



S.O.S

Estoy sola/o y no quiero que nadie se entere

Proyecto desarrollado en el marco de *Laboratorios de Innovación Social* promovidos por la Dirección de Participación e Innovación Social– Medialab, de la Universidad de Granada

ÍNDICE

Título de la propuesta	3
Resumen de la propuesta	3
Antecedentes del Proyecto	3
Necesidades a las que atiende la propuesta	5
Objetivos del proyecto	5
Objetivo General	5
Objetivos específicos	5
Aspectos Metodológicos	6
• Técnicas y procedimientos para la recolección de información	6
• Técnicas de análisis de la información y valoración	6
Representación visual de la propuesta del laboratorio	7
Recursos del proyecto	7
Instituciones y entidades que podrían estar interesadas en llevar a cabo el proyecto	7
Cronograma de la implementación del proyecto	8
Proceso de formulación de la propuesta	8
• Planificación interna del laboratorio	10
• Participantes del laboratorio y colaboradores en la implementación del proyecto	11
Documentación anexa	12

Título de la propuesta

S.O.S Estoy sola/o y no quiero que nadie se entere

Resumen de la propuesta

La presente propuesta busca dar continuidad al proyecto *La Soledad Social en personas mayores del barrio El Realejo y Barranco del Abogado*, promovido en el año 2019 por la asociación OFECUM, el Centro de Salud de El Realejo, Servicios Sociales, las Asociaciones de Vecinos de los barrios y una estudiante de la Universidad de Granada, elaborado tras un diagnóstico sobre el problema de la soledad social que reveló afectar a un 65% de las personas mayores de los barrios El Realejo y Barranco del Abogado. El objetivo general del proyecto es el de disminuir la soledad social de las personas mayores de 65 años, por ello, la presente propuesta busca realizar un diagnóstico sobre los intereses de participación social de las personas mayores y sus percepciones en torno a la soledad.

En los barrios El Realejo y Barranco del Abogado existe una amplia oferta de actividades de ocio para personas mayores, promovidas por diferentes instituciones públicas y privadas, sin embargo, la participación en ellas es reducida teniendo en cuenta el porcentaje de personas mayores que sufren soledad social. Es a raíz de dicha situación que el Grupo de Apoyo de OFECUM lanza el proyecto *S.O.S Estoy sola/o y no quiero que nadie se entere*, con el fin de generar espacios de diálogo con las personas mayores de los barrios para conocer sus percepciones sobre la soledad social y sus intereses y propuestas para reducirla. Para la promoción de ese diálogo, se proponen tres herramientas de recabación de datos: dos cualitativas, mediante el desarrollo de grupos de discusión y entrevistas en profundidad, y otra de carácter cuantitativo, mediante encuestas telefónicas. El proyecto busca así fomentar el diálogo con las personas mayores que sufren o que potencialmente pueden sufrir soledad, y promover estrategias que contribuyan a reducir su impacto.

Antecedentes del Proyecto

La Asociación Cultural de Mayores OFECUM, fundada en 1998, es una asociación sin fines de lucro, ubicada en el barrio El Realejo, que promueve el envejecimiento activo y la solidaridad intergeneracional con el apoyo de socios y voluntarios.

En el año 2019, con la finalidad de promover acciones colaborativas para mejorar la calidad de vida de las personas mayores del barrio, OFECUM, el Centro de Salud de El Realejo, Servicios Sociales Centro, las Asociaciones de Vecinos de los barrios, otras asociaciones y una estudiante de la Facultad de Sociología de la Universidad de Granada, ponen en marcha el proyecto *La soledad social en personas mayores del barrio El Realejo y Barranco del Abogado*. Este grupo fue promovido por la coordinadora del Grupo de

Apoyo Social de OFECUM y liderado por la alumna para la realización del trabajo de fin de máster *Problemas Sociales: dirección y gestión de proyectos sociales*.

El diagnóstico se realizó en base a tres variables propuestas por la Universidad de Granada para medir la soledad social y que miden la participación de las personas mayores en la vida social, el apoyo social que reciben y el uso o acceso a medios de comunicación y tecnológicos.

Estudios relacionados con la soledad social advierten de la necesidad de adoptar medidas para su prevención y atención. Así, Gené-Badia et al.(2016) sostiene que la aparición o empeoramiento de síntomas depresivos, deterioros cognitivos, alimentación inadecuada, tabaquismo, alcoholismo, trastornos del sueño, enfermedades cardiovasculares e incluso el suicidio pueden estar relacionados con el sentimiento de sentirse solo(a).

Un estudio realizado por Sánchez-González (2009a) sobre envejecimiento vulnerable en Granada, expuso que las personas mayores con muy alto riesgo de *discapacidad* (personas con problemas de movilidad), *exclusión social* (relacionada con personas de 80 años y más, analfabetas y con bajos ingresos, algo que tiene una incidencia negativa en las relaciones sociales y en la participación en actividades sociales) y *dependencia vulnerable* (principalmente en mujeres que viven solas y tienen problemas de salud) se encontraban en el Albaicín, El Realejo y San Matías. En otra publicación, Sánchez-González (2009b) concluyó que las personas mayores, principalmente las “mujeres de 75 años y más, pasan casi todo el tiempo en sus domicilios, por lo que la habitabilidad dentro y fuera de la vivienda se convierte en un factor clave de su bienestar” (p. 204).

A partir de los hallazgos del problema social en los barrios El Realejo y Barranco del Abogado, así como la evidencia teoría y empírica referente a la soledad, se estableció como objetivo lograr la disminución de la soledad social de algunas personas mayores de los barrios. Entre las acciones que el proyecto puso en marcha para promover el apoyo social, se acordó que las organizaciones implicadas derivaran a personas mayores en situación de soledad al Grupo de Apoyo Social de OFECUM, activo desde el año 2018 y que cuenta, en la actualidad, con 13 voluntarios para brindar acompañamiento presencial y telefónico a las personas que sufren soledad no deseada. Sin embargo, con la llegada de la pandemia, la dinámica de intervención del grupo de voluntariado cambió, y actualmente sólo se realizan llamadas telefónicas de apoyo emocional, escucha activa y orientación.

A pesar de que las organizaciones implicadas en el proyecto de *Soledad Social* han sido aliadas para derivar personas mayores con un perfil de soledad al Grupo de Apoyo Social de OFECUM, se identifica una baja demanda por parte de las mismas, lo cual evidencia que a pesar de que se han buscado los mecanismos para acompañar, orientar y escuchar, las personas mayores no identifican la labor del Grupo de Apoyo Social de su interés. Por otra parte, existe en los barrios una amplia oferta de actividades de ocio para personas mayores, promovidas por diferentes instituciones, sin embargo, la participación en ellas no

guarda relación en términos comparativos con el porcentaje de personas mayores que sufre soledad social en dichos barrios, que es de un 65%. Esta discordancia entre la oferta de actividades y los resultados del estudio de soledad social ha motivado la orientación del trabajo desarrollado por el equipo de colaboradores del laboratorio *Estoy sola/o y no quiero que nadie se entere*, hacia la participación de las personas mayores. En esta línea, el equipo de trabajo ha investigado sobre la existencia de experiencias de estudios de opinión, deseos y participación activa en diseño de actividades por personas mayores en asociaciones nacionales y no las ha encontrado.

Por ello, el presente proyecto busca entablar un diálogo con las personas mayores para recoger sus percepciones entorno a la soledad y conocer sus intereses y necesidades sociales que permitan reducir la soledad social de las mismas. Para ello se aplicarán tres herramientas metodológicas para obtener dicha información: dos de ellas cualitativas, como los grupos focales y las entrevistas personalizadas, y otra cuantitativa, mediante encuestas telefónicas.

Necesidades a las que atiende la propuesta

Tomando como referencia la pirámide de las Necesidades Humanas de Abraham Maslow (*Una teoría sobre la motivación humana*, 1943), el proyecto busca satisfacer las necesidades sociales de las personas mayores de 65 años como las necesidades de afecto y pertenencia, participación, creatividad, aceptación, amistad y amor, así como las necesidades de seguridad relacionadas con la seguridad física, la salud y la seguridad moral y familiar. Las sociedades modernas, caracterizadas por el individualismo, dificultan la satisfacción de dichas necesidades, las cuales se han visto notablemente afectadas por la pandemia Covid19 con especial impacto en la población adulta mayor de 65 años.

Objetivos del proyecto

Objetivo General

- Realizar un diagnóstico participativo en los barrios El Realejo y Barranco del Abogado con personas mayores sobre la soledad social no deseada y sus propuestas para reducirla.

Objetivos específicos

- Involucrar a las personas mayores de los barrios El Realejo y Barranco del Abogado en el diagnóstico de intereses y necesidades de las personas de 65 años y más relacionados con la reducción de la soledad social.
- Diseñar herramientas de participación social adaptadas a las necesidades, gustos y preferencias de las personas mayores en situación de soledad social de los barrios.

Aspectos Metodológicos

- **Técnicas y procedimientos para la recolección de información**

1. **Grupos focales** : se realizarán con al menos tres grupos poblacionales diferentes con la finalidad de abordar la temática en base a variables comunes de los participantes y obtener resultados reveladores de las percepciones de los distintos grupos. Se llevarán a cabo entre cinco y diez grupos focales, dependiendo de las circunstancias derivadas de la pandemia sanitaria de la Covid19. De los grupos focales planteados, al menos tres de ellos estarán integrados por personas mayores de 65 años de los barrios El Realejo y Barranco del Abogado; otro con personas del barrio que mantienen contacto permanente con la población adulta mayor, como trabajadoras de farmacia o sanitarios del centro de salud; y otro grupo con representantes de servicios sociales, del consejo municipal de mayores y de otras asociaciones vecinales. Los grupos focales contarán con un moderador y un observador con el fin de obtener la máxima información posible de las interacciones, tanto verbales como gestuales.
2. **Entrevistas personales en profundidad**: las llevarán a cabo los Servicios Sociales de la zona centro del Ayuntamiento de Granada, que entrevistarán a las personas mayores de 65 años de los barrios El Realejo y Barranco del Abogado para obtener testimonios sobre sus experiencias con la soledad social no deseada, sus percepciones, sus demandas, sus estrategias de resiliencia y sus propuestas para reducirla.
3. **Encuesta representativa**: se realizará por medios telefónicos a las personas mayores de 65 años para medir el grado de soledad social, identificar los intereses de recreación y de relacionamiento social de las personas mayores y su percepción sobre las labores del Grupo de Apoyo Social de OFECUM.

Todas las técnicas de recolección de información contarán con un protocolo de actuación que busca garantizar los derechos y libertades de las personas entrevistadas de acuerdo a la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos.

- **Técnicas de análisis de la información y valoración**

Los resultados de las dos herramientas cualitativas de diagnóstico serán analizados utilizando la estrategia de la Teoría Fundamentada, mediante la cual se identifican en los textos resultantes de cada herramienta (grupos de discusión y entrevistas personales), fragmentos relevantes que se vincularán en base a su contenido, para crear después categorías simbólicas y agrupaciones de las mismas por temas, mediante una comparación constante (Strauss y Corbin 2002).

Estos resultados, junto con los obtenidos de la herramienta cuantitativa (encuestas telefónicas) serán analizados e interpretados en conjunto para concluir : el porcentaje actual de personas mayores de 65 años que sufren soledad social en los barrios de El Realejo y Barranco del Abogado; los intereses sociales de las personas mayores de 65 años que sufren soledad social; percepciones subjetivas sobre la soledad y la resiliencia; y

propuestas sobre actividades impulsadas por el Grupo de Apoyo Social de OFECUM que contribuyan a reducir la soledad social de las personas mayores de 65 años.

Representación visual de la propuesta del laboratorio



Recursos del proyecto

A continuación, se describen los recursos que requerirá el proyecto, sin embargo, se aclara que puede estar sujeto a ajustes durante el desarrollo y avance de las fases del proyecto.

Recursos	Tipo	Cantidad
Recursos humanos	Encuestadores	8
	Sistematizadores	8
	Analistas	2
	Comunicadora	1
Recursos tecnológicos	Portátiles	11
	Teléfonos móviles	11
Recursos económicos	Medios propios de las entidades implicadas, con posibilidad de solicitud de subvenciones públicas y/o privadas para los gastos de medio y largo plazo	

Elaboración Equipo de Proyecto, 2021

Instituciones y entidades que podrían estar interesadas en llevar a cabo el proyecto

- Centro de Salud de El Realejo
- Servicios Sociales de la zona centro del Ayuntamiento de Granada
- Asociaciones de Vecinos de El Realejo y Barranco del Abogado
- Otras asociaciones, activos en salud y líderes de los barrios que deseen participar

Cronograma de la implementación del proyecto

Cronograma 2021	E	F	M	A	M	J	J	A	S
Recogida de información con Grupos Focales	x	x	x						
Sistematización de resultados de Grupos Focales		x	x	x					
Encuestas telefónicas		x	x						
Sistematización de resultados de encuestas telefónicas			x	x	x				
Entrevistas de profundidad		x	x	x	x				
Sistematización de resultados de entrevistas en profundidad				x	x	x			
Análisis, cruce y presentación de todos los diagnósticos							x	x	x

Elaboración Equipo de Proyecto, 2021

Proceso de formulación de la propuesta

El grupo de trabajo ha utilizado la metodología conocida como *Design Thinking*, compuesta por cinco fases y que parte de la empatía con los usuarios afectados por el problema que se pretende solucionar, para diseñar propuestas lo más cercanas posibles a sus necesidades. En este caso, la empatía con las personas mayores que sufren soledad ha sido clave para el diseño de la propuesta, que busca generar espacios de escucha y diálogo con las personas que sufren soledad social y que sean ellas mismas las que puedan proponer soluciones basadas en sus percepciones reales.



El laboratorio ha permitido compartir experiencias desde diferentes áreas profesionales y desde diferentes bagajes culturales, lo que ha enriquecido mucho el proceso de reflexión, de co-creación y el diseño de la propuesta. El desarrollo del laboratorio ha generado, a su vez, impacto en los círculos profesionales de las personas participantes como, por ejemplo, en el área de servicios sociales de la zona centro de Granada, donde se han suscitado nuevos debates internos sobre el tema de la soledad social en las personas mayores y las mejores estrategias para prevenirla.

La modalidad virtual de los laboratorios ha influido, no obstante, en la calidad de las interacciones de grupo que, por un lado, las ha limitado pero, por otro, las ha enriquecido al

permitir la participación en el mismo de personas residentes en el extranjero, en el presente caso, ciudadanas de Costa Rica y México, lo que ha contribuido a generar espacios de diálogo integrales y multiculturales.

La metodología propuesta por MediaLab para el desarrollo de los laboratorios de tres reuniones fue insuficiente, por lo que de común acuerdo el grupo de trabajo fue programando hasta un total de seis reuniones en función de las necesidades de avance del proyecto en formulación.

Cada una de las seis reuniones siguió un mismo esquema de desarrollo, diferenciado en dos momentos fundamentales:

- Convocatoria a través del calendario de GoogleDrive, incluido día, hora y duración.
- Planteamiento: lectura y orden del día con tiempos de participación y duración; nudo de la reunión con debate y tormenta de ideas previo a la toma de decisiones; desenlace con los compromisos, acciones a realizar y cuestiones a perfilar por los responsables de las acciones fuera del marco de las reuniones.

Las dos primeras reuniones sirvieron para generar lazos de confianza entre todos los participantes mediante las presentaciones personales, y presentar el proyecto del laboratorio social sobre el cual se aclararon dudas, se plantearon ideas y se determinaron la posición inicial de partida. En las tres siguientes reuniones, se establecieron las primeras acciones concretas y se conformó el proyecto con reparto formal de responsabilidades y visualización del sentido de coherencia y pertenencia al grupo de trabajo. En las dos últimas reuniones, se ajustó el proyecto, se realizaron cambios de última hora, se planificó a futuro el proyecto y se establecieron los responsables dentro del equipo para la realización y presentación final del proyecto a Medialab UGR.

Así mismo, conviene destacar también la importancia de los tiempos posteriores a las reuniones, ya que han sido vitales para: fortalecer los subgrupos de trabajo, aclarar, concretar y agilizar acciones concretas. Estos contactos posteriores se realizaron por medios propios como el teléfono, el WhatsApp o los correos electrónicos.

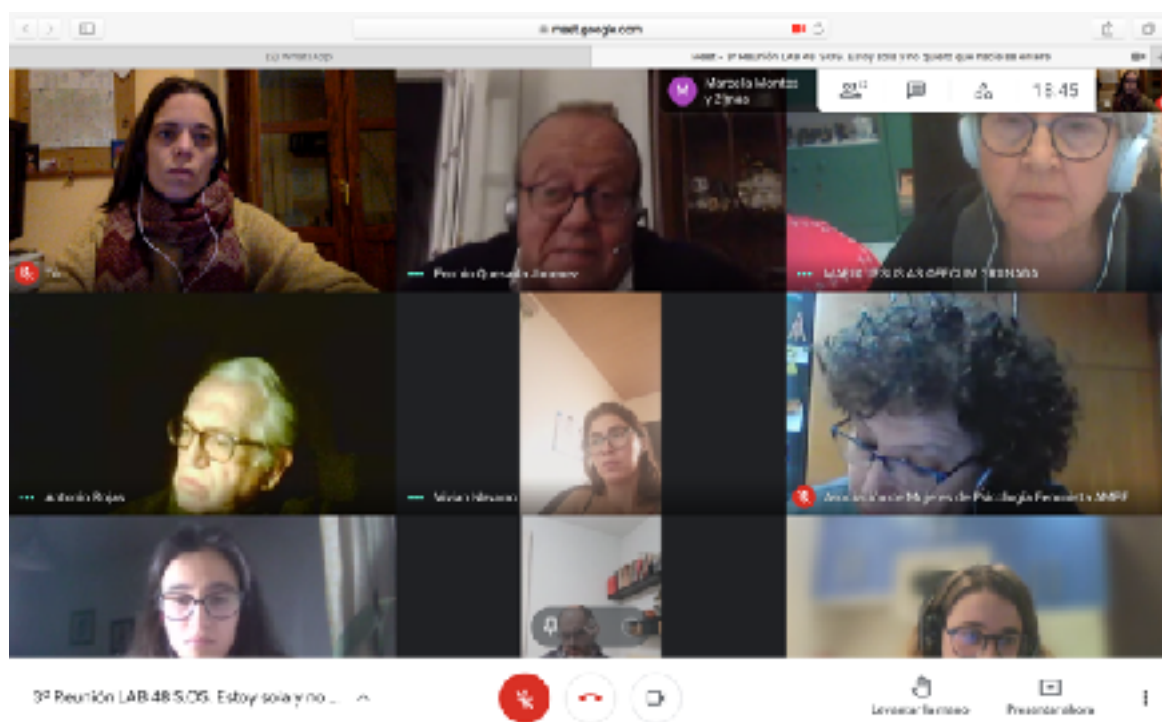
No obstante, la principal dificultad en todo el proceso de desarrollo ha sido el tiempo disponible para la realización del laboratorio, que ha sido muy ajustado y que ha limitado sobremanera una verdadera reflexión sobre el tema en cuestión y la posibilidad de proponer ideas más innovadoras que podrían haber surgido si el tiempo del laboratorio hubiese sido más amplio y menos técnico. El tiempo estricto y forzado de las reuniones ha imperado en detrimento de la fluidez y de una comunicación más humana.

- **Participantes del laboratorio y colaboradores en la implementación del proyecto**

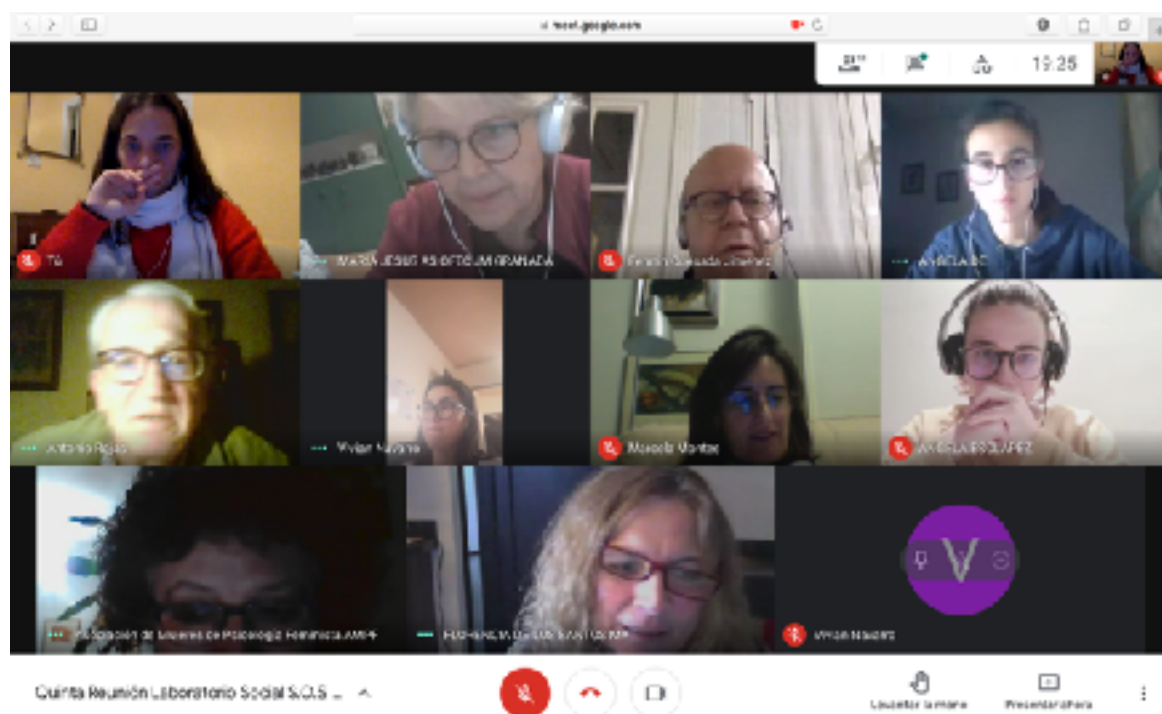
Participante	Profesión y perfil	Vinculación al proyecto
María Jesús Rodríguez	Trabajadora social jubilada, voluntaria de OFECUM	Promotora del proyecto. Coordinadora del Grupo de Apoyo Social, Participante del proyecto <i>La soledad social en personas mayores del barrio El Realejo y Barranco del Abogado</i> .
Antonio Rojas	Ingeniero industrial jubilado, voluntario de OFECUM	<i>Voluntario del Grupo de Apoyo Social, participante del proyecto La soledad social en personas mayores del barrio El Realejo y Barranco del Abogado.</i>
Paulino Miranda	Abogado jubilado, voluntario de OFECUM	Voluntario del Grupo de Apoyo Social
Fermín Quesada	Médico de familia jubilado	Participante del proyecto <i>La soledad social en personas mayores del barrio El Realejo y Barranco del Abogado</i> , vinculado al presente proyecto mediante carta de OFECUM de petición de participación como Colaborador en la convocatoria de Medialab UGR (documento anexo)
Marcela Montes	Médica de familia	Participante del proyecto <i>La soledad social en personas mayores del barrio El Realejo y Barranco del Abogado</i> , vinculada al presente proyecto mediante carta de OFECUM de petición de participación como Colaborador en la convocatoria de Medialab UGR (documento anexo)
Vivian Navarro	Administradora y Evaluadora de proyectos. Residente en Costa Rica	Conductora del proyecto <i>La soledad social en personas mayores del barrio El Realejo y Barranco del Abogado</i> , premio extraordinario fin de Máster UGR, vinculada al presente proyecto mediante carta de OFECUM de petición de participación como Colaboradora en la convocatoria de Medialab UGR (documento anexo)
Mariló Rubio	Educadora social de los Servicios Sociales de la zona centro de Granada	Vinculada al presente proyecto mediante carta de OFECUM de petición de participación como Colaboradora en la convocatoria de Medialab UGR (documento anexo).
Iria Leirós	Periodista	A través de la convocatoria de colaboradores de Medialab de la Universidad de Granada
Ángela de León	Estudiante de psicología	A través de la convocatoria de colaboradores de Medialab de la Universidad de Granada
Florencia de los Santos	Voluntaria del DIF Nacional del Estado de Nueva León, México. Tutora de resiliencia en menores	Promotora del Lab 46 y Colaboradora en este laboratorio
Ángela Esclápez	Socióloga	Practicante en OFECUM

Documentación anexa

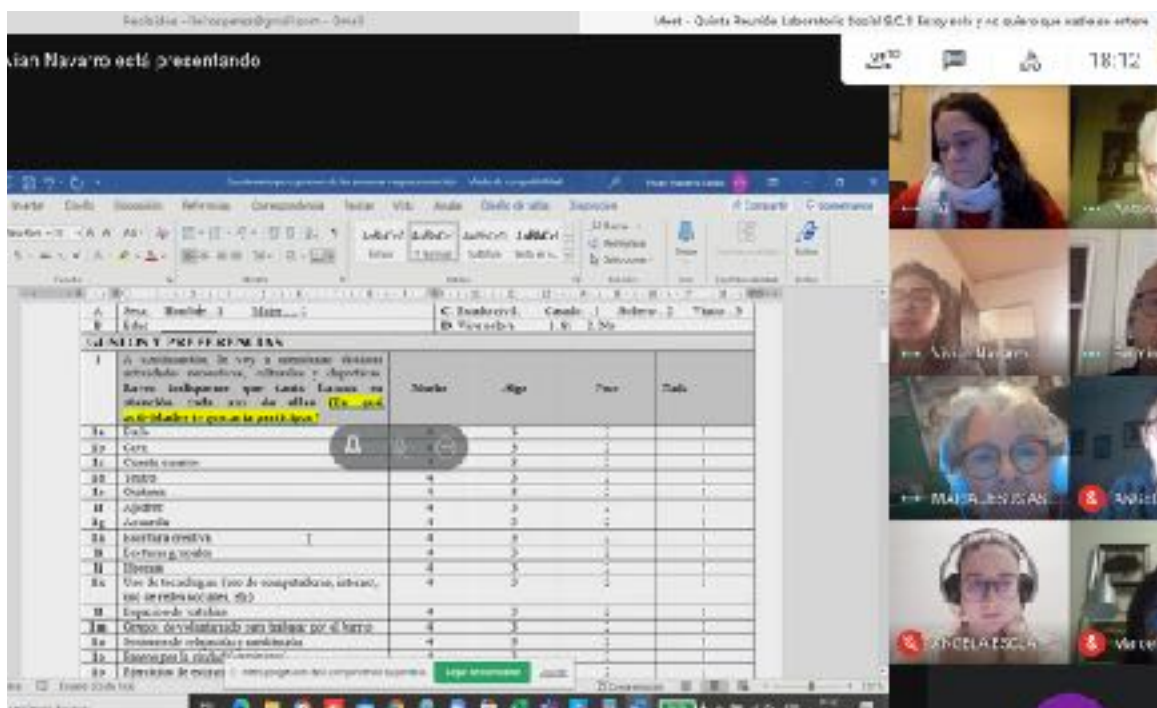
1. Reuniones del laboratorio



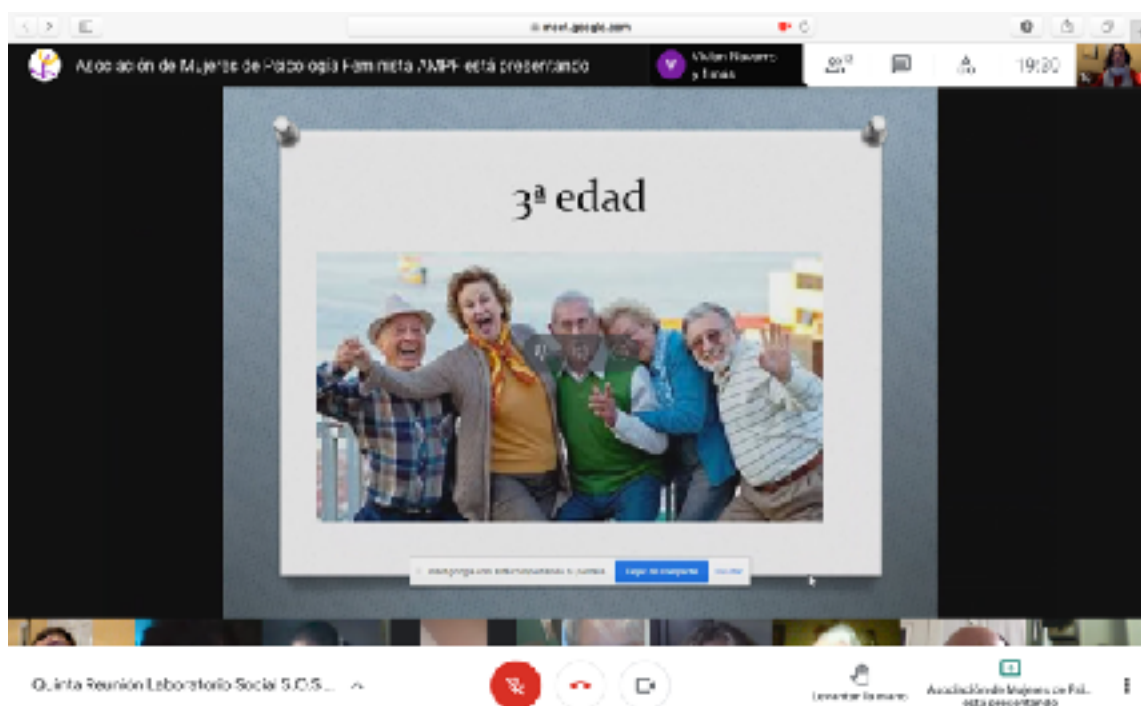
TERCERA REUNIÓN DEL LABORATORIO



QUINTA REUNIÓN DEL LABORATORIO



ELABORACIÓN GRUPAL DE LAS HERRAMIENTAS DE DIAGNÓSTICO



ABORDAJE SOBRE EL CONCEPTO SOCIAL DE “TERCERA EDAD”



DIVULGACIÓN DEL PROYECTO EN LA RADIO DE MEDIALAB
ENLACE DE LA ENTREVISTA:
[HTTPS://WWW.SPREAKER.COM/USER/RADIOLABUGR/LAB-SOLEIDAD-MEZCLA](https://www.spreaker.com/user/radiolabugr/lab-soleidad-mezcla)

2. Carta de invitación a instituciones



3. Grupo de Apoyo Social de OFECUM, promotor del laboratorio



ÚLTIMA REUNIÓN PRESENCIAL DEL GRUPO, JUNIO 2021
MÁS INFORMACIÓN DEL GRUPOS DE APOYO SOCIAL :
[HTTPS://OFECUM.ES/GRUPO-DE-APOYO-SOCIAL/](https://ofecum.es/grupo-de-apoyo-social/)