

---

# BUENAS PRÁCTICAS MODELO Y AMBIENTE

---

**APOYO A LA PERMANENCIA DE LAS  
PERSONAS MAYORES EN SUS  
DOMICILIOS**



---

Luisa Fernanda Navarro Mulas.  
Residencia para personas mayores "Almaraz de Duero"  
Ayuntamiento de Almaraz de Duero

---



**ÁMBITO DE ACTUACIÓN:** Servicios y programas de atención e intervención; Innovaciones organizativas y metodológicas

**LUGAR:** Municipio de Almaraz de Duero. Zamora. Castilla y León

**GRUPO DE POBLACIÓN AL QUE SE DIRIGE:** Población del Municipio de Almaraz de Duero y poblaciones colindantes.

## OBJETIVOS

Lograr una atención individual y centrada en las personas que precisen ayudas, bien temporal, bien permanentemente, para poder seguir viviendo en su domicilio, especialmente personas mayores de 65 años.

## DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO Y FASES DE APLICACIÓN

Este Ayuntamiento consideró hace años que debía adquirir un compromiso con actuaciones encaminadas a la prevención de la dependencia que constituye hoy, en todos los países desarrollados, uno de los grandes retos de la política social y que requiere una respuesta firme por parte de las Administraciones Públicas. El reto no es otro que apoyar a las personas para poder ejercer sus derechos de ciudadanía, acceder a los bienes sociales y desarrollar las actividades instrumentales de la vida diaria dentro de su propio entorno. La combinación de factores demográficos, médicos y sociales ha llevado a un incremento de las necesidades de este colectivo en nuestros municipios.

Tradicionalmente han sido las familias las que han asumido esta ayuda, a través del “apoyo informal”. Esa función ha recaído y recae, casi en exclusiva, en las mujeres del núcleo familiar y, dentro de éstas, en las mujeres de mediana edad, sobre todo en el grupo formado por las que tienen entre 45 y 69 años. El envejecimiento de la población, las mayores tasas de supervivencia y la creciente incidencia de la accidentalidad, llevan a que la demanda de programas de prevención aumente. Esta necesidad coincide en el tiempo con cambios importantes en el modelo de familia y con la incorporación progresiva de la mujer al mercado de trabajo, fenómenos ambos que están haciendo disminuir sensiblemente la ayuda de los cuidados familiares.

En nuestra demografía el número de personas mayores es elevado, y se espera que en los próximos años continúe este ascenso.



El intento porque este tipo de población llegue a la vejez en las mejores condiciones posibles, hace surgir nuevas ideas sobre cómo atenderlas de la mejor forma posible. Esto no sólo se refiere a asistencia en diferentes centros especializados, sino también a una atención en sus propios domicilios, permitiendo que puedan vivir su propia vida cómo ellas deseen.

Constatando la realidad que teníamos delante en el Municipio de Almaraz de Duero, nos planteamos cómo podríamos mejorar su calidad de vida, partiendo de la idea principal de alargar la estancia en sus propios domicilios.

Teniendo en cuenta los recursos existentes en la localidad, nuestra idea fue la de explotarlos al máximo. Estos recursos se refieren a la Residencia de Ancianos principalmente, así como a los y las profesionales adheridos a dicho centro.

Con estos datos empezamos a elaborar el que sería el actual programa que se lleva a cabo y que sin saberlo en aquel momento se transformaría en un Centro Multiservicio, coincidiendo con los planteamientos que los Servicios Sociales tienen en mente implantar en los pequeños municipios.

#### Diagnóstico de necesidades

Para hacernos una idea inicial de las necesidades existentes y de lo que se debería solucionar, nos centramos en primer lugar en las personas mayores de 65 años existentes en el domicilio, y en segundo lugar en las posibles necesidades de esta población.

Para conocer las necesidades de este tipo de población nos basamos en una escala validada al español, el Índice de Lawton y Brody. Esta escala mide la capacidad de las personas mayores para realizar las Actividades Instrumentales de la Vida Diaria, es decir, las actividades que permiten a las personas relacionarse en su entorno próximo. Esto nos da una idea de si la persona es susceptible de institucionalización al no poder vivir de manera independiente en su domicilio.

Los ítems de este índice que tomamos como referencia son los que se refieren a la preparación de la comida, la toma de medicamentos y lavado de la ropa.

Por último, definimos los recursos existentes en ese momento para poder dar respuesta a esas necesidades. Contábamos con una residencia de personas mayores así como de sus profesionales: Médico, Enfermera, Fisioterapeuta, Terapeuta Ocupacional, Podóloga, Auxiliares de Enfermería, Cocinera y personal de oficios varios.



Para diseñar el programa, se definió en primer lugar la población a la que va dirigido (personas mayores de 65 años que viven en el municipio de Almaraz de Duero y que residen en su domicilio) y personas que necesitan ayuda para vivir de forma autónoma temporalmente.

Analizamos los datos acerca de la población definida anteriormente para conocer el alcance de la muestra que participará mediante revisión del censo disponible en el Ayuntamiento de Almaraz de Duero.

Los datos resultantes fueron 404 personas censadas en el municipio. De esa población, 185 personas tienen más de 65 años (81 hombres y 104 mujeres), 48 de ellas sobrepasan los 85 años. Se constató que 140 de ellas viven solas (39 mujeres, 9 hombres y 45 matrimonios)

Se seleccionó el Índice de Lawton y Brody como instrumento de detección de actividades que puedan influir directamente en la independencia en el hogar.

Una vez revisados los recursos disponibles, que en ese momento eran la Residencia Municipal y el Centro de Día, se definieron las actividades a realizar partiendo de los mismos.

Las actividades propuestas fueron las siguientes:

- Comedor Social: el comedor de la residencia está abierto para que las personas que así lo deseen realicen las comidas en el centro. El horario del comedor social no coincide con el horario de comidas de la propia residencia.
- Comedor a Domicilio: los participantes del programa pueden recibir desayuno, comida, merienda y cena en su propio domicilio si así lo solicitan.
- Fisioterapia: el fisioterapeuta realizará valoración y tratamiento de las patologías durante las sesiones acordadas.
- Terapia Ocupacional: este servicio se centra en programas de memoria así como el asesoramiento de ayudas técnicas, productos de apoyo y adaptaciones del hogar.
- Lavandería: la propia lavandería del centro residencial lavará la ropa de los solicitantes
- Gestión de medicamentos: aquí se incluye la gestión de recetas así como de los medicamentos mediante cajetines semanales.

#### Planificación y puesta en marcha

Una vez sentadas las bases, se planificó la forma de coordinación de los recursos municipales. Se habilitó el consultorio médico dentro de la propia residencia, lo que permitió que los recursos estuvieran englobados en el mismo recinto.

Este programa ha sido aprobado en una ordenanza del propio Ayuntamiento y para



ponerlo en marcha y en forma de programa piloto, durante un año, la población mayor de 65 años de la localidad de Almaraz de Duero acudió una vez por semana al comedor de la residencia de personas mayores con el objeto de acercar a la población reticente.

Además se realizó difusión a través de carteles y charlas informativas.

#### Fases de implementación

La primera fase fue la de iniciar el comedor social como estudio piloto.

Vistos los resultados, se comenzó el comedor a domicilio, servicio que ha demostrado su eficacia y necesidad, sobre todo en momentos de enfermedades o percances ocasionales.

A continuación se aprovecharon los profesionales de la residencia para que los solicitantes puedan disponer de sus servicios.

Por último, se implementó el servicio de Medicamentos y el servicio de lavandería

#### TEMPORALIZACIÓN

Este proyecto comenzó en el año 2008 poniendo en marcha tres iniciativas: la remodelación del entorno residencial, construyendo un parque que sirviera de punto de encuentro entre las personas mayores del centro residencial y la población del municipio; la instalación de un parque de gimnasia geriátrico para ser utilizado conjuntamente por los residentes y por los lugareños y por último, se puso en marcha la iniciativa del comedor social.

En el año 2009 se reformó la residencia para integrar en ella el consultorio médico.

El servicio de comida a domicilio se inició en el año 2011.

Por último, en el año 2013 se aprobó la ordenanza para realizar la gestión de medicación.

En la actualidad, se está trabajando para instaurar el servicio de ayuda a domicilio.

#### RECURSOS

Se utilizaron los recursos existentes en la localidad, que ya fueron citados anteriormente, especialmente los de la Residencia.

Se prevé que a medida que crezca la demanda de los servicios puedan crearse más puestos de trabajo.



## NORMATIVA

La normativa en la que nos basamos es la que regula los Servicios Sociales en la Comunidad Autónoma de Castilla y León.

## EVALUACIÓN

No se ha llevado a cabo una evaluación exhaustiva acerca de este programa, aunque se están comenzando a realizar encuestas de satisfacción de los/as solicitantes de los servicios.

Como posible medida de evaluación, se tiene en cuenta la participación de la población, así como su continuidad en la solicitud de los mismos.

## RESULTADOS

Teniendo en cuenta los objetivos planteados, los resultados han sido satisfactorios.

La calidad de vida de un cierto número de la población mayor de 65 años del municipio de Almaraz de Duero ha incrementado gracias a los servicios prestados desde esta iniciativa. Se han cubierto parte de las necesidades de este colectivo tanto puntual (por accidentes) como permanentemente, para que sigan viviendo de manera independiente en sus domicilios, retrasando en muchos casos la institucionalización.

La facilidad para acceder a estos servicios es sencilla y el impacto de estos servicios sobre la salud de las personas participantes ha sido satisfactorio puesto que tanto ellas como las familias se han encargado de dar a conocer su agrado por esta propuesta.

En términos de eficiencia habría que tener en cuenta los costes que ha supuesto esta iniciativa para el Ayuntamiento de Almaraz de Duero, como ya citamos anteriormente, el coste no aumenta sino que se evita el gasto por la optimización de los recursos.

## FINANCIACIÓN

La financiación de estos servicios se encuadró dentro del presupuesto destinado a la Residencia

## CONCLUSIONES

Este nuevo modelo de centro cubre todas las necesidades tanto para las personas que necesiten servicios de estancias diurnas o atención residencial, como para el resto de personas del municipio que precisen ayudas puntuales. Por una parte, se ha



convenido la integración de aspectos sanitarios en la Residencia, **coordinando ámbitos de atención**. Por otro lado, se garantiza la **proximidad de los servicios** profesionales al domicilio de las personas en situación de dependencia, genera empleo, la mayor parte dirigidos a **mujeres**, y con ello contribuye a fijar población en la zona.

Se trata fundamentalmente de que **las personas mayores puedan elegir libremente sus ayudas, centrando nuestra atención en la individualidad**, cubriendo todas las necesidades y el hándicap que supone vivir en el entorno rural.

### ENLACES Y ANEXOS

- Instalaciones de la Residencia de Almaraz de Duero:

[http://www.fundacionpilares.org/modeloyambiente/docs/BP61AlmarazDuero\\_Anexo.pdf](http://www.fundacionpilares.org/modeloyambiente/docs/BP61AlmarazDuero_Anexo.pdf)