

Programa integral envejecimiento activo

PROGRAMA INTEGRAL DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO DE CASTILLA Y LEÓN

La OMS, a finales de la década de los 90, definió el Envejecimiento Activo como *“Proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad, con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen.”*

Esta definición, aceptada internacionalmente, implica una planificación basada en los derechos humanos y derechos de las personas mayores, que parte de los “principios de independencia, participación, dignidad, asistencia y realización de los propios deseos”, adquiriendo un significado especial la solidaridad y, por tanto, las relaciones intergeneracionales.

Las consecuencias más notables de esta conceptualización son la creación y desarrollo de un movimiento comunitario general que, en el caso de las personas mayores, cristaliza en una importante red asociativa y una mayor implicación de las distintas administraciones en la generación de nuevos recursos en el ámbito de los servicios sociales.

De esta forma, las administraciones públicas y otras entidades privadas van destinando una parte, cada vez más importante, de sus recursos a las personas mayores posibilitando que las oportunidades de participar en actividades para el envejecimiento activo y saludable lleguen a las zonas rurales y a las localidades de menor población, lo que ha supuesto la consolidación de unas prácticas que proporcionan una red estable de atención a las personas mayores, accesible y socialmente reconocida en todo el territorio.

Los rápidos cambios sociales que se han producido en las últimas décadas, que conllevan transformaciones en las necesidades e intereses de las personas que integran este sector poblacional, así como la pluralidad y diversidad de planes y programas desarrollados desde todas las instituciones y entidades con implicación en el ámbito del envejecimiento y la nueva estructura sociodemográfica de la Comunidad, caracterizada, entre otros factores, por un continuo proceso de envejecimiento, mayor esperanza de vida, dispersión

poblacional y cambios en las estructuras familiares, han aconsejado una reflexión común acerca del modelo de envejecimiento activo con capacidad para dar respuesta a las verdaderas necesidades de las personas mayores del siglo XXI.

Para ello, se ha creado un espacio de análisis y debate, en el que han participado todos los agentes implicados, la Gerencia de Servicios Sociales, la Consejería de Sanidad, los ayuntamientos de más de 20.000 habitantes, las Diputaciones Provinciales y la red asociativa de personas mayores, que debe culminar en la configuración del modelo de envejecimiento activo que se pretende implementar en esta Comunidad y que contempla los criterios de calidad recomendados a nivel nacional y europeo, recogidos en la *“Resolución de 23 de abril de 2013, de la Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad, por la que se publica el Acuerdo del Consejo Territorial de Servicios Sociales y del sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia sobre criterios, recomendaciones y condiciones mínimas para la elaboración de los planes de prevención de las situaciones de dependencia y promoción de la autonomía personal; datos básicos del sistema de información del SAAD y Catálogo de referencia de servicios sociales”*.

El Programa Integral de Envejecimiento Activo pretende dar soluciones eficaces a los nuevos retos, garantizando que las acciones de prevención de la dependencia y promoción del envejecimiento activo tengan una adecuada implantación en el territorio de la Comunidad, cumplan los objetivos previstos y, en su desarrollo, se apliquen criterios de equidad, eficiencia y sostenibilidad.

El punto de partida ha sido el análisis de la situación actual, mediante la elaboración de un mapa regional de recursos de envejecimiento activo, una herramienta de apoyo y soporte para la toma de decisiones en materia de envejecimiento activo y el consenso de una programación y una estrategia que persigue hacer frente a los retos inmediatos de nuestro territorio y del entorno europeo.

Una línea de actuación, estrechamente relacionada con este programa y que forma parte del cambio en la estrategia de atención que esta Comunidad está implantando en el territorio castellano y leonés, decisiva para afrontar los nuevos desafíos respecto al envejecimiento de la población, es el desarrollo y puesta en marcha de una nueva concepción de los centros de atención a personas mayores que se reconvierten en *Centros Multiservicios*. Los centros residenciales se transforman en un recurso, no sólo para las personas con dependencia o que, por diversos motivos, no pueden permanecer en su domicilio, sino en centros que ofrecen servicios de promoción de la autonomía personal, ayuda a domicilio y servicios de apoyo a la permanencia en el propio domicilio.

El Programa Integral de Envejecimiento Activo y los Centros Multiservicios comparten los objetivos de contribuir a la calidad de vida de las personas mayores, la prevención de la dependencia y el apoyo a la permanencia de las personas mayores en su propio domicilio.

A.- PRINCIPIOS RECTORES DEL PROGRAMA

1. Profundizar en el **conocimiento** de la realidad de las personas mayores en Castilla y León, de los factores que la transforman, de los agentes responsables y de las tendencias que pueden orientar la evolución del proceso de envejecer hacia un modelo más corresponsable, eficaz y participativo.
2. **Optimizar y racionalizar** las actuaciones dirigidas a la promoción del envejecimiento activo que venían realizándose, en el marco de los servicios sociales en Castilla y León desde la perspectiva de la prevención de la dependencia y la promoción de la autonomía y del consenso entre todos los agentes implicados en su desarrollo.
3. Potenciar la **coordinación sociosanitaria** en materia de envejecimiento activo y prevención de la dependencia, mediante mecanismos que optimicen la realización integrada, conjunta y organizada de actuaciones entre los servicios sociales y los sanitarios.
4. Garantizar la **igualdad de oportunidades** en el acceso a las actividades dirigidas a potenciar el envejecimiento activo, con una consideración especial al entorno rural y a la promoción de la igualdad de género entre mujeres y hombres mayores.
5. Desarrollar una oferta de actividades de **calidad** en el ámbito de los servicios sociales y los sanitarios, que permita a las personas mayores el logro de su bienestar físico, social y mental, la protección de sus propios derechos y conseguir el mayor nivel posible de autonomía e independencia.
6. Canalizar y sensibilizar a la sociedad sobre el potencial que representan las personas mayores en el desarrollo social impulsando su **participación activa, solidaria y comprometida**, desde la referencia que suponen los Principios de las Naciones Unidas en favor de las personas de edad (Independencia, Participación, Cuidados, Autorrealización y Dignidad).
7. Facilitar que las actuaciones de envejecimiento activo tengan un carácter **universal** para todas las personas que lo precisen.
8. Ofrecer una atención **personalizada, integral y continua**.
9. Incluir medidas de **transversalidad e interdisciplinariedad** en las políticas de prevención de la dependencia y envejecimiento activo.

10. Contemplar la **responsabilidad** individual en la participación en las actividades y programas.

B.- OBJETIVOS, EJES Y ACTUACIONES DEL PROGRAMA

B.1.- Objetivo general

Mejorar la calidad de vida de las personas mayores de Castilla y León mediante el desarrollo **unificado y coordinado**, entre administraciones y entidades, de acciones que, con **carácter preventivo**, promuevan la adquisición de actitudes, conocimientos y habilidades que permitan optimizar su salud, sus capacidades en la **esfera física y psíquica**, así como alcanzar un nivel adecuado de interacción y desenvolvimiento en su **entorno**.

La consecución de este objetivo general se desarrollará a través de un conjunto de objetivos específicos y de actuaciones que se estructuran en cuatro ejes, cuya pretensión es ofrecer un programa:

- **Único** en su metodología, imagen corporativa y oferta de actividades especialmente significativas para la promoción del envejecimiento activo.
- **Coordinado** entre todos los agentes que intervienen en el envejecimiento activo en Castilla y León: Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades a través de la Gerencia de Servicios Sociales, Consejería de Sanidad, corporaciones locales, movimiento asociativo, universidades, etc.
- Que asegure la **igualdad de oportunidades** en el acceso a las actividades (ámbito rural/urbano), desde la perspectiva de género y facilitando la participación de las personas con discapacidad.
- Que potencie la **participación activa, solidaria y comprometida** de las personas mayores.
- Que ofrezca actividades de **calidad** desde criterios de eficacia y eficiencia y diseñe ciclos de mejora continua.
- Que aborde el envejecimiento activo desde una **perspectiva multidimensional** actuando con **carácter preventivo** en la esfera física, psíquica y social.
- **Centrado en la persona mayor** y considerando su libertad de decisión y elección.

B.2.- Ejes, objetivos específicos y actuaciones

El Programa se estructura en **cuatro ejes** que organizan el conjunto de actuaciones que lo conforman:

- *El eje de prevención y desarrollo de la autonomía personal* aglutina las medidas dirigidas a la promoción del envejecimiento activo en sus distintas facetas.
- *Los ejes transversales e instrumentales: coordinación, igualdad de oportunidades y calidad e innovación,* delimitan un conjunto de iniciativas que orientarán el diseño y desarrollo de las acciones que integran el Programa.

Eje 1: Prevención y Desarrollo de la Autonomía Personal

Objetivo Específico 1.1. Potenciar entre las personas mayores el desarrollo de **hábitos y estilos de vida saludable** que permitan optimizar sus capacidades en la esfera física y psíquica.

Actuaciones:

1.1.1. Se realizarán actividades de **información, formación y motivación** acerca de hábitos y prácticas saludables de la vida cotidiana.

1.1.2 Mejora y mantenimiento de las **condiciones físicas**, mediante actividades especialmente diseñadas para que las personas mayores puedan mantener un nivel de salud y autonomía adecuados.

1.1.3. Se realizarán actuaciones dirigidas a la **estimulación cognitiva** de las personas mayores, de forma especialmente significativa la memoria.

1.1.4. Se potenciará la adquisición de **habilidades y competencias** que contribuyan al bienestar psíquico de las personas mayores y que les capacite para afrontar adecuadamente las consecuencias negativas a las que con mayor frecuencia pueden verse expuestos (situaciones de duelo o vida en soledad, entre otras).

1.1.5. Se facilitará a las personas mayores el acceso a otras acciones y recursos dirigidos a la mejora y mantenimiento de la **salud general**, como son, entre otros, los tratamientos termales en balnearios.

Objetivo Específico 1.2. Impulsar la participación de las personas mayores en programas y **actuaciones preventivas y de promoción de la salud**.

Actuaciones:

1.2.1. Desarrollo de acciones para la protección de las personas mayores frente a **factores de riesgo**.

1.2.2. Se favorecerá la participación de las personas mayores en los programas preventivos y de **detección precoz** de las **enfermedades** más frecuentes.

Objetivo Específico 1.3. Facilitar la **adquisición de competencias** que promuevan la **autonomía** e independencia en la vida diaria de las personas mayores.

Actuaciones:

1.3.1. Desarrollo de actuaciones que promuevan la capacidad de autoprotección de las propias personas mayores de sus **derechos como ciudadanos**, las condiciones para su ejercicio y las habilidades para prevenir su vulneración.

1.3.2. Realización de acciones tendentes a potenciar **el autocuidado, la independencia y la seguridad** en el hogar.

1.3.3. Se ofrecerán opciones para el conocimiento y la adquisición de habilidades sobre **recursos y procedimientos para la gestión administrativa básica en su vida diaria y desenvolvimiento en su entorno y en su domicilio**.

1.3.4. Se promoverá el acceso al conocimiento y utilización de las **tecnologías de la información y la comunicación**, en su vida diaria.

Objetivo Específico 1.4. Promover el **desarrollo personal** de las personas mayores, facilitando la **promoción del conocimiento**.

Actuaciones:

1.4.1. Se facilitará la participación en **actuaciones de carácter formativo** especialmente diseñadas para las personas mayores.

1.4.2. Se realizarán actuaciones dirigidas a facilitar a las personas mayores el desarrollo de la **creatividad** a través del conocimiento y práctica de **habilidades artísticas** en sus diversas modalidades o actividades **tradicionales** de cada población o comarca castellano y leonesa.

1.4.3. Se ofertarán actuaciones que promuevan el **conocimiento de otras culturas y espacios geográficos**, combinando el aspecto lúdico con el cultural y social.

1.4.4. Se facilitará el acceso de las personas mayores al conocimiento del **patrimonio cultural y natural de Castilla y León y de otros entornos territoriales**.

1.4.5. Se potenciará el acceso de las personas mayores a actividades y espacios relacionados con **el arte y la cultura dirigidos a la población general**, en condiciones adecuadas para ellos.

Objetivo Específico 1.5. Desarrollar medios y espacios que promuevan la **participación activa, solidaria y comprometida** de las personas mayores con el entorno.

Actuaciones:

1.5.1. Se promoverá la participación de **personas mayores voluntarias** en la realización de actividades de envejecimiento activo.

1.5.2. Desarrollo de iniciativas lideradas por los propios mayores tendentes a **ofrecer apoyo a personas en situación de vulnerabilidad social**.

1.5.3. Impulsar su participación en acciones específicas sobre temas de interés general como es el cuidado del **medio ambiente, la ecología** y el conocimiento y compromiso con el patrimonio natural y cultural castellano y leonés.

Eje 2: Coordinación

Objetivo Específico 2.1. Desarrollar espacios y procedimientos de **coordinación para el diseño, difusión, desarrollo y seguimiento** del Programa Integral con la participación de los principales agentes que intervienen en el envejecimiento activo en Castilla y León y contando con la participación de las personas mayores.

Actuaciones:

2.1.1. Se consolidarán **los sistemas de coordinación, a nivel regional y provincial**, entre las instituciones y entidades que actúan en el ámbito del envejecimiento activo, con participación de la Administración Regional, tanto en la esfera de los servicios sociales como sanitaria, las corporaciones locales, representantes del sector asociativo de las personas mayores y aquellos otros que, por su repercusión, puedan contribuir a la mejora de la calidad del programa.

2.1.2. Desarrollo de **metodologías, criterios y normas comunes** que orienten el diseño, difusión, desarrollo y seguimiento de las medidas que configuran el Programa Integral de Envejecimiento en Activo.

2.1.3. Se desarrollarán cauces que potencien la **colaboración de los órganos de participación** de las personas mayores existentes en la Comunidad en el diseño, difusión, desarrollo y seguimiento del Programa Integral, en sus respectivos ámbitos.

Eje 3: Igualdad de Oportunidades

Objetivo Específico 3.1. Promover el **acceso** de las personas mayores a las actividades de envejecimiento activo, facilitando su **conocimiento** y potenciando la **motivación** a la participación.

Actuaciones:

3.1.1. Difusión de información, a través de los cauces habituales de cada uno de los agentes intervinientes, de las actividades ofertadas desde el Programa Integral de Envejecimiento Activo.

3.1.2. Se potenciará la realización de actuaciones de **motivación** a la participación incidiendo, especialmente en su valor preventivo.

3.1.3. Se generalizará la utilización de una **imagen común y única** en la identificación y difusión de las actividades que conforman el Programa Integral de Envejecimiento Activo.

Objetivo Específico 3.2. Potenciar en la ciudadanía una **percepción e imagen activa y positiva** de las personas mayores que ponga en valor al colectivo.

Actuaciones:

3.2.1. Desarrollo de **actuaciones intergeneracionales** que permitan la transmisión mutua de experiencias, valores y conocimiento entre las personas mayores y otros grupos de edad.

3.2.2. Se facilitará la participación en actividades en las que las personas mayores puedan contribuir a la mejora de la comunidad, el entorno próximo y los colectivos especialmente vulnerables, mediante el **voluntariado**.

3.2.3. Se difundirá información que permita a la sociedad conocer **experiencias de vida y la contribución** de las personas mayores a la construcción de la sociedad actual.

Objetivo Específico 3.3. Potenciar la **igualdad de oportunidades** de las personas mayores en su participación social con independencia de su sexo, grado de autonomía o lugar de residencia.

Actuaciones:

3.3.1. Se introducirá el **componente de igualdad de género y de prevención de la violencia**, en cualquiera de sus manifestaciones, de forma transversal en los programas y actividades que se oferten en Castilla y León de envejecimiento activo.

3.3.2. Las actividades del Programa Integral facilitarán, con carácter general, la participación de **personas mayores con discapacidad** o limitaciones en su nivel de autonomía.

3.3.3. Se adaptarán y diseñarán actividades que permitan su realización tanto en el **medio urbano como rural**, manteniendo sus objetivos y fines esenciales.

3.3.4. Desarrollo de actuaciones que promuevan la imagen de la personas mayores como **sujetos activos de derechos** y que faciliten su acceso a los recursos destinados a la población en general.

Eje 4: Calidad e Innovación

Objetivo Específico 4.1. Disponer de **información** que permita la mejora continuada del Programa Integral de Envejecimiento Activo.

Actuaciones:

4.1.1. Desarrollo e implantación de **modelos e instrumentos de recogida de información** a nivel regional y provincial.

4.1.2. Actualización periódica del Mapa de Envejecimiento Activo en Castilla y León.

4.1.3. Obtención de información sobre calidad de vida, salud autopercebida, hábitos y estilos de vida y situación sociosanitaria de las personas mayores en Castilla y León.

Objetivo Específico 4.2. Promover la calidad de las actuaciones profesionales desarrolladas en el campo del envejecimiento activo facilitando el **intercambio de información y buenas prácticas**.

Actuaciones:

4.2.1. Creación de un **banco común de conocimientos** que permita la transferencia entre profesionales de documentos, instrumentos e iniciativas significativas de envejecimiento activo.

4.2.2. Se procurará la **visualización y difusión** entre profesionales, instituciones y ciudadanía de experiencias representativas de las buenas prácticas en envejecimiento activo en Castilla y León.

4.2.3. Desarrollo de acciones **formativas**, colaborativas y de intercambio entre profesionales sobre investigaciones, programas, metodologías y otro tipo de iniciativas novedosas y significativas por su impacto en el campo del envejecimiento activo.

4.2.4. Desarrollar una línea editorial en la promoción de la autonomía personal y la salud y la prevención de la enfermedad y la dependencia en las personas mayores, desarrollando recursos metodológicos de apoyo a los profesionales del campo de los servicios sociales y la salud con contenidos y propuestas de actividades grupales en hábitos y estilos de vida que potencien el envejecimiento activo y en educación para la salud.

Objetivo Específico 4.3. Adaptar las actividades de envejecimiento activo a las necesidades de las personas mayores, profundizando en su **impacto** entre la población y en el **grado de aceptación** de las mismas entre las personas participantes.

Actuaciones:

4.3.1. Se desarrollarán medios que permitan conocer el **grado de satisfacción y aceptación** de las actividades entre los **participantes**.

4.3.2. Se facilitarán medios para que las personas mayores **puedan realizar propuestas de mejora**, nuevas actividades y otra información que permita avanzar en la eficacia del Programa Integral.

Objetivo Específico 4.4. Impulsar **experiencias**, con criterios de eco-innovación, en el campo del envejecimiento activo que potencien la vida independiente de las personas mayores, con calidad de vida, en sus propios entornos.

Actuaciones:

4.4.1. Se promoverá la puesta en marcha de programas de envejecimiento activo que estén mostrando su eficacia en **el contexto europeo**.

C.- EVALUACIÓN

La evaluación del Programa Integral de Envejecimiento Activo se configura como un instrumento para ofrecer una información periódica que retroalimente a la propia acción de planificación con la finalidad última de procurar la mejora continua del mismo.

El programa ha sido diseñado desde unos principios rectores y a ellos debe responder la evaluación prevista: Profundizar en el conocimiento de la realidad de las personas mayores; optimizar y racionalizar las acciones que se van a desarrollar; potenciar la coordinación sociosanitaria en materia de envejecimiento activo y prevención de la dependencia; garantizar la igualdad de oportunidades, especialmente en el acceso de los mayores del ámbito rural; favorecer la calidad de las actividades; y potenciar la participación, la atención personalizada, integral y continua, la transversalidad, interdisciplinariedad y responsabilidad.

Con carácter general, la evaluación atenderá a los siguientes aspectos:

- El grado de consecución de los objetivos establecidos en el programa
- Funcionamiento de los mecanismos de coordinación

- Valoración de los propios usuarios: satisfacción con las actividades, autopercepción de las mejoras en la salud, autonomía y, en general en su calidad de vida y satisfacción personal
- Apreciaciones de los profesionales: calidad de las actuaciones, producción de documentos o guías técnicas, acciones de intercambio profesional, actuaciones que favorezcan la mejora del conocimiento y la capacitación profesional, etc.
- Implantación del programa: tanto en la dimensión cuantitativa, referida a su desarrollo en el mayor número de localidades del ámbito rural, como a su perspectiva cualitativa referida a la variedad de actuaciones ofertadas y medidas que favorezcan el acceso y eficacia de las mismas
- Impacto del programa en la calidad de vida de las personas mayores y sus entornos familiares
- Homogeneidad alcanzada a nivel metodológico, cobertura, y gestión económica

Metodología de la evaluación

La unidad y homogeneidad en todo el proceso de evaluación adquiere una especial importancia para poder valorar el logro de los objetivos. Diferentes sistemas, criterios o instrumentos de evaluación darían lugar a resultados difíciles de comparar por lo que no sería posible valorar si la implementación del programa se ha realizado según lo previsto, ni el logro de los objetivos.

Es necesario, por lo tanto, normalizar todo el procedimiento de evaluación, los instrumentos a aplicar y los informes de valoración. Deberán ser acordados y consensuados entre todas las entidades y organizaciones que participan en el Programa Integral de Envejecimiento Activo.

Se creará un grupo de trabajo que, siguiendo las pautas expuestas en este documento, realizará una propuesta relativa al procedimiento e instrumentos de evaluación, tanto del programa como de las actividades desarrolladas en el marco del mismo.

La evaluación del programa se realizará, con carácter general y atendiendo a los siguientes aspectos metodológicos:

- Tendrá una periodicidad bianual

- El grupo de trabajo regional elaborará un informe de evaluación de la implantación y desarrollo del programa. El informe tendrá como base las evaluaciones aprobadas por los grupos de trabajo provinciales.

- La recogida y análisis de la información se realizarán con apoyo de una base de datos informatizada, que facilitará la unidad en la recogida y tratamiento de la información.

La evaluación específica y concreta del desarrollo de las diferentes actividades recogidas en el programa, elemento necesario para valorar el grado de eficacia de las mismas en la consecución de los objetivos, tendrá carácter anual. Se establecerán criterios e instrumentos normalizados que, con las adaptaciones necesarias para cada contexto o actividad serán de aplicación para las entidades y profesionales que organicen cada actividad. Esta evaluación atenderá tanto a los criterios metodológicos relacionados con la actividad, como al conocimiento de la satisfacción, participación u opinión de los usuarios y profesionales y al cumplimiento de los objetivos propios de cada tipo de actividad. Su realización será responsabilidad de cada entidad o institución organizadora y de cada grupo de trabajo provincial.

Instrumentos e informes de evaluación

Los responsables de los diferentes niveles de evaluación realizarán los correspondientes informes, cuyos resultados estarán a disposición de las entidades participantes en el programa. Este informe incluirá recomendaciones que, en cada nivel territorial permitan el ajuste de las planificaciones futuras.

Para la evaluación de la actividad se utilizarán instrumentos de recogida de información e informes acordes a la particularidad de cada actuación, en los que se aporte información sobre la metodología de las acciones realizadas y su repercusión en el envejecimiento activo y en la promoción de la autonomía personal de los participantes.

D - METODOLOGÍA

Coordinación

Partiendo de la consideración de las características del territorio castellano y leonés y de la distribución de su población, así como de la pluralidad de instituciones y organizaciones responsables del diseño, organización y desarrollo de las acciones de envejecimiento activo y promoción de la autonomía personal, la coordinación resulta un aspecto particularmente importante en la implementación de este programa que, por otra parte, se vincula directamente a la calidad del programa y de las acciones que lo conforman, repercutiendo, por lo tanto, en el bienestar físico, social y mental, la protección de los derechos y el nivel de autonomía de las personas mayores.

El Programa Integral de Envejecimiento Activo, viene definido por conceptos tales como programa único, coordinado y regido por los principios de optimización y racionalización de las actuaciones de promoción de la autonomía personal, el conocimiento de la realidad y la participación comprometida, entre otros.

El diseño y desarrollo de este programa se asientan sobre la base de una óptima coordinación, necesaria para que el proceso funcione, con dos objetivos principales y, por lo tanto, dos enfoques que, en definitiva, tienen relación con la eficiencia y eficacia del programa:

- La accesibilidad y cobertura de las acciones
- La unidad técnica y metodológica

Desde el primero de los enfoques, se pretende que las acciones lleguen al mayor número posible de municipios y de personas y, por lo tanto, la mayor igualdad posible en las oportunidades para una vida autónoma y la prevención de la dependencia. Esto sólo se puede lograr si se aplican criterios de optimización, racionalización y sostenibilidad, aprovechando y adecuando el desarrollo del programa a las características y posibilidades de cada una de las entidades implicadas.

En este sentido y en coherencia con la nueva estrategia de atención social a los ciudadanos de la Comunidad, diseñada para dar respuesta a los desafíos que plantea la actualidad socio-demográfica y económica de Castilla y León, los centros de personas mayores, en su condición de *centros multiservicios*, pueden ofrecer la participación, en sus actividades de envejecimiento activo y prevención de la dependencia, a personas que no sean usuarias habituales de los mismos.

La coordinación implica la identificación de necesidades de alineamiento entre los actores del proceso y de relaciones entre niveles: órganos gestores, órganos provinciales, entidades colaboradoras a nivel local; la identificación de subprocesos a normalizar para asegurar la eficiencia del proceso e identificación de requerimientos y necesidades de información y comunicación de cada nivel implicado para poder coordinar las actuaciones.

Proporcionar una visión y lenguaje común de lo que se debe entender por coordinación y funcionamiento en equipo en los procesos de planificación de los programas de envejecimiento activo, es fundamental para reducir las ineficiencias y duplicidades por descoordinación y falta de información, en especial en la programación de acciones en el medio rural.

Los grupos de trabajo que se creen en el marco del Programa Integral de Envejecimiento Activo deberán abordar cuestiones relativas a la accesibilidad y criterios de cobertura del programa, el contenido de las actividades, criterios de participación de las personas usuarias y todas aquellas que sean necesarias para la correcta implementación y desarrollo del mismo.

La coordinación, con independencia de los procedimientos y protocolos que se acuerden, se realizará, fundamentalmente, a través de grupos de trabajo provinciales y un grupo de trabajo regional.

El grupo de trabajo regional estará formado por representantes de la Gerencia de Servicios Sociales, la Consejería de Sanidad, la Federación Regional de Municipios y Provincias y de cada uno de los grupos de trabajo provinciales. Se podrá contar con la colaboración de entidades de la red asociativa de personas mayores de mayor representatividad en la comunidad autónoma.

Tendrá las siguientes funciones:

- Análisis y toma de decisiones con respecto a las propuestas de los grupos de trabajo provinciales.
- Conocimiento y valoración de la programación provincial anual.
- Evaluación del Programa Integral de Envejecimiento Activo y realización de los ajustes necesarios.
- Seguimiento y valoración de las actividades realizadas en cada ámbito provincial.

- Propuesta y aprobación de las modificaciones que se consideren oportunas.
- Coordinación de las programaciones provinciales.
- Propuesta de acciones formativas dirigidas a los profesionales, para la mejora del programa, tanto desde el punto de vista técnico como de gestión.
- Cualquier otra que se considere de interés.

El grupo de trabajo regional se reunirá, al menos, una vez al año; para supervisar la programación provincial teniendo en cuenta los resultados de la evaluación.

Los grupos de trabajo provinciales estarán formados por representantes de la Gerencia Territorial de Servicios Sociales, del Servicio Territorial de Sanidad, de cada una de las Corporaciones Locales de la provincia (Diputación Provincial y ayuntamientos de más de 20.000 habitantes). Se podrá contar con la colaboración de entidades de la red asociativa de personas mayores de mayor representatividad en la provincia.

Sus funciones serán las siguientes:

- Diseño de la programación provincial.
- Evaluación provincial del Programa Integral de Envejecimiento Activo y realización de los ajustes necesarios.
- Seguimiento y valoración de las actividades realizadas .
- Realización de propuestas al grupo de trabajo regional, sobre modificaciones y reajustes en el programa.
- Propuesta de acciones formativas dirigidas a los profesionales, para la mejora del programa, tanto desde el punto de vista técnico como de gestión.
- Selección de su representante en el grupo de trabajo regional.
- Cualquier otra que le sea encomendada.

Los grupos de trabajo provinciales se reunirán, al menos, dos vez al año. Una de las reuniones, se realizará en el primer semestre del año, para determinar los criterios de programación. La siguiente reunión se realizará para evaluar el programa.

Ámbito competencial

Entre las funciones de los grupos de trabajo provinciales, adquiere gran importancia la programación provincial anual. Para garantizar el acceso de las personas a las acciones, es fundamental que, previo al diseño del programa, en cada provincia, se acuerden los criterios de distribución competencial. Cada grupo de trabajo podrá acordar aquellos que más se adecuen a las características de su territorio. Entre ellos, se proponen los siguientes:

- Por tipo de actividad
- Por territorialización

Base de datos - Como instrumento necesario para apoyar la coordinación, la Gerencia de Servicios Sociales diseñará un formulario web que permitirá el volcado de datos y el acceso de todos los agentes a una base de datos común.

Criterios de cobertura

La OMS y otros organismos de ámbito internacional, nacional y regional han determinado cuáles son las coberturas recomendables de los principales recursos y servicios destinados a las personas mayores; así, todos los agentes relacionados con los servicios sociales y la atención a las personas mayores disponemos de información sobre la cobertura deseable de plazas residenciales, servicio de ayuda a domicilio, centros de día, etc.. Con respecto al envejecimiento activo, no existe un consenso tan ampliamente difundido como en otros servicios y recursos acerca de los niveles de cobertura a alcanzar.

Al tratarse de acciones de carácter preventivo, dirigidas a toda la población, igual que sucede en otros ámbitos, como es la salud, éstas deben de intentar garantizar una accesibilidad universal, y aunque este programa se centre en las acciones destinadas a las personas mayores, no hay que olvidar que el envejecimiento activo, entendido como parte de todo el proceso vital, debe de comenzar a abordarse desde las primeras etapas de la vida, en especial desde el ámbito educativo, facilitando y posibilitando estilos de vida saludable y sensibilizando acerca de las diferentes etapas vitales, por lo que la prevención de la dependencia y el logro de un proceso de envejecimiento que nos permita vivir de forma autónoma e independiente, debe de realizarse mediante acciones y programas que sean accesibles para toda la población.

Centrándonos en las personas mayores, factores como la dispersión de población, la necesidad de optimizar los recursos y la búsqueda de la eficacia de las acciones, son determinantes para establecer unos criterios y una forma de abordar el trabajo que puedan garantizar la igualdad de oportunidades en el acceso a los programas de prevención de la dependencia y envejecimiento activo.

La extensión territorial de la Comunidad de Castilla y León dificulta el adoptar criterios cerrados de funcionamiento e implementación de programas. Una vez consensuados los objetivos que pretendemos y una metodología básica y común, hay que prever una flexibilidad en su desarrollo que permita variaciones en función de las características de cada ámbito provincial y del funcionamiento habitual de los agentes que intervienen en el mismo. Esto nos lleva a valorar que, convenido un tronco común, cada ámbito territorial, a través de los grupos de trabajo provinciales, deberá acordar cómo lograr la finalidad planteada, con el marco consensuado a nivel regional.

Partiendo de las anteriores consideraciones, todas las entidades responsables de facilitar alternativas para la prevención de la dependencia, deberán de consensuar el procedimiento a seguir para garantizar la mayor accesibilidad y cobertura posible en el ámbito provincial.

Pautas comunes de garantía de cobertura mínima

Los criterios que aquí se exponen tienen como finalidad ofrecer la posibilidad de una cobertura mínima, por lo que en función de los recursos de cada municipio y entidad, ésta podrá ser ampliada.

Los municipios de más de 20.000 habitantes, tienen garantizada esta mínima cobertura a través, fundamentalmente de las Corporaciones Locales y de las Gerencias Territoriales de Servicios Sociales, considerando también los recursos dirigidos a la población general, sin embargo los municipios de menor población pueden tener más dificultades y es, en estos casos, en los que es necesario consensuar criterios de coordinación entre todas las entidades que intervienen en un mismo territorio para posibilitar el acceso a estas acciones.

Los grupos de trabajo provinciales deberán acordar, por lo tanto, cómo van a realizar la oferta a los municipios de menos de 20.000 habitantes, para lo que se deberán tener en cuenta, en un primer momento otros recursos de los que pueda disponer cada municipio para la prevención de la dependencia y el envejecimiento activo.

Una vez realizada la oferta y recibidas las solicitudes, teniendo en cuenta la disponibilidad presupuestaria y considerando la posibilidad de

participación del usuario en el coste de los servicios, se seleccionarán los municipios en los que se implementarán los talleres, aplicando los siguientes factores de prioridad, según el orden indicado:

- No disponer de otras actividades del mismo tipo que las que se ofertan y solicitan
- Número mínimo de participantes, en función de las especificaciones concretas para cada taller
- Disponibilidad de un local con unas mínimas condiciones para realizar la actividad

Para mantener el taller hasta su finalización, la asistencia media de cada edición deberá alcanzar, al menos, el 75% del número mínimo de participantes exigidos para su implementación.

Las personas mayores que residan en municipios que no cumplan estos criterios o que, debido a la necesidad de priorizar, no dispongan de actividad, deberán tener la posibilidad de asistir al taller más próximo a su lugar de residencia, con independencia de la entidad que lo organice, por lo que se le facilitará información sobre ello.

El grupo de trabajo provincial, así mismo, podrá acordar, para conciliar la disponibilidad de recursos con la igualdad de oportunidades, que municipios próximos entre sí dispongan de, al menos, un taller, de forma que en un municipio se desarrolle actividad física y en otro, estimulación cognitiva.

En cualquier caso, las pautas concretas que se decidan a nivel provincial, en el marco aquí expuesto, deberán considerar, al menos, la igualdad de oportunidades con independencia del ámbito de residencia y el género, así como la capacidad de libre decisión de las personas sobre la acción concreta, siempre de carácter preventivo demostrado, en la que desean participar.

ANEXO

TALLERES BÁSICOS DEL PROGRAMA INTEGRAL DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO

CARACTERÍSTICAS GENERALES A CONSIDERAR:

Todos los talleres deben diseñarse y desarrollarse teniendo en cuenta:

- Igualdad de Oportunidades, Coordinación y Calidad e Innovación
- Relaciones intergeneracionales
- Voluntariado
- Participación de las personas usuarias en la programación y el desarrollo de los talleres

Se deberá tener en cuenta, así mismo, la conceptualización del envejecimiento activo y saludable como un proceso que implica a todas las etapas vitales, por lo que, con independencia de las actividades que se puedan programar, los talleres, especialmente los realizados en pequeños municipios, deberán posibilitar la participación de personas que no hayan cumplido los 60 años.

Las entidades responsables podrán establecer un sistema de participación de los usuarios en el coste de los servicios que contribuya a la sostenibilidad del programa y a la responsabilidad individual de los participantes en las actividades. Como precio de referencia, se recomienda una cuantía de en torno a los 10€/mes.

ÁREA DE PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES

1. TALLERES DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

1.1.- OBJETIVOS:

- Favorecer el mantenimiento de una adecuada capacidad física y prevenir problemas favorecidos por estilos de vida sedentaria.
- Educar a las personas participantes en las actividades, en la práctica habitual del ejercicio físico en su medio habitual.

- Educar e informar en hábitos saludables favorecedores de un buen estado físico.

1.2.- CONTENIDOS: Los contenidos estarán adaptados y se realizarán en condiciones de seguridad para las personas mayores. Los talleres, en cualquier caso, se ajustarán, con carácter general, a los contenidos del apartado 1.2.1. e incluirán, al menos, una actividad al aire libre y una actividad de educación y motivación.

- **1.2.1.- Ejercicios físicos:** Resistencia, estiramientos, flexibilidad, fuerza, coordinación, respiración, etc.
- **1.2.2.- Educación y motivación:** Práctica habitual de ejercicio físico, nutrición y otros hábitos de vida saludable.

Posibles actividades:

- Gimnasia de mantenimiento
- Psicomotricidad
- Yoga
- Otras actividades: Actividades en el agua, cicloturismo, deportes, senderismo, tai-chi, etc.

1.3.- RECOMENDACIONES METODOLÓGICAS:

- **Duración:** 3 ediciones al año, de tres meses de duración. Dos sesiones semanales de 60 minutos.
- **Calendario de las ediciones:** enero, febrero, marzo/abril, mayo, junio/octubre, noviembre, diciembre
- **Participantes:** Mínimo 8 personas – máximo 30 personas, con la posibilidad de poder organizar varios grupos si hubiera suscripciones suficientes.
- **Requisitos mínimos del monitor:** Técnico de Grado Superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas, especialista en Educación Física, Licenciatura INEF o cualquier otra titulación o experiencia profesional que habilite para la impartición de la actividad.

1.4.- RECURSOS MATERIALES

Los recursos materiales necesarios para el desarrollo de la actividad, de uso personal, podrán ser aportados por los propios participantes en la misma.

2.- TALLERES DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

2.1.- OBJETIVOS:

- Potenciar la adquisición y mantenimiento de habilidades y destrezas que prevengan y retrasen la aparición de los déficits asociados al envejecimiento no patológico de las funciones cognitivas superiores implicadas en la memoria y el aprendizaje.
- Promover la adquisición de hábitos que potencien la actividad intelectual y mental en las personas mayores en sus contextos cotidianos.

2.2.- CONTENIDOS:

Los talleres, adaptados en su realización a las personas mayores, se ajustarán, con carácter general, a los contenidos del apartado 2.2.1. e incluirán, al menos, una actividad de carácter educacional y motivacional.

- **2.2.1. Desarrollo de programas y prácticas de entrenamiento de la memoria y otras funciones cognitivas superiores** (lenguaje, orientación, atención, concentración, cálculo,...)
- **2.2.2. Contenido educacional y motivacional:** Información de los beneficios para la salud de la realización habitual de actividades de estimulación cognitiva y nociones para la práctica cotidiana de ejercicios de estimulación.

2.3.- RECOMENDACIONES METODOLÓGICAS:

- **Duración:** 3 ediciones al año, de 3 meses de duración cada una, 120 minutos semanales distribuidos en una o dos sesiones
- **Calendario de las ediciones:** enero, febrero, marzo/abril, mayo, junio/octubre, noviembre, diciembre
- **Participantes:** Mínimo 8 personas – máximo 20 personas, con la posibilidad de organizar varios grupos si hubiera suscripciones suficientes.

- **Requisitos mínimos del monitor que imparta la actividad:** terapeuta ocupacional, psicólogo o cualquier otra titulación asimilable o experiencia profesional que habilite para la impartición del taller.

2.4.- RECURSOS MATERIALES

Los recursos materiales necesarios para el desarrollo de la actividad, de uso personal, podrán ser aportados por los propios participantes en la misma.

ÁREA DE COMPETENCIAS PARA LA VIDA AUTÓNOMA

3.- TALLERES DE CAPACITACIÓN PARA LAS ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

3.1.- OBJETIVOS:

- Favorecer la adquisición de conocimientos y habilidades que permitan a la persona mayor vivir con independencia y autonomía, incorporando la perspectiva de género y la relación entre generaciones.
- Promover el desarrollo de estrategias que permitan a la persona mayor la defensa de sus propios derechos.
- Prevenir las dificultades a las que se pueden enfrentar las personas mayores que, por diversas circunstancias, tengan dificultades para desarrollar tareas cotidianas fuera y dentro del domicilio.

3.2.- CONTENIDOS:

Los talleres podrán ser específicos sobre un contenido en concreto o abordar varios de los propuestos en el apartado 3.2.1. Incluirán, una vez al mes, contenidos de carácter educacional y motivacional.

- **3.2.1. Realización de actividades relacionadas con:**
 - Tareas domésticas básicas: cocina, manejo de los electrodomésticos y mantenimiento del hogar.
 - Pequeñas reparaciones domésticas.
 - Acercamiento a nuevas tecnologías (móviles, internet, tablets...).
 - Gestiones administrativas básicas (bancos, relaciones con la administración, impuestos...).

- Consumo racional.
- **3.2.2. Contenido educacional y motivacional:**
 - Información sobre nutrición.
 - Prevención de accidentes domésticos.
 - Mejora de la propia seguridad: robos, fraudes.
 - Conocimiento de los recursos comunitarios.
 - Información acerca de los derechos y modo de ejercerlos.
 - Accesibilidad y adaptación del hogar.

3.3.- RECOMENDACIONES METODOLÓGICAS:

- **Duración:** Flexible, en función de cada actividad concreta.
- **Participantes:** Mínimo 8 personas – máximo 30 personas, con la posibilidad de organizar varios grupos si hubiera suscripciones suficientes.
- **Requisitos mínimos del monitor que imparta la actividad:** Experiencia demostrable o cualquier titulación que habilite para la impartición del taller.

3.4.- RECURSOS MATERIALES

Los recursos materiales necesarios para el desarrollo de la actividad, de uso personal, podrán ser aportados por los propios participantes en la misma.

ÁREA DE PROMOCIÓN DEL CONOCIMIENTO.

4.- TALLERES DE HABILIDADES Y CREATIVIDAD

4.1.- OBJETIVOS:

- Potenciar el desarrollo personal a través de la creatividad y la adquisición de habilidades relacionadas con las diferentes disciplinas artísticas o actividades tradicionales de cada población.

- Favorecer la actividad psicofísica de las personas mayores mediante el aprendizaje de las técnicas específicas de cada disciplina artística.
- Promover el establecimiento de relaciones sociales e intergeneracionales entre las personas mayores y otros grupos de edad.

4.2.- CONTENIDOS:

Los talleres podrán ser específicos sobre un contenido en concreto o abordar varios de los propuestos en el apartado 4.2.1. Incluirán, una vez al mes, contenidos de carácter educacional y motivacional.

- **4.2.1. Realización de actividades de entrenamiento de la destreza, habilidad y precisión manual, coordinación óculo-manual, manejo y utilización de diversos materiales y herramientas**
- **4.2.2. Contenido educacional y motivacional sobre cualquiera de las disciplinas artísticas y decorativas**

Ejemplos de actividades:

- Manualidades
- Restauración de muebles
- Pintura
- Escultura
- Carpintería
- Artes decorativas
- Otras actividades plásticas
- Artesanía tradicional

4.3.- RECOMENDACIONES METODOLÓGICAS:

- **Duración:** Flexible, en función de la programación de cada actividad concreta.
- **Participantes:** Mínimo 8 personas – máximo 30 personas, con la posibilidad de poder organizar varios grupos si hubiera suscripciones suficientes.

- **Requisitos mínimos del monitor que imparta la actividad:** Experiencia demostrable o cualquier titulación que habilite para la impartición del taller.

4.4.- RECURSOS MATERIALES

Los recursos materiales necesarios para el desarrollo de la actividad, de uso personal, podrán ser aportados por los propios participantes en la misma.

EVALUACIÓN DE LOS TALLERES: Se determinarán, a través de los grupos de trabajo provinciales y del grupo de trabajo regional, una serie de indicadores que nos permitan realizar una evaluación al final de cada edición.