie de directrices

para su aplicación y garantiza el compromiso de toda la Administración autonómica, puesto que cada órgano de contratación definirá el importe de los contratos reservados y lo comunicará a la Consejería de Servicios y Derechos Sociales para su seguimiento.

Los conciertos sociales y la contratación pública

La Consejería de Servicios y Derechos Sociales también trabaja en otros aspectos que permitirán avanzar en la contratación social. En estos momentos, el esfuerzo se centra en el desarrollo del reglamento que regulará los conciertos sociales, y que es imprescindible para aplicar la ley 9/2015 de 20 de marzo, que modificó la ley de servicios sociales del Principado de Asturias, de 2003, con el fin de reconocer el papel fundamental de la iniciativa social de cara a mejorar el bienestar social. Esta modificación abre la posibilidad de establecer un régimen de concierto específico, garantizando un marco seguro y estable a los servicios prestados por entidades del tercer sector.

La consejería de Servicios y Derechos Sociales ha elaborado ya el borrador, en el que se incorpora la toma en consideración de principios como la atención personalizada e integral, el arraigo de la persona en el entorno, la elección del usuario, la continuidad en la atención y la calidad del servicio. En los últimos días del mes de abril, tras informar al Parlamento, Servicios Sociales ha comenzado la tramitación del documento dando audiencia en primer lugar a las entidades sociales para que lo enriquezcan con sus aportaciones.



Vivero del centro especial de empleo Vegapresas

Ilusiones renovadas

Un total de 275 alumnos disfrutan del gusto por el conocimiento en el Programa Universitario para Mayores de la Universidad de Oviedo

I. Díaz

La frase de Gandhi, "Vive como si fueras a morir mañana. Aprende como si fueras a vivir siempre" representa el argumento que impulsa a los alumnos del Programa Universitario para Mayores de la Universidad de Oviedo (PUMUO), un total de 275 estudiantes de Oviedo, Gijón y Avilés que disfrutan del aprendizaje en la mejor etapa de su vida para entender el conocimiento y la cultura como un compromiso con ellos mismos y con la sociedad.

La asociación, que integra a los estudiantes de las tres sedes, cuenta con 130 socios y está presidida por Isabel Fernández Lafuente desde 2015. Nacida en Laviana, Isabel Fernández vivió en Palma de Mallorca con su marido y estuvo vinculada a la Universidad de Palma como profesora de Biología. Tras quedarse viuda regresó a Laviana, para cuidar a su madre. Ahora, después de jubilarse, reparte su tiempo entre Laviana, Gijón y Palma de Mallorca. "Estoy encantada en Asturias. Creo que los asturianos promocionamos muy poco la tierra. Somos muy bravucones, pero se queda en eso. Las malas comunicaciones han influido mucho en esta situación".

Jornadas internacionales de mayores de universidades

La asociación de alumnos que preside Isabel está confederada en Caumas, que agrupa a las asociaciones de las universidades de mayores de toda España y organiza las jornadas universitarias cada año en diferentes universidades. "El encuentro de este año se celebrará en Alcalá de Henares en septiembre y el europeo, en Bresvalia (Polonia). El próximo año, las jornadas internacionales se celebrarán en Oviedo del 13 al 15 de septiembre", destaca Isabel.

Además, la asociación tiene una amplia agenda repleta de actividades, como los viajes culturales, acompañados por un profesor, y la organización de conferencias. Los días 29 y 30 abril y 1 y 2 de mayo, se trasladarán a San Sebastián y el 14 de mayo, visitarán las cuevas de Tito Bustillo y Museo Jurásico.



Isabel Fernández, Teté Secades y María Luisa Naja, de izquierda a derecha.

Con el afán de promover el desarrollo académico de los alumnos, la asociación ha pedido tener representación en el Consejo de Gobierno y claustro de la Universidad y están redactando una propuesta para que quienes terminen estos cinco años del plan de estudios actual "puedan incorporarse a una licenciatura con alumnos de la enseñanza reglada, con la diferencia de que no tendríamos exámenes y el título sería de Senior Universitario con 34 créditos. No creo que tengamos problemas porque no supone ningún coste para la Universidad, y las carreras de Humanidades, no tienen *númerus clausus*", explica Isabel.

"La clases me llenan la vida"

Inquieta y entusiasta, Teté Secades disfruta a sus 88 años de cada una de las clases, a las que acude desde hace dos años, tras el fallecimiento de su marido. "Fui una frustrada por no haber ido a la Universidad en su momento. Me casé y tuve cinco hijos así que no pude hacerlo entonces. Me presenté a la prueba de acceso pero no pude seguir.

Siempre fui muy inquieta y tuve mucho interés por las actividades culturales".

Ahora, Teté transmite un entusiasmo contagioso: "A todo el mundo le hablo de PUMUO, de los beneficios de las clases, pero hay que venir con ilusión. Veo que los alumnos vienen con ganas y esto a los profesores les gusta. Son fantásticos, ponen el alma en las clases. Utilizan un lenguaje

por ampliar sus conocimientos culturales y humanísticos.

"PUMUO es libre"

Sevillana, aunque residente en Oviedo desde 1954, María Luisa Naja está próxima a graduarse, con 83 años, tras completar los cinco años académicos del plan de estudios.

Se muestra radiante, "contenitísima, como si me hubieran inyectado una buena dosis de ilusión. Estoy más al día, con unos compañeros estupendos; he salido de esa monotonía que hay que romper. Ayudé mucho a mis hijos con sus estudios, tengo tres hijos y cuatro nietas pero hacen su vida. Me vigilan con un programa por el móvil por lo que en realidad no estoy sola".

Para María Luisa, los ideales de aprender y estar al día "son muy importantes en la vida diaria" y son los que la han acercado a PUMUO: "Es libre y no voy a dejar de venir mientras pueda".

Aficionada a la poesía, como lectora y escritora, compone en su casa, donde le brotan las palabras que dan pie a los poemas que coleccióna y guarda como un tesoro.



En 2017, las jornadas internacionales de mayores de universidades se celebrarán en Oviedo

je fácil de entender y los temas son muy actuales. Además, el ambiente con los compañeros es muy bueno. Me encantaría viajar pero ahora hacerlo sola me da miedo, en estos momentos no me apetece".

Otra entusiasta compañera, Carmen Alonso, destaca como Teté los beneficios de las clases, que han supuesto en su vida "una fuente de satisfacción, a pesar de los duros momentos que estoy viviendo". Ambas compañeras comparten la inquietud

“El objetivo es introducir mecanismos que no sean invasivos pero que ayuden a las personas mayores a sentirse más seguras”

La Universidad de Santiago y Cruz Roja crean una cátedra institucional de envejecimiento

L. Fernández

Manuel Gandoy, profesor de la Facultad de Enfermería de la Universidad de Santiago de Compostela, es el titular de una cátedra institucional que nace con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas



Manuel Gandoy, profesor de la Facultad de Enfermería de la Universidad de Santiago de Compostela

mayores y que cuenta con la colaboración de Cruz Roja. El responsable del proyecto explica en qué consiste la iniciativa.

¿En qué fase se encuentra el proyecto? ¿Qué actividades concretas se realizarán dentro de esa cátedra?

La cátedra ya está constituida. Se creó una comisión de seguimiento formada por miembros de la Universidad de Santiago y de Cruz Roja.

-¿Qué objetivos persiguen?

Cruz Roja tiene mucha carga asistencial, es una de las organizaciones más importantes en cuanto a ayuda a personas mayores se refiere. Ellos buscaban un vínculo con la Universidad para conseguir un referendo científico a su trabajo. Pretendían dar un salto de calidad y ver qué están haciendo bien y en qué tienen que mejorar. Es en ese campo en el que estamos trabajando. El objetivo es favorecer la investigación, el conocimiento y el estudio de actividades para el colectivo de personas de edades avanzadas.

-¿En qué programas específicos van a colaborar?

Ellos son conscientes de que tienen muchos profesionales bien formados en el ámbito social pero reconocen que tienen dificultades con las nuevas tecnologías. Por ejemplo, uno de los temas en los que estamos trabajando es en el del mantenimiento de las personas mayores solas en sus domicilios. Puede que tengan ciertos problemas, pero con la teleasistencia podrían estar cubiertos y ganar en autonomía y en sensación de seguridad. Es necesario ver qué tipo de controles pueden hacerse y de qué forma. Pe-

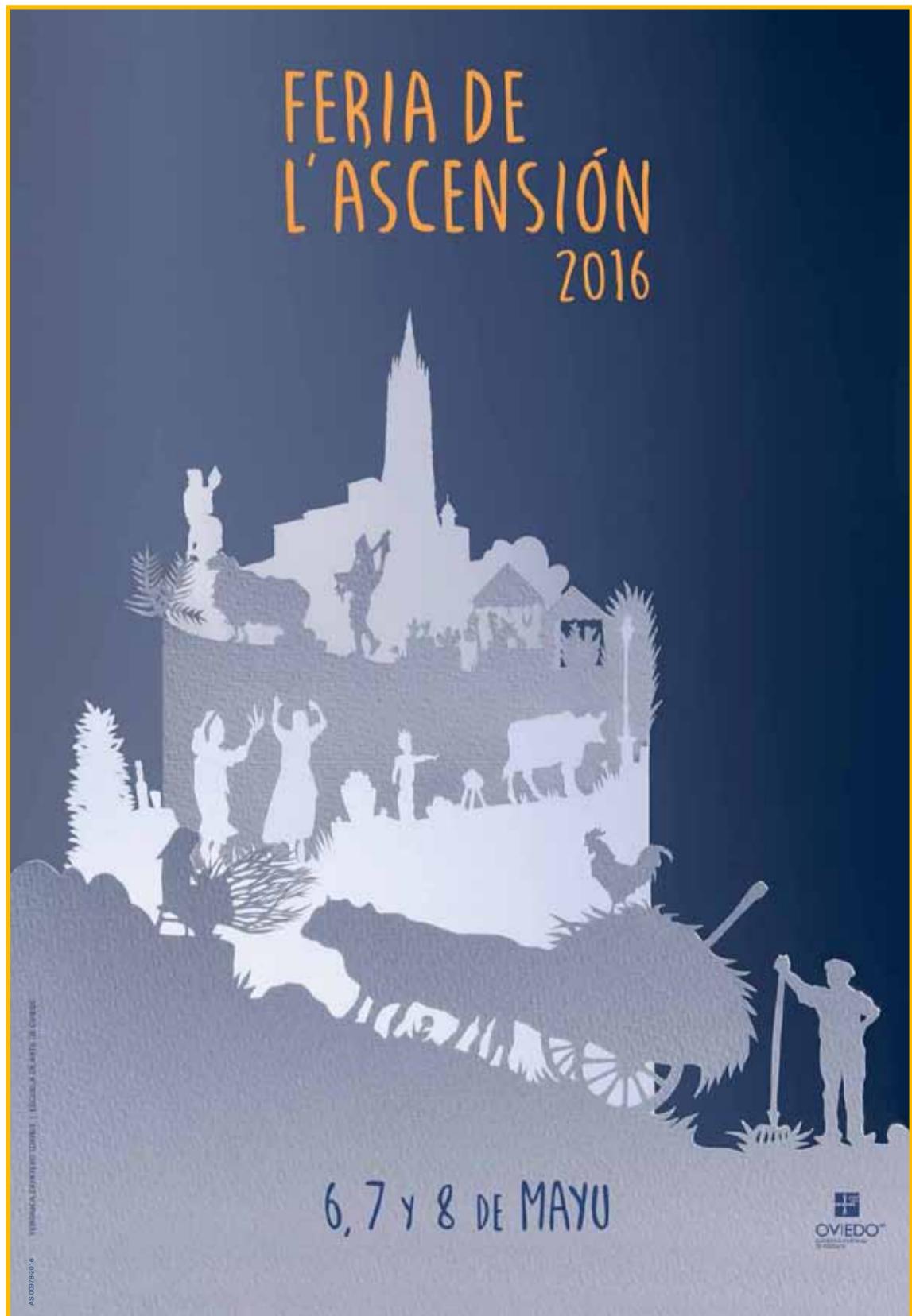
calidad que por la premura. No queremos convertir la cátedra en una fábrica de ideas sino que buscamos responder a las necesidades de las personas mayores. Queremos mejorar en las cosas que ambos sabemos hacer para aumentar su calidad de vida, pero no tenemos prisa. Además, hay que tener en cuenta que ellos realizan muchísimas más actividades, por lo que esto no puede ser

N “Uno de los temas en los que estamos trabajando es en el del mantenimiento de las personas mayores solas en sus domicilios”

un estorbo, tiene que servir para ayudar.

-¿Qué aporta la cátedra a los alumnos?

Cruz Roja es un socio de referencia para nuestros alumnos y su trabajo a ellos les interesa. A Cruz Roja también le sirve para dar a conocer todo lo que hacen y a los alumnos para conocer su trabajo y, al que le interese, para ofrecerse para compartir su experiencia.



“Realizaremos unas jornadas en verano y un curso dentro de un año”

Pretendemos realizar unas jornadas en verano y un curso para dentro de un año. Es complicado porque tenemos que buscar contenidos y ponentes de prestigio. Hay que saber manejar los plazos y ver qué requisitos se necesitan, por lo que puede que tarde un poco más en visualizarse todo, pero ya estamos trabajando.

ro no me refiero solo a controles sanitarios. Pretendemos introducir mecanismos que no sean invasivos pero que ayuden a las personas a estar más seguras.

-Además de la teleasistencia, ¿en qué otros ámbitos están trabajando?

Cruz Roja busca un vínculo estable y nos transmitieron que prefieren apostar por la

Hablamos de emigración

Afundación celebra en sus centros el programa intergeneracional 'Fálame da emigración'

Redacción

La Fundación Galicia Obra Social (Afundación) organiza en sus centros de mayores un encuentro intergeneracional entre mayores y escolares, integrado en su programa 'Fálame da emigración', en el que voluntarios usuarios de los centros y alumnas y alumnos de institutos de toda Galicia dialogarán sobre vivencias en la emigración. La iniciativa se enmarca en la línea estratégica 'El valor de la experiencia', del Área de Envejecimiento Activo de Afundación, por la que la entidad quiere poner en valor la trayectoria vital y profesional de los mayores a través de programas intergeneracionales y de voluntariado, que beneficien a otros grupos de la sociedad.

'Fálame da emigración' comienza con una primera fase, que se desarrollará hasta el próximo 20 de mayo, en 11 centros escolares situados en las localidades donde Afundación tiene un centro de mayores, con la participación de 461 estudiantes de ESO. Tras esta primera etapa, el programa se extenderá a todos aquellos institutos que quieran participar en el proyecto, con la incorporación de nuevos voluntarios y voluntarias que han vivido la experiencia de la emigración, dentro de las propuestas de programación para escolares que desarrolla cada curso Afundación.

El proyecto, enmarcado en el plan estratégico de la entidad como una de sus líneas prioritarias, tiene tres objetivos fundamentales: que las personas mayores transmitan sus conocimientos y experiencia, que los jó-



Un total de 65 mayores conversan con jóvenes de centros escolares de toda Galicia

venes se beneficien del legado y experiencia de las personas mayores y que la comunidad educativa incorpore nuevas modalidades de aprendizaje, favoreciendo en todos los casos el diálogo, la cooperación y el entendimiento entre las distintas generaciones.

Exposición de imágenes

'Fálame da emigración' se articula a través dos encuentros intergeneracionales, a los que precede una fase de preparación por parte del alumnado y de los mayores. Los primeros, a partir de una guía didáctica y material de apoyo documental aportados por Afundación, trabajan sobre el contexto social e histórico de la emigración gallega, mientras que los segundos construyen el relato de sus historias de vida y preparan las sesiones en los centros escolares. En el primer encuentro, que



Alumnos y voluntarios dialogan sobre emigración

ya ha tenido lugar en algunas de las localidades, los mayores cuentan sus experiencias en la emigración y dialogan con los estudiantes. En el segundo encuentro, tras investigar sobre la historia de sus propias familias, los jóvenes relatarán también sus relaciones con la emigración y juntos reflexionarán sobre las diferentes motivaciones para emigrar, las dificultades y los aspectos positivos o las diferencias con la inmigración en Galicia. Como recurso didáctico complementario, Afundación expondrá en cada uno de los centros participantes la muestra 'Nós tamén fomos emigrantes', una selección de imágenes de los archivos de la agencia EFE, que posee uno de los fondos fotográficos más importantes de España y que documentan diferentes aspectos de la emigración gallega y española.



El proyecto está enmarcado en el plan estratégico de la entidad como una línea prioritaria

Con el objetivo de que el programa amplíe su alcance y tenga un carácter colaborativo, Afundación ha publicado la página web fala-medaemigracion.afundacion.org, que recogerá el material didáctico del proyecto y el material documental que surja de cada encuentro (fotografías, vídeos, testimonios...). Además, los alumnos y alumnas de los centros escolares participantes podrán compartir en esta web las historias de la emigración de sus familiares.



Participan centros escolares de Galicia

“La protección y mejora de la calidad de vida de las personas es fundamental”

“Pretendemos que Galicia se sitúe a la cabeza de las comunidades autónomas en envejecimiento activo y saludable”

I. Díaz

Para el conselleiro de Política Social de la Xunta de Galicia, José Manuel Rey Varela, las personas mayores son uno de los colectivos prioritarios, y para el que la Consellería de Política Social seguirá trabajando en actuaciones concretas que favorezcan el envejecimiento activo.

.- ¿Cuáles son las prioridades de la Consellería de Política Social?

El objetivo no es otro que contribuir al bienestar de los gallegos y las gallegas. Después de años de ajustes y restricciones derivados de la grave crisis económica que tiene su origen en 2008, se abre ahora una nueva etapa en la que aumentan los presupuestos de la Xunta y, especialmente, los destinados a las políticas sociales. Hoy disponemos de más recursos económicos dirigidos a dar un nuevo impulso social que nos permita trasladar esta recuperación de las cuentas públicas a los hogares gallegos. Estamos poniendo en marcha nuevas medidas y nuevos criterios para llegar más y mejor a la gente con menos recursos, para dar un mayor apoyo a los padres que deciden dar el paso de tener un hijo y para incrementar el número de personas incluidas en el sistema autonómico de atención a la dependencia.

.- En una comunidad autónoma con un elevado número de personas mayores, ¿qué lugar ocupa la promoción del envejecimiento activo y la autonomía personal?

La protección y mejora de la calidad de vida de las personas es fundamental. Es preciso seguir reforzando el compromiso con el envejecimiento activo y el bienestar de las personas mayores y personas con discapacidad, un colectivo prioritario para la Xunta. En esta línea, estamos elaborando la que será la nueva Estrategia Gallega de Envejecimiento Activo desde la Innovación 2016-2020, con la participación de entidades, agentes sociales, universidades, tejido empresarial, organizaciones y demás colectivos interesados en esta cuestión. Los objetivos de esta Estrategia pasan por generar una conciencia favorable al cuidado de la salud y de la autonomía personal, promover la participación de los mayores en todos los campos de la vida, así como desarrollar medios y espacios que favorezcan la implicación activa, solidaria y comprometida de las personas mayores con su entorno. En definitiva, pretendemos que Ga-



José Manuel Rey Varela

Conselleiro de Política Social de la Xunta de Galicia

N

lia se sitúe a la cabeza de las comunidades autónomas en envejecimiento activo y saludable; y por eso en esta Estrategia también fijamos metas en terapia y formación.

.- ¿Qué novedades hay respecto a las mejoras técnicas aplicadas a la atención a las personas dependientes?

Estamos dando un salto cualitativo en las actuales políticas desde sistemas asistenciales, terapéuticos y de rehabilitación hacia la prevención y detección precoz de la dependencia. En este sentido, las mejoras técnicas, a través de las nuevas tecnologías, aplicadas a la atención a las personas en situación de dependencia resultan de vital importancia. Desde la Xunta se le da una prioridad destacable a la investigación y la innovación con la puesta en marcha de programas

specializados a través de un sistema instalado en la casa del usuario. Y además de servicios directos de atención, desde la Consellería se trabaja en la implantación de mejoras técnicas en la gestión, como la plataforma de expediente digital en el área de dependencia o la historia social única electrónica.

.- La esperanza de vida en Galicia se sitúa en 86 años, frente a los 82 de promedio nacional. Un gran reto...

El objetivo tiene que ser conseguir que nuestros mayores no sólo vivan más años, sino que lo hagan con la mayor calidad de vida durante el máximo tiempo posible. En la prevención, la detección precoz de la dependencia y la promoción de la autonomía personal están las llaves para que nuestros mayores puedan disfrutar de una

N *“Estamos elaborando la que será la nueva Estrategia Gallega de Envejecimiento Activo desde la Innovación 2016-2020”*

de teleasistencia avanzada: geolocalización; servicio de monitoreo del hogar de personas mayores que viven solas. Asimismo, se está colaborando con la Universidad de A Coruña para desarrollar un programa de Telegeronetología, una solución adaptada a personas mayores con el principal objetivo de que el usuario pueda residir en hogar propio hogar, retrasando su entrada en centros de atención es-

vida más saludable, independiente y activa. Continuamos reforzando nuestra apuesta por el bienestar de los mayores y sus familias, destinando más recursos económicos a servicios y programas. Estamos desarrollando una estrategia para la prevención y detección precoz de la dependencia y seguimos haciendo hincapié en la aplicación de las nuevas tecnologías, así como en la conveniencia de impulsar la parti-

cipación social de los mayores o la difusión de los hábitos saludables. Todo ello, insisto, con un objetivo esencial: seguir mejorando la calidad de vida de nuestros mayores.

.- ¿Novedades en la cartera de servicios específica para las personas que padecen alzhéimer?

Galicia cuenta desde el año 2013 con esta cartera de servicios específicos y especializados tanto en el ámbito de la promoción de la autonomía personal y prevención de la dependencia, como en el ámbito de la atención residencia básica y terapéutica, además de un servicio específico de ayuda en el hogar. Hay que señalar que esta cartera no solo define las prestaciones o el conjunto de actuaciones que constituyen el contenido de cada servicio a ofrecer a los usuarios, sino que también regula la financiación de estos servicios. Además, en estos momentos están en tramitación normas complementarias que establecen las condiciones especiales o arquitectónicas y de funcionamiento exigibles en cada caso: ratios de personal, perfiles profesionales, formación, protocolos, registros...

.- ¿En qué punto se encuentra la puesta en marcha del plan sobre envejecimiento activo?

Más allá de actuaciones y programas que la Xunta y diversas entidades llevan tiempo impulsando, lo que estamos haciendo ahora es elaborando una estrategia específica en este campo, que será muy ambiciosa y cuya vigencia alcanzará los próximos cuatro años. Esta estrategia se encuentra abierta a la participación de las administraciones públicas, la universidad, el tejido empresarial y la sociedad civil como componente fundamental: ciudadanía en general, agentes sociales, asociaciones, colectivos profesionales... Desde la Consellería de Política Social hemos cerrado una propuesta marco que actualmente está abierta a aportaciones y sugerencias. También está en marcha una investigación cuantitativa y cualitativa del perfil de las personas mayores de 55 años en Galicia, que incluye encuestas telefónicas a más de 800 personas y entrevistas con responsables de las entidades más destacables que trabajan en el ámbito del envejecimiento activo en nuestra comunidad autónoma. Y el siguiente paso será la creación de grupos de expertos para definir las medidas y actuaciones concretas que debe contemplar este plan sobre envejecimiento activo.

España, país de centenarios

Casi 15.000 personas ya tienen más de 100 años, más del doble que hace 15 años

Luis Fernández

Casi 15.000 españoles ya han soplado 100 velas en sus cumpleaños. El número de personas que supera la barrera de la centena de años se ha multiplicado en las últimas décadas y, aunque los motivos son diferentes en cada caso, existen características comunes que afectan a la inmensa mayoría. La mejora de las condiciones de calidad de vida es el argumento principal, ya que en este concepto se incluyen

La esperanza de vida de

años asciende exactamente a 84,2 años. Los habitantes de cien años o más crecieron en todas las autonomías del país, aunque la lista con más centenarios la lidera Madrid con 1.911 personas, seguida de Barcelona (1.911), Valencia (625) y Málaga, con 541 empadronados centenarios. En el lado opuesto, las provincias con menos personas en este tramo de edad son Teruel, con 74; Álava con 79; y Segovia con 84.



La cifra de mujeres con más de 100 años casi cuadriplica a la de hombres



Madrid, Barcelona y Valencia
son las regiones con mayor
número de centenarios

Los secretos de la longevidad en Acciaroli

Puede ser uno de los pueblos más longevos del mundo, con tasas muy bajas de enfermedades cardiovasculares y de enfermedad de alzhéimer. Es la villa italiana mediterránea de Acciaroli, que está llamando mucho la atención últimamente porque es objeto de la curiosidad científica. Un grupo de investigadores estadounidenses de la Universidad de California junto a sus colegas italianos de la Universidad de Roma La Sapienza, está comenzando una investigación que busca descubrir por qué en este pequeño pueblo hay alrededor de 300 centenarios, y de esos, el 20% pasa de los 110 años.

El objetivo de los investigadores es averiguar por qué este grupo de 300 personas está viviendo tanto tiempo, mediante la realización de un análisis genético completo y el examen de estilos de vida, como la dieta y el ejercicio.

De Acciaroli no se puede sacar una receta para seguir de forma estricta y tener así una vejez larga y saludable, ya que cada sitio es el resultado de complejos factores ambientales, biológicos y socioculturales prácticamente imposibles de reproducir fuera de su entorno. Pero sitios como Acciaroli sí pueden aportar conocimientos sobre los elementos que componen una vejez exitosa.

Aspectos tan importantes como la dieta, el ejercicio físico, las relaciones sociales, los avances médicos o la no contaminación. Estas son, según los expertos, las variables que han permitido prolongar el tiempo de vida de la población española. También influye la genética.

Según el último registro del Instituto Nacional de Estadística (INE), la cifra oficial a 1 de enero de 2015 de personas con más de 100

los españoles es la segunda más elevada del mundo (83,2 años), tan solo superada por la de Japón (83,4), y todo hacer prever que aumentará aún más a corto plazo. Los datos actuales indican que el número de centenarios crece aproximadamente un 10% cada año, pero el ritmo se acelerará ya que en la última década el número de personas que supera los 85 años se ha incrementado en más de 500.000.

Las cifras también evidencian importantes diferencias por sexos. En el conjunto de España, del total de personas centenarias, 11.512 son mujeres mientras que solo hay 2.975 hombres.

Regiones más envejecidas

Las regiones más envejecidas de España son Castilla y León, Asturias y Galicia. No son las que más centenarios tienen pero eso es únicamente debido a que son comunidades con menos población que otras. Eso explica que sean Madrid y Barcelona, las más pobladas del país, las que más personas

de 100 años o más tienen.

A modo de ejemplo, el Principado tiene 471 habitantes centenarios, el 3,5% del total de los que hay en España. Esto supone un incremento del 13,7% con respecto a enero de 2014, cuando eran 414, casi cuatro puntos por encima de la evolución media en España (10%). El incremento de personas centenarias en Asturias es el tercero mayor por comunidades, solo superado por el de la Región de Murcia, donde fue de un 16,6% en el citado periodo, y por el de Cantabria (16%).

Las generaciones que en

la actualidad superan los 100 años han tenido que superar acontecimientos históricos de gran relevancia, como la crisis del 29 o las dos guerras mundiales. Además, sus vidas estuvieron marcadas por la Guerra Civil y la posguerra, por lo que muchos de ellos tuvieron que pasar auténticas necesidades. Superar la barrera de los 100 años es algo que para la mayoría era impensable. Es por ello que ahora, en los casos en los que la salud se lo permite, es el momento de disfrutar de algo que realmente se merecen.

Las diez comunidades más longevas de España

Redacción

En la Comunidad de Madrid cada vez es más común que sus habitantes alcancen los cien años. Su esperanza de vida es de 84 años largos, siendo el grupo potencialmente más longevo de España. Según los datos de Instituto Nacional de Estadística, el segundo lugar en esperanza de vida es La Rioja y a poca distancia de la tercera, Castilla-León, con unos resultados definitivos de 83,61 años de vida media.

Los siete primeros en la clasificación de las comunidades más longevas superan de largo los 83 años de vida. La cuarta comunidad es Navarra con 83,46 años medios y la quinta el País Vasco, con una edad media de esperanza de vida de 83,35 años. Castilla-La Mancha es la sexta con 83,28 años de vida media, y Cataluña —la séptima del ranking del INE— la última que ofrece a sus ciudadanos 83 años, al superar por 17 centésimas esa barrera.

La octava posición la obtienen los gallegos con 82,92 años. La novena plaza es para los aragoneses que viven de media 82,86 años. Y cierra esta clasificación de los diez más longevos Cantabria, cuyos habitantes alcanzan los 82,79 años.

El resto de las comunidades se mueven entre los 79,88, la esperanza más baja que tiene Ceuta, o los 80,6 años de Melilla, y los 82,70 de las Islas Baleares. En los 82 años están también Canarias, Andalucía, el Principado de Asturias, Extremadura, la Comunidad Valenciana y Murcia.

Cien años no es nada

Eloísa Fernández, nacida en 1913, fue una mujer innovadora en tiempos difíciles

L. Losada

Innovadora, culta y luchadora incansable son tres rasgos que definen a Eloísa Fernández Granada, nacida el 3 de marzo de 1913 en Castiello, concejo de Parres (Asturias).

Los argumentos de Eloísa para explicar esta extensión de vida --cada vez más usual ya que los centenarios en Asturias son 471, según los datos del último padrón del Instituto Nacional de Estadística (INE)- son "estar soltera" y un afán de superación inquebrantable.

La mayor de siete hermanos, se convirtió en una segunda madre y aprendió muy pronto a hacer las tareas de la casa, incluso a cocinar porque no quería ir al campo. Cuando tenía 8 años, su familia se trasladó al pie del Sueve, a encargarse de una casería llamada El Oto. Era una casa aislada, que carecía de luz eléctrica y de agua corriente. Para lavar la ropa, tenían que ir al lavadero, junto a la fuente. En invierno, cuando quedaban incoyados por la nieve, derretían la nieve para conseguir el agua necesaria. Una vida dura para una niña soñadora a la que el pueblo le quedaba pequeño.

N “Estar soltera” es el argumento de Eloísa para justificar su longevidad

En 1927, cuando Eloísa terminó la escuela, con 14 años pidió el ingreso en la Normal de Magisterio, donde fue admitida, pero su padre no la dejó desplazarse sola. Oviedo, por lo que se frustró su vocación de maestra, aunque tuvo oportunidad de poder ejercer en la escuela de la parroquia de Cereceda, que no era un destino atractivo para las maestras. Le



Eloísa fue una apasionada lectora



Una imagen cuando cumplió 100 años

pidieron a Eloísa que se hiciera cargo de la escuela a cambio de medio sueldo. El otro medio se lo quedaba la titular de la plaza. Eloísa daba las clases y la maestra firmaba las actas a final de curso.

Enseñanza mixta

Como maestra, hizo algunas innovaciones: eliminó las clases de costura porque según Eloísa, esas cosas “se hacían en casa. Hay que aprovechar el tiempo en la escuela para aprender”. En otra ocasión, no había maestro para niños, por lo que no iban a la escuela. Entonces Eloísa decidió que fueran a la escuela de

niñas, por lo que durante algún tiempo, en Cereceda hubo enseñanza mixta en plena dictadura.

A los 53 años, por fin pudo dejar el pueblo y desplazarse a Oviedo, donde cogió el traspaso de una huevería. Pronto hizo buenos clientes pero no le gustaba el trabajo, y de nuevo su vena emprendedora le hizo aceptar la propuesta del padre Pérez del Molino para regentar una residencia universitaria femenina, de la que llegó a ser propietaria, alquilando más pisos en el edificio que dirigió con su sobrina María Jesús. Llegaron a tener 50 residentes.

Eloísa trabajó hasta los 75 años



Casa donde Eloísa pasó su infancia



Eloísa, en su juventud

y cuando se jubiló se trasladó a un apartamento con su madre, a la que cuidó hasta su muerte, con 105 años. Después, se encargó de la casa hasta los 95 años, cuando la pérdida de memoria le fue apartando poco a poco de su vida habitual y de su gran afición: la lectura.

Ahora, Eloísa vive tranquila y feliz en la residencia Santa Teresa, de Oviedo, donde recibe todos los cuidados y las visitas de su sobrina María Jesús, para quien es una segunda madre. Su travesía por una vida larga y plena, produce esa sonrisa inalterable y su espíritu luchador, una voluntad inquebrantable.

Coaching al servicio del gran reto social del siglo XXI: aprender a envejecer

Olga del Burgo



Coach y Terapeuta especializada en personas mayores Directora de Entheos Escuela de Coaching Senior e Intergeneracional

La ciencia nos ha concedido el don de la longevidad. Nuestro gran reto como individuos y como sociedad es ser capaces de aprender a honrar y disfrutar ese regalo.

¿Cuál es la aportación del Coaching a este cambio de paradigma a todos los niveles que suponen 20 o 30 años más de vida?

Vamos a intentar exponer qué aporta a los distintos actores que han de intervenir en lo que ha de derivar en un nuevo modelo de sociedad integrativa y colaborativa, en la que cada edad encuentra su lugar, su sentido y su contribución.

Pero ... ¿cuál es el punto de partida?

En un entorno social en el que la esperanza de vida es cada vez mayor, y la calidad de vida también, el mundo empieza a mirar esta realidad y a ponerse en marcha. Así, podemos ver ya movimientos asociativos, congresos, proyectos, acuerdos institucionales e iniciativas gubernamentales y de todo tipo, ... que investigan y trabajan para aportar soluciones a lo que supondrá uno de los cambios de paradigma de nuestro tiempo: aprender a envejecer de manera plena y con sentido.

Y es en este momento y en este entorno donde el Coaching se pone al servicio de cuatro actores fundamentales en este proceso de cambio:

- Los profesionales vinculados directamente con el mundo de la Geriatría

- Profesionales de otros ámbitos que ofrecen productos o servicios a personas mayores.

- El propio mayor.

- Familiares, empresas, instituciones ... y la sociedad en general.

Y es que desde mediados del siglo pasado al día de hoy se nos han concedido 20 ó 30 años más de vida, pero ... ¿sabemos disfrutar de este regalo, de este don de la longevidad?

Una realidad distinta

Lamentablemente, quedan todavía muchos estereotipos o actitudes prejuiciosas hacia las personas mayores por el mero hecho de serlo (edadismo). En general son consideradas frágiles, dependientes, depresivas, solitarias, con tendencia a la inactividad, rígidas y difíciles de tratar, incapaces para hacer muchas cosas, una carga para la sociedad ... etc, etc

La sociedad, al tener esa imagen del mayor, proyecta una mirada y un comportamiento hacia él en muchas ocasiones, que hacen que el mayor se mire a sí mismo de la misma forma y se comporte en consecuencia.



Para poder avanzar como individuos, como familias, como profesionales y como sociedad, necesitamos dar un primer paso sustituyendo esos estereotipos por creencias no sólo no limitantes, sino potenciadoras, que posibiliten una visión de la vejez mucho más ajustada a la realidad y a las últimas investigaciones al respecto. Y esta es la primera gran aportación del Coaching, que en su metodología incluye como uno de sus objetivos principales trabajar la percepción, qué estamos percibiendo y cómo, de manera consciente o inconsciente, para posibilitar el cam-

todo tipo que contribuirían notablemente a vivir esta etapa de la vida de manera más significativa, productiva y participativa, enriqueciendo a la sociedad en su conjunto, no sólo al mayor.

Con respecto a los profesionales relacionados con el mundo del mayor, el coaching les facilita de entrada ese cambio de mirada en caso necesario, y les proporciona recursos y herramientas que les ayudan en la gestión más eficaz de su trabajo en el día a día, en la gestión emocional que este muchas veces conlleva, así como en la resolución

posibilidades, a lo que contribuye el Coaching de modo significativo.

Con respecto a la persona mayor en sí, partiendo de un contexto de empatía, no juicio, congruencia y escucha profunda, el Coaching despierta el poder de transformación de la persona hacia la mejor versión posible de sí misma, ayudándole a darse cuenta de qué color son las gafas con las que está viviendo su momento presente, y a cambiarlas si es necesario. Es decir, trabaja la percepción de sí misma y de su entorno hacia una nueva percepción más capacitante. Genera un aprendizaje transformacional sobre cómo gestionar emociones, cómo generar emociones positivas, cómo utilizar el lenguaje como recurso y potente herramienta a favor de sí mismo para generar nuevas conversaciones que le ayuden a crear nuevas realidades y mejorar relaciones, cuestionarse, elegir y decidir qué incluir y qué dejar atrás en esta etapa de la vida, conectar con sus recursos y capacidades, y finalmente diseñar su propio proyecto de vida para esta etapa vital. Visión, objetivos, encontrar su "para qué", no sólo llenar estos años de actividad. Es tiempo de poner foco en enriquecer la vida, no sólo alargarla.

Como resumen diría que la gran aportación del Coaching es facilitar el aprender a envejecer con propósito y sentido, un objetivo a conseguir para crear un nuevo modelo de vida que inspire una sociedad y un mundo mejores.

Para empresarios que ofrecen productos y servicios para personas mayores, se hace necesario un punto de partida libre de estereotipos o falsas creencias

bio a nuevas percepciones y creencias que nos capaciten, permitiendo desde ahí un nuevo abanico de emociones que nos llevan actuar de modo distinto, y por tanto a crear una realidad también distinta, con más sentido y plenitud.

Una sociedad con creencias hacia la vejez más ajustadas a la realidad (por tanto más positivas, ya que estudios de la Universidad de Stanford demuestran que a medida que las personas envejecen, se vuelven más felices, más satisfechas y ven el mundo de manera más positiva) facilitaría evolucionar hacia comportamientos, productos y servicios de

de posibles conflictos cotidianos. El Coaching ayuda además a mejorar la percepción de su experiencia como profesionales, ya que al capacitarles y cualificarles con nuevos recursos, incrementa su motivación y su nivel de satisfacción en el trabajo, lo que revierte en mayor bienestar para los mayores y sus familias.

Para empresarios que ofrecen productos y servicios para personas mayores, se hace necesario un punto de partida libre de estereotipos o falsas creencias y el conocimiento y la comprensión del envejecimiento cuanto menos de un modo global y ajustado a la realidad de sus

Pensamiento positivo y longevidad: un antídoto contra la fragilidad

Prof. Dr. José Antonio Flórez Lozano



Catedrático de Cencias de la Conducta Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud. Universidad de Oviedo

Hoy es un buen día otoñal. Me acerco a Clementina, como siempre me recibe con una cara que rezuma risa, amabilidad, gratitud y bienestar. El tiempo para ella, perpetuamente bien. Su marido enfermo de alzhéimer, es un cielo; sus nietos en el paro encontrarán un buen trabajo... Hoy ha sido un día aciago, su marido ha estado muy agitado, se ha quejado toda la noche, ha estado muy irritable, agitado y ansioso, malas palabras, quejas y achaques y, a pesar de todo, sigue siendo un "cielo". Y todo ello, a pesar de que hoy no ha dormido bien, de que se mueve con bastante dificultad debido a su artrosis y al dolor insopportable. Pero Clementina, todo lo resuelve con una sonrisa, con un gran afán de superación. No conoce la fatiga, el aburrimiento o la desesperación. ¡Tengo que seguir luchando! ¡Nos hemos querido tanto! Sin duda, el amor todo lo puede. Me dice, yo estoy mal, pero otras están mucho peor... Y apostilla, ¡Estoy enamorada de la vida! ¡Es tan bella la vida!

El pensamiento positivo es la propia vida; un sistema de elección personal con resonancia neurobiológica que se traduce, generalmente, en bienestar y adaptación. Clementina es una persona que piensa, siente, reflexiona y expresa, ¡hoy es mi gran día! Seguro que lo será. Tal vez no le salga bien, tal vez haya contratiempos en la fragilidad de cada día; pero su forma de pensar es la actitud mental más poderosa para afrontar las vicisitudes cotidianas de nuestra existencia. El pensamiento positivo es el bálsamo terapéutico contra el miedo, la incertidumbre, la angustia y la infelicidad. El pensamiento positivo y la felicidad son esenciales para la armonía física y psíquica de nuestro organismo y para la salud integral. Es la gran reserva farmacológica para lograr el bienestar, la salud y la longevidad.

Está claro que mente y cuerpo se afectan mutuamente. Sin embargo, pensamientos negativos que nos causan enojo o rabia, producen un efecto bioquímico que aumenta nuestra adrenalina y cortisol. En situaciones normales las células de nuestro cuerpo utilizan el 90% de la energía en actividades metabólicas tales como reparación, renovación y formación de nuevos tejidos. Pero el pensamiento negativo (es-

pecialmente una situación de alarma o de estrés) implica que nuestro cerebro envíe un mensaje a las glándulas adrenales para que liberen cortisol, y esta hormona hace que el organismo libere glucosa a la sangre para enviar cantidades masivas de energía a los músculos, así todas las funciones de recuperación, renovación y creación de tejidos se paralizan. En efecto, el estrés, la ansiedad, la prisa, la urgencia, la preocupación, el mal humor, etc., hacen que nuestro cerebro cree situaciones inexistentes y, como respuesta química a ello, nuestro hipotálamo libera las hormonas correspondientes a un ataque o a una situación de peligro inminente... Y así, durante horas, días e, incluso, años. Muchas personas, cuidadoras como Clementina, viven en este huracán de emociones negativas. Su pensamiento, saturado de emociones negativas, destroza su equilibrio psicofisiológico por intoxicación bioquímica, ya que ningún organismo puede vivir permanentemente en estado de shock, peligro o miedo continuado. El pensamiento negativo, incluso, induce el metabolismo catabólico para resolver esa situación de alarma.

Por el contrario, Clementina es maestra en crear pensamientos positivos de calma y de serenidad que implican un efecto de relajación que le permite respirar en forma adecuada y saludable y disfrutar de un efecto balsámico en su sistema



tiene un gran poder terapéutico y es capaz de invertir el curso de una dolencia..

En general, las personas con un pensamiento más optimista, como Clementina, responden ante situaciones de preocupación y/o angustia con respuestas de inmunocompetencia, es decir, con una mayor actividad de las células NK (Natural Killers). El pensamiento positivo, además, se corresponde con un mejor estado de ánimo, una mayor actividad intelectual y una mejor conectividad social. Además, el pen-

de las variables que se ha mostrado útil en relación a la superación del cáncer y otras enfermedades graves. El estilo de pensamiento positivo de Clementina, activa conductas prosociales o de servicio a los demás y aumenta el sentido de la propia valía personal, de la autoestima y, especialmente, de "sentirse útil". El pensamiento positivo está asociado a estrategias de afrontamiento más activas y a conductas eficaces de solución de problemas y autocuidado. Asimismo, ayuda en la construcción de una vida feliz, saludable, productiva y con significado. La llave de las emociones positivas la tenemos nosotros. Por eso, para nuestra salud es esencial buscar situaciones positivas y agradables: escribir, escuchar música, leer, pasear, reír, jugar, descansar, conversar con amigos, contemplar, observar, ayudar, amar, deleitarnos con recuerdos agradables, etc., que te hagan sentir un gran bienestar. Así, por ejemplo, la gratitud aumenta la satisfacción con la vida, incrementa el optimismo y reduce la incidencia de los estados depresivos. En fin, "pensar bien", lo mejor que puedes, es la mejor medicina para combatir miedos y emociones tóxicas que perjudican seriamente nuestra salud y nuestro bienestar. ¡Sigamos a Clementina! Es una maestra habilidosa en el arte del pensamiento positivo y en la magia del saber vivir.



El pensamiento positivo tiene un gran poder terapéutico y es capaz de invertir el curso de una dolencia

nervioso central (SNC). Como ella dice, "soy la mujer de los mil comienzos"; me caigo pero inmediatamente me levanto y mi entusiasmo e ilusión de la vida, despeja la niebla del pesimismo. Sin embargo, cuando recreamos en nuestra mente situaciones de amargura, agobio y tristeza, tenemos una caída en la energía psíquica (astenia psíquica) y sentimos un déficit de motivación para seguir viviendo. Por lo tanto, es esencial ser consciente de nuestros pensamientos y prestar atención sobre cómo afectan a la salud integral. El pensamiento positivo

samiento positivo de Clementina, se sustenta en fortalezas y valores como la amabilidad, el amor, el trabajo, la curiosidad, la creatividad, la prudencia, la humildad, el amor, la apreciación de la belleza, la gratitud, el entusiasmo, la valentía, la honestidad, la perseverancia, la felicidad y la religiosidad/espiritualidad. Aproximadamente, el 90% de nuestra vida depende de nosotros y, en gran parte, la gestionamos con nuestros pensamientos, actitudes y estados anímicos..

El optimismo de Clementina es especialmente relevante pues es una

El 70% de las familias que reciben ayuda de sus mayores no podrían vivir dignamente sin ella

Según el último Informe Mayores UDP, los que menos tienen, son los que más ayudas imprescindibles realizan

Redacción

La ayuda económica de las personas mayores es imprescindible para que miles de familias puedan vivir dignamente. Así se desprende del último Informe Mayores UDP, que recoge opiniones de mayores de 65 años recogidas durante el último mes. Según los datos del informe, dos de cada tres personas mayores que ayudan a familiares (66,9%) realizan una ayuda económica imprescindible para que los receptores puedan vivir dignamente.

Del análisis de los datos se desprende que los que menos tienen, son los que más ayudas imprescindibles realizan, pues el porcentaje entre quienes tienen capacidad de gasto insuficiente (86,8%) es significativamente superior al registrado entre aquellos que cuentan con una capacidad equilibrada (62,4%) o alta (65,0%). Y este tipo de ayuda es mucho más habitual en



grandes ciudades (83,4%), que en ámbitos rurales (54,2%).

Para el presidente de Unión Democrática de Pensionistas, UDP, Luis Martín Pindado, "los datos demuestran que nuestro sistema de pensiones está siendo crucial para que cientos de miles de familias españolas no caigan en la desesperación y la miseria. Por eso es fundamental que podamos asegurarla ahora, para las generaciones futuras".

La solidaridad de los progenitores se ha consolidado como una estrategia clave para la adaptación a la complicada situación económica que padecen muchos ciudadanos españoles.

Empleo suficiente y de calidad

Un 44,2% de personas mayores ayuda hoy a sus familiares. Se trata de un porcentaje considerable, aunque 15 puntos inferior al máximo registrado en 2014, que era de 59,5%. El porcentaje de personas mayores que ayudan económicamente a algún familiar en 2010 era del 15,1%, y ha ido aumentando hasta el 2014 que alcanzó el máximo de la serie analizada (59,5%).

N Casi la mitad de las personas mayores (44,2%) ayudan o han ayudado económicamente a algún hijo/a, familiar en los últimos dos años

El 84,9% de los mayores que han proporcionado ayudas económicas, las han destinado exclusivamente a sus hijos o hijas, siendo éstos los principales receptores de las mismas.

"Lo realmente imprescindible es que nuestro país sea capaz de generar empleo suficiente y de calidad. Sin empleo no hay posibilidad de crear y mantener familias con varios hijos, y tampoco se pueden generar cotizaciones estables que garanticen las pensiones. Es triste saber que cientos de miles de familias no llegan a fin de mes sin la ayuda de sus mayores, pero es que en el futuro, puede ser mucho peor", ha manifestado el presidente de UDP Luis Martín Pindado.

Tercera edición del Premio de Investigación AEPUM

El plazo para la presentación de trabajos finaliza el 15 de septiembre

Redacción

La Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores convoca el Premio de Investigación AEPUM, para distinguir los mejores trabajos de investigación realizados sobre temas y áreas de formación e investigación coincidentes con los objetivos e intereses desarrollados desde la asociación. El premio pretende ser un reconocimiento que la asociación otorga a investigadores que dedican su esfuerzo a la búsqueda de soluciones innovadoras en favor del aprendizaje permanente, como medio para fomentar la formación, el desarrollo personal y la mejora de la calidad de vida de las personas mayores.

Podrán optar al premio de Investigación AEPUM 2016 los trabajos que no hayan sido premiados en otras convocatorias o certámenes. La extensión máxima será de 30 páginas.

El plazo para la presentación de trabajos quedará abierto hasta 15 de septiembre. El jurado resolverá en el plazo máximo de tres meses y hará público su veredicto en la web de AEPUM (<http://www.aepumayores.org>) y en otros medios. El autor/a del trabajo seleccionado recibirá como premio mil euros y la invitación a presentar el trabajo en el marco de una ponencia en el evento organizado por AEPUM.

nosotros

ASCEGE renueva su junta directiva

Arsenio Alonso es el nuevo presidente de la Asociación de Centros Geriátricos del Principado de Asturias



Arsenio Alonso Collada

Redacción

Arsenio Alonso Collada sustituye a Paulo González como presidente de la Asociación de Centros Geriátricos del Principado de Asturias. En una asamblea celebrada el pasado 13 de abril, la organización aprobó unos nuevos estatutos y la renovación de su junta directiva.

El nuevo equipo se ha puesto a trabajar inmediatamente y ya ha mantenido una reunión con Graciela Iglesias, gerente del ERA, que han calificado de "gratificante y cercana". En esa reunión, le han explicado los objetivos de ASCEGE para este año, entre los que se encuentran el de impulsar la actividad sociocultural de la asociación, la elaboración de guías y protocolos médicos de enfermería conjuntos, la formación continua de los profesionales que trabajan en los centros y el asesoramiento y apoyo legal a los asociados. En la actualidad, los 26 centros que forman la asociación, todos ellos acreditados oficialmente por la Administración pública, ofrecen un total de 1.320 plazas concertadas.

Ésta es la composición de la nueva junta directiva: presidente: Arsenio Alonso-Collada (Grupo Instituto); vicepresidenta: Mónica Díaz Monasterio (Lar de Noega); secretaria: María Soledad Mesa Rodríguez (Geriátricos del Principado); tesorero: José Ramón Carreño García (Residencia Jovellanos); vocales: Leonardo Díaz García (La Minería), José Gutiérrez Rodríguez y Agustín Álvarez Álvarez (Geriátrico Luanco), Tomás Antuña García (Residencia Sierra del Cuera, Posada de Llanes), José Ramón Campos Mulero (I G Astur) y José Emilio Fernández Núñez (residencia Ave María).

Segunda edición de los Premios Fundación Pilares a las Buenas Prácticas

El plazo de presentación finaliza el próximo 17 de junio

Redacción

Con el fin de reconocer y visibilizar aquellas iniciativas que avanzan hacia la mejora continua de la calidad de vida de las personas que requieren apoyos, Fundación Pilares para la Autonomía Personal convoca la segunda edición de los Premios Fundación Pilares a las Buenas Prácticas relacionadas con el Modelo AICP.

Podrán participar en la presente edición de los premios todas aquellas iniciativas que pertenezcan o se adhieran a la Red de BBPP, y que formalicen su candidatura tal y como se explica en las Bases. El pla-

zo de presentación a los premios finaliza el próximo 17 de junio.

Las buenas prácticas galardonadas optarán a dos tipos de premios, independientes entre sí:

– Premio más popular: Recibirán un diploma acreditativo cada una de las experiencias que, en las diferentes categorías, hayan tenido más votos vía Internet.

– Premio del Jurado: Cada una de las experiencias que, en las diferentes categorías, hayan sido consideradas mejores prácticas por el jurado recibirán el Trofeo del galardón (pieza escultórica única) más un obsequio adicional.

Fundación PILARES
para la autonomía personal



II PREMIOS

Fundación PILARES
para la autonomía personal

2016

a las Buenas Prácticas relacionadas con el Modelo de Atención Integral y Centrada en la Persona

Más información en: http://www.fundacionpilares.org/modeloyambiente/premio/premios_fundacionpilares.php

XV Concurso Literario UDP

Redacción

Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España (UDP), con la financiación del IMSERSO y la colaboración del Grupo de Balnearios Cofrentes, convoca el 15 Concurso Literario UDP.

Podrán participar todos los socios de UDP, jubilados, pensionistas o mayores de 65 años, que lo deseen y acrediten. El plazo de presentación de los trabajos finaliza el 30 de junio. Cada participante podrá presentar un único trabajo de hasta 10 páginas, por una sola cara y a doble espacio, en lengua castellana, pudiendo adoptar la forma

XV
Concurso
Literario
UDP



de cuento, relato o ensayo. El tema de los relatos será de libre elección. No se admitirán trabajos de poesía.

De entre todos los trabajos recibidos, se seleccionarán cuatro que serán premiados con tres días / dos noches de estancia para dos personas en el Hotel Balneario Cofrentes, con

masaje o paseo en barco. Incluye pensión completa, alojamiento en habitación doble compartida, circuito termal diario y un masaje o un paseo en barco, tanto para el ganador como para el acompañante.

Más información en:
<http://www.mayoresudp.org>

CONJUPES otorga su premio 2016 a Afundación

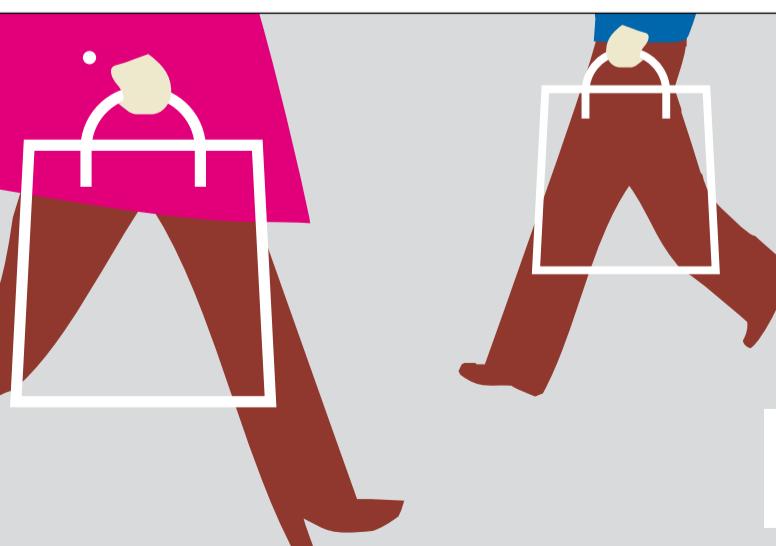
Redacción

La Confederación Nacional de Jubilados y Pensionistas de España (CONJUPES) ha otorgado su premio 2016 a Afundación, en reconocimiento al trabajo que desarrolla esta entidad para poner en valor el papel de las personas mayores en la sociedad, a través de su área de Envejecimiento Activo, una de sus tres líneas de actuación estratégicas.

El presidente de CONJUPES, Vicente Sanz Fernández, entregó el galardón a Miguel Ángel Escotet, presidente de Afundación, en el transcurso del congreso que CONJUPES celebró en Vigo y en el que Miguel Ángel Escotet subrayó la importancia que tiene para Afundación el trabajo en el ámbito del envejecimiento activo.

“Las personas de más edad ofrecen valiosos recursos, a menudo ignorados, que realizan una importante contribución a la estructura de nuestras sociedades. En Afundación somos conscientes de todo este valioso potencial y para ello trabajamos para potenciar su participación en la sociedad, de acuerdo con sus deseos, sus necesidades y sus capacidades”, destacó Escotet.

Comercio local,
sin ir más lejos



El futuro de la ley de dependencia

Redacción

Josep de Martí ofreció en Ovida Centro Intergeneracional, en Oviedo, el pasado 18 de abril, la conferencia 'Hacia una segunda ley de dependencia', en la que analizó la situación actual de la dependencia en España y cómo nos encaminamos hacia una segunda ley de dependencia.

"Hace años creímos que en España éramos ricos y fue entonces cuando España decidió que sus ciudadanos merecían un derecho más: el de recibir atención si la edad o la enfermedad les hacía necesitar ayuda. Pero este derecho sería universal y subjetivo y se convertiría en el cuarto pilar del Estado del Bienestar, al igual que la sanidad, las pensiones y la educación. Sería caro, pero nos lo podríamos permitir. Nuestros gobernantes -destacó De Martí- decidieron que a pesar de todo sacarían adelante el proyecto y nos engañarían a todos".

En 2006 se aprobó la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a la Dependencia, conocida con el nombre de Ley de Dependencia, para atender las situaciones de ayuda vital de personas mayores y/o con algún tipo de discapacidad. Esta ley, tal y como se redactó, "ha sido un fracaso. No soy el único –puntualiza De

Martí- que lleva años diciendo que esta ley es insostenible tal y como se ha redactado, y que es técnicamente mala. Pero, qué hacemos ahora?", se preguntó el conferenciante.

Nuevas necesidades

Las claves de la segunda ley pasan, para Josep de Martí, en primer lugar por el "sentido común, elaborando la nueva ley paso a paso; empezando por los que más la necesitan, con la universalidad para la gran dependencia y un copago equitativo". Además, destacó De Martí, "dejar que los



Josep de Martí

el "mayor reto será encontrar cuidadores".

Además, Josep de Martí incidió en los nuevos perfiles y necesidades de los seniors del siglo XXI, que están dando lugar al nacimiento de nuevas tendencias, muchas provenientes de los países del norte de Europa. Una de ellas, nacida en 1969 en Dinamarca, se llama 'cohousing' y hace referencia a una comunidad "colaborativa, que está planeada y gestionada por sus residentes según el modelo que ellos mismos deciden, lo que les permite definir el proyecto según sus necesidades específicas. Se gestiona habitualmente con el modelo de cooperativa de cesión de uso". En España hay ya varias comunidades y algunas más en proyecto.

Josep de Martí, gerontólogo social y especialista en derecho público, creó hace 15 años el portal Inforesidencias.com. Recientemente, ha publicado 'Cómo nos engañaron con la Ley de Dependencia', en el que analiza minuciosamente, con un lenguaje accesible, el desarrollo y los errores de la ley de dependencia.

SUSCRÍBASE A

nosotros

por sólo 8 euros al año



LOS MAYORES
DEL SIGLO XXI



BOLETÍN DE SUSCRIPCIÓN

nosotros

LOS MAYORES
DEL SIGLO XXI

Nombre y apellidos:

Dirección:

Población:

Provincia:

CP:

NIF/CIF:

Teléfono:

Fecha de nacimiento:

Email:

*Enviar este boletín por correo a TILO Servicios Ocioculturales S.L., calle General Elorza, 68 - 2º E 33001 - Oviedo Tel.: 985 295 741
La cancelación se comunicará con un mes de antelación*

Cheque adjunto a nombre de TILO S.L.
C/ General Elorza, 68 - 2º E 33001 - Oviedo

Ingreso en la cta. de TILO S.L.
nº 0081 5323 35 0006106917

Domiciliación bancaria: Les ruego carguen hasta nuevo aviso a mi nombre en la cuenta:



Nombre y apellidos del titular

Fecha Firma

A partir del Nº

IMPORTANTE:
Enviar justificante del pago junto con el boletín de suscripción

Discriminación y nuevos modelos de atención, a debate en el XXVIII congreso de la SGXX

El Congreso Internacional de la Sociedade Galega de Xerontoloxía e Xeriatría, de carácter internacional, se celebró en Lugo

Redacción

"Los prejuicios hacia las personas mayores, el edadismo, es una discriminación muy grave que, entre otras, deriva en la eliminación de sus más básicos derechos, en la justificación y uso de malas prácticas e incluso en el maltrato en su atención", fue el mensaje central de Miguel Ángel Vázquez Vázquez, presidente de la Sociedade Galega de Xerontoloxía e Xeriatría (SGXX), en la apertura del congreso internacional de la SGXX que se celebró en Lugo los días 22 y 23 de abril.

"Los estereotipos negativos, la imagen distorsionada de las personas mayores está muy presente en la mentalidad, cultura y formación no sólo de los adultos, sino también de los jóvenes", subrayó Vázquez, de ahí "la importancia de potenciar la gerontología y la geriatría".

Vázquez propone la gerontología y la geriatría como "herramientas e instrumentos para superar esta situación, difícil de identificar debido a su aceptación social, a la falta de definiciones operacionales en relación con la estereotipia del lenguaje y la falta de herramientas de medición apropiadas". No en vano los nuevos modelos de Atención Integral Centrada en la Persona (AICP) fueron también parte protagonista del congreso, que tuvo por primera vez en sus 28 años de historia un marcado carácter internacional, con la participación de varios ponentes de reconocido prestigio de Galicia y el resto del Estado, de Portugal, Paraguay o Chile.

En el encuentro se debatieron los últimos retos, novedades y avances, "no sólo en el sector científico y médico, es decir, geriátrico", matiza Vázquez, sino también "en el ámbito sociológico, social y personal como supone la gerontología".

Un evento que "por primera vez es internacional" insistió Vázquez, "para darle impulso a los avances, experiencias, contenidos y novedades más relevantes que se están produciendo en Galicia y



Mesa inaugural del congreso

el resto del mundo en geriatría y gerontología, teniendo en cuenta que nuestra comunidad cuenta con áreas geográficas como Lugo y Ourense con índices de envejecimiento del entre el 24 y el 32 de la población con más de 65 años, unas de las más altas del mundo".

Bienestar y participación

Por otra parte, la presidenta de la Fundación Pilares, Pilar Rodríguez Rodríguez presentó el modelo de Atención Integral Centrado en la Persona (AICP) que lleva introduciendo desde hace unos años en diversos centros de personas mayores.

Según explica esta experta, los modelos de AICP -ya implantados con tremendo éxito y desde hace años en países del norte de Europa o Estados Unidos, por ejemplo- promueven "las condiciones necesarias para la mejora de la calidad de vida y el bienestar de la persona, partiendo del respeto pleno a su dignidad y derechos, de sus intereses y preferencias y contando

"Los prejuicios hacia las personas mayores, el edadismo, es una discriminación muy grave", destacó Miguel Ángel Vázquez

con su participación efectiva". Y es que, añade, las transformaciones sociales de los últimos años como el progresivo envejecimiento de la población, el cambio de rol de las mujeres o el modelo de familias, fundamentalmente, "han modificado radicalmente nuestra sociedad y las necesidades de las personas".

Para Pilar Rodríguez, uno de los cambios que garantiza una atención de calidad, centrada en la personas, pasa por la implantación a nivel general del modelo de la AICP cuyos principios "parten de que todas las personas somos iguales en dignidad y derechos, pero cada una es única y diferente del resto, por lo que desde los sistemas de protección social estamos obligados a personalizar la atención para que, además de ofrecer cuidados a quienes los necesitan, se promueva que cada persona pueda mantener su propio estilo de vida y siga controlándola con los apoyos que precise".

Grandes Vecinos hacen grandes barrios

La asociación Amigos de los Mayores gestiona la iniciativa en Madrid

Redacción

Con ocasión del Día de la Solidaridad Intergeracional, la asociación Amigos de los Mayores ha desarrollado, bajo el lema 'Grandes Vecinos hacen Grandes Barrios', una acción de 'street marketing' para visibilizar entre los vecinos de Madrid la situación de soledad que sufren muchas personas mayores y proponer la solidaridad vecinal como alternativa. La acción tuvo lugar en la Plaza de Chueca y contó con la participación de varios protagonistas del programa.

Grandes Vecinos es una iniciativa que ya funciona en Francia con éxito desde hace 5 años y que ahora llega a España de la mano de Amigos de los Mayores. La iniciativa lleva en marcha varios meses en diferentes barrios de la capital española, poniendo en contacto a vecinos de los



Los vecinos establecen una red de contactos

barrios de Madrid con sus Grandes Vecinos (vecinos con más de 65 años) para establecer una red de contactos y pequeñas acciones en soporte tecnológico: dar un paseo, realizar la compra, hacer una llamada telefónica, celebrar encuentros en alguna cafetería del barrio, etc. Las personas mayores a su vez tienen la posibilidad de intercambiar favores con ellos (regar las plantas, cuidar alguna mascota, etc.).

Las acciones quedan registradas a través de una plataforma web que ayuda a hacer un seguimiento a todos los vecinos y coordinarse mejor. Grandes Vecinos empezó su acción a finales de 2015 en el Barrio de Chueca y hoy ya funciona en otros vecindarios como Malasaña, Tetuán o Lavapiés

Guardianes de la autonomía personal

El Centro de Recuperación Funcional Ovida es un innovador espacio con las técnicas más novedosas

Redacción

Conseguir la independencia dentro de la dependencia, con las técnicas más novedosas y con las mejores instalaciones, es el objetivo del Centro de Recuperación Funcional puesto en marcha recientemente en Oviedo para atender las necesidades en el ámbito socio-sanitario de todos los ciudadanos. No sólo se tratan dolencias y lesiones fisioterapéuticas tradicionales, sino que yendo un paso más allá, se ofrece una atención al usuario que trate de prevenir futuras dolencias derivadas de la actividad de vida diaria.

Este innovador centro especializado, ubicado en el centro intergeneracional Ovida, en Oviedo, está dirigido fundamentalmente a trabajar con las personas mayores que han visto reducidas sus capacidades psicofísicas, con el objetivo de frenar y recuperar la mayor autonomía posible, recuperando, potenciando e integrando al paciente a sus roles de independencia máxima.

El CRF Ovida lo componen las siguientes unidades:

Una Unidad asistencial con 9 apartamentos estándar y 10 apartamentos superiores.

Un Centro de día, con comida y transporte, que ofrece una atención integral a la persona mayor que ha visto mermada su autonomía, cubriendo íntegramente sus necesidades, así como la de sus familiares durante el día, pero manteniendo al usuario en el medio habitual de vida

Un Centro de rehabilitación ambulatoria, con programas individualizados y colectivos, según patologías y necesidades. Incluye: gimnasio de rehabilitación, sala de pilates, piscina y parque biosaludable.

Además, en el CRF OVIDA, un equipo de profesionales atiende desde el tratamiento y

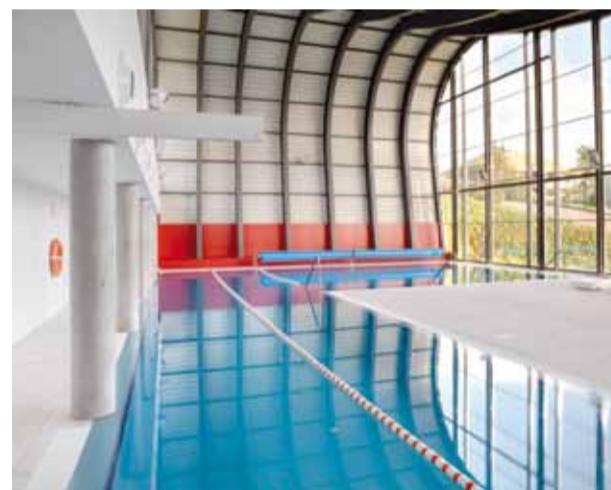
la recuperación en Traumatología, Neurología, Cardiovascular y Respiratorio, y Patologías viscerales y geriátricas.

Terapias

Rehabilitación acuática: Se benefician de estos tratamientos las personas de cualquier edad que presenten cuadros agudos y/o crónicos derivados de enfermedades reumatológicas (artritis, fibromialgia),



El centro está ubicado en el centro intergeneracional Ovida



El centro cuenta con piscina

lesiones ortopédicas y/o traumatológicas (escoliosis, cervicalgias, lumbalgias, esguinces, fracturas, situaciones de poscirugía: ligamentoplastias, prótesis, etcétera) y patologías neurológicas (párkinson, ACV, lesiones medulares, esclerosis múltiple, retraso en el desarrollo motor...).

Programa 'Halliwick Therapy': El perfil de las personas que se pueden beneficiar de

este tipo de terapia es cada vez más amplio: desde enfermos con parálisis cerebral, retraso motor, hemiparesias, hemiplejias, paraplejias, tetraplejias o esclerosis hasta pacientes con afecciones traumatológicas tras la cirugía o pacientes con problemas de equilibrio.

Programas de pilates de máquinas: Se trata de un método muy efectivo que evita los problemas y dolores de espalda.



Se ofrece una atención al usuario para prevenir futuras dolencias

UniPost
Servicio Postal Global

EL CORREO QUE COMUNICA.

SERVICIOS POSTALES EMPRESARIALES

Cartas Ordinarias

Envíos Certificados **Envíos Publicitarios**

Revistas y Publicaciones Periódicas

Servicio de Recogidas

Manipulados **Uniburofax**

Unipack

UNIPOST OVIEDO

CALLE EVARISTO VALLE 26 BAJOS - 33011 - OVIEDO
TLF: 985 148 526 - FAX: 902 555 242

Email: oviedo@unipost.es - Web: www.unipost.es

SERVICIOS DE COMUNICACIÓN

Proyectos de comunicación empresarial:

- Plan de medios
- Identidad corporativa
- Diseño de páginas web
- Producción y organización de eventos
- Diseño y realización de stands

SERVICIOS EDITORIALES

Producción y realización a medida de publicaciones, libros y revistas, tanto para empresas como para entidades.

C/ General Elorza, 68 - 2º E
33001 Oviedo
T: 667 536 744
607 414 880
comunicacion@tilomayores.com

TIL
COMUNICACIÓN

Amma El Pinar y Amma Diagonal implantan la terapia con animales

La compañía fue pionera en estas actividades, que contribuyen a la mejora del estado psicosocial de los residentes

Redacción

Las residencias para personas mayores Amma El Pinar (Cuenca) y Amma Diagonal (Barcelona) acaban de implantar la terapia asistida con animales como parte de la cartera de servicios que ofrecen a sus residentes y usuarios de centro de día.

Según numerosos estudios, estas actividades con animales que viene realizando el Grupo Amma, y de las que fue pionero, estimulan a nivel físico a los mayores mediante tareas como sacarles de paseo, cepillarles el pelo o jugar con ellos. Además, suponen también una contribución a la mejora del estado psicosocial de los mayores, al fomentar en ellos la alegría y combatir posibles signos de depresión.

La actividad se está llevando a cabo en colaboración con diversas asociaciones (Gudcan en el caso de El Pinar y Al perro verde en Diagonal), con la ayuda de los departamentos de terapia ocupacional, psicología, fisioterapia y animación de los centros.



En cada actividad participan entre 8 y 15 residentes

Las terapias se harán semanalmente y en cada una de ellas participarán aproximadamente entre 8 y 15 residentes.

La primera sesión fue todo un éxito. Los residentes interactuaron con los perros, que les hicieron pasar muy buenos momentos, además de conseguir objetivos terapéuticos muy interesantes y satisfactorios para ellos.

Las terapias se harán semanalmente y en cada una de ellas participarán aproximadamente entre 8 y 15 residentes.

La primera sesión fue todo un éxito. Los residentes interactuaron con los perros, que les hicieron pasar muy buenos momentos, además de conseguir objetivos terapéuticos muy interesantes y satisfactorios para ellos.



Centro Geriátrico MORATE

Centro geriátrico MORATE
Avda del Cristo, 67
33006-Oviedo
Telf: 985238653

blancogeriatrica@gmail.com

Geriatros incorpora la residencia Fuente Cubas, su primer centro en Murcia

La compañía tiene centros en 12 comunidades autónomas

Redacción

La compañía Geriatros amplía su red de centros de atención a las personas mayores con la adjudicación de la gestión y el mantenimiento de la residencia de mayores Fuente Cubas, de Cartagena, adscrita al Instituto Murciano de Acción Social. Con la incorporación de su primera residencia en la comunidad murciana, Geriatros cuenta ya con 46 centros de mayores y de atención a la salud mental.

La residencia de Fuente Cubas cuenta con 120 plazas en espaciosas habitaciones, todas ellas dotadas de baño adaptado, además de cuatro plazas destinadas a la unidad de cuidados especiales. El centro también ofrece 40 plazas de centro de día.

Geriatros atiende en la actualidad a 5.451 mayores en toda España y a cer-



Residencia de mayores Fuente Cubas, en Cartagena

ca de 700 personas con algún tipo de enfermedad mental en doce comunidades: Galicia, Asturias, Cantabria, La Rioja, Navarra, Castilla y León, Madrid, Castilla La Mancha, Valencia, Murcia, Andalucía y Canarias. Para ello cuenta con una plantilla integrada por más 3.700 profesionales, entre los que se encuentran médicos de familia, médicos especialistas, enfermeros, trabajadores sociales, psicólogos, animadores socioculturales, terapeutas ocupacionales, gerocultores, fisioterapeutas y personal de administración, limpieza, cocina y mantenimiento.

BBVA vende su negocio de residencias a Orpea

Redacción

BBVA ha cerrado la venta de su participación en Sanyres al grupo galo Orpea.

De esta manera, el accionariado de Sanyres queda dividido entre Orpea, que se convierte en mayoritario con el 33,5% que ostentaba BBVA; Cajasur (33,3%) y el grupo cordobés que fundó la compañía hace 15 años, Prasa, que tiene un 27,5%.

Sanyres emplea a más de 1.500 personas y factura al año unos 50 millones



de euros. La mayoría de las residencias se encuentra en Madrid y Andalucía, aunque también está presente en Galicia, Castilla y León, y La Rioja.

El grupo gestiona, además, cuatro complejos hoteleros para seniors, situados en Madrid, Puerto Banús, Marbella y Huelva.

En plena ciudad, con zonas ajardinadas.

Habitaciones dobles e individuales, todas con baño.

Estancias permanentes, temporales, de recuperación hospitalaria y fines de semana.

Disponemos de terapia ocupacional, peluquería, podología, fisioterapia, además de ATS y cocina propia.

40 aniversario de las colonias de niños y jóvenes con diabetes en Asturias

La celebración organizada por ASDIPAS y el HUCA se celebra el 21 de mayo en Andorcino (León)

N. Martínez

La Asociación de Diabéticos del Principado de Asturias (ASDIPAS) y el Hospital Universitario Central de Asturias (HUCA) ultiman la celebración del 40 aniversario de Colonias para Niños y Jóvenes con diabetes en Asturias. El lugar elegido para la jornada es Andorcino (León), donde se celebraron las primeras colonias para niños y jóvenes con Diabetes. Se trata de un evento donde recordar y reunir al mayor número posible de participantes en las mencionadas colonias durante estas cuatro décadas para revivir la experiencia así como realizar un homenaje por su labor a todo el equipo sanitario, educadores y organizadores de estas colonias entre los años 1976 – 2016.

La celebración tendrá lugar el sábado 21 de mayo, y durante la jornada se desarrollarán varias ponencias a cargo de los doctores Francisco Díaz Cadorniga y Edelmiro Méndez, así como de Francisco Félix Pérez Labajos, presidente de ASDIPAS. Tras el almuerzo de confraternización se presentará una recopilación de imágenes de los 40 años de campamentos y para clausurar el acto Asdipas nombrará su socio de honor.

Dentro de los programas de educación sanitaria para personas con diabetes, los Campamentos Educativos para Niños con esta enfermedad son una actividad tremadamente útil y su eficacia está mundialmente reconocida. Desde el descubrimiento de la insulina, el tratamiento de la diabetes como enfermedad metabólica ha dado un salto espectacular, la diabetes se convirtió en una enfermedad crónica que había que cuidar en el día a día y en



Desde 1976 se han organizado 28 campamentos educativos

el que las políticas de prevención ayudan a mantener un mejor control sobre los niveles de salud para los enfermos diabéticos. El conocimiento de su patología y el saber qué hacer en cada momento permite a los diabéticos manejarla en la vida cotidiana y evitar, o al menos retrasar en el tiempo, las complicaciones derivadas de la diabetes en otros órganos: riñón, vista, aparato dental, etc.

Campamentos educativos para niños con diabetes

El primer Campamento Educativo celebrado en España fue la experiencia denominada 'Colonia' en 1966, organizada por el Hospital de la Cruz Roja de Madrid, institución sanitaria que en aquellos momentos centralizaba el tratamiento de los niños con diabetes de toda España. Fue dirigida por los doctores Cadorniga y Brazales, celebrándose en Torrelaguna (Madrid). A partir de ese momento se

fueron desarrollando actividades similares repartidas por el territorio nacional.

El Principado de Asturias fue la primera comunidad autónoma en organizar una colonia regional dedicada a niños en 1976. Desde esa fecha, se han organizado 28 Campamentos Educativos para Niños y Jóvenes con Diabetes en Asturias, contando con una asistencia de más de mil niños y jóvenes a lo largo de estos 40 años.

Desde 1976 a 1981, los campamentos se realizaron en Ardoncino (León), en 1982 en La Vecilla (León) y desde 1983 a 1987 en Serantes (Asturias). A partir de esa fecha surgió un conflicto con las autoridades sanitarias que impidió la organización de las colonias, y aquellos/as niños/as cuya asistencia a esta actividad se consideraba prioritaria, fueron a otras colonias organizadas en distintas comunidades. A partir de 2012, ASDIPAS empezó a trabajar en colaboración con el Servicio de Endocrinología del HUCA y el campamento se desarrolló en La Isla (Colunga). En el 2013, en Belmonte de Miranda; en 2014, en el Albergue municipal de San Martín de Teverga, y en 2015, en el Hotel Adelina de Cangas de Onís.

"Por nuestros campamentos han pasado niños y jóvenes de toda España. En los primeros años el 30% de los asistentes era de otras comunidades" afirma Francisco Pérez Labajos. "Para los niños es positivo, además de aprender a desenvolverse con otros niños con su misma enfermedad luego crean lazos de amistad entre ellos, aunque muchas veces ya se conocen de sus visitas al hospital", concluye.

Una gran proporción de los casos en aumento de diabetes se podrían evitar con hábitos de vida saludable

La Fundación de la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha centrado el Día Mundial de la Salud en esta enfermedad, cuya prevención y abordaje son prioritarios

Redacción

El incremento de los casos de diabetes está asociado al aumento de la obesidad y del sedentarismo, por lo que los hábitos de vida saludables juegan un papel cada vez más importante tanto para su prevención como para conseguir un adecuado control una vez diagnosticada la enfermedad. Así lo ha puesto de relieve la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), en el marco del Día Mundial de la Salud, que este año la Fundación de la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo ha centrado en esta enfermedad, cuya prevención y abordaje es prioritario.

"Desde la SEEN nos sumamos al llamamiento de la OMS y queremos destacar que, a pesar de que la epidemia de diabetes está aumentado rápidamente en muchos países, especialmente en países en vías de desarrollo, una gran proporción de los casos de diabetes son prevenibles", afirma la Dra. Rebeca Reyes, coordinadora del Grupo de trabajo de Diabetes Mellitus de la SEEN y de la Unidad de Endocrinología del Hospital General Universitario Rafael Méndez de Lorca.

En España, según los últimos datos publicados, un 13,8% de la población padece diabetes tipo 2, y un 6% lo desconoce. Además, un 14,8% de la población sufre algún trastorno de la tolerancia a la glucosa. Sin embargo, "algunas medidas simples relacionadas con el modo de vida se han revelado

eficaces para prevenir o retrasar la aparición de la diabetes tipo2. El mantenimiento del peso normal, la realización de actividad física periódica y una dieta sana pueden reducir el riesgo de diabetes", asegura la Dra. Reyes.

Además, los expertos quieren resaltar que la diabetes se puede tratar, se puede controlar y prevenir sus complicaciones. Según constata la OMS, el mayor acceso al diagnóstico, la educación sobre el control personal de la enfermedad y el tratamiento asequible son componentes fundamentales de la respuesta.

Objetivos del Día Mundial de la Salud

Los objetivos del Día Mundial de la Salud 2016 centrados en la diabetes son los siguientes:

- Intensificar la prevención, mejorar la atención y reforzar la vigilancia sobre la enfermedad.
- Aumentar la concienciación acerca del aumento de los casos de diabetes y de sus consecuencias.
- Impulsar un conjunto de actividades específicas, eficaces y asequibles para hacerla frente, con medidas para prevenirla y diagnosticarla, y tratar y atender a quienes la padecen.
- Presentar el primer informe mundial sobre la diabetes, que describirá la carga y las consecuencias de la diabetes y abogará por sistemas de salud más sólidos que aseguren una mejor vigilancia, una prevención reforzada y una atención más eficaz.

Libro Blanco para luchar contra el Párkinson

Las asociaciones reclaman una atención multidisciplinar y el acceso a terapias específicas

L. Fernández/Oviedo

La Asociación Párkinson Asturias, la Asociación Parkinson Jovellanos Principado de Asturias y la Federación Española de Párkinson (FEP) presentaron el "Libro Blanco del Párkinson en España: aproximación, análisis y propuestas de futuro", en el Auditorio de Oviedo. Los objetivos que se buscan con la publicación del Libro Blanco son: prestar una especial atención a las personas afectadas que entran en las fases avanzadas de la enfermedad, potenciando los Servicios de Atención Domiciliaria y facilitar su acceso a estas personas. Garantizar el acceso a un diagnóstico precoz, mediante protocolos especializados dirigidos tanto a profesionales de Atención Primaria como a neurólogos generalistas.

A la presentación del libro acudieron: Hilda Álvarez, vocal de la Asociación Párkinson Asturias; Juan Tuñón, presidente de la Asociación Párkinson Jovellanos Principado de Asturias; Mª Jesús Delgado, presidenta de la Federación Española de Párkinson; y de las doctoras Renée Ribacoba, neuróloga y especialista en Parkinson y Rosario Luquin, neuróloga de la Clínica Universitaria de Navarra.

Nueva Junta Directiva de la Asociación

Por otro lado, la Asociación Párkinson Asturias aprobó la renovación de su junta directiva. Los nuevos cargos directivos son: presidente: Santiago García Martínez; vicepresidenta: María Camino Prieto Rodríguez; secretaria: Laura Álvarez Valdés y tesorero: José Alberto Fernández Núñez.

15 millones de cuidadores no formales se enfrentan a la incontinencia urinaria crónica en Europa

Redacción

La demografía global, el estilo de vida y las tendencias clínicas sugieren que el número de personas con incontinencia crónica en el mundo aumentará bruscamente en los próximos años. El Foro Global de Incontinencia ha sido, durante dos días en Berlín, el escenario de ponencias y mesas de trabajo en las que han participado responsables políticos, organizaciones civiles y de pacientes, profesionales de la salud y de cuidado social, expertos y representantes de los distintos sistemas públicos sanitarios de todo el mundo, en busca de nuevas alternativas de atención y soluciones para todas las personas que sufren esta enfermedad.

Las conclusiones de los paneles de debate y de las presentaciones sugieren enfocar esfuerzos en el cuidado de la incontinencia crónica, teniendo en cuenta la voz y necesidades de los cuidadores, la aceleración del envejecimiento de las sociedades, la atención de las necesidades individuales de los pacientes y la adaptación de la financiación de la incontinencia en diferentes países en función de cada requerimiento.

Vivir más y mejor

Niclas Jacobson, del Ministerio de Salud de Suecia, planteó que el envejecimiento de las sociedades y la necesidad de establecer estrategias de cuidado a largo plazo se pueden abordar a través de la adaptación de políticas públicas. En este sentido, Maiwenn All, de la Universidad Erasmus (Países Bajos) ha presentado un caso de estudio en el que analizaba las consecuencias financieras de añadir la especialización de enfermería en la gestión de la incontinencia urinaria dentro de las prácticas de atención del sistema de residencias y atención domiciliaria holandés. Con la aplicación de este modelo, según All, el ahorro por parte del sistema de salud podría alcanzar los 200 millones de euros.

Por otra parte, las organizaciones civiles y de pacientes sugieren que es imprescindible considerar la opinión del paciente antes de determinar el producto que le ayudará en mayor medida a



La incontinencia puede producir un profundo impacto negativo en la calidad de vida

tener una vida digna e independiente, abandonando el paradigma de que una misma solución puede ajustarse a todos los perfiles de pacientes.

Los cuidadores: una voz que debe ser escuchada

La incontinencia puede producir un profundo impacto negativo en la calidad de vida de las personas, no sólo en los pacientes, sino también en los cuidadores no profesionales. Se estima que 15 millones de cuidadores no formales se enfrentan

N Una atención orientada al paciente y el envejecimiento de la población marcan las posibles pautas de acción en la gestión de la incontinencia

día a día a la incontinencia urinaria crónica en Europa. La ponencia "El coste de la inacción. Consecuencias de unos inadecuados cuidados de la incontinencia" contempló la importancia de incluir políticas de prevención en el tratamiento de la incontinencia crónica, con el objetivo de "generar ahorro para los sistemas de salud y asistencia".

Por otra parte, el gran reto identificado por los expertos ha sido el de cómo garantizar la viabilidad económica de la gestión de una enfermedad crónica y masiva. Para los panelistas, la respuesta pasa por explorar nuevos modelos de financiación y oportunidades para el cuidado de la enfermedad centrado en las personas y la eficiencia de costes.

En particular, los expertos han apuntado la identificación de los principios de calidad esenciales y los indicadores de actuación que ayuden a impulsar una gestión de la incontinencia de manera más sostenible, eficiente y centrada en el paciente, según queda recogido en el modelo Optimum Continence Service Specification (OCSS).

La incontinencia urinaria en España

Se estima que en España la prevalencia de la incontinencia crónica está alrededor de 4-8%, sin embargo, es una patología infra diagnosticada en ocasiones por el miedo y estigmatización del propio paciente y otras veces por la escasa sensibilización y detección de los propios profesionales sanitarios.

La incontinencia crónica ocupa el quinto lugar en cuanto a impacto en calidad de vida de los pacientes por encima de la diabetes y del infarto de miocardio. A pesar de esto, sólo un 50% de las personas que sufren la enfermedad buscan ayuda de un profesional.

"Charla con la neuróloga", en los centros de día Sanitas Mayores

Redacción

Problemas de memoria, atención, concentración o capacidad ejecutiva son los principales indicadores que pueden alertar sobre la aparición de deterioro cognitivo. Ante los primeros síntomas es clave acudir a un especialista para realizar una valoración adecuada. La sensibilización en la detección de este tipo de síntomas es uno de los objetivos de la iniciativa "Charla con la neuróloga", organizada por el Centro Fermín Caballero y el Centro de día Clara del Rey, de Sanitas Mayores.

Con este formato, Sanitas Mayores inicia una serie de encuentros informativos para familiares y cuidadores sobre deterioro cognitivo y demencia.

"Si hay despistes más frecuentes de lo habitual en edad avanzada se debe realizar un estudio para descartar una enfermedad neurodegenerativa. La valoración de un neurólogo es fundamental para determinar si los síntomas se deben a una enfermedad o al proceso normal de envejecimiento" explica la neuróloga Pilar de Luis.

ADANSI celebra su 25 aniversario

N. Martínez/Oviedo

Más de un centenar de personas se dieron cita en el Hotel OCA Santo Domingo de Oviedo el pasado 15 de abril en la cena de celebración del 25 aniversario de la Asociación de familiares y personas con Autismo (ADANSI). Al evento acudió Pilar Varela, consejera de Servicios y Derechos Sociales del Gobierno del Principado de Asturias y Marisa Ponga, concejala de Atención a las personas e Igualdad del Ayuntamiento de Oviedo, además de otros representantes de administraciones locales, familiares, trabajadores y personas que han colaborado durante este cuarto de siglo con la asociación.

Carmen de la Rosa, presidenta

de ADANSI, ejerció de anfitrióna en un emotivo discurso en el que hizo un recorrido por la historia de la asociación, así como hizo hincapié en la necesidad de ofrecer ayuda y atención sobre todo a los niños, ya que en los últimos diez años el incremento ha ascendido a un 600%. Bajo el título AtreveTE-A-emocionarte, ADANSI quiere poner en valor el trabajo constante de un colectivo que lleva 25 años construyendo marcos de inclusión para las personas con Trastornos del Espectro Autista en Asturias.

Éste fue uno de los actos organizados con motivo del 25 aniversario, que comenzaron con la iluminación en azul de la cúpula del Centro Niemeyer, en Avilés;



Pilar Varela, Carmen de la Rosa y Marisa Ponga

la mesa redonda en la Universidad de Oviedo 'Mirando a los ojos del autismo' o la celebración de un derbi solidario entre veteranos del Real Sporting y del Real Oviedo, en el Palacio de los Deportes de Gijón.

Ondas para la memoria

El programa 'Mayores en las ondas' se emite desde centros residenciales de carácter público

L. Losada

La radio ha tenido, desde sus comienzos, un vínculo muy especial con las personas mayores. Es un medio muy familiar, cercano, como una amiga o una confidente. Así, 'Mayores en la ondas', creado en 2010, se emite desde centros residenciales, abordando contenidos de actualidad, de interés para los mayores –en su mayoría personas dependientes-, con un enfoque jovial y optimista, amenizados con música de los años 40 a 70, así como publicidad de la época.

Se trata de un programa de envejecimiento activo del Área de Atención a la Dependencia de la Fundación Salud y Comunidad (FSC), que se emitió desde la Residencia y Centro de Día de Palacio de Raga, en la ciudad de Valencia y, posteriormente, desde la Residencia y Centro de Día de Puzol (Valencia), servicios pertenecientes a la Conselleria de Bienestar Social de la Generalitat valenciana, gestionados por la Fundación Salud y Comunidad.

"Se trata de un proyecto novedoso. No nos consta que exista un programa de radio de estas características en los centros residenciales de



A la izquierda, Amparo Suay, directora del proyecto "Mayores en las Ondas"

y la integración social de las personas mayores que colaboran habitualmente en el programa. Destacaría -prosigue Suay- la espontaneidad de los usuarios/as por la cercanía que ofrece el medio. Los mayores que participan en el programa nunca dejan de sorprendernos. ¡Cuántas veces en medio de una entrevista y al hilo de lo que estaban explicando, se han puesto de forma improvisada a cantar, a recitar una poesía, o a contar un chiste! Son unos verdaderos artistas", destaca Suay.

Difusión

'Mayores en las Ondas' se emite a través de la megafonía de los servicios de mayores gestionados por FSC, organización sin ánimo de lucro, de ámbito estatal y con proyección internacional.. En muchas ocasiones, los contenidos de este programa, generalmente los que están más ligados a la actualidad, han generado otros espacios de debate en los centros residenciales.

El programa se emite, además, desde sus inicios, en dos emisoras de radio: Radio Cabrera de Mar, en Barcelona, y Radio 7, en Alicante. Y, como quiere destacar Amparo Suay, "estamos abiertos a que más emisoras, que estén interesadas en emitir nuestro programa, lo hagan".

Por otra parte, también se difunde a través de la página web, donde se pueden descargar los últimos programas (www.fsc.org/tag/mayores-en-las-ondas).

Los mayores que colaboran en esta actividad –en su mayoría, mujeres- tienen una edad media de 65 años, no presentan deterioro cognitivo y tienen un grado de dependencia moderado.

También participan usuarios de otros centros de mayores gestionados por la Fundación Salud y Comunidad, tanto de la Comunidad Valenciana, como de otras autonomías en las que el Área de Atención a la Dependencia tiene presencia, seis en total.



Es un programa de envejecimiento activo del Área de Atención a la Dependencia de la Fundación Salud y Comunidad (FSC)

mayores de carácter público, a nivel nacional", comenta Amparo Suay, directora del proyecto 'Mayores en las Ondas'.

"La iniciativa surgió hace 6 años al plantearnos el efecto terapéutico que podía tener esta actividad en los usuarios/as sin deterioro cognitivo o con deterioro cognitivo leve. Con el tiempo, se ha visto que ha sido así, contribuyendo a mejorar la autoestima, la relación intergeneracional



El objetivo principal del programa de radio es el de mejorar la calidad de vida de las personas y facilitar la integración social de los grupos más desfavorecidos o en riesgo de exclusión.



La falta de orientación e información limita el acceso de los cuidadores a su acreditación

14

Las instituciones que prestan servicios de atención a personas dependientes, sea en domicilio, sea en instituciones, podrían perder su acreditación para proveer de tales servicios, si a día 31 de diciembre de 2017 no tienen a todo su personal acreditado. Los ritmos de habilitación oficial de los profesionales de este ramo son bien distintos, según la comunidad autónoma de que se trate, lo que coloca en desventaja a las personas empleadas de aquellas regiones que no han desarrollado su capacidad de acreditación al ritmo de las demás.

3 SIF Seniors International Festival, en Almería, del 14 al 22 de octubre

6 Doce municipios asturianos quieren ser Concejos amigables con las personas mayores

12 Vicente Sanz: "Nuestro esfuerzo está dirigido a evitar la pérdida de los logros conseguidos"

13 Concurso de huertos para los mayores en residencias de la Comunidad de Madrid

21 Las nuevas tecnologías, un gran aliado para las personas discapacitadas

SOCIEDAD

Asturias tendrá revisados los 3.373 expedientes del ERA antes de octubre

10

PENSIONES

Las organizaciones de mayores piden un Pacto de Estado

22



ENTREVISTA

Arsenio Alonso
Geriatra. Presidente de ASCEGE

"Falta mucho para la dignificación, consolidación y profesionalización del sector"

11

EDITORIAL

El riesgo de vaciar la hucha de las pensiones

La hucha de las pensiones quedará vacía en dos años si el Gobierno sigue haciendo uso de ese fondo al ritmo actual. El Ejecutivo en funciones continúa utilizando los ahorros que la Seguridad Social tiene en el Fondo de Reserva y solo en el mes de julio ha gastado otros 9.700 millones. Si no se incrementan los ingresos por cotizaciones o se toman otro tipo de medidas, los expertos señalan que en 2018 la 'hucha' quedará sin un euro.

La importancia del problema pone sobre la mesa la necesidad de reformar el actual sistema. En la gran mayoría de las comunidades autónomas los ingresos por cotizaciones no son suficientes para cubrir el pago de las prestaciones, y solo la solidaridad interterritorial permite que el sistema sea viable. Aún así, si no se toman medidas, no lo será por mucho tiempo.

Para paliar el problema a corto plazo y evitar la toma de medidas impopulares, como puede ser la implantación de un nuevo impuesto que aporte nuevos recursos al sistema, el Gobierno de Rajoy se ha limitado a utilizar la hucha de la pensiones. Si se tratase de un hecho puntual, no sería un problema, pero desde 2012 se han gastado 56.901 millones de los 66.815 millones que había en el Fondo de Reserva. Por tanto, solo queda disponible el 37% de lo que había hace cuatro años. Además, el ministerio de Empleo ya ha anunciado para diciembre otra nueva disposición de otros 8.700 millones, a los que habrá que sumar otros 1.000 más en enero para pagar también las retenciones fiscales.

Expertos apuntan a "reexaminar" los sistemas de financiación de la Seguridad Social, recalmando que lo más "urgente" de los españoles es que el Pacto de Toledo "empiece a funcionar cuanto antes. Sin demoras".

El problema es evidente y la toma de soluciones para corregirlo se hace imprescindible para evitar el colapso del sistema actual.

CONGRESOS/ JORNADAS

4 al 10 de septiembre. Palma de Mallorca.

IX International Summer Senior University: 'Healthy lifestyles A Mediterranean experience in Mallorca'

Organiza: Consell de Mallorca, Universitat de les Illes Balears.

Más información:

www.summersenioruniversity.uib.eu

21 al 23 de septiembre. Alicante

I Congreso Internacional sobre Investigación e Innovación en Enfermedades Neurodegenerativas

Más información: www.cibermed.es

22 de septiembre. IMSERSO (Madrid)

Jornada 'Análisis y debate de la problemática diaria de los centros sociosanitarios'.

14 al 22 de octubre. Almería

SIF Seniors International Festival .

Más información:

<http://www.seniorsfestival.org/>

19 al 21 de octubre. Castellón

20 Congreso Nacional Farmacéutico

Más información: <http://www.portalfarma.com/>

21 al 23 de octubre. Bilbao

20 edición Nagusi.

Más información:

nagusi.bilbaoexhibitioncentre.com

27 y 28 de octubre. Jaén

Congreso Intersectorial Envejecimiento y Dependencia, organizado por la Fundación Ageing Social Lab, con el apoyo de la Junta de Andalucía, la Diputación Provincial de Jaén y la Universidad de Jaén.

Más información

<http://www.envejecimientoydependencia.com/index.php?lang=es>

28 y 29 de octubre. Bilbao

Séptima edición Salón Sin Barreras.

Más información: Leer mas:

<http://www.europapress.es/euskadi/noticia-palacio-euskalduna-acogera-28-29-octubre-edicion-salon-barreras-20160716141446.html>

Editora - directora: Isabel Díaz García

direccion@tilomayores.com

Redacción: Luz Losada, Luis Fernández, Miguel Núñez,
Sara Conde

e-mail: redaccion@tilomayores.com

Fotografía: Archivo

e-mail: publicidad@tilomayores.com

Telfs.: 667 53 67 44 - 675 33 12 60

Suscripciones: 985 29 57 41

Diseño y maquetación: Luis Fernández

D.L.: AS 397-1999

www.nosotroslosmayores.es



NosotrosLosMayores



NOSOTROS los mayores

Edita: TILO S.L.

C/ General Elorza, 68 - 2º E
33001 Oviedo
Telf: 985 29 57 41

Dirección Madrid:

C/ Luis Carreño, 11
28750 Madrid
redaccionmadrid@tilomayores.com

"Nosotros los mayores" no se hace responsable de la opinión de sus colaboradores. Queda prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos sin autorización expresa de la empresa editora.

Premios Fundación SARquavita

Los galardones tienen una dotación total de 20.000 euros y se distribuyen en cinco categorías

Redacción

La Fundación SARquavita ha presentado la convocatoria de sus premios, con el objetivo de reconocer iniciativas destinadas a mejorar la atención de las personas mayores y/o en situación de dependencia y conseguir una mayor sensibilización respecto a las mismas y a todo lo referente al envejecimiento. Los premios tienen una dotación total de 20.000 euros y se distribuyen en cinco categorías.

La primera edición de los Premios Fundación SARquavita, coincide con el XXV aniversario de la compañía y quieren destacar el compromiso que ha mantenido la compañía a lo largo de su historia con la profesionalización y la puesta en marcha de iniciativas que pongan en valor una atención de calidad, humana y especializada hacia las personas mayores y/o en situación de dependencia. Estos premios se enmarcan en los actos de este aniversario que incluyen numerosas actividades, para promover los valores propios de la compañía, tanto entre sus trabajadores/as como en la sociedad en general.

Hasta el 5 de octubre de 2016, los candidatos podrán presentar sus proyectos para participar en esta convocatoria, cuyo fallo tendrá lugar en Barcelona en el mes de noviembre durante la Gala del XXV Aniversario de la compañía.

Las categorías

• **Premio Nuestros Abuelos**, destinado a estudiantes de escuelas primarias, a la mejor iniciativa de interacción, proyecto, actividad, acto o campaña de promoción de los valores de aprecio, cariño, respeto, admiración, compromiso o agradecimiento hacia los mayores.

• **Premio Mejor trabajo o proyecto de investigación** sobre las personas mayores, destinado a estudiantes de bachillerato o formación profesional, al mejor proyecto de investigación vinculado con los mayores, la dependencia, el

envejecimiento, el bienestar o el agradecimiento a los mayores.

• **Premio Personas Mayores Activas y Solidarias**, destinado a colectivos de personas mayores, a la mejor acción de carácter social, cultural o solidaria orientada a las propias personas mayores y en reconocimiento a la labor de colectivos o entidades de mayores.

• **Premio Mejor práctica en el cuidado de mayores**, destinado a profesionales del sector, a la mejor práctica de atención sanitaria, cuidados a las personas mayores, en situación de cronicidad o dependencia, programas con familias, terapias, proyectos de prevención o proyectos innovadores.

• **Premio Rigor y sensibilidad hacia las personas mayores**, destinado a medios de comunicación, dirigido a artículos, reportajes, entrevistas, etc. sensibilizados con los problemas relacionados con las personas mayores o en situación de dependencia.

Con estos premios, SARquavita no sólo reconoce las iniciativas y proyectos, sino que también les brinda su apoyo económico para que puedan convertirse en instrumentos de transformación y sensibilización de la sociedad, razón por la cual los ha dotado con 20.000 €

Según destacó el director de la Fundación SARquavita, Javier Jiménez, "estamos convencidos que los premios van a contribuir a descubrir y hacer públicas grandes iniciativas que ya se están llevando a cabo por parte de escuelas, personas y entidades en pro de la atención a las personas mayores. Para SARquavita es un honor y una satisfacción reconocerlas, apoyarlas y unirnos a su esfuerzo".



PREMIOS XXV ANIVERSARIO



Nace el Instituto de la Segunda Juventud

Redacción

El Instituto de la Segunda Juventud se pondrá en marcha a partir del mes de septiembre con el objetivo de convertirse en una plataforma que dé voz y visibilidad a los mayores de 55 años y hacerles visibles para el resto de la población. Así, a través de la web www.institutodelasegundajuventud.com, los mayores de 55 años podrán expresar sus deseos, inquietudes y sueños que no pudieron realizar en su día por falta de tiempo libre

En la presentación del Instituto de la Segunda Juventud, que tuvo lugar en el hotel Vincci The Mint, de Madrid, participaron cuatro mayores, entre ellos la actriz Lola Herrera, quien a sus 81 años ha defendido que los mayores son "un activo importante" de la sociedad y tienen "mucho que decir y que aportar".

"España es uno de los países con más mayores del mundo y se calcula



María Escario y Lola Herrera

que será el primero en 2050. La pirámide de la población ha cambiado sensiblemente; nuestros mayores son el 32% y su perfil no es como era antaño. El estereotipo ha cambiado y lo que hace falta es que la sociedad y los políticos se den cuenta", destacó la periodista María Escario, que actuó como moderadora.

Carmen García Revilla, nueva presidenta de CEOMA

Redacción

La Asamblea General de la Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA) ha elegido a Carmen García Revilla nueva presidenta de esta entidad. Recoge el testigo de José Luis Méler y de Ugarte tras ocho años en el cargo.

Tras el nombramiento, García Revilla ha manifestado su compromiso de "aunar esfuerzos y voluntades" para mantener y mejorar la calidad de vida de los mayores y para que CEOMA "sigue siendo una digna y gran confederación de referencia en el mundo del mayor a nivel nacional e internacional".

La nueva presidenta es licenciada en Ciencias Biológicas y experta en nutrición. Ha desarrollado su carrera profesional fundamentalmente en la enseñanza, tarea que ha compatibilizado durante un tiempo con la investigación en el área químico-biológica. Desde 1995 es catedrática de Ciencias



Carmen García Revilla

Almería acogerá del 14 al 22 de octubre un evento internacional que reunirá a más de 4.000 personas



Comparte Tu Pasión
del 14 al 22 Octubre 2016



Redacción

SIF Seniors International Festival es un evento festivo/deportivo de carácter internacional y multidisciplinar, que tendrá lugar en Almería y provincia del 14 al 22 de octubre, organizado por ASIAL (Asociación de Seniors Internacionales), con la colaboración de IFES (Inter Festival Seniors) y la Empresa Municipal de Turismo del Ayuntamiento de esta capital andaluza.

El SIF organizará más de 150 competiciones en distintas modalidades, que tendrán lugar en un entorno ideal para fomentar el intercambio cultural, la amistad y la convivencia. La vida saludable será el eje de las jornadas propuestas para aquéllos que participen en el SIF, que también ha programado distintos espectáculos.

SIF Andalucía es un festival especialmente diseñado para los seniors de los 5 continentes, mayores de 50 años y que tengan un espíritu joven y activo.

Más información: <http://www.seniorsfestival.org/>

Cátedra Sanyres en Geriatría Personalizada

Surge de la colaboración entre Grupo Sanyres, Fundación de Investigación HM Hospitales y la Universidad CEU San Pablo

Redacción

Ramón Berra de Unamuno, director general de Grupo Sanyres; Alfonso Moreno, presidente del Patronato de la Fundación de Investigación HM Hospitales (FiHM) y Antonio Calvo, rector de la Universidad CEU San Pablo han firmado un convenio de colaboración para la creación de la Cátedra Sanyres en Geriatría Personalizada.

Este convenio nace en virtud de la colaboración entre Grupo Sanyres, la Fundación de Investigación HM Hospitales y la Universidad CEU San Pablo.

Esta cátedra tiene por objetivo mejorar la asistencia sanitaria del paciente geriátrico para ofrecer una atención integral e individualizada para hacer realidad una medicina personalizada y de calidad en este grupo de pacientes.

El director de la Cátedra será José Barberán, profesor de la Universidad CEU San Pablo; que junto con Bernardo López, codirector y representante de Sanyres en esta iniciativa; serán los encargados de impulsar el desarrollo de las actividades de la misma.

Se desarrollarán tres actuaciones:

Proyectos de I+D+i en la atención del paciente geriátrico, utilizando las nuevas



Ramón Berra de Unamuno, Alfonso Moreno y Antonio Calvo

tecnologías sanitarias para personalizar su atención sanitaria y mejorar su calidad de vida. Desarrollo de programas de actuación para profesionales sanitarios centrados en la atención geriátrica personalizada, individualizada y humanizada. Educar a los pacientes geriátricos para el uso de las nuevas tecnologías y recursos de la telemedicina en su día a día para mejorar su bienestar y calidad de vida.

Segunda edición del Máster en Atención Integral y Centrada en la Persona



Redacción

La Fundación Pilares y la Universidad de Vic, con la colaboración de la Universidad de Deusto, organizan la segunda edición del Máster en Atención Integral y Centrada en la Persona.

Este máster está dirigido a personas licenciadas, graduadas o diplomadas universitarias interesadas en el modelo AICP aplicado a los servicios sociales, de la salud o sociosanitarios de los ámbitos de envejecimiento, discapacidad o cuidados de larga duración.

El objetivo es formar profesionales capacitados para diseñar, dirigir, intervenir, gestionar o investigar en programas o recursos dirigidos a personas con discapacidad, en situación de dependencia y/o cronicidad basados en la AICP.

Entre las novedades de esta 2ª edición es que puede cursarse en modalidad online o semipresencial.: Más información: <http://www.uvic.cat/formacio-continua/es/masters/master-en-atencion-integral-y-centrada-en-la-persona-en-ambitos-de-envejecimiento-y-menos>

Nuevo programa de IL3-UB

Redacción

El Instituto de Formación Continua de la Universitat de Barcelona (IL3-UB) ha puesto marcha la nueva convocatoria de sus Másters y Postgrados especializados en atención a personas mayores y con dependencia.

Los programas, online y semipresenciales, están dirigidos a profesionales de los sectores sanitario, social y sociosanitario, así como de otras disciplinas, que estén interesados en adquirir o ampliar conocimientos acerca de las personas mayores y en la defensa de los derechos y mejora de la calidad de vida de las personas mayores, en la protección de sus intereses y en el desarrollo de una atención personalizada.

Amplia oferta

La oferta de másters, postgrados y cursos de especialización del instituto es la siguiente: Postgrado en Atención al Paciente Crónico, Máster en Gerontología Social, Postgrado en Dirección y Gestión de Centros Residenciales y Otros Recursos Gerontológicos, Postgrado en Atención Enfermería en Cuidados Paliativos y el Máster en Prevención y Tratamiento de la Violencia Familiar: Infancia, Pareja y Personas Mayores.

Más información:

<http://www.il3.ub.edu/es/Home.html>

Optimización del Entrenamiento en los Adultos Mayores

Redacción

En colaboración con el Ilustre Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la CV (COLEFCAFECV) y bajo la dirección de Vicente Carratalá Deval (profesor titular del Departament d'Educació Física i Esportiva de la Universitat de València) y Cristina Blasco Lafarga (ayudante doctor, departament d'Educació Física i Esportiva de Universitat de València), la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universitat de Valencia presenta la tercera edición de su Máster Propio de Optimización del Entrenamiento en los Adultos Mayores: de la Terapéutica al Atleta Máster.

El programa formativo consta de cuatro módulos (Envejecimiento y caracterización del adulto mayor; Contextualización y metodología de la actividad física en el adulto mayor; Danza, juego y propuestas deportivas; Entrenamiento y mejora de la capacidad funcional; y Especialización y planificación del atleta máster), que se completan con prácticas en empresas externas y un trabajo de investigación.

Más información: <http://postgrado.adeit-uv.es>

Máster en Dirección y Gestión de Centros Gerontológicos

La Facultad de Psicología de la Universidad de Salamanca presenta una nueva edición de su Máster en Dirección y Gestión de Centros Gerontológicos, impartido en la modalidad semipresencial.

Este Máster, dirigido por María Belén Bueno Martínez, se fundamenta en la promoción de la calidad de vida y la garantía de los derechos de las personas con deterioro por envejecimiento y otras patologías de carácter invalidante, a partir de la difusión de una formación acorde con unos estándares de calidad, actualización de recursos, puesta en marcha de estrategias y compromiso con los avances en la atención y la relación centrada en la persona.

Más información: www.usal.es

Formación en Enfermería Geriátrica

La Sociedad Española de Geriatría y Gerontología (SEGG), a través de su Campus Virtual, comenzará a impartir el próximo 28 de septiembre la segunda edición de su Máster de Actualización y Desarrollo Profesional en Enfermería Geriátrica, en formato on-line, una titulación de la Universidad Pontificia de Salamanca, que otorga 60 créditos ECTS.

El programa de formación se estructura en 6 módulos, que tienen una duración de 2 años con 700 horas lectivas, incluyendo un módulo de casos prácticos en métodos de intervención.

El curso estará acreditado por la Sociedad Española de Geriatría y Gerontología, la Comisión Nacional de Formación Continuada del Sistema Nacional de Salud y al finalizar el curso se obtendrá el título de postgrado universitario Máster en Enfermería Geriátrica y Gerontológica por la Universidad Pontificia de Salamanca.

Más información: www.livemed.in

100 años de amor a Avilés, la docencia y la lectura

José Ramón Ovies fue homenajeado en el Centro Social Covadonga de Oviedo

N. Martínez

José Ramón Ovies Ruiz se convirtió en centenario rodeado de los compañeros de su grupo de lectura junto a la Alejandra Fernández, la directora y otros trabajadores del ovetense Centro Social Covadonga en un entrañable acto sorpresa. Mientras el homenajeado leía su biografía a sus colegas lectores, hizo entrada una tarta con velas que José Ramón sopló emocionado, el número 100 representa una vida llena de historia.

Nació en Avilés el 23 de abril de 1926 en la calle Ruiz Gómez. Los buenos resultados obtenidos en el Liceo favorecieron la obtención de una beca para estudiar Magisterio, terminando la carrera poco antes de estallar la Guerra Civil. Fue movilizado y destinado a un destacamento en el concejo de Ponga. Desplomado el frente de Asturias en Lugones, cae prisionero de los moros y pasa por la cárcel Modelo de Oviedo y por un campo de concentración en Grado. Gracias a la familia y



José Ramón recibió un homenaje de sus compañeros

a los avales de dos amigos es liberado y destinado a El Ferrol, incorporándose al ejército nacional. Tras varios destinos y tras estallar la Gran Guerra europea, es licenciado en 1939, obteniendo la Medalla de la Campaña y la Cruz Roja del Mérito Militar.

Al regresar a casa aprovecha su carrera de Magisterio y solicita una escuela interina en Salas. En

1944 hace oposiciones al Magisterio Nacional, obteniendo plaza en propiedad provisional en la graduada del 2º distrito de Avilés y en Caravia, y definitiva en Tineo, Candamo y Gozón. Hace la carrera de Profesor Mercantil, terminando los estudios con la revalida en 1953. En 1956 es seleccionado por el Patronato Escolar de Cristalería Española de Avilés y en 1965 hace los exámenes de Guía Provincial de Turismo, y así en los veranos, por cuenta de la Agencia Turastur de Avilés, hace viajes a Francia, Portugal, durante los años santos y especialmente a Covadonga y los lagos.

Sus tesoros: los libros

Ovies se jubiló en 1983, tras 27 años en el colegio de Cristalería Española, del que era director, logrando para el mismo un gran prestigio. Recibió numerosos premios de enseñanza, destacando el diploma de honor del Ayuntamiento de Avilés o la Medalla de cobre, plata y oro de la Caja de Ahorros.

Participó en diversas publica-

ciones como La Gran Enciclopedia Asturiana, para la que escribió las monografías de Avilés, Corvera de Asturias e Illas, además de otros temas sobre Avilés. También escribió un libro sobre Avilés para Mases Ediciones. Además, escribió un capítulo del libro 'Avilesinos en América'. Es colaborador de revistas y periódicos nacionales y regionales.

En 1952 se casó con Edelmira López Álvarez, también maestra, fallecida en 2002. Desde esta fecha, José Ramón vive en su vivienda familiar de Oviedo. Tiene una hija, María Edelmira y una nieta, María Edel. Su mayor tesoro son sus libros, que conserva en dos bibliotecas en su palacete de indianos en Riberas de Pravia. A sus 100 años, José Ramón Ovies continúa con la lectura de la prensa diaria, conserva la mente clara y sigue realizando sus gestiones personales, como ir al supermercado o al banco. Ahora ya puede presumir de haberse convertido en centenario. Felicidades, José Ramón.

CENTROS ESPECIALIZADOS EN PERSONAS MAYORES, FISIOTERAPIA, PALIATIVOS...

LA MEJOR DECISION PARA TUS MAYORES



Centro socio-sanitario de Ablaña
(Antiguo hiospitalillo de Hunosa)

Telf 985456601
www.tusmayores.com
gerencia@tusmayores.com



JOCA
Socio-sanitario

Telf: 984474747
gerontologicojoca@tusmayores.com
Ctra nacional 634
33186-El Berrón (Siero)



Centro de día MADALA

Telf : 984184212
c/Álvarez Lorenzana, 13
33006-Oviedo
www.tusmayores.com

Doce municipios asturianos quieren ser Concejos amigables con las personas mayores

En este territorio más del 29% de la población tiene más de 65 años y hay un elevado número de personas mayores de 80 años

Redacción

Los concejos asturianos de Valdés, Grandas de Salime, Pesoz, Illano, Boal, Vegadeo, Castropol, San Tirso de Abres, Taramundi, San Martín, Santa Eulalia y Villanueva de Oscos, que participan en el programa de envejecimiento activo Rompiendo Distancias, serán a partir de ahora Concejos amigables con las personas mayores, formando parte del proyecto Ciudades amigables con las personas mayores, que nació en 2005 en Río de Janeiro. Este sello de la Organización Mundial de la Salud (OMS) supone que los mayores participarán de manera activa en el diseño de iniciativas, programas y servicios que faciliten su calidad de vida y, por tanto, un envejecimiento activo y saludable. Es la primera experiencia a nivel nacional en la que una agrupación de concejos rurales accede a este programa y los primeros de Asturias en incorporarse.

La solicitud para la declaración fue aprobada por todos los plenos municipales y concluyeron los trámites con la firma oficial de las cartas de



Pilar Varela, con representantes de los concejos
petición de adhesión por parte de todos los alcaldes de la zona.

Ocho áreas

Durante los próximos dos años se realizará una evaluación del territorio, mediante encuestas, para determinar en qué medida se adapta a las necesidades de los mayores. Una vez esté listo el diagnóstico de la situación, se diseñará un plan de acción que se desarrollará durante los tres años

siguientes. Las técnicas de estos programas se ocuparán del trabajo de campo, junto al equipo territorial de servicios sociales del Área Sanitaria I. En ese análisis que realizarán a la zona prestarán especial atención a ocho áreas: espacios al aire libre y edificios, transporte, vivienda, participación y sensibilización social, respeto e inclusión social, trabajo y participación ciudadana, comunicación e información y apoyo de la comunidad de servicios sociales y de salud.

La consejera de Servicios y Derechos Sociales, Pilar Varela, destacó en Vegadeo la importancia de esta iniciativa para un territorio donde más del 29% de la población tiene más de 65 años y que cuenta con un elevado número de personas mayores de 80 años. Varela indicó que esta iniciativa será tenida en cuenta en el marco del proyecto Regiones del Sudoeste Europeo (RESOE), que desarrollan conjuntamente Castilla y León, Galicia, Asturias y el norte de Portugal y que busca la cooperación y el desarrollo: "Esta zona será un lugar de referencia de trabajo con los mayores".

Modesta cumple 100 años

La usuaria del Centro de Día de El Llano celebra su cumpleaños



Modesta y su tarta de cumpleaños

Redacción

El pasado día 15 de julio, el Centro de Día para Mayores Dependientes El Llano, de Gijón, celebró el centenario de Modesta Fernández y Fernández, usuaria que lleva en el centro desde el año 2004, primero en jornada parcial y ya en jornada completa, desde el 2009. Usuarios, profesionales y su familia compartieron con ella ese día tan especial...

La jornada se inició con la intervención de la trabajadora social Ana Mediavilla, acercando la Terapia de Orientación a la Realidad con una recopilación de efemérides del año 1916.

Como viene siendo habitual en la celebración de cumpleaños, los compañeros de Modesta la felicitaron y le regalaron una pulsera artesana y una tarjeta de felicitación. A continuación, se pudo conocer su historia de vida, con sus aportaciones y la colaboración de su familia, mediante pequeños textos e imágenes, que ya forman parte de un álbum personalizado, realizado en el centro de día.

Tras los regalos oficiales y el apagado de las velas de la tarta, los asistentes pudieron disfrutar de la música preferida de Modesta, el acordeón, amenizado por el voluntario del centro social Juan Medina. Una jornada emocionante para Modesta y todos los que la acompañaron en este día tan especial.

Sarquavita La Florida celebró su XI aniversario

N. Martínez

Sarquavita La Florida de Oviedo celebró su XI aniversario con una serie de actividades programadas para la conmemoración. Los festejos comenzaron con el tradicional pregón por parte del presidente, Eliseo Cicero, unas emotivas palabras llenas de optimismo y vitalidad seguidas de la divertida actuación de un grupo de residentes llamado 'Fórmula SAR', que cantaron la mítica canción de los años 70 'Eva María'.

Siguiendo con el ambiente festivo, en compañía de residentes y familiares junto a sus colaboradores habituales de Adepas (Asociación Pro Deficientes Psíquicos de Asturias) desarrollaron un encuentro lúdico en el que todos pudieron disfrutar de piñata y tarta de aniversario.

Mes de la responsabilidad

En el marco del mes de la responsabilidad (junio), se ha desarrollado la actividad Stand de la Salud en las calles y plazas de más de 40 ciudades de toda la geografía española.

Profesionales del centro SARquavita La Florida se desplazaron con su stand saludable

al Mercado del Fontán de Oviedo. A todas las personas que se acercaron a conocerles se les ofreció gratuitamente consejos saludables y de alimentación sana, y toma de constantes vitales. Los ciudadanos agradecieron la iniciativa. El objetivo es concienciar a la población de la necesidad de seguir unos hábitos saludables y pautas de alimentación e hidratación correctas.



El centro instaló el Stand de la Salud en El Fontán

Fiesta en la residencia El Carmen

Redacción

El pasado día 15 de julio, la residencia El Carmen de Gijón, perteneciente al grupo Instituto Gerontológico Astur, celebró la fiesta en honor de su patrona, que reúne año tras año a residentes, familiares, amigos y personal del centro.

Por la mañana tuvo lugar la misa cantada por la Agrupación Coral San Antonio, seguida de aperitivo y comida, de la que disfrutaron más de 300 personas.

Por la tarde, la actuación del cantante Kaky puso la nota musical a la celebración, que concluyó con una merienda cena, que puso punto y final a una jornada en la que reinó la convivencia y la participación de todos.



La coral San Antonio acompañó la misa

20 Jornada de Primavera de ADAFA

“Las familias seguimos teniendo los mismos problemas y los recursos son cada vez más escasos”, destacó la presidenta

Redacción

La Asociación Democrática Asturiana de Familias con Alzheimer del Principado de Asturias (ADAFa) organizó la 20 Jornada de Primavera sobre la enfermedad de Alzheimer el pasado 17 de junio en el salón de actos de la Biblioteca de Asturias Ramón Pérez de Ayala, de Oviedo. La mesa inaugural estuvo formada por Nerea Eguren, directora general de Planificación, Ordenación e Innovación Social de la Consejería de Servicios y Derechos Sociales, que inauguró la jornada; Antonio Mollejón Iglesias, director general de Salud Pública y Mª Concepción González Mena, presidenta de ADAFA Asturias, quien pronunció un discurso de bienvenida, en el que destacó las reivindicaciones de la asociación a lo largo de estos 20 años, ya que este año la entidad celebra el vigésimo aniversario. “Son ya 20 años celebrando la Jornada de Primavera y tengo por costumbre revisar los discursos de bienvenida anteriores, modificando pequeñas cosas, y cualquiera de ellos podría valer para este año. Hemos avanzado con pasitos de hormiga. Las familias seguimos teniendo los mismos problemas y los recursos son cada vez más escasos”, señaló. “ADAFa viene demandando desde el año 1998 -recordó-, la necesidad de crear una buena coordinación sociosanitaria, una frase tan comentada, tan criticada y tan necesaria para la población, pero que nunca llega.

Nuestra comunidad autónoma debe y tiene que seguir creciendo y avanzando en recursos específicos en las necesidades reales de las personas mayores. Opinamos que ADAFA Asturias, como asociación de familiares de enfermos, deberíamos de tener un papel más activo como ejes del sistema público sanitario. Es importante que las instituciones y los profesionales sanitarios nos escuchen”, reclamó.

Reivindicaciones

Por otro lado, en el repaso que hizo de discursos de años anteriores, Mena no quiso dejar pasar la ocasión de destacar que a pesar de la situación de crisis que vivimos en la actualidad “y que está afectando a la actividad de nuestra asociación, mantenemos una enorme ilusión por seguir trabajando para cumplir los objetivos que originaron la creación de ADAFA: luchamos por la continuidad de los proyectos ejecutados en años anteriores y creemos en la posibilidad de alcanzar dos viejas reivindicaciones como son: la gestión de un centro de día específico para enfermos de alzhéimer en Gijón y la creación de una Unidad de Demencias en el HUCA. Ambas reivindicaciones ya las tienen realizadas otras comunidades autónomas”

Tras la inauguración de la jornada se desarrolló el programa científico de la misma. La primera mesa de ponencias corrió a cargo de Rocío Álvarez Escudero, neuróloga del HUCA, con una intervención, bajo el título “Mitos y realidades en la enfermedad de alzhéimer”. Ángel Luis Campo Izquierdo, magistrado de la sección 4 de la Audiencia Provincial de Asturias, fue el segundo ponente de la tarde bajo el título “Incidencias en un proceso judicial de capacidad” y Patricia Fernández Cedrón Alonso, técnico superior del área de Asuntos económicos de Establecimientos Residenciales de Ancianos de Asturias (ERA) habló sobre “El régimen de participación económica del usuario en el coste total del servicio de plaza residencial”.



La presidenta de ADAFA con los participantes en la jornada

II Encuentro de Convivencia de ASCEGE

Más de 400 personas se dieron cita en una jornada de interrelación entre residentes de geriátricos asturianos

Redacción

La Asociación de Centros Geriátricos del Principado de Asturias (ASCEGE) celebró el pasado 23 de junio en el Llagar de Castiello (Gijón) su II Encuentro de convivencia de centros geriátricos de la región. Al acto asistieron Arsenio Alonso Collada, presidente de la asociación; Pedro José Gómez Cuevas, coordinador de Mensajeros de la Paz, así como representantes y residentes de los 26 centros residenciales que conforman ASCEGE.

Tras la misa y la comida, a la que asistieron cerca de 500 personas se hizo entrega de las placas y trofeos de los concursos de dibujo y relatos, éste último en tres modalidades (relatos amargos, dulces y picantes). Los ganadores hicieron lectura de sus trabajos. La jornada se finalizó con baile.

“En ASCEGE nos marcamos unos objetivos, contamos con un sello de calidad propio y apostamos por el intercambio de experiencias y programas de atención entre residencias. Este año elaboraremos una guía de atención a situaciones médicas de enfermería en los centros (hipertensión arterial, glucemias, colesterol, infecciones de orina...) para unificar criterios y trasladarlo a los centros de salud para que se conozca también nuestro punto de vista en cuanto a cómo controlar estas patologías” afirma Arsenio Alonso Collada, geriatra.



El encuentro se celebró en un llagar de Gijón

El presidente de ASCEGE también hace hincapié en que aun siendo “Asturias la comunidad más envejecida tanto de España como de Europa, no quiere decir que toda la atención vaya a ser derivada a construir residencias sin sentido. A nosotros cada vez nos llega la gente con más edad y con mayor necesidad de cuidados. Las residencias ya no serán como las que conocemos, tendrán con una atención más dirigida hacia patologías crónicas o demencias”.

ASCEGE está integrada por 26 centros residenciales, todos ellos acreditados oficialmente por la Administración pública, que ofertan 1.320 plazas concertadas

Fiesta de fin de curso en el Centro Social de La Luz

Redacción

Los socios del Centro Social de Personas mayores de La Luz (Avilés) celebraron su fiesta de fin de curso con un animado y entrañable acto en los jardines del centro. Un total de 609 cursillistas finalizaron la actividad, 153 hombres y 456 mujeres que participaron en los cursos de informática, baile de salón, inglés, taichi, cocina, pintura, pilates y patchwork. A la fiesta acudieron la consejera de Servicios y Derechos Sociales Pilar Varela; la alcaldesa de Avilés, Mariví Monteserín; la concejala de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Avilés, Yolanda Alonso; la directora del centro, Elvira Suárez y el vicepresidente de la junta de gobierno, Carlos Díez.

El acto estuvo amenizado por la Banda de Música de Avilés, que ofreció un concierto con temas que animaron al baile a algunos asistentes. Posteriormente, se sirvió un vino español en los jardines del centro.



Mariví Monteserín, Pilar Varela y Elvira Suárez

Garantía de atención residencial para todos los mayores

Asturias cuenta con un sistema público, gestionado por el ERA, que asegura que ninguna persona deje de recibir atención residencial geriátrica por falta de medios económicos

Redacción

Asturias cuenta con un sistema de atención residencial público, que gestiona en la actualidad 5.245 plazas, y que garantiza que ninguna persona en nuestra comunidad autónoma deje de recibir atención residencial geriátrica por falta de medios económicos.

El organismo autónomo "Establishimientos Residenciales de Ancianos" es quien gestiona este servicio, que es público pero no gratuito. Hablamos de un sistema que requiere de las aportaciones de los residentes para su sostenibilidad, si bien los usuarios costean solo una parte del total. De un presupuesto actual de 116 millones, los usuarios aportan 41.

El ERA se rige por tanto por unos precios públicos, que determina anualmente la consejería de Hacienda para todo el Principado de Asturias, de los que se informa a cada persona que accede a este organismo. Los precios públicos correspondientes a este ejercicio están publicados en el BOPA del 27 de enero de 2016.

En el ERA existen dos sistemas o regímenes de pago para las personas que acceden a un establecimiento residencial:

A) El que recoge el Decreto 10/98, también llamado comúnmente "contrato de hospedaje". Es el que tienen las personas no dependientes que acceden ahora a un centro del ERA.

Esta modalidad se rige por el pago de un precio público, que se actualiza cada año. De acuerdo con el decreto para 2016, el precio público del servicio de atención residencial para personas no dependientes es actualmente de 1.275,85 euros. El residente, de acuerdo con su contrato, debe abonar mensualmente el precio público completo, si bien se le da la opción, si cumple determinados requisitos, de pagar el 75% de su pensión (sin contar pagas extras) y dejar el resto a cuenta, para su posterior liquidación en el momento en el que deja la residencia o tras su fallecimiento.

B) El sistema de copago (o participación económica del usuau-



El ERA gestiona 5.245 plazas en el Principado de Asturias

rio en el coste del servicio) regulado por el Decreto 144/2010 y sucesivos. Es el destinado a aquellas personas dependientes a las que su Programa Individual de Atención (PIA) asigna un recurso residencial. En este caso, a los residentes se les cobra el copago, que se calcula mediante una fórmula, en función de su dependencia y de su capacidad económica: salario, bienes, etcétera. En el caso de la atención residencial, con carácter general, el copago máximo es el 90% del precio público.

Cuando las personas fallecen o dejan el servicio, en cumplimiento de la legalidad vigente, el ERA inicia el procedimiento de reclamación de los servicios adeudados. Dispone de un plazo de cuatro años, desde el día siguiente al de la finalización del servicio de atención residencial. Si el usuario no dispone de recursos, nada se cobra. Si posee patrimonio, la deuda generada se cobra con cargo a esos bienes del usuario, no de su familia, salvo que acepten su herencia.

Quien contrae la deuda, - si

existe, puesto que lo aconsejable es que cada persona pague mensualmente el precio de su plaza, si tiene capacidad económica para ello-, es quien se beneficia de la prestación, no sus familiares. Por eso, en caso de generar deuda, el usuario es quien responde con su patrimonio, con sus bienes. Y si se comprueba que ni hay bienes ni patrimonio, la deuda se declara incobrable.

Dudas y preguntas frecuentes:

-¿Qué importe debo pagar mensualmente por mi plaza residencial?

El usuario no dependiente paga el precio público establecido para este servicio. En 2016 es de 1.275,85 euros.

El dependiente paga el importe de su copago, o participación económica en el coste del servicio. El copago se calcula restando 101 euros (el 19% del Índice Público de Renta de Efectos Múltiples, que es la cuantía que el sistema de dependencia estatal establece como cantidad para gastos personales del usuario

del servicio residencial) a la capacidad económica del usuario (renta y patrimonio, excluida la vivienda habitual).

-¿Cómo se calcula la capacidad económica del usuario dependiente?

Se calcula teniendo en cuenta tres aspectos: las rentas o ingresos del usuario, derivadas del trabajo (pensiones) o de capital (intereses, alquileres); también se computa un porcentaje del patrimonio neto del usuario, que viene fijado en función de la edad del usuario. (Por ejemplo: para mayores de 65 años este porcentaje es del 5%); Y por último, se tiene en cuenta la existencia o no de personas a cargo del usuario.

-¿Puedo acumular deuda en el ERA?

Si no soy dependiente y no tengo capacidad para hacer frente al coste de mi plaza, puedo hacer pagos reducidos a cuenta del precio público total. En ese caso, abonaré el 75% de mi pensión y acumularé como deuda la cantidad restante.

En determinados casos, los usuarios en régimen de copago tienen la posibilidad de realizar un pago mensual reducido, a cuenta de la participación económica total que les corresponda. En ese caso, abonará el 75% de los ingresos o rentas totales mensuales que por cualquier concepto pudiera percibir, sin computar las pagas extraordinarias de las pensiones.

Cuándo deben liquidar la deuda acumulada los residentes?

Tanto si son dependientes como si no, los usuarios pueden liquidar la deuda generada de manera total o parcial en el momento que lo desee. Si no se liquida a lo largo de la estancia, se cobrará cuando finalice el servicio.

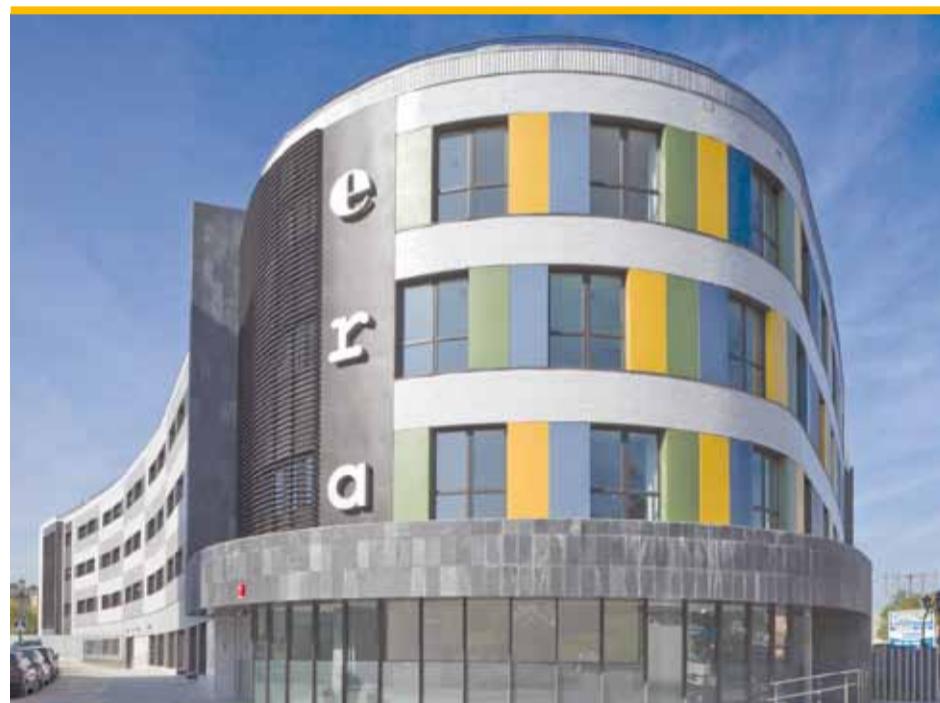
Quién responde por mi deuda?

Con carácter general, es el patrimonio del usuario el que responde del importe de la deuda acumulada por el servicio.

De la deuda generada responderán los bienes a nombre del residente fallecido, con la única excepción de que sus herederos acepten su herencia. Si el fallecido no dejó bienes o estos son insuficientes, serán los Servicios Tributarios del Principado de Asturias, una vez verificada la falta de bienes y la ausencia de aceptación de herencia, quien procederá al cierre del presente expediente de reclamación por la declaración de deuda incobrable.

Por ello en relación a la responsabilidad de los llamados a la herencia del fallecido/a, (familiares o amistades), debe distinguirse:

Ninguna responsabilidad, cuando la herencia no se acepte o se renuncie expresamente. En este



Residencia La Tenderina (Oviedo)

SERVICIOS DE COMUNICACIÓN

Proyectos de comunicación empresarial:

- Plan de medios
- Identidad corporativa
- Diseño de páginas web
- Producción y organización de eventos
- Diseño y realización de stands

SERVICIOS EDITORIALES

Producción y realización a medida de publicaciones, libros y revistas, tanto para empresas como para entidades.

C/ General Elorza, 68 - 2º E
33001 Oviedo
T: 667 536 744
607 414 880
comunicacion@tilomayores.com



Para un supuesto dependiente de grado III, que tiene una renta mensual de 1.200 euros, con dos pagas extras; un patrimonio de 90.000 euros y con más de 65 años y sin personas a su cargo.

Cálculo: 1.200 euros/mes de renta x14 pagas = 16.800 euros de renta anual 90.000 euros patrimonio x 5% (por ser mayor de 65 años) = 4.500 euros que le computan a efectos de capacidad económica

La capacidad económica personal (anual) = 16.800 euros de renta anual + 4.500 euros de patrimonio computable a efectos de capacidad económica = 21.300 euros.

Su capacidad económica mensual será de 21.300 euros / 12 meses = 1.775 euros/mes.

Su copago sería de 1.775-101,18 = 1.673,82 euros. Ahora bien, como el importe del copago tiene un límite máximo que se fija con carácter general en el

90% del precio de la plaza, este usuario deberá pagar 1.294,88 euros (el 90% de 1.438,88 euros, que es el precio de la plaza de grado III).

Otros ejemplos de situaciones bastante comunes podrían ser el caso de una viuda, dependiente de grado III, con más de 65 años, que cuenta con una pensión de 750 euros mensuales más dos pagas extras, cuenta con vivienda habitual con un valor catastral de 30.000 euros y unos ahorros de 5.500 euros. En este caso su copago sería de 796,74 euros, es decir, ese sería el coste total de su plaza, frente al precio público de esa plaza que asciende a 1.438,88 euros.

Si tomamos como referencia una persona casada mayor de 65 años, dependiente y de grado III, con una pensión mensual de 750 euros x 14 mensualidades, sin vivienda y sin ahorros su copago sería de 336,32 euros.

caso, la gestión recaudatoria se inicia contra la herencia yacente del residente, notificándose la liquidación a quien pudiera ostentar su representación, a efectos informativos. Si no existe representante se gira contra la herencia yacente y herederos desconocidos del residente.

Responsabilidad total, si la herencia es aceptada pura y simplemente, expresa o tácitamente por sus herederos. En este caso la liquidación de la deuda deberá ser notificada, a cada uno de ellos. Es importante recordar que el servicio tributario, en cumpli-

miento de su obligación, podrá exigir el pago de la deuda en su totalidad a cualquiera de los herederos que no hubiese aceptado la herencia a beneficio de inventario.

Responsabilidad limitada, si la herencia es aceptada a beneficio de inventario. En ese caso, la responsabilidad de los herederos respecto al pago de la deuda se limitará al valor del patrimonio del residente a la fecha del fallecimiento. El ERA debe de estar presente en el acto de formación de inventario.

EXPERTO EN GERONTOLOGÍA

TITULO PROPIO DE LA UNIVERSIDAD DE OVIEDO



20 créditos ECTS
NP Plazas: 40
Precio: 1.200 euros

REQUISITOS DE ACCESO:

- Estar en posesión de un Título Universitario Oficial
- Los participantes podrán ser admitidos profesionales directamente relacionados con la especialidad del curso que carezcan de titulación, siempre que lo acrediten documentalmente y reúnan los requisitos legales para cursar estudios en la Universidad.

SELECCIÓN:

- Se atenderá a la formación y experiencia previa del estudiante en relación con la especialidad que deseé cursar y a su expediente académico. Se atenderá también el riguroso orden de preinscripción hasta agotar el número de plazas.

SALIDAS PROFESIONALES:

- ✓ Centros de día
- ✓ Residencias Geriátricas
- ✓ Doctrina Gerontológica
- ✓ Asociaciones Geriátricas
- ✓ Centros de Formación Gerontológicos
- ✓ Centros de Rehabilitación Geriátrica
- ✓ Dispositivos Asistenciales en Geriatría
- ✓ Centros Sociales
- ✓ Innovación y Tecnología en Gerontología
- ✓ Investigación en Gerontología
- ✓ Hospitales Geriátricos

FECHAS DE REALIZACIÓN:

- OCTUBRE 2006-JUNIO 2007
- Lunes de 16:00 a 20:00 horas

MODALIDAD: Presencial

LUGAR DE IMPARTICIÓN:

- Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud

INFORMACIÓN Y PRE-INScriPCiÓN:

- Centro Internacional de Postgrado de la Universidad de Oviedo
- <http://cel.uniovi.es/postgrado/titulo/>

ESTRUCTURA ACADÉMICA:

- ✓ Módulo 1: Aspectos culturales del envejecimiento
- ✓ Módulo 2: Aspectos sociológicos del envejecimiento
- ✓ Módulo 3: Aspectos psicológicos del envejecimiento
- ✓ Módulo 4: Aspectos biológicos del envejecimiento
- ✓ Módulo 5: Aspectos socio sanitarios del envejecimiento
- ✓ Módulo 6: Programas de intervención frente al envejecimiento patológico
- ✓ Módulo 7: Familia y envejecimiento
- ✓ Módulo 8: Programas de prevención y tratamiento de las demencias
- ✓ Módulo 9: Programas de desarrollo de envejecimiento activo, saludable y feliz
- ✓ Módulo 10: Dispositivos socio sanitarios
- ✓ Módulo 11: Introducción a la investigación en geriatría
- ✓ Módulo 12: Envejecimiento y discapacidad

El Principado tendrá revisados los 3.373 expedientes del ERA antes de octubre

La Plataforma de Afectados por la deuda se constituirá en asociación para dotarse de carácter jurídico y "defender mejor nuestros derechos"



Centro de Lastres

L. Fernández

La disputa que mantienen el Principado y la Plataforma de Afectados por la deuda con el ERA va camino de prolongarse en el tiempo. El Gobierno regional tiene previsto finalizar la revisión de todos los expedientes antes del mes de octubre, pero los familiares de los fallecidos en los establecimientos públicos no tienen claro que de ahí salga la solución definitiva y por ello continúan organizándose para seguir dando batalla y coordinarse contra la que consideran una "estafa". Por ello, próximamente se convertirán en asociación, un modelo que les dotará de capacidad jurídica y que les permitirá "defender mejor nuestros derechos".

La consejera Servicios y Derechos Sociales, Pilar Varela, confía en que el 30 de septiembre estén concluidos los trabajos de revisión de los 3.376 expedientes de liquidación de deuda del ERA, y dar así cumplimiento a la moción aprobada por la Junta General. La consejera asegura que el trabajo "va bien" y que ya se han revisado todos los expedientes de las personas vivas, que alcanzan los 585 casos. Los otros 2.791 casos corresponden a personas fallecidas.

Varela sostiene que la Consejería está a la espera de un informe del Consultivo que dé garantía jurídica al proceso, y explica que el objetivo es esclarecer cuál es la situación en la que quedarían los usuarios aplicándoles el copago de la Ley de Dependencia desde su entrada en vigor.

Mientras que el Principado trabaja en la revisión de los expedientes, los afectados continúan dando pasos en su proceso de unión. La última decisión que

han tomado es crear, a partir de la actual plataforma, una asociación que les permita defender mejor sus derechos. Hasta ahora ya son 278 personas las que se han unido, pero el margen de mejora es elevado debido a que hay 5.400 familias afectadas.

Los familiares, a la espera

Los herederos de los fallecidos a los que el ERA les reclama la deuda consideran que están siendo "estafados" e insisten en la necesidad de crecer en número y movilizarse para lograr sus objetivos. Hasta ahora, el presidente de la Plataforma es Ángel Rodríguez y los vocales Juan José Muslera y María José Aguirre, aunque está previsto la creación de una nueva directiva. El objetivo es «organizarnos mejor», aseguran, y advierten de que «la lucha por nuestros derechos va a ser larga».

En opinión de la Plataforma, todo el problema surge con la Ley de la Dependencia, que «en la inmensa mayoría de los casos nunca existió». La situación se agrava en 2009 con el copago sanitario, una medida que, a su juicio, en la práctica supuso la "privatización" de los centros públicos. Las situaciones concretas varían en cada caso, aunque desde la Plataforma denuncian la falta de información recibida por los residentes y critican que, en algunos casos, incluso se llegó a aceptar como firma del contrato la huella de los residentes, una situación que, en su opinión, demuestra que «esas personas no firmaron el contrato conscientemente y que, por lo tanto, no debería tener valor».

11 aniversario de la residencia de Noreña

Gestionada por Mensajeros de la Paz, cuenta con 56 residentes

Redacción

La residencia para mayores de Noreña, gestionada por Mensajeros de la Paz, celebró el pasado 20 de julio su 11 aniversario, con una jornada festiva en la que participaron residentes y familiares y que comenzó con una misa ofrecida por el párroco de la localidad, Pedro Tardón, y la actuación del coro de amas de casa. Después, comida y jornada de confraternidad para las 120 personas reunidas.

A la celebración acudieron la directora general de Atención a la Dependencia, Paula Álvarez; el gerente y el coordinador de Mensajeros de la Paz, José Luis Campos y Pedro Gómez, respectivamente; el presidente del Instituto Gerontológico Astur, José Luis Campos y la concejala de Servicios, Sociales, Turismo, Festejos y Juventud del Ayuntamiento de Noreña, Ana González, que estuvieron acompañados por la directora del centro, Ana Rodríguez.



Autoridades y representantes de Mensajeros de la Paz con la directora del centro

El centro abrió sus puertas en 1998 y en 2005 amplió sus instalaciones, con un sistema modular, obra de una empresa asturiana. En la actualidad cuenta con 56 residentes.

nosotros

El centro de día de Castrillón entra en servicio con 15 plazas

La instalación recibió a los primeros cinco usuarios y se irá ocupando de forma progresiva

Redacción

El Gobierno de Asturias ha puesto en servicio el centro de día adscrito a la residencia de mayores Palacio de Villar, de Castrillón, que cuenta con quince nuevas plazas. El equipamiento ha recibido a los cinco primeros usuarios, dos mujeres y tres hombres de entre 75 y 93 años, y está previsto que se vaya ocupando de manera progresiva.

La apertura del centro ha supuesto la creación de tres puestos de trabajo de atención directa: dos auxiliares de enfermería a tiempo completo y una terapeuta a tiempo parcial.

El CPR Palacio de Villar de Castrillón, integrado por una residencia de mayores con capacidad para 120 personas y un centro de día con 28 plazas, entró en servicio de manera parcial el 30 de marzo de 2015, tras una inversión de unos seis millones de euros. Comenzó a dar servicio con 40 plazas residenciales. Ahora se abre el centro de día, con 15 plazas, y antes de que acabe el año se prevé que estén operativas otras 40 plazas de alojamiento.

Jubilados con ganas de disfrutar

La Concordia recogió el testigo de la asociación La Armonía



Una de las actividades de la asociación

Redacción

La residencia para mayores de Noreña, gestionada por Mensajeros de la Paz, celebró el pasado 20 de julio su 11 aniversario, con una jornada festiva en la que participaron residentes y familiares y que comenzó con una misa ofrecida por el párroco de la localidad, Pedro Tardón, y la actuación del coro de amas de casa. Después, comida y jornada de confraternidad para las 120 personas reunidas.

En la celebración estuvieron presentes la directora general de Atención a la Dependencia, Paula Álvarez; el gerente y el coordinador de Mensajeros de la Paz, José Luis Campos y Pedro Gómez, respectivamente; el presidente del Instituto Gerontológico Astur, José Luis Campos y la concejala de Servicios, Sociales, Turismo, Festejos y Juventud del Ayuntamiento de Noreña, Ana González Colunga, que estuvieron acompañados por la directora del centro, Ana Rodríguez García.

El centro abrió sus puertas en 1998 y en 2005 amplió sus instalaciones, con un sistema modular, obra de una empresa asturiana. En la actualidad cuenta con 56 residentes.

“Queda mucho camino por recorrer en la dignificación, consolidación y profesionalización del sector”

Arsenio Alonso es el nuevo presidente de ASCEGE, asociación que agrupa a 26 centros residenciales

L. Fernández

Arsenio Alonso Collado es el nuevo presidente de la Asociación de Centros Geriátricos del Principado de Asturias (Ascege) desde el mes de abril. Alonso afronta el reto de dignificar y profesionalizar un sector que considera complementario a la red pública y necesario para garantizar el sistema. En esta entrevista repasa la actualidad de la organización y los retos a los que se enfrenta en los próximos meses.

-*¿Cuáles son los principales retos a los que se enfrenta la asociación?*

No hay ningún otro sector que esté tan custodiado y supervisado por la Administración ni que tenga una normativa de desarrollo tan exhaustiva en todas las materias, tanto de ámbito arquitectónico, como de funcionamiento, protocolos, ratios y formación del personal, accesibilidad, seguridad del usuario, ética y buena práctica, etc. No obstante esto no ha servido para generar una percepción positiva sobre el cuidado que se da en los centros residenciales. Debemos hacer las cosas bien y demostrar lo bien que lo hacemos para mejorar la imagen que se tiene de nosotros. Queda mucho camino en la dignificación, consolidación y profesionalización del sector.

-*Además de cambios en la directiva también han modernizado los estatutos. ¿Qué modificaciones han introducido?*

Se han simplificado y modernizado. Han pasado a ser entendibles por todos y básicamente hemos modificado las cuotas y representación en función de cada plaza autorizada de cada centro. Se ha mantenido la necesidad de reunir los criterios y condiciones para la acreditación de centros de atención de servicios sociales en el Principado de Asturias y en contra de lo que muchos dicen, no es necesario tener plazas de concierto con la Administración.

-*¿Qué actividades tienen pensado organizar?*

Todas las actividades para este año se harán desde el intercambio de experiencias y conocimientos y buscando los aspectos positivos de nuestro trabajo. El pasado 23 de junio, fruto del trabajo conjunto de animadoras y terapeutas de los centros y comenzando el verano realizamos el segundo encuentro interresidencias en el Lagar de Castiello, en Gijón, con comida, baile y entrega de premios del primer concurso de relatos y pintura a los residentes y en el que superamos los 450 asistentes del pasado año. En este mismo sentido, se está elaborando un calendario anual con concurso de fotos de los residentes de todos los centros, relacionados con días de especial significación a lo largo del año.

En colaboración con la Sociedad de Geriatría y Gerontología del Principado de Asturias, realizaremos grupos de trabajo médicos y de enfermería para establecer unas guías y recomendaciones de protocolos de atención en geriatría, inicialmente sobre vigilancia y control de HTA, diabetes, dislipemias e infecciones de orina en residencias que esperamos publicar y hacer llegar a los centros de salud para su manejo.

Se mejorará la comunicación a través de redes sociales: Facebook, creación de un blog de Ascege y mejora de la página web de la asociación. Será una herramienta fundamental para mejorar la imagen social de los centros. También se organizará un seminario de trabajo con el equipo de inspección de la Consejería de Derechos Sociales para asesoramiento



Arsenio Alonso Collada

Geriatra. Presidente de ASCEGE

en cuestiones éticas y normativas de los centros y se continuarán abordando cursos formativos comunes con expertos de nuestra comunidad, incidiendo en aspectos de enfermería y de dirección de las residencias relacionados con la satisfacción de los usuarios.

Y por supuesto que seguiremos en nuestra tarea de asesoramiento y apoyo legal e institucional. En este sentido, se continuará con las funciones de representación, gestión y defensa de las residencias y centros socio-sanitarios de atención a las personas mayores

-*Hace un año decidieron impugnar la concesión de 140 plazas residenciales para personas dependientes. ¿Por qué no les gustaban las bases de esa convocatoria?*

Cierto. Hicimos una reclamación al Tribunal administrativo central de recursos contractuales de Madrid, que inicialmente mantuvo suspendido el procedimiento, al entender que se introducían cláusulas que nosotros entendímos como abusivas. Básicamente por dos cuestiones: Suponer una carga incierta y desproporcionada del precio del contrato y un precio base de salida que no se corresponde con el servicio que se debe prestar. Finalmente el tribunal se declaró no competente y no continuamos con el recurso ya que se podría perjudicar a empresas.

Los precios públicos de los servicios de atención residencial, en la modalidad de estancia en residencia, quedan fijados anualmente en el BOPA, en los siguientes importes: Tipología de servicio Precio público €/mes (año 2015). De grado III 1.435,29 / De grado II 1.332,77/ De grado I o sin grado 1.272,67. La convocatoria anunciaba un precio de salida de residente válido (1.272,67), otorgando además 55 puntos a las empresas que más bajaran este precio, con lo que el concurso se transforma en una mera subasta sin atender cuestiones como que el servicio que debe prestarse es público y por tanto debe ofrecer la misma calidad que en una residencia pública. Entendemos que prestar un servicio público es un compromiso que no puede hacerse desde la imposibilidad de su cumplimiento con criterios de calidad y de trabajadores profesionales satisfechos y en número suficiente.

-*¿Han mejorado las relaciones con el Principado?*

Ascege tradicionalmente ha apoyado a la Administración en todas las normas y exigencias desarrolladas

para la acreditación de centros para la atención a la dependencia y nuevamente el diálogo y el entendimiento son adecuados. Entendemos que la Administración debe buscar la gestión más económica posible pero a la par debe asegurar un servicio de calidad. Creemos que somos complementarios de la atención pública y necesarios para la sostenibilidad del sistema y nos debemos a la satisfacción de nuestros usuarios, que son personas con derechos y que en buen número de plazas son públicas. La labor de la consejería y de la ERA en este sentido están siendo correctas.

-*¿Qué precio consideran aceptable para una plaza en una residencia concertada?*

El precio público establecido para el Principado. Aún siendo el más bajo de todas las comunidades autónomas, debe ser el referente. Sus bajadas generan desconfianza de que el servicio sea adecuado.

-*¿Qué le parece la polémica que rodea a las deudas de los familiares del ERA?*

-*¿Deben pagar los herederos?*

Las soluciones que se están tomando creo que son adecuadas. Es fundamental no generar deuda aplicando un sistema único ya desarrollado de copago y dejando claras las normas de prestación tanto al comienzo como al final de la misma. Debe zanjarse comunicando de una forma clara y periódicamente la situación personal de cada residente.

-*Asturias es una de las poblaciones más envejecidas de España. ¿Está la región preparada para acoger la demanda de plazas que se espera en los próximos años?*

Asturias es la región más envejecida de Europa pero vamos a estar preparados para ello. Además ser mayor no significa ser dependiente y en primer lugar hay que seguir promoviendo un envejecimiento activo. La demanda de plazas va a ser paulatina pero a la par se están desarrollando otros recursos muy apropiados para una atención inicial de la dependencia como atención en domicilio y centros de día o noche, observándose ya un perfil de residentes usuarios de nuestros centros que cada vez tienen una mayor exigencia de cuidados. Las plazas que faltan deberán atender a residentes que necesiten grandes cuidados médicos y de enfermería y rehabilitación con lo que estaremos hablando otra vez de centros especializados y verdaderamente sociosanitarios que necesitan una financiación adecuada y con unos nuevos requisitos. Actualmente, la demanda de plazas está atendida si bien se observa una necesidad de plazas específicamente psicogeriátricas.

-*¿Cuáles son los puntos fuertes de las residencias asturianas? ¿Destacan sobre las del resto del país por algún motivo concreto?*

Sabemos hacer muy bien las cosas pero somos un poco individualistas. Somos muy celosos de nuestra manera de actuar pensando que lo nuestro es lo mejor. Si conseguimos sumar experiencias y realizar un laboratorio de ensayo-acierto con toda nuestra experiencia acumulada, y aunamos esfuerzos con el ERA, el resultado será fantástico. Tenemos grandes profesionales que son referencia en el país y grandes iniciativas, tanto desde la consejería como por ejemplo la iniciativa Zona-Calidad, como desde las asociaciones. Asturias ha sido la primera comunidad en España en desarrollar la acreditación para las residencias en la atención a las personas dependientes.

“Nuestro esfuerzo está dirigido a evitar la pérdida de los logros conseguidos”

La Confederación Nacional de Jubilados y Pensionistas de España (Conjupes) celebra su 15 aniversario

L. Losada

Bajo el lema 'Políticas Sociales y Envejecimiento Activo', la Confederación Nacional de Jubilados y Pensionistas de España (Conjupes) celebró en Vigo el I Congreso Nacional y el 15 aniversario de la organización. Su presidente, Vicente Sanz, analiza en esta entrevista los proyectos de la organización.

-Tras 15 años de trayectoria, ¿qué valoración hace de la actividad de Conjupes?

Acabamos de cumplir 15 años desde nuestra fundación, y mi valoración a pesar de haber pasado por bastantes dificultades, es muy positiva. En este periodo de tiempo fueron múltiples las actividades dirigidas a conseguir una mejor calidad de vida de las personas mayores, promoviendo el desarrollo de los servicios sociales y sanitarios, la investigación en el ámbito de la geriatría y gerontología, la formación y el avance del conocimiento colaborando con entidades y sociedades científicas, el apoyo a la cooperación, entre otros.

-¿Qué iniciativas están llevando a cabo? Previsiones a medio plazo.

Actualmente nuestro esfuerzo está dirigido a evitar la pérdida de los logros conseguidos hasta ahora en materia de: pensiones, dependencia, servicios sociales, servicios sani-



Vicente Sanz

dirigido desde la Facultad de Psicología de la Universidad de Barcelona, cuyo principal propósito es obtener un mayor conocimiento sobre cómo son tratadas las necesidades y comportamientos sexuales de los mayores en las residencias españolas.

Formación en Envejecimiento Activo

Por otra parte, estamos desarrollando, con el patrocinio del IMSERSO, un ambicioso programa de Formación en Envejecimiento Activo y de Prevención de la Dependencia a través de diferentes cursos dirigidos a los socios y directivos de nuestras asociaciones.

El pasado año realizamos 45 cursos a los que asistieron más de 3.800 personas. A medio plazo, pretendemos consolidar una serie de programas (Envejecimiento activo, Información y orientación relacionados con la legislación y recursos sociales, sanitarios, asistenciales, de ayuda mutua y de voluntariado, de preparación a la jubilación, etc.), y nuestro próximo y principal objetivo consiste en dar mayor presencia y representatividad de nuestra organización e impulsar el asociacionismo. En este sentido, el congreso supuso la incorporación de un elevado número de federaciones provinciales de Castilla y León y de Andalucía.

SUSCRÍBASE A

nosotros



LOS MAYORES
DEL SIGLO XXI

por sólo 8 euros al año



BOLETÍN DE SUSCRIPCIÓN

nosotros

LOS MAYORES
DEL SIGLO XXI

Nombre y apellidos:

Dirección:

Población:

Provincia:

CP:

NIF/CIF:

Teléfono:

Fecha de nacimiento:

Email:

Enviar este boletín por correo a TILO Servicios Ocioculturales S.L.,
calle General Elorza, 68 - 2º E 33001 - Oviedo Tel.: 985 295 741
La cancelación se comunicará con un mes de antelación

Cheque adjunto a nombre de TILO S.L.
C/ General Elorza, 68 - 2º E 33001 - Oviedo

Ingreso en la cta. de TILO S.L.
nº 0081 5323 35 0006106917

Domiciliación bancaria: Les ruego carguen hasta nuevo aviso a mi nombre en la cuenta:

Nombre y apellidos del titular

Fecha

Firma

A partir del Nº _____

IMPORTANTE:
Enviar justificante del pago junto con el boletín de suscripción

Concurso de huertos para los mayores en residencias de Madrid

El plazo de presentación al concurso 'Cultivando el Huerto' finaliza el 18 de septiembre

Redacción

La Comunidad de Madrid ha convocado un concurso de huertos destinado a residencias y centros de día para personas mayores de la región, con el objetivo de potenciar la creatividad y la participación de los usuarios de estos centros.

Las residencias y centros de día de mayores participantes en el concurso 'Cultivando el Huerto', al que se pueden presentar hasta el 18 de septiembre, podrán plantar y cultivar libremente cualquier variedad de productos y determinar su disposición en el huerto.

En el cultivo del huerto han de participar de forma activa las personas mayores residentes, pudiendo contar con la colaboración de sus familiares y profesionales del centro.

Para inscribirse en el concurso, el responsable del centro debe remitir un formulario, un máximo de cinco fotografías del huerto y una breve memoria de lo que supone esta actividad para el centro.



Las personas mayores han de participar en el cultivo del huerto

Los criterios de evaluación del jurado serán la variedad de los productos de la huerta, la creatividad, originalidad, así como el número de residentes participantes en el cultivo. Se concederán tres placas conmemorativas a los ganadores de los tres primeros premios.

más alta de toda España (84,3 años). Actualmente, en la región viven 1.079.925 personas mayores de 65 años, lo que representa el 16,78% de la población total.

Fagal organiza una Marcha por la memoria

Redacción

Con motivo del Día Mundial del Alzheimer, que se conmemora cada 21 de septiembre, la Federación de Alzheimer Galicia (Fagal) organiza una Marcha por la memoria, con el objetivo de dar mayor visibilidad a las personas aquejadas de algún tipo demencia, y a sus familias.

Para ello, al igual que los peregrinos que caminan a diario hasta Santiago, integrantes de las 13 asociaciones de familiares de enfermos de alzhéimer de Galicia, recorrerán a pie, el sábado 17 de septiembre, el último tramo del Camino (los 4 kilómetros que separan el Monte do Gozo del Parque de Bonaval, en Compostela). Una vez en Santiago, se plantará un árbol en lo que se denominará 'espacio de la memoria'.

Para facilitar la asistencia de todas las personas interesadas en participar, Fagal fletará un autobús gratuito desde A Coruña.



*Centro de Día
Usted se lo merece*

- **Talleres ocupacionales**
- **Terapias individualizadas**
- **Transporte a domicilio**
- **Horarios flexibles**
- **Dietas personalizadas**
- **Ayuda a domicilio**

www.sanjuandellanera.es
sanjuandellanera@hotmail.com

Abiertos de lunes a domingo, con transporte adaptado a domicilio

Ciudad Real se une a la aplicación 'Línea Accesibilidad'

El acuerdo ha sido rubricado por COCEMFE y el Ayuntamiento de Ciudad Real

Redacción

La Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (COCEMFE) y el ayuntamiento de Ciudad Real han firmado un convenio de colaboración por el cual el consistorio se ha convertido en el primer ayuntamiento colaborador con la aplicación móvil "Línea Accesibilidad".

El acuerdo ha sido rubricado por el presidente de COCEMFE, Anxo Queiruga, y la alcaldesa de Ciudad Real, M.ª del Pilar Zamora, acompañada por la concejala de Acción Social y Cooperación Internacional del ayuntamiento, Matilde Hinojosa.

"Línea Accesibilidad" es una aplicación desarrollada por COCEMFE, gracias a la colaboración de Fundación Vodafone España y el Real Patronato sobre Discapacidad, de participación ciudadana y de comunicación de incidencias de accesibilidad en los municipios.

"El ayuntamiento no solo ha querido que las organizaciones de personas con discapacidad participen en la Comisión de Accesibilidad y en la elaboración de un Plan Integral de Accesibilidad, si no que ha querido ir más allá con el convenio que hemos firmado, porque son las propias personas con discapacidad las que pueden colaborar para mejorar este municipio. De esta manera no solo mejoran su participación social, sino que defienden sus derechos de forma directa y activa", destacó el presidente de COCEMFE, Anxo Queiruga.

Para utilizar "Línea Accesibilidad" la persona usuaria sólo debe descargar la app, de forma completamente gratuita, a través de Play Store o APP Store en función de la tecnología empleada en su dispositivo móvil (Android / iOS). A partir de este momento, la persona usuaria ya puede poner en conocimiento del consistorio la incidencia detectada.

Gobernanza +65 en Euskadi

Redacción

El departamento vasco de Empleo y Políticas Sociales ha puesto en marcha la iniciativa Gobernanza +65, que se prolongará durante cuatro meses, para buscar fórmulas que incluyan a las personas mayores en la toma de las decisiones políticas y sociales que les afecten.

Gobernanza +65 se enmarca en la Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo 2015-2020, que tiene como objetivo generar un "nuevo modelo" en el que las personas mayores "sean sujetos de pleno derecho en la toma de decisiones", según explicó la viceconsejera de Políticas Sociales, Lide Amilibia.

Cerca de un centenar de expertos se reunirán en diversas comisiones durante cuatro meses y se prevé que para finales de año se hayan llegado a unas conclusiones, que servirán para "reformular el modelo de gobernanza en Euskadi desde, para y con las personas mayores", según resaltó Amilibia.

Según los datos incluidos en la Estrategia Vasca de Envejecimiento Activo, en Euskadi el 20,2 por ciento de la población ha superado los 65 años, y de estos el 31,5 por ciento tienen 80 años o más.

Informese sin compromiso

**605 666 280
984 040 024**

Condiciones y precios especiales para afiliados de la Asociación Alzheimer Asturias / AFA-Asturias.

**Carrión nº 10
Posada de Llanera**

La falta de orientación e información limita el acceso de los cuidadores a su acreditación

El proceso de certificación para mayores de 55 años puede ser discriminatorio

Ana Gomis

Miles de trabajadores del sector de la atención socio-sanitaria a personas dependientes se encuentran, literalmente, en manos de las empresas que ofertan estos servicios, ya que en muchos casos son los empleadores quienes tienen que certificar la experiencia profesional para que les sea concedida la acreditación oficial, cuando en muchos casos resulta que han contratado a sus empleados (empleadas mayoritariamente), como limpiadoras. En otros casos son las propias empresas las que ofertan la formación acreditada, a cambio de un precio que se cobra detrayendo de los exiguos salarios mensuales las cantidades pactadas.

Las instituciones que prestan servicios de atención a personas dependientes, sea

auxiliar de enfermería, que las habilita para el desempeño de estas ocupaciones.

La apertura del procedimiento de habilitación excepcional para las categorías de gerocultor, cuidador y auxiliar de ayuda a domicilio, para quienes a 31 de diciembre de 2015 hubieran cumplido los 55 años, según resolución de la Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad, ha vuelto a traer a la actualidad el problema de los clientes, por no decir miles, de servicios empresariales de atención a dependientes, cuyo personal sigue sin cumplir los requisitos establecidos por la ley en cuanto a cualificación para la asunción de semejantes tareas. No parece, sin embargo, que sean las empresas las más preocupadas por tal situación, sino los tra-



El personal deberá estar acreditado en diciembre de 2017

cuestiones que están siendo revisadas por los representantes sindicales del sector, y, por intereses diferentes, por las empresas afectadas.

Para empezar, se podría estar incurriendo en un agravio comparativo, en relación con los procesos de acreditación a que tienen que someterse el resto de los profesionales, que se ven obligados a aportar evidencias sobre la realización de cursos de formación que les capaciten para la ocupación de estos puestos, en el caso

de recurrir al reconocimiento por la experiencia profesional, o bien a presentarse a un examen allá donde se convoque, o inscribirse en cursos de certificado de profesionalidad, que sólo son gratuitos en el caso de ser convocados al albur de las subvenciones públicas, regionales o nacionales, para la formación en o para el empleo.

Mientras estos mayores de 55 años no deben demostrar haber recibido ninguna formación, el resto de

los profesionales, actuales y futuros, deben pasar por los trámites descritos que, según en qué comunidad residan, pueden constituir una carrera de obstáculos.

También es cierto que muchas de estas personas, presumiblemente beneficiadas por esta medida, deben conseguir que sus empleadores reconozcan haberlas contratado de forma irregular como limpiadoras, cuando en realidad ejercían las tareas asociadas a la atención sociosanitaria a dependientes,



La falta de cualificación repercute en la calidad de las atenciones



Miles de empleos en juego por los plazos para acreditarse como cuidadores de personas dependientes

en domicilio, sea en instituciones, podrían perder su acreditación para proveer de tales servicios, si a día 31 de diciembre de 2017 no tienen a todo su personal acreditado. Los ritmos de habilitación oficial de los profesionales de este ramo son bien distintos, según la comunidad autónoma de que se trate, lo que coloca en desventaja a las personas empleadas de aquellas regiones que no han desarrollado su capacidad de acreditación al ritmo de las demás, como es el caso de Asturias, en donde, a día de hoy, se calcula que hay mil cuidadores sin reconocimiento profesional, que además tienen, de momento, un acceso limitado a los procesos de reconocimiento.

Para las empresas el problema se relativiza, como consecuencia de la gran demanda de trabajo en el sector y la disponibilidad de personas con titulaciones como

bajadores, mayoritariamente trabajadoras, muchas de ellas contratadas en calidad de limpiadoras, que, ante el temor a perder su trabajo, llegan a pagar hasta 1.200 euros a sus propios empleadores para participar en cursos de certificación de profesionalidad.

Possible agravio comparativo

La habilitación extraordinaria para mayores de 55 años, que además deben cumplir como requisitos imprescindibles en el momento de presentar su solicitud, haber desempeñado o estar desempeñando sus funciones en las categorías profesionales de cuidador/gerocultor y de auxiliares de ayuda a domicilio, y acreditar una experiencia en dichas funciones de al menos tres años, con un mínimo de 2.000 horas trabajadas en esas categorías en los últimos 10 años, plantea una serie de

que incluyen movilizaciones arriesgadas, manipulación de medicación, control de operaciones de alto riesgo de contaminación, y atención a personas con necesidades psicofísicas que precisan de atención cualificada.

Mil personas sin acreditación

En Asturias, por ejemplo, donde el pasado 23 de mayo de 2016 se convocó el procedimiento extraordinario para mayores de 55 años, según cálculos del presidente del Consejo Asturiano de la Formación, Ramón Canal, podría haber alrededor de mil personas sin la acreditación necesaria para ejercer de cuidador.

“En el Principado tenemos el problema de que somos la única comunidad autónoma que carece de una agencia de acreditaciones, o instrumento similar, lo que se viene llamando “Incuálín” (diminutivo de INCUAL, Instituto Nacional de las Cualificaciones), que permite al resto

asunto se resuelve en días, y otros en el que se tardan meses. Para todo ello hay que habilitar un presupuesto que, en el caso del Principado, está casi agotado en la puesta en marcha de otros procesos de acreditación en ocupaciones en las que también existía bastante urgencia por el establecimiento de plazos límite para poder seguir ejerciendo, como fue el caso del transporte sanitario, y otros. No obstante, se está preparando una convocatoria que esperamos poder abrir antes de que finalice 2016.”

Formación cara

Aunque según el presidente del Consejo asturiano de la Formación, las administraciones tienden a tener en cuenta este tipo de necesidades a la hora de dar prioridad a acciones formativas a incluir en los planes subvencionados, tanto a nivel nacional como regional, parece ser una realidad que la cantidad de oferta de es-



En ocasiones, el coste de la formación representa un deterioro de la economía personal

disponer de presupuesto para realizar convocatorias de procesos de reconocimiento de la experiencia profesional, así como de capacidad de decisión sobre la materialización de dichas convocatorias”.

Parece ser que abrir un proceso de reconocimiento de la experiencia profesional requiere de un procedimiento que incluye tres etapas: Asesoramiento, evaluación de la competencia profesional y acreditación y registro de la competencia profesional. Para ello se necesita, a su vez, formar equipos de profesionales capacitados para la realización de las valoraciones y acompañamientos personalizados que requiere cada etapa.

“Se trata de un proceso caro y complejo, porque además no todo el mundo pide que se le acredite lo mismo en cada profesión, ni todo el mundo aporta el mismo tipo de documentación. Hay casos en que el

tos cursos, gratuitos para el usuario, se va a reducir drásticamente porque cada vez son menos los centros que pueden afrontar la financiación de estas acciones con sus propios recursos, y resistir antes de que la Administración empiece a liberar los fondos para sufragarlos.

Esto hace que los profesionales en activo, pero sin título que les avale, se conviertan en blanco fácil de entidades que, en el mejor de los casos, pueden efectivamente proporcionarles formación acreditada, pero por un precio que oscila entre los 800 y 1.200 euros. “A veces - sostiene una representante sindical del sector- la propia empresa está acreditada para impartir esa formación, y se la cobra a sus trabajadores, detrayéndoles una cantidad al mes”. El deterioro de la economía personal que eso supone queda claro si se tienen en cuenta los salarios que se perciben en el sector.

La atención ¿en manos cualificadas?

En todo este entramado de procedimientos para lograr la acreditación para el ejercicio de la profesión de cuidador, cuanto más crecen las facilidades para la obtención del tan ansiado título, más deberían aumentar las sospechas sobre la calidad de la atención que serán, o son, capaces de proporcionar.

Según representantes de familiares de usuarios de los servicios de cuidadores, en este caso de la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Asturias (ADAF), “en cuanto a las residencias privadas, debería de ser exigible la formación específica para cada puesto, por ejemplo, auxiliar de enfermería. Si el personal que se contratase tuviese esta formación, además de ofrecer una atención de calidad, no tendría que someterse a un proceso de acreditación, con los inconvenientes que puede conllevar en el funcionamiento del centro.”

Puestos a evaluar la calidad de la atención recibida en la actualidad en centros privados, concertados o en servicios de atención domiciliaria, representantes de esta asociación opinan que “no se puede generalizar. En todo caso hay residencias y empresas que desarrollan una buena labor de atención a usuarios, pero otras no. Los motivos pueden ser varios: mala gestión y dirección de estos recursos, Ninguna cualificación por parte del personal, además de ser escaso como forma de ahorrar costes...”

“Solo tenemos conocimiento de los mecanismos de control de Asturias, y consideramos que deberían de ser más exhaustivos y deberían de sancionarse o cerrarse aquellos centros en los que se están ofreciendo unos cuidados que no son de calidad. Ya no solamente en cuestión de cualificación del personal, sino en cuestión de trato a usuarios, de la calidad de las atenciones, de incidentes que ocurren en algunos centros que en muchas ocasiones deberían de sancionables.”

Por lo que se refiere a la repercusión de las moratorias para la adaptación del personal, de las que disfrutan los negocios del cuidado de dependientes, en domicilio y/o en instituciones, consideran que los usuarios “sí salen perjudicados. Hace ya varios años que se había establecido un plazo para que los centros adaptasen el personal a la cualificación requerida. Se estableció una fecha a la que siguieron otras moratorias. Alargando estos plazos se está consiguiendo que muchos centros sigan contando con personal sin cualificación o con escasa cualificación, lo que repercute indudablemente a la calidad de atenciones a los usuarios.”



Profesionales reclaman un control más exhaustivo

Según esta representante, hay empresas que vienen pagando 800 euros al mes por jornadas completas que incluyen guardias en las que se acumulan hasta 14 horas de servicio continuado, en centros que en muchos casos albergan plantas de pseudo-hospitalización, con todo lo que eso supone de intensidad en la atención de los profesionales, exigien-

cia física y desgaste emocional. La mayoría de las personas que trabajan en el sector son mujeres, con cargas familiares, “extremadamente dependientes de estos trabajos”, lo que da la medida del esfuerzo que supone para ellas costearse esta formación.

En cuanto a los presuntos fraudes, parece ser que proceden de entidades de formación que ofertan

“la consecución de acreditación oficial”, pero que lo que hacen en realidad es cobrar “cantidades abusivas”, a criterio del presidente del Consejo Asturiano de la Formación, por entregar unos materiales y decir que preparan a sus clientes para presentarse al mismo examen que el resto de los aspirantes... examen que luego aprueban, o no.

La importancia del calzado adecuado

Verónica Esteban Mora



Presidenta del Colegio Oficial de Podólogos de Asturias

Un estudio de la Universidad de Extremadura (UEx) ha revelado que la mayoría de la población de más de 64 años utiliza un calzado inadecuado al tamaño de sus pies, bien porque calza un número menor al que le corresponde o es más estrecho del que realmente necesita.

El estudio, llevado a cabo por la Dra. Patricia Palomo junto al Equipo de Investigación Multidisciplinar del Pie: Biomecánica, Patología, Ortopedia y Cirugía de la UEx, llega a la conclusión de que el 83 % de los pacientes analizados estaban usando "un calzado inadecuado, lo que conlleva problemas físicos". "Se ha comprobado –prosigue el estudio– que la mayoría de los pacientes no usaban un zapato adecuado, pues a la hora de elegir calzado no coincide con las dimensiones reales y verdaderas de cada pie, con lo cual puede dar lugar a la aparición de diversas patologías y deformidades".

Desde el Colegio Profesional de Podólogos del Principado de Asturias queremos advertir de la importancia que tienen los pies en el estado general de salud, cuyas alteraciones, además de provocar deformaciones en los pies, pueden derivar en dolores de tobillos, piernas, rodillas e incluso cadera y espalda.

Recomendaciones

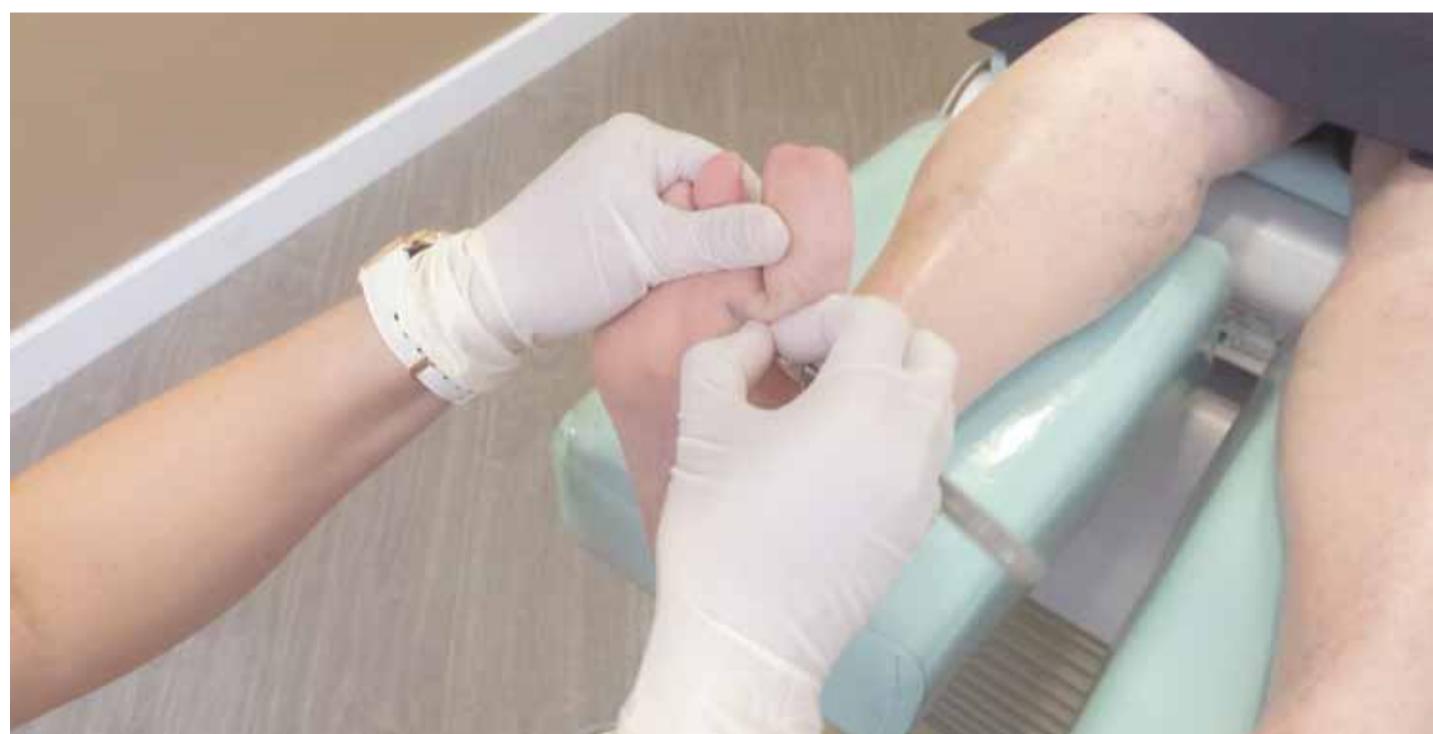
El podólogo es el profesional especialista en el cuidado del pie, el único profesional sanitario instruido, entrenado y formado, con el objetivo de ocuparse de la salud de los pies de la población. Para ello diagnostica, trata, previene y educa al público acerca de sus afecciones y deformidades.

El dolor de los pies es un síntoma muy frecuente en la edad adulta. La mayoría de las personas lo sufren en algún momento de su vida, ya que pueden ser asiento tanto de enfermedades originadas en ellos como de enfermedades generales que les pueden afectar (artritis reumatoide, artrosis, gota, diabetes, etc.).

Para preservar los pies en buen estado de salud, es conveniente tener presente algunos consejos:

- Usar zapatos amplios y de piel flexible, dejando una distancia de aproximadamente 1cm entre el dedo más largo y el final del zapato. El citado estudio de la Universidad de Extremadura alerta sobre el uso de zapatos inadecuados al tamaño del pie.

- No usar sólo el mismo par de zapatos durante mucho tiempo. Alternar dos o tres pares.



El podólogo es el único profesional sanitario instruido, entrenado y formado, con el objetivo de ocuparse de la salud de los pies

- Evitar tacones altos y estrechos.
- El contrafuerte del talón debe ser confortable pero a la vez deberá impedir los desplazamientos laterales.
- Comprar zapatos a última hora de la tarde, cuando el pie alcanza el máximo volumen.

La frecuencia ideal para cualquier persona sin problemas en los pies,

es acudir una o dos veces al año, para hacer una revisión rutinaria, y para aquéllos que padecen algún problema de uñas, durezas o pacientes diabéticos, la frecuencia cambia, ya que algunas personas requieren acudir incluso más de una vez al mes.

Hay que destacar la importancia del cuidado de los pies en aquellas

personas que padecen enfermedades sistémicas que generan complicaciones en los pies, como son la diabetes, los problemas circulatorios o la artritis reumatoide entre otras; ya que van a convertir el pie en el llamado pie de riesgo, un tipo de pie que no debe caer en cualquier mano, que debe tratarse siempre por un especialista como el podólogo, ya que por las peculiaridades de la enfermedad sistémica, cualquier herida en él puede tener consecuencias fatales.

ATEGAL: la ilusión por aprender y compartir

Paula Sande Nieto



Coordinadora general de la Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos (ATEGAL)

El título propuesto es más un sentimiento que una realidad tangible, medible o cuantificable. Pero es que en ATEGAL como en la vida nos mueven las emociones y ahora mismo es lo que sentimos. Tenemos un colectivo de personas jóvenes (aunque mayores de 50) que tiene ilusión, por aprender, por viajar, por vivir, por salir de casa, por arreglarse, por mejorar, por seguir cumpliendo años y sobre todo porque el camino sea compartido.

ATEGAL es una entidad que lleva desde 1978 trabajando con las personas de 50 o más años, surgió como un proyecto en Santiago y en 23 ciudades españolas y poco a poco fue creciendo y tomando forma propia en cada territorio. Aquí en Galicia, ATEGAL se constituyó como Asociación en el año 1994 y consolidó 9 sedes distintas en Galicia. En A Coruña, Ferrol, Padrón, Lugo, Vilalba, Monterroso, Ourense, Vigo y Santiago. Entidad colaboradora de la Xunta de Galicia desde sus comienzos, ha recibido numerosos reconocimientos al trabajo realizado y sus proyectos han sido premiados en convocatorias públicas a nivel nacional, tanto de administraciones como de entidades privadas.

¿Pero qué hacemos en ATEGAL? ¿Tiene sentido? Y sobre todo ¿Cómo lo hacemos? Nosotros somos algo parecido a un colegio, en donde de octubre a mayo, impartimos talleres en cuatro grandes áreas: ocupacional, cultural, salud, y ocio. Cada alumno escoge las actividades a las que quiere venir y se configura un horario, por ejemplo. Los martes y jueves pilates, los lunes y miércoles inglés y tabletas. Hasta ahí todo normal. Pero ATEGAL es algo



Imágenes del XXVII encuentro de ATEGAL y XXV aniversario de ATEGAL-Lugo, al que asistieron 300 alumnos de todas las sedes de ATEGAL.

lidaria, lipdub, etc... y todo eso con nuestro espíritu que no es ni más ni menos, que el que nuestros alumnos nos enseñan cada día. Compromiso, seriedad, cercanía, solidaridad y

mación de gran calidad en un buen ambiente y aprendiendo lo que me gusta e interesa en cada momento de mi vida, que afortunadamente va cambiando con el paso de los años, y en un grupo de gente como "yo", digamos que entre iguales.

Saber envejecer

El perfil de los mayores en Galicia es muy diverso, hay mucha población en las zonas rurales y su perfil no es el mismo que el de las zonas urbanas, con el que nosotros más trabajamos. Pero si hablamos en términos generales sí podemos decir que cada vez son más conscientes de la importancia de saber envejecer, de los beneficios que ellos experimentan al realizar actividades físicas y cognitivas, y además el nivel de formación es cada vez mayor. Por tanto hay que tener todo esto en cuenta y saber adaptarse a cada perfil y ofrecer actividades que

satisfagan estas demandas. No hay una fórmula mágica para que estas actividades funcionen o no, influyen muchos factores: la oferta curricular, el profesorado, las actividades complementarias, el ambiente, el momento actual (suerte o no), el alumnado, que es nuestra mejor publicidad, compromiso y esfuerzo de los responsables, etc.. pero está claro que sí hay que saber escuchar, tener la puerta del despacho abierta, echarle muchas horas y sobre todo, cambiar la vela según sople el viento.

El futuro pasa por seguir innovando, introducir las nuevas tecnologías en la formación permanente, pero no para sustituir a clases presenciales sino que para complementarlas, mejorar la comunicación y el acceso a la información y poner en valor a las personas mayores como activos de la sociedad independientemente de la edad.



El futuro pasa por seguir innovando, introducir las nuevas tecnologías en la formación permanente

más, porque como en casi todos los colegios tenemos un espíritu propio. Estas clases presenciales se complementan con otras como talleres de educación financiera, charlas impartidas por una Notaria sobre temas sucesorios, mesas intergeneracionales con temas de actualidad, charlas de un oftalmólogo, podólogo, o economista, información sobre consumo, talleres de tangram, celebraciones de Navidad, Carnaval, merienda so-

profesionalidad, y siempre pensando en los demás antes que en nosotros mismos, así nunca nos equivocamos. No podemos impartir ahora los mismos talleres que hace 30 años, ni pensar que no tenemos nada nuevo que ofrecer. Por eso tiene sentido que ATEGAL siga trabajando, porque se ha subido al carro de la formación continua a lo largo de la vida, en una parcela importante, no es formación reglada, pero sí for-

Un examen ocular para el diagnóstico temprano del alzhéimer

La Universitat de Barcelona, ICREA, Braingaze, el Hospital Sanitas CIMA y el centro residencial Consell de Cent ponen en marcha un estudio piloto

Redacción

Investigaciones recientes apuntan a los exámenes oculares como una alternativa a corto plazo para el diagnóstico precoz del alzhéimer. En este contexto, la Universitat de Barcelona, ICREA, Braingaze, la Unidad de Investigación Clínica del Hospital Sanitas CIMA y Sanitas Mayores coordinan esfuerzos para la realización de una prueba piloto que pretende verificar la validez de la detección temprana de la demencia a través de ciertas disfunciones en los movimientos oculares de las personas afectadas.

Los exámenes oculares como método diagnóstico se basan "en la novedosa y clara relación establecida entre los movimientos que intervienen en la fijación de la mirada, las vergencias, y los procesos cognitivos" explica Hans Supèr, de ICREA. Las vergencias son movimientos coordinados, necesarios para mantener una visión estable a través de nuestros ojos. "La hipótesis que esta investigación pretende demostrar es que si una persona no tiene una correcta vergencia ocular, es decir, sufre de una alteración de la fijación de la mirada atendiendo a diferentes estímulos visuales, esto podría ser un trazo característico de un diagnóstico precoz de Alzheimer" afirma Hans Supèr.

Estudio observacional

Basándose en esta conexión, el proyecto promovido por ambas entidades tiene como objetivo evaluar la validez del examen de vergencia ocular como prueba diagnóstica en personas de entre 50 y 70 años con sospecha clínica de demencia y con diagnóstico confirmado de demencia. Para ello, se llevará a cabo un estudio observacional en el que participarán hasta 45 pacientes del centro residencial Sanitas Mayores Consell de Cent. Quince de las personas participantes tendrán alzhéimer con demencia inicial, quince voluntarios serán casos de



La detección precoz puede retrasar la enfermedad alzhéimer con demencia moderada y otros quince participantes no tendrán signo alguno. Las pruebas consistirán en diversos exámenes delante de una pantalla de ordenador con rastreador ocular remoto o remote-eye tracker, que registrará sus reacciones ante distintos estímulos visuales. Los datos obtenidos se utilizarán para calcular la modulación de la vergencia ocular y su relación con las manifestaciones de deterioro cognitivo propias de la demencia.

"La enfermedad de Alzheimer es incurable y terminal, pero su evolución degenerativa puede retrasarse. Cuanto antes se detecte la enfermedad, mayor posibilidad de retrasar esta evolución. Conseguir dar pasos en la detección precoz supondría una mejoría tanto en el tratamiento como en la prevención de la enfermedad, lo cual también redundaría en un aumento de la calidad de vida de las personas afectadas y de sus familiares" valora el doctor David Curto, jefe de Gestión Asistencial de Sanitas Mayores.

Desarrollan una herramienta de formación para mejorar la capacidad sensorial y el estado nutricional

Mayores de entre 50 y 95 años de España, República Checa, Grecia e Italia participan en este proyecto europeo

Redacción

El proyecto europeo GYMSEN ha desarrollado una herramienta de formación para mejorar la capacidad sensorial y el estado nutricional de las personas mayores. Este proyecto, en el que participa el centro tecnológico AINIA, tiene como objetivo la conservación de las capacidades sensoriales de las personas mayores, especialmente de los sentidos del gusto y el olfato, así como el mantenimiento de su capacidad cognitiva, con el fin de prevenir y/o retardar su deterioro funcional y cognitivo.

Esta herramienta propone diferentes actividades, en función del perfil de cada participante en el proyecto, para ejercitarse las capacidades sensoriales en las personas mayores y frenar la degeneración de los sentidos del gusto y el olfato asociados a la falta de apetito en el envejecimiento.

Desarrollo del proyecto

Para mantener en forma la capacidad de percepción sensorial de las personas mayores y mejorar su bienestar y calidad de vida, se han realizado cuestionarios a más de un centenar de mayores con cuatro perfiles diferentes y edades comprendidas entre los 50 y los 95 años, teniendo en cuenta su estado de salud, nivel de actividad y de dependencia.

Previamente, y dependiendo de cada caso concreto, sus profesores, terapeutas o cuidadores han realizado un curso con el que han adquirido el conocimiento sobre el manejo de las herramientas, que les está permitiendo evaluar con mayor eficacia los resultados de las actividades sensoriales realizadas con estas personas mayores.

En concreto, en España estos ejercicios se están realizando con un grupo de personas mayores sanas y acti-



La herramienta mejora el estado nutricional

vas. En la República Checa, el proyecto se ha centrado en un grupo de personas sanas, pero con una intensidad de actividad más baja, mientras que en Grecia son enfermos de alzhéimer y en Italia personas mayores ingresadas en centros o residencias.

Durante períodos de tiempo de 9 a 11 semanas, los mayores seleccionados para la realización de este proyecto están expuestos a diferentes estímulos de sus capacidades sensoriales con distintos niveles de dificultad para conocer: su nivel de identificación y reconocimiento de olores, sabores y aromas; descripción de olores y aromas; juegos de memoria olfativa y gustativa. Además, también se realiza la descripción de recuerdos tras oler, saborear y manipular distintos alimentos.

El proyecto GYMSEN se enmarca dentro de Erasmus+, programa de educación, formación, juventud y deporte de la Unión Europea.

Galicia liderará una investigación para el diagnóstico precoz

Dotado con un presupuesto de 7,8 millones, gestionados desde Santiago, se desarrollará a lo largo de 5 años

Redacción

Los laboratorios del Complejo Hospitalario Universitario de Santiago coordinarán durante cinco años el proyecto europeo PANA (Promoting active Ageing: Nanodevices for Alzheimer's Disease at ultra-early stages // Promoción del envejecimiento activo: nanoestructuras para fases muy tempranas de la enfermedad de alzhéimer), que surge con el objeto de contribuir a mitigar y atrasar los efectos del alzhéimer.

Se trata del primer proyecto H2020, coordinado por Tomás Sobrino, investigador Miguel Servet del SERGAS y director técnico del Laboratorio de Investigación en Neurociencias Clínicas del Instituto de Investigación Sanitaria de Santiago de Compostela (IDIS), y liderado conjuntamente con José Castillo, jefe del Servicio de Neurología de la gerencia de Xestión Integrada de Santiago de Compostela y director Científico del IDIS.

El proyecto PANA tiene como objetivo desarrollar un sistema de detección precoz basado en la nanotecnología, mediante el diseño de nanoestructuras multimodales que se unen a un biomarcador específico de la enfermedad y que podrán ser detectados por técnicas de neuroimagen como la Resonancia Magnética y la Tomografía de Emisión de Positrones (PET). "Este hecho significará una revolución en el diagnóstico precoz de la enfermedad de alzhéimer y su posterior tratamiento en fases tempranas de la enfermedad", destacó Tomás Sobrino.

El proyecto se desarrollará a lo largo de 5 años aunque el doctor Castillo estima que en el plazo de dos años podría estar "muy avanzado".

En conjunto, el citado proyecto está dotado con 7,8 millones de euros que serán gestionados íntegramente por el Sergas a través de la Fundación Ramón Domínguez. Participarán más de cien investigadores europeos, liderados por el Grupo de Neurociencias Clínicas del IDIS y se contratarán a cinco investigadores más en el CHUS.

Protocolo sanitario para la atención a las mujeres que sufren violencia de género

Redacción

La Consejería de Sanidad y el Servicio de Salud del Principado (Sespa) han actualizado el protocolo sanitario para mejorar la atención a las mujeres que sufren violencia de género. Cada año, estos profesionales emiten una media de 500 partes de lesiones dirigidos al juzgado para proteger a las víctimas que acuden a las consultas del sistema público. El objetivo de este protocolo es prestar una atención más adecuada a estas mujeres, facilitarles el apoyo social integral y aportar pruebas precisas para que el delito pueda ser castigado.

La iniciativa está dirigida a mujeres mayores de 14 años que acuden a un centro sanitario con daños ante los que existe la constatación o sospecha fundada de que han sido causados por agresiones o abusos. El protocolo establece las recomendaciones pertinentes según el perfil de riesgo de la mujer, indicando la necesidad de garantizar su seguridad. A este respecto también se consideran víctimas los hijos e hijas.

Primer espacio cardioprotegido en las residencias de Mensajeros en Asturias

Los 25 trabajadores de la residencia Colegio San Francisco de Villaviciosa también han recibido formación

Redacción

Sensibilizada con la importancia de la cardioprotección, la asociación Mensajeros de la Paz ha instalado un espacio cardioprotegido en la residencia de mayores Colegio San Francisco, de Villaviciosa (Asturias) y sus 25 trabajadores han recibido formación en Soporte Vital Básico y utilización de desfibriladores.

Mensajeros de la Paz apostó por una medida claramente preventiva teniendo en cuenta, como dijo su coordinador

en Asturias, Pedro Gómez, a todos los residentes, cerca de un centenar, a las personas que diariamente les visitan, a los trabajadores y por supuesto, a los vecinos del entorno donde está ubicado el centro en Villaviciosa, porque según apuntó Gómez, éste debe ser "un espacio solidario".

Al acto de entrega del desfibrilador y todos los elementos que componen el espacio cardioprotegido, acudió, entre otros, el alcalde de Villaviciosa, Alejandro Vega, y la directora



Acto de entrega del desfibrilador

de la residencia, María Antonia Valle, así como todos los trabajadores que recibieron el curso de formación, pilar fundamental en el que se asienta la cardioprotección mediante la utilización de un desfibrilador semiautomático.

La Consejería de Sanidad del Principado de Asturias exigirá en breve la instalación de desfibriladores en locales superiores a 2.500 metros cuadrados o que reciban la visita de más de 500 personas al día.

Verano olímpico en Sanitas Residencial

En la iniciativa participarán los más de 5.000 residentes de sus 39 centros

Redacción

Un buen estado de forma física se posiciona como el segundo aspecto más importante para la tercera edad según el estudio 'Actitudes hacia el envejecimiento', realizado por Bupa, matriz de Sanitas. Así, el 69% de los encuestados considera que un buen estado de forma es un aspecto esencial para ser feliz en la vejez.

En línea con este dato y con motivo de la celebración de los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro, Sanitas Mayores ha puesto en marcha la iniciativa 'Un verano olímpico', con la que los más de 5.000 residentes de sus 39 centros podrán disfrutar de un mes repleto de actividades centradas en el deporte.

El doctor David Curto, jefe de Gestión Asistencial de Sanitas Mayores, incide en que "son muchos los beneficios del ejercicio físico moderado realizado de manera regular para los mayores, tanto en el plano físico, como en el emocional. Con una rutina adaptada a las necesidades de cada persona, el deporte contribuye a su estado funcional y orgánico, mejora su bienestar y, en definitiva, su calidad de vida".

También es esencial llevar un control o supervisión de las actividades que realicen los mayores, ya que "establecer programas de acondicionamiento físico dirigidos a la tercera edad puede ser complicado debido a elementos como las enfermedades o alteraciones asociadas a la edad avanzada o el simple hecho de ser una



población de riesgo", comenta David Curto.

La iniciativa tiene diversas fases. La primera, tras el encendido de la llama olímpica, que tendrá lugar en cada centro, consiste en la preparación de los juegos. Diseño de la mascota de cada centro, de las banderas que representarán a los países participante o la preparación de una coreografía para el himno olímpico. Durante esta primera fase los equipos de cada disciplina, lanzamiento puntería, pesca, bolos y tiros a puerta, entrenarán para llegar a punto a la inauguración de los juegos, que tendrán lugar en agosto, coincidiendo con los de Río.

Durante la competición, cada equipo representará a un país, y una vez finalizadas las pruebas se realizará una comparativa de las puntuaciones obtenidas para así determinar el país que ha ganado.

O Lecer, nuevo hogar residencial

El centro, ubicado en Matamá (Vigo), dispone de 20 plazas

Redacción

Con el objetivo de ofrecer un servicio cercano y adaptado para la asistencia y cuidado de las personas de más edad, desde el pasado mes de junio la parroquia viguesa de Matamá cuenta con un nuevo hogar residencial para mayores: O Lecer, un proyecto pionero con el que se pretende ofrecer un servicio residencial cercano e integral, con el fin de promover una atención a los mayores y a sus familias para resolver sus necesidades mejorando su calidad de vida.

El centro cuenta con un gran equipo de profesionales cualificados que trabajan desde la óptica de la Atención Centrada en la Persona (ACP), metodología de trabajo pionera en la ciudad.

El espacio arquitectónico, ambiente y decoración están especialmente diseñados para que los residentes se sientan como en casa en sus 20 plazas, pero con los servicios propios necesarios para la atención integral a personas con cualquier grado de dependencia. También está planificada la extensión de atención y cuidados a mayores de forma diurna y a domicilio.

La inauguración -tras 12 años como vivienda comunitaria- tuvo lugar el pasado 17 de junio con dos actos: uno por la mañana con la asistencia de autoridades políticas y representantes de entidades, y otro más informal por la tarde para familiares y amigos, con la actuación del coro de Ategal, (Aulas de la Tercera Edad de Galicia).



Centro geriátrico MORATE
Avda del Cristo, 67
33006-Oviedo
Telf: 985238653

blancogeriatrica@gmail.com

En plena ciudad, con zonas ajardinadas.

Habitaciones dobles e individuales, todas con baño.

Estancias permanentes, temporales, de recuperación hospitalaria y fines de semana.

Disponemos de terapia ocupacional, peluquería, podología, fisioterapia, además de ATS y cocina propia.

Amma publica su Memoria 2015 de Actividades y Responsabilidad Social

La memoria ha vuelto a ser certificada siguiendo los estándares internacionales de GRI (Global Reporting Initiative), este año en su versión G4

Redacción

En el marco de sus políticas de responsabilidad social y de fomento de la transparencia con sus públicos objetivos, el Grupo Amma acaba de publicar su Memoria 2015 de Actividades y Responsabilidad Social. Es el tercer año consecutivo que la compañía lanza este informe y el segundo que se certifica según los estándares internacionales de GRI (Global Reporting Initiative), este año en su versión G4.

La memoria pasa revista en 261 páginas a los principales indicadores del pasado ejercicio y también desglosa las actividades desarrolladas durante el año. Se estructura en siete apartados:

- Grupo Amma, perfil de compañía, con datos generales de la compañía (descripción general, historia, modelo Amma, número de centros, número de plazas, concertación con administraciones y apuesta por la responsabilidad social).

- Crecimiento y sostenibilidad económica, en el que se desglosan los principales indicadores económicos (ocupación de los centros, facturación, EBITDA, inversión, deuda financiera, contribución fiscal, política de proveedores...).

- Gestión ética y buen gobierno (cultura corporativa, Misión, Visión y Valores, Código ético, gobierno de la organización y transparencia y comunicación).

- Centrados en la persona (perfil de los usuarios de Amma, política de calidad, procesos y protocolos, indicadores, confortabilidad y servicios en las residencias).

- Nuestra gente: profesionales Amma (número de trabajadores, perfil de la plantilla, políticas de selección y contratación, medidas de desarrollo y conciliación, estabilidad laboral, seguridad y salud en el trabajo...).

- Compromiso con la sociedad (actividades de responsabilidad social desarrolladas por Amma durante

2015
MEMORIA DE
ACTIVIDADES
Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL



el año 2015 en áreas como innovación, investigación, actividades solidarias...).

- Compromiso con el medio ambiente (política ambiental de la compañía, acciones desarrolladas durante 2015, indicadores...).

31 residencias y 28 centros de día

Como se puede ver en las páginas de la memoria, el Grupo Amma alcanzó en 2015 su máximo histórico de facturación y rentabilidad. Con una ocupación media anual en sus residencias del 94,15%, Amma facturó en 2015 un total de 96,88 millones de euros, con un EBITDA de 18,14 millones y un resultado antes de impuestos de 4,39 millones. El crecimiento de la compañía en los últimos años le ha permitido reducir su deuda financiera neta un 19% en el periodo 2011-2015.

A 31 de diciembre de 2015, y tras la incorporación ese año de una nueva residencia en Barcelona (Amma Diagonal), el Grupo Amma estaba formado por 31 residencias y 28 centros de día en 8 comunidades (Madrid, Cataluña, Navarra, Cantabria, Castilla y León, Castilla-La Mancha, Murcia y Canarias), con 4.514 plazas residenciales (el 44,3% concertadas) y 960 de centro de día (el 46,5% concertadas).

La plantilla de Amma cerró 2015 con 2.769 empleados (157 más que el año anterior). El 86,96% de la plantilla son mujeres, la edad media se sitúa en los 41 años y el 83,94% son fijos. Durante el año se llevaron a cabo 18.920 horas de formación.

Durante el pasado año, se han conseguido mejorar los principales indicadores asistenciales de la compañía, habiéndose mantenido los índices de satisfacción de nuestros usuarios (que se sitúan en un 8,1 sobre 10 entre residentes y en un 7,4 entre familiares). También se han conseguido reducir los principales impactos de la empresa en términos medioambientales.

XXV Aniversario SARquavitaé

Las celebraciones se desarrollan en sus 107 centros

Redacción

SARquavitaé conmemora sus 25 años con una serie de actividades que se están celebrando en cada uno de sus 107 centros, además de a sus diferentes delegaciones de servicios domiciliarios, implicando a los más de 12.000 empleados de la compañía.

El hilo conductor de estas celebraciones son doce actitudes (una por mes) que definen su filosofía de servicio. La del mes de agosto está dedicada a Calidad e Innovación. Los actos culminarán con una gran Gala de XXV Aniversario que tendrá lugar a finales de año en Barcelona.

SARquavitaé nació en 1991 bajo la denominación de SAR (Servicios Asistenciales y Residenciales) con la construcción de su primer centro residencial en Jerez de la Frontera. Desde entonces y hasta hoy – con el claro objetivo de tejer una red profesional de servicios que ofreciera soluciones de calidad en la atención a las personas mayores o con dependencia- la compañía no ha dejado de crecer hasta alcanzar sus actuales 107 centros (residenciales, de atención diurna y de atención a la discapacidad) y ofrecer servicio de Ayuda a Domicilio a más de 12.000 personas y de Teleasistencia a más de 20.000.

Atenzia activa un servicio de teleasistencia 24 horas

Redacción

La compañía Servicios de Teleasistencia (Atenzia) acaba de activar en todo el territorio nacional un servicio de teleasistencia con atención médica telefónica, disponible 24 horas y durante los 365 días del año, que permite ofrecer una atención integral y totalmente personalizada. Mediante este nuevo servicio de teleasistencia, si el usuario tiene cualquier duda sobre el estado de su salud, un profesional médico atiende la llamada y procede según cada situación, o bien solucionando la consulta vía telefónica o movilizando a servicios médicos o ambulancias en caso de emergencia.

Durante el último año Atenzia recibió más de 1,7 millones de llamadas de sus usuarios para solicitar información, ayuda en caso de emergencia o bien para hablar ante una situación de soledad, de las que aproximadamente un 30% fueron atendidas por profesionales sociosanitarios y se centraban en cuestiones relacionadas con la salud.

Servicios de Teleasistencia (Atenzia) cuenta con catorce centros territoriales y anualmente realiza 230.000 intervenciones en domicilio, presta servicios a 1.400 municipios, atiende a 130.000 usuarios, con 10 M de comunicaciones y 100.000 domicilios conectados.

nosotros

La residencia de Campos se acredita como el primer centro libre de sujeción en Baleares

El centro cuenta con 42 usuarios, atendidos por 21 profesionales

Redacción

El Instituto de Trabajo Social y Servicios Sociales, Intress, que gestiona la residencia y centro de día de Campos, ha acreditado este centro en el programa 'Desatar al anciano y al enfermo de Alzheimer' que gestiona la Confederación Española de Organizaciones de Mayores (CEOMA). La localidad de Campos se convierte así en la primera que cuenta con un centro de personas mayores certificado como libre de sujeciones en Baleares.

En el acto oficial de acreditación estuvieron presentes Catalina Cirer, presidenta del Instituto Mallorquín de Asuntos Sociales (IMAS); Sebastià Sagreras, alcalde de Campos; Joan Huguet, vicepresidente de la Federación de Asociaciones de Jubilados de Baleares; Antonio Burgueño, médico responsable del programa 'Desatar al anciano'; Bárbara Mas, directora del centro de Campos y Editar Navarro, directora de Intress.

El centro de Campos cuenta con 42 usuarios, atendidos por 21 profesionales: 11 cuidadoras, 1 enfermera, 1 fisioterapeuta, 1 trabajadora social, 3 limpiadoras, 1 lavandera, 1 auxiliar administrativa, 1 auxiliar del servicio y la directora del centro, Bárbara Mas, que destaca que "desatar no es sólo quitar un vínculo físico, es la suma del esfuerzo compartido entre todos los profesionales para que una persona se sienta libre hasta el fin de sus días".

Para María Coll, directora del Área de Mayores de Intress, "una sujeción física inmoviliza el cuerpo pero también inmoviliza el alma ya Intress apostamos por usuarios plenamente libres. Nuestra voluntad es acreditar a más centros de personas mayores como centros libre de sujeciones".

Intress centra su labor en la gestión de servicios sociales en cinco áreas prioritarias: Mayores, Salud Mental, Infancia y Familia, Mujer y Respuestas a la Violencia.



Puesta en marcha del Centro de Día de Tineo

Redacción

El Gobierno del Principado de Asturias ha puesto en servicio el centro de día adscrito a la residencia de mayores El Mirador de Tineo, que cuenta con quince plazas. El centro tiene una capacidad para 28 personas; de momento, cuenta con cinco usuarios y está previsto que se ocupe de forma progresiva. Su apertura ha sido posible tras la creación de dos plazas de auxiliar de enfermería y una de terapeuta, incluidas en la modificación del catálogo de puestos de trabajo aprobado por el Consejo de Gobierno.

La residencia El Mirador se puso en funcionamiento en 1993 con 74 plazas. Posteriormente, se ampliaron las instalaciones con otras 30 plazas residenciales y el nuevo centro de día

Las nuevas tecnologías, un gran aliado para las personas discapacitadas

Seis de cada diez personas con discapacidad han mejorado su calidad de vida, según un estudio

Redacción

Seis de cada diez personas con discapacidad han mejorado su calidad de vida gracias a las nuevas tecnologías, según se desprende del V Informe Tecnología y Discapacidad presentado por Keysight Technologies y la Fundación Adecco. Este análisis se ha basado en los últimos datos del INE y se ha elaborado con motivo de la celebración del Día Internacional de las Tecnologías Apropiadas, que se celebró el 15 de julio, según informan ambas instituciones.

Las nuevas tecnologías se han convertido en un gran aliado para la accesibilidad de las personas discapacitadas, sin embargo, a pesar de sus beneficios, hay quien no puede permitirse acceder a los dispositivos móviles y herramientas tecnológicas debido al desembolso económico que suponen.

En España, el 20% de los hogares tiene alguna persona con discapacidad entre sus miembros, lo que suma más de tres millones de personas, como detalla el informe. Entre las situaciones analizadas destaca el problema de la accesibilidad de las personas con discapacidad y su relación en la dependencia de este colectivo. El 51,5% de estas familias encuentra barreras de accesibilidad en su vivienda, entre las



La dependencia podría reducirse a través de la accesibilidad

que se encuentran las escaleras y los cuartos de baño. Asimismo, casi un millón de personas encuentran diferentes dificultades para utilizar el transporte público y privado, como acceder a estaciones, subir o bajar del vehículo, orientarse o comprender señalizaciones. Las personas con discapacidad consideran que muchas de estas situaciones podrían solventarse fomentando la accesibilidad, a través de soluciones tecnológicas que favorezcan la independencia y autonomía de todas las personas.

Contratación

Según el informe, la contratación de personas con discapacidad ha seguido una tendencia ascendente durante los últimos años, alcanzándose en 2015 el máximo histórico, con 95.238 contratos, un 15% más que en 2014 y un 56% más que en 2012.

Por otro lado, estas tecnologías también han servido para reforzar la desigualdad, por ejemplo, un 52% de los encuestados sigue encontrando barreras para utilizar las herramientas tecnológicas convencionales. La mayor parte de estos obstáculos se encuentra en lo económico, según relata el informe, aunque un 37% alude a las barreras de tipo formativo y el desconocimiento de la utilización de estos aparatos.

AYUDAS ECONÓMICAS PARA EL ABONO DE GASTOS DE SUMINISTRO DE ENERGÍA DE LA VIVIENDA HABITUAL AÑO 2016

PLAN DE CHOQUE
CONTRA LA POBREZA
DEL AYUNTAMIENTO DE GIJÓN:

FMSS

gijón

**Servicios
Sociales**

Aprobadas por la FMSS, las ayudas para gastos de suministro de energía de la vivienda 2016 (BOPA 3/06/2016).

Finalidad:

Las ayudas tendrán por objeto financiar el gasto de suministro de energía usado en la vivienda habitual del/la solicitante durante el año 2016.

La ayuda se abonará en un pago único, por un importe por solicitante y unidad de convivencia de 350€.

El plazo de solicitud:

Desde el día 4 de Junio al día 31 de Octubre de 2016.

Lugar de solicitud:

- Registros de los Centros Municipales Integrados del Ayuntamiento de Gijón o de los Centros de Servicios Sociales.
- Cualquiera de los lugares previstos en el artículo 38.4 de la Ley 30/92 de 26 de Noviembre, de Régimen Jurídico de las Administraciones Públicas y Procedimiento Administrativo Común.

El modelo de solicitud podrá encontrarse en los citados Centros y en la página Web Municipal (www.gijon.es). El trámite de las ayudas podrá realizarse on line desde la Web Municipal.

Las organizaciones de mayores piden un Pacto de Estado sobre Pensiones

Demandan la reactivación urgente del Pacto de Toledo y la asunción de medidas que garanticen el sistema, sin pérdidas de poder adquisitivo

Redacción

Unión Democrática de Pensionistas (UDP) ha dirigido a los responsables de los partidos políticos una carta en la que expresan su inquietud "ante la inseguridad que sobre sus pensiones trasladan algunos medios de comunicación".

En el documento, la organización manifiesta su malestar porque "nadie desde los partidos representados en el parlamento, ni desde los responsables de las administraciones públicas, ha respondido adecuadamente a las informaciones emitidas..." y afirma que "quienes callan ante las dudas surgidas sobre el futuro de nuestras pensiones están realizando un acto de maltrato hacia las personas mayores".

En el documento remitido, UDP afirma que "la situación creada alcanza el grado de agresión, al atribuir al gasto en pensiones, aunque sea entre otras razones, el incumplimiento del Pacto de Estabilidad y Crecimiento (PEC) y de la sanción que por ello la Comisión Europea plantea contra España".

Para la organización, que el agujero de la Seguridad Social crezca en estos momentos de aumento del empleo se debe a la opción del Gobierno de estimular la contratación con reducciones directas de cotizaciones, lo que este año restará 2.500 millones a las arcas del instituto previsor, y a la drástica reducción de los salarios en los nuevos contratos que se están produciendo.

Por otra parte, UDP informa de que desde el año 2010 se ha disparado el porcentaje de personas



Grupo de pensionistas

mayores que están ayudando económicamente a sus familias, que partiendo del 15% en ese año, alcanzó el 60% en el año 2014 y se encuentra actualmente en el 44%. Esto quiere decir, según UDP, que cualquier reducción de las pensiones tiene un

impacto que llega mucho más lejos que los propios pensionistas y personas mayores. "Mucho se habla del ajuste y el esfuerzo realizado para encauzar la economía del país, poco se dice del esfuerzo realizado por los mayores que nos lleva a plantear si dicha salida hubiera posible sin el mismo", se afirma en el documento.

El escrito se acompaña de cinco recomendaciones que desde las organizaciones de mayores se hacen a todos los partidos:

1. Consecución de un Pacto de Estado sobre Pensiones entre las fuerzas políticas, que garantice su viabilidad, proponiendo fuentes de financiación alternativas y/o adicionales que eviten la pérdida de poder adquisitivo de los pensionistas.

2. Reactivación urgente del Pacto de Toledo conservando sus atribuciones y competencias originales.

3. Promover el mantenimiento de los trabajadores de edad en el mercado laboral, introduciendo nuevas medidas que faciliten la compatibilidad entre seguir trabajando y cobrar una pensión, y penalizando las jubilaciones forzadas.

4. Realizar las reformas estructurales necesarias para que disminuya la tasa de desempleo a los niveles medios europeos, aumentando así la población ocupada, los salarios y las cotizaciones.

5. Fomentar el empleo juvenil y proporcionar apoyos a la natalidad estableciendo nuevas medidas protectoras para las familias y la crianza de los hijos, así como favorecedoras de la conciliación laboral y familiar.

La Fundación Edad&Vida pide refundar el Pacto de Toledo

La entidad considera que, ante el agotamiento del Fondo de Reserva, ésta ha de ser una cuestión prioritaria para el futuro Gobierno

Redacción

La Fundación Edad&Vida ha insistido en la necesidad de refundar los acuerdos del Pacto de Toledo para afrontar el desafío de las pensiones con un "gran pacto de Estado" en esta materia que garantice "unas rentas dignas y suficientes a las personas mayores en cualquier circunstancia".

La entidad ha hecho esta reclamación al futuro Gobierno después de conocerse que la Seguridad Social ha tenido que utilizar 8.700 millones de euros del Fondo de Reserva para poder pagar las pensiones y la paga extraordinaria del mes de julio.

Para la Fundación Edad&Vida, la actual coyuntura económica y social ha puesto más presión si cabe al sistema público de pensiones en España, ampliando la brecha entre sus ingresos y sus gastos y obligando a utilizar el Fondo de Reserva de la Seguridad Social. "El problema, bajo nuestro punto de vista, es de tal envergadura que no cabe esperar que la recuperación del crecimiento económico sea suficiente para resolverlo", han asegurado desde Edad&Vida.

Reforma estructural

Ante el agotamiento del Fondo de Reserva, la Fundación Edad&Vida aboga por una reforma estructural del sistema de pensiones orientada hacia la sustitución del actual sistema de reparto por un sistema mixto, de reparto y capitalización, siendo esta capitalización obligatoria o casi-obligatoria.

A su juicio, el actual sistema de reparto de prestación definida debería transformarse en un sistema de reparto de aportación definida con cuentas nacionales, que incluyese un factor de sostenibilidad que actualizase los derechos pensionables y las pensiones a las circunstancias



El futuro de las pensiones, en el punto de mira demográficas y económicas.

Además, la parte capitalizada del sistema mixto de pensiones debería canalizarse a través de planes de pensiones ocupacionales y/o personales.

La Seguridad Social dispone de mil millones más del Fondo de Reserva

Redacción

La Tesorería General de la Seguridad Social ha dispuesto de 1.000 millones de euros del Fondo de Reserva para liquidar el IRPF de las pensiones. Es la segunda vez en este mes. La primera, lo hizo para hacer frente a la paga extraordinaria de julio. Entre ambas disposiciones, en julio el Ministerio de Empleo ha sacado 9.700 millones de la hucha de las pensiones.

Tras ambas disposiciones, en el Fondo de Reserva quedan 24.207 millones de euros, una cantidad equivalente al 2,24% del producto interior bruto, que se aleja mucho ya de los casi 67.000 millones que acumulaba en el momento de mayor ahorro.

El ministerio de Empleo ha anunciado para diciembre otra nueva disposición de otros 8.700 millones, a los que habrá que sumar otros 1.000 más en enero para pagar también las retenciones fiscales.



SENIORS INTERNATIONAL FESTIVAL ALMERÍA

CÓMO PARTICIPAR
SIF es un Festival único en el mundo. En cada competición, taller y curso se procede a una selección por haber:

PLAZAS LIMITADAS

A PRE-INSCRIPCIÓN

Todos los solicitantes se registran cumpliendo el formulario de tránsito en la web:
www.seniorsfestival.org

B SELECCIÓN

La Comisión de Selección del Festival lleva a cabo el proceso de revisión de los participantes.

Si hay inscripción en una actividad, se la deniega, los candidatos no admitidos serán seleccionados en la próxima edición SIF.

C INSCRIPCIÓN

Los candidatos seleccionados recibirán toda la información necesaria y el programa completo correspondiente.

**Vive con
Pasión
tu Hobby**

SIF SENIORS
INTERNATIONAL
FESTIVAL
ALMERÍA

ASIAL IFES Almería



9 días para tu pasión

**FESTIVAL
de los
SENIORS** +50



PARTICIPA

SIF ALMERÍA

Del 14 a 22 Octubre 2016

MÁS DE 150 COMPETICIONES Y 1.000 MEDALLAS
CONFERENCIAS DE MÉDICOS- "VIDA SALUDABLE"
CURSOS Y TALLERES TÉMATICOS
EN EL TIEMPO LIBRE
EXCURSIONES Y ESPECTÁCULOS

www.seniorsfestival.org

Comparte Tú Pasión
del 14 al 22 Octubre 2016



**CÓDIGO DESCUENTO
160046**

OFERTA VÁLIDA para suscriptores
y amigos de "NOSOTROS LOS MAYORES".
NOTA: No acumulables a otros descuentos.

Participación social de mujeres de más de 50 años en Asturias

El programa Tiempo Propio es una experiencia pionera en España

N. Martínez

Ante el progresivo proceso de envejecimiento de la población nace el concepto de 'envejecimiento activo' para englobar una serie de políticas y actuaciones dirigidas a que el crecimiento de la esperanza de vida vaya acompañado de condiciones físicas y mentales saludables y de una autonomía personal prolongada. El Principado de Asturias a través del Instituto Asturiano de la Mujer, ha trabajado y trabaja en esta línea desarrollando de forma exitosa desde el año 2003 el Programa Tiempo Propio. Se trata de un programa puesto en marcha como experiencia pionera en nuestro país, fomentando la participación social de las mujeres mayores de 50 años, ampliando y consolidando sus relaciones sociales a través del aprendizaje y las alternativas de ocio además de ofrecer un espacio de encuentro mediante actividades en ámbitos como la salud, la cultura y las nuevas tecnologías. Se ha facilitado la creación de hábitos de participación en un colectivo de mujeres que, por diversas causas, han visto mermada su autonomía en el espacio público.

Talleres

El programa Tiempo Propio fomenta las habilidades físicas e intelectuales y contrarresta el aislamiento de las mujeres en su hogar, propiciando hacer actividades conjuntamente con otras mujeres de su entorno, haciendo hincapié en la importancia de una vida sana sin abuso de medicamentos, estimulando la práctica de ejercicio, sin olvidar la importancia que para la salud tiene



Taller y excursión organizados por la asociación

una buena alimentación y una dieta sana para todas las edades.

Mujeres mayores de 50 años de 36 ayuntamientos asturianos de menos de 50.000 habitantes han participado en los talleres de Tiempo Propio. Los concejos participantes en 2016 han sido: Amieva, Bimenes, Boal Cabranes, Cangas de Onís, Cangas del Narcea, Carreño, Caso, Castrillón, Castropol, Colunga, Cudillero, Grado, Las Regueras, Laviana, Lena, Llanera, Llangréu, Nava, Navia, Onís, Parres, Piloña, Ribadesella, Riosa, San Martín del Rey Aurelio, Sariego, Sobresobio,

Soto del Barco, Tapia de Casariego, Taramundi, Tineo, Valdés, Vegadeo, Villaviciosa y Villallón.

El programa Tiempo Propio se desarrolló entre abril y junio, se propusieron tres tipos de talleres: Salud y bienestar, ahora en movimiento; Mujer y arquitectura popular asturiana: hórreos, paneras y casas asturianas; y Descubre el Prerrománico asturiano con ojos de mujer. Cada ayuntamiento participante seleccionaba dos de los tres talleres propuestos. El más demandado fue el de Salud y bienestar, seguido del taller de Prerrománico asturiano.

“El programa nos cambió la vida”

N. M.

La asociación Mujeres con Tiempo Propio celebra este año su décimo aniversario. María Concepción Camporro continúa al frente después de una década y a sus 79 años trabaja con la misma ilusión que cuando descubrió el programa Tiempo Propio. Ella fue una de las primeras mujeres que en 2003 disfrutaron del aquel pionero proyecto desarrollado por el Instituto Asturiano de la Mujer, impartido en Langreo, Mieres y Siero. Las mujeres mayores de 50 años que ya lo habían disfrutado decidieron crear una asociación para dar continuidad a las actividades tras finalizar el programa del Principado de Asturias. La asociación tiene representación en el Consejo

Asturiano de la Mujer y en consejos de varios ayuntamientos.

-¿Cómo nació la asociación?

A las mujeres mayores de 50 años, el programa Tiempo Propio nos cambió la vida. Cuando finalizó en Siero, Mieres y Langreo en 2006 el programa impartido por el Instituto Asturiano de la Mujer, queríamos continuar con la actividad. Como el programa debía pasar a otros concejos, no nos resignamos y creamos la asociación. Las mujeres de otros municipios que iban finalizando el programa se unieron a nosotras. Fuimos pioneras, empezamos 50 mujeres y después de una década somos 370 de todo Asturias y contamos con 12 vocalías en diferentes municipios:

Cangas del Narcea, Cangas de Onís, Carreño, Lujones, Pola de Siero, Pola de Lena, Mieres, San Martín del Rey Aurelio, Riosa, Morcín, Villaviciosa y Llanes. Cada mes nos reunimos en Oviedo y tenemos mucho trabajo.

-¿Qué actividades realizan?

-Organizamos talleres. Teatro con las obras literarias de Lorca, mujeres pintoras, ciencias, salud, informática, creamos un blog (<http://asocmujerescontiempopropio.blogspot.com.es/>) en el que se cuelgan experiencias y fotos de las asociadas sobre la escuela, la historia de las fiestas de cada municipio..., hay recogidas historias muy bonitas. Además, organizamos viajes culturales.

-¿Cómo han celebrado el aniversario?

-Una vez al año organizamos un encuentro y hasta ahora no hemos repetido municipio. Este año se celebró en mayo en Villaviciosa y el ayuntamiento se volcó con nosotras, fuimos 12 autocares de toda Asturias. Hicimos un homenaje a una mujer de cada vocalía, cada una de ellas en su intervención destacó la importancia en su vida de Tiempo Propio.

-¿Qué valor tiene para las mujeres la actividad de la asociación?

-Hay mujeres que nos dicen que si no fuera por los talleres hubieran caído en depresión, porque se quedaron viudas, los padres enfermos... todos tenemos problemas. Julio y agosto estamos de vacaciones, en septiembre se proponen talleres y los que se voten por mayoría y entren en presupuesto se imparten. Nos financiamos con subvenciones del Instituto Asturiano de la Mujer, Consejería de Bienestar Social y varias pequeñas subvenciones de algún ayuntamiento.

-¿Cómo animaría a participar en Tiempo Propio?

-Las mujeres de nuestra época nos limitábamos a estar en casa, cocinar, atender los hijos... nadie se había ocupado de nosotras, el programa nos vino muy bien porque salimos de casa, y aprendimos a valorarnos con actividades tanto de talleres como de viajes que nos enriquecen. También tenemos que aprender a decir que no, necesitamos tener un tiempo para nosotras, atendemos nietos y familia, pero es cuestión de organizarnos.



María Concepción Camporro, presidenta de Mujeres con Tiempo Propio