emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

en colaboración con
Prôvivienda

SOIDADE E EXCLUSIÓN:

DIAGNOSE EXPLORATORIA PARA A SÚA POSIBLE ABORDAXE EN GALICIA

AS TRENZAS DA LOLA

Coordina:
EMAÚS FUNDACIÓN SOCIAL

Colabora:
ASOCIACIÓN PROVIVIENDA

Financia:
DIRECCIÓN XERAL DE INCLUSIÓN SOCIAL. XUNTA DE GALICIA

ISBN Nº 978-84-09-47972-6

Autores/as:
FERNANDO FANTOVA AZCOAGA
IRIA VÁZQUEZ SILVA,
ANA PARDO FERNÁNDEZ,
MARÍA JUNCAL BLANCO GRANADO
MARTÍN FERNÁNDEZ PÉREZ
VIRGINIA ROMERO SOBRAL.

Deseña:
EMAÚS FUNDACIÓN SOCIAL
Ilustracións:
Iban bujan Otero

Licencia Creative Commons:
OUTUBRO 2022

BY NC ND

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

Prôvivienda

CONTIDO

	INTRODUCCIÓN	**4**
1.	**METODOLOXÍA EMPREGADA**	**10**
	REVISIÓNS BIBLIOGRÁFICAS	10
	ANÁLISE SOCIO-DEMOGRÁFICA	12
	ENTREVISTAS EN PROFUNDIDADE	12
	GRUPO DE DISCUSIÓN	16
2.	**SOIDADE NON DESEXADA: CONCEPTUALIZACIÓN**	**18**
3.	**EXCLUSIÓN RESIDENCIAL: CONCEPTUALIZACIÓN**	**23**
4.	**ANÁLISE E INTERPRETACIÓN A PARTIR DA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA, DA ANÁLISE SOCIODEMOGRÁFICA, DAS ENTREVISTAS EN PROFUNDIDADE E DO GRUPO DE DISCUSIÓN.**	**25**
5.	**ANÁLISE E INTERPRETACIÓN DAS BOAS PRÁCTICAS IDENTIFICADAS.**	**61**
6.	**A MODO DE CONCLUSIÓN. CLAVES DE INTERESE DA "FASE DE DIAGNOSE" PARA INCORPORAR NA "FASE DE FORMULACIÓN" DO PROXECTO PILOTO**	**64**
7.	**REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**	**67**
8.	**ANEXOS**	**71**

INTRODUCCIÓN

A esixencia que supón seguir a estela da fugacidade coa que suceden os cambios e transformacións sociais segue a ser o gran reto das administracións públicas á hora de garantir estándares de igualdade, xustiza social, inclusión e benestar. Isto require aglutinar esforzos entre os distintos axentes sociais para tratar de observar dende diferentes prismas as novas dinámicas da sociedade e así poder artellar respostas axeitadas para cada época da historia.

O índice de exclusión social segue a ser un denominador común que indica a cantidade de poboación que pode acceder a uns niveis mínimos de benestar e calidade de vida. Polo tanto, cómpre seguir traballando na delimitación e ponderación das causas, factores e condicionantes que interceden nas situacións de exclusión social. Esta cuestión de orde epistemolóxica, constitúe outro dos grandes e vellos desafíos do mundo social: a complexidade de definir e medir as variables que operan nas situacións sociais en factores cuantificables.

A pesares desta complexidade, é posible achegarnos a aproximacións conceptuais sobre a exclusión social que nos permitan seguir avanzando na súa análise e, en definitiva, dar respostas axeitadas para combatela. Unha tarefa, esta última, que constitúe o punto de encontro nas traxectorias institucionais de Emaús Fundación Social e a Asociación Provivienda no eido da intervención social.

É neste punto onde ambas entidades, responsables da realización do estudo que se presenta nas seguintes páxinas, avogan por elevar a mirada co obxectivo de tentar descodificar que hai detrás da exclusión social, atopándose co fenómeno da soidade non desexada e o illamento relacional coma unha problemática de primeira orde que está presente na gran maioría destes procesos. Unha cuestión que non é nova pero que semella estar cada vez máis presente nas axendas políticas e de medios de comunicación debido, por unha banda, ao progresivo aumento do interese que se viña identificando polas emocións que habitan na vida pública e que nas ciencias sociais recibe o nome de "xiro afectivo" (Lara y Enciso, 2013) e, por outra, ao inevitable impacto que a pandemia da COVID-19 está a causar na vida social e no modo en que se desenvolven as relacións interpersoais. No medio desta retórica existen numerosas aproximacións á problemática desde diferentes campos e ámbitos de estudo. A maioría delas son enunciadas dende o eido sanitario que, en ocasións, relacionan á soidade non desexada cun fenómeno de saúde pública que adopta unha dimensión de pandemia.

Por este motivo, cómpre delimitar esquemas conceptuais e linguaxes que axuden a desentrañar e dar conta das diferentes causas que están detrás da soidade non desexada a fin de concederlle a lexitimidade epistemolóxica que merece e poder así, trazar liñas de acción que axuden a minimizar o seu impacto na poboación.

Así, o percorrido desta alianza relata a traxectoria de dúas entidades sociais preocupadas por identificar as claves que están detrás das situacións de exclusión social e as súas múltiples consecuencias na calidade de vida das persoas. Esta tarefa de observación e análise cobra vida a partir da praxe cotiá, posibilitando a xeración de fluxos de coñecemento que se retroalimentan entre si.

Cabe aludir aquí ao camiño de Emaús Galicia, que leva dende 2006 atendendo e acompañando a persoas atravesadas polos procesos de exclusión. Neste traxecto, cabe destacar o seu liderado no proxecto Inclúe entre os anos 2016 e 2018, co obxectivo de identificar claves metodolóxicas para definir un modelo de intervención social dirixido ás persoas en situación de exclusión social máis eficiente e eficaz. Este proceso, participado por numerosas entidades público-privadas do eido social, resaltou a importancia capital das dinámicas de axuda mutua, o fomento da participación social e construción de vínculos afectivos, á hora de contrarrestar problemáticas como o illamento ou a pobreza relacional que sofren boa parte das persoas afectadas pola exclusión.

Esta cuestión da lugar á orixe do proxecto Participa no ano 2019 nun intento por dar resposta á fragmentación progresiva das redes de apoio mutuo e á perda do sentido de pertenza que afectan, especialmente, ás persoas atravesadas pola exclusión social. No 2020, a Asociación Provivienda adhírese como entidade aliada e Participa consolídase coma un programa estratéxico para ambas entidades. Nace así, un compromiso polo fomento da participación social dos entornos comunitarios co obxectivo de posibilitar a creación de lazos de unión entre persoas en igual ou distinta situación social.

Por outra banda, a Asociación Provivienda co seu traballo de captación, mediación e acompañamento para facilitar o acceso e mantemento dunha vivenda leva traballando no barrio de Teis en Vigo dende 2017. A súa metodoloxía "housing led" entende o fogar como punto de partida para conformar un proxecto de vida e materialízase a través da xestión do programa de Protección Internacional e do Programa Fogares, este último desenvolto conxuntamente con Emaús.

Todas estas experiencias contribuíron a corroborar aínda máis a premisa que sostén que a exclusión relacional e o illamento social son uns compoñentes fundamentais da soidade non desexada e, á súa vez, da exclusión social máis grave que pode devir en exclusión residencial.

Así pois, pódese dicir que "As Trenzas da Lola" forman parte dunha secuencia lóxica no devir profesional de ambas entidades. Unha oportunidade que, grazas a aposta e confianza depositada pola **Xunta de Galicia,** permite seguir avanzando cara o recoñecemento da soidade non desexada coma un fenómeno que merece ser lexitimado dende as distintas esferas das ciencias sociais para dotala de entidade propia e outorgarlle a atención que require a través de respostas coordinadas que diminúan o seu impacto nas persoas e, en particular, no risco de atoparse en situación de exclusión social. **"As Trenzas da Lola"** [1] é o título (e imaxe) que o equipo implicado determinou, por suxerente coa lóxica da proposta no seu conxunto, para esta fase inicial de estudo así como para a posterior formulación de proxecto que conterá, a partir da información recollida, propostas de accións que posibiliten a ambiciosa abordaxe das problemáticas asociadas a soidade non desexada e a exclusión residencial.
Se elevamos a mirada para indagar brevemente o panorama actual, semella evidente que existe un incipiente interese e preocupación polos poderes públicos sobre esta cuestión. No eido internacional, podemos constatar algúns destes exemplos na constitución do ministerio da soidade en 2018 por parte do Reino Unido ou a recente creación homóloga polo goberno de Xapón en febreiro do 2021. A nivel estatal, malia que non existen referentes de tanto simbolismo e calado institucional, son numerosas as iniciativas que se veñen desenvolvendo en diversos municipios como Bilbao co seu Programa "Mirada Activa" ou Zaragoza mediante o proxecto "Nos Gusta Hablar", por citar tan só algunhas.

[1] Ver anexo 1- Presentación do Proxecto. Porque as Trenzas da Lola?

Non obstante, a maioría destas iniciativas establecen o seu público obxectivo na poboación maior. Un exemplo próximo é a Estratexia Galega de Atención á Soidade non Desexada recentemente presentada pola Xunta de Galicia que reflicte o seu compromiso con esta problemática silenciosa, centrando o seu foco nas persoas maiores.

A través desta diagnose poderase observar que, malia que os datos indican unha maior prevalencia da soidade percibida nas persoas con idades máis avanzadas, estes tamén refiren unha importante incidencia en grupos etarios máis baixos. Unha realidade que as entidades contratadas veñen identificando como problemática presente nun número moi significativo das persoas que acompañan no seu labor cotián.

Por todo esto e trala aterraxe metodolóxica no campo, o exercicio de análise que aqui se presenta foi ampliando o foco de atención cara miradas e enfoques máis comunitarios e interxeracionais. Foi a partir das entrevistas e a identificación de boas prácticas cando foi gañando peso a premisa de que a soidade non é patrimonio de ningún grupo de idade e, á vez, e cuestión de todos e todas.
O xérmolo desta diagnose xurde ao albor do coñecemento empírico e contrastado que emana da praxe profesional de ambas entidades e que da lugar ás seguintes preguntas de investigación:

1. Sería pertinente o deseño dalgún tipo de programa que aborde de xeito simultáneo e sinérxico os problemas de soidade non desexada e de exclusión residencial?
2. De ser así, sería necesario incorporar as claves comunitarias, de acompañamento, de personalización e da xestión da diversidade para garantizar o seu éxito?

Polo tanto, a hipótese desta diagnose exploratoria podería enunciarse do seguinte xeito: resulta pertinente deseñar algún programa que aborde de xeito máis ou menos simultáneo e sinérxico os problemas de soidade non desexada e de exclusión social incorporando o enfoque comunitario, o acompañamento social, o enfoque centrado na persoa e xestión da diversidade.
Finalmente, podemos concluir que os **obxectivos desta diagnose** son os seguintes:

1. **Determinar a pertinencia de deseñar un programa que aborde de xeito simultáneo e sinérxico os problemas de soidade non desexada e de exclusión social.**
2. **Identificar a necesidade de incorporar as claves comunitarias, de acompañamento, de personalización e da xestión da diversidade para garantizar o éxito do programa.**

Resulta pertinente facer alusión ao contexto de pandemia no que se sucedeu o desenvolvemento desta diagnose. Dende o punto de vista organizacional, esta circunstancia obrigou a dilatar os tempos máis alá do previsto debido as limitacións e restricións impostas para a celebración de encontros presenciais e que afectou, especialmente, á hora de levar a cabo a fase do traballo de campo. Malia existencia de recursos telemáticos para sobrelevar a coxuntura, a maior parte das persoas entrevistadas non posuían as ferramentas nin os coñecementos para poder suplir a presencialidade requirida. Resta dicir, que aínda que a virtualidade foi unha posibilidade nalgún caso concreto, decidiuse non recurrir a esta por cuestións de enfoque metodolóxico considerando que podería afectar á necesidade de favorecer o clima de proximidade necesario tanto nas entrevistas en profundidade coma nos grupos de discusión. Esta realidade, vese reflexada tamén no guión das entrevistas en profundidade realizadas durante a fase de investigación debido á incorporación de preguntas específicas sobre a pandemia no deseño das mesmas.

Asimesmo, aínda que a cuestión da soidade non desexada xa estaba a gañar presencia nas axendas das diferentes administracións, coa crise do coronavirus cobrou aínda máis peso. As situacións de illamento derivadas das restricións á mobilidade e á interacción e contacto persoal, actuaron coma elementos catalizadores na sensibilización e preocupación institucional á hora de artellar respostas ante esta problemática.

Para expoñer do xeito máis claro posible as claves desta diagnose, no marco da proposta titulada "As Trenzas da Lola" o texto estrutúrase en 8 capítulos.

No **primeiro capítulo,** preséntanse as claves do deseño metodolóxico así como as técnicas e ferramentas coas que se realizou o traballo de campo. Cabe anticipar que a diagnose realizouse a partir dun enfoque de investigación mixto mediante técnicas cualitativas –revisión bibliográfica, entrevistas en profundidade e grupo de discusión- e cuantitativas –análise sociodemográfico-. Esta incursión metodolóxica foi a que permitiu achegarnos ao corpo gnoseolóxico do fenómeno da soidade non desexada e avanzar así no obxectivo transversal desta diagnose: dotala de entidade e lexitimidade propia.

Deste xeito, no **segundo capítulo,** comézase a profundar nunha definición teórica da soidade non desexada, avanzando na delimitación dun marco de referencia conceptual que permita elevar o estatus ontolóxico desta. Así, examínanse tres escalas de medición que aportan indicadores formais para identificar os factores que inciden na aparición da soidade non desexada e con que frecuencia se manifestan. Seguidamente, se continua a través dun breve percorrido polos distintos enfoques existentes á hora de comprender a soidade en función dos ámbitos do coñecemento e contextos dende os que pode ser observada. Tamén se aborda a influencia que, semella, está a exercer a presenza do denominado "xiro afectivo" no eido social e político á hora de colocar a soidade non desexada na axenda das administracións públicas. O capítulo péchase cunha proposta de Fernando Fantova (2020:20) que ofrece un marco de análise para distinguir as variables que inciden na aparición do sentimento de soidade non desexada evitando, ao mesmo tempo, o posible risco de que acaben por invisibilizar ou difuminar a entidade epistemolóxica e o protagonismo que se lle quere recoñecer a este fenómeno.

No **terceiro capítulo** deste documento ofrécese unha conceptualización da exclusión residencial a partir dunha breve revisión bibliográfica de literatura especializada na materia para, seguidamente, analizar como está a influir de xeito concreto no Concello de Ribadavia e no Concello de Vigo. Ademais, busca trazar un fío conductor que identifique as intersecções existentes entre a exclusión residencial e soidade non desexada.

No **cuarto capítulo,** realízase un filtrado de toda a información recollida na incursión metodolóxica co obxectivo de identificar relacións causais que permitan dar coas claves para avanzar cara unha diagnose o máis harmónica e sólida posible. Para iso, o capítulo estruturouse establecendo un diálogo interpretativo entre resultados extraídos a través das distintas técnicas e ferramentas de investigación empregadas. A saber: revisión bibliográfica, análise sociodemográfica, entrevistas en profundidade e grupos de discusión.

O **quinto capítulo** recolle unha relación de experiencias identificadas como boas prácticas a ter en conta á hora de definir posibles liñas de acción para un posible programa piloto que aborde de xeito simultáneo e sinérxico os problemas de soidade non desexada e exclusión residencial dende un enfoque comunitario. As claves para esta prospección expóñense no **sexto capítulo** a modo de conclusións.

Por último, recóllense as referencias bibliográficas consultadas e empregadas para nutrir o corpus epistemolóxico deste traballo.

Para finalizar este apartado introdutorio, non podemos deixar de agradecer, e moito, todos os tempos e adicacións de tantas persoas e entidades que, dunha forma ou outra, participaron desta recollida de enfoques, experiencias e datos na abordaxe da soidade non desexada e da exclusión residencial materializada no traballo de campo desenvolto en Vigo e Ribadavia.

Deste xeito, debemos comezar por agradecer enormemente o apoio e a confianza depositada pola Dirección Xeral de Inclusión Social da Xunta de Galicia, grazas á que foi posible este reto de afondar na realidade da soidade non desexada e a súa incidencia na exclusión social na nosa comunidade. Temos que destacar tamén a participación das persoas que se sumaron ás entrevistas en profundidade, aos grupos de discusión ou ás mesas de traballo. Así, non podemos esquecernos do aporte de Rosa Alonso Míguez, traballadora social-xubilada- do Concello de Vigo; Marcela D´ambrosio, mediadora intercultural en Vigo; María Gómez García, traballadora Social da UTS de Teis dos Servicios Sociais comunitarios básicos no Concello de Vigo; Genoveva Cordeiro, coordinadora no Plan Comunitario de Téis; Noa Costas Fernández, traballadora Social do Programa Fogares de Emaús e Provivienda; Tania Vázquez, coordinadora en Xaruma; Ana Pardo, traballadora Social e coordinadora da Asociación Provivienda en Galicia; Nuria Fernández Rey, participante do Grupo de Participación Suma de Emaús; Lucía Calvo, presidenta da cooperativa de vivenda Ancoradoiro; Carmen Zarza, participante de programas de inclusión social en Emaús; Pilar González Prieto, traballadora social do Centro de Saúde de Téis; Encarna Alonso, auxiliar de xeriatría e de enfermería e –anterior- coordinadora de ENTECA (vivenda comunitaria); Olaia Álvarez Cobián e Laura Carballa Pérez, técnicas das asociación Grandes Amigos; Justo Fernández Martínez, traballador social dos Servizos Sociais Municipais do Concello de Ribadavia; Begoña Domínguez González , usuaria de Servicios Sociais Municipais no barrio de Teis; Manuel Lorenzo Álvarez Álvarez, voluntario da Asociación Grandes Amigos; Paula Deaño Lobariñas, educadora familiar dos Servizos Sociais Municipais de Ribadavia; Rosa María González, traballadora social do Centro de Saúde de Ribadavia; Gumersinda Moreira Feijoo, veciña de Ribadavia; Juan Mancheño, veciño de Ribadavia; María del Carmen Sierra Queimadelos, médico de urxencias da UMVI de Vigo; Olga Victoria Fernández e Laura Hermida Janeiro de Cruz Vermella de Ribadavia; Javier Pérez García, participante no grupo de participación SUMA de Emaús; Oscar Daniel Fernández Pallares, participante do Programa Fogares de Provivienda e Emaús; Miguel Ángel Vázquez Rodríguez, xerontólogo e presidente da Sociedade Galega de Xerontología; Gabriela Ladrero Martín, muller xubilada e voluntaria de Emaús e Beatriz Lorenzo Caamiña, participante de programas de inclusión de Emaús.

Xa por último é necesario agradecer e recoñecer o esforzo do equipo técnico implicado ao longo deste proceso, sen dúbida todo un reto. Así, é importante destacar a orientación nos enfoques, debates, referencias e análises do consultor Fernando Fantova, a recollida dos datos sociodemográficos e a realización e análise das entrevistas en profundidade de Iria Vázquez, socióloga e profesora da Universidade de Vigo, o aporte conceptual e o traballo de campo en clave comunitaria de Martín Fernández, técnico de participación social en Emaús en Galicia, así como o traballo de campo e a labor de coordinación e redacción das diferentes fases do proceso de Virginia Romero, técnica de proxectos en Emaús en Galicia. Todo este reto foi acompañado tamén, por Ana Pardo, responsable de Provivienda en Galicia e por Juncal Blanco, responsable de Emaús en Galicia.

1. METODOLOXÍA EMPREGADA

Como se pode intuír, son moitas as variables ás que hai que atender para poder comprender este fenómeno e resulta fundamental ter en conta as particularidades do contexto para non caer en conclusións parciais. Por iso, esta diagnose busca delimitar a análise de dúas realidades moi concretas da comunidade autónoma galega. O seu carácter de estudo piloto esixe optimizar os recursos dispoñibles ás necesidades da investigación e poder extraer resultados o máis representativos posibles. Esta característica determinou a selección da mostra poboacional, optando así por dous enclaves significativos da realidade sociodemográfica galega e que encarnasen as singularidades do eixo rural e urbano, así como de costa e interior no Concello de Ribadavia e no Concello de Vigo.

Para realizar a incursión metodolóxica que permitira ampliar o coñecemento sobre a soidade non desexada e a súa relación coa exclusión social e residencial, partiuse da premisa que sostén unha fragmentación progresiva dos vínculos e redes de apoio primarios e secundarios. É dicir, aqueles que se sosteñen nas relacións familiares e nas amizades do entorno comunitario, respectivamente.
O achegamento metodolóxico ao estudo da soidade non desexada en Galicia, concretamente en Vigo e Ribadavia contou con diferentes enfoques, partindo nun primeiro momento dunha análise e revisión bibliográfica para pasar, nun segundo momento, á recollida directa de información a partir do traballo de campo. É importante compartir que non existe demasiada bibliografía nin experiencias que aborden a problemática da soidade non desexada dende un enfoque interxeracional xa que a maior parte da información atopada achégase a esta problemática, e a súa incidencia concreta, na rutina e vida de persoas maiores de 65 anos.

Por todo isto, durante a fase da diagnose do proxecto "As Trenzas da Lola" entre outubro de 2020 e abril de 2021 o obxectivo proposto foi recoller a maior información posible sobre diferentes enfoques de análise que permitiran achegarse tanto conceptualmente como experiencialmente á soidade non desexada. A revisión bibliográfica e o traballo de campo con entrevistas en profundidade e a organización de grupos de discusión, foron as ferramentas escollidas para aproximarse á problemática a partir do debate actual e a reflexión conxunta.

Detallamos a continuación as ferramentas utilizadas:

REVISIÓNS BIBLIOGRÁFICAS

Na fase de diagnose do proxecto, co obxecto de atopar diferentes visións, enfoques e matices que aborden o estudo da realidade da soidade non desexada no conxunto do estado, e concretamente en Galicia, foi numerosa a revisión *de documentación específica,* entre a que podemos citar textos como o VIII Informe Foessa ou o Informe España 2020, documentación concreta do Instituto Matía, ou artigos específicos da soidade non desexada no ámbito da xerontoloxía e da adolescencia, entre outras temáticas.

Así mesmo, tamén foi posible achegarse a esta realidade a través de numerosas *notas de prensa* xa que, como comentábase, trátase dunha problemática que comeza a acadar certo protagonismo político e social, e polo tanto apréciase na visibilidade outorgada polos medios de comunicación.

Por outra banda, co foco posto na procura de boas prácticas que puideran aportar novos enfoques á proposta tamén se revisou literatura vinculada á análise das causas da soidade non desexada, da exclusión residencial así como das necesidades sociais xurdidas durante a pandemia da Covid-19.

Reunións de seguimento do equipo de Emaús Fundación Social, Provivienda, Iria Vázquez e Fernando Fantova na fase de diagnose do proxecto "As Trenzas da Lola" Novembro 2020.

ANÁLISE SOCIO-DEMOGRÁFICA

Coa finalidade de atopar datos e porcentaxes que acompañen e den resposta á realidade estudada realizáronse revisións de datos de numerosas fontes secundarias. Así, revisáronse actualizacións das publicacións do Instituto Nacional de Estatística (INE), da Enquisa Continua de Fogares (INE), da Enquisa Estrutural de Fogares do Instituto Galego de Estatística (IGE), e tamén do padrón municipal de habitantes de Vigo e de Ribadavia coa proposta de atopar información máis cuantitativa.

ENTREVISTAS EN PROFUNDIDADE

Entre o mes de outubro de 2020 e abril de 2021 realizáronse un total de 25 entrevistas en profundidade a persoas con diferentes perfís que poderían aportar distintos enfoques ou experiencias no eido da soidade non desexada ou da exclusión residencial. Deste xeito, foron seleccionadas persoas vinculadas ao sector do traballo social, da mediación intercultural, do sector da saúde, da xeriatría, do asociacionismo, do terceiro sector vinculado á atención das persoas maiores ou vinculado á inclusión social e residencial. Tamén se realizaron entrevistas a persoas afectadas por situacións de soidade ou de exclusión residencial acompañadas por Emaús ou Provivienda en Vigo, ou identificadas polos Servizos Sociais en Ribadavia.

Se ben nun inicio estaba prevista a realización de 16 entrevistas, decidiuse ampliar finalmente a mostra a 25 persoas dado que, a medida que se foi avanzando o traballo de campo foron xurdindo novos perfís de informantes chave de interese para o proxecto.

Das *25 entrevistas,* 19 foron realizadas dende un enfoque técnico por estar dirixidas a profesionais do ámbito de estudo, e 6 foron realizadas a persoas afectadas por problemáticas de soidade ou exclusión residencial co fin de recoller información sobre as súas vivencias en relación con estes fenómenos.
Tal e como estaba previsto, seleccionáronse dúas áreas territoriais diferenciadas para a realización desta diagnose, unha delas no eido urbano en *Vigo* (e dentro desta cidade, fíxose fincapé no barrio de Teis, onde se desenvolveron moitas das entrevistas realizadas, e no centro de Vigo) e outra na zona rural, en *Ribadavia.* Desta forma tamén se comparaban dúas provincias galegas, Pontevedra e Ourense, e dúas realidades diferenciadas, a da costa e a do interior.

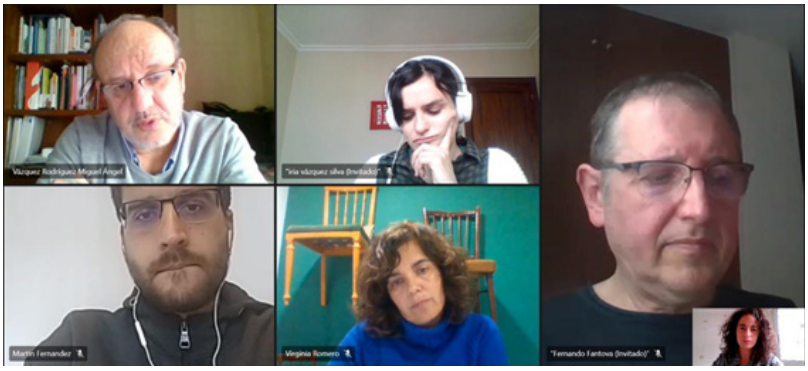
O obxectivo é afondar no contraste rural-urbano en relación á soidade e á exclusión residencial. O contexto galego posúe, neste senso, unha grande diversidade sociolóxica en función do territorio onde se concrete a análise: a realidade sociodemográfica, a dispersión da poboación, a situación do transporte, o acceso á vivenda, a vida comunitaria, ou os valores culturais. Todas estes factores conteñen unhas particularidades diferenciadas para o eido rural e para o contexto urbano.

As entrevistas en profundidade foron deseñadas para abordar diferentes bloques temáticos vinculados un deles á soidade non desexada, outro á exclusión social e residencial e outro apartado máis vinculado á experiencia persoal da persoa entrevistada. Distinguíronse así dous corpos de entrevistas: un cun enfoque máis técnico e outro cun enfoque máis persoal e subxectivo (ver anexo 4.1: Guión das entrevistas en Profundidade). Decidiuse un deseño de entrevistas semiestructuradas, contando cun guión previo pero flexible na súa aplicación á hora de abranguer máis, ou diferentes, temáticas en función do devir da conversa.

Todas as entrevistas foron gravadas, agás unha por expreso desexo da entrevistada na que foron tomadas notas escritas. Por outra banda, todas as entrevistas desenvolvéronse dun xeito presencial, agás a realizada co xerontólogo Miguel Ángel Vázquez, que foi unha entrevista grupal co equipo técnico do proxecto realizada de xeito virtual.

Cando as entrevistas tiveron lugar no local de Emaús ou Provivienda tentouse, en todo momento, xerar un espazo agradable, que facilitara a conversa, acompañado con algo quente para beber e comer. Sobre a duración das entrevistas, a pesar de que estaban planificadas para unha duración dunha hora, ou hora e media, moitas delas chegaron ás dúas horas de duración.
A finalidade coa realización deste traballo de campo cualitativo amplo e diverso foi levar a cabo un achegamento novidoso desde diferentes perspectivas, tentando abarcar unha ollada técnica, pero sen esquecer as impresións das propias persoas que teñen vivido estas situacións. Trátase polo tanto, dunha recollida de voces corais.

Momento dunha entrevisa en profundidade nas oficinas de Emaús en Vigo. Outubro 2020



Reunión (zoom) sobre enfoques do proxecto "As Trenzas da Lola" con Miguel Ángel Vázquez Rodríguez (Presidente da Sociedade Galega de Xerontología), Fernando Fantova (Consultor Social), Juncal Blanco, (Responsable Emaús Galicia), Iria Vázquez (Socióloga Experta en Xénero), Martín Fernández (Técnico de Participación en Emaús Galicia) e Virginia Romero (Técnica de Proxectos en Emaús Galicia). 13 de abril 2021.

ENTREVISTAS REALIZADAS ENTRE OUTUBRO DE 2020 E ABRIL DE 2021 A INFORMANTES DE PERFIL TÉCNICO

RECURSO	PERFFIL DA PERSOA ENTREVISTADA	POBOACIÓN
Concello de Vigo	Traballadora Social (xubilada)	Vigo (Centro)
Concello de Vigo	Mediadora Intercultural durante 10 anos	Vigo (Centro)
Servicios Sociais Concello de Vigo	Traballadora Social	Vigo (Teis)
Plan Comunitario de Teis	Traballadora Social Plan Comunitario de Teis	Vigo (Teis)
Emaús Fundación Social	Traballadora Social Programa Fogares. Emaús	Vigo (Centro)
Asociación Xaruma ONG	Traballadora Social	Vigo (Teis)
Provivienda ONG	Traballadora Social Coordinadora	Vigo (Teis)
Cooperativa Vivenda Ancoradoiro	Presidenta cohousing sénior	Vigo
Centro de Saúde de Teis	Traballadora Social	Vigo (Teis)
ENTECA Empresa privada de atención á terceira idade en vivenda compartida	Auxiliar de xeriatría e auxiliar de enfermería. Anterior directora ENTECA	Vigo
Grandes Amigos ONG vinculada ao coidado das persoas da 3ª idade	Educadora Social e Coordinadora de Grandes Amigos	Vigo (Centro e Teis)
Servicios Sociais Concello de Ribadavia	Traballador Social	Ribadavia
Cruz Vermella Ribadavia	Traballadora Social	Ribadavia
Servicios Sociais Concello de Ribadavia	Educadora Familiar	Ribadavia
Centro de Saúde de Ribadavia	Traballadora Social	Ribadavia
Unidade Medicalizada de Urxencias de Vigo	Médica de urxencias da UMVI	Vigo
Asociación Galega de Xerontoloxía	Presidente	Vigo

ENTREVISTAS REALIZADAS ENTRE OUTUBRO 2020 E ABRIL 2021 A PERSOAS PARTICIPANTES EN PROGRAMAS DE INCLUSIÓN SOCIAL, INCLUSIÓN RESIDENCIAL OU AFECTADAS POR SITUACIÓNS DE SOIDADE NON DESEXADA

PERFIL DA PERSOA ENTREVISTADA	SEXO	IDADE	POBOACIÓN
Participante. Usuaria SS.SS.	♂	83 anos	Ribadavia
Participante. Usuario SS.SS.	♂	71 anos	Ribadavia
Participante. Programa Fogares	♂	50 anos	Vigo (Centro)
Participante. Programa Fogares	♂	42 anos	Vigo (Centro)
Participante. Programas Emaús	♀	50 anos	Vigo
Participante, acompañada polo Servizo Municipal de Axuda a Domicilio	♀	60 anos	Vigo (Teis)
Participante. Voluntario Grandes Amigos	♂	58 anos	Vigo
Participante. Grupo de Participación Suma de Emaús	♀	47 anos	Vigo

GRUPO DE DISCUSIÓN

O día 30 de abril de 2021, entre as 12.00 e 14.00 horas tivo lugar o Grupo de Discusión que pechaba a fase de diagnose do proxecto en Vigo, na Sala A do primeiro andar das instalacións que a Xunta de Galicia ten na cidade de Vigo.

Inicialmente, estaba previsto un Grupo de Discusión na cidade de Vigo e outro en Ribadavia, pero decidiuse levar a cabo un só, e xuntar nun mesmo grupo a persoas diferentes que incorporaran visións complementarias co enfoque urbano da cidade de Vigo e do enfoque rural de Ribadavia de forma que se puidese chegar a crear un debate máis dinámico e rico cos diferentes matices.

Neste debate en grupo tamén se tivo presente a importancia das orientaciones e visións diferentes dos perfís técnicos, así como das persoas participantes en programas de inclusión social en Emaús e Provivenda (ver anexo 5.2: Resultados Grupo de Discusión).

Este grupo de discusión foi gravado, previo consentimento das persoas participantes, coa finalidade de recoller todas as opinións compartidas e facilitar o posterior traballo de análise. Dadas as limitacións xeradas pola Covid-19 e pola cuestión territorial, as persoas residentes en Vigo participaron de xeito presencial; mentres que a técnica da Xunta de Galicia e a educadora familiar e o traballador social de Ribadavia, fixéronno de xeito virtual. Foron, polo tanto, seis persoas as que participaron presencialmente e tres as que participaron de xeito virtual. Dúas delas eran persoas afectadas por situacións de soidade e de exclusión residencial.

Como indica a metodoloxía desta ferramenta analítica, as tres persoas encargadas da organización do grupo de discusión non participaron do debate e simplemente asistiron como facilitadores/as da dinámica.

IDENTIFICACIÓN DO PERFIL	SEXO	PARTICIPACIÓN
Técnica na asociación Grandes Amigos	Muller	Presencial
Psicóloga e Mediadora Intercultural	Muller	Presencial
Participante en programas de Provivienda	Muller	Presencial
Muller xubilada	Muller	Presencial
Participante en Programas de Emaús	Home	Presencial
Médico UMVI	Muller	Presencial
Traballador Social Ribadavia	Home	Virtual (zoom)
Educadora Familiar Ribadavia	Muller	Virtual (zoom)
Socióloga do Servizo de Coordinación de Servizos Sociais Comunitarios da Dirección Xeral de Inclusión Social Xunta de Galicia	Muller	Virtual (zoom)

Momentos do Grupo de Discusión do proxecto "As Trenzas da Lola". 30 de abril de 2021

2. SOIDADE NON DESEXADA: CONCEPTUALIZACIÓN

A partir do coñecemento que xurde da práctica profesional, ambas entidades identifican a soidade non desexada coma un factor de primeira orde presente na gran maioría dos procesos de exclusión social. Por este motivo, resulta necesario levar a cabo un exercizo de conceptualización que permita facilitar a comprensión deste fenómeno que, ao mesmo tempo, lle outorgue o recoñecemento ontolóxico que merece.

Sen embargo, o marco de referencia teórico máis próximo a Emaús e Provivienda atopa a súa anclaxe conceptual na exclusión social. Por este motivo, o primeiro achegamento á soidade non desexada será a partir destas coordenadas. É aquí onde atopamos acaída a vinculación que Fantova (2020) establece entre ambos fenómenos cando considera que a fraxilidade relacional e o illamento social son ingredientes fundamentais nas dinámicas de exclusión social xa que "gardan estreita relación coa limitación de vínculos afectivos con persoas próximas comprometidas no coidado da nosa vida en claves de gratuidade e reciprocidade". Este punto de partida axuda a preparar o terreo para a entrada epistemolóxica sobre a soidade non desexada.

Malia que se pode intuir que a soidade non desexada é un fenómeno que varía en función da realidade contextual dende a que se analice, existen referencias na literatura especializada que teorizan sobre unha definición universal do seu significado. Pode valer como evidencia a afirmación de De Jong Gierveld (1987) que sostén que a soidade é unha experiencia subxectiva e desagradable que senta a súa orixe na percepción dunhas relacións sociais deficitarias.

É importante incidir en que estas representacións ou significacións da soidade non desexada son enunciados suxeitos a interpretacións parciais da realidade dende a que se observa o fenómeno. A modo de exemplo, as connotacións que ten vivir só na última etapa vital na cultura holandesa son moi distintas ás que existen no estado español. Mentres na primeira é sinónimo de competencia e autonomía persoal (Scharf & De Jong Gierveld, 2008), na segunda está vinculado co abandono e desamparo familiar (Lorenzo & Castejón, 2008).

Por outra banda, non está claro que vivir en soidade teña como consecuencia unha maior prevalencia de sentimento soidade non desexada. A tenor de Peplau e Perlman (1982), esta pode manifestarse tamén cando a rede social dunha persoa é deficiente, ben sexa dende un punto de vista cuantitativo ou cualitativo.

Se ben a soidade non desexada comeza a estar cada día máis presente no debate social e na axenda das entidades públicas, no ámbito académico son todavía moi incipientes os intentos por operacionalizar as variables que inciden nesta problemática. A gran carga subxectiva que alberga a soidade como sentimento particular de cada persoa sumado ás singularidades de cada contexto,

engade un grao de complexidade á hora de definir indicadores formais para a súa medición e poder establecer que tipo de correlación garda co illamento social. A pesar desta dificultade, na revisión bibliográfica atopáronse tres escalas que merecen ser referenciados como instrumentos á hora de tentar identificar e mensurar os factores que inciden na soidade.

1. A escala SESLA[2]. Construida a partir do pioneiro enfoque multidimensional da soidade de Weiss (1973) que a concibe coma un fenómeno multidimensional composto pola soidade social e a soidade emocional. Céntrase na medición da soidade social, familiar e romántica ou de parella

2. A escala UCLA [3] . Foi a primeira escala cun grao de aceptación xeralizado entre a comunidade científica e conta con varias revisións.

3. Escala de apoio social de Lubben para persoas maiores.

Malia que estes instrumentos poden resultar de apoio á hora de descifrar as posibles causas que predominan na aparición do sentimento de soidade non desexada, é importante ter en conta que todas teñen orixes en culturas moi distintas á galega. Así, as diferencias sobre como son entendidas as formas de interacción social e os estilos de vida entre a realidade dende a que foi concebida a escala e aquela na que se vai aplicar, podería implicar a presenza de parcialidades á hora de recopilar os resultados.

Cada vez temos máis estudos e investigacións que tentan captar as múltiples causas que se atopan detrás deste tipo de soidade. A nivel contextual, hai que sinalar que a soidade ten unha historia, e hai autores que sitúan tres pasos claves: a soidade industrial, a soidade neoliberal e a soidade no século XXI (Vidal e Halty, 2020:93). É dicir, a historia da soidade remóntanos ao segundo terzo do século XIX, coa industrialización da vida humana, o hábitat, e unha fonda transformación de todo o sistema social e as familias. Por outra banda, a crise de 1973 desembocou na grande onda neoliberal que se abre a finais da década dos 70, até chegar, segundo estes autores, a unha soidade existencial do século XXI. Este século trouxo consigo unha nova preocupación pola soidade, que ten as súas propias características.

Como sinala Yuste (2019:29) podemos diferenciar dun xeito xeral dous tipos de soidade:

- A soidade obxectiva é aquela que fai referencia ao simple feito de estar só/a. Dentro desta categoría podemos atopar a soidade buscada ou a soidade non desexada, na que nos imos centrar, aquela situación que causará maiores problemas na persoa e que representa o problema a abordar contra o que desexamos poñer medidas.

- Por outra banda, a soidade subxectiva é un termo máis complexo, que está relacionado coa percepción que a propia persoa ten en relación as súas expectativas con respecto ao acompañamento ou a súa integración social no medio no que se desenvolve.

Ademais destas dúas categorías, este autor (Yuste, 2019:30-31) distingue seis subtipos de soidade: transitoria, contextual, autoimposta, imposta, crónica e existencial.

[2] Acrónimo de Social and Emotional Loneliness in Adults. A súa tradución ao galego sería Escala de Soidade Social e Emocional para Adultos.

[3] Recibe este nome por corresponderse coas siglas da Universidade de California – Los Ángeles, onde foi creada

A SOIDADE TRANSITORIA, pode ser un estado de ánimo esperable ante algún acontecemento. Ten, como o seu nome indica, naturaleza temporal.

A SOIDADE CONTEXTUAL, a que non se estende a todos os ámbitos da vida senon que queda limitada a un único contexto (non ter amizades na universidade, por exemplo)

A SOIDADE IMPOSTA pode estar xerada por motivos tan diversos como a falla de tempo libre, a dificultade de acceso a unhas relacións sociais plenas, ao feito de vivir nunha zona pouco poboada (sobre a que farase fincapé coa análise comparada entre o urbano e o rural galego caracterizado pola dispersión demográfica ou o avellentamento) ou aos cambios nos sistemas habituais de comunicación.

A AUTOIMPOSTA refírese á soidade á que poden encamiñarse persoas deliberadamente por medos ou desconfianzas.

A SOIDADE CRÓNICA é aquela que se mantén no tempo durante un período o suficientemente significativo como para que se lle categorice como tal. O certo é que se trata dun dos tipos de soidade máis perigosas para a persoa e que pode interactuar con situacións como a depresión, o illamento e a exclusión social. Diferentes estudos indican que as persoas que se sinten soas teñen unha maior prevalencia a padecer problemas cognitivos ou complicacións cardiacas, depresión e ansiedade (Martínez et al., 2019:83; Holt-Lunstad et al., 2015). Así, non debemos confundir a soidade non desexada con vivir só/a, e debemos entendela como un sentimento subxectivo relacionado co tipo e a calidade das relacións que se teñen coas persoas da contorna; por outra banda, o illamento é unha situación máis obxectiva de ausencia de relacións sociais e de contacto con outras persoas (Martínez et al., 2019:82).

A SOIDADE EXISTENCIAL. Como xa se adiantou, é un signo dos nosos tempos e sucede á marxe da cantidade de relacións que rodean á persoa xa que ten que ver coa calidade e satisfacción das mesmas. Ten un factor contextual moi concreto e determinado, ubicado na chamada sociedade posindustrial que xurde a comezos dos anos 70 do século XX.

Desde as ciencias sociais temos definicións completas como a recollida por Weiss (1973), na que sinala que a soidade é un fenómeno natural, un sentimento (persoal), que pode xurdir en certos momentos da vida e que pode afectar a calquera persoa, independentemente do seu xénero, idade ou outra característica sociodemográfica.

Desde un enfoque máis psicolóxico, Muchinik e Seidmann (1999) indican que a soidade é esa realidade que expresa unha ausencia, e é a consecuencia desa carencia e dese apoio social insatisfactorio ou que motiva a produción de emocións que, dependendo da percepción que se teña desa situación, poden ser positivas ou negativas.

A partir da información recollida e analizada, esta diagnose pon o foco, con lexitimidade propia, neste sentimento de soidade percibida- e non desexada- que afecta a un volumen cada vez maior de persoas de diferentes perfís e idades.

É un reto, polo tanto, acotar o problema da soidade pola dificultade da súa medición, por tratarse de sentimentos e por todos os factores que poden incidir, e confundir, á hora de analizar os diferentes graos da mesma.

"As Trenzas da Lola" outorga importancia a este sentimento de soidade, colócao no centro da análise e aposta por tentar atendela. Partimos así dun *primeiro análise* desa soidade subxectiva e individual para pasar a un segundo nível, no que esa soidade afecta a un volume maior de persoas, cando podemos falar entón do illamento social, xa que a análise dos datos identifica obxectivamente unha maior presenza da soidade e un maior volumen de persoas que están soas e que teñen, entre outras cousas, menos relacións sociais.

Intentando expor unha análise multifactorial que permita *entender a que obedece ese fenómeno de incremento obxectivo da soidade*, é cando falamos xa dun fenómeno de cambio social nas últimas décadas, colectivo e de certo impacto, que entendemos como factor estructural. É dicir, como fenómenos de certa embergadura e estables, que poden estar na causalidade próxima, ou máis directa, e poden explicar este incremento de illamento social e polo tanto, dese sentimento de soidade.
Podemos, polo tanto, falar de diferentes niveis na análise da soidade non desexada e do illamento social a partir do seguinte esquema:

- No centro desta proposta para a análise, sitúase **a soidade** como sentimento, tal e como acabamos de describir. Neste senso, o sentimiento de soidade, seguindo a Perlman e Peplau (1981), descríbese como unha experiencia desagradable que acontece cando a rede de relacións sociais da persoa é deficiente nalgún aspecto importante, cuantitativa ou cualitativamente. É dicir, as persoas sofren soidade ao percibir déficit en determinadas relacións; por exemplo, cando o seu número resulta máis escaso do que consideran desexable, ou cando non aportan a intimidade que necesitan. Ambas definicións, aínda que clásicas, continúan sendo aceptadas e son empregadas con frecuencia na literatura internacional (Palma-Ayllón e Escarabajal-Arrieta, 2021:22). Nesta dimensión, a soidade reflexaría un estado subxectivo de carencia de afecto e proximidade desexado.

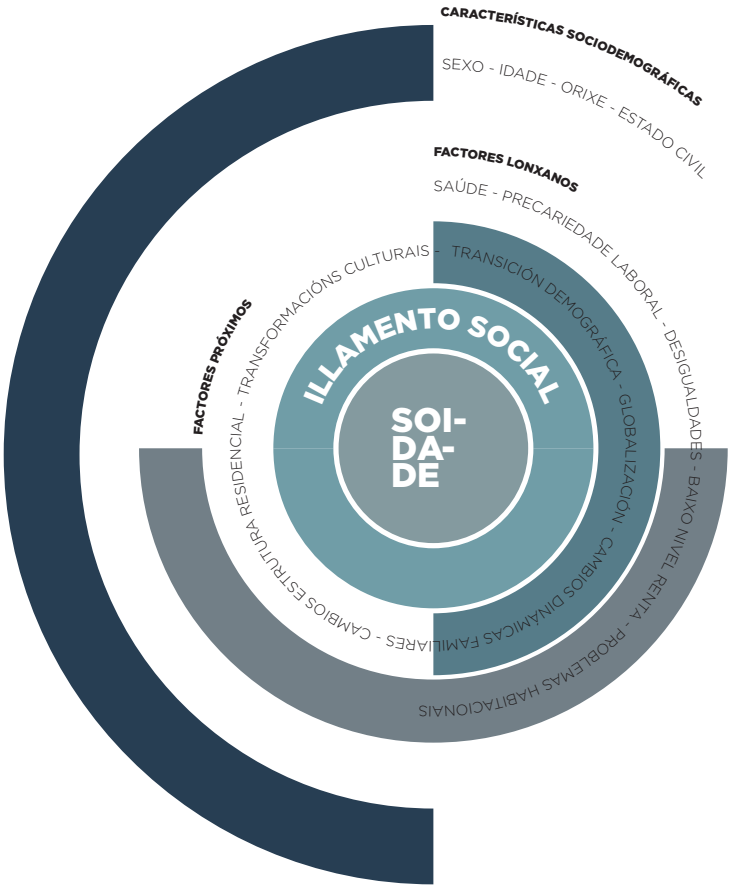
- Por outra banda, temos o **illamento social,** que podemos abarcar como unha situación máis obxectiva de ausencia de relacións sociais (Martínez et al., 2019:82) ou de contacto con outras persoas que da o salto do nivel individual e subxectivo, do punto anterior, a un nivel obxectivo e que afecta a un maior número de persoas

- Tanto na soidade non desexada como no illamento social, aprecianse a interacción de diferentes **factores estructurais,** entendendo estructurais como reiterados e de certa embergadura, **que inciden dunha forma máis directa** ou indirecta nese sentimento de soidade das persoas.

É posible, polo tanto diferenciar entre uns factores estructurais mais próximos, mais directos de outros que inciden dunha forma máis indirecta:

- **FACTORES ESTRUTURAIS PRÓXIMOS:** son aqueles máis explicativos dese illamento social. Son fenómenos con certa entidade en si mesmos e que inflúen directamente nesa causalidade próxima do sentimento de soidade e illamento social. Entre eles, Fernando Fantova (2020:20) distingue a lonxevidade, a dinámica da estrutura familiar (por exemplo, co aumento dos fogares unipersonais ou monoparentais), a estrutura residencial ou os valores morais e culturais. Este grupo de factores abordarase con detalle máis adiante.

- **FACTORES ESTRUTURAIS LONXANOS:** son aqueles factores que están indirectamente relacionados coa soidade, pero que modifican a estrutura económica e social e, inevitablemente, tamén interactúan co aumento da percepción de soidade e o illamento social das persoas. Este é o caso, por exemplo, da precariedade laboral e baixo nível de renta, da exclusión residencial e social, da desigualdade social ou de problemas habitacionais. Se ben inciden nese sentimento de soidade non teñen influencia directa no peso que está acadando o problema de soidade nos últimos tempos.



Fonte: Elaboración propia. Incidencia dos factores estructurais na soidade non desexada e no illamento social

3. EXCLUSIÓN RESIDENCIAL: CONCEPTUALIZACIÓN

A Declaración Universal dos Dereitos Humanos recolle no seu artigo 25 que "toda persoa ten dereito a un nivel de vida adecuado que lle asegure, así como á súa familia, a saúde e o benestar, e en especial a alimentación, o vestido, a vivenda, a asistencia médica e os servizos sociais necesarios (...)". Tamén, o artigo 47 da Constitución española sostén que "todos os españois teñen dereito a gozar dunha vivenda digna e adecuada. Os poderes públicos promoverán as condicións necesarias e establecerán as normas pertinentes para facer efectivo este dereito (...)".

Segundo o sociólogo Luís Cortés Alcalá, catro compoñentes conforman a exclusión residencial: a habitabilidade, a adecuación, a estabilidade e a accesibilidade. Estes indicadores revélannos diferentes dimensións da exclusión residencial e axúdannos a entender a relación que existe entre a situación de vivenda coas situacións de vulnerabilidade social e exclusión. Así, a Fundación FOESSA no seu VIII Informe sobre exclusión e desenvolvemento s desarrollo social en España (2019) afirma que "unha das dimensións máis importantes para o benestar social é, sen dúbida, o acceso a unha vivenda digna", aínda que debemos ter en conta tamén outras profundas desigualdades de diversa tipoloxía (xénero, territorial, etnia, discapacidade, etc.). É resultado dunha serie de procesos nos que non ter resolta a necesidade de aloxamento de maneira adecuada conduce a situacións de deterioración individual ou familiar que produce a expulsión obxectiva e real dos mecanismos de provisión de aloxamento dignos Existe unha poboación que sistematicamente quedou excluída do acceso á vivenda e que ese foi, entre outros, un dos factores que aumentou a súa vulnerabilidade e a súa situación de exclusión, chegando, nalgúns casos, a convertela en extrema.

A exclusión habitacional, por tanto, o aumento de fogares con amontoamento ou o elevado endebedamento relacionado co aloxamento ou o sinfogarismo son síntomas da forte relación entre a pobreza e o mercado de vivenda. Isto afecta significativamente a determinados colectivos (familias con rendas baixas, emigrantes, mozos menores de 35 anos, persoas maiores de 65 anos, mulleres vítimas de violencia de xénero, familias monoparentais con fillos/ as e persoas dependentes). **A vivenda, en definitiva, é algo máis que un espazo físico: é un recurso fundamental para o desenvolvemento da vida en sociedade, clave da integración social, da formación de fogares, da emancipación e da participación dunha persoa na súa contorna.**

Neste marco, o alugueiro configúrase como a mellor alternativa de acceso a unha vivenda, no caso de que exista un mercado de alugueiro dinámico e equilibrado. Ademais de reducir o custo do acceso á vivenda, un mercado de alugueiro amplo facilita o acceso á vivenda a persoas con menores ingresos e máis inestables. Doutra banda, propicia o aumento da mobilidade xeográfica das persoas traballadoras e permite diminuír o endebedamento das familias. O alugueiro facilita, por tanto, a elección de vivenda adecuada ás diferentes necesidades do ciclo vital, e permite unha maior reacción ante cambios nos ingresos da unidade familiar.

Por outra parte, a exclusión social é un fenómeno complexo caracterizado por ter unha dimensión contextual, multicausal e dinámica. A aparición de grupos sociais que atopan obstáculos para levar a cabo proxectos de vida accesibles á maioría da poboación esixe a posta en marcha de actuacións que adopten unha perspectiva multidimensional e contribúan a previr e paliar este fenómeno. Segundo o X Informe 2020, O Estado da Pobreza, Seguimento do indicador de risco de pobreza e exclusión social en España 2008-2019, de EAPN, en Galicia, en 2019, o 24,3% da poboación atopábase en risco de pobreza ou exclusión social, e é especialmente máis alta no caso das mulleres, e aumentou lixeiramente respecto ao ano anterior. Con todo, supón catro puntos porcentuais menores que a nacional. Por outra banda, cabe destacar que o 3,6% da poboación galega, segundo este mesmo informe, atópase en condicións de Privación Material Severa (é dicir, non poden facer fronte polo menos a catro dos nove conceptos de consumo básico: non pode permitirse ir de vacacións polo menos unha semana ao ano, unha comida de carne, pito ou peixe cada dous días, manter a vivenda cunha temperatura axeitada, non ten capacidade para afrontar gastos imprevistos, atrasos nos pagos de gastos de vivenda principal nos últimos 12 meses, non pode permitirse dispoñer dun automóbil e non pode permitirse dispoñer dun computador persoal). Esta porcentaxe é maior que o ano anterior, aínda que é innegable que estes índices están a experimentar un forte incremento en 2020 debido ás consecuencias socioeconómicas da Covid- 19.

Polo tanto, a vivenda constitúese como a base sobre a que construír o benestar social, físico e psicolóxico, sendo tamén un factor clave para lograr a integración social e emancipación dos cidadáns e cidadás.

4. ANÁLISE E INTERPRETACIÓN A PARTIR DA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA, DA ANÁLISE SOCIODEMOGRÁFICA, DAS ENTREVISTAS EN PROFUNDIDADE E DO GRUPO DE DISCUSIÓN

Neste apartado, recolleremos a análise e interpretación da información recompilada máis pertinente a partir da documentación revisada e dos testemuños clave das persoas entrevistadas así como do debate do grupo de discusión.

Debemos achegarnos a esta análise a partir da premisa de non confundir e obxectivar as diferentes situacións de soidade e entender, dándolle total lexitimidade e importancia a este sentimento, o impacto que certos factores estruturais poden ter á hora de incrementar esa sensación (ou grao) de maior ou menor soidade. A partir dos factores que inciden directa ou indirectamente nesa percepción de soidade- xa previamente compartidos- distinguimos uns factores estructurais que inciden dun xeito mais próximo nesa soidade percibida e, probablemente, no illamento social dalgunhas persoas.

O percorrido a través dos diferentes bloques permitirá identificar matices diferenciais que preparen o terreo para a definición de posibles alternativas de resposta que poderán darse ante esta problemática na realidade galega.

EN RELACIÓN A SOIDADE NON DESEXADA

Como xa comentamos o debate sobre a soidade non desexada comeza a ter cada vez máis presenza na axenda social, académica e política. A pesar diso, non é posible establecer unha definición pechada pola complexidade que comporta o concepto debido ás múltiples variables intersubxectivas que o conforman.

O século XXI trouxo unha nova preocupación pola soidade, que ten as súas propias características. A soidade que sinten as persoas do século XXI ten rasgos "de problemas sen resolver" aos que se lles engaden novos problemas (Informe España 2020). Moitos son os procesos que, dun xeito conxunto, vanse solapando, afectando ao sentimento de soidade: os cambios nas comunicacións, o modelo urbanístico predominante, a desigualdade por razóns económicas, culturais, de xénero u orientación sexual, así como a lectura de discapacidade son tamén causantes de diferentes soidades urbanas (la Caixa, 2020).

Moitos dos enfoques e referencias recollidas de diferentes autores/as durante a revisión bibliográfica foron tamén identificados nalgunhas das entrevistas en profundidade realizadas tanto aos perfís técnicos de traballadores e traballadoras do eido público ou privado vinculado ao terceriro sector (vinculado á inclusión social, á saúde, á vivienda, ao traballo con persoas maiores, etc.) como ás persoas afectadas por situacións de soidade non desexada.

En diferentes momentos durante a recollida da información, incídese na importancia de recoñecer a subxectividade que hai detrás dos sentimientos das persoas que sofren soidade non desexada. Os diferentes graos nese sentimento de soidade teñen que ver coas expectativas de cada persoa no que respecta á calidade dos vínculos establecidos, percepción que tamén vai mudando ao longo dos diferentes momentos vitáis.

Numerosas opinións compartidas fan referencia ao limitado número de amizades ou apoios familiares cos que poder contar. Situación que faise máis presente nos momentos nos que as persoas sentímonos máis vulnerables como é en casos de enfermidade ou, en algúns casos, en idades avanzadas.
Como vemos, polo tanto, a soidade non desexada está determinada por unha rede complexa de factores interrelacionados e por iso as respostas, ou medidas de prevención, non poden atenderse dende unha única dirección. O deseño e a implementación de políticas públicas que melloren o benestar e a calidade de vida das persoas requiren entón do compromiso e implicación de diferentes sectores. Esta resposta intersectorial precisa, polo tanto, de ferramentas e metodoloxías diferentes, prácticas e innovadoras.

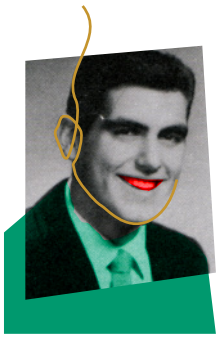
Moita da revisión bibliográfica realizada, así como as persoas entrevistadas, destacaron que o sentimento de soidade non ten porque acompañar ás persoas que viven soas, se ben é un sentimento que pode afectar maiormente a pesoas que non contan con compañía nas súas vivendas. Si é destacable a exposición de casos de persoas que, vivindo acompañadas, sufren ese sentimento incidindo na febleza da calidade dos vínculos relacionais cos que contan. A calidade do vínculo relacional e o tipo de redes comunitarias coas que poida contar unha persoa son os indicadores máis relevantes para as persoas entrevistadas. Esta apreciación coincide coa bibliografía específica analizada nesta temática que indica que a soidade é un fenómeno asociado á calidade das relacións interpersoais (Muchinik e Seidmann, 1999:11)

PERSOAS ENTREVISTADAS EN VIGO E RIBADAVIA

ANDREA
Educadora familiar
RIBADAVIA

MARUXA
60 anos
TEIS-VIGO

RICARDO
Traballador social
dos servizos municipais
RIBADAVIA



MARTINA
Membro dunha
cooperativa cohousing
VIGO

MAITE
50 anos
VIGO

NURIA
Médico da Unidade
Médica Vehiculizada
VIGO

ALICIA
Traballadora social dos
servizos sociais municipais
TEIS-VIGO

PILAR
Traballadora social
en entidade social
VIGO

ANA
Educadora social en
entidade social - Emaús
VIGO

ARSENIA
83 anos
RIBADAVIA

ELVIRA
Traballadora social en
entidade social - Provivienda
VIGO

CONSUELO
Traballadora Social Plan
Comunitario Teis
TEIS-VIGO

MANUEL
Inmigrante chegado
de Venezuela
72 anos
RIBADAVIA

ANTONIA
Traballadora social
xubilada
VIGO

ELENA
Mediadora
Intercultural
VIGO

ERNESTO
47 anos
VIGO

AIDA
47 anos
VIGO

Moitos foron os enfoques que as personas entrevistadas distinguiron ante unha das preguntas clave nas entrevistas

QUE É A SOIDADE NON DESEXADA PARA TI?

De forma totalmente aberta, cada informante puido destacar e desenvolver os matices do significado deste fenómeno. Destacamos algunhas das aportacións realizadas tentando recoller as diferentes visións compartidas.

Unha primeira definición vincula ese tipo de soidade ao feito de que ningunha persoa se preocupe por ti, tal e como podemos ler a continuación:

> "A soidade non desexada é sentir que non hai quen se preocupe por ti, (...),
> é sentirse soa cando non tes ningún que te acompañe ao médico ou a citas importantes..." [4]

ALICIA
Traballadora social dos servizos
sociais municipais de Teis
VIGO

Tamén se destacou, como foi xa compartido neste capítulo, a posibilidade de estar acompañada pero sentirte soa; é dicir, a incidencia da calidade do vínculo relacional.

> "Quieres relacionarte y no puedes. Lo importante es la calidad del vínculo.
> Puedes estar acompañada, pero sentirte sola"

PILAR
Traballadora social
en entidade social
VIGO

Xa compartiuse que as causas que favorecen a percepción de soidade non desexada son diversas, e afectadas por moitos factores que poden incrementar ese sentimento de soidade pero que debemos tratar de distinguir e non confundir, para así poder diferenciar causas e efectos e tentar dar resposta ás diferentes problemáticas.

Por outra parte o contraste rural-urbano fíxose patente ao comparar os discursos do/as informantes de Vigo e Ribadavia. A seguinte persoa, por exemplo, traballadora nos servizos sociais de Ribadavia, salienta que a soidade non desexada nesta vila é minoritaria, xa que aínda pervive unha sensación de comunidade, de veciñanza, un sentimento de pertenza que mantén unha boa calidade dos vínculos. Velaí a súa definición de soidade non desexada, e a súa perspectiva deste fenómeno en Ribadavia.

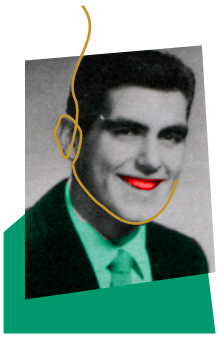
[4] Os fragmentos das entrevistas son reproducidos literalmente, na lingua que emprega a persoa entrevistada. Informase soamente da idade das persoas entrevistadas afectadas por situacións de soidade, non semella necesario destacar a idade dos perfiles técnicos entrevistados.

ANDREA
Educadora familiar
RIBADAVIA

> "Una persona que por las condiciones de vida, bien sea de viudedad, o soltería, reside sola y no tiene la capacidad que otras personas de su entorno familiar o social, le den el apoyo que necesita para no sentirse sola... la no deseada; por ejemplo, si me preguntas en Ribadavia, si conozco mucho de este perfil, no mucho, la verdad, porque esa soledad está cubierta hasta cierto punto por la comunidad que tiene alrededor (,...), me hace falta ir al médico, pues tengo que el vecino que me lleva al médico, y se relacionan mucho, la no deseada es esa, cuando no hay ese vínculo..."

Esta persoa indica que nas parroquias de Ribadavia, onde os servizos sociais desenvolven obradoiros de memoria para persoas maiores de 65 anos, as persoas participantes teñen os teléfonos dos e das veciñas, que están en contacto, e que manteñen unha importante cohesión e familiariedade, e que coñecen e detectan se lle acontece algo a algún veciño ou veciña.

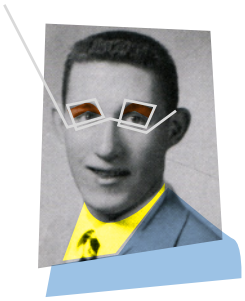
Nos servizos sociais de Ribadavia realizan un apunte moi pertinente e interesante: que existe un certo agochamento da soidade non desexada. Hai persoas que se atopan nesa soidade non desexada, pero que non a manifestan abertamente, a pesar da necesidade latente.



> "Intuímos que a pode haber, pero non está moi manifestado, non é algo que veña a xente a dicir: eu estou solo; pero si podemos nós vela, si que hai xente que non ten ningún programa con nós, fai as súas cousas perfectamente, non é dependente, pero ten aos fillos fóra, que están traballando, iso aquí dase moito, pero puideran sentirse sós; claro, saber como e canto, non é fácil, que o haxa, seguro..."

RICARDO
Traballador social
dos servizos municipais
RIBADAVIA

Seguindo nesta identificación de prexuízo social ou estigmatización na abordaxe da soidade percibida que se identifica no conxunto da sociedade, é destacable a necesidade de poñer nome a este problema para tentar solventalo ou resolvelo. Moitas das persoas que se senten soas non chegan a recoñecelo a veces por vergoña, a veces por non saber como pedir axuda, e, a miúdo, porque non existe unha sensibilidade social cara este fenómeno. Sexa cal sexa a razón, é difícil recoñecer que te sentes só ou soa. Xurde, de moitas das entrevistas realizadas, a necesitade abordar publicamente o problema da soidade e a necesidade de sensibilizar sobre este fenómeno de forma que se rompan estereotipos que impiden avanzar. No seguinte fragmento, unha das persoas entrevistadas que reside en Ribadavia, inmigrante procedente de Venezuela, reflexa o estigma da soidade que amosa a vulnerabilidade das persoas e que, xustamente por iso, a miúdo é negada. Neste senso, as construcións sociais que vinculan a masculinidade coa ausencia de vulnerabilidade inflúen nese estigma social, facendo especialmente difícil para certos homes, poder comunicar que se sinten sós:



MANUEL
Inmigrante chegado
de Venezuela
72 anos
RIBADAVIA

> "La soledad es un estado, imagino, que anímico asociado a condiciones muy personales. Puede ser subjetiva u objetiva. La subjetiva se siente y la objetiva es la que otros determinan por ti, si estas en prisión, por ejemplo, Yo leo, estudio, hago ejercicio...yo, no me siento solo. He vivido solo muchos años por motivos de trabajo. Mi padre decía <<el hombre que no sabe vivir solo es medio hombre..., y mi madre añadía y la mujer también..>>. No me siento solo desde el punto de vista anímico. Sí, obviamente todos los seres humanos nos sentimos en algún momento solos, pero si tienes valores de naturaleza personal, social, religiosos etc., etc., no te puedes sentir solo"

Por outra banda, unha muller que vive soa nunha casa, no rural de Teis e, aluga habitación para sentirse acompañada, comparte esta definición de soidade non desexada:

MARUXA
60 anos
TEIS-VIGO

> "Es la mayor enfermedad que puede haber!...Porque te da por pensar de todo, hasta cosas que no quieres...la cabeza se te va, por que estoy aquí?... son cosas, entras en bucle. La soledad genera ansiedad, te da por comer y cada día vas a más, y todo se hace una espiral... Yo llegué a llorar mucho, si tuviese alguien a quien contarle..a mi madre, a mi abuela...En definitiva no tengo a nadie.(...) Me siento así desde hace años.

Curiosamente (e contradictoriamente cos discursos das persoas entrevistadas) o Informe España 2020 destaca que nas metrópolis e pobos é onde a xente se atopa menos excluida relacionalmente (25% e 22%, respectivamente) frente ás cidades medianas (aproximadamente o 30%). Nas cidades medianas é máis doado ter sentimentos de exclusión relacional algunhas veces. En cambio, a exclusión relacional severa se intensifica nos pobos de menos de diez mil habitantes.

Desde as usuarias de entidades sociais, a expresión da soidade non desexada faise máis cruenta. A seguinte persoa entrevistada vincula esa soidade a momentos na súa vida de consumos e cando ten residido en pisos compartidos de reinserción, onde bota en falla un maior traballo previo de acompañamento técnico e emocional para a selección das persoas convivintes e para todo o proceso de convivencia.

(E): En que momentos te sentiches soa?

> "En el consumo, momento que buscas... a veces en los pisos,
> en el piso base, no se te pasan las horas".

AIDA
47 anos
VIGO

Outra usuaria de entidade social fai unha aportación moi relevante ao sinalar a soidade non desexada que se pode sentir na convivencia nunha mala relación de parella. Esta perspectiva coincide coa idea de que o relevante é a "calidade do vínculo".

"Yo me sentía sola cuando tenía pareja y no nos compenetrábamos...,
la he sentido antes, tener trabajo y sentirse sola, incomprendida y sola, sé lo que es"

MAITE
50 anos
VIGO

A reflexión desta muller nos leva a afondar desde unha perspectiva de xénero a incidencia que pode ter a violencia de xénero nesa soidade non desexada. Os informes Foessa (2019, 2018) indican que son os fogares encabezados por mulleres os que posúen maiores taxas de exclusión no eido relacional: en concreto, os datos actualizados mostran que a exclusión no eixo relacional (que inclúe o conflito e o illamento social), enfrontan un risco máis de dúas veces maior nos fogares encabezados por mulleres que os encabezados por homes (Vázquez e Verde, 2020). Se ben isto deriva de procesos multidimensionais, debemos ter en conta o peso específico e o impacto da violencia de xénero na soidade das mulleres.

EN RELACIÓN A EXCLUSIÓN RESIDENCIAL

Estudos (Informe España 2020) confirman que a soidade dóbrase coa desigualdade social. A nivel estatal entre as persoas que están aforrando moito hai un 23% de sentimento de soidade, un 38% entre as pesoas que gastan os seus aforros e un 54% entre as persoas endeudadas. Ser inmigrante dobra sobradamente a soidade segundo este informe. "Na última semana" sentiron soidade un 15% das persoas nacidas en España e un 36% das que naceron no estranxeiro.

Dados os obxectivos do proxecto unha das preguntas claves ao longo do traballo de campo cualitativo foi: **que peso posúe a exclusión residencial nos procesos de exclusión social? É dicir, como inflúe o acceso á vivenda (e a súa ausencia) nos procesos de exclusión social? Que tipo de recursos residenciais temos dispoñíbeis e que transformacións precisamos neste eido?**

Neste punto o certo é que se deu un gran consenso entre as persoas entrevistadas, tanto entre o perfil máis técnico como entre as persoas participantes. Comezando cos discursos do persoal técnico, destaca que a exclusión residencial, e o difícil acceso á vivenda, é un dos eidos que marcan o risco da exclusión social. Por exemplo, hai traballadoras sociais dos servizos **municipais que sinalan que a exclusión da vivenda é un dos eidos sobre o que máis demandas reciben.**

"El principal problema de la exclusión social, a parte del tema económico es el tema de vivienda y el aislamiento"

ALICIA
Traballadora social dos servizos sociais municipais de Teis
VIGO

Neste bloque temático, foron de especial interese as aportacións realizadas polas entidades que traballan no eido da vivenda. Desde o traballo cotiá no acceso á vivenda se destaca a necesidade de realizar unha reflexión profunda sobre o funcionamento dos recursos institucionais de vivenda, para centrar o enfoque da intervención social no dereito de todas as persoas á vivenda.

ELVIRA
Traballadora social en
entidade social - Provivienda
VIGO

"Eu creo que os recursos institucionais son escasos e inadecuados (...). Traballamos con recursos que todo son normas, estruturas, de como chegas, de como entras, de como saes... temos tal marcaxe en estrutura, que entendo que é necesario un mínimo, que ao final perde totalmente o sentido; é máis, creo que moita xente rexeita o que existe a nivel residencial por todo isto... hai xente que prefire estar na rúa por todo iso. Non ten sentido, sobre todo nós desde ese enfoque á vivenda como un dereito, todas as persoas teñen dereito a vivenda, o que fagan ou deixen de facer dentro desa vivenda é a súa vida, como facemos cada un de nós; o único que te tes que rexir que hai un contrato de vivenda, pagas uns cartos por un aluguer, a cambio tes un servizo por dicilo dalgún xeito, hai unha comunidade de veciños que hai que manter unhas normas de convivencia, e xa está; que ocorre? que temos unha serie de problemas estruturais a nivel de vivenda que son brutais, e iso fai que non sexa un dereito, e que moita xente non poida chegar aí; despois o que se están xerando son alternativas, que son como para poñer un parche"

Esta reflexión que abrangue unha transformación no funcionamento dos recursos institucionais de acceso á vivenda, debe, segundo esta informante, mudar tamén a **temporalización tan estrita deste tipo de recursos.**

"Os recursos, fan temporalizar o tempo que podes estar. Como pretendes que unha persoa se desarrolle, ou marque obxectivos na súa vida, se lle tes un reloxo enriba da súa cabeza, en tres meses que...., en seis meses que...".

ELVIRA
Traballadora social en
entidade social - Provivienda
VIGO

Neste senso, esta informante alerta da necesidade de **ir máis alá dos recursos de emerxencia en vivenda;** xa que este tipo de recursos son necesarios, pero non deberían ser a única ferramenta de intervención, e deberían coexistir con outro tipo de programas de acceso á vivenda, que son clave para a prevención da exclusión social.

Por outra banda, as persoas técnicas que traballan co colectivo en situación de rúa fan un énfase aínda maior na relevancia que posúe a exclusión residencial nos procesos de exclusión social.

ANA
Educadora social en
entidade social - Emaús
VIGO

"Moita, cando estabamos nestas xornadas con participantes para posibles convivencias e demais, un deles decía algo así como..., fixemos unha dinámica, do peso que ten a vivenda na nosa vida, no poder estar ben, e a maioría das persoas o puñan como punto principal: e que se teño casa, e non teño que estar pensando no que vou facer esta noite, onde vou durmir, buscarme a vida, que é o que fago as 24 horas... pois podo centrarme no resto de ámbitos da miña vida. Se eu teño unha cita médica, e teño que pensar entre a cita médica e teño que buscar para comer ou durmir, deixo a cita médica, e a miña saúde queda nun segundo plano, é básico ter a seguridade, a estabilidade, onde durmir, onde estar tranquilo, onde poder comer un bocata, algo quente, pero ter un sitio de tranquilidade, un espazo onde poder sentirme ben, a gusto, seguro"

Ademais desta ollada técnica, o proxecto inclúe tamén diversas voces de usuarias de distintas entidades sociais. Persoas que pasaron por distintos recursos institucionais de vivenda, ou que pasaron etapas en situación de rúa, e que salientan tamén a centralidade do acceso a unha vivenda como un espazo seguro. Por exemplo, a seguinte informante, viviu nove meses nun piso básico do Centro de Emerxencia de Vigo, e na actualidade é usuaria dun piso de transición de Cruz Vermella que ten unha temporalización dun ano (con posibilidade de prórroga).

Ela destaca por unha banda o estigma social que posúen estes recursos, e tamén o descoñecemento que existe sobre eles, xa que ela non coñecía a existencia do piso independente do centro de emerxencia. No seu caso, ter acceso a estes recursos residenciais foi clave para deixar a situación de rúa e os consumos.

AIDA
49 anos
VIGO

"Me dijeron, yo estaba escarallada, venga, vamos al albergue... para mi era el sitio que van los vagabundos, yo llegué allí aluciné, gente como yo, fui un par de días, lo dejamos, volví a casa de mi madre, y volvimos al otro día, me crucé con una trabajadora social, me dijo, ¿y el piso? te interesaría, y así fue..., mi ex pareja ya había estado hacía años, pero ni idea del piso, nunca me hablaron de ese piso, ¿pero ese piso puedo entrar ya? porque, sí, sí,sí (...), el piso lo llevan la trabajadora social, la educadora..., pero claro, hombre, !claro! antes tuve que estar dos meses en el albergue, tardé en entrar, porque no estaba ni empadronada, hasta que me arreglaron el padrón, cita con la psicóloga, ellos te estudian para ver si puedes entrar..."

Esta informante, segundo a súa experiencia, comenta que debería mellorarse todo o proceso de seguimento e traballo na resolución de conflitos para realizar un bo acompañamento das persoas que residen neste tipo de recursos residenciais. A partir do confinamento de marzo de 2020, este tipo de apoios desapareceron no piso que agora reside, o que tivo un impacto negativo para ela. Ela destaca que debería haber un seguimento semanal, un apoio psicolóxico continuado.

AIDA
49 anos
VIGO

> "En este (piso), hacemos una asamblea semanal, y tienes una cita con la psicóloga. Pero desde el confinamiento sólo he tenido dos. Eso lo hablábamos ayer con los nuevos, yo lo veo fatal, ni nos llaman, hubo meses.... nos llamaban para la compra, en confinamiento lo hacíamos por internet, la mandaba por correo, ¿tú te crees que esto es normal? yo tengo problemas con mis padres, con mi ex pareja, y ni me llamaban para preguntarme qué tal, sinceramente me sentaba mal..., que estamos en un piso como estamos...".

Outra das informantes que tivo que pasar por varias vivendas compartidas (obrigada a compartir), sinala a importancia de xerar unha inclusión residencial que che faga sentir nun espazo seguro. Ela pasou por varias experiencias nas que non se sentía segura na súa habitación na vivenda compartida, tal e como relata a continuación.

MAITE
50 anos
VIGO

> "¿Qué te vas a sentir segura? En una habitación que la puerta no cierra bien... que se pueda entrar en tu habitación, hombre, y luego que no te sientes protegido cuando llegas a tu casa, es tu sitio, te tienes que sentir a gusto, ¿dónde te vas a sentir más a gusto que en tu casa? pero si no te sientes, ! es que no puedes dormir! tú quieres dormir, pero estas con la oreja, con un ojo y la oreja enchufada, sabes? por lo que pueda pasar, eso no puede pasar; yo adelgazaba, por la preocupación".

Esta experiencia é recollida polo estudo cuantitativo e cualitativo realizado por Provivienda (2019:87), sinala, neste sentido, que ter garantido o dereito a un teito non garante a eliminación doutra serie de problemáticas que poden acompañar ás persoas que viven soas. Un exemplo é o caso da soidade. No seu informe recollen que moitas persoas que viven soas en vivendas ou en habitacións, non dispoñen de redes sociais en quen apoiarse emocionalmente, producindo sentimentos ou episodios de soidade. Ter acceso a unha habitación nunha vivenda compartida non supón directamente acceder a un espazo de seguridade.

Sobre a mesma realidade da exclusión social, pero quizás noutra dirección da exclusión residencial vinculada á idade é interesante compartir o enfoque dunha muller de 83 anos que reside en Ribadavia, e que alude á importancia da permanencia no seu propio entorno, na súa casa.
Compartía que si estaba na súa casa se sentía menos sola

ARSENIA
83 anos
RIBADAVIA

> "Yo sí estoy en mi casa no me siento sola ... si veo la casa no me siento sola (...) sentirme sola es no ver nada de lo mío, si veo la casa estoy acompañada con las cosas que conozco"

Na mesma liña pero noutro momento da entrevista esta mesma persoa destacaba como non chegou a atoparse a gusto nun centro institucional, nun centro de día, por diferencias e distintos centros de interese e de estilos:

ARSENIA
83 anos
RIBADAVIA

> "Yo no me integraba bien...a todo le encontraba defectos...no hablaba...son gente de la montaña que ha vivido sola y no me encontraba yo en mi mundo... me gusta hablar y de temas interesantes, para estar hablando de pelar patatas, no! (...) Sí, quizás sea un poco exigente...

Esta referencia é importante para dar resposta á problemática da soidade e achegarse a cada caso desde un enfoque individual, cheo de peculiariedades non só cos gustos das persoas senon coas compatibilidades e a necesidade de transversalizar ese acompañamento profesional que lime asperezas na convivencia sempre a partir dun primer recoñecento/coñecemento previo.
Outro caso, pero na mesma liña, un home maior entrevistado considera que:

MANUEL
Inmigrante chegado
de Venezuela
72 anos
RIBADAVIA

> "Hacer una residencia para adultos mayores donde la gente comparta y viva en sociedad no creo que sea buen modelo. Es una condición obligada, de presidio. La ayuda tiene que venir de dentro hacia fuera y de fuera hacia dentro. El sistema de la residencia podría ser bueno si es temporal no para dar vivienda permanente, ya que es vitalmente muy reducido"

Por último, desde os servizos sociais de **Ribadavia** sinalan a importancia de poñer o foco non só no acceso á vivenda, senon tamén na mellora da habitabilidade e das condicións xerais das vivendas. O deterioro das casas, as malas condicións de salubridade, humidades, mal illamento etc. producen un impacto moi negativo nas condicións de vida das persoas. Neste senso, hai zonas rurais como Ribadavia, onde algunhas vivendas son de grandes dimensións, pero algunhas sofren un grande deterioro, que ademais resulta custoso poder arranxar.

FACTORES ESTRUCTURAIS PRÓXIMOS QUE FAVORECEN O AUMENTO DA SOIDADE NON DESEXADA

A transición demográfica, a prolongación de traxectorias vitais e a necesidade de coidados na sociedade galega

A prolongación das traxectorias vitais, debido ao aumento da esperanza de vida, condicionan que moitos anos da vida das persoas maiores estén caracterizados por unha reducción de contactos sociais por diversas razóns (viudez, falecementos, dificultades de saúde e mobilidade) que poden incrementar o sentimento de soidade percibida.

O total da poboación galega ascende a **2.700.269 persoas, da cal un 51,9% son mulleres.** Se abrangamos o periodo temporal temos que sinalar que en 1950 a nosa comunidade contaba case coa mesma poboación, 2.701.803 persoas. Porén, desde mediados do século XX tense dado un gran cambio na composición por idades da poboación galega, o que se ten coñecido como o proceso de "avellentamento demográfico", que non é un proceso exclusivo de Galicia, senon característico das sociedades que superaron a primeira transición demográfica cara un réxime demográfico "moderno", onde as taxas de mortalidade e natalidade son baixas, e tamén o é o crecemento poboacional.

O avellentamento da poboación é un fenómeno que adoita definirse como o aumento da proporción de maiores de 65 anos con respecto ao total da poboación (Gernardo Hernández e Mª del Carmen Meléndez, 2010). No caso galego, para o ano 2020, as persoas maiores supoñen o 25,5 da poboación total. Este dato é superior á media española, que se sitúa no 19,4 (INE, 2020)

Como é sabido, a poboación galega mostra un importante proceso de avellentamento en Galicia. Existen tres procesos clave para comprender este proceso en Galicia: o aumento da esperanza de vida, a caída da fecundidade e os movementos migratorios, todos procesos que se inflúen uns aos outros (Pérez-Caramés, 2019). Por unha banda hai que sinalar que o aumento da esperanza de vida é un logro relevante do pasado século XX; mentres que a caída da fecundidade e as ondas migratorias son fenómenos que teñen deixado tamén unha importante pegada na composición demográfica galega.
É importante salientar que o envellecemento é un proceso que ven marcado polo sexo. En concreto, as mulleres supoñen o 57,3% das persoas maiores de 65 anos en Galicia.

[5] Con data do 28.12.2020

VIGO

Un concello de 109,06 km^2, e posúe, segundo o último dato dispoñible procedente do Padrón Municipal de habitantes (2019), 295.364 persoas, das cales 139.699 son homes e 155.665 mulleres. O 52,7% da poboación total son mulleres, unha porcentaxe de poboación femenina que aumenta considerablemente nas persoas maiores de 65 anos.

A partir da explotación do Padrón Municipal realizado polo xornal O Faro de Vigo[5] pódese acceder a certos datos específicos sobre os fogares na cidade olívica, que non están dispoñíbles dun xeito tan detallado nos portais estatísticos.

Por unha banda, detéctase que os fogares unipersonais están gañando peso na cidade de Vigo, e dentro destes, os fogares de persoas maiores de 60 anos: son 18.468, casi tres mil persoas máis que en 2017, o que supón un aumento do 18%, un aumento que se da en todos os distritos da cidade, aínda que con certos matices. Como podemos ver no seguinte cadro, o Casco vello-centro é o distrito coa maior porcentaxe de persoas maiores que viven soas (8,35%) sobre a poboación total (con 1.810 fogares unipersoais deste tipo), seguido do distrito de Casablanca (con 2.835 fogares unipersoais deste tipo), Beiramar-Travesas, Bouzas-Coia. O resto de distritos sitúanse por debaixo do 6%. A zona de Vigo que concentra maior número de fogares son os distritos do Calvario, Lavadores e Candeán, cun total de 3.460 persoas.

É importante sinalar que Teis é o distrito vigués onde máis creceu a porcentaxe de persoas maiores que viven soas, situándose na actualidade en 1.791 fogares.

CADRO 1. PERSOAS MAIORES QUE VIVEN SOAS EN VIGO POR DISTRITOS

CASCO VELLO - CENTRO: 8.35% sobre la población total variación en tres años: **18.8%**

CASABLANCA - VENEZUELA: 8.32% sobre la población total variación en tres años: **17.6%**

BEIRAMAR - TRAVESAS: 7.07% sobre la población total variación en tres años: **19.9%**

BOUZAS - COIA: 6.05% sobre la población total variación en tres años: **18.1%**

CASTRELOS - FREXEIRO - SÁRDOMA: 5.38% sobre la población total variación en tres años: **15.30%**

TEIS: 6.5% sobre la población total variación en tres años: **20%**

CALVARIO - LAVADORES - CANDEÁN: 5.89% sobre la población total variación en tres años: **17%**

MATAMÁ - BEADE -BEMBRIVE - VALADARES - ZAMÁNS: 3.46% sobre la población total variación en tres años: **14.6%**

ALCABRE - NAVIA - COMESAÑA - CORUXO - OIA - SAIÁNS: 3.4% sobre la población total variación en tres años: **18.4%**

Fonte: Faro de Vigo.28.12.2020

Esta explotación de datos de Vigo tamén recolle que o último rexistro (2018) mostra o maior volume de fogares unipersoais nesta cidade desde que hai datos. Estamos ante un cambio sociolóxico de gran pegada e moi veloz. Son en total 26.372, un 23% da poboación total empadronada en Vigo, cun aumento do 17% respecto a 2017. A idade media das persoas que viven soas é de 59,5 anos.

Porén, non debemos esquecer que o fogar máis numeroso en Vigo é o conformado por dúas persoas: 35.239, o que representa case un tercio de todos os fogares; seguido polos fogares conformados por tres persoas con 27.170 unidades; perto se atopan os fogares conformados por catro persoas, cun volume de 25.804 fogares.
Ademais, dun xeito complementario, a última ficha municipal que recolle o IGE, móstranos algúns datos xerais da súa poboación.

TÁBOA 1. INDICADORES DEMOGRÁFICOS 2018

INDICADORES DEMOGRÁFICOS	VIGO
Taxa bruta de natalidade	6,72
Número medio de fillos por muller	1,05
Idade media á maternidade	33,12
Taxa bruta de mortalidade	9,75
Taxa bruta de nupcialidade	3,18
Idade media ao primeiro matrimonio. Homes	35,83
Idade media ao primeiro matrimonio. Mulleres	33,65

Fonte: Elaboración propia a partir do IGE, fichas municipais

Con respecto a súa composición de poboación segundo a poboación migrante, o último padrón municipal de habitantes sinala que hai 32.870 persoas nacidas no estranxeiro que residen na cidade de Vigo, o que representa o 11,1% da súa poboación total. Se analizamos a poboación inmigrante segundo a súa composición por sexo, comprobamos que case o 53% da poboación inmigrante residente en Vigo son mulleres; porén, existen importantes diferenzas por colectivos, por exemplo a migración africana se atopa masculinizada, e a latinoamericana, feminizada.

Como tense comentado ao longo deste documento a soidade percibida pode sentirse en diferentes momentos da vida das persoas e non é patrimonio exclusivo das persoas maiores pero cabe esperar que a prolongación das traxectorias vitais, debido ao aumento da esperanza de vida, condicionan que moitos anos da vida das persoas maiores estén caracterizados por unha redución de contactos sociais (viudez, falecementos das amistades por circunstacias vinculadas á idade ou simplemente pola disminución de encontros sociais debidos a dificultades de mobilidade máis propias de idades avanzadas)

Moita da bibliografía revisada, como o borrador a "Estratexia Galega de Atención á soidade non desexada" fai fincapé na realidade de soidade de moitas persoas maiores como cuestión indiscutible. Neste punto son de interese as reflexións compartidas do Presidente da Sociedade Galega de Xeriatría, Miguel Angel Vázquez que considera que *"Parece que no podemos afirmar que en las personas mayores haya más soledad percibida. Es verdad que a partir de 80 años y, de esos grupos de edad, si puede haber un porcentaje de gente de esa edad que perciben soledad y son fundamentalmente mujeres. Y además se asocian, generalmente, a otras variables de carácter social"*

Podemos compartir polo interese dos indicadores utilizados (a pesar de ter data de 1998) un estudo da Universidade de Granada y coordinado pola Dra. Rubio Herrera e o Imserso, coa participación do CIS, que destacaba o que as persoas maiores entendían por soidade e coinciden con moita da información compartida nas entrevistas en profundidade realizadas:

TÁBOA 2. QUE ENTENDEN AS PERSOAS MAIORES POR SOIADE

QUE ENTENDEN AS PERSOAS MAIORES POR SOIDADE?	%
É un sentimiento de vacío e tristeza	48,8
É non tener a ninguén a quen acudir	28,5
É carecer de razóns para vivir	8,8
É non sentirse útil para ningúen	17,3
É ter perdido ás persoas queridas	42,3
É sentir que rematou o tempo para facer proxectos	6,4
É carecer dun grupo estable de amigos	4,7
É non tener familia ou tela lonxe	26,8
Outros sentimientos	3,7
Total participantes	1956

Fonte: Universidad de Granada 1998

Así mesmo, é moi claro o contraste por grupos de idade: a incidencia deste fenómeno de soidade non desexada vaise incrementando conforme imos avanzando nos grupos de idade como podemos ver no seguinte cadro:

TÁBOA 3. PERSOAS QUE NON TEÑEN A NINGUÉN CON QUEN FALAR DE TEMAS PERSOAIS POR GRUPOS DE IDADE, GALICIA, 2019

	De 16 a 29 anos	De 30 44 anos	De 45 a 64 anos	De 65 ou máis anos	Total
Indicencia	1,6	2,2	3,89	4,29	3,29
Número	5.037	12.118	30.971	28.510	76636

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

A incidencia por grupos de idade mostra que xa o grupo de 45 a 64 anos é vulneráble a procesos de aillamento; ao que se suma dun xeito evidente o grupo de 65 ou máis anos. Estes intervalos de idade concentran en Galicia as maiores porcentaxes de soidade non desexada.
Así tamén durante a recollida de información desta diagnose identificaronse diferentes franxas de idade afectadas por soidade non desexada. Dunha banda ese grupo de 45-64 anos:

ANTONIA
Traballadora social
xubilada
VIGO

> "Acompañabanos mucha mujer con hijos a cargo (...) después hombres solos, con escasa formación, escasas capacidades, hombres mayores solteros o divorciados, que vivieron con la madre apoyadora y que se quedaron solos, es un perfil terrible (...) normalmente en el límite personalidades con muy poquitas habilidades sociales, ese perfil es terrible, están totalmente solos y carentes de capacidades" romperse un poco la familia, pues están totalmente solos y perdidos, mujeres solas.

Por outra banda, nesta prolongación das traxectorias vitais compartida destácase a realidade das persoas maiores soas, que viven soas, pero non por elección e tamén sinálase a realidade das fillas coidadoras (maioritariamente mulleres). O seguinte testemuño deixa constancia do impacto deste cambio:

ELENA
Mediadora
Intercultural
VIGO

> "Moitas veces queda unha filla soa a coidar a persoa maior, nunha situación negativa: soidade da persoa coidada, e soidade da coidadora. As Residencias como estratexia están agotadas"

RIBADAVIA

Un concello de 25,16 km², e posúe, segundo o último dato dispoñíble procedente do Padrón Municipal de habitantes (2019), 5.024 persoas, das cales 2.459 son homes e 2.565 mulleres. A continuación presentamos a súa poboación por intervalos de idade e sexo. Como se pode observar, o 51,1% da poboación total son mulleres. Como é habitual, a porcentaxe de poboación feminina medra substancialmente nas persoas maiores de 65 anos, xa que representan o 56,7% da poboación neste intervalo de idade.

O índice de envellecemento sitúase en 203,7, mostrando un dato moi superior ao índice do concello de Vigo. Aínda así, o índice de envellecemento de Ribadavia se atopa por debaixo da media da provincia de Ourense, que é 236,53.

Dun xeito complementario, a última ficha municipal que recolle o IGE, móstranos algúns datos xerais da súa poboación.

TÁBOA 4. INDICADORES DEMOGRÁFICOS, 2018

INDICADORES DEMOGRÁFICOS	RIBADAVIA
Taxa bruta de natalidade	6,07
Número medio de fillos por muller	1,2
Idade media á maternidade	32,1
Taxa bruta de mortalidade	17,99
Taxa bruta de nupcialidade	2,72
Idade media ao primeiro matrimonio. Homes	37,06
Idade media ao primeiro matrimonio. Mulleres	35,94

Fonte: elaboración propia a partir do IGE, fichas municipais

Analizando a composición da súa poboación segundo a súa procedencia, o último padrón municipal de habitantes indica que 427 persoas naceron no estranxeiro, o que supón o 8,5% da poboación total que reside en Ribadavia. Como podemos observar, a poboación inmigrante en Ribadavia está levemente feminizada, sobre todo a poboación procedente do continente latinoamericano. O resto de colectivos están equilibrados na súa composición por sexo.

No Grupo de Discusión, e moi vinculado á prolongación das traxectorias vitais, expúxose a importancia de ter presente, na análise da soidade non desexada, a realidade cambiante das persoas e polo tanto os cambios das expectativas de cada un/unha ao longo das diferentes etapas. Chegados a este punto, no grupo púxose de novo de manifesto a realidade das persoas, sobre todo mulleres, que despois de moitos anos dedicados ao coidado de persoas dependentes deben de voltar a “encontrarse con elas mesmas”.

O enfoque compartido no Grupo de Discusión levado a cabo en Vigo o 30 de abril de 2021 compartíase o enfoque de apostar por traballar "o ser" ao longo das diferentes etapas vitais, o que nos motiva e enriquece como persoas (referido tamén como "autocoidado") para poder recuperalo e disfrutalo nos momentos avanzados da vida onde amplíase a posibilidade de contar con maior tempo para un/unha mesmo/o xa que redúcense os coidados dos outros/as e, por regla xeral, cóntase con maior dispoñibilidade de tempo libre.

Tamén foi compartido no debate en grupo, a preocupante realidade das persoas novas a partir do impacto da pandemia polo Covid-19 e concretamente tras as medidas impostas de confinamento xa que precisaban, e non podían, socializar con pares. Soamente atoparon refuxio nas redes sociales que como xa foi analizado as veces outorga a posibilidade de sentirse conectado/a co mundo ou, polo contrario, ailla e desconecta da realidade. Así se compartían noutra das entrevistas en profundidade realizadas:

CONSUELO
Traballadora Social Plan
Comunitario Teis
TEIS-VIGO

> "Hai problemas de illamento de adolescentes en Teis(...) solos no... lo siguiente de solos, completamente..., é unha percepción pero así como vas falando con eles, cho van dicindo... entón claro é unha percepción que efectivamente é real, obxectivamente, están sos. Nalgúns casos son familias máis disfuncionais, tamén hai familias monoparentais e familias monomarentais, familias de todo tipo (...) "Poden vivir en familias, e estar moi so/as"

Globalización , mobilidade xeográfica e migracións

Outro dos factores identificados que intensifican soidade percibida van da man do que podemos chamar "sociedade da globalización" que mudou moitos hábitos de vida, entre eles, as dinámicas de mobilidade xeográfica das persoas ao longo das diferentes etapas vitais ou o tipo de comunicación que vai impoñéndose, cada vez mais virtual.

Como sabemos a globalización é un fenómeno e un proceso de carácter multidimensional, con impacto en distintas áreas do funcionamento dos Estados, das organización internacionais, dos axentes intermedios e, certamente na vida cotidiana das persoas. Ainda que sabemos que, conceptualmente, o termo globalización pode abarcar moitas áreas xa que podemos falar de globalización económica, de globalización social ou globalización cultural no contexto analizado polo proxecto "As Trenzas de Lola" queremos achegarnos a entender como a globalización, nas diferentes versións, inflúe no fenómeno da soidade pecibida e como modificou os hábitos e estilos de vida das persoas ben polos movementos migratorios propios ou persoais (inmigración ou migracións internas, ou do pobo á cidade) ben polas migracións da túa contorna ou dos teus familiares.

Como decimos, moi vinculado co fenómeno da globalización aparece unha ampla mobilidade xeográfica das persoas a pesar de que, se ben non é algo novo que xurde coa globalización, si que se acrecenta con ela e coas diferentes crises que acompañan a moitos países. Crises sociais, económicas ou políticas que fan que a emigración convírtase nunha alternativa de supervivencia desfacendo moitos núcleos familiares e afectando á soidade percibida ben da persoa que emigra, ben da persoa que se mantén no seu entorno sen algún membro da familia.

En relación a isto, no caso da cidade de **Vigo,** con respecto a súa composición de poboación segundo a poboación migrante, o último padrón municipal de habitantes sinala que hai 32.870 persoas nacidas no estranxeiro que residen na cidade de Vigo, o que representa o 11,1% da súa poboación total. Se analizamos a poboación inmigrante segundo a súa composición por sexo, comprobamos que case o 53% da poboación inmigtrante residente en Vigo son mulleres; porén, existen importantes diferenzas por colectivos, por exemplo a migración africana se atopa masculinizada, e a latinoamericana, feminizada.

TÁBOA 5. POBOACIÓN POR ZONA DE PROCEDENCIA EN VIGO, 2019

	Ambos sexos	Homes	Mulleres	% Mulleres
Total Poboación	295.364	139.699	155.665	52,7%
Nacidos/as en España	262.494	124.531	137.963	52,6%
Nacidos/as no Estranxeiro	32.870	15.168	17.702	53,9%
Total Europa	8.469	4.118	4.351	51,4%
Total África	2.181	1.413	768	35,2%
Total América	21.268	9.178	12.090	56,8%
Total Asia	902	429	473	52,4%
Total Oceanía	50	30	20	40,0%

Fonte: elaboración propia a partir do INE, Padrón Municipal habitantes, 2019.

Analizando a composición da poboación de Ribadavia segundo a súa procedencia, o último padrón municipal de habitantes indica que 427 persoas naceron no estranxeiro, o que supón o 8,5% da poboación total que reside en Ribadavia. Como podemos observar, a poboación inmigrante en Ribadavia está levemente feminizada, sobre todo a poboación procedente do continente latinoamericano. O resto de colectivos están equilibrados na súa composición por sexo.

TÁBOA 6. POBOACIÓN POR ZONA DE PROCEDENCIA EN RIBADAVIA, 2019.

	Ambos sexos	Homes	Mulleres	% Mulleres
Total Poboación	5.024	2.459	2.565	51,1%
Nacidos/as en España	4.597	2.269	2.328	50,6%
Nacidos/as no Estranxeiro	427	190	237	55,5%
Total Europa	244	121	123	50,4%
Total África	13	7	6	46,2%
Total América	161	55	106	65,8%
Total Asia	9	7	2	22,2%
Total Oceanía	0	0	0	0

Fonte: elaboración propia a partir do INE, Padrón Municipal habitantes, 2019.

A referencia á soidade non desexada das persoas migrantes sen rede familiar ou redes de apoio mutuo foi un dos aspectos destacados pola mediadora intercultural entrevistada en Vigo.

"El amparo está en la familia, los amigos...eso de toda la vida(...) Para las personas inmigrantes es todo mucho más difícil, no tienen redes familiares. Las vivendas no se correpondían con las necesidades de las familias...El efecto de la pobreza en los vínculos. Había un autor que hablaba de que el amor familiar es un amor simbólico que se transmite, la pobreza también quita esa posibilidad de simbolizar el amor. Esa imposibilidad...como tu vida no vale nada no puedes darle valor a la vida del otro"

ELENA
Mediadora Intercultural
VIGO

Ou a concreción dunha das persoas maiores entrevistadas en Ribadavia.

MANUEL
Inmigrante chegado
de Venezuela
72 anos
RIBADAVIA

No es lo mismo la vivienda urbana que la rural...No es lo mismo en una vivienda en Pontevedra (en Boliña) que en Ribadavia... Me vine de Venezuela a Madrid, porque tengo familia en Madrid..pero es una familia que ya no es familia, una familia perdida. Tras dos meses y medio allí por la pandemia de Madrid a Pontevedra y de ahí directamente a Ribadavia. Escogí Ribadavia.Y estoy tranquilo, yo quisiera que la gente que quiero no se sintiera sola...Me siento vulnerable al estar solo...sin el coche, sin la familia, sin amigos...

Relacionado co comentado tamén está o efecto dos avances tecnolóxicos na vida relacional das persoas. A pesar de que cada vez é máis posible a conexión interpersoal a través das redes sociais, con diferentes e amplos mundos de sociabilidade, tamén é máis doado que alguén se atope totalmente so/soa. Como lembra o Informe España 2020 no capítulo "La soledad del siglo XXI" estas forzas operan nunha dirección e na outra coa mesma potencia. Por unha banda impulsa cara a comunidades internacionais e cara outra a soidades máis ailladas. O extremo contraste desa ampliación exponencial da sociabilidade global fai tamén que a soidade non desexada esté máis dramáticamente marcada.

Nunha sociedade altamente tecnoloxizada, a exclusión dixital que adolecen determinados colectivos de persoas, como pode ser o caso de persoas maiores ou persoas en situación e ou risco de exclusión social é un factor engadido mais, que reduce as súas posibilidades de relación. Neste sentido, fálase de exclusión sociodixital coma un fenómeno que entraña dúas dimensións: a primeira delas é a exclusión material, que impide o acceso ás tecnoloxías necesarias; a segunda, refire unha exclusión cultural que impide poder desenvolver as competencias necesarias para enfrentarse a situacións reais de cada día.

A crise do coronavirus puxo de manifesto, aínda máis, a fenda dixital que segue a evidenciar a necesidade perentoria das persoas que se atopan en situación de vulnerabilidade social tanto no acceso material a dispositivos tecnolóxicos -primeira fenda dixital- como a posibilidades formativas e de capacitación técnica -segunda fenda dixital. Este distanciamento social opera, polo tanto, en diferentes direccións, ben polo illamento que pode chegar a provocar por non formar parte desa comunidade virtual ben porque, querendo formar parte dela, cóntase con determinadas limitacións que impiden o acceso a esa comunicación dixital.

Cambios na estructura familiar. Transformación nas dinámicas familiares.

Outro dos cambios que inciden neste aumento da soidade percibida ten que ver coas transformacións das dinámicas sociais e estructura das familias. A familia tradicional está mudando e moitos son os cambios que podemos atopar e inciden directamente na percepción (ou non) da soidade das persoas. Por unha banda atopamos cambios nos diferentes tipos de familias (monoparentais, extensa, parellas divorciadas que voltan a convivir con outra persoa, etc.) e, por outra banda, tamén destacan cambios nas famílias tradicionais (nucleares) nas que tanto o pai como a nai traballan fora da casa moitas horas ao día e iso afecta ás formas de organización dentro do fogar.

Como consecuencia de todo o compartido ata agora, queda claro que o aumento da esperanza de vida e a conseguinte lonxevidade, os cambios nas pautas reproductivas e as modificacións das estructuras nos fogares así como na organización das familias teñen conlevado cambios significativos no modelo de sociedade[6]. Os acontecementos sucedidos nas últimas décadas teñen desafiado os sistemas de benestar pero tamén os valores que sostiñan ás familias e os roles que mulleres e homes ocupaban na sociedade. En definitiva, teñen modificado as pautas de convivencia.

Como lembra Begoña Elizalde-San Miguel[7]" A sociedade española ten experimentado profundos cambios sociais nas últimas catro décadas que teñen modificado as fotos familiares para sempre...: familias máis pequenas, con menos fillos/as, a cohabitación como alternativa ao matrimonio, a normalización do matrimonio civil frente ao católico, os fogares monoparentais, parellas homosexuais, as familias reconstituidas, parellas sen fillos...Todos eles son exemplos de novas estructuras familiares, novos tipos de fogar"

[6] VIII Informe sobre exclusión y desarrollo social en España 2019. FOESSA

[7] Artículo "La diversidad familiar ante el reto de los cuidados. Begoña Elizalde-San Miguel.2020. Universidad Pública de Navarra.

TÁBOA 7. NÚMERO DE FOGARES EN GALICIA SEGUNDO TIPO DE FOGAR, 2019.

	TOTAL
Total (tipo de fogar)	1.089.700
Fogar unipersoal	283.600
Fogar monoparental	113.800
Parella sen fillos/as que convivan no fogar	229.100
Parella con fillos/as que convivan no fogar: Total	322.200
Parella con fillos/as que convivan no fogar: 1 fillo/a	181.100
Parella con fillo/as que convivan no fogar: 2 fillos/as	125.200
Parella con fillos/as que convivan no fogar: 3 ou máis fillo/as	15.900
Núcleo familiar con outras persoas que non forman núcleo familiar	69.200
Persoas que non forman ningún núcleo familiar entre sí	30.400
Dous ou máis núcleos familiares	41.300

Fonte: Elaboración propia a partir da enquisa continua de fogares (INE), 2019.

Esta distribución dos fogares é bastante similar á media estatal en España. Porén, hai algunhas diferenzas nos datos. Segundo a última enquisa continua de fogares (2019) a media española é superior nos fogares de parella con fillo/as, que supoñen o 33,4% dos fogares totais, por riba da media galega. Sen embargo, en Galicia temos unha porcentaxe levemente superior de fogares unipersoais á media estatal (25,7%), vinculado ao noso proceso de envellecemento.

Dados os obxectivos do proxecto, realizarase unha análise detallada nos fogares unipersoais e monoparentais no contexto galego. En primeiro lugar, examinarase a composición dos fogares unipersoais. Como se pode comprobar na seguinte táboa, as mulleres son maioría nos fogares unipersoais en Galicia. O 52,8% destes fogares están compostos por mulleres. Unha porcentaxe bastante similar á media do estado, que se sitúa en 54% (INE, 2019).

TÁBOA 8. POBOACIÓN RESIDENTE EN FOGARES UNIPERSOAIS POR SEXO, GALICIA, 2019.

	Total	Homes	Mulleres
Fogar unipersonal	283.600	134.000	149.600
Porcentaxe	100	47,2%	52,8%

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa continua de fogares (INE), 2019.

Outro dos fogares de especial interese para o proxecto son os fogares monoparentais. Acudindo novamente á derradeira enquisa continua de fogares (2019) observamos na seguinte táboa que a **ampla maioría de fogares monoparentais, o 83% deles, están compostos por mulleres.** Dentro deste tipo de fogares monoparentais, case a metade destes fogares encabezados por mulleres son viúvas que conviven cos seus fillo/as. Así mesmo, os fogares encabezados por mulleres separadas ou divorciadas que conviven coas súas crianzas ten un volume relevante (34% dos fogares encabezados por mulleres teñen esta tipoloxía). A nivel sociolóxico tamén hai que destacar a importancia dos fogares encabezados por mulleres solteiras que conviven cos seus fillo/as.

Por outra banda, os fogares encabezados por homes con fillo/as son minoritarios, e tamén o maior volume deste tipo de fogares son viúvos que conviven con crianzas, seguido de divorciados que encabezan estes fogares.

TÁBOA 9. NÚMERO DE FOGARES MONOPARENTAIS SEGUNDO SEXO E ESTADO CIVIL DO/A PROXENITOR/A. GALICIA, 2019.

	Total	Solteiro/a	Casado/a	Viúvo/a	Separado/a	Divorciado/a
Total	113.800	14.800	7.500	53.300	9.600	28.600
Homes	19.400	1.900	1.900	9.500	400	5.700
Mulleres	94.400	12.900	5.600	43.700	9.200	22.900

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa continua de fogares (INE, 2019).

No Grupo de Discusión adoitaron incidir na realidade cambiante das persoas e, moi vinculado a iso, os cambios das expectativas de cada un/unha. A realidade das persoas (sobre todo mulleres) que deixan despois de moitos anos da súa vida de coidar a persoas dependentes (menores ou maiores) e non saben estar soas xa que non aprenderon a disfrutar da súa soidade "ben porque non souberon ou non puideron".

ELENA
Mediadora cultural
VIGO

"En el momento que debes ejercer ese sueño deseado de soledad no lo puedes ejercer porque madurativamente, como persona, no has realizado ese trabajo. Te encuentras sola con un vacío muy grande porque echas mano de los otros que ya no están ahí (...) Esa es una soledad de mucho sufrimiento"

Ao longo das entrevistas realizadas atópase tamén a realidade de homes ou mulles que non chegaron a independizarse do fogar familiar e quedaron vivindo, e coidando, do pai ou a nai xa maior. Esta convivencia leva a que, a partir do falecemento dos pais e continuando a vida (ou non) no mesmo espazo físico provoque unha elevada percepción de soidade. Así o podemos identificar nos seguintes testimonios.

MARUXA
60 anos
RURAL DE TEIS-VIGO

> "Acababa de morir mi abuela y mi madre...y cama, levantarme, otra vez cama..ese fue el momento de mayor soledad de mi vida".

Entre outros cambios que influe nas estructuras familiares destacamos o incremento das rupturas e divorcios de parellas así como as novas unións ou, por outra parte a disminución no número de fillos/as, e polo tanto de irmáns afecta de manera clara nas dinámicas familiares que inciden, en ocasións, nese sentimento de soidade.

MAITE
50 anos
VIGO

> "Para mi la soledad no desada...pues no sé...mi soledad es deseada. Yo me he sentido más sola cuando tenía pareja. Incomprendida y sola..si, sé lo que es. Te sentías frustrada...esa pareja no te suma. Te quedas sola pero mejor. Me sentía sola acompañada"

No conxunto do estado, tamén en Galicia, tivemos un modelo de benestar coñecido como "familista" no que o coidado das persoas estaba garantizado dentro das familias sen que o estado tivera que asignar recursos específicos. Este modelo funcionaba baixo a condición de que existiran familias "tradicionais" (biparentais, heterosexuais e con fillos/as), nas que se producía unha división sexual do traballo polo que as mulleres asumían todo o traballo "reprodutivo". A crianza, o coidado das persoas maiores e o traballo doméstico era realizado por unhas mulleres ás que a actividade limitábase ao entorno privado do fogar. Os homes, pola súa parte, realizaban o traballo "produtivo" vinculado á xeración de ingresos obtidos polos seus empregos na esfera pública. "Esta condición ten quedado obsoleta na sociedade actual onde a situación laboral e social das mulleres ten cambiado e, as familias non se axustan en todos os casos a esa estructura tradicional, de forma que a organización dos coidados precisa de novos recursos e novos actores" (Begoña Elizalde-San Miguel. 2020)

Esta cuestión apréciase ao longo da información recollida nas entrevistas realizadas nas que houbo varias referencias a esta realidade e a súa incidencia. Por exemplo, unha das mulleres maiores entrevistadas confirmou que ela e o seu marido traballaron moitos anos fora de España e construíron pouco a pouco unha casa grande en Ribadavia, o "sono da súa vida", para poder convivir alí todos xuntos cando os seus fillos foran maiores. Na actualidade ela enviudou, unha filla vive en Londres, outra en Madrid e o seu fillo pasa temporadas perto dela en Ribadavia pero noutra casa e "sen estar á altura" das expectativas de acompañamento da nai.

ARSENIA
83 anos
RIBADAVIA

"...Yo salí huyendo de la ciudad por la masificación...mucha gente...pero ahora en mi casa me siento sola ...tenía el recurso de esta casa...pero ahora no veo a nadie".

A mesma muller maior compartía na entrevista as diferencias de como se sentiu pasando o confinamento en Madrid a, despois, convivir co Covid-19 na súa casa de Ribadavia:

ARSENIA
83 anos
RIBADAVIA

"En casa de mi hija (en Madrid) hay mucha gente, pero estaba más sola que sola... A pesar de tanta gente que veía estaba sola, porque yo necesito hablar, necesito convivir... En mi casa (en Ribadavia sentirme sola es no ver gente...Muller, 83 anos. Residente en Ribadavia"

E prudente sinalar como estos cambios sociais, e de modelos de familia, aos que podemos engadir as grandes desigualdades socioeconómicas xeradas polo modelo capitalista instaurado favorecen ese aumento da soidade e o illamento de persoas afectadas por situacións de exclusión social. Así o incremento de situacións de pobreza e exclusión social no conxunto da sociedade galega ten influído nas propias dinámicas familiares incidindo en situacións de soidade non desexada.
No Grupo de Discusión resáltase a situación peculiar da soidade nas situacións de exclusión social. Unha soidade longa, que acompaña moitos anos da túa vida.

MAITE
50 anos
VIGO

"Hai moita xente que arrastra soidade polas vivencias que teñen. A soidade da exclusión é imposta. A soidade en moitos casos débese á exclusión. A saber que lle pasou a persoa para chegar con esa idade e estar soa..."

Estructura residencial.

Centrarémonos agora en como as modificacións da estructura residencial (pisos e casas), inflúen neste cambio social que evidencia maiores situacións de soidade non desexada e que pasan por analizar como son os fogares e tipo de vivendas, influenciado directamente por todo o comentado no punto anterior e tamén as dificultades de acceso á vivenda.

O carácter dinámico do sector da vivenda, máis alá dos factores estritamente demográficos como é o caso do envellecemento da poboación e os movementos migratorios, ven dos cambios no tipo e estructura dos fogares, influídos directamente polos cambios sociais que estamos vivindo nas últimadas décadas na sociedade española e, concretamente, na galega.

O problema da vivenda en España, para calquer cidadán/a é a evolución dos prezos e o acceso dos distintos grupos sociais a este mercado da vivenda. "Sería limitado contemplar os aspectos espaciais con independencia dos procesos sociais que os orixinan. As necesidades de vivenda expresan no plano residencial a formación e disolución dos fogares nos que se organiza toda a población" (Leal y Cortés, 1995)[8].

Como lembra o Informe España 2020 "se entre os anos 80 e 2000 o aumento de divorcios contribuíu a alterar notablemente a estructura e as necesidades residenciais dos fogares, a partir dos anos 2000 a normalización doutro tipo de fogares, monoparentais, individuais, en xeral máis pequenos ten influído nas necesidades, pero tamén no tipo de vivenda, que o mercado oferta, como por exemplo o seu tamaño"

ERNESTO
47 anos
VIGO

"Yo de forma individual suelo buscar estudios... hace años pagaba 260€. La situación de la vivenda es muy mala, para personas en solitario, separadas o divorciadas es muy mala. Están pidiendo cosas ahora brutales: seguros de alquiler, mes de fianza y mes de entrada por adelantado y, ahora, dos meses de fianza más el adelanto del mes. Con la RISGA que cobro...yo me veo obligado a tener que compartir piso"

A vivenda tense convertido nun problema para a poboación máis nova pero ten un efecto diverso e, en moitos casos tamén negativo, na poboación adulta maior (outro dos factores relevantes é a inadecuación da mesma con relación ás súas necesidades residenciais).

Dada a lóxica residencial baseada na propiedade que se ten dado no conxunto do estado nas últimas décadas, os datos a nivel estatal mostran que, dos casi 8 millóns de persoas que teñen superado os 65 anos de idade, aproximadamente un 90% reside na vivenda en propiedade e en torno a un 7% vive en réxime de aluguer[9].

A relación entre vivenda e vulnerabilidade intensificouse nos últimos tempos. Son continuas as informacións sobre a subida de prezos das vivendas ou o drama dos desafiuzamentos, pero en gran medida déixanse de lado outros, que por ser menos visibles deben entenderse como menos importantes, como é a imposibilidade de poder emanciparse por parte da xente nova debido á relación salario/prezo da vivenda, a inadecuación das vivendas da poboación adulta maior, as pésimas condicións residenciais que xeralmente sofre a poboación migrante e, moi especialmente, un problema tan importante e complexo como é o senfogarismo no conxunto do estado.

ERNESTO
47 anos
VIGO

> "Si realmente quieres salir de la exclusión social no puedes estar metido en esos ambientes (..) Cuando no tienes capital para poder irte a vivir donde puedas tirar para adelante, te encuentras que en la habitación de ahí tienes que compartir con aquel que le dejó su mujer, o con problemas de violencia...con aquella que le da igual vivir hoy y morir mañana, con otro que tiene tal problema...Yo con gente así no quiero compartir...quiero compartir con alguien que quiera tirar pa lante, salir pa afuera".

Segundo o VIII Informe Foessa, o 40,4% dos fogares galegos en situación de exclusión están sustentados por persoas entre 30 e 44 anos e, polo tanto, por persoas en idade de consolidar un proxecto de vida autónomo e/ou de ter fillos e fillas. No que respecta aos fogares en situación de exclusión social sustentados por persoas maiores de 75 anos en Galicia, estas teñen un peso moito máis elevado que os fogares das mesmas características no conxunto do estado. Estas situacións poden chegar a afectar, nalgúns casos, á soidade percibida.

O mesmo informe, dende o punto de vista da composición dos grupos de fogares en situación de exclusión, destaca o dato de que o tercio dos fogares en situación de exclusión social residen nunha das tres grandes cidades galegas (Vigo, A Coruña e Ourense)

Noutra dirección, pero que tamén incide neste punto é a modificación do urbanismo das cidades, facendo referencia á perda de espazos públicos que favorecen a perda de espazos de convivencia e coñecemento mutuo.

Hai autores que xa falan do "urbanismo da soidade" (Informe España 2020) no que constátase que parte das nosas cidades teñen sido deseñadas para favorecer a soidade e impedir a conexión social. Así moitas das cidades que cara á metade do século XX foron dando protagonistmo ao automóvil e foron limitando os espacios comunitarios e dificultado a sociabilidade espontánea en prazas e rúas.

[8] Informe España 2020

[9] Informe España 2020

ANTONIA
Traballadora social
xubilada do
CONCELLO DE VIGO

> "Hay que empezar a llevar a cabo buenas prácticas urbanísticas...esas grandes plazas que cierran, las supermanzanas...el urbanismo se hace desde el despacho. Recuerdo en la Alameda, en los Jardines de Montero Ríos colocaron el escenario en el sitio peor..es justo donde cae el viento, que cruza...unas mesitas con unos banquitos...unas corrientes de aire que ahí no se sienta nadie. Las ciudades hay que verlas en horarios diferentes"

Como lembraba Jan Gehl, no seu libro "A humanización do espazo urbano" (2006) "Ao longo, a vida entre os edificios é máis importante e tamén máis interesante que observar calquer combinación de formigón coloreado e formas edificatorias impactantes"

ERNESTO
47 anos
VIGO

> "Hay que dar una vivienda digna a la gente. La gente no debe vivir en habitaciones... Entiendo la necesidad de esto para casos de emergencia (...) en un piso de 4 habitaciones cada habitación es un piso(...)La persona debería tener su propio lugar...He visto casos de personas que al compartir así se ha comenzado a desesperar"

Lembran nesta liña, tamén no Grupo de Discusión, a importancia de incorporar no deseño das cidades e dos plans urbanísticos a xeración de espazos públicos que faciliten os encontros e reduzan a soidade "O urbanismo da cidade de Vigo non se destina ao encontro. Temos exemplos de urbanismo moderno, funcional e bonito pero que non permiten os encontros. As veces hai decisións específicas sobre o urbanismo na cidade que exclúen aos máis vulnerables"

ANDREA
Educadora familiar
RIBADAVIA

"En Ribadavia, hai sensación de comunidade. Os veciños axúdanse con naturalidade. Nos núcleos rurais hai máis sentimento de comunidade que nas cidades"

Outro enfoque de interese a resaltar é como o tipo de urbanismo das cidades pode incidir na calidade de vida das persoas. Así, Alberto Corsín, antropólogo urbano do CSIC[10], comparte que "En una ciudad con barrios con pocos parques o zonas verdes, o donde no es facil tener acceso a ciertos comercios, como fruterías.. ese tipo de diseño urbano tiene incidencia sobre patologías crónicas...No puedes salir a correr porque tu barrio es muy denso, presenta calles muy estrechas con muchos coches, sin un parque cerca. Ese diseño de barrios se concentra normalmente en poblaciones marginales.. "

[10] Entrevista publicada no xornal Faro de Vigo o luns 9 de agosto de 2021

Cambios culturais, normativos e morais. Fragmentación das redes de apoio

Neste punto temos identificado como, tamén, as modificación culturais, normativas u morais da vida social e comunitaria, teñen incidido neste cambio social que incrementa situación de soidade non desexada. A aposta pola privacidade e o anonimato, propios da sociedade individualista na que vivimos, conflúen co mito da "autosuficiencia" e por tanto coa dificultade para recoñecer situacións de soidade e solicitar axuda. Así mesmo, este individualismo acompaña este incremento de persoas en situación de exclusión social.

"La soledad del siglo XXI"[11] non é unha soidade do estar, do mero aillamento físico, senón unha soidade do ser. Actualmente trátase dun problema ontolóxico: que é a condición humana, que somos xuntos/as, con quen podemos ser. Vidal e H.., 2020:134. Un factor que ten un claro peso na soidade non desexada, mais alá da cultura laboral e a expansión das redes dixitais na que vivimos, é a incidencia da perda de vínculos comunitarios na cultura social, económica e política.

Esta realidade obriga a recuperar esa solidariedade comunitaria, que vai xerando esa esencia moral na sociedade que nos fortalece e nos permite plantexarnos obxectivos conxuntos.

[11] Informe España 2020

Diferentes autores/as sinalan a relevancia social que posúe a comunidade: esa veciñanza, amizades e familiares que ofrecen apoio e prestan axuda material, ou non material, ás persoas que teñen preto en diferentes aspectos da súa vida. Sen embargo, esa comunidade é fráxil nas nosas vilas e sobre todo nas cidades (Martínez et al. 2019:85). Neste mesmo sentido, Yanguas et al. (2019) indican que a cara máis visíble da soidade é sentir que non se conta con persoas ás que poder recorrer ou confiar en caso de necesidade.

Nesta mesma liña, outra persoa entrevistada pon o foco no deterioro das relacións sociais en moitas persoas en exclusión social que as sitúan nesa "soidade non desexada".

ANA
Educadora social
en entidade social
VIGO

> "Uff... que difícil, realmente, son persoas que non teñen eh, con quen contar, que non teñen, bueno, o que podemos ter nós, non? unha familia, unha persoa que poder chamar nun momento dado, unha persoa coa que poder tomar un café, todo ese tipo de cousas, moitas veces os talleres que facemos aquí, se xeneran ese tipo de relacións, por toda a carencia que hai nas súas vidas... polas súas situacións de vida, esas redes familiares, de amizades, están totalmente rotas, esto os levan á soidade, é así. Que é a soidade? Non ter xente ao redor coa que poder contar"

A seguinte informante, unha persoa maior que ten vivido a emigración rural-urbana destaca esas mudanzas sociais cara sociedades urbanas e individualistas como unha das causas relevantes da vivencia deste tipo de soidade.

MARTINA
Membro dunha
cooperativa cohousing
VIGO

> "É o que lle sucede a moitas persoas cando están fóra do mercado de traballo... antes a xente vivía no rural, había comunidade..., coa emigración rural-urbana (...) estamos nun contexto de sociedade máis solitaria e individualista"

Os cambios sociais tamén son destacados pola seguinte persoa entrevistada, que fai alusión á perda de redes e espazos comúns nas cidades como unha causa relevante da soidade non desexada na actualidade. A perda das tendas de barrio, os bares onde fiaban, a farmacia de referencia, etc. foron mudando a paisaxe das cidades. No seguinte fragmento faise referencia aos cambios do casco vello en Vigo, onde ese tipo de comercio próximo foi pechando e mudando, cara un tipo de establecementos de cadeas comerciais.

ANTONIA
Traballadora social xubilada
CONCELLO DE VIGO

> "Otro cambio es que en los barrios de las ciudades había la carnicería, había la tienda, la tienda de Lino fiaba, fiaba, había los bares muy modestos que comían, un plato de día, bares en los cuales se iba un tipo de gente en el casco vello a una taberna de vino, después iba al bar España, y al bar Cíes... tres sitios donde la gente de una determinada tipo de gente, se relacionaba, pero tenía esos sitios para relacionarse, y ahora no hay esos sitios, la panadería, la carnicería, la farmacia, también era muy... a mi me parece muy importante, eh... mantener ese tipo de comercio"

O mantemento das comunidades non se pode dar por suposto, senón que require dun traballo de mantemento, actualización e motivación.

ELENA
Mediadora Intercultural
8 anos traballando no
CONCELLO DE VIGO

Nesta liña, destaca no seguinte comentario a importancia de fortalecer as redes de barrio, as asociacións de veciños/as "

> En una época las asociaciones de vecinos fueron focos de conquista y proporcionaron identidad al barrio, el plan comunitario de Teis, tenemos Coia, Lavadores... son unas asociaciones que (...) proporcionan una identidad al barrio, ¿qué pasa? las asociaciones de vecinos se fueron convirtiendo en esa asociación que se va a hacer actividades...un ambiente muy amable, es el ocio... pero es una población muy homogénea, ya son amigos (...) ahí no he visto extranjeros, personas con dificultades económicas manifiestas, (...) en las asociaciones de vecinos ahora mismo no se está haciendo trabajo comunitario"

"La estructura social cambió mucho, creímos que el Estado nos lo iba a dar todo, la estructura familiar se rompió mucho, cambió la forma de vivir, entonces eh..., pasamos una etapa que para mi que se perdió, una etapa en que hubo mucho fracaso escolar, no se trabajó bien, nos encontramos con mucha gente sin formación, sin apoyos familiares, con pérdida de valores, con un sentimiento en el fondo de incapacidad absoluta (...)Traballadora social xubilada do Concello de Vigo.

ANTONIA
Traballadora social
xubilada
VIGO

Destácase no Grupo de Discusión unha realidade -xa identificada- vinculada por unha banda á sociedade individualista na que vivimos e a calidade (e non a cantidade) dos vínculos creados, así como a importancia do apoio social e comunitario:

ELENA
Mediadora Intercultural
8 anos traballando no
CONCELLO DE VIGO

"Hay una soledad que viene impuesta por la sociedad. Si el vecino es amenazante mejor que te vea como un desconocido. No hay trenza, debemos empezar a tejer estas trenzas. Hay que aprender a estar en entornos diferentes, con gente diferente...igual nos enriquece la diferencia" (Mediadora Intercultural, 8 anos traballando no Concello de Vigo)

Temos que ver ao individuo como unha variante posible —pero non a única— do suxeito como lembra Eduardo Alvarez xa que "esta variante ten chegado co tempo a convertirse en dominante, como consecuencia do desenvolvemento en todas as esferas da vida social desa tendencia individualista que, finalmente no noso século, ten impregnado tamén o ámbito estético e cultural no sentido máis amplo e profundo, ate producirse un salto na lóxica individualista que hoxe temos instalado nas costumes e no cotidiano"

Moi vinculado aos cambios morais que están a acontecer, vinculados a esta sociedade indivualista na que vivimos está o incremento do número de persoas que se atopan en situación de exclusión social. A soidade non desexada impacta con maior forza nas persoas xa de por si afectadas por situación de exclusión social. Así destacouse esta realidade no Grupo de Discusión destacando a "peculiaridade da soidade" na exclusión social como "unha soidade longa, que acompaña moitos anos da túa vida"

Segundo o último Informe Foessa Galicia (2019b:15), en 2018 o 41% da poboación galega atópase nunha situación de integración plena, o 41,6% nunha situación de integración precaria, o 9,1% nunha situación de exclusión moderada e o 8,4% nunha situación de exclusión severa.

No seu conxunto, as persoas en situación de exclusión social representan o 17,5% da poboación galega, o que implica que case unha de cada cinco persoas (ao redor de 470.000 persoas), estaban en 2018 nunha situación de exclusión, xa sexa moderada ou severa. A evolución dos datos nos últimos anos mostra en Galicia un decrecemento das persoas en situación de exclusión moderada (do 13,1% ao 9,1%) e un crecemento, por outra banda, da procentaxe das persoas en situación de exclusión severa en 3,4 puntos (do 5,0% ao 8,4% da poboación).

Como sabemos, o Informe Foessa examina diversos eixes de exclusión. Na comunidade galega (Foessa, 2019b:18): o 25,1% da poboación está afectada por unha situación de exclusión no eixe económico; o 44,3% no eixe político e de cidadanía (trátase da porcentaxe máis elevada de todas as comunidades peninsulares) e o 8,9% no eixe social e relacional. Con respecto á media estatal, é no eixe político onde máis diferenzas existen, xa que mentres no conxunto do Estado a exclusión neste eixe é do 38,3%, no caso galego a porcentaxe ascende ao 44,3%. En definitiva, a exclusión en Galicia en relación aos datos do conxunto do estado, débese en maior medida ás relacións sociais e personais e, nunha medida similar, a razóns de índole económica.

OUTROS FACTORES QUE PODEN SER DETERMINANTES NO SENTIMENTO DE SOIDADE NA BIOGRAFÍA INDIVIDUAL DUNHA PERSOA.

Saúde

As persoas con problemas de saúde deberían contar sempre cos coidados necesarios para sobrelevar e atender as necesidades de atención que cada patoloxía precise. Adoitan confundirse nos discursos atopados, en bibliografía ou notas de prensa, cuestións vinculadas á soidade con outras que precisan atención sanitaria. Ter problemas de saúde non ten que levar implícita a necesidade de convivir con sensacións ou situacións de soidade non desexada, pero si parece aceptado que unha situación de soidade pode derivar a medio prazo en problemas de saúde como é o caso da ansiedade e da depresión; tal e como indicaba unha das persoas entrevistas:

NURIA
Médico da Unidade
Médica Vehiculizada
VIGO

> "En situacións de soidade absoluta a situación que atopas, as veces, son casos de cadro de ansiedade: dor torácico, non poder respirar, que se atopa fatal, que se marea, se cae... cadro clínico que se debe a súa situación que, as veces ten algo de fondo pero, de entrada, non podes sabelo..."

O seguinte testemuño incide na necesidade de apoio que se precisa para revisar as medicacións que debe tomar algunhas persoas e as citas médicas ás que deben asistir, facendo fincapé en que con problemas de saúde, e as limitacións que deles proveñen, a necesidade de coidados é maior.

MARUXA
60 anos
TEIS-VIGO

> "Con esas dores tes moitas limitacións, estou dopada todo o día. Sen medicación non tes as dores, nota os músculos relaxados. Pero si teño dor non teño ganas de nada. Con todas as chicas (do SAD) tuve vínculo" "Cando ven ela repasámos...médico, o que teño pendente... son dous días á semana, e o resto dos días non fago nada. Me levanto para facer a comida e, despois de comer, me tumbo aquí (sofá) e non fago nada, así ata o día seguinte.." "cama sofá-sofá cama"

Así, problemas de mobilidade deberían atenderse con recursos que faciliten esa mobilidade, ou atención segundo as necesidades diarias (atención á casa, á compra, a comida...) e, os problemas de soidade, con acción que favorezan a creación de vínculos e espazos de convivencia, a pesar das dificultades vinculadas á saúde.

ARSENIA
83 anos
RIBADAVIA

> "Yo he hecho de todo, lo que pasa es que estoy muy sola". Le encantaría vivir con gente, pero el problema "es el de la convivencia". Necesitaría alguien aquí todo el día, que se ocupase de la casa y de la comida "Pensar que hay una persona que se ocupa de algo".

Impacto da Covid-19 na soidade non desexada.

A pandemia supuxo unha inflexión na posición da soidade nas preocupacións públicas. A maioría das persoas, co perfil técnico entrevistadas, coinciden en destacar que a pandemia da Covid-19 viu a agravar situacións de illamento e soidade non desexada, sobre todo no eido urbano. Porén, algunhas participantes de Ribadavia, afectadas por soidade no rural destacan que a Covid-19 impactou pouco na súa vida diária (nalgúns lugares, persoas xa previamente illadas quedaron igualmente na casa, da mesma forma que antes da Covid-19)

O Informe España 2020 (Blanco et al., 2020) recolle a través dun sondeo na Comunidade de Madrid que o 90% das persoas enquisadas indican que a soidade está aumentando e que coa pandemia se disparou. O confinamento provocou que as persoas con lazos débiles de amizade os foran perdendo (Mariño, 2020). É claro que a pandemia é un vértice que fixo xirar ao redor del todas as capacidades e contradicións da nosa época, unha disrupción coa potencia para marcar unha solución de continuidade no fluxo da historia. A soidade non desexada é unha desas contradicións: nunha sociedade de alta densidade social, hiperconectada e cunha incesante actividade social, hai un fenómeno de illamento que fai sufrir a unha porcentaxe crecente das nosas sociedades (Vidal e Halty, 2020:91). A día de hoxe non temos datos en Galicia que incorporen o impacto da pandemia, e que nos permitan facer unha comparativa con outras comunidades autónomas; porén, ao longo do traballo de campo cualitativo fíxose patente dito impacto no incremento da soidade e o illamento.

En efecto, con respecto ao illamento e soidade non desexada, un dos aspectos destacados polos/as informantes desta fase da diagnose foi o impacto negativo que tivo a falla de socialización e de espazos de encontro no aumento desa soidade non desexada. Como sinala esta informante, traballadora social, o peche da hostalería tivo un impacto agravante da soidade, sobre todo para as persoas que viven soas.

ANTONIA
Traballadora social
xubilada
VIGO

> "Muy agravante, por un lado la gente que está sola, el cierre de los bares (...) es el ámbito social, su único ámbito de socialización, ir a comprar, ir a comprar cuatro cosas, ir a un barcito, tomar una tapa, un café, un vino..."

En efecto, a pandemia supuxo a perda de espazos e oportunidades propicias para a construción e o cultivo de vínculos primarios (fortes e débiles), como os bares, as prazas, actividades culturais, festas, etc. (Fantova, 2020b).

De feito, a pandemia supuxo para moitas das persoas entrevistadas, un punto de inflexión na necesidade de reflexionar acerca das redes comunitarias, o acceso aos espazos urbanos ao aire libre, a necesidade de ter hortas nas cidades, espazos naturais, etc. En definitiva, a pandemia supuxo unha fonda reflexión sobre a necesidade dun urbanismo que poña a vida das persoas no centro. Así, moitas dos/as informantes destacan o impacto da pandemia entre as persoas que viven soas e que perderon eses escasos espazos de socialización que tiñan antes da Covid-19.

Por exemplo, a educadora social de Cruz Vermella de Ribadavia comenta como a partir da pandemia suspenderon un programa de actividades presenciais que tiñan con persoas maiores da zona, pasando a ser só virtuais ou a través do seguimento telefónico. Esta educadora destaca que a perda destes espazos presenciais tivo un impacto negativo en moitas persoas maiores, sobre todo nas parroquias de Ribadavia, nas zonas máis alonxadas do centro da vila. Así mesmo, ela comenta que durante a pandemia moitos fillos e fillas adultas deixaron de visitar aos seus pais maiores, por medo a posibles contaxios. Isto derivou nun maior illamento dalgunhas persoas maiores que viven soas e que, maiormente, son mulleres.

Ademais, para moitos colectivos, a pandemia, como dixemos, supuxo unha precarización intensa das súas condicións de vida, perdendo en moitas ocasións, os traballos xa precarios que tiñan. Por exemplo, nos servizos sociais de Ribadavia sinalan que o confinamento de 2020 supuxo a perda de moitos traballos esporádicos ou na economía mergullada (hortas, chatarra, na viña, etc.), e que servían de complemento para as rendas do fogar. O confinamento supuxo o cese desa entrada de cartos, e a imposibilidade de acollerse a ERTE, dado que eran traballos na economía informal.

Neste sentido, a seguinte traballadora social de Vigo destaca o aumento de risco de exclusión social entre o colectivo inmigrante que reside nesta cidade e o impacto que tivo o confinamento na soidade das persoas maiores que viven soas, aumentado pola preocupación ante os contaxios da Covid-19.

ALICIA
Traballadora social dos servizos sociais municipais
VIGO-TEIS

> "Abrí muchos expedientes de extranjeros, que tenían trabajos precarios, chófer, hostelería, etc.(....) también los efectos evidentes del aislamiento, con ganas de hablar, sola, lo lógico que es pasar esta situación, la sensación de inseguridad, de qué va a pasar, me acuerdo de una señora mayor, que vivía sola, la primera vez que llamaba, decía: no salgo ni a tirar la basura, la cierro aquí... bueno, tremendo, querían que le hicieran la compra, ella no salía al banco a sacar dinero, por miedo; una persona mayor sola, durante el covid se prestó por el ayuntamiento, se generaron horas extraordinarias de ayuda a domicilio para esos casos"

Tamén desde o eido socio-sanitario, nos alertan do impacto da pandemia na saúde mental da poboación galega. En concreto, a traballadora social do centro de saúde de Ribadavia destaca un aumento importante do consumo de alcohol e tamén de ansiolíticos durante o confinamento. A falta de rutinas e de actividades relaxantes, lúdicas, etc. tivo un efecto importante e negativo entre as persoas que acoden ao centro de saúde.

A maior vulnerabilidade das persoas maiores ante a Covid-19 supuxo (e segue a supor) un forte impacto neste colectivo. Unha das informantes, traballadora nunha vivenda comunitaria para persoas maiores e dependentes sinalou que as visitas das familias se limitaron a un día a semana, o que a nivel afectivo tivo un coste enorme. Tamén fóra deste tipo de centros ou residencias, as persoas maiores que viven soas tamén quedaron en moitas ocasións máis illadas das visitas familiares coa finalidade de previr contaxios. Evidentemente, esta precaución sanitaria nun contexto de pandemia é positiva, pero hai que ter en conta o deterioro cognitivo, en habilidades sociais que puido ter en persoas maiores, e o aumento da soidade que tivo neste colectivo en particular.

5. ANÁLISE E INTERPRETACIÓN DAS BOAS PRÁCTICAS IDENTIFICADAS

Ao longo das diferentes entrevistas en profundidade foron identificadas algunhas boas prácticas susceptibles de poder incorporarse a unha futura intervención que atenda e acompañe as persoas que perciban soidade non desexada dende a contorna próxima:

EN VIGO

Cachibol.

Deporte interxeracional que chegou a Teis no 2004 da man de Antonio Piñeiro. Na entrevista á traballadora social do Plan Comunitario de Teis, en Vigo, destaca que esta práctica arraiga no barrio dende máis dunha década, reportando numerosos beneficios para a saúde tanto a nivel físico como mental para quenes o practican. Ademais, é unha práctica que fomenta a interacción entre veciños e veciñas e sirve como punto de encontro para ampliar e fortalecer as redes comunitarias.

Huertos Xaruma. Teis, Vigo.

Xaruma é unha asociación prestadora de servizos de iniciativa social que acompaña a persoas con diagnósticos de trastorno mental. Varios dos seus proxectos fan que se estableza coma un recursos consolidado no barrio. Entre estes destacan as súas hortas de agricultura sustentable en marcha dende o 2013, o seu proxecto de radio comunitaria ou as numerosas actividades de lecer que adoitan ofrecer. O potencial radica na dimensión comunitaria que caracteriza á entidade, xa que busca estimular e contribuir na participación con diferentes axentes sociais do barrio (escolas, asociacións, colectivos, voluntariado, veciñanza, etc.).

Encuentros improbables programa Participa.

Vigo. Dentro programa Participa xestionado por Emaús e Provivienda, estanse a xerar espazos lúdicos-festivos arredor da arte, a música ou o deporte co gallo de potenciar a interacción nos barrios de Ronda de Don Bosco e Teis, onde ámbalas entidades teñen presencia. O compoñente máis destacable destes encontros é a súa vocación colaborativa para o deseño e implementación dos mesmos. Para iso, a través do persoal técnico das entidades, facilítanse espazos previos para acompañar ás persoas atendidas polas entidades xunto con persoas do entorno comunitario (veciñanza) e resto de axentes sociais (asociacións, centros educativos, comercio local, etc.) na definición dos eventos. En definitiva, os encontros improbables buscan potencial o encontro, a relación, a convivencia e o coñecemento mutuo e posible establecemento de vínculos entre persoas con historias, orixes e situacións vitais diversas.

Acompañamento Grandes Amigos. Vigo.
É unha organización non gubernamental que ten sede en Vigo e a súa principal preocupación radica na soidade non desexada das persoas maiores. A través da coordinación cos recursos sociais da cidade, buscan identificar este tipo de situacións e poder ofrecerlle momentos para a relación e o tecido de redes de apoio próximas. Para esta última tarefa, válense da captación de voluntariado. Cómpre resaltar que están en fase de desenvolver unha nova iniciativa no barrio de Teis, "Grandes Vecinos", que busca crear redes de 3 ou 4 veciños/as do mesmo barrio para que compartan actividades relacionadas co lecer ou tarefas cotiás como ir á compra.

Programa Fogares.
Vigo, Santiago de Compostela e Ferrol. Programa de inclusión a través da vivenda baixo o enfoque de "housing led" dirixido a persoas en situación de senfogarismo e vulnerabilidade e/ou exclusión residencial, desenvolto entre Emaús e Asociación Provivenda. Trata de favorecer o acceso a unha vivenda digna realizando mediación no mercado privado de aluguer e acompañando os procesos de adaptación á nova vivienda e no entorno convivencial e comunitario de referencia.

EN RIBADAVIA

Talleres de Memoria en Ribadavia. A educadora familiar do Concello de Ribadavia, sinala a gran acollida que ten o taller de memoria que se realiza no núcleo urbano e nas parroquia para persoas maiores de 60 anos. Indica que, máis alá da estimulación cognitiva, este obradoiro proporciona un espazo para a relación e a comunicación entre persoas que non adoitan ter outros momentos para facelo por atoparse en soidade. Esto xera a oportunidade para que xurdan lazos afectivos e de coidado entre as participantes (a maioría mulleres) que se manifestan, por exemplo, cando alguén non acude un día e se expresa preocupación pola ausencia. A educadora familiar responsable da actividade, tamén sinala que é un momento onde ten a oportunidade de observar e recoller información sobre como se atopan as persoas destinatarias.

Voluntariado da OMIX en Ribadavia.
A casa da Xuventude onde se atopa a Oficina Municipal de Información Xuvenil (OMIX), pertenece ao Concello de Ribadavia. O obxectivo da Casa da Xuventude e da OMIX é crear políticas que permitan unha participación activa dos e das xóvenes no desenvolvemento social, económico, político e cultural da vila. Así fan accións de voluntariado entre as que destacamos a horta ou apoio a diferentes persoas e idades. Sería unha entidade coa que traballar en rede no caso de levar adiante a unha proposta piloto

DO CONXUNTO DO ESTADO

La Escalera.
La Escalera é un proxecto que inicia a súa andadura no InCiLab de Medialab Prado en Madrid e que se centra na facilitación de encontros e relacións de coidados nas comunidades de veciños e veciñas. A iniciativa apoiase nunha sinxela metodoloxía. A través de cartéis e pegatinas propón de forma lúdica que os veciños e veciñas dunha mesma comundiade compartan WiFi, se presten ferramentas, ou se boten unha man coas bolsas da compra.

O significativo slogan desta boa práctica é *"Se a vida é un problema común, por que non o resolvemos en comunidade?*

Ademáis destas prácticas, ao longo da fase de diagnose foron moitas as boas prácticas identificadas que poden visualizarse no anexo 6 (sobre todo no eido estatal) que se ben non terían unha vinculación directa cun posible proxecto piloto no marco de "As Trenzas da Lola" si que teñen moito interese por permitir achegarse a outras experiencias no desenvolvemento de accións que reduzan situación de soidade a partir de distintos enfoques de partida.

6. A MODO DE CONCLUSIÓN. CLAVES DE INTERESE DA "FASE DE DIAGNOSE" PARA INCORPORAR NA "FASE DE FORMULACIÓN" DO PROXECTO PILOTO

Ao longo dos meses nos que se levou a cabo esta recollida de información, opinións e experiencias a través das diferentes ferramentas xa compartidas é posible seleccionar algúns puntos a destacar, a modo de conclusión pero sobre todo incorporando as claves de recomendacións para formular unha proposta, un proxecto posterior que pilote a posibilidade de atender e minimizar problemas de soidade non desexada como problemas de exclusión residencial en Galicia.

En relación á soidade non desexada:

- Podemos comezar destacando que en moitas das entrevistas hai relatos que *tenden a mesturar situacións de soidade non desexada con outras situacións ou realidades* (factores de diversa índole) que, se ben poden incidir e incluso incrementar, esa situación de soidade percibida non son causa desa soidade.

Existen, como temos sinalado neste informe, factores de tipo estrutural que, se ben poden incidir no aumento dese sentimento de soidade de por si, non terían que derivar inevitablemente en casos ou situacións de soidade non desexada. Un exemplo claro é o caso das persoas maiores con problemas de saúde que vinculan as súas necesidade de coidados con sentimentos de soidade. Polo tanto, á hora de formular un proxecto que dé resposta clara á soidade percibida, haberá que atender á búsqueda de outro tipo de accións encamiñadas a satisfacer necesidades de coidado da saúde, diferentes ás accións que den resposta á problemas de soidade percibida.

- Como tamén se destacou ao longo do presente documento, partimos da premisa de dar *lexitimidade* (e entidade propia) a ese sentimento subxectivo que é *a soidade percibida ou non desexada* e todo o que isto conleva. É un fenómeno individual, que o manifesta cada persoa, e iso ten un valor en si mesmo, é un sentimento subxectivo e polo tanto relevante. É, por esta razón, que se entende que traballar para atender problemas de soidade non desexada debe de partir dun *enfoque centrado na persoa, individualizado,* atendendo a súa realidade, ás súas peculiaridades (e valorando, por suposto, eses factores estructurais comentados no punto anterior que poden incidir e incrementar esa percepción de soidade).

É dicir, non é posible falar de soidade non desexada pero si de soidades non desexadas, de forma particular e polo tanto, para cada persoa deberán implementarse ou definirse unhas accións determinadas pensando nun proxecto piloto que de resposta a esta problemática en Galicia.
Segundo o compartido parece coherente que para poder acompañar ás persoas que manifesten ou identifiquen situacións de soidade a través dun proxecto que tente dar resposta a esta problemática, esa persoa deberá querer *sumarse ás accións definidas no proxecto de forma voluntaria.* Querer formar parte dunha acción que atenda ás persoas que sintan soidade será unha decisión individual e persoal. Trátase dunha decisión voluntaria que conlevará diferentes enfoques e implicacións. Polo tanto, para sumarse a unha proposta que atenda esta realidade deberá de contar con aprobación tanto por parte das entidades que xestionen o proxecto como pola persoa en situación de soidade.

- É necesario ter moi presente nun proxecto destas características o *enfoque de xénero* pola interacción da soidade diferente con homes e mulleres, así como o estigma que acompaña a uns e a outras.

En relación á exclusión residencial e a soidade non desexada:

- Sobre a posibilidade de atender e reducir conxuntamente situacións de soidade non desexada e situacións de exclusión residencial, como hipótese inicial xa compartida, dedúcese das entrevistas realizadas que as persoas que viven soas, e síntense soas, poderían estar interesadas en compartir a súa vivenda pero non saben como, xa que descoñecen os pasos que deberían dar. Ao compartir unha hipotética posibilidade de xerar unha experiencia piloto como as Trenzas da Lola, púxose moito énfase no requisito obrigado dun *acompañamento profesional* ao longo de todas as fases da experiencia de compartir vivenda.

- Na mesma dirección, destacouse a necesidade de contar, incorporar e informar ao longo de *todo o proceso á familia da persoa* que podería abrir as portas da súa casa (no caso de contar con familia próxima) tanto para informar dos obxetivos dun proxecto piloto como da evolución da convivencia no caso de que fora posible levalo adiante.

- Na mesma dirección, no Grupo de Discusión, destacouse a necesidade do *axuste continuado das expectativas das persoas* que previamente están interesadas en chegar a compartir vivenda no marco do proxecto. Así habería que concretar un protocolo de inicio e de acompañamento, cun seguimento individualizado por parte das entidades responsables do proxecto. Debe de quedar moi claro o alcance desa convivencia para que non xurdan esixencias pouco xustificadas segundo vaia transcurrindo o tempo, asemade os termos do contrato desa convivencia deberán de revisarse todas as veces que sexa necesario.

- *A convivencia, por si soa, non resolverá problemas de soidade non desexada* pero si permitirá, conxuntamente con outras actividades da iniciativa piloto, a creación de vínculos de proximidade nos entornos cercanos.

- No caso de atopar ás persoas idóneas para optar á convivencia residencial e así atender situacións de soidade non desexada e exclusión residencial haberá que contar con *espazos previos* que permitan eidos de coñecemento persoal, estilos de vida, características persoais etc que podan faciliten identificar a viabilidade desa futura convivencia.

En relación á necesidade de atender a problemática das situacións da soidade non desexada a partir dun enfoque comunitario que permita recuperar vínculos de cercanía nos entornos próximos (barrios e vilas)

- Cómpre matizar que as causas da soidade difiren en función de onde se sitúe a realidade a analizar dentro do eixo rural-urbano. Así, no contexto rural galego ten un peso específico a taxa de dispersión da poboación que se sitúa cinco veces por riba da media estatal (IGE). Por outro lado, no ano 2020, o índice de avellentamento acadou o 160'4% (IGE). Isto, engadido á emigración cara as grandes urbes da xente máis nova devén nunha espiral de baleirado poboacional e perda de servizos que debilita ás dinámicas de apoio mutuo.

- No caso urbano, o escenario vese afectado por unha forte competitividade derivada da necesidade de atopar unha estabilidade laboral nun contexto onde o mercado de traballo presenta altas taxas de desemprego e temporalidade[12]. Será necesario ter presentes como inciden as inercias individualistas que teñen como consecuencia a perda do sentido de pertenza e identidade a unha comunidade de referencia.

- Destácase a importancia de recuperar esa vida de barrio dun pasado próximo na que o entorno cercano garantizaba o "apoio mutuo" e reducía situacións de soidade.

- Nas entrevistas en profundidade destácanse boas prácticas xa implementadas na contorno próxima por outras entidades ou asociacións que habería que incorporar na proposta piloto co fin de *evitar a duplicidade de recursos.* Polo tanto recoméndase definir a iniciativa piloto que incorpore accións xa en marcha, que funcionan e xeran impacto e espazos de convivencia no entorno comunitario, xerando sinerxias entre o conxunto de actores que favorecen unha sociedade mais inclusiva e participativa.

- Varias veces foi destacada a necesidade de incorporar, nesa aposta de recuperar espazos públicos que favorezan a convivencia, tamén *a clave urbanística* no deseño das actividades procurando levar a cabo accións nos entornos de barrio que favorezan encontros interxeracionais que promovan o diálogo e o uso e disfrute dos espazos comunitarios que permitan, pouco a pouco, recoñecerse e identificarse.

- Ampliar unha ollada que incorpore as *especificidades dos contextos rurais,* con especial atención á localización e os espazos de ocio das vilas, ao funcionamento do transporte público en función das diferentes mobilidades, á existencia de redes comunitárias nos entornos rurais.

- Debe prestarse atención aos procesos migratorios actuais xa que poden ser unha xanela de oportunidade para captar e fixar poboación no eido rural. Para iso, cómpren accións destinadas a fomentar o encontro e relación co obxectivo de forzar comunidades cohesionadas. No eido urbán, será necesario incorporar accións que poñan en valor a diversidade.

- Adicar espazos para a reflexión e abordaxe da problemática da soidade a fin de sensibilizar e poñer no centro da axenda pública esta realidade e avanzar na deconstrución dos prexuizos e estigmas que xiran arredor deste fenómeno.

[12] 1 Segundo a última enquisa do INE (2021), a taxa total de desemprego en Galicia sitúase no 13,61% e a de temporalidade en Galicia nun 24,2%.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, Eduardo (2009)"Individualismo e identidad humana". Universidad Autónoma de Madrid
- Blanco, Agustín; Chueca, Antonio; López-Ruiz, José A. e Mora, Sebastián (2020): Informe España 2020, Madrid : Universidad Pontificia Comillas, Cátedra J.M. Martín Patino.
- CIS (2021). Estudio n°3312. Encuesta sobre la salud mental de los/as españoles/as durante la pandemia de la Covid-19.
- Elizalde San Miguel, Begoña (2020). "La diversidad familiar ante el reto de los cuidados. Universidad Pública de Navarra.
- Enciso, G. y Lara, A. (2013). El giro afectivo. Athenea Digital: revista de pensamiento e investigación social 13, 101-120.
- Fantova, Fernando (2019). Soledad no deseada: buscando claves para la intervención, 2/12/2019. Dispoñíbel en: http://fantova.net/?p=2785.
- Fantova, Fernando (2020a). ¿Soledad no deseada o exclusión relacional?, 27/01/2020. http://fantova.net/?p=2836&lang=eu.
- Fantova, F. (2020b). Soledad no deseada y exclusión social. 02/12/2020 http://fantova.net/?p=3189
- Fantova, Fernando (2020c). La soledad no deseada, visitada por el virus, 19/05/2020. http://fantova.net/?p=2978&lang=eu.
- Fantova, Fernando (2020d). Diez perchas para la prevención de la soledad, 26/06/2020. http://fantova.net/?p=3028.
- Fantova, Fernando (2021). Vectores de la acción comunitaria, 11/01/2021. http://fantova.net/?p=3233.
- FOESSA (2018). Exclusión Estructural e Integración Social. Madrid: FOESSA, Cáritas Española editores.
- FOESSA (2019). Análisis y perspectivas 2018. Exclusión estructural e integración social. Madrid: FOESSA, Cáritas Española editores.
- Freixas, Anna (2008)."La vida de las mujeres mayores a la luz de la investigación gerontológica feminista", Anuario de Psicología, vol. 39 (1), 41-57 .
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). "Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: A meta-analytic review". Perspectives on Psychological Science, 10, 227-237.
- INFORME España 2020 . Cátedra José María Martín Patino de la Cultura del Encuentro ; [coordinación y edición Agustín Blanco, Antonio Chueca, José Antonio López-Ruiz y Sebastián Mora]. -- Madrid : Universidad Pontificia Comillas, Cátedra J.M. Martín Patino, 2020.
- La Caixa (2020): Repensar la ciudad. Estrategias y políticas contra el aislamiento y la soledad, Sesión del grupo cooperativo Tangente, 22/10/2020. Dispoñíbel en: https://caixaforum.es/es/madrid/p/repensar-la-ciudad-estrategias-y-politicas-contra-el-aislamiento-y-la-soledad_a10445246
- Luhmann, M. e Hawkley, L.C. (2016): "Age Differences in Loneliness From Late Adolescence to Oldest Old Age", Developmental Psychology, 62 (6), 943-59.

- Mariño, Henrique (2020). "¿Por qué nos sentimos tan solos? El coronavirus no tiene toda la culpa". Público, 12/11/2020. Dispoñíbel en: Soledad: ¿Por qué nos sentimos tan solos? El coronavirus no tiene toda la culpa | Público (publico.es).
- Martínez, Elena; de la Fuente, Iria Noa; García-Calderón, Israel e Ulbrich, Thomas (2019). Cuando la casa nos enferma 2. Impactos en el bienestar social y emocional, Madrid: Provivienda.
- NNUU, (2021). Social isolation and loneliness among older people: advocacy brief. World Health Organization.
- Palma-Ayllón, Elena e Escarabajal-Arrieta, María Dolores (2021). "Efectos de la soledad en la salud de las personas mayores, Gerokomos, 32(1): 22-25
- Perlman D. e Peplau L.A. (1981). "Toward a social psychology of loneliness". En: Duck S, Gilmour, R. (eds.), Personal relationships in disorder, London: Academic Press, pp. 31-56.
- Yarker Sophie (2019), Social Infrastructure: how shared spaces make communities work.
- VVAA (2020): "Estrategia de Guipuzkoa ante las soledades". Diputación Foral de Guipozkoa.
- Vázquez, Iria e Verde, Carmen (2020): "Implementación del enfoque de género en un proyecto de investigación-acción sobre exclusión social", Interacción y perspectiva: Revista de Trabajo Social, Vol. 10, N°. 1: 3-28.
- Yanguas, Javier; Cilveti, Amaya y Segura, Cristina (2019): ¿A quién afecta la soledad y el aislamiento social?, El Observatorio Social, la caixa. Dispoñíbel en: https://observatoriosociallacaixa.org/-/soledad-personas-mayores.
- Yanguas, Javier; Cilveti, Amaya; Hernández, Sonia; Pinazo-Hernandis, Sacramento; Roig, Susanna e Segura, Cristina (2018): "El reto de la soledad en la vejez", Zerbitzuan: Gizarte Zerbitzuetarako Aldizkaria / Revista de Servicios Sociales, 66, 61-75.
- Yuste, Rubén (2019). "La soledad no deseada en el ámbito de la gerontología", Trabajo Social Hoy 88, 25-42.
- Weiss, Robert S. (1973). Loneliness: the experience of emotional and social isolation. Cambridge: MIT Press.
- Zebhauser A., et al. (2014). "How much does it hurt to be lonely? Mental and physical differences between older men and women in the KORA-Age Study", International journal of geriatric psychiatry, 29 (3), 245-252.

8. ANEXOS

Anexo 1_
Presentación Proxecto

Anexo 2_
Díptico Informativo

Anexo 3.1_
Datos sociodemográficos Galicia

Anexo 3.2_
Datos Sociodemográficos Vigo e Ribadavia

Anexo4.1_
Guión Entrevistas en Profundidade

Anexo 4.2_
Resumo Entrevistas en Profundidade

Anexo 5.1_
Folla de ruta Grupo Discusión

Anexo 5.2_
Resultados Grupo de Discusión

Anexo 6_
Boas prácticas identificadas

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

en colaboración con
Prôvivienda

ANEXO 1

PRESENTACIÓN DO PROXECTO

AS TRENZAS DA LOLA

AS TRENZAS DA LOLA

PROPOSTAS E IDEAS PARA ACOMPAÑARNOS ANTE A SOIDADE NON DESEXADA EN GALICIA

emaús FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA

Provivienda

1. POR QUE "AS TRENZAS DA LOLA" ?

Os desequilibrios estruturais do noso sistema xunto coa desaparición das vellas formas de vida comunitaria que axudaban á xente a sentirse identificada coa súa comunidade de pertenza, son elementos que condicionan unha tendencia progresiva ao aumento das desigualdades económicas e sociais na poboación, perpetuando así as dinámicas de exclusión social. Dinámicas que se materializan na vulneración de dereitos básicos como o acceso á vivenda e no incremento de factores asociados como a exclusión relacional, focos de atención prioritarios para *As trenzas da Lola.*

Porque, por unha banda, ademais da poboación que sistemáticamente queda excluida do accceso á vivenda, aumenta de xeito preocupante a capacidade para mantela no tempo. Segundo o informe *Efectos de la crisis económica en los órganos judiciales del Consejo General del Poder Judicial*, o total de desafiuzamentos practicados no 2019 ascendera a 2.271, casi 500 casos máis que o ano anterior.

Por outra banda, comézase a percibir que a soidade non desexada e o illamento relacional non son cuestións que únicamente afectan a colectivos tradicionalmente á marxe. É por isto que, a tendencia ascendente destes factores nas nosas vidas e a relevancia que teñen na manifestación do risco de exclusión social, obríganos a poñer irremediablemente o foco neles. En Galicia existe un elevado número de persoas que non teñen a ninguén con quen falar de temas persoais, en total 76.636 persoas se atopan nesta circunstancia. Delas, o 40,4% teñen entre 45 a 65 anos, e o 37,2% son maiores de 65 anos (enquisa estrutural de fogares, 2019, IGE). Esta realidade parece gardar unha estreita relación coa progresiva desintegración das redes de apoio naturais e coa reconfiguración do modelo de familia tradicional-nuclear. Estas redes, actúan coma un soporte social xenuíno que nace da comunidade e que contribúe á protección e coidado das persoas que a conforman, especialmente das que se atopan en situacións de maior vulnerabilidade.

Trátase dunha realidade que afecta especialmente á poboación das grandes urbes, atrapadas na inercia das lóxicas individualistas que penetran e afectan, cada vez máis, a todas as dimensións humanas: social, relacional, afectiva, económica, familiar, etc., contribuíndo á fragmentación social.

Non obstante, tamén atópase presente nos contextos rurais, onde as causas da soidade non desexada ubícanse no alarmante avellentamento poboacional que, sumado á súa dispersión e falta de renovación xeracional, está a debilitar as redes de apoio mutuo, ameazando coa súa extinción nun futuro que cada vez semella máis próximo.

Asemade, a actual crise que estamos a vivir xerada pola pandemia da COVID-19 a nivel mundial, pon de manifesto, aínda máis, a importancia das redes de axuda mutua e de apoio primario e comunitario como soporte para as persoas, especialmente cando nos atopamos en situación de vulnerabilidade. Se identifica como unha obriga colectiva a necesidade de repensar o modelo de coidados e atención establecido na nosa sociedade, tradicionalmente sustentado polas mulleres e que, en consecuencia, íntimamente vencellado a súa feminización, veñen sendo minusvalorados social e económicamente.

Este escenario esixe a posta en marcha de actuacións coordinadas que adopten perspectivas innovadoras e contribúan a restituír os vínculos afectivos e o coidado mutuo para que estes poidan funcionar novamente como impulso para a cohesión social. Por todo isto, mediante *As trenzas da Lola* afróntase o reto de buscar respostas conxuntas que fagan posible imaxinar escenarios onde os vínculos entre as persoas sexan un soporte que nos protexa, especialmente nas situacións de dificultade. En definitiva, respostas que contribúan a cubrir as nosas necesidades de afecto e coidado, atendendo tamén ás que teñen que ver coa protección e seguridade que aporta a garantía dunha vivenda estable.

Inspirado no conto infantil *As Trenzas do Avó* da editorial Kalandraka, o título deste proxecto quere poñer no centro a capacidade da comunidade para o coidado mutuo e o tecido de relacións que contribúan ao benestar e á superación das nosas dificultades.

2.
QUE É E QUE QUEREMOS ACADAR?

As trenzas da Lola é un proxecto de investigación, aínda que non só é iso. A partir da análise, diagnóstico e estudo das realidades identificadas, preténdese chegar á formulación colectiva de respostas alternativas. Será un proceso no que participen persoas afectadas e outras achegadas polo seu vínculo profesional ou por formar parte da comunidade de referencia.

O obxectivo

Analizar e identificar colaborativamente as causas que derivan en situacións de soidade non desexada e exclusión residencial para xerar respostas conxuntas que axuden a desactivalas a partir do fortalecemento de redes comunitarias de apoio social mutuo e os vínculos relacionais.

O reto

As Trenzas da Lola buscan ser os fíos condutores a través dos que **construír colectivamente alternativas para facerlle fronte á exclusión social.** Para isto, pretendemos acadar:

Un Estudo (diagnóstico) sobre a realidade relacional e da vivenda en Galicia, analizando dúas variables específicas:

> **O illamento, a soidade e a carencia de vínculos afectivos e redes de apoio e coidados** que afectan a unha porcentaxe significativa da cidadanía galega.
>
> **A dificultade de acceso á unha vivenda digna** que se manifesta, especialmente, en contextos de crise económica e, en especial, cando as persoas nos vemos afectadas por procesos de exclusión social.

A formulación dunha proposta de proxecto piloto que recolla a lóxica interna dunha acción orientada a resolver os problemas de soidade e de carencia de apoio social das persoas destinatarias, pretendendo incidir, no seu caso, na mellora das condicións de acceso e mantemento a unha vivenda digna daquelas persoas en situación de especial vulnerabilidade.

3.
QUEN SOMOS?

EMAÚS GALICIA.
ENTIDADE RESPONSABLE

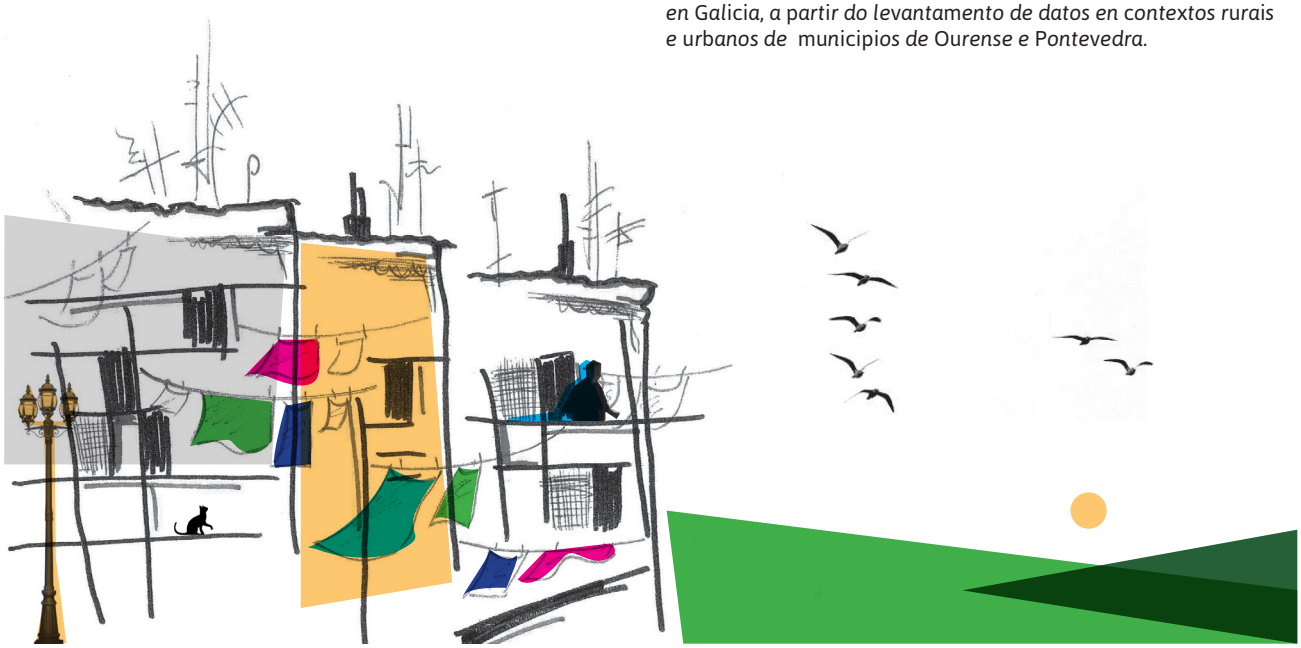
Organización de carácter social, laica, sen ánimo de lucro, que promove e acompaña procesos transformadores, individuais ou colectivos, nos ámbitos social, económico e ambiental, priorizando a mellora das condicións de vida e o empoderamento das persoas en situación ou risco de exclusión social. Emaús conta cunha delegación estable de traballo en Galicia, en Vigo, dende o ano 2006.
É a entidade que coordina o proxecto, a través das diferentes actividades, e será a responsable da interlocución coa Dirección Xeral de Inclusión Social.

ASOCIACIÓN PROVIVIENDA.
ENTIDADE COLABORADORA

Entidade social sen ánimo de lucro que ten como obxectivo principal mellorar a realidade socio-residencial das persoas, sobre todo daquelas en especial vulnerabilidade. Orienta o seu traballo a mellorar as condicións de acceso e mantemento dunha vivenda axeitada, sempre baixo os principios da autonomía, a corresponsabilidade e a non discriminación. Provivienda conta cunha delegación estable de traballo en Galicia, en Vigo, dende o ano 2017.
É a entidade que apoiará a Emaús ao longo de todo o traballo, na fase de diagnose e de formulación da proposta, como experta coñecedora da realidade da vivenda tanto na provincia de Ourense como de Pontevedra.

DIRECCIÓN XERAL DE INCLUSIÓN SOCIAL DA CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL. XUNTA GALICIA.
ENTIDADE FINANCIADORA

A administración autonómica galega pon o foco na necesidade de avanzar na identificación de solucións residenciais alternativas para persoas en risco ou situación de exclusión social ao tempo que se contribúa á redución da vulnerabilidade das persoas maiores que viven soas ou persoas con déficits relacionais, carencia de apoio social e dificultades de participación social.
É a entidade pública que apoia a financiación desta proposta, que permitirá definir solucións á realidade da soidade non desexada en Galicia, a partir do levantamento de datos en contextos rurais e urbanos de municipios de Ourense e Pontevedra.



4. COMO O IMOS FACER?

As trenzas da Lola inspírase na metodoloxía da investigación da acción participativa (IAP), xa que busca transformar a realidade e afrontar os problemas dunha poboación a partir dos seus recursos e da súa participación. Mediante o emprego desta metodoloxía preténdese enfatizar a importancia e a riqueza da investigación colectiva, así como a posta en práctica baseada na propia experiencia.

A nivel cronolóxico, o traballo a desenvolver divídese en dous momentos clave: a **investigación** e a **formulación.**

1ª FASE: A DA INVESTIGACIÓN.
Buscarase chegar a conclusións que nos permitan obter unha **diagnose** o máis fiel posible da realidade obxecto de análise. Para iso, ademais dunha revisión documental e de boas prácticas, así como unha análise en profundidade das fontes de datos sociodemográficos, apoiarémonos no traballo de campo a través das seguintes ferramentas:

- **Entrevistas en profundidade** a informantes clave, persoas que precisamos incorporar no proceso polas súas vivencias, experiencias e/ ou coñecementos sobre o obxecto de análise. O equipo de traballo do proxecto recollerá a información proporcionada polas persoas entrevistadas e, seguidamente, a analizará para identificar puntos de confluencia e ideas-forza.

- **Mesas de traballo** para debater e reflexionar conxuntamente sobre as problemáticas descritas, a partires da revisión documental previa realizada polo equipo técnico e das conclusións extraídas na análise das entrevistas.

Esta fase tivo o seu inicio en setembro de 2020 e rematará a finais de xaneiro de 2021[1]

2ª FASE: A DA FORMULACIÓN DE PROPOSTAS DE ACCIÓN.
Organizaranse **xornadas de traballo** orientadas a xerar reflexión e ideas colectivas, nas que nos apoiaremos **para o deseño dun proxecto piloto** que pretende achegar respostas ás necesidades detectadas ao longo de todo o proceso. Esta proposta, así como os resultados acadados en todo o proceso, será presentada á Dirección Xeral de Política Social da Xunta de Galicia.

Desenvolverase entre o mes de xaneiro e febreiro de 2021[2]

[1-2] Planificación suxeita á evolución da pandemia da Covid-19

5. CON QUEN O QUEREMOS FACER?

Dende o punto de vista metodolóxico, pártese da premisa que sostén que o coñecemento da realidade constrúese de xeito máis próximo e profundo cando nace da articulación e combinación de todas as miradas e perspectivas. Tamén cremos que as raíces da exclusión social están relacionadas con cuestións estruturais e que, polo tanto, as respostas para combatela esixen a implicación de todos os sectores da sociedade. Así, apostamos por un enfoque de construción do coñecemento que parta da **corresponsabilidade social** para buscar respostas ante a problemática descrita. Un enfoque baseado na xeración de coñecemento colectivo, convidando a participar a diversos perfís da cidadanía. Todos eles, posúen experiencias, coñecementos e puntos de vista que é preciso incorporar para aspirar a acadar respostas virtuosas tanto dende a perspectiva técnica coma social. Por iso, **buscaremos trenzar puntos de vista, opinións e recomendacións colectivas**. Deste modo, identifícase como imprescindible incorporar a:

1. **Persoas que están a sentirse afectadas polas situacións descritas.**
2. **Profesionais que colaboran para tentar mudar esas realidades.**
3. **Todas as persoas, colectivos e institucións que queiran e poidan achegar ideas ao respecto.**

6. ONDE O IMOS FACER?

Para o traballo de campo, decidiuse apostar polas provincias de **Pontevedra** (Vigo) e **Ourense** como ámbito de actuación porque:

- Constitúen os dous territorios con presencia institucional das dúas entidades promotoras desta iniciativa.

- Existen contrastes relevantes. O contexto máis urbano e costeiro da provincia de Pontevedra e, en concreto, do municipio de Vigo, fronte ao contexto máis rural da provincia de Ourense e, en particular, do municipio de Ribadavia. Esta realidade, permitiranos avaliar a posible implementación do proxecto piloto identificado en diferentes ambientes territoriais, detectando feblezas e potencialidades con respecto á variable rural/urbana.

Contamos contigo!

Podes poñerte en contacto con Emaús Galicia.

Ronda de Don Bosco 9 int. baixo 36202 Vigo
986 220 284
inclue@emaus.com

Compartiremos todas as dúbidas ou reflexións que teñas.
Moitas grazas!

emaús FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA

Provivienda

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

en colaboración con
Prôvivienda

ANEXO 2

DÍPTICO INFORMATIVO

AS TRENZAS DA LOLA

AS TRENZAS DA LOLA

PROPOSTAS E IDEAS PARA ACOMPAÑARNOS ANTE A SOIDADE NON DESEXADA EN GALICIA

Nas nosas cidades e vilas vemos que, cada vez, existe menos tempo e oportunidades para compartir as cousas que nos van pasando a nivel persoal e como comunidade. Isto provoca que nos vaiamos desconectando máis e que se reduzan os vínculos para cultivar o apoio, a escoita ou os coidados.

Ao mesmo tempo, os estudos e últimos datos indican que está a aumentar o número de persoas que nos sentimos soas. Esta soidade inflúe negativamente na nosa calidade de vida e, aínda máis, cando nos atopamos con dificultades para facer fronte a necesidades vitais como a vivenda.

POR ISTO...

Queremos coñecer en profundidade a realidade de persoas que:

- Se sinten soas e lles gustaría atoparse máis acompañadas.
- Teñen dificultades para acadar unha vivenda.

PARA QUE?

Para buscar ideas conxuntas e propostas que axuden a fortalecer a comunidade e así mellorar a calidade de vida das persoas que a conforman.

TI ES IMPORTANTE!

Para facelo ben, necesitamos a túa información e colaboración:

1
Se es unha persoa que se sinte soa e che gustaría diminuír esa sensación.

2
Se es unha persoa que ten dificultades de acceso a unha vivenda.

3
Se coñeces alguén que se atopa nalgunha destas situacións na túa vila ou no teu barrio.

Gustaríanos ter unha **conversa persoal contigo,** porque ti es parte da solución. A túa visión e a túa experiencia son necesarias para avanzar no obxectivo desta iniciativa.

E DESPOIS... QUE?

Entre todas, acompañadas por un equipo de profesionais, buscaremos respostas para deseñar un proxecto que revitalice os vínculos entre as persoas dun territorio. Respostas que contribúan a cubrir as nosas necesidades de afecto, coidado e interacción, e incluso as que teñen que ver coa protección e seguridade que aporta a garantía dunha vivenda estable.

CONTAMOS CONTIGO!

Se pensas que tes que algo que achegar, compartir, ou tes dúbidas ou algo que comentar, podes poñerte en contacto con **Emaús Galicia.** Somos a entidade que executa o proxecto en colaboración coa Asociación Provivienda e o apoio da Xunta de Galicia.

Emaús é unha organización de carácter social, laica, sen ánimo de lucro, que acompaña a persoas que se atopan en risco ou situación de exclusión social para tentar axudar a mellorar a súa calidade de vida.

Temos as nosas oficinas en **Vigo,** na Ronda de Don Bosco 9, int. baixo. 36202. Podes chamar ao teléfono **986 220 284** ou escribirnos ao enderezo **inclue@emaus.com** e compartiremos todas as dúbidas ou reflexións que teñas!

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA

Provivienda

Inspirado no conto infantil As Trenzas do Avó da editorial Kalandraka, o título deste proxecto quere poñer no centro a capacidade da comunidade para o coidado mutuo e o tecido de relacións que contribúan ao benestar e á superación das nosas dificultades.

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

en colaboración con
Prôvivienda

ANEXO 3.1

INFORME DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS GALICIA

AS TRENZAS DA LOLA

INFORME DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS GALICIA

A composición da poboación en Galicia.
A composición da poboación a nivel territorial
A composición dos fogares en Galicia
A atención formal ás persoas maiores e dependentes
Análise do illamento e da soidade non desexada
A exclusión social e residencial en Galicia

A COMPOSICIÓN DA POBOACIÓN EN GALICIA

En primeiro lugar, faremos unha descrición sociodemográfica xeral de Galicia, para despois centrarnos nas particulariedades territoriais do proceso de envellecemento. O último dato dispoñíbel procede do Padrón Municipal de habitantes de xaneiro de 2020. Porén, esta fonte só mostra un resumo dos datos, polo que para datos máis detallados, empregaremos tamén as fontes de datos referidos ao ano 2019.

TÁBOA. POBOACIÓN POR SEXO E IDADE, GALICIA, 2020.

Idade	Galicia	Homes	Mulleres
Total	2.700.269	1.299.371	1.400.898
0-4	91.173	46.971	44.202
5-9	107.957	55.888	52.069
10-14	116.882	59.937	56.945
15-19	110.810	57.071	53.739
20-24	108.408	55.464	52.944
25-29	122.303	62.042	60.261
30-34	140.992	70.616	70.376
35-39	182.238	91.267	90.971
40-44	225.199	112.025	113.174
45-49	217.803	108.295	109.508
50-54	209.016	102.320	106.696
55-59	196.714	95.656	101.058
60-64	183.089	88.104	94.985
65-69	163.706	77.831	85.875
70-74	159.256	73.444	85.812
75-79	130.453	57.368	73.085
80-84	101.960	41.051	60.909
85-89	83.874	30.004	53.870
90-94	36.803	11.179	25.624
95-99	9.789	2.418	7.371
100 e máis	1.844	420	1.424

Fonte: INE, padrón municipal de habitantes (2020).

O total da poboación galega ascende a 2.700.269 persoas, da cal un 51,9% son mulleres. Se abrangamos o periodo temporal temos que sinalar que en 1950 a nosa comunidade contaba case coa mesma poboación, 2.701.803 persoas. Porén, desde mediados do século XX tense dado un gran cambio na composición por idades da poboación galega, o que se ten coñecido como o proceso de "envellecemento demográfico", que non é un proceso exclusivo de Galicia, senon característico das sociedades que superaron a primeira transición demográfica cara un réxime demográfico "moderno", onde as taxas de mortalidade e natalidade son baixas, e tamén o é o crecemento poboacional.
O envellecemento da poboación é un fenómeno que adoita definirse como o aumento da proporción de maiores de 65 anos con respecto ao total da poboación (Gernardo Hernández e Mª del Carmen Meléndez, 2010). No caso galego, para o ano 2020, as persoas maiores supoñen o 25,5 da poboación total. Este dato é superior á media española, que se sitúa no 19,4 (INE, 2020).

Como é sabido, a poboación galega mostra un importante proceso de envellecemento en Galicia. Existen tres procesos clave para comprender este proceso en Galicia: o aumento da esperanza de vida, a caída da fecundidade e os movementos migratorios, todos procesos que se inflúen uns aos outros (Pérez-Caramés, 2019). Por unha banda hai que sinalar que o aumento da esperanza de vida é un logro relevante do pasado século XX; mentres que a caída da fecundidade e as ondas migratorias son fenómenos que teñen deixado tamén unha importante pegada na composición demográfica galega.
É importante para o noso proxecto salientar que o envellecemento é un proceso que ven marcado polo sexo. En concreto, as mulleres supoñen o 57,3% das persoas maiores de 65 anos en Galicia.
Por outra banda, ademais desta definición xeral do envellecemento, existen outras medidas máis específicas. En concreto, mostraremos os datos índice de envellecemento en Galicia, que se define como a proporción de persoas de 65 ou máis anos con respecto á poboación de menores de 20 anos. Este índice sitúase neste ano 2020 en 160,5; o que significa, polo tanto, que por cada 100 persoas menores de 20 anos hai 160 de 65 e máis anos.
O Instituto Galego de Estatística móstranos unha serie histórica onde se expoñen os datos do índice de envellecemento desde o ano 2002. Como podemos observar na seguinte táboa, este índice mostra un crecemento dun 34,1.

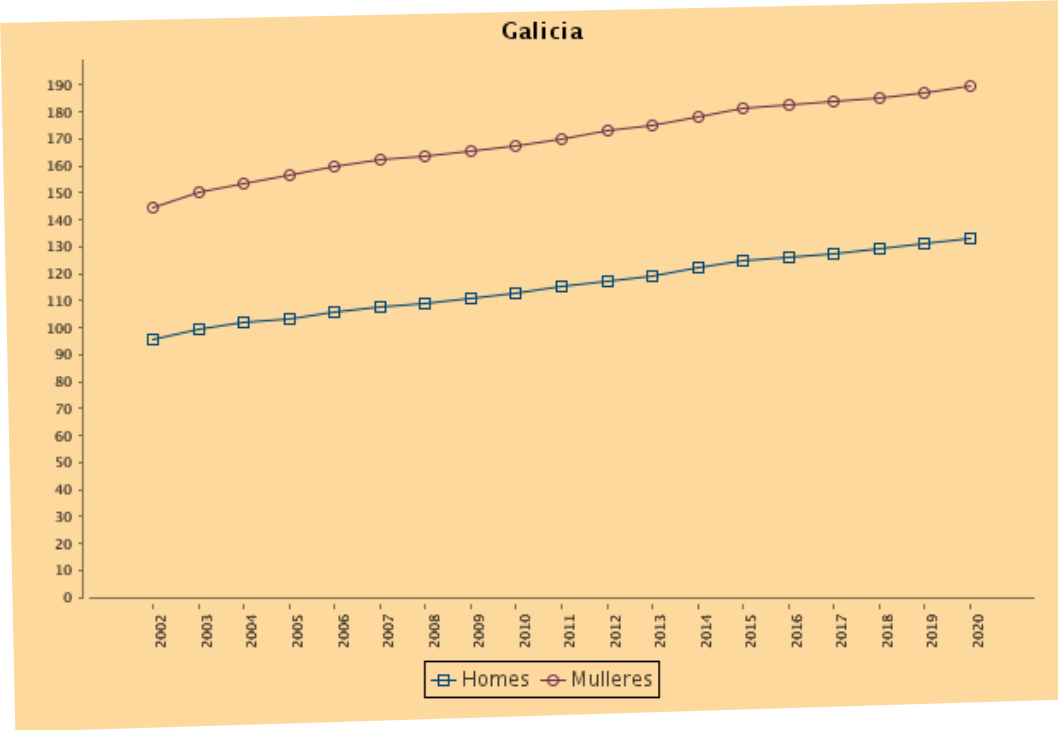
TÁBOA. ÍNDICE DE ENVELLECEMENTO, DE 2002-2020. GALICIA

Ano	Galicia
2002	119,7
2003	124,1
2004	126,9
2005	129,2
2006	132,3
2007	134,2
2008	135,5
2009	137,2
2010	139,4
2011	141,9
2012	144,2
2013	146,1
2014	149,3
2015	151,9
2016	153,6
2017	154,7
2018	156,4
2019	158,1
2020	160,5

Fonte: IGE

Así mesmo, no seguinte gráfico faise patente que este proceso está claramente marcado polo sexo. O índice de envellecemento toma sempre para as mulleres valores superiores ao dos homes.

GRÁFICO. SERIE HISTÓRICA DO ÍNDICE DE ENVELLECEMENTO POR SEXO



Fonte: IGE, serie histórica.

A COMPOSICIÓN DA POBOACIÓN A NIVEL TERRITORIAL

Por outra banda, como comentamos arriba, o proceso de envellecemento en Galicia, ademais de ser un proceso marcado polo sexo, tamén posúe unha importante particulariedade territorial. A provincia de Ourense é a que maior índice presenta, tanto na actualidade, como nos anos 2010 e 2000. En segundo lugar sitúase a provincia de Lugo, seguida da Coruña e Pontevedra. De feito, unha das transformacións de máis relevo acaecidas nos último anos corresponde á distribución da poboación sobre o territorio galego: o éxodo rural-urbano que se ten producido desde mediados do século XX ten marcado un reparto da poboación ben distinto na actualidade, cun aumento moi relevante do peso demográfico dos concellos ao redor do eixo atlántico. O proceso de envellecemento é un proceso complexo, marcado non só pola baixa da taxa de fecundidade e o aumento da esperanza de vida, senon tamén e no caso galego cun peso relevante, das ondas migratorias, tanto dentro do noso territorio como cara o estranxeiro.

TÁBOA. ÍNDICE DE ENVELLECEMENTO POR PROVINCIAS.

	2020	2010	2000
A Coruña	193,6	170,8	141,6
Lugo	270,8	275,9	223,9
Ourense	301,0	282,2	229,9
Pontevedra	168,3	134,2	110,5

Fonte: elaboración propia a partir do IGE

O Instituto Galego de Estatística permítenos acceder a determinados indicadores sociodemográficos a nivel provincial que nos proporcionan unha visión xeral da poboación galega e a súas particulariedades territoriais. Como vemos a continuación, os contrastes máis relevantes se dan nas distintas cifras relativas á densidade de poboación: a provincia de Pontevedra posúe unha elevada densidade de poboación, 209,4 habitantes por quilómetro cadrado, seguida da provincia da Coruña (141,1), e moi lonxe, se sitúan as provincias de Ourense e Lugo. En segundo lugar, a idade media por provincia visibiliza o marcado nesgo territorial do proceso de envellentamento. Máis abaixo analizaremos esta idade media tamén por sexo. Por último as porcentaxes de poboación por grupos de idade mostran novamente o a incidencia do proceso de envellecemento nas provincias de Ourense e Lugo.

TÁBOA. INDICADORES DE POBOACIÓN, GALICIA E PROVINCIAS, 2019.

	A Coruña	Lugo	Ourense	Pontevedra
Densidade de poboación	141,1	33,4	42,3	209,4
Idade media no 1 de xaneiro	46,9	49,8	50,7	45,6
Porcentaxe de poboación menor de 20 anos	16,1	13,6	13,3	17,3
Porcentaxe de poboación entre 20 e 64 anos	59,3	57,4	55,4	60,2
Porcentaxe de poboación de 65 e máis anos	24,6	29,0	31,4	22,5

Fonte: elaboración propia a partir de indicadores demográficos, IGE, 2019.

Na seguinte táboa recollemos outra serie de indicadores de poboación. Entre eles, queremos destacar o grande contraste que se detecta no índice de depedencia global por provincia. Ourense lidera ese índice, seguida de Lugo, A Coruña e Pontevedra. Este índice mide a relacion entre os grupos de poboación potencialmente dependentes (menores de 15 anos e maiores de 64 anos), e o grupo de poboación en idade potencialmente activa (entre 15 e 64 anos).

TÁBOA. OUTROS INDICADORES DE POBOACIÓN, 2019.

	Galicia	A Coruña	Lugo	Ourense	Pontevedra
Índice de dependencia global	58,8	58,0	64,3	70,0	54,7
Índice de dependencia xuvenil	18,9	19,2	16,6	16,7	19,9
Índice de dependencia senil	40,0	38,8	47,7	53,3	34,8
Índice de estrutura da poboación en idade activa	151,1	153,3	157,1	158,2	144,6
Índice de recambio da poboación en idade activa	164,5	166,7	204,5	199,0	142,6
Índice de masculinidade	93,3	92,4	94,4	93,0	94,2

Fonte: elaboración propia a partir de indicadores demográficos, IGE, 2019.

A continuación, recolleremos a idade media por sexo e provincias, voltando a constatar como o proceso de envellecemento posúe unha incidencia marcada polo sexo e a distribución territorial. Por unha banda, faise patente que Galicia posúe unha idade media catro anos superior á media estatal, con 47,5 anos de media, un número que alcanza os 49 anos nas mulleres. Por sexo, é claro que a media de idade sempre é superior para as mulleres, dada a súa maior esperanza de vida: unha diferenza que se fai máis evidente en Galicia que na media estatal.

TÁBOA. IDADE MEDIA POR SEXO, COMUNIDADES E PROVINCIAS, 2020.

	ESPAÑA	GALICIA	Coruña, A	Lugo	Ourense	Pontevedra
TOTAL	43,6	47,5	47,2	50,1	50,8	45,9
Homes	42,2	45,9	45,5	48,6	49,1	44,3
Mulleres	44,8	49,0	48,7	51,4	52,4	47,5

Fonte: elaboración propia a partir do INE, 2020.

Por outra banda, os datos definitivos procedentes do Padrón Municipal de habitantes de 2019 permítennos analizar tamén a idade media en Galicia en función da nacionalidade. Como podemos observar, a poboación estranxeira posúe unha idade media moito máis baixa (36,9) que a poboación española en Galicia (47,7).

TÁBOA. IDADE MEDIA POR ESPAÑOLES-AS/ESTRANXEIROS-AS, POR PROVINCIAS E SEXO, 2019.

	Españoles/as					Estranxeiro/as				
	Galicia	Coruña, A	Lugo	Ourense	Pontevedra	Galicia	Coruña, A	Lugo	Ourense	Pontevedra
Total	47,7	47,3	50,6	51,2	45,9	36,9	36,0	34,7	38,9	37,9
Homes	45,9	45,6	49,1	49,42	44,2	36,6	35,4	34,7	38,7	37,9
Mulleres	49,2	48,9	52,0	52,9	47,5	37,1	36,6	34,7	39,2	37,9

Fonte: Elaboración propia a partir do Padrón Municipal Habitantes (INE), 2019.

Certamente, a poboación con nacionalidade estranxeira ten un reparto territorial heteroxéneo. E son as provincias da Coruña e Pontevedra as que concentran ao 71,5% da poboación con nacionalidade estranxeira en Galicia.

TÁBOA. POBOACIÓN CON NACIONALIDADE ESTRANXEIRA POR PROVINCIAS, 2019.

	Número	Porcentaxe
GALICIA	100.868	100
Coruña, A	38.107	37,8%
Lugo	14.584	14,5%
Ourense	14.171	14,0%
Pontevedra	34.006	33,7%

Fonte: Elaboración propia a partir do Padrón Municipal Habitantes (INE), 2019.

Hai que ter en conta que a nacionalidade só visibiliza un tipo de migrantes, xa que hai persoas nacidas no estranxeiro pero que posúen nacionalidade española; a nivel sociolóxico definimos as persoas migrantes como aquelas que nacen nun país diferente ao que residen; independemente de non posuír a nacionalidade española. É o caso por exemplo de moito/as fillo/as ou neto/as de persoas galegas que emigraron nun volume importante no século pasado a América Latina ou Europa. Como podemos observar na seguinte táboa, o volume de persoas nacidas no estranxeiro e que residen en Galicia superan con moito ás persoas de nacionalidade estranxeira, consecuencia do fenómeno relatado anteriormente. A nivel provincial constátase de novo o peso que posúen as provincias da Coruña e Pontevedra na concentración, neste caso, de poboación nacida no estranxeiro.

TÁBOA. POBOACIÓN NACIDA NO ESTRANXEIRO POR PROVINCIAS, 2019

	Nacidos/as no estranxeiro	Porcentaxe
Galicia	234.017	100
A Coruña	94881	40,5
Lugo	25223	10,8
Ourense	35198	15,0
Pontevedra	78715	33,6

Fonte: Elaboración propia a partir do Padrón Municipal Habitantes (INE), 2019.

Por outra banda, outro proceso de interese a nivel territorial, ten que ver co denominado índice de "sobre-avelllentamento", que se refire á porcentaxe que representa a poboación de 85 ou máis anos dentro do grupo de poboación de 65 ou máis anos. As provincias de Lugo e Ourense posúen unha sobre-representación respecto á media galega de maiores de 85 anos.

TÁBOA. ÍNDICE DE SOBRE-ENVELLECEMENTO, 2020.

	España	Galicia	A Coruña	Lugo	Ourense	Pontevedra
2020	16,9	19,2	18,1	22,8	22,2	17,5

Fonte: IGE, 2020

Novamente, temos que sinalar que este proceso ten unha clara particulariedade de xénero. Como observarmos na seguinte táboa, as mulleres en Galicia posúen un índice de sobre-envellecemento de 22,2, máis de sete puntos por riba dos varóns. Por outra banda, a nivel territorial hai que sinalar que as mulleres da provincia de Lugo e Ourense superan un índice do 25, mostrando a incidencia territorial e de xénero deste proceso de sobre-envellecemento.

TÁBOA. ÍNDICE DE SOBRE-ENVELLECEMENTO POR SEXO, 2020.

	España	Galicia	A Coruña	Lugo	Ourense	Pontevedra
Homes	13,3	15,1	14,0	18,8	18,1	13,3
Mulleres	19,7	22,2	21,2	26,0	25,4	20,6

Fonte: IGE, 2020

Por último neste apartado, imos recoller dun xeito máis desagregado e detallado o proceso de envellecemento para as provincias de Pontevedra e Ourense. En concreto, recolleremos a continuación aqueles municipios con maior taxa de envellecemento en ambas provincias.

LISTADO DOS 10 CONCELLOS OURENSÁNS CON MAIORES ÍNDICES DE ENVELLECEMENTO, 2019

Lobeira	1333,1
Parada de Sil	1163,5
Montederramo	1161,3
Calvos de Randín	1108,6
Beariz	1061,3
Verea	1029,3
San Xoán de Río	968,6
Gomesende	942,0
Bande	933,2
Castrelo de Miño	922,8

Fonte: elaboración propia a partir de indicadores demográficos, IGE, 2019.

Observando ambas táboas, faise patente o contraste nos índices de envellecemento de ambas provincias. Moitos dos concellos ourensáns superan o millar, mentres que na provincia de Pontevedra, os concellos con maiores índices de envellecemento non chegan a 600. O que mostran ambas táboas é a diferente distribución da poboacion galega a nivel territorial, con grandes contrastes nos procesos demográficos e na estrutura de poboación.

LISTADO DOS 10 CONCELLOS PONTEVEDRESES CON MAIORES ÍNDICES DE ENVELLECEMENTO, 2019

Dozón	578,8
Crecente	551,0
Agolada	524,8
Forcarei	510,6
Covelo	484,5
Rodeiro	478,7
Lama, A	350,8
Cerdedo-Cotobade	340,5
Fornelos de Montes	311,5
Vila de Cruces	301,1

Fonte: elaboración propia a partir de indicadores demográficos, IGE, 2019.

2. A COMPOSICIÓN DOS FOGARES EN GALICIA

É claro que o proceso de envellecemento e sobre-envellecemento é un fenómeno que pode afectar a procesos de illamento e soidade non desexada. Sen embargo, o noso enfoque sobre a poboación maior en Galicia alónxase dunha dunha ollada paternalista; certamente, as persoas maiores poden vivir soas dun xeito desexado, o cal debemos diferenciar daquelas situacións de illamento e soidade non desexada, que imos captar neste apartado. Deste xeito, a nosa pesquisa non se vai limitar ás persoas maiores de 65 anos; senon que detectaremos situacións de illamento e soidade non desexada en diferentes grupos de idade.

En primeiro lugar, analizaremos as formas de convivencia en Galicia, para despois pasar a examinar as escasas enquisas que detectan situacións de soidade e illamento na nosa comunidade. En Galicia existen máis dun millón de fogares. A tipoloxía máis numerosa é a de parella con fillo/as que conviven no mesmo fogar, con 322.200 fogares; en segundo lugar temos os fogares unipersoais: 283.000 persoas en Galicia conforman fogares unipersoais. Xa en terceiro lugar están os fogares compostos por parellas sen crianzas. Así mesmo, tamén é un dato relevante o volume de fogares monoparentais, que ascenden a 113.800. Porcentualmente, os fogares conformados por parellas con descendencia son o 29,6% do total; en segundo lugar o 26% dos fogares en Galicia son unipersoais, fogares que son foco específico da nosa investigación. Estas dúas tipoloxías de fogar aúnan polo tanto a máis do 55% dos fogares en Galicia. Outro fogar especialmente interesante para os nosos obxectivos son os fogares monoparentais, que supoñen o 10,4% dos fogares en Galicia.

TÁBOA. NÚMERO DE FOGARES EN GALICIA SEGUNDO TIPO DE FOGAR, 2019.

	Total
Total (tipo de fogar)	1.089.700
Fogar unipersoal	283.600
Fogar monoparental	113.800
Parella sen fillos/as que convivan no fogar	229.100
Parella con fillos/as que convivan no fogar: Total	322.200
Parella con fillos/as que convivan no fogar: 1 fillo/a	181.100
Parella con fillo/as que convivan no fogar: 2 fillos/as	125.200
Parella con fillos/as que convivan no fogar: 3 ou máis fillo/as	15.900
Núcleo familiar con outras persoas que non forman núcleo familiar	69.200
Persoas que non forman ningún núcleo familiar entre sí	30.400
Dous ou máis núcleos familiares	41.300

Fonte: Elaboración propia a partir da enquisa continua de fogares (INE), 2019.

Esta distribución dos fogares é bastante similar á media estatal a nivel español. Porén, hai algunhas diferenzas nos datos. Segundo a última enquisa continua de fogares (2019) a media española é superior nos fogares de parella con fillo/as, que supoñen o 33,4% dos fogares totais, por riba da media galega. Sen embargo, en Galicia temos unha porcentaxe levemente superior de fogares unipersoais á media estatal (25,7%), vinculado ao noso proceso de envellecemento.
Dados os nosos obxectivos, deterémonos na análise detallada tanto nos fogares unipersoais e monoparentais no contexto galego. En primeiro lugar, examinaremos a composición dos fogares unipersoais. Como se pode comprobar na seguinte táboa, as mulleres son maioría nos fogares unipersoais en Galicia. O 52,8% destes fogares están compostos por mulleres. Unha porcentaxe bastante similar á media do estado, que se sitúa en 54% (INE, 2019).

TÁBOA. POBOACIÓN RESIDENTE EN FOGARES UNIPERSOAIS POR SEXO, GALICIA, 2019.

	Total	Homes	Mulleres
Fogar unipersonal	283.600	134.000	149.600
Porcentaxe	100	47,2%	52,8%

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa continua de fogares (INE), 2019.

Se atendemos á composición por idades se comproba a importancia da poboación maior de 65 anos que vive soa. En concreto, segundo os últimos datos dispoñíbeis, o 44,6% dos fogares unipersoais en Galicia están compostos por persoas maiores de 65 anos. Ademais, este proceso que vincula os fogares unipersoais coa idade está claramente marcado polo xénero. En concreto, das 126.000 persoas maiores de 65 anos que viven soas, o 72,8% son mulleres. Noutras palabras, temos en Galicia 92.200 mulleres maiores de 65 anos que viven soas. Así, a nivel sociolóxico, o peso dos fogares unipersoais en Galicia ten un rostro de muller maior que vive soa.

TÁBOA. POBOACIÓN RESIDENTE EN FOGARES UNIPERSOAIS POR IDADE E SEXO, GALICIA, 2019.

	Total	Homes	Mulleres
Total	283.600	134.000	149.600
20-24 anos	700	..	700
25-29 anos	11.200	6.900	4.300
30-34 anos	18.500	12.400	6.100
35-39 anos	20.300	15.000	5.300
40-44 anos	17.600	11.800	5.800
45-49 anos	19.100	12.500	6.600
50-54 anos	21.000	13.900	7.100
55-59 anos	25.000	14.300	10.800
60-64 anos	23.400	12.800	10.600
65-69 anos	19.000	6.200	12.800
70-74 anos	26.500	9.000	17.400
75-79 anos	22.500	7.000	15.500
80-84 anos	30.000	7.500	22.500
85 anos ou máis	28.600	4.600	24.000

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa continua de fogares (INE), 2019.

Con respecto aos fogares unipersoais segundo grandes grupos de idade detectamos que os varóns, en cambio, son maioría nos fogares unipersoais durante a vida adulta, xustamente até chegar ao grupo de idade de 65 anos en adiante. É dicir, os homes compoñen o 63,5% dos fogares unipersoais dos 20 aos 64 anos, sendo minoría as mulleres que viven soas nesas idades. Sen embargo, dos 65 anos en adiante, a tendencia cambia dun xeito claro, e as mulleres concentran o 72,9% dos fogares unipersoais. É claro que isto está influenciado pola maior esperanza de vida das mulleres con respecto aos homes, pero nos da unha clara imaxe do diferente tipo de vellez que enfrontan as mulleres e os homes na nosa comunidade.

TÁBOA. POBOACIÓN RESIDENTE EN FOGARES UNIPERSOAIS POR GRANDES GRUPOS DE IDADE, GALICIA, 2019.

Grupos de idade	Homes	% Homes	Mulleres	% Mulleres
De 20-64 anos	99.600	63,5%	57.300	36,5%
De 65 anos en adiante	34.300	27,1%	92.200	72,9%

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa continua de fogares (INE), 2019.

En segundo lugar, outro dos fogares de especial interese para o noso proxecto son os fogares monoparentais. Acudindo novamente á derradeira enquisa continua de fogares (2019) observamos na seguinte táboa que a ampla maioría de fogares monoparentais, o 83% deles, están compostos por mulleres. Dentro deste tipo de fogares monoparentais, case a metade destes fogares encabezados por mulleres son viúvas que conviven cos seus fillo/as. Así mesmo, os fogares encabezados por mulleres separadas ou divorciadas que conviven coas súas crianzas ten un volume relevante (34% dos fogares encabezados por mulleres teñen esta tipoloxía). A nivel sociolóxico tamén hai que destacar a importancia dos fogares encabezados por mulleres solteiras que conviven cos seus fillo/as.
Por outra banda, os fogares encabezados por homes con fillo/as son minoritarios, e tamén o maior volume deste tipo de fogares son viúvos que conviven con crianzas, seguido de divorciados que encabezan estes fogares.

TÁBOA. NÚMERO DE FOGARES MONOPARENTAIS SEGUNDO SEXO E ESTADO CIVIL DO/A PROXENITOR/A. GALICIA, 2019.

	Total	Solteiro/a	Casado/a	Viúvo/a	Separado/a	Divorciado/a
Total	113.800	14.800	7.500	53.300	9.600	28.600
Homes	19.400	1.900	1.900	9.500	400	5.700
Mulleres	94.400	12.900	5.600	43.700	9.200	22.900

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa continua de fogares (INE, 2019).

A ATENCIÓN FORMAL ÁS PERSOAS MAIORES E DEPENDENTES

É claro que este proceso de envellecemento trae aparellado unha serie de retos vinculados a garantir unha adecuada calidade da vida, entre os que se atoparían: o mantemento e/ou melloramento da autonomía, a ampliación e o desenvolvemento do sistema formal e informal de atención, así como unha boa complementariedade de ambos, para garantir unha adecuada cobertura das necesidades e apoio emocional tanto ás persoas maiores como as súas coidadoras (Tomás et al., 2002; Méndez et al., 2010).

O sistema formal abrangue todos os servizos sociais formais que interveñen na atención ás persoas maiores; e o sistema informal, sobre o que afondaremos nos seguintes apartados aúna relacións de apoio familiares, amistades, etc. Examinarémolo vinculado á sensación autoperciba do e das maiores de illamento, soidade, etc.

Con respecto ao sistema formal de atención, expoñemos a continuación o nivel de cobertura e volume de usuario/as de distintos dispositivos, recollidos no último Informe "Servicios Sociales dirigidos a las personas mayores en España" (2019). Unha cuestión relevante é traballar por minimizar as desigualdades territoriais estatais con respecto aos índices de cobertura de moitos servizos sociais.

Observamos a continuación que os índices de cobertura en Galicia son menores á media española. Certamente, o sistema de benestar español e tamén galego se caracteriza aínda pola preponderancia dun sistema "familista" (Esping-Andersen, 1993), que fai que recaia moita parte do traballo de atención e coidados das persoas maiores sobre as mulleres. Como veremos ao longo deste informe socio-demográfico, a variable de xénero atravesa e fragmenta os diferentes reximenes do Estado de Benestar (Pérez-Caramés, 2010:125), entre eles, o galego. Todos os datos estatísticos apuntan que son as mulleres as principais provedoras de coidados: xestión do fogar, crianza dos e das nenas, asistencia a membros con dependencia, etc. De feito, moitas autoras sinalan e advirten que cando se da por suposto que a familia é unha unidade homoxénea cuxas características se distribúen entre todos os seus membros de forma idéntica, se invisibilizan as dinámicas xeradas no seu interior: como se distribúen as cargas entre os seus membros, cal é o peso dos ingresos e dos gastos por persoa (Díaz et al., 2015), quen toma as decisións, quen se fai cargo das labores de coidado, etc.

TÁBOA. SISTEMA FORMAL DE ATENCIÓN. ÍNDICE DE COBERTURA, 31/12/2018

	Índice de cobertura[1] España	Índice de cobertura Galicia
Teleasistencia	10,41	2,72
Servizo de axuda a domicilio	4,99	3,95
Centros de día	1,07	1,32
Servizos de atención residencial	4,32	3,13

Fonte: elaboración propia a partir de "Servicios Sociales dirigidos a las personas mayores en España"

Así mesmo, para algúns destes dispositivos temos dispoñíbel o perfil de persoas usuarias maiores de 65 anos en Galicia.

TÁBOA. PERFIL DE PERSOAS USUARIAS MAIORES DE 65 ANOS, GALICIA, 31/12/2018

	Homes	Mulleres
Teleasistencia	3.360	2,72
	18,2%	81,8%
Servizo de axuda a domicilio	7.744	19.134
	28,8%	71,2%

Fonte: elaboración propia a partir de "Servicios Sociales dirigidos a las personas mayores en España"

Así mesmo, o proceso de envellecemento tamén vai vinculado á análise da dependencia. Como vemos, a nivel galego destaca a provincia de Ourense coa maior incidencia de persoas dependentes da comunidade galega.

TÁBOA. PERSOAS CON DEPENDENCIA, POR PROVINCIAS, 2017

	Galicia	A Coruña	Lugo	Ourense	Pontevedra
Incidencia	4,4	4,34	4,41	5,49	4,1
Porcentaxe	100	40,89	12,3	14,26	32,56
Número	117875	48194	14500	16804	38377

Fonte: Enquisa estrutural de fogares, IGE

Na seguinte táboa recóllese o volume de persoas con dependencia por sexo e idade. Podemos observar que o fenómeno da dependencia vai vinculado aos grupos de idade máis avanzados, sobre todo na etapa de 75 anos ou máis. É clara a vinculación entre mulleres maiores e maior incidencia da dependencia.

[1] O índice de cobertura calcúlase: no caso dos Centros de día e dos Servizos de Atención Residencial: (prazas/poboación>=65 anos)*100. En Teleasistencia, Axuda a domicilio: (persoas usuarias/poboación>=65 anos)*100.

TÁBOA. PERSOAS CON DEPENDENCIA POR SEXO E IDADE, 2017

	Incidencia	Porcentaxe	Número
Homes			
Menos de 50 anos	1,21	19,04	8963
De 50 a 64 anos	2,24	13,14	6185
De 65 a 74 anos	5,02	15,68	7381
De 75 ou máis anos	18,49	52,15	24553
Total	3,63	100	47082
Mulleres			
Menos de 50 anos	0,73	7,46	5279
De 50 a 64 anos	2,04	8,37	5923
De 65 a 74 anos	4,02	9,44	6686
De 75 ou máis anos	25,75	74,73	52905
Total	5,11	100	70793

Fonte: Enquisa estrutural de fogares, IGE

Por último, esta enquisa procedente do IGE permítenos examinar as persoas con dependencia segundo as causas da súa dependencia. Enfermidade e idade son as dúas causas principais da dependencia en Galicia. Existe tamén certas particulariedades atendendo ao sexo: as mulleres posúen unha incidencia maior por idade que os homes, debido a súa maior esperanza de vida.

TÁBOA. PERSOAS CON DEPENDENCIA SEGUNDO AS CAUSAS DA SÚA DEPENDENCIA POR SEXO. INCIDENCIA, 2017.

	Home	Muller	Total
Nacemento	19,2	7,0	11,9
Accidente	5,8	3,5	4,4
Enfermidade	68,0	68,1	68,0
Idade	48,7	72,8	63,2

Fonte: Enquisa estrutural de fogares, IGE

4. ANÁLISE DO ILLAMENTO E DA SOIDADE NON DESEXADA

Estes datos socio-demográficos sobre a composición da poboación, a súa estrutura por idades, a tipoloxía dos fogares, etc., proporciónanos unha aproximación da situación con respecto aos procesos de illamento e soidade non desexada. Porén, precisamos enquisas máis detalladas para poder abordar dun xeito específico este tipo de fenómenos. Así, o Instituto Galego de Estatística realiza a Enquisa estrutural de fogares que nos permite facer un achegamento máis específico. Nesta enquisa recóllense datos moi relevantes sobre o grao de relacións sociais segundo sexo e idade, e que nos permiten afondar no "apoio informal" que posúen as persoas maiores en Galicia. Entendemos por "apoio informal" a presencia real ou percibida de apoio dispensada por parte de familia, amizades e redes sociais para satisfacer unhas necesidades básicas á persoa (Tomás, 2002). A realidade demográfica galega obríganos a examinar con detalle o nivel de apoio formal e informal dispoñíbel e as súas necesidades non cubertas, para poder planificar adecuadamente proxectos que poñan no centro ás persoas maiores e as persoas afectadas pola soidade non desexada.

En primeiro lugar, recollemos os datos referidos ás persoas segundo a frecuencia coa que quedaron con amizades no último mes. Obsérvase que máis dun 40% da poboación quedan alomenos unha vez á semana con amistades, unha porcentaxe que en homes supera en case catro puntos ás mulleres. O resto de frecuencias son máis minoritarias. É importante sinalar o elevado porcentaxe de mulleres, máis dun 18%, que nunca quedaron con amizades no último mes, case sete puntos por riba dos varóns. Neste senso, o illamento posúe tamén unha incidencia de xénero.

TÁBOA. PERSOAS SEGUNDO A FRECUENCIA COA QUE QUEDARON CON AMIGOS/AS NO ÚLTIMO MES POR SEXO. GALICIA, 2019.

	Homes	Mulleres	Total
Todos ou case todos os días	23,3	18,0	20,6
Polo menos unha vez á semana	44,2	40,9	42,5
Polo menos unha vez ao mes	21,0	22,9	22,0
Nunca	11,6	18,2	15,0
Total	100,0	100,0	100,0

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

Esta mesma táboa podemos consultala por grupos de idade. É claro que as persoas menores de 44 anos posúen unha frecuencia maior de socialización con amizades que grupos de idade máis maiores. Detéctase que un 15% de persoas de 45 a 64 anos "nunca" quedaron con amistades no último mes; porcentaxe que sube preocupantemente apa o 26,5% para as persoas de 65 ou máis anos.

TÁBOA. PERSOAS SEGUNDO A FRECUENCIA COA QUE QUEDARON CON AMIGOS NO ÚLTIMO MES POR IDADE. GALICIA, 2019.

	De 16 a 29 anos	De 30 a 44 anos	De 45 a 64 anos	De 65 ou máis anos	Total
Todos ou case todos os días	41,1	16,7	15,8	19,6	20,6
Polo menos unha vez á sema-na	45,2	49,9	43,1	33,9	42,5
Polo menos unha vez ao mes	10,7	24,7	26,1	20,0	22,0
Nunca	3,1	8,7	15,0	26,5	15,0
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

Esta enquisa ofrécenos tamén información sobre as persoas que non teñen con quen falar de temas personais. En primeiro lugar, aportaremos os datos segundo sexo. Neste caso, e mudando a tendencia detectada na táboa anterior, son os homes os que maior incidencia posúen: 41.526 homes non teñen con quen falar de temas persoais, un número bastante superior ao de mulleres (35.109). Así, os homes posúen unha incidencia de case un punto máis que as mulleres neste tipo de medición de illamento e soidade non desexada. Neste senso, hai que sinalar que a pesar dos factores sociodemográficos que indican máis fogares unipersoais e monoparentais encabezados por mulleres, a socialización diferencial de xénero marca un peor socialibilidade dos varóns con respecto á posibilidade de poder falar de temas persoais. Este dato debe ser tomado en consideración no noso proxecto, para poder abarcar esta dificultade social dos varóns en Galicia.

TÁBOA. PERSOAS QUE NON TEÑEN A NINGUÉN CON QUEN FALAR DE TEMAS PERSOAIS POR SEXO. GALICIA, 2019.

	Homes	Mulleres	Total
Incidencia	3,74	2,89	3,29
Número	41.526	35.109	76.636

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

Novamente, dados os nosos obxectivos de investigación, presentamos a continuación o volume de persoas que non teñen a ninguén con quen falar de temas persoais por grupos de idade. É moi claro o contraste por grupos de idade: a incidencia deste fenómeno de soidade non desexada vaise incrementando conforme imos avanzando nos grupos de idade.

TÁBOA. PERSOAS QUE NON TEÑEN A NINGUÉN CON QUEN FALAR DE TEMAS PERSOAIS POR GRUPOS DE IDADE, GALICIA, 2019.

	De 16 a 29 anos	De 30 a 44 anos	De 45 a 64 anos	De 65 ou máis anos	Total
Indicencia	1,6	2,2	3,89	4,29	3,29
Número	5.037	12.118	30.971	28.510	76636

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

A incidencia por grupos de idade mostra que xa o grupo de 45 a 64 anos é vulnerable a procesos de illamento; ao que se suma dun xeito evidente o grupo de 65 ou máis anos. É por iso que na presente investigación incorporaremos dun xeito prioritario ás persoas maiores de 65 anos, aínda que tamén teremos en conta ao colectivo de 45-64 anos. Estes intervalos de idade concentran en Galicia as maiores porcentaxes de soidade non desexada.
Presentamos a continuación estes datos con respecto a súa distribución provincial. Como vemos, a indicencia por provincias non posúe unhas grandes diferenzas. Se ben a provincia de Pontevedra posúe a maior incidencia, e Lugo a menor.

TÁBOA. PERSOAS QUE NON TEÑEN A NINGUÉN CON QUEN FALAR DE TEMAS PERSOAIS POR PROVINCIAS, GALICIA, 2019.

	Galicia	A Coruña	Lugo	Ourense	Pontevedra
Incidencia	3,29	3,23	3,03	3,24	3,48
Número	76.636	31.217	8.754	8.710	27.954

Por outra banda, o derradeiro Informe Foessa en Galicia (2019b) posúe un bloque no que se analiza o illamento social. Como vemos, as cifras de fogares galegos afectados pola falla de apoio persoal en situacións de enfermidade se teñen incrementado dun xeito relevante nos últimos anos.

TÁBOA. EVOLUCIÓN DA PORCENTAXE DA POBOACIÓN DE GALICIA E ESPAÑA AFECTADA POLOS INDICADORES DE EXCLUSIÓN SOCIAL DO EIXE SOCIAL-RELACIONAL. 2013-2018

	España 2013	España 2018	Galicia 2013	Galicia 2018
Fogares sen relacións no fogar que non teñen ningún apoio persoal para situacións de enfermidade ou dificultade	2,0	2,2	1,5	2,4

Fonte: EINSFoessa (2013 e 2018)

Esta mesma enquisa estrutural de fogares ofrece información sobre o estado de saúde da poboación galega. Na seguinte táboa podemos observar que as maiores porcentaxes concéntranse nun estado de saúde bo e regular. En concreto, o 46,6% da poboación galega sinala ter unha saúde boa. En función do sexo existen algunhas diverxencias, xa que as mulleres presentan peores datos de estado de saúde que os varóns. Máis do 8% das mulleres sinalan ter mala saúde, case 2,5 puntos máis que os varóns; igualmente superan aos homes nunha moi mala saúde e nunha saúde regular.

TÁBOA. PERSOAS SEGUNDO O SEU ESTADO DE SAÚDE POR SEXO, GALICIA. PORCENTAXES, 2019.

	Moi boa	Boa	Regular	Mala	Moi mala	Non contesta	Total
Homes	15,4	47,9	23,1	5,7	2,1	5,9	100,0
Mulleres	12,1	45,3	26,6	8,1	2,4	5,6	100,0
Total	13,6	46,6	24,9	6,9	2,2	5,8	100,0

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

Esta enquisa permítennos desagregar estes datos por grupos de idade. Como quizáis era previsíbel, o estado de saúde vai empeorando segundo avanzamos nos grupos de idade. Neste senso, detéctase un cambio relevante na poboación maior de 65 anos: case un 43% sinalan ter un estado de saúde regular, e máis dun 20% sinalan que posúen unha saúde mala ou moi mala, moi por riba da media xeral da poboación galega, que sitúa a mala saúde ou moi mala no 8%.

TÁBOA. PERSOAS SEGUNDO O SEU ESTADO DE SAÚDE POR GRUPOS DE IDADE, GALICIA. PORCENTAXES, 2019.

	Moi boa	Boa	Regular	Mala	Moi mala	N/contesta	Total
16- 29 anos	37,2	47,6	7,5	1,3	0,4	6,0	100
30- 44 anos	21,0	57,9	12,2	2,0	0,5	6,3	100
45- 64 anos	8,3	52,4	25,5	5,8	1,7	6,4	100
65 ou máis anos	2,7	29,7	42,9	15,1	5,2	4,4	100
Total	13,6	46,6	24,9	6,9	2,2	5,8	100

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

A distribución provincial, como vemos a continuación, non presenta grandes diferenzas. Se ben Pontevedra semella presentar mellores datos no estado de saúde, hai que ter en conta que posúe unha porcentaxe elevada de poboación que non contesta e pode estar alterando os resultados.

TÁBOA. PERSOAS SEGUNDO O SEU ESTADO DE SAÚDE POR PROVINCIAS, GALICIA. PORCENTAXES, 2019.

	Moi boa	Boa	Regular	Mala	Moi mala	N/ con-testa	Total
Galicia	13,6	46,6	24,9	6,9	2,2	5,8	100
A Coruña	13,3	46,9	25,8	7,1	2,1	4,9	100
Lugo	10,9	48,4	27,3	7,1	2,2	4,2	100
Ourense	12,1	49,4	24,4	8,2	2,1	3,9	100
Pontevedra	15,6	44,6	23,1	6,2	2,5	8,0	100

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

Sobre o estado emocional tamén temos información nesta mesma enquisa, xa que se pregunta acerca de como se sinten as persoas enquisadas e a imposibilidade de animarse no último mes. A media xeral apunta a que máis dun 44% da poboación galega nunca se sentiu tan baixa de moral que nada podía animala no último mes. Sen embargo, se analizamos estes datos por sexo, observamos diferenza moi palpábel por sexo. Esta situación de mala saúde emocional é sinalada “algunhas veces” polo 24% das mulleres, unha porcentaxe elevada, e que supera en máis de sete puntos aos varóns. Case un 7% das mulleres en Galicia sinalan estar “case sempre” neste lamentábel estado de saúde emocional.

TÁBOA. PERSOAS SEGUNDO A FRECUENCIA COA QUE SE SENTIRON TAN BAIXAS DE MORAL QUE NADA PODÍA ANIMALAS NAS ÚLTIMAS 4 SEMANAS POR SEXO. GALICIA. PORCENTAXES, 2019.

	Sempre	Case sem-pre	Algunhas veces	Só algunha vez	Nunca	N/contesta	Total
Home	0,8	3,7	16,8	17,4	50,7	10,6	100
Muller	1,7	6,8	24,1	19,5	38,3	9,6	100
Total	1,3	5,3	20,6	18,5	44,3	10,1	100

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

A continuación, temos esta mesma información desagregada por grupos de idade. De novo, como na anterior a medida que subimos nos grupos de idade, avanza o desánimo nas persoas enquisadas. Unha elevada porcentaxe de persoas maiores de 65 anos, un 25,5%, sinala que "algunhas veces" se sentiron tan baixas de moral que nada podía animalas no último mes, cinco puntos máis que a media galega. Un 8% desta poboación maior contesta que case sempre se atopa nesta situación.

TÁBOA. PERSOAS SEGUNDO A FRECUENCIA COA QUE SE SENTIRON TAN BAIXAS DE MORAL QUE NADA PODÍA ANIMALAS NAS ÚLTIMAS 4 SEMANAS POR GRUPOS DE IDADE, GALICIA. PORCENTAXES, 2019.

	Sempre	Case sem-pre	Algunhas veces	Só algunha vez	Nunca	N/contesta	Total
16- 29 anos	0,8	2,0	16,9	17,4	52,3	10,6	100
30- 44 anos	0,7	3,6	17,0	19,1	49,1	10,6	100
45- 64 anos	1,5	5,6	20,6	18,7	43,0	10,8	100
65 ou máis anos	1,7	8,0	25,5	18,4	38,0	8,5	100
Total	1,3	5,3	20,6	18,5	44,3	10,1	100

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

Esta enquisa permítennos analizar esta pregunta tamén por provincias. Se ben non se aprecian grandes diferenzas, si detectamos que A Coruña posúe unhas maiores porcentaxes na frecuencia deste desánimo con respecto ao resto de provincias. O que contrasta coa provincia de Ourense, que relativamente mostra porcentaxes menores na frecuencia deste sentimento de desánimo. O certo é que estes datos hai que tomalos con cautela, dado que son autopercepcións e a porcentaxe importante de persoas que non contestan.

TÁBOA. TÁBOA. PERSOAS SEGUNDO A FRECUENCIA COA QUE SE SENTIRON TAN BAIXAS DE MORAL QUE NADA PODÍA ANIMALAS NAS ÚLTIMAS 4 SEMANAS POR PROVINCIAS, GALICIA. PORCENTAXES, 2019.

	Sempre	Case sempre	Algunhas veces	Só algunha vez	Nunca	N/contesta	Total
A Coruña	1,4	6,4	23,4	17,9	40,9	10	100
Lugo	0,9	5,3	23,6	24,4	39,0	6,8	100
Ourense	0,8	3,1	18,9	17,4	53,0	6,7	100
Pontevedra	1,3	4,7	16,8	17,5	47,2	12,4	100
Total	1,3	5,3	20,6	18,5	44,2	10,1	100

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

Complementando esta pregunta, esta enquisa tamén pregunta a frecuencia coa que as persoas se sentiron desanimadas e deprimidas nas últimas 4 semanas. De novo, analizaremos estes datos por sexo e grupos de idade. En conxunto, un 19,6% da poboación galega sentiuse no último mes desanimada e deprimida, unha porcentaxe relevante. Un 5,1% da poboación galega síntese sempre nesta situación de depresión. Se examinamos estes datos por sexo, detectamos que as mulleres presentan en todos casos porcentaxes que mostran un maior sentimento de desánimo e depresión. Un 23,2% das mulleres galegas sentiron este desánimo algunha vez no útlimo mes, e un 6,3% sempre.

TÁBOA. PERSOAS SEGUNDO A FRECUENCIA COA QUE SE SENTIRON DESANIMADAS E DEPRIMIDAS NAS ÚLTIMAS 4 SEMANAS POR SEXO, GALICIA. PORCENTAXES, 2019.

	Sempre	Case sempre	Algunhas veces	Só algunha vez	Nunca	Non contesta	Total
Homes	0,9	3,7	15,8	21,5	47,9	10,4	100
Mulleres	1,9	6,3	23,2	23,0	36,1	9,5	100
Total	1,4	5,1	19,6	22,2	41,7	9,9	100

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

De novo, presentamos estes datos por grupos de idade, e se detecta como ese desanimo se vai incrementando novamente a medida que subimos nos grupos de idade, dun xeito similar á pregunta anterior. O 23,3% das persoas maiores de 65 anos sentíronse “algunhas veces” deprimidas no último mes, unha porcentaxe preocupante e case catro puntos por riba da media galega.

TÁBOA. PERSOAS SEGUNDO A FRECUENCIA COA QUE SE SENTIRON DESANIMADAS E DEPRIMIDAS NAS ÚLTIMAS 4 SEMANAS POR GRUPOS DE IDADE, GALICIA. PORCENTAXES, 2019.

	Sempre	Case sem-pre	Algunhas veces	Só algunha vez	Nunca	N/contesta	Total
16- 29 anos	0,5	2,9	16,1	23,9	46,5	10,0	100,0
30- 44 anos	0,8	3,0	16,9	20,8	48,2	10,3	100,0
45- 64 anos	1,7	5,3	19,8	22,7	39,8	10,7	100,0
65 ou máis anos	1,9	7,6	23,3	22,2	36,4	8,6	100,0
Total	1,4	5,1	19,6	22,3	41,7	9,9	100,0

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

Por outra banda, a distribución provincial posúe algunhas diferenzas, pero novamente, dada a porcentaxe de persoas da provincia de Pontevedra que non contestan, debemos ter cautela na interpretetación desas diferenzas. As provincias da Coruña e Lugo mostran porcentaxes máis elevados que o resto con respecto a sentirse "algunhas veces" desanimadas e deprimidas no último mes.

TÁBOA. PERSOAS SEGUNDO A FRECUENCIA COA QUE SE SENTIRON DESANIMADAS E DEPRIMIDAS NAS ÚLTIMAS 4 SEMANAS POR PROVINCIAS, GALICIA. PORCENTAXES, 2019.

	Sempre	Case sem-pre	Algunhas veces	Só algun-ha vez	Nunca	N/ con-testa	Total
A Coruña	1,7	5,4	22,7	20,3	40,0	9,9	100,0
Lugo	1,3	4,5	22,0	27,5	37,9	6,9	100,0
Ourense	0,6	4,0	17,6	27,1	44,3	6,3	100,0
Pontevedra	1,4	5,2	15,7	21,2	44,3	12,3	100,0
Total	1,4	5,1	19,6	22,3	41,7	9,9	100,0

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019 (IGE).

5. A EXCLUSIÓN SOCIAL E RESIDENCIAL EN GALICIA

A exclusión social e residencial son fenómenos multidimensionais e complexos que precisamos abordar dun xeito pausado. Cuantificar a exclusión social é facer un achegamento ás desigualdades estruturais dunha sociedade, e os datos son diversos en función das fontes empregadas. Non podemos perder de vista que este achegamento estatístico á exclusión social e residencial nos proporciona un marco xeral para comprender este fenómeno, pero que será complementado co traballo de campo cualitativo, imprescindíbel para captar a complexidade destes fenómenos. En primeiro lugar, abordaremos a exclusión social e despois nos centraremos na exclusión residencial en Galicia, asumindo que son fenómenos socialmente interconectados.

Como veremos, existen diversos indicadores para medir a exclusión social, desde indicadores meramente monetarios até indicadores que aglutinan a dimensión do emprego, como o Indicador Arope, ou incorporan variables socio-relacionais, como a medición realizada polo Informe Foessa. Novamente, a nosa análise de datos será atravesada pola perspectiva de xénero, co interese de captar a especificidade do fenómeno da exclusión social e residencial tamén nas mulleres.

En primeiro lugar, recollemos unha serie de datos de contexto para analizar o proceso de exclusión social en Galicia. Como vemos, en 2019, a comunidade galega sitúase con cifras moi similares á media española. Posúe un 24,3% de taxa de risco de exclusión social (Indicador Arope). Este indicador Arope emprégase en toda a Unión Europea, e considera a poboación en risco de exclusión social a que viven con baixos ingresos (60% da media do ingreso equivalente), privación material severa ou que viven en fogares cunha intensidade de emprego moi baixa (por debaixo do 20% do total do seu potencial de traballo).

TÁBOA. RISCO DE POBREZA OU EXCLUSIÓN SOCIAL E DAS SÚAS COMPOÑENTES, 2019

	Total Nacional	Galicia
Taxa de risco de pobreza ou exclusión social (indicador AROPE)	25,3	24,3
En risco de pobreza	20,7	20,0
Con carencia material severa	4,7	3,6
Vivindo en fogares con baixa intensidade no traballo (de 0 a 59 anos)	10,8	11,9

Fonte: Enquisa de condicións de vida, INE

Para analizar os datos de exclusión social desagregados a nivel territorial, e por sexo e idade acudiremos ao Instituto Galego de Estatística, cuxas últimas cifras dispoñíbeis son do ano 2018 e proceden da súa enquisa estrutural de fogares, polo que a cifra da(s) taxa(s) poden variar lixeiramente con respecto aos datos aportados polo INE procedentes da enquisa de condicións de vida.
Nas seguintes táboas, a poboación en risco de pobreza ou exclusión social é aquela que está nalgunha das seguintes situacións: en risco de pobreza (o 60% da mediana dos ingresos por unidade de consumo); en carencia material severa; persoas de 0 a 59 anos en fogares sen ingresos de traballo ou con baixa intensidade de ingresos de traballo, seguindo a definición AROPE. Con esta fórmula, a taxa de risco de pobreza sitúase en Galicia en 19,0 en 2018, con Ourense como a provincia con maior taxa de risco de pobreza, seguida de Pontevedra, Lugo e por último A Coruña.

TÁBOA. TAXA DE RISCO DE POBREZA OU EXCLUSIÓN SOCIAL POR PROVINCIAS (2018). ESTRATEXIA EUROPA 2020

Galicia	19,0
A Coruña	17,8
Lugo	18,5
Ourense	23,6
Pontevedra	19,0

Fonte: enquisa estrutural de fogares, IGE.

A continuación, móstrase unha táboa co risco de pobreza por sexo e idade. Para as mulleres se establece en 19,3 puntos a súa taxa de risco de pobreza, sete décimas por riba dos varóns. Por idades, podemos observar que as persoas entre 16 e 24 anos son as que presentan maiores taxas de risco de pobreza. Diversos estudos sinalan varias variábeis para entender esta elevada taxa: a fráxil situación desta poboación nova no mercado laboral e vivendas totalmente inaccesíbeis para o seu nivel adquisitivo.

TÁBOA. TAXA DE RISCO DE POBREZA OU EXCLUSIÓN SOCIAL POR SEXO E IDADE, GALICIA, 2018. ESTRATEXIA EUROPA 2020

	Home	Muller	Total
De 0 a 15 anos	19,9	20,9	20,3
De 16 a 24 anos	27,0	25,6	26,3
De 25 a 49 anos	19,3	20,2	19,8
De 50 a 64 anos	21,1	21,3	21,2
De 65 ou máis anos	11,3	14,4	13,1
Total	18,6	19,3	19,0

Fonte: IGE. Enquisa estrutural a fogares

Por nacionalidades, as persoas de nacionalidade estranxeira máis que triplican a taxa de risco de pobreza que a poboación española en Galicia. Isto alértanos da necesidade de incluír unha ollada que inclúa a poboación estranxeira na nosa diagnose e proxecto de intervención.

TÁBOA. TAXA DE RISCO DE POBREZA OU EXCLUSIÓN SOCIAL POR NACIONALIDADE, GALICIA, 2018 ESTRATEXIA EUROPA 2020

	Española	Estranxeira	Total
2018	18,00	58,9	19,00

Fonte: IGE. Enquisa estrutural a fogares

Por outra banda, a nivel metodolóxico hai que sinalar que a medición da taxa de exclusión social oculta un nesgo de xénero. O cálculo dos ingresos do fogar calcúlase dun xeito conxunto, sen atender ao que ingresa individualmente cada persoa no fogar para o cálculo do risco de exclusión social. Dada a fenda económica entre homes e mulleres, esta metodoloxía subestima a taxa de exclusión social nas mulleres. Polo tanto, esta taxa de risco de exclusión de 16,0 puntos para as mulleres debemos tomala dun xeito orientativo.

Diversos informes (ver Damonti, 2014, 2018) recoñecen neste senso que as desigualdades de xénero resultan parcialmente invisibilizadas e infra-representadas, xa que os datos de carácter individual esgrimidos se obtiveron en realidade a partir dunha información agregada relativa ao fogar, considerando que todos os seus membros comparten o mesmo nivel de pobreza e de exclusión social. En síntese, como indican Dema e Díaz (2014:27), ao estudar fenómenos como a pobreza, é fundamental coñecer non só se o fogar é ou non considerado pobre, senon tamén detectar o que lles acontece ás personas que compoñen ditos fogares, xa que poden ter un acceso aos recursos e ao benestar diferente (Cantillon e Nolan, 2001).

De feito, por tipoloxía do fogar queda claro que aqueles fogares conformados na súa maioría por mulleres son os que maiores taxas de exclusión social posúen. Así, os fogares monoparentais presentan unha taxa de 34,5, e como sabemos están encabezados maioritariamente por mulleres, unha taxa dez puntos por riba dos fogares conformados por parellas con fillo/as. Tamén os fogares unipersoais presentan elevadas taxas de risco de pobreza, o cal está vinculado ao proceso de envellecemento en Galicia.

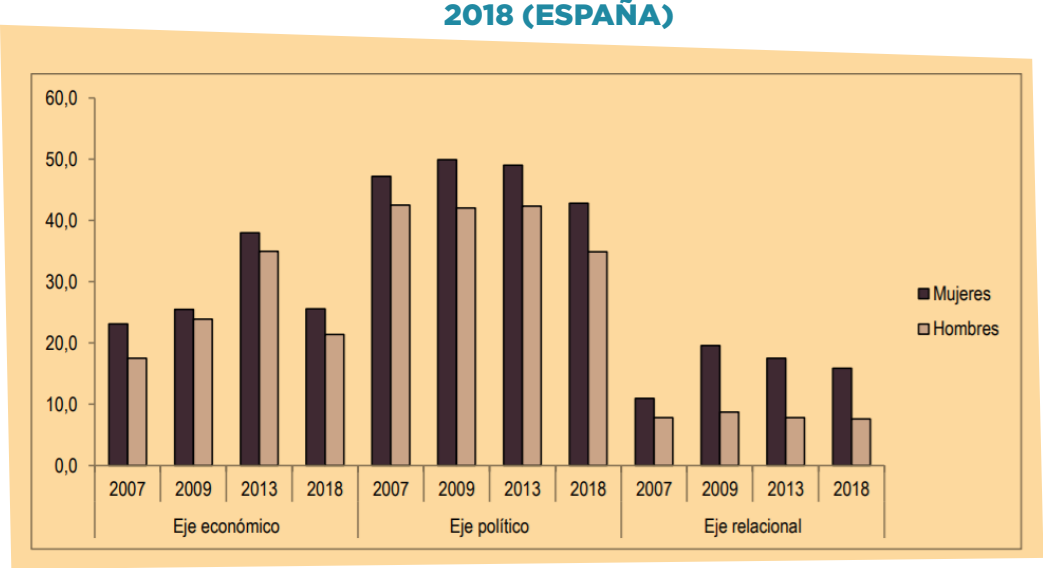
TÁBOA. TAXA DE RISCO DE POBREZA OU EXCLUSIÓN SOCIAL POR TIPOLOXÍA DO FOGAR, GALICIA, 2018.

Unipersoal	28,0
Sen núcleo	23,7
Parella con fillos/as	16,9
Parella sen fillos/as	14,9
Monoparental	34,5
Un núcleo e outros	14,9
Varios núcleos	15,7
Total	19,0

Fonte: IGE. Enquisa estrutural a fogares

Atendendo ao último Informe Foessa Galicia (2019b), os fogares na comunidade galega que rexistran taxas de exclusión máis elevadas son aqueles cuxa persoa substentadora principal ten menos de 30 anos (cunha prevalencia da exclusión scoial do 46,9%), é muller (20,3%), carece de estudos completos (22,5%) ou é de nacionalidade dalgún país comunitario (26,9%) ou extracomunitario (58,0%).
Atendendo aos datos recollidos no último informe Foessa (2019a) confírmase a existencia dunha sobre-representación das mulleres no espazo da exclusión social, examinando por exemplo a distribución dos fogares polo seu nivel de pobreza, en función do sexo da persona que é a substentadora principal. Imos deternos na medición da exclusión social realizada nestes Informes, xa que inclúen tres dimensións que nos axudan a examinar o proceso de exclusión social dun xeito máis completo que o meramente monetario: o eixe económico, o eixe político e o eixe social- relacional. Nestas dimensións os fogares en España encabezados por mulleres son os que mostran unha maior vulnerabilidade de exclusión social. Así, os fogares a nivel estatal nos que a substentadora principal é unha muller mostran maiores niveis de exclusión nas seguintes esferas: exclusión no emprego; no consumo; exclusión política; exclusión na educación; exclusión na vivienda; exclusión na saúde; conflito social e illamento social.

GRÁFICO 1. FOGARES QUE EXPERIMENTAN DIFICULTADES NO EIXE ECONÓMICO, POLÍTICO E RELACIONAL EN FUNCIÓN DO SEXO DA PERSONA QUE APORTA MÁIS INGRESOS. AÑOS 2007, 2009, 2013 E 2018 (ESPAÑA)



Fonte: Damonti (2018:46), a partir de enquisas Foessa 2007, 2009, 2013 y 2018.

Os datos actualizados fannos prestar unha especial atención á exclusión no eixe relacional, onde os fogares encabezados por mulleres enfrontan un risco máis de dúas veces maior que os fogares encabezados por homes. É especialmente elevada tamén a diferenza na exclusión da saúde e da vivenda (incorporadas no eixe político).

Os datos a nivel galego do Informe Foessa mostran que son os fogares cuxas substentadoras son mulleres mostran unha maior incidencia, xa que o 20,3% se atopan en exclusión fronte ao 15% dos substentados por varóns. Este informe conclúe que en Galicia se da un proceso de feminización da exclusión, alo menos desde o punto de vista da persoa substentadora principal dos fogares e cando se teñen en conta o conxunto das situacións de exclusión (moderada e severa).

TÁBOA. INCIDENCIA E DISTRIBUCIÓN DOS NIVEIS DE INTEGRACIÓN SOCIAL NOS FOGARES EN GALICIA POR SEXO DA PERSOA SUBSTENTADORA PRINCIPAL DO FOGAR. 2018

	Integración plena	Integración precaria	Exclusión moderada	Exclusión severa	Integración (plena y precaria)	Exclusión (moderada y severa)	Total
Incidencia (%)							
Hombre	51,3	33,7	8,6	6,4	85,0	15,0	100,0
Mujer	33,1	46,7	11,1	9,2	79,7	20,3	100,0
Total	43,7	39,1	9,7	7,5	82,8	17,2	100,0
Distribución (%)							
Hombre	68,6	50,5	52,3	49,5	60,1	51,0	58,5
Mujer	31,4	49,5	47,7	50,5	39,9	49,0	41,5
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Fonte: Informe Foessa Galicia(2019b:73)

Ademais, en Galicia existe unha maior incidencia da exclusión social dos fogares encabezados por mulleres que no conxunto de España. Se no caso galego os fogares con substentadoras principais mulleres representan o 49% de todos os fogares en situación de exclusión, no caso español o seu peso alcanza o 39,3%. A diferenza polo tanto é de dez puntos porcentuais.

A nivel institucional precisamos polo tanto políticas públicas que tomen en consideración a especificidade dos fogares monoparentais encabezados por mulleres. Como sinala Save the Children no seu informe Más solas que nunca: "O feito de que as porcentaxes de risco de pobreza e exclusión nestes fogares sexan máis elevados que os do conxunto da poboación se debe a que a nai non só debe "facer fronte a responsabilidades por partida dobre en calidade de proveedora do substento e coidadora da familia", senon tamén a unha falta de apoio e de rede suficiente para, de xeito compartido, soster esta situación, co conseguinte desgaste emocional e dificultade para conciliar a vida familiar e laboral" (Sastre, 2015:34).

Segundo o último Informe Foessa Galicia (2019b:15), en 2018 o 41% da poboación galega atópase nunha situación de integración plena, o 41,6% nunha situación de integración precaria, o 9,1% nunha situación de exclusión moderada e o 8,4% nunha situación de exclusión severa. No seu conxunto, as persoas en situación de exclusión social representan o 17,5% da poboación galega, o que implica que case unha de cada cinco persoas (ao redor de 470.000 persoas), están en 2018 nunha situación de exclusión, xa sexa moderada ou severa. A evolución dos datos nos últimos anos mostra en Galicia un decrecemento das persoas en situación de exclusión moderada (do 13,1% ao 9,1%) e un crecemento, por outra banda, da procentaxe das persoas en situación de exclusión severa en 3,4 puntos (do 5,0% ao 8,4% da poboación).

Como sabemos, o Informe Foessa examina diversos eixes de exclusión. Na comunidade galega (Foessa, 2019b:18): o 25,1% da poboación está afectada por unha situación de exclusión no eixe económico; o 44,3% no eixe político e de cidadanía (trátase da porcentaxe máis elevada de todas as comunidades peninsulares) e o 8,9% no eixe social e relacional. Con respecto á media estatal, é no eixe político onde máis diferenzas existen,x a que mentres no conxunto do Estado a exclusión neste eixe é do 38,3%, no caso galego a porcentaxe ascende ao 44,3%. En definitiva, a exclusión en Galicia, en relación aos datos españois, débese en maior medida ás relacións sociais e personais e, nunha medida similar, a razóns de índole económica.

Este último Informe Foessa (2019a:213) tamén sinala que a exclusión severa continúa afectando a un 8% da poboación española, cifra similar ao anterior Informe realizado en 2013. Esta situación pon de manifesto un fenómeno grave e é que a recuperación non chegou aos fogares que peor estaban, pudiendo falar de enquistamento da exclusión severa xerada pola crise de 2008. Este último Informe perfila a exclusión severa: fogares con baixa cualifación, fogares encabezados por mulleres ou pertencentes a minorías. O esgotamento da proteción de desemprego, contributiva e non contributiva, a inhibición dalgunhas prestacións de renda mínima ou o propio desgaste das redes de solidariedade familiar teñen podido contribuir á persistencia ou empeoramento da exclusión severa. Este informe recolle que os fogares que teñen dificultades en catro ou máis das dimensións da exclusión son máis do dobre que os rexistrados no periodo anterior á crise de 2008. Está por ver o impacto da crise da Covid-19 nos indicadores, pero xa imaxinamos o incremento de todos os niveis de exclusión social que recolle Foessa.

Por último, acabamos este percorrido cun achegamento á exclusión residencial. Como xa se sinalou arriba, o Informe Foessa contempla a vivenda como unha das súas dimensións. De feito, o seu derradeiro Informe (2019a) conclúe que a vivenda é unha das causas principais da exclusión, debido ao encarecemento nun 30% dos prezos de aluguer en só dous anos, dato que fai que o 11% da poboación española quede por debaixo do umbral da pobreza unha vez sufragou os gastos derivados do pago da vivenda.
No seu informe territorial para Galicia, o citado Informe Foessa, examina dun xeito detallado as persoas e fogares afectados pola exclusión social no relativo á dimensión da vivenda. As maiores incidencias teñen que ver cos fogares con situacións de insalubridade (humidades, sucidades e cheiros), que afectan ao 17,5% dos fogares galegos. En segundo lugar, hai que salientar o 11,8% de fogares con persoas con diversidade funcional afectados por barreiras arquitectónicas. En terceiro lugar, temos unha incidencia importante de fogares (6,2%) con gastos excesivos na vivenda ou con débedas relacionadas co pago da vivenda e os suministros da vivenda.

TÁBOA. PORCENTAXE E NÚMERO DE PERSOAS E FOGARES DE GALICIA AFECTADAS POLOS INDICADORES DE EXCLUSIÓN SOCIAL. 2018. DIMENSIÓN VIVENDA.

Dim.	Nº	Indicadores	Personas %	Personas Nº	Hogares %	Hogares Nº
Vivienda	15	Hogares con deficiencias graves en la construcción, una situación de ruina y/o necesidad de rehabilitar la mayor parte de las estructuras de la vivienda	2,1	57.000	2,1	23.000
	16	Hogares con situaciones de insalubridad: humedades, suciedades y olores	18,9	511.000	17,5	189.500
	17	Hogares con situaciones de hacinamiento (<15 metros cuadrados por persona)	1,8	49.000	0,9	9.500
	18	Hogares con tenencia de la vivienda en precario: facilitada gratuitamente por otras personas o instituciones, realquilada, ocupada ilegalmente, haber sufrido algún tipo de amenaza de expulsión de la vivienda	5,2	141.500	3,7	40.500
	19	Hogares en un entorno muy degradado y/o en barrio conflictivo	1,4	38.500	1,0	10.500
	20	Hogares con personas que sufren discapacidad y tienen barreras arquitectónicas	13,3	360.000	11,8	128.000
	21	Hogares con gastos excesivos en la vivienda (ingresos-gastos en vivienda < umbral de pobreza severa) o con deudas relacionadas con el pago de la vivienda y los suministros de la vivienda	7,2	194.000	6,2	67.000

Fonte: Informe FOESSA (2019b:138).

Este informe (2019:19) salienta que os problemas relacionados coa vivenda teñen en Galicia un impacto particularmente importante. O 28,1% da poboación galega tense visto obrigada a reducir os gastos de abastecemento da vivenda (electricidade, gas, auga), o 17,6% tivo que reducir os gastos de teléfono, televisión ou internet, o 9,8% viuse sen cartos suficientes para o pago dos gastos relacionados coa viveda, e o 5,1% tivo que facer fronte a avisos de corte no suministro de luz, auga ou teléfono.
Por outra banda, o 5,5% da poboación galega atópase nunha situación de vivenda inadecuada e o 7,6% nunha situación de vivenda insegura. Evidentemente, no caso da poboación en exclusión social, estas porcentaxes suben dun xeito moi importante, mostrando a interconexión entre a exclusión social e residencial. Un 17,4% das persoas en exclusión residen nunha vivenda inadecuada, e un 28,3% nunha vivenda insegura.
Así mesmo, a través da enquisa estrutural de fogares, o IGE nos proporciona unha serie de datos relativos a fogares que manifestan ter problemas coa vivenda desagregados por provincias. A pesare das diferenzas provinciais, en xeral, os problemas máis relevantes teñen que ver coas condicións da vivenda (goteiras, humidades, etc.), cunha incidencia moi relevante en Galcia (21,6 dos fogares), pero cunha menor incidencia en Ourense. Por outra banda, hai que destacar tamén a incidencia a nivel galego (12,3) dos ruídos tanto os producidos pola veciñanza como polo exterior.

TÁBOA. FOGARES CON DETERMINADOS PROBLEMAS NA SÚA VIVENDA. GALICIA E PROVINCIAS, 2019.

	Galicia	A Coruña	Lugo	Ourense	Pontevedra
Goteiras, humidades en paredes, solos, teitos ou cimentos, ou podremia en solos, marcos de fiestras ou portas	21,6	25,1	23,7	11,2	20,3
Escaseza de luz natural	4,3	5,6	4,3	2,0	3,6
Ruídos producidos polos veciños ou procedentes do exterior (tráfico, negocios, fábricas...)	12,3	15,6	9,4	6,7	11,4
Contaminación, sucidade ou outros problemas ambientais na zona	7,1	8,1	5,2	4,2	7,6
Delincuencia ou vandalismo na zona	7,9	11,1	7,1	4,9	5,1

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2019, IGE.

Esta enquisa tamén nos proporciona datos sobre as sete grandes cidades galegas, aínda que os últimos datos dispoñíbeis son de 2015. Como vemos, existe unha ampla diversidade de situacións en función do concello observado. Dun xeito global, os problemas con maiores incidencias teñen que ver coas humidades, as deficiencias no illamento térmico ou acústico e os ruídos.

TÁBOA. FOGARES QUE MANIFESTAN TER DETERMINADOS PROBLEMAS COA VIVENDA. GRANDES CONCELLOS. 2015.

	Incidencia
	2015
Falta de espazo	
Concello de Ferrol	13,1
Concello da Coruña	16,6
Concello de Santiago de Compostela	14,0
Concello de Lugo	8,1
Concello de Ourense	11,0
Concello de Pontevedra	21,8
Concello de Vigo	9,8
Ruídos (tráfico, negocios, veciños...)	
Concello de Ferrol	14,6
Concello da Coruña	21,4
Concello de Santiago de Compostela	16,1
Concello de Lugo	14,0
Concello de Ourense	24,2
Concello de Pontevedra	16,2
Concello de Vigo	20,0
Luz natural insuficiente nalgunha habitación	
Concello de Ferrol	13,9
Concello da Coruña	17,5

Concello de Santiago de Compostela	13,2
Concello de Lugo	9,7
Concello de Ourense	8,1
Concello de Pontevedra	11,1
Concello de Vigo	10,1
Deficiencias de illamento térmico ou acústico	
Concello de Ferrol	15,8
Concello da Coruña	25,4
Concello de Santiago de Compostela	17,4
Concello de Lugo	17,6
Concello de Ourense	16,2
Concello de Pontevedra	22,3
Concello de Vigo	13,6
Humidades	
Concello de Ferrol	20,8
Concello da Coruña	25,5
Concello de Santiago de Compostela	28,0
Concello de Lugo	19,4
Concello de Ourense	12,3
Concello de Pontevedra	25,8
Concello de Vigo	16,3

Fonte: elaboración propia a partir da enquisa estrutural de fogares, 2015.

BIBLIOGRAFÍA

Cantillon, Sara e Nolan, Brian (2001). "Poverty within Households: Measuring Gender Differences Using Nonmonetary Indicators". Feminist Economics, Vol.7, No. 1: 5-23.

Damonti, Paola (2014). "Una mirada de género a la exclusión social. Documento de trabajo 3.1", VII Informe sobre exclusión y desarrollo social en España, Madrid: FOESSA, Cáritas Española editores.

"Desigualdades de género y procesos de empobrecimiento y exclusión social. Documento de trabajo 3.1" (2018) VIII Informe sobre exclusión y desarrollo social en España, Madrid: FOESSA, Cáritas Española editores.

Esping-Andersen, G. (1993): Los tres mundos del Estado del Bienestar, Valencia: Alfons el Magnánim.
FOESSA (2019a). VIII Informe sobre exclusión y desarrollo social en España. Madrid: FOESSA, Cáritas Española editores.

FOESSA (2019b). Informe sobre exclusión desarrollo social en Galicia. Resultados de la encuesta sobre integración y necesidades sociales 2018. Madrid: FOESSA, Cáritas Española editores.

Imserso (2019): Servicios sociales dirigidos a las personas mayores en España. Año 2018 (Informe a 31/12/2018), Subdirección General de Planificación, Ordenación y Evaluación. En: file:///C:/Users/iria/Desktop/EMA%C3%9AS-%20PROVIVENDA/ANTERIORES%20E%20BIBLIOGRAF%C3%8DA/SERVIZO%20SOCIAIS%202018%20inf_ssppmmesp2018.pdf (Data consulta: 28/09/2020).

Méndez, Ana Belén; Saco, Alberto; Dapía, María Dolores (2010): "Diferencias cualitativas en la atención a las personas mayores dependientes en el medio rural gallego" en Ángel Rodríguez e Enrique E. Raya (coords): Una Europa social y plural: actas del VII Congreso Estatal de Escuelas Universitarias de Trabajo Social.

Pérez- Caramés, Antía (2010): "Configuraciones del trabajo de cuidados en el entorno familiar. De la toma de decisión a la gestión del cuidado", Alternativas: cuadernos de trabajo social n° 17: 121-140.
Pérez-Caramés, Antía (2019). "Apocalipse demográfica na Galicia actual. Que hai tras o medo ao envellecemento?" en Isidro Dubert (ed.): A morte de Galicia, Xerais: 336-362.

Sastre, Ana (2015). Más solas que nunca. La pobreza infantil en familias monomarentales. España, Save the Children. En: https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/mas_solas_que_nunca.pdf. (Data consulta: 25/02/2020).

Tomás, Concepción; Moreno, LA; Bes, Germán; Alcalá, T.; Esteban, Andrés (2002): "Dependencia y necesidades de cuidados no cubiertas de las personas mayores de una zona de salud de Zaragoza", Revista Española Salud Pública 2002; 76: 215-226.

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

en colaboración con
Prôvivienda

ANEXO 3.2

INFORME DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS VIGO E RIBADAVIA

AS TRENZAS DA LOLA

CONTEXTO SOCIODEMOGRÁFICO DOS CONCELLOS DE VIGO E RIBADAVIA (OURENSE)

Neste caso, o acceso e dispoñibilidade de datos é máis complexa que os datos que fan referencia á comunidade autónoma, dado que hai moitas enquisas que non chegan ao grao de desagregación municipal. É por isto que neste apartado faremos unha panorámica que pretende debuxar un contexto socio-demográfico de ambos concellos.

APROXIMACIÓN SOCIO-DEMOGRÁFICA AO CONCELLO DE VIGO

Vigo é un concello de 109,06 km^2, e posúe, segundo o último dato dispoñíbel procedente do Padrón Municipal de habitantes (2019), 295.364 persoas, das cales 139.699 son homes e 155.665 mulleres. A continuación presentamos a súa poboación por intervalos de idade e sexo. Como se pode observar, o 52,7% da poboación total son mulleres, unha porcentaxe de poboación femenina que aumenta considerábelmente nas persoas maiores de 65 anos.

Táboa. Poboación por sexo e idade en Vigo, 2019.

	Total	Homes	Mulleres	% Mulleres
Poboación total	295.364	139.699	155.665	52,7%
de 0 a 15 anos	40.598	20.982	19.616	48,3%
de 16 a 64 anos	188.713	91.636	97.077	51,4%
de 65 e máis anos	66.053	27.081	38.972	59,0%
Idade Media	45,37	43,35	47,18	

Fonte: elaboración propia a partir do IGE, procedente do Padrón Municipal habitantes, 2019.

O índice de envellecemento sitúase en 126,93 por debaixo da media provincial de Pontevedra, que se sitúa en 129,85.

A partir da explotación do Padrón Municipal realizado polo xornal O Faro de Vigo (28.12.20), puidemos acceder a certos datos específicos sobre os fogares na cidade olívica, que non están dispoñíbeis dun xeito tan detallado nos portais estatísticos. Por unha banda, detéctase que os fogares unipersonais están gañando peso na cidade, e dentro destes, os fogares de persoas maiores de 60 anos: son 18.468, casi tres mil persoas máis que en 2017, o que supón un aumento do 18%, un aumento que se da en todos os distritos da cidade, aínda que con certos matices. Como podemos ver no seguinte cadro, o Casco vello-centro é o distrito coa maior porcentaxe de persoas maiores que viven soas (8,35%) sobre a poboación total (con 1.810 fogares unipersoais deste tipo), seguido do distrito de Casablanca (con 2.835 fogares unipersoais deste tipo), Beiramar-Travesas, Bouzas-Coia. O resto de distritos sitúanse por debaixo do 6%. A zona de Vigo que concentra maior número de fogares son os distritos do Calvario, Lavadores e Candeán, cun total de 3.460 persoas.

É importante sinalar que Teis é o distrito vigués onde máis creceu a porcentaxe de persoas maiores que viven soas, situándose na actualidade en 1.791 fogares.

Cadro. persoas maiores que viven soas en vigo por distritos

CASCO VELLO - CENTRO: 8.35% sobre la población total variación en tres años: **18.8%**

CASABLANCA - VENEZUELA: 8.32% sobre la población total variación en tres años: **17.6%**

BEIRAMAR - TRAVESAS: 7.07% sobre la población total variación en tres años: **19.9%**

BOUZAS - COIA: 6.05% sobre la población total variación en tres años: **18.1%**

CASTRELOS - FREXEIRO - SÁRDOMA: 5.38% sobre la población total variación en tres años: **15.30%**

TEIS: 6.5% sobre la población total variación en tres años: **20%**

CALVARIO - LAVADORES - CANDEÁN: 5.89% sobre la población total variación en tres años: **17%**

MATAMÁ - BEADE -BEMBRIVE - VALADARES - ZAMÁNS: 3.46% sobre la población total variación en tres años: **14.6%**

ALCABRE - NAVIA - COMESAÑA - CORUXO - OIA - SAIÁNS: 3.4% sobre la población total variación en tres años: **18.4%**

Fonte: Faro de Vigo.28.12.2020

Esta explotación de datos de Vigo tamén recolle que o último rexistro (2018) mostra o maior volume de fogares unipersoais nesta cidade desde que hai datos. Estamos ante un cambio sociolóxico de gran pegada e moi veloz. Son en total 26.372, un 23% da poboación total empadronada en Vigo, cun aumento do 17% respecto a 2017. A idade media das persoas que viven soas é de 59,5 anos.

Porén, non debemos esquecer que o fogar máis numeroso en Vigo é o conformado por dúas persoas: 35.239, o que representa case un tercio de todos os fogares; seguido polos fogares conformados por tres persoas con 27.170 unidades; perto se atopan os fogares conformados por catro persoas, cun volume de 25.804 fogares.

Ademais, dun xeito complementario, a última ficha municipal que recolle o IGE, móstranos algúns datos xerais da súa poboación.

Táboa. Indicadores demográficos, 2018

	Vigo
	2018
Taxa bruta de natalidade	6,72
Número medio de fillos por muller	1,05
Idade media á maternidade	33,12
Taxa bruta de mortalidade	9,75
Taxa bruta de nupcialidade	3,18
Idade media ao primeiro matrimonio. Homes	35,83
Idade media ao primeiro matrimonio. Mulleres	33,65

Fonte: elaboración propia a partir do IGE, fichas municipais

Con respecto a súa composición de poboación segundo a poboación migrante, o último padrón municipal de habitantes sinala que hai 32.870 persoas nacidas no estranxeiro que residen na cidade de Vigo, o que representa o 11,1% da súa poboación total. Se analizamos a poboación inmigrante segundo a súa composición por sexo, comprobamos que case o 53% da poboación inmigrante residente en Vigo son mulleres; porén, existen importantes diferenzas por colectivos, por exemplo a migración africana se atopa masculinizada, e a latinoamericana, feminizada.

Táboa. Poboación por zona de procedencia en Vigo, 2019

	Ambos sexos	Homes	Mulleres	% Mulleres
Total Poboación	295.364	139.699	155.665	52,7%
Nacidos/as en España	262.494	124.531	137.963	52,6%
Nacidos/as no Estranxeiro	32.870	15.168	17.702	53,9%
Total Europa	8.469	4.118	4.351	51,4%
Total África	2.181	1.413	768	35,2%
Total América	21.268	9.178	12.090	56,8%
Total Asia	902	429	473	52,4%
Total Oceanía	50	30	20	40,0%

Fonte: elaboración propia a partir do INE, Padrón Municipal habitantes, 2019.

A nivel sociolaboral, o IGE facilítanos as afiliacións en alta laboral por sectores de actividade, proporcionándonos os datos da seguridade social con data xuño de 2020. Como podemos observar

a continuación a cidade de Vigo caracterízase por unha clara terciarización da súa economía, que concentra case o 78% de todas as altas á seguridade social do periodo de xuño 2020.

Táboa. Afiliacións en alta á Seguridade Social, xuño 2020.

Sector	Afiliacións	Porcen-taxe
Agricultura e pesca	768	0,7
Industria	18.415	17,0
Construción	4.762	4,4
Servizos	84.459	77,9
Total	108404	100

Fonte: Elaboración propia a partir do IGE, fichas municipais.

RECURSOS SOCIAIS NO CONCELLO DE VIGO

A través do Instituto Galego de estatística temos acceso ao tipo de centros prestadores de servizos por municipios. Na cidade de Vigo contamos con 176 centros prestadores en difeferentes eidos de atención; o maior volume de centros están dedicados á infancia, ás persoas maiores, á discapacidade, e dun xeito máis minoritario centros de inclusión ou da comunidade.

Táboa. Centros prestadores de sevizos sociais por municipios, 2019.

Total	176
Comunidade	7
Discapacidade	24
Familia	1
Igualdade	0
Inclusión	17
Infancia	57
Maiores	48
Menores	22

Fonte: elaboración propia a partir do IGE

APROXIMACIÓN SOCIO-DEMOGRÁFICA AO CONCELLO DE RIBADAVIA

Ribadavia é un concello de 25,16 km^2, e posúe, segundo o último dato dispoñíbel procedente do Padrón Municipal de habitantes (2019), 5.024 persoas, das cales 2.459 son homes e 2.565 mulleres. A continuación presentamos a súa poboación por intervalos de idade e sexo. Como se pode observar, o 51,1% da poboación total son mulleres. Como é habitual, a porcentaxe de poboación feminina medra substancialmente nas persoas maiores de 65 anos, xa que representan o 56,7% da poboación neste intervalo de idade.

Táboa. Poboación por sexo e idade en Ribadavia, 2019

	Total	Homes	Mulleres	% Mulleres
Poboación total	5.024	2.459	2.565	51,1%
de 0 a 15 anos	546	307	239	43,8%
de 16 a 64 anos	3.008	1.515	1.493	49,6%
de 65 e máis anos	1.470	637	833	56,7%
Idade Media	49,47	46,87	51,94	

Fonte: elaboración propia a partir do IGE, procedente do Padrón Municipal habitantes, 2019

O índice de envellecemento sitúase en 203,7, mostrando un dato moi superior ao índice do concello de Vigo. Aínda así, o índice de envellecemento de Ribadavia se atopa por debaixo da media da provincia de Ourense, que é 236,53.

A partir da nosa entrevista co traballo social de Ribadavia tivemos acceso a datos máis detallados da súa poboación maior. En concreto, os servizos sociais deste concello desenvolveron un programa para detectar a través do Padrón Municipal o volume e características das pesoas maiores de 70 anos que viven soas. Desde os servizos sociais municipais e analizando o Padrón Municipal de habitantes (2019) detectaron 334 persoas maiores de 70 anos que residen soas. O 71% destas persoas maiores de 70 anos que viven soas son mulleres. Por outra banda, dese total de persoas que viven soas: o 54% delas son usuarias dalgún programa de servizos sociais, e polo tanto, un 46% delas non son usuarias. Faise patente o alto porcentaxe de persoas maiores de 70 anos que viven soas que son beneficiarias dalgún programa dos servizos sociais municipais. Estes datos son especialmente interesantes para o noso proxecto, xa que os servizos sociais posúen un amplo coñecemento do colectivo de persoas maiores en situación de soidade.

Dun xeito complementario, a última ficha municipal que recolle o IGE, móstranos algúns datos xerais da súa poboación.

Táboa. Indicadores demográficos, 2018

	Ribadavia
	2018
Taxa bruta de natalidade	6,07
Número medio de fillos por muller	1,2
Idade media á maternidade	32,1
Taxa bruta de mortalidade	17,99
Taxa bruta de nupcialidade	2,72
Idade media ao primeiro matrimonio. Homes	37,06
Idade media ao primeiro matrimonio. Mulleres	35,94

Fonte: elaboración propia a partir do IGE, fichas municipais

Analizando a composición da súa poboación segundo a súa procedencia, o último padrón municipal de habitantes indica que 427 persoas naceron no estranxeiro, o que supón o 8,5% da poboación total que reside en Ribadavia. Como podemos observar, a poboación inmigrante en Ribadavia está levemente feminizada, sobre todo a poboación procedente do continente latinoamericano. O resto de colectivos están equilibrados na súa composición por sexo.

Táboa. Poboación por zona de procedencia en Ribadavia, 2019.

	Ambos sexos	Hombres	Mujeres	% Mulleres
Total Poboación	5.024	2.459	2.565	51,1%
Nacidos/as en España	4.597	2.269	2.328	50,6%
Nacidos/as no estranxeiro	427	190	237	55,5%
Total Europa	244	121	123	50,4%
Total África	13	7	6	46,2%
Total América	161	55	106	65,8%
Total Asia	9	7	2	22,2%
Total Oceanía	0	0	0	0

Fonte: elaboración propia a partir do INE, Padrón Municipal habitantes, 2019.

A nivel sociolaboral, presenteamos a continuación as afiliacións en alta laboral por sectores de actividade, con data xuño de 2020. Se ben no concello de Ribadavia tamén o sector sevizos é maioritario (71%), como cabe esperar, o seu peso é menor que na cidade de Vigo. Pola contra, Ribadavia posúe un peso porcentual no resto de sectores, sendo a diferenza máis importante a detectada no sector de agricultura e pesca.

Táboa. Afiliacións en alta laboral por sectores

Sector	Afiliacións	Porcentaxe
Agricultura e pesca	70	4,2%
Industria	324	19,4%
Construción	90	5,4%
Servizos	1186	71,0%
Total	1670	100%

Fonte: elaboración propia a partir do IGE, procedente do Padrón Municipal habitantes, 2019.

2.2. RECURSOS SOCIAIS NO CONCELLO DE RIBADAVIA

A través do Instituto Galego de estatística temos acceso ao tipo de centros prestadores de servizos por municipios. No concello de Ribadavia contamos unicamente con 2 centros prestadores en diferentes eidos de atención, o que contrasta co volume que presentamos para Vigo. Como vemos, un centro é comunitario e o outro dedicado á infancia.

Táboa. Centros prestadores de sevizos sociais por municipios, 2019.

Total	2
Comunidade	1
Infancia	1

Fonte: elaboración propia a partir do IGE

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

en colaboración con
Prôvivienda

ANEXO 4.1

GUIÓN ENTREVISTAS EN PROFUNDIDADE

AS TRENZAS DA LOLA

GUIÓN DE PREGUNTAS ENTREVISTAS EN PROFUNDIDADE TÉCNICOS/AS

DATA/ HORA:

LUGAR:

NOME DA ENTREVISTADA:

BLOQUE I. SOBRE A ENTIDADE/EXPERIENCIA DA PERSOA

1. Cal é o teu posto/profesión?
2. Desde cando levas traballando nesta entidade?
3. Anteriormente traballaches noutra(s) entidade(s)?
4. Podes comentar o tipo de entidade na que traballas: grupos de referencia cos que traballas, obxectivos que posúe, equipo, sedes, etc.?
5. Destaca algunha boa práctica da túa entidade? E algunha persoa da túa entidade que creas que é de interese entrevistar para este proxecto?

BLOQUE II. EXCLUSIÓN SOCIAL

6. Cales son as principais dificultades que atendes relacionadas coa exclusión social?
7. Podes comentar distintos perfís de persoas que acompañas na actualidade no teu barrio/área?
8. Tes detectado un impacto da pandemia da covid-19 no grupo de persoas coas que traballas? En que aspectos?
9. Que temas parécenche prioritarios para reducir a exclusión social no barrio/área na que traballas?

BLOQUE III. EXCLUSIÓN RESIDENCIAL/VIVENDA

10. Que recursos institucionais coñeces para afrontar a exclusión residencial? (entidades no barrio, asociacións, axudas, proxectos, etc.) Crees que funcionan...que obteñen resultados?
11. Coñeces recursos comunitarios, redes de apoio mutuo, veciñanza, comunitario, para afrontar a exclusión residencial?
12. Propostas e suxerencias de intervención social para afrontar a exclusión residencial.
13. Coñeces algunha boa práctica neste eido? Algunha persoa que esté traballando neste ámbito?

BLOQUE IV: SOIDADE NON DESEXADA

14. 14. Que é para ti a soidade non desexada?
15. 15. Coñeces casos de soidade non desexada no teu barrio/área? (illamentos, falta de relacións familiares e/ou comunitarias, laborais, mala calidade nas relacións, violencias).
16. 16. Se é o caso..Que tipo de persoas atópanse nesta situación (idades, pefiles..? Están acompañadas por outros recursos? Que tipos de fogares son? ¿Coñeces algunha?
17. 17. Consideras que o Covid-19 aportou máis barreiras e incrementou a soidade (non desexada) Qué tipos barreiras (tecnolóxicas, comunitarias...).
18. 18. Coñeces recursos institucionais para afrontar a soidade non desexada? (entidades no barrio, asociacións, axudas, proxectos, etc.)
19. 19. Coñeces recursos informais, redes de apoio mutuo, comunitario, veciñanza, para afrontar a soidade non desexada? Como se detecta no barrio/área
20. 20. Propostas e suxerencias de intervención social para afrontar a soidade non desexada
21. 21. Coñeces algunha boa práctica neste eido? Algunha persoa que esté traballando neste ámbito en Teis/Centro/Xeral?
22. 22. Alusión a cuestións urbanísticas

GUIÓN DE PREGUNTAS ENTREVISTAS EN PROFUNDIDADE PARTICIPANTES FASE DIAGNOSE. PROXECTO AS TRENZAS DE LOLA

Data/ Hora:

Lugar:

Nome da entrevistada:

Introdución por parte do/as entrevistadore/as sobre o proxecto Trenzas: obxectivos e tipos de participación posible

BLOQUE I. VIVENDA

1. Cal é a túa opinión da situación da vivenda en Vigo? No teu barrio? Cales son as principais dificuldades que existe nese eido?
2. Cal é a tua situación de vivenda? Vives so/soa? Compartes? Vivenda propia, cedida ou alugada?
3. Canto tempo máximo estiveches na mesma vivenda?
4. Con que tipo de persoas/colectivos-entidades che gustaría compartir a túa vivenda?
5. Senon tes vivenda propia, interesaríache entrar a vivir nunha vivenda compartida? Si é así...Con que tipo de persoas che apetecería compartir?
6. De que xeitos se te ocorre que se poida compartir? (por tempadas, días, ceder espazo para algunhas actividades, que tipo de actividades,...)
7. Pensas que precisarías un acompañamento por parte de Emaús-Provivenda para axudarche neste proceso? Que te produce desconfianza, inseguridade? Que precisarías para compartir vivenda tranquilo/a?
8. Como é a túa relación co teu barrio/coa veciñanza? Participas nalgunha actividade no teu barrio/cidade? Coñeces a moitas persoas no barrio? (detectar tipo de redes comunitarias: coa farmacia, frutería, mercado, etc.)
9. Coñeces algún proxecto/ entidade en Vigo (ou no teu barrio) que axude a acceder a vivenda? E persoas que fagan de intermediarias para atopar vivenda? (servizos sociais, ONGs, persoas particulares, etc.)

10. Crees que a construcción da cidade, no teu barrio por exemplo, mellora a relación entre as persoas (veciños/as)? Que tipo de locais, espazos, etc. pensas que se poden recuperar/reutilizar dun mellor xeito? (melloras tamén no transporte)

11. Que outro tipo de iniciativas se che ocorren para mellorar a problemática da vivenda? Que tipo de proxectos se poderían facer no teu barrio/cidade? Non só de compartir vivenda, senon proxectos de compartir outro tipo de espazos, tempos, etc.

BLOQUE II. EXCLUSIÓN E SOIDADE NON DESEXADA

12. Que é para ti a soidade non desexada? Algunha vez te sentiches nesa soidade? (con que alianzas contas, se te sentiches así no pasado...xa non te sintes nesa situación...porque?etc.)

13. Que tipo de persoas cres que sofren esa soidade? Coñeces a persoas nesa situación?

14. E ti, contas con apoios? Crees que os apoios son importantes?

15. Que pensas que se pode facer para que haxa menos soidade non desexada?

16. No teu barrio, coñeces persoas ou entidades que axuden a evitar esa soidade ? E outro tipo de servizos: sociais, ONGs, persoas do barrio que detectan casos? Tes acudido a algunha entidade deste tipo?

17. Coñeces algunha experiencia (boa práctica) que teña funcionado para evitar a soidade non desexada? (poñemos exemplos, tamén coa pandemia).

18. Que impacto tivo/ten a pandemia en ti, na túa vida? Sentiches máis illamento, preocupación por amistades, familiares, etc. Como ten impactado no teu entorno a pandemia (en familiares, amistades, veciñanza, etc.)?

19. A partir da pandemia, creáronse apoios entre veciño/as, asociacións, no teu barrio?

20. Que iniciativas se che ocorren para mellorar a problemática da soidade? Que proxectos se poderían facer? En que experiencias te sentiches ti mellor e maís acompañado/a?

BLOQUE III. SOBRE A PERSOA (SE NON VAI SAINDO AO LONGO DA ENTREVISTA)

21. Cal é o túa situación persoal neste momento?

22. Idade, xénero, situación familiar (a quen coidas, eres coidado/a), redes de amistade, situación integral de saúde.

23. A que te dedicas no día a día? Coméntanos como un día típico teu!

24. Cal é a túa situación económica-laboral, desemprego, xubilado/a, cobrando algún tipo de pensión, sen ingresos agora, etc.

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

en colaboración con
Prôvivienda

ANEXO 4.2

RESUMO INFORMACIÓN ENTREVISTAS EN PROFUNDIDADE

AS TRENZAS DA LOLA

(Entrecomillado: citas literais das persoas entrevistadas)

ENTREVISTA 1. 16/10/2020

Entrevistadoras: Virginia Romero e Iria Vázquez
Lugar: Emaús. Vigo
Notas tomadas na entrevista e transcripcións literais entre comillas:
Perfil: Traballadora Social no Casco Vello de Vigo entre 1990-2014. Nos últimos 5 anos a traballar como traballadora social no Concello de Vigo.Coñecemento importante das asociacións locais. Xubilouse en 2018 e colabora con Emaús.

"O centro non é unha zona que teña entidade".

Boas prácticas: "Buena práctica fue los inicios del Plan Comunitario de Vigo, no fue una decisión del Concello. Fue una decisión de la asociación de vecinos, asociación vecinal. Llegaron a la conclusión que la visión que se tenía del barrio era muy negativa, relacionada con las drogas, la pobreza, la exclusión, y que ellos necesitaban sentirse, dar otra imagen y sentirse y mejor, entonces, y ayudar a mejorar el barrio, y entonces, se creó el plan comunitario en el cual estaba la asociación de vecinos como promotora, Cáritas tenía una guardería allí, después estaba el colegio Chao. El centro de salud tenía interés, estaba ubicado en la Casa del Mar, y tenía interés en llegar al casco vello, después estaba la asociación deportiva Picacho, el colegio Picacho, Boy Scouts, no sé... , después estaba yo también, nos reuníamos, y hicimos unas jornadas, entonces lo que vimos que era el tema más importante: sólo aparecía el Casco Vello en relación al tema de drogas, drogas, drogas... hicimos un diagnóstico, y que queríamos hacer primero: entonces surgió que lo primero era mejorar el colegio, mejores condiciones en el colegio, no salió las drogas para nada, proceso educativo...".

Fogares sobre os que fixo fincapé no eido da exclusión social e soidade non desexada:

"La estructura social cambió mucho, creímos que el estado nos lo iba a dar todo, la estructura familiar se rompió mucho, cambió la forma de vivir, entonces eh..., pasamos una etapa que para mí que se perdió, una etapa en que hubo mucho fracaso escolar, no se trabajó bien, nos encontramos con mucha gente sin formación, sin apoyos familiares, con pérdida de valores, con un sentimiento en el fondo de incapacidad absoluta (...), mucha gente, en el fondo...yo no soy capaz de encontrar, de trabajar, de encontrar un trabajo, no estoy capacitado, pero eso no se racionaliza, entonces tú le decías a la gente, vete a buscar trabajo aquí o allá, es una tomadura de pelo, en realidad se va como mecánica, pero no sirve para nada".

Perfiles que acompañaba en exclusión: "Mucha mujer con hijos a cargo, sin apoyo del padre generalmente, pero no lo piden, siquiera, sin cónyuge colaborador, familias monoparentales, de madres; después personas, hombres solos, con escasa formación, escasas capacidades, hombres mayores solteros o divorciados, que vivieron con la madre apoyadora y que se quedaron solos, es un perfil terrible (...) normalmente en el límite personalidades con muy poquitas habilidades sociales, ese perfil es terrible, están totalmente solos y carentes de capacidades, después otro perfil terrible, personas jóvenes hasta 35 o así, con una cierta discapacidad psíquica, que al romperse un poco la familia, pues están totalmente solos y perdidos, mujeres solas. Muchas más mujeres que hombres, porque las mujeres solas, a veces, aparecen solas pero no están solas, porque a veces hay un hombre pero es, como se dice..., periférico, está o no se le pide nada, de participación, lo que es la vida familiar, o se le pide y no lo da, mujeres mayores solas también, personas solas, hombres solos con problemas alcohólicos, o con problemas de personalidad, que les hace que terminen solos, lo que pasa es que una sociedad rural, pues una persona soltera quedaba en casa, quedaba a vivir con su hermana, y ese señor iba al jornal, pero estaba limpito y comido...y ahora está en una ciudad solo (...), el problema más grave es la formación, el empleo y la vivienda..."

Impacto de la pandemia: "Muy agravante, por un lado la gente que está sola, el cierre de los bares, a pesar del problema que puede causar en alguna gente, es el ámbito social, su único ámbito de socialización, ir a comprar, ir a comprar cuatro cosas, ir a un barcito, tomar una tapa, un café, un vino... otro cambio es que en los barrios de las ciudades había la carnicería, había la tienda, la tienda de Lino fiaba, fiaba, había los bares muy modestos que comían, un plato de día, bares en los cuales se iba un tipo de gente en el Casco Vello a una taberna de vino, después iba al bar España, y al bar Cíes... tres sitios donde la gente, un determinado tipo de gente, se relacionaba, pero tenía esos sitios para relacionarse, y ahora no hay esos sitios, la panadería, la carnicería, la farmacia, también era muy... a mi me parece muy importante, eh... mantener ese tipo de comercio, yo siempre fui al mismo sitio a comprar el periódico...". "Hay gente que no tiene con quien hablar en todo el día".

Recursos de vivienda: "Yo creo que es un tema totalmente abandonado, el Ayuntamiento como la Xunta tiene competencia, se abstiene totalmente, yo no sé de cuando son las viviendas sociales, pero me parece una enorme hipocresía...., se puede hacer una cosa bien hecha para gente sola, realmente el ciudadano por si mismo, no puede tener opción a una vivienda, porque para las viviendas sociales hay que garantizar unos mínimos ingresos, con lo cual no tenías acceso a esa vivienda, entonces quien menos tiene, no tiene acceso a viviendas sociales, aún las viviendas de alquiler sociales exigía que tuvieras unos ingresos que garantizaban los alquileres, no son viviendas de inclusión para nada! ahora con todo el problema de las viviendas, se podrían comprar 50, 60 viviendas... pones un plan de inclusión, contratas a obreros especializados, incluyes a gente para arreglarlas, pones un poco de dinero para fianzas y arreglos y compras vivienda, pero el Ayuntamiento se niega diciendo que no es competencia...". "Las ayudas de vivienda son complicadas...".

Boas prácticas en vivenda: "Yo creo que es un problema estructural. Debe afrontarlo. No se puede echar toda la responsabilidad en el mundo privado....".

"Había algo parecido en Allariz: había unas casas, de una personas a lo mejor mayor, viuda, que vivía en una casa histórica, monumental, pero que se caía... entonces el ayuntamiento le pagaba el alquiler en una casa a esa persona, le arreglaba la casa, y la persona dejaba el bajo para el ayuntamiento para un alquiler, de un negocio, como estaba a media hora..., esos bajos estaban arreglados, en condiciones, para poder crear negocios, y la persona se encontraba con la casa arreglada, entonces tenía que ceder ese local, por 25 años o por 40 años..., una negociación con el concello, así fue como consiguieron arreglar un montón de casas en la parte antigua, que la gente no podía arreglarlas...".

Sobre soidade non desexada: Fixo fincapé no feito de que non fai falla estar físicamente soa para que unha persoa se sinta soa. Perfis no casco vello: nais con fillo/as, e homes sos (pouco comunicativos). Importancia de traballar a pertenza ao barrio e fincapé no aproveitamento de prazas, eliminar barreiras urbanísticas para socializar... implicar ao eido de urbanismo e arquitectura do concello no proxecto.

Boas prácticas en soidade non desexada: Súpermanzás en Barcelona; Ampliar e cambiar o enfoque da axuda a domicilio: que non sexa só "lavar e limpar"; que haxa tempo de calidade e acompañamento. Traballar máis na tele-asistencia, traballando dun xeito conxunto cos centros de saúde. Tamén alertou de que os centros de saúde están perdendo a súa función. Importancia de figuras clave nas parroquias (os curas, etc.) que poden ter un papel importante na detección.

ENTREVISTA 2. 23/10/2020

Entrevistadoras: Virginia e Iria
Lugar: Emaús, Vigo
Perfil: Foi mediadora intercultural do concello de Vigo durante dez anos, de 2008 a 2018, en Riviera Atienza. Traballou con persoas en risco de exclusións social, poucas veces fixo intervencións interculturais, estaba absorvida polos problemas de exclusión social.

Na actualidade xa non traballa como mediadora. No seu eido persoal, traballa como psicoanalista.

Como mediadora intercultural fixo moito énfase no colectivo inmigrante: os factores ligados á exclusión social, recalcou a dificultade de empregabilidade neste colectivo como un factor central. Seu traballo como mediadora: "necesidad de sensibilización, pero se dejó de subvencionar ese tipo de proyectos..." (...). "Acercarte a la mediación como método, te cambia la vida, aprendes a escuchar..., eso creo que te ayuda bastante". (...) "Trabajé también con personas de aquí, eso te enriquece, porque ves que somos personas, y tenemos los mismos problemas.., después trabajé en cursos de habilidades sociales, búsqueda de empleo...".

Entidades cos que contactou mentres traballaba en servizos sociais: con Emaús, por un caso de un pasaporte de una mujer nigeriana, con Funga (tutela de personas con discapacidad mental), Cruz Roja, Cáritas, Provivienda, el Albergue. Traballou tamén con colectivo romaní, mulleres da etnia xitano-rumana, con casos de mulleres prostituidas.

Ferramentas para afrontar esa exclusión social: Importancia da empleabilidade.

"Por ejemplo, el fenómeno de la inmigración en España fue explosivo, fue muy intenso...(...)

"Hay que trabajar la mediación comunitaria, fortalecer las redes de barrio, las asociaciones de vecinos, en una época las asociaciones de vecinos fueron focos de conquista y proporcionaron identidad al barrio, el plan comunitario de Teis, tenemos Coia, Lavadores... son una asociaciones que (...) proporcionan una

identidad al barrio, ¿qué pasa? las asociaciones de vecinos se fueron convirtiendo en esa asociación que se va a hacer actividades, yo trabajé muchos años en asociaciones de vecinos dando cursos, me encontré un ambiente muy amable, es el ocio, lo mismo en los centros socio comunitarios, cuando he dado talleres de memoria, es ocio..., pero después me di cuenta: es una población muy homogénea, ya son amigos, ya vienen juntos, son los del barrio de toda la vida, en una asociación de vecinos no he visto desde que yo trabajé, no he visto extranjeros, personas con dificultades económicas manifiestas, a lo mejor las había, era como un encuentro del barrio..." "en las asociaciones de vecinos ahora mismo no se está haciendo trabajo comunitario, (...)

"Este proyecto de coidadores de barrio,(...), ¿por qué no activar eso con los vecinos, las vecinas? claro! o sea, es quien mejor entiende la dinámica de esa persona, de ese anciano, de esa anciana, a mi me ha pasado de solicitar coidadores de barrio para un familia rumana, que yo no podía acompañar al médico, esperar la persona 5 minutos, estos son rumanos, y se va! esa persona tiene otras citas, eh...".

Sinalou o papel das asociacións veciñais como fundamentais, aínda que fai falla que incorporen a veciño/as máis diversos/as: comenta que por exemplo o colectivo inmigrante non vai a esas asociacións. Por que? En xeral, remarcou a necesidade de implicar aos propios veciño/as nos proxectos: por exemplo, nos coidadores de barrio, comentou que sería boa idea implicar aos propios veciños do barrio.

Sobre a soidade non desexada: detecta o perfil de persoas maiores soas: que viven soas, pero non por elección. Moitas veces queda unha filla soa a coidar a persoa maior, nunha situación negativa: soidade da persoa coidada, e soidade da coidadora. As residencias como estratexias agotadas.

Outro perfil de soidade non desexada: as persoas inmigrantes, non teñen rede familiar de apoio mutuo. Sobre todo persoas migrantes sen fillo/as, sen redes, etc.

Boas prácticas en soidade non desexada: vacacións de fogares monoparentais sufragada pola Xunta; revistas veciñais como a que realizan no barrio de Coia. Necesidade de tecer redes interxeracionais: entre persoas maiores e nenos/as (aínda que non haxa parentesco). Compartir piso na UVigo entre estudantes e persoas maiores.

Síntese: Fixo énfase para o Proxecto Trenzas: Necesidade de acompañar todo o proceso de compartir vivenda. E tamén empregar o ocio como ferramenta para construir comunidade.

ENTREVISTA 3.07/11/2020

Entrevistadora: Iria Vázquez
Lugar: Servizos sociais de Teis.
Perfil: traballadora social de Teis. Leva en servizos sociais uns 15 anos. Antes traballara en Cáritas en programas intervención con familias xitanas co Concello de Vigo. En Teis, leva traballando aproximadamente 13 anos.

"Atendemos a población general, tenemos 2 días de atención al público"

En ámbitos de exclusión social: "Aquí en el barrio tenemos dos recursos que determinan la intervención, yo tengo mucha población por tener la Fundación de Santa Cruz (lo que antiguamente era Hermanos Misioneros) yo creo que el 25-30% vienen de allí, más que nada, no porque estén residiendo allí, pero sí que tienen el padrón, gente sin domicilio fijo, en albergues, sin estabilidad residencial,... pero mantienen el padrón en Hermanos Misioneros, la referencia soy yo. El otro recurso de referencia que remite... es el hogar Santa Isabel, mujeres solas con cargas familiares o embarazadas, aquí al lado, en el centro pueden estar hasta que los niños tienen dos años".

"Aquí hay una cosa que siempre nos ha llamado la atención, ya antes de la pandemia, no se notaba, cuando empezó la crisis económica, no se notó ese boom, sí que hubo un incremento, pero no tanto como en otras zonas... siempre nos decían que era también por el modelo de intervención que hacíamos ..., no sé cómo expresarlo, (...), aquí siempre hemos tenido una intervención bastante directa, bastante personal".

Pandemia: "Abrí muchos expedientes de extranjeros, que tenían trabajos precarios, chófer, hostelería, etc...(....) también los efectos evidentes del aislamiento, con ganas de hablar, sola, lo lógico que es pasar esta situación, la sensación de inseguridad, de qué va a pasar, me acuerdo de una señora mayor, que vivía sola, la primera vez que llamaba, decía: no salgo ni a tirar la basura! la cierro aquí... bueno, tremendo, querían que le hicieran la compra, ella no salía al banco a sacar dinero, por miedo..., una persona mayor sola, durante el Covid se prestó por el ayuntamiento, se generaron horas extraordinarias de ayuda a domicilio para esos casos".

Destacou como un eixe fundamental no seu traballo a exclusión residencial: "El principal problema de la exclusión social, a parte del tema económico es el tema de vivienda y el aislamiento, yo aunque tengo familias, yo creo que un gran porcentaje de mi población son personas solas, hombres, no sé si porque las mujeres tienen más red familiar, también hay mujeres solas evidentemente, pero un porcentaje importante son hombres, no sé si por los Hermanos Misioneros, pero... si, yo tengo muchos chicos solos, señores, eso..., 30, también se ha visto población joven, que empieza, totalmente desubicada, te da mucha lástima, me encuentro sola..., no tengo a nadie, una chiquita llorando, es que no tengo a nadie que se preocupe por mí, llorando, ya he pensado en abrir la bombona, porque con las pastillas ya lo intenté... los chicos jóvenes también, pero que también les falta un arraigo, es un poco..., y después la gente mayor que está sola también...".

Fai de intermediaria e busca persoas para que aluguen cuartos, ten de man algunha inmobiliaria, etc: buscar habitacións para persoas que cobran a Risga é un dos temas dos que máis falou.

Nos perfís de persoas: homes sos (non só maiores): separados, viúvos, que viven sos: desarraigados, e con illamento. Tamén mulleres soas de distintas idades (ten algunhas mulleres novas con serios casos de illamento por mala calidade nas relacións personais, sen emprego, etc.).

Os recursos que di que se empregan: Coidadores de barrio, e Teleasistencia.

Boas prácticas en cuestións de vivenda: os acompañamentos que realizan algunhas entidades como Cártitas.

Sobre recursos institucionais: Provivenda.

Sobre soidade non desexada: Funcionou moi ben a pregunta de cómo definiría ela esa soidade: "A soidade non desexada é sentir que non hai quen se preocupe por ti". Unha frase que lle dixo unha usuaria nova... nesa situación. Tamén dixo: "sentirse soa cando non tes ninguén que te acompañe ao médico ou a citas importantes...".

Facilita o caso dunha muller que as veces comparte casa e que podería estar interesada en participar no proxecto Trenzas.

Outros recursos comunitarios (que poderiamos entrevistar en Teis): A farmacía de Sanjurjo Badía (esquina con Avenida de Galicia); Pastelería O Rosso; Frutería de Sanjurjo Badía (ao lado do estanco), o

Mercado de Teis. Son lugares que si detectan casos complexos, e que por exemplo, na froitería téñena chamado para alertar dalgún caso que está pasando un mal momento.

Recursos institucionais en soidade non desexada: Amigos de los mayores; Parroquia (que teñen horta), Hermanos Misioneros (tamén teñen horta)

Sobre proposta/ideas: Ela cre que hai que facer máis visitas domiciliarias, máis acompañamentos, usar tamén o deporte: propoñer rutas camiñando polo barrio para xuntar persoas, propoñer rutas históricas polo barrio.

AQUÍ TEIS

Lara Díaz, unha escritora de Teis, pubica o seu primeiro libro "El cielo nos espera"

Alimentación Verín, un clásico no barrio de Teis

O club de loita olímpica San Ignacio triunfa na Gala do Deporte da Deputación

CONCELLO DE VIGO

DEPUTACIÓN PONTEVEDRA

¡Como boa práctica: un xornal AQUÍ TEIS.

ENTREVISTA 4. 18/11/2020

Entrevistadoras: Virginia Romero e Iria Vázquez
Lugar: no centro sociocomunitario de Teis.
Perfil: Traballa no Plan Comunitario de Teis desde o ano 2000.

Soidade non desexada: Fixo fincapé no colectivo de adolescentes e xente nova. E na invisibilidade deste colectivo. Poden vivir en familias, e estar moi so/as.

En Teis hai bastantes persoas maiores: pero hai moitos programas para eles/as: o que non acontece coas persoas novas. Para persoas maiores hai Coidadores/as de Barrio, e voluntariado de Cruz Vermella e Tele-asistencia. Fincapé importante: no impacto da pandemia e confinamento en adolescentes e persoas novas: precisan socializar con pares e non o teñen. Percibe en Teis: problemas de relación e illamento destes/as adolescentes.

"no tramo de adolescentes ya te digo, solos no, lo siguiente de solos, completamente..., é unha percepción pero así como vas falando con eles, cho van dicindo... entonces claro é unha percepción que efectivamente é real, obxectivamente, están sos; ao mellor son familias máis disfuncionais, hai familias monoparentais e familias monomarentais, e familias de todo tipo"-

Proxectos que teñen en marcha: Guindastres; Punto Teis. Boas prácticas con persoas novas: realizar deportes, contacto con centros educativos.

Sobre soidade non desexada: puntualiza que lle preocupan as persoas que si viven acompañadas pero que se sinten soas.

Que é para ti a soidade non desexada? "Para min, sentise soa sin querelo. Podes depender dalguén e darte de conta do só que estabas".

Boas prácticas en soidade non desexada: A actividade do Cachibol.

Perfis de soidade non desexada en adulto/as: homes que están sos, solteiros, separados, viúvos. Que só socializaban no bar, e agora non poden. As mulleres si buscan máis actividades que os homes.

Nas actividades que sinala do centro cívico e o centro sociocultural: di que funciona bastante ben a petanca.

En temas de vivenda: di que non é experta e que non controla do tema para falar moito... Si que sinala diferenzas entre eido rural/urbano de Teis. Sanjurjo Badía é moi urbano, con xente recén chegada e hai pouca comunidade... en cambio en Paradela, Riouxa si hai máis vida comunitaria. Coincide en que hai varios comercios locais que detectan soidade: Pastelería Rosso, e Ferretería Caride. Comercios

de toda a vida que si fan función comunitaria. Segundo a súa experiencia non vincula os problemas de exclusión residencial directamente coa exclusión social. Moitas das persoas que acompañan están excluidos socialmente e non teñen problemas de vivenda (si de precariedade económica sobre cantidades a pagar por unha vivenda, pero non o vincula directamente)

Urbanismo: É un tema fundamental. Hai moitos parques no barrio que son mellorables. O parque do Barrio das Flores e a degradación do parque La Fenosa (consumo de drogas).

Sinala tamén neste eido do urbanismo e do barrio: entrevistar a "Voces polo litoral de Teis". Recuperaron a zona da Etea para o desfrute do barrio.

Preguntámoslle pola actividade das aulas de lingua para estranxeiro/as: di que si funcionan, e que consiguen crear grupo.

Conclusión: sinala que fan falla programas de intervención a longo prazo, de 2-3 anos, con seguimento e acompañamento técnico para formar comunidade. Pero que deben partir da base social. Que os proxectos breves non sirven, as actividades puntuais (por exemplo proxecto de envellecemento activo, facer só actividades puntuais, non crean lazos comunitarios...): nese sentido, coméntanos que lle parece máis interesante fortalecer boas prácticas sobre soidade non desexada xa existentes no barrio que crear novos proxectos sociais de cero.

ENTREVISTA 5. 20/11/2020

Entrevistadoras: Virginia Romero e Iria Vázquez
Lugar: Emaús, Vigo.
Perfil: Integradora social/Educadora Social. Anteriormente proxecto VÍAS con Emaús, logo traballou no CIIES. Actualmente (desde fai ano e medio): Proxecto Fogares, conxunto de Emaús e Provivienda..

Estivo traballando durante moitos anos no CIIES, 7 anos como integradora social, ten moita experiencia no eido da exclusión social e de rúa. Desde labores asistenciais, comedor, etc., ata centro de día, formacións, no piso, bolsa educativa... Informa da existencia dun piso dentro do CIIES, ademais de prazas de albergue. O Piso é a fase previa á autonomía, previa á saída.

No proxecto Fogares: "inicialmente comezou con este proxecto Provivienda soamente, e despois se abre un pouco o proxecto a persoas, familias, de extrema vulnerabilidade". "A parte que leva máis Provivienda, ao mellor é vulnerable tamén, pero non é de exclusión social tan severa como podemos levar desde Emaús, perfil de familias monomarentais, a maioría, familias monomarentais; desde aquí traballamos con persoas que estiveron nalgún momento en situación de rúa ou en exclusión máis severa....". "Dentro de Fogares, a parte que leva Provivienda, a maioría son mulleres, despois da nosa parte, andamos 50- 50 (homes-mulleres) creo".

"O proxecto, a idea principal é que históricamente se soe traballar coas persoas... metodoloxía de escaleira: para conseguir aquí... tienes que, desengacharte, hacer tal, tal, y luego ya te ganas una casa! esto é outro plantexamento: temos un dereito á vivenda todas as persoas, polo feito de ser persoas, independentemente das dificultades que poidamos ter na nosa vida, proporcionamos un acceso a vivenda, non é unha vivenda gratuita, teñen que facerse cargo, pero é algo asequible, que poidan asumir, según as circunstancias, a partir de ahí, temos unha vivenda, e traballamos todo o demais".

"Hai 2 tipos diferentes de vivendas: vivendas individuais, ou vivendas para unha persoa, son as menos, porque difícil, e por outra banda, vivendas compartidas, temos dúas agora, inicialmente tiñamos unha, pero bueno, se deu outra circunstancia, decidimos montar outra compartida, temos esas dúas, se intenta, antes de comezar, se fixo unha sesión para que as persoas se coñeceran, para as compatibilidades, nesta búsqueda, se intenta, pero logo o día a día xorden esas cousas... temos o caso dalguen nun caso moi vulnerable, temos que buscar unha solución, e temos que poñer con calzador... as veces non se coñecen".

Experiencias boas e malas: "A convivencia en si é moi complicada, porque son persoas... (...), a convivencia sempre hai choques, ainda que sexa a persoa que máis coñezas no mundo. Partimos desa base, dos pisos compartidos, a maioría son persoas que veñen de situación de rúa, con hábitos interiorizados, de consumo..., algunhas destrutivas, que hai que acompañar moito, máis difícil a convivencia se cabe... xorden conflitos, de pura convivencia..., que nos xorderían a todos, como relacionados con esas dinámicas de vida..., aínda que se traballa con eles, de maneira individual e colectiva, as veces costa un pouquiño comezar unha nova etapa, como é lóxico e normal, nos pasa a todos".

"Inicialmente, no punto 0, de temos o piso, agora hai que meter a xente, si que valoramos pois que

eles mesmos se viran convivindo coas outras persoas, desa sesión algún descarte saiu, con esta persoa non hai afinidade, non me vexo convivindo con ela, si se valorou esa parte, a maiores da situación vital desa persoa, as necesidades, valorar posible compatibilidade, desde fóra, onde poden xurdir roces... todo eso se valora, a posteriori hai personas que saen do recurso, e hai que cubrir esa praza... tentase valorar as posibles dificultades que pode haber, incluso... se pode ser unha persoa que, as dinámicas de vida... se poden botar máis lume ou pode apaciguar un pouco as situacións de conflito que pode haber; téntase que sea alguen que empate un pouco coas persoas que vai convivir, pero que ao mellor non aporte máis dificultade á convivencia, aos consumos...".

"As persoas que viviron en rúa, por socialización, teñen unhas dinámicas de vida, de terse buscado a vida nunha situación moi dura durante moitos anos...",

Quen convive? As propias persoas afectadas deberían elexir con quen convivir: ela ve a súa tarefa como acompañar...; debería haber sesións previas para detectar se as persoas "empatan". Certamente, non sempre se pode, as veces hai que cubrir prazas rápidamente.

No proxecto Fogares créanse vínculos: ás veces positivos, outras veces negativos. Desde que se iniciou o proxecto, 2 persoas saíron do recurso: "É verdade que as persoas que saíron, pois saíron polas súas circunstancias persoais, pero tamén porque non acababan de encaixar ahí, por todas as cousas que levaban na mochila..., eh..., é verdade que ahi non se mantén relación entre as persoas que están e as que saíron, relación cordial pero non máis alá; as persoas que agora están, si comparten momentos, situacións, as veces xorden conflitos e problemas, pero agora mesmo, as persoas que están si que teñen certo vínculo emocional digamos..." "Levamos un ano de estar dentro do piso, co tema do covid non hai moito...".

Papel que realiza nas Vivendas: Seguimento puntual: fanse asembleas semanais, e logo se realiza, se é necesario un traballo personalizado, segundo as necesidades. "Unha das dificultades coas que nos atopamos nos pisos compartidos, a presencia profesional é puntual, ou, non é continuada, pois facemos asambleas, cada vez que hai dificultades se acompaña, pero non é un piso ao uso que estea o/a profesional a diario, a idea é piso compartido con certo apoio.... faise unha asamblea semanal, salvo en épocas de máis conflictos, que se tenta estar máis, se tenta con cada un/a de elas traballar de xeito máis individual, coas necesidades que vaian tendo cada un".

Que tipo de redes teñen a xente que entra en Fogares? Nas persoas coas que ela traballa: ausencia de redes sociais, moi pouco vínculo familiar, moi "soas", sen apoios. "Moi poucas, básicamente, a maioría das persoas eh..., pois, teñen moi pouco vínculo familiar, a realidade é que están bastante soas, desde Emaús se tenta un pouco... máis alá... ser un apoio emocional, unhas persoas coas que contar, que se sintan parte dalgo, da entidade, de nós, pero dende fóra, a maioría non teñen redes sociais, se as teñen, son vinculadas a hábitos poucos saudables, e que non son un apoio real para nada; a realidade é esa".

Que é para ti a soidade non desexada? "Uff... qué difícil, realmente, son persoas que non teñen eh, con quen contar, que non teñen, bueno, o que podemos ter nós, non? unha familia, unha persoa que poder chamar nun momento dado, unha persoa coa que poder tomar un café, todo ese tipo de cousas, moitas veces os talleres que facemos aquí, se xeneran ese tipo de relacións, por toda a carencia que hai nas súas vidas... polas súas situacións de vida, esas redes familiares, de amistades, están totalmente rotas, esto os levan á soidade, é así. Que é a soidade? non ter xente ao redor coa que poder contar".

Perfís soidade non desexada en persoas en situación de rúa: "A xente que chega a situación de rúa é porque non ten xente ao redor que a ampare. Eu probablemente non chegaría a situación de rúa, teño familia, teño amigos, que me poden amparar, eles non teñen eso, ou como chegan a unha situación complicada, rachan coa familia...". "Hai moita xente que se vai fóra, non é de Vigo, hai moita xente, no albergue pois por exemplo, en navidades se vai a súa casa, como se estivera noutro sitio traballando, normal, a súa familia non sabe a situación na que está..., na época da crise de 2008, as veces chegaba un procurador que levaba 2 anos no sofá dun amigo, e que non podo exprimir máis a miña xente, pois me busco a vida, vou ao albergue, nunca o tería pensado... non querer cargar coas túas dificultades, os teus problemas, me aíslo do meu entorno".

Outros perfís ademais das persoas en situación de rúa? "Eu penso que si, por exemplo no CIIES tiñamos un servizo de comedor, as veces o perfil era bastante diferente, viña xente de rúa, pero había xente que cobraba unha pensión mínima que non lle daba, que tiña a sua habituación en aluguer, para o que lle daba a súa prestación, a verdade que esa xente, xeralmente tamén estaba soa realmente, un día, de vez en cando, quedo cun amigo... pero no seu día a día, era máis subsistir que vivir".

Peso que lle da á exclusión residencial na exclusión social? “Moita, cando faciamos estas xornadas con participantes para posibles convivencias e demais, un deles decía algo así como..., fixemos unha dinámica, do peso que ten a vivenda na nosa vida, no poden estar ben. A maioría das persoas o poñían como punto principal: e que se teño casa e non teño que estar pensando en no que vou facer esta noite, onde vou durmir,... buscarme a vida, que é o que fago as 24 horas... pois podo centrarme no resto de ámbitos da miña vida. Se eu teño unha cita médica, e teño que pensar entre a cita médica e teño que buscar para comer ou durmir, deixo a cita médica, e a miña saúde queda nun segundo plano, é básico ter a seguridade, a estabilidade onde durmir, onde estar tranquilo, onde poder comer un bocata, algo quente, pero ter un sitio de tranquilidade, un espacio onde poder sentirme ben, a gusto, seguro”.

Boas prácticas en soidade non desexada: “Na miña experiencia, non se traballa demasiado isto(...)”. Sobre as actividades: “Depende tanto do profesional e da entidade que está detras, tiñamos claro que o esencial, máis alá dos talleres, era a xeración do vínculo, algo básico para min, algo tan importante, xerar un vínculo, pois unha persoa que vas a atender rápido, sen interesarte pola súa vida, non se vai xerar esa confianza, e non vai acudir a ti, pero se xeras un vínculo..., un interese por ela, o afecto..., se facía moito seguimento individual, ao final era un grupo que cohexiona tamén entre eles, preocuparnos uns por outros, depende moito do/a profesional que hai detrás, e a entidade”. Sinala que antes no albergue se realizaban actividades coa idea de crear e manter vínculos entre as persoas participantes: manualidades, sexualidade, saúde. As actividades poden servir: pero con moito seguimento, para que se conexione o grupo.

Espazo de convivencia compartido: Que erros/Dificultades a evitar cando xuntas a persoas a convivir? Claves das que ti partirías: “Eu creo que nun mundo ideal, o ideal, sempre partindo da persoa, porque moitas veces ao final, polo ritmo, eu te organizo, te fago, te desfago, o ideal é loxicamente que as persoas escollan con quen vivir, igual que escolleríamos nós,o ideal é que as persoas se coñezan, nesta ocasión fixemos esta xornada de traballo... plantexando o ideal tivera sido facer máis, ter un mínimo coñecemento das persoas, para ver con quen convivir e con quen non, as veces non é doado, eso sería o ideal (...) despois penso que é importante facer traballo con elas de coñecemento mutuo, para que se coñezan entre elas, ver os aspectos que poden ter en común, facer traballo emocional entre as persoas para que esto funcione, esto é nun ideal, no día a día resulta complicado. Algo básico que deberiamos ter en conta”.

Tamén traballar co Barrio: “Na experiencia do CIIES, ao final ti tes un albergue con 30 e pico persoas de pernocta, 70 de comedor, en pleno centro, xera moitos conflictos no barrio del Cura, zona ocupa, onde había cosumos, etc., etc. había moitísimo conflicto co barrio; día si, día non, unha ambulancia na porta, tes que chamar a policía, dificulta moito, o CIIES está pegado ao colexio, xusto ao lado, eu creo que é super importante facer traballo co barrio, que o barrio se implique, que o barrio coñeza... esos que están ahí tirados...(...), pero se explicas a situación, explicar, contarlle, cales son as experiencias de vida, pero implicar ao barrio en actividades, en pois mira, estamos pendentes deste home, se o ves pola zona, co equipo de rúa do CIIES...”. “Solucionamos ás veces cos veciños..., houbo un caso de un home que vivía nunha especie de no se de caseta abandonada, rodeado de ratas, cunha sonda colgando... a este home hai que sacalo dahí, pois con varias, ías preguntando, co centro cultural, que paraba a tomar o café, implicas a xente do entorno... este home estaba pendente de facer un ingreso voluntario... se a xente se sinte implicada...”.

O barrio que máis coñece é o centro-barrio do Cura: non coñece “referentes” como farmacias, tendas, etc. que si funcionan noutros barrios como Teis.

Acceso ás tecnoloxías: Comenta que existen moitas dificultades de acceso ás tecnoloxías: persoas que non teñen móbil, non teñen datos... que non saben usalo. Fincapé na Fenda dixital

Perfil de soidade non desexada- exclusión: Sinala que hai un perfil moi esquecido os/as persoas que cumpren 18 anos e saen dos pisos tutelados de menores. Saen dun piso no que están arroupado/as e entran na exclusión, consumos..., saen á xungla: están na diana. Deberían ser un colectivo importante de intervención.

ENTREVISTA 6. 25 /11/2020

Entrevistadore/as: Martín Fenández e Iria Vázquez
Lugar: En Xaruma, Teis. Vigo
Perfil: Traballadora social en Xaruma desde fai 8 anos.

Os obxectivos de Xaruma son crear hábitos enre os/as participantes, e axudalos/as cos seus proxectos vitais: traballo, vivenda, emancipación, etc.

Perfil de participantes: ao redor de 35 persoas á semana: só 7 mulleres. Traballan con maiores de idade. Moitas das persoas participantes son maiores de 45 anos. Teñen perfil: persoas soas, fillo/as que viven cos pais, persoas que viven de pensións, etc.

Boa práctica: Teñen un grupo de mulleres, grupo de autocoidado os luns: un día a semana fan un proxecto propio. Debátese moito sobre emanciparse, independizarse, como facelo, estar acompañadas, etc.

Tamén boa práctica da Horta: Como creación dun hábito, leva desde 2013. 10 participantes. Antes da Covid 19 participaba voluntariado (de Provivenda): agora só con participantes de Xaruma

Outras etnidades coas qeu colaboran: Asvidal, Comité Plan Comunitario de Teis, Aldaba, Doa- Saude Mental.

Vivenda: dificultade de acceso: non hai, e as que hai están carísimas. Detecta persoas que viven soas con soidade. As persoas do seu coelctivo que viven acompañadas, non detecta soidade non desexada, senon outras problemáticas: necesidade de espazo propio... particulariedades do colectivo de saúde mental neste sentido.

Perfil que fala de soidade non desexada: fala dun caso dun home de 45-50 anos que vive so (non quere vivir con ninguén): pero se sinte só. E non é capaz de axudalo: nas actividades móstrase cordial, pero non se sinte acompañado, precisa relacionarse con xente máis diversa.

Que é para ti a soidade non desexada? "sentir que non tes a quen acudir". Pode haber presencialidade, pero que te sintas só a nivel emocional. O que importante e o nivel de intimidade...

Intervencións para apliar soidade non desexada: É importante ter puntos, espazos onde atoparse que non sexan bares. Importancia do tempo libre para traballar esa soidade: actividades: recuperar tradicións no barrio, dinamizar bancos do tempo... Como boa práctica sinala: "Voces polo litoral".

Zonas do barrio que podería paliarse a soidade: No mercado (pero non se usa moito); podería dinamizarse o parque do Barrio das Flores.

Os/as participantes de Xaruma: usan o bar de enfrente dos Xesuístas, e o cruceiro da rúa como lugares de encontro.

Os e as participantes de Xaruma: viven moito/as en pensións (hai unha que usan frente ao Instituto de Teis, na Avenida de Galicia), di que este perfil é complexo para convivencias.

Posibles erros en proxectos de convivencia: non coñecerse, ceder a todo nun principio, dificultades na negociación.

Convivencia- vivenda: Sinala que serían interesantes pisos con baño propio, habitacións amplas, e un salón e cociña compartida. Necesidade de compartir e de ter espazo propio.

Exclusión Social: Para o seu colectivo sinala que o peso máis importante ten que ver co descoñecemento que existe sobre eles, sobre a saúde mental en xeral. Tamén ten un peso importante a fenda dixital: moito/as sen móbil android, sen datos, etc. Teñen un proxecto de alfabetización dixital. Tamén a auto-estigma pola enfermidade mental, vergoña, etc.

Saiu tamén o tema: a soidade non desexada tamén crea un estigma? vergoña...

Impacto da Covid 19: Para moito/as participantes de Xaruma: o difícil foi sair do confinamento: moito/as estaban mellor en casa. Dificultade de voltar a coller rutinas.

Xaruma: ten un piso donada polos Xesuítas onde se fan en verán respiros familiares, hai convivencia entre participantes. Estadías semanais

ENTREVISTA 7. 27/11/2020

Entrevistadoras: Virginia Romero e Iria Vázquez.
Lugar: Provivenda, en Teis. Vigo
Perfil: traballadora social, coordinadora en Provivenda, entidade que leva 4 anos en Galicia, 3 anos en Teis.

O obxectivos: é intervención con todo o que ten que ver con vivenda: todo tipo de colectivos vulnerables. É certo que o programa de protección internacional ten un peso importante, pero traballan con todo tipo de colectivos.

Vivenda: recursos institucionais escasos e inadecuados. As alternativas que existen son parches. Exemplo: cando saen dos pisos de menores, non hai máis estructuras. Para que xorden os programas institucionais? Para evitar a visión da xente na rúa e xa- Son un parche.

"Eu creo que os recursos institucionais son escasos e inadecuados (...). Traballamos con recursos que todo son normas, estructuras, de como chegas, de como entras, de como saes... temos tal marcaxe en estructura (entendo que é necesario un mínimo), que ao final perde totalmente o sentido; é máis, creo que moita xente rexeita o que existe a nivel residencial por todo isto... hai xente que prefire estar na rúa por todo iso. Non ten sentido, sobre todo nós desde ese enfoque á vivenda como un dereito, todas as persoas teñen dereito a vivenda, o que fagan ou deixen de facer dentro desa vivenda é a súa vida, como facemos cada un de nós; o único que te tes que rexir que hai un contrato de vivenda, pagas uns cartos por un aluguer, a cambio tes un servizo por dicilo dalgún xeito, hai unha comunidade de veciños que hai que manter unhas normas de convivencia, e xa está; que ocurre? que temos unha serie de problemas estructurais a nivel de vivenda que son brutais, e iso fai que non sexa un dereito, e que moita xente non poida chegar ahí; despóis o que se están xerando son alternativas, que son como para poñer un parche...".

"Os menores que saen do sistema de menores, e que alternativas lles dan?".

"Os recursos, fan temporalizar o tempo que podes estar nun recurso. Como pretendes que unha persoa se desarrolle, ou marque obxectivos na súa vida, se lle tes un reloxo enriba da súa cabeza, en tres meses que...., en seis meses que...".

"Os recursos cronifican, son parches para evitar certas cousas, pero que realmente non cumpren unha función rehabilitadora ou de cambio; está guai ter eses recursos de emerxencia, eu creo que teñen que coexistir os dous, ten que haber algo rápido, os de emerxencia, se alguén queda na rúa, ten que haber algo; pero o que non pode ser é que esteamos traballando con recursos residenciais do mesmo xeito sen unha evolución durante un ano, outro...."

Problema da temporalización e os escasos tempos nos recursos. Logo o mercado privado da vivenda é a lei da selva. Debería cambiarse a un enfoque de dereito á vivenda. Prevención pública e foco na vivenda. Propostas: aluguer social de verdade.

Distinguir os recursos de emerxencia dos recursos de intervención social: utilízanse os recursos de emerxencia como única ferramenta...

Intervencións que fai Provivienda: Fan "apaños", baseados nas relacións de confianza: median cos propietario/as, créase un vínculo. Intermedian con propietario/as a través de internet, inmobiliarias, etc. Funciona co boca a boca.

Colaborando con outras entidades: Emaús, CIIES, Medicos del mundo...

Peso da exclusión da vivenda na exclusión social: "É a clave". Espazo de seguridade.

"É a clave. Se ti non tes un espazo de seguridade, que proxecto persoal vas a facer? que desarrollo vas facer? Estamos poñéndolle unha esixencia a unha persoa, sen darlle os medios. A miña experiencia en acompañamento, a miña evolución profesional, foi a que me fai ter o discurso que teño (...), eu traballei nun centro de emerxencia municipal, nun albergue asistencial, durante 4 anos, doume conta da resposta que temos, pero a miña forma de ser faime pensar que non estamos chegando...".

Boas prácticas en vivenda: Proxecto Fogares. Acompañan conflitos. Tema de consumos.

Tema de interese: sinala que hai pouca demanda de xente nova: asumen que non teñen dereito a vivenda interiorizado?

A nivel comunitario, a clave é a relación entre as persoas. Hai un matrimonio que da oportunidades a

todo o mundo porque saben que Provivenda está detrás por se xorden problemas, conflitos, etc. Como nun caso de violencia de xénero... que acompañaron.

Claves para que funcione proxecto vivenda compartida: 1. Capacidade de elección con quen vivir; 2. Crear espazos onde as persoas se poidan coñecer: actividades lúdicas. Importancia da parte emocional, que haxa química...

Que é para ti a soidade non desexada? "Quieres relacionarte y no puedes". Perfiles distintos: personas mayores, jóvenes, mujeres solas...: Pon o foco na "calidad del vínculo". Puedes estar acompañada, pero sentirte sola.

Buenas Prácticas en soidade non desexada: Proxectos de persoas maiores convivindo con universitario/as. Calquera proxecto de nenos/as con persoas maiores: Sinala que nos centros de día debería mesturarse estes colectivos. Os maiores con vivendas comunitarias, tamén boa práctica.

Casos concretos: Enteca: vivenda con maiores, respectando a autonomía. Agora cambiou a coordinadora, pero pode ser de interese para entrevistas.

Sobre o Barrio: O comercio local en Teis parécelle un mecanismo de control positivo. Apoio mutuo entre entidades que fan que funcione ben a intervención social: con Xaruma, Plan Comunitario de Teis, UTS.

Outros recursos: asociación veciño/as?; centro socio-comunitario de Teis: si que ten bastante vida.

Propostas: A clave está en xerar vínculos: ter espazos e tempos para poder facelo. Ir vencendo os medos de meter a algunha persoa na vivenda: resistencias, medos, etc.

En Ribadavia de interese para contactar: OMIX, e a xefa de servizos sociais de Ribadavia.

ENTREVISTA 8. 4/12/2020

Entrevistadores/as: Martín Fernández e Iria Vázquez
Lugar: Emaús, Vigo
Perfil: Muller 47 anos, e ten vivido no albergue, no piso base do albergue e agora mesmo vive no piso de reinserción de Cruz Vermella de Coia. Leva desde xaneiro neste piso compartido. Di que é moi bo piso, que está a gusto: "es un pisazo". Viviu bastantes meses só cun rapaz de orixe chinés, e agora se sumaron 2 homes adultos. Di que a convivencia é bastante boa. Habería prazas até para 8 persoas, pero Cruz Vermella limitou a 5. Tamén vai a cursos de Érguete.

Situación- experiencias vivendas compartidas: Sinala que no piso que ela chama "base" (o que está no albergue) si había moitos conflitos de convivencia; no que reside atopase bastante ben. Neste piso Base comenta que había problemas pola selección de persoas que conviven: unha delas con problemas de saúde, outro home con problemas de consumo. Eles/as tiñan que face ra compra,a comida, etc: pero o/a profesional ía bastante ao piso, que está enriba do albergue.

Os pisos "Básicos": duración de 6 meses

Os pisos de "Reinserción" da Cruz Vermella: como o que está ela en Coia: 1 ano, pero poden prorrogar (pensa que a ela lle poden prorrogar).

Ela desexaría vivir soa: "Yo sola, estoy cansada de pareja, he tenido parejas... he compartido piso, pero bueno... compartido así, yo con 20 y pico años me fui a vivir sola, !mamá me voy! tenía mi trabajo y tal, viví sola, tienes más libertad, en vez de llegar a las 8 de la mañana, llegaba al día siguiente, trabajaba en el Ekoama, después volví a casa de mi madre..., luego me fui de Vigo, a trabajar, se lo conté a mis padres, a Andorra, cinco años, pero la mierda la encuentras en todos lados..., ¿eres gallega? venga, te invito a una raya..., si, si, así, (...)".

Non ten como plan futuro compartir vivenda. Dificultade de como está a vivenda agora: ten dificultades por non ter nómina, e a pensión do pai como ten 80 e algo anos, pois difícil tamén. Incluso tamén é difícil alugar habitación, que tamén te piden nómina. Se atopa traballo, un posible plan sería alugar algunha vivenda co seu pai, que se leva ben, e ten pensión.

¿Cómo os organizáis? ¿Cómo fueron tus experiencias? "Hombre, en este muy bien, me fui en enero...., pero bueno, en el otro flipas... había una alcohólica, después una chica, muy guay, hasta yo le animé para que viniera para el piso, después le detectaron un problema psiquiátrico, ella a mi me tenía como si fuera su ejemplo... de romper platos... aquello era un desquicie.... que cuando se pusiera así, que nos fuéramos del piso". " A mi me trabajaron mucho... pegar y eso no, pero yo en seguida te pego cuatro gritos, !la que tenía que controlarme era yo! movidas de venir la policía". "En el básico, cuando yo entré éramos 7, bien, bien, en teoría no puedes consumir..., ya ni dentro del albergue, el piso bien... 3 mayores que yo, problemas normales de un piso... había dos que no hacían, todo el día tumbados, se tomaban sus transilium para dormir todo el día, repartíamos las comidas, una lista de la compra, un día a la semana..., comidas y cenas, a mi mientras estén en su habitación, hagan las tareas, obligación de hacer sus tareas, su comida, después lo que haga por fuera me da igual; teníamos libertad para salir, a cualquier hora, nos levantamos a 8,30, con la medicación, comíamos a las 2, limpiar la cocina, teníamos que estar una hora en la mesa, para que no te levantes y vayas... para hacer algo de grupo, podías hacer lo que quieras; yo buscaba cosas, yo tenía problemas con el alcohol, allí algunos estaban todo el día ahí dentro...". "Yo mi problema era la cocaína, la dejé, yo entré en el albergue, por la última pareja, la pareja anterior vendía coca, la tenía en casa, y me enganché al vino... la coca la dejé, pero cuidado, tengo el tabique perforado, no, no...., a mi me apetecía coca cuando bebía, en mi casa eran tres días sin dormir... cuando dejas la coca y sigues con el vino..., acabas teniendo síndrome...". "Si mi madre es una tocacojones, se lo decimos... entonces claro, a mi me faltaba eso, me dijeron, yo estaba escarallada, venga, vamos al albergue... para mi era el sitio que van los vagabundos, yo llegué allí aluciné, gente como yo, fui un par de días, lo dejamos, volví a casa de mi madre, y volvimos a otro día, me crucé con una trabajadora social, me dijo, ¿y el piso? te interesaría, ostia! y así fue..., mi ex pareja ya había estado hacía años, pero ni idea del piso, nunca me hablaron de ese piso, ¿pero ese piso puedo entrar ya? porque, si, si,si (...), el piso lo llevan la trabajadora social, la educadora..., pero claro, hombre, claro! antes tuve que estar 2 meses en el albergue, tardé en entrar, porque no estaba ni empadronada, hasta que me arreglaron el padrón, cita con la psicóloga, ellos te estudian para ver si puedes entrar". "En Alborada iba a la psicóloga, te ponen en lista de espera..., yo...mi madre, estas una semana guay, y un día te empieza a tocar las narices: pues me voy! un infierno! por nada..., claro, y así conocí el piso: encantada, !me cambió la vida!".

Erros cando se xuntan persoas en vivendas compartidas: Sinala o problema que ela viviu: de persoas con problemas de saúde mental, de consumos. Comenta que non hai problema con respecto aos perfís distintos en idade, hobbies, etc. Dixo que non fixo moita amistade con antigo/as compañeiro/as de piso: pero que si ten boa relación se os/as atopa pola rúa.

Principais "puntos" difíciles nos pisos: a limpeza dos baños e a hixiene persoal de quen vive nos pisos.

Como mellorar a exclusión e a soidade non desexada? Comenta que fai falla máis tecido de ONG, asociacións: que lle axudou moito o Coro, Suma en Emaús, os cursos de Érguete... Importancia de actividades de diferente tipo: o de ir a praia, e logo facer grupiño entre eles/as. Ela di que é sociable, que precisa eses vínculos... que fai falla ter espazos onde desenvolver eses vínculos. A poder ser con xente diversa, como o Coro, que non saben "túa historia" ou que non son todas persoas en risco de exclusión... Importancia de facer eventos: ir ao museo, ir á praia. Hai asociacións veciñais: problema que haxa que pagar unha cota, xa a bota para atrás. Asociación EL Rocío, Val do Fragoso: tenas ao lado, pero non vai.

Que es para ti la soledad no deseada? "Es jodido, te hundes". En qué momentos te sentiste sola? en el consumo, momento que buscas... a veces en los pisos, en el piso base "no se te pasan las horas".

Como es un día típico tuyo? madrugo, voy a casa de mis padres, cocino, limpio....

Situación económica: Ten a solicitude feita do RISGA, e do Ingreso mínimo vital. Está a espera de resolución. Señala la "brecha digital" como muy difícil para los trámites, pedir cursos on line, pedir citas, etc. Piso de Coia: non teñen internet. Pago en Piso de Coia: si tienes ingresos tienes que pagar 150 euros; sino tienes ingresos, es gratuito. Para ella ahora mismo: es gratuito. Na actualidade, está buscando traballo, e ten relacións familiares complexas: a nai está enferma, teñen moi mala relación: reside súa nai nun piso en Fragoso, co seu pai, pero hai malas relacións familiares. Ela vai polo piso familiar de cando en vez, pero ás veces discuten, etc. e marcha. Ten dous irmáns, tamén con relacións complicadas.

Peso da exclusión residencial na exclusión social: "Mucho", el espacio es muy importante.

"yo por ejemplo, el piso que estoy ahora, yo ya estando en el otro... estoy para darme el alta cuando quiera (...), yo pensé muchas opciones (...),

"con mi enfermedad... (consumo alcohol), claro, yo tengo la vía de escape

" tener un espacio es muy importante, por lo menos para mi..."

Qué se podría hacer para mejorar la convivencia en estos pisos compartidos? Señala que en el confinamiento se sintieron en el piso de Coia algo "abandonado/as": no les llamaban por teléfono, se dejaron de hacer las asambleas semanales, etc. Para ella: es muy importante el seguimiento y acompañamiento profesional. Destacó el papel del apoyo psicológico, que a ella le ayudó mucho. Dice que habría que hacer mucho trabajo en mejorar la gestión de conflictos. Para ella, incluso habría que ser más rigurosa con los consumos, enfermedades mentales, etc.

Como debería ser el acompañamiento (psicologas, traballadoras) en pisos compartidos? "En el básico, está más controlado. En este, hacemos una asamblea semanal, y tienes una cita con la psicóloga. Pero desde el confinamiento solo he tenido dos. Eso lo hablábamos ayer con los nuevos, yo lo veo fatal, ni nos llaman, hubo meses....nos llamaban para la compra, en confinamiento lo hacíamos por internet, la mandaba por correo, ¿tú te crees que esto es normal? yo tengo problemas con mis padres, con mi ex pareja, y ni me llamaban para preguntarme qué tal, sinceramente me sentaba mal..., que estamos en un piso como estamos...".

ENTREVISTA 9. 11/12/2020

Entrevistadora: Iria Vázquez
Lugar: Oficina de Ancoradoiro, Navia. Vigo.
Muller. Unha das promotoras do proxecto. Desde xaneiro 2020 Ancoradoiro é legalmente cooperativa. Foron un grupo promotor de 10 persoas.

Queren facer un proxecto de cooperativa vivenda sénior: outro xeito de vivir-convivir máis comunitario, sen ánimo lucro: fórmula de cesión de uso.

Queren facelo sénior (non interxeracional): Para pertencer a cooperativa hai que ter 50 anos en adiante. Porque din que chega unha idade que se teñen cousas en común, outras reflexións, etc.

Agora mesmo: son 22 socio/as. Queren chegar a 60-70: ideal para montar a vivenda. Agora teñen máis solicitude de mulleres: perfil de mulleres sociables, que se plantexan outros xeitos de envellecer, comunitario, etc. Que están preocupadas polos coidados. Mulleres soas ou que teñen parella.

Funcionan como unha comunidade de consenso: toman as decisións na cooperativa... por votación, consenso, etc. Teñen asesoramento da rede "Eu sumo" da Xunta de Galicia. (asesoramento gratuito para cooperativas)

Ela di que lles interesa Navia: que a Xunta lles ceda chan; pero non sabe se o conseguirán. Senon, edificar, rehabilitar, alugar, abertas a diferentes fórmulas. Di que é un proxecto pensado para persoas de clase traballadora, non un proxecto de luxo. (pero difícil para persoas en exclusión social). Si pensaron no futuro en chegar a posibles acordos coa Xunta de Galicia para dar espazo e "respiro familiar", etc. Polo de agora están buscando a vivenda...

Que é para ti a soidade non desexada? "É o que lle sucede a moitas persoas cando están fóra do mercado de traballo... antes a xente vivía no rural, había comunidade..., coa emigración rural-urbana (...)". Estamos nu contexto de sociedade máis solitaria e individualista. Unha sociedade que vive de costas á morte...

Perfil de soidade non desexada: ese xubilado do traballo asalariado que pasea por Coia sen saber moito que facer, mentres a súa muller pode estar en casa facendo a comida... tamén sentindo esa soidade non desexada.

Perfil: "Homes abollados pola Avenida de Castelao".

Moitos homes: angustia con esa soidade

Moitas mulleres: soidade no traballo doméstico ou coidando a un/ha familiar.

Sobre Urbanismo: Desde a pandemia, ela plantéxase modificar as solucións habitacionais. Como? Precisamos técnico/as-Precisamos máis zonas verdes, hortas urbanas, natureza, etc. Como a pandemia mostrou as contradicións do sistema.

O cohousing pode ser unha solución: recomenda un estudo: "Movicoma" da U. Oberta de Catalunya: http://movicoma.blogs.uoc.edu/

Si que ven interesante ter algunha persoa experta en Facilitación, para tema de resolución de conflitos, etc.

ENTREVISTA 10. 15/12/2020.

Entrevistadoras: Virginia Romero e Iria Vázquez
Lugar: Emaús, Vigo
Muller. 50 anos, leva ao redor de 10 anos vivindo en Vigo.

O primeiro ano que chegou: coidou dun señor moi maior, e vivía/comía na súa casa, pero non lle pagaban. Pasou un ano moi difícil, deprimida. Sen un día libre. Até que morreu o señor con 90 anos.

Logo pasou por varias vivendas compartidas: tamén viviu uns 8 anos cun home, ela facía as cousas da casa, el compartía a vivenda con ela.

No último ano: indo en tren coñeceu a un home de Ponteareas, tamén buscaba compartir vivenda: foise compartir con el, xa cobrando ela a RISGA.

Agora: comenta que está algo cansa de compartir: Acaba de alugar por 280 euros en Mondariz, unha casa de 3 habitacións, con terra en fronte, etc. O dono era veciño en Ponteareas, xa a coñecía. E en Mondariz de veciño/as, ten aos familiares do dono. Está asentándose, arranxando a casa, a mudanza, etc.

Non se pecha a compartir unha das habitacións: di que precisaría apoio. Di que precisaría coñecer a persoa, unha entidade que acompañara, etc.

Ideal para compartir: persoa con hixiene, que non fume, que haxa organización, calendario de tarefas, gastos, limpeza, etc. Comenta experiencias pasadas nas que a mala hixiene dos compañeiros (moitos homes), e a mala limpeza do piso fixeron que tivera que marchar.

Conflictos nas casas compartidas: "Tener un trato mejor con la gente que vive allí, que no fumara, que fueran más limpios..."

Pautas para mejore el hecho de compartir: "A ver, quién va a vivir en esta casa, qué defectitos tiene, qué vicios tiene, si hay un calendario de tareas y cosas de esas, si hay una organización, entonces se puede llevar bien, si hay un caos, no hay organización, no hay un calendario de tareas, y los gastos que se tienen que compartir bien, que uno no se pase de listo, que luego está lo de la limpieza en general, eso es muy complicado".

"¿Qué te vas a sentir segura? en una habitación que la puerta no cierra bien,... que se pueda entrar en tu habitación, hombre, y luego que no te sientes protegido cuando llegas a tu casa, es tu sitio, te tienes que sentir a gusto, ¿donde te vas a sentir más a gusto que en tu casa? pero si no te sientes, !es que no puedes dormir! tú quieres dormir, pero estas con la oreja, con un ojo y la oreja enchufada, sabes? por lo que pueda pasar, eso no puede pasar; yo adelgazaba, por la preocupación".

Peso da exclusión residencia na exclusión social: Comenta a importancia de tener un espacio: "sentir que es tu sitio";

Ela relata como viviu en casas nas que non se sentía segura, que a súa porta non pechaba: "no puedes dormir"; "adelgazaba con la angustia". Que non había hixiene... momentos que se sentiu insegura.

"Está difícil porque los dueños de las casas no quieren alquilar, y cuando alquilan, se pasan...".

"diez años de estar compartiendo, ya está bien..."

Compartindo piso a disgusto, casa sen hixiene, sen pechadura nas portas...: "No puedes dormir, estas con un ojo y una oreja enchufada, eso no puede ser... yo adelgazaba, pierdo kilos, por la preocupación".

Que é para ti a soidade non desexada? Ela comenta que sentiuse soa cando estaba en parella, frustrada coa relación; E tamén sentiuse soa en piso compartido... en cambio que ela estando soa, non sinte esa soidade. Para ela, os seus cans son un pilar na súa vida. Ela transmite equilibrio, como vai saíndo e buscando solucións...

Transcribir literal: "yo prefiero estar sola a estar con gente que no somos compatibles, en mi caso" (...)

Que es la soledad?

"No la he vivido mucho..., la mía es deseada..."- "Yo me sentía sola cuando tenía pareja y no nos compenetrábamos..., la he sentido antes, tener trabajo y sentirse sola, incomprendida y sola, sé lo que es". "Te sentías frustrada, porque lo que tú querías, no lo quería la otra persona, no te suma, y no te da lo que necesitas, te quedas sola, pero mejor, no te sientes sola". "Yo me sentía sola, acompañada".

Situación actual: Acaba de mudarse. Está aberta a compartir no futuro. A casa ten posibilidades de facer hortas, ten frutais. Di que coa RISGA e complementando coa horta, vese nunha boa perspectiva.

Ela aboga por darlle unha oportunidade aos pobos: di que o Goberno debería mellorar os pobos (luz, auga, internet): e facer que persoas que non teñen espazo na cidade (carestía da vivenda), se muden aos pobos. Pobos- acollida de persoas en risco de exclusión.

ENTREVISTA 11. 17/12/2020

Entrevistadore/as: Martín Fernández e Iria Vázquez.
Lugar: Centro de saúde de Teis. Vigo.
Traballadora social, leva na actualidade dous centros de saúde: o de Teis e Lavadores. Leva 23 anos traballando neste eido. Coñece máis o C. Saúde de Teis.

Antes facía máis atención presencial: agora máis por teléfono. Comenta que se lle fai especialmente complicado facer por teléfono a atención a víctimas de violencia de xénero: que antes pasaban directamente a ela... se viñan ao c. saúde.

Distinción covid/non covid: "antes de Covid, la gran mayoría era presencial, domiclio,... ahora mismo es totalmente al contrario muchísima más atención toda telefónica, la gente que ya está aquí, una cura, atiendes presencialmente, si no tiene que venir, evitas que vengas". "Tiras muchísimo de correo electrónico... , pásame el correo de tu hijo o de tu nieto... ha cambiado totalmente la forma, antes lo hacías puntualmente, y ahora mismo suelen preferir presencial, intentas explicar que la atención es la misma...". "Hay cosas muy difíciles de comentar por teléfono, ya cuestan presencialmente, un tema de maltrato, de alcohol, hay cosiñas que ya cuestan presencialmente, entiendes que telefónicamente es muy difícil para la persona"

Os casos actuais habituais que leva/perfis: "dependencias, gente mayor, gente dependiente, la gran mayoría, mayores, hay un porcentaje importante de problemas de salud mental, hay gente joven con dependencia o discapacidad, también hay problemas relacionales, intergeneracionales, como lo había antes; no me está llegando mucho tema de violencia de género, eh, cuando tú estas físicamente en un centro, si la persona hace la demanda aquí, explicas con su médico o enfermera, ves situaciones.... y le das la opción" (...), "Si no estas físicamente el día que viene la persona. Si, me estoy encontrando ese problemiña... ahora se ve aumentado porque en Lavadores no estoy allí ningún día, alguien que viene Teis, cualquier otro día, saben que estoy, y por lo menos van a tener esa opción, antes sabían que estaba los viernes, si que te ves más limitado, al no tener la presencia física"... "un montón de cosiñas de menores, todos los niños con diagnósticos de TDH, imagino que lo habréis visto..., aún encima que te comenten, estoy en uno de estos bloques, abajo tienen juerga hasta las 5 de la mañana, el niño no duerme, yo no duermo, está afectado en el día a día, que no era de antes, pero ahora, más o menos, si que vas viendo, gente que está en residencias, en residencia privada, porque sus hijos podían pagar un centro, son hosteleros, de poder pagar una residencia de 2400 euros, no tienen ingresos en meses, claro, si te has encontrado, gente, ¿y qué hago? si la saco de la residencia y empiezo a trabajar... situaciones nuevas; a nivel económico, sobre todo los compañeros del ayuntamiento...".

Maltrato, alcoholismo, cónxuxes, dependencias, xente maior, saúde mental, problemas interxeracionais; menores, sobre todo que tiñan algunha patoloxia previa (TDH), e que se complicaron coa pandemia: convivencia difícil coa veciñanza (ruídos, etc.); tamén demandas que teñen que ver con problemas económicos para manter a familiares en residencias privadas por crise económica...

Sinala que non lle chegan moitos casos de exclusión social (hai outras entidades: Hermanos Misioneros, etc.). Ela non leva axudas económicas, non tramita esas axudas. "También a un centro de salud, llegan muy poquitos, llegan puntualmente, ahí están los Hermanos Misioneros..., te puede aparecer alguien desplazado, llevo un año sin poder ir a ningún tipo de cita, algún seguimiento a tema de drogas, cerró el Proyecto Hombre..., si que te encuentras con algunos pacientes, que no sabes donde están, las familias que hacen aguas, ahora hace más", (...).

Vivenda: Sí detecta infravivenda: perfis de persoas con problemas de saúde mental que residen en infravivendas. Comenta que non leva moitos casos de vivenda... "Yo no llevo ayudas económicas, ahi hay muchas cosas, que está relacionado, temas de vivienda, todos en el barrio si que conocemos determinada infravivienda, pero que mucha gente que usa esa infravivienda, no es viable que acceda a vivienda normalizada, porque no hay contrato de trabajo, si que tiene malas condiciones, desde mi ignorancia... no sé que otras alternativas podría haber...".

Entidades coas que traballa/deriva/colabora: Plan Comunitario Teis; Servizos sociais do Concello; con drogas, Alborada; con Cedro; Con educación, aunque van cambaindo los orientadores...; Centro de día Teis; Hermanos Misioneros; Santa Isabel; Provivienda; Cruz Roja- Buenos Aires. Con el Programa Municipal Familia; aquí en Teis tenemos "Conviviendo"- lévao Fundación Amigó (conflictos interxeracionais, con menores de edad). También Fundación Meniños

Que é a soidade non desexada para ti? "Aquí vemos a mucha gente mayor, válida, semi-válida, que viven solos y no querrían vivir solos, algunos no quieren dejar su domicilio, pero tenemos bastantes casos que los hijos si ofrecen, vente con nosotros... en Teis hay que distinguir rural- urbano, desde marzo para aquí: seguimiento telefónica, en Lavadores o rural de Teis, estoy en mi finca, sin mascarilla,

llamo al súper y te traen la compra, en Sanjurjo Badía no hay color... yo es que en mi casa,...., mucha gente de forma voluntaria no quiere irse, quiere tener su independencia, es su casa, su vida, gente con dependencias importantes, que les dices, yo entiendo que quieres tus horarios, tu mandas... pero es que te estas jugando la vida, es que vas a aparecer... pero hay gente muy consciente, que prefiere seguir así; después tema de salud mental y vivienda, yo me pongo en el lado del que alquila, si tengo una entrevista con alguien con aspecto de poca higiene, poca salud, posiblemente no le alquilaría, entonces...”; “si que me parece difícil, si hay problemas de convivencia con la familia..., es lo normal, alguien con un problema de salud mental y que se ve obligado a compartir vivienda, ..., o con problema económico, busco habitación de alquiler..., en los últimos años yo hacía mucho domicilio, mucha gente te comentaba, me han subido el alquiler, el último año 150 euros, es inviable, se van a Chapela, si son 100 euros menos de alquiler al mes”.

¿Cómo la definirías? “: “lo que dice la palabra: vivir solo sin quererlo; estar en una situación sola, y esa persona no quiere estar sola”.

Perfiles: personas mayores que viven solo/as pero no querrían: pero tampoco quieren ir a casa de sus familiares, y los familiares no quieren trasladarse a esa casa del padre/madre mayor. Diferencias en zona rural/urbana: personas mayores con casa, huerta, etc. que no quieren vivir solas, pero tampoco irse a un piso en Sanjurjo Badía... Perfil también de personas con problemas de salud mental: quieren/necesitan compartir vivienda, pero situaciones complejas: higiene, etc. Buscan compartir habitación.

Os problemas de vivenda: levan ás veces a sair de Teis e irse a Chapela. Encarecemento da vivenda: sinala como foron subindo os alugueres.

Na soidade non desexada: perfís por sexo:

- As persoas maiores con soidade non desexada sobre todo mulleres
- As persoas con problemas mentais que lle chegan: sobre todo homes

Comenta tamén conflitos interxeracionais: de viúvas que se van a vivir coa filla, e choque xeracional sobre: “debes facerlle a cea ao teu marido...”.

Redes comunitarias no barrio de Teis: si comenta que hai rede veciñal; as veces lle chaman veciño/as por algún caso: de persoa que vive en infravivenda (sen auga, sen luz)...; tamén hai traballo comunitario no centro cívico, centro social, os Talleres de memoria de La caixa (transporte gratis, talleres gratis): di que funcionan moi ben; Risoterapia; Saúde constante: Cruz Roja de Buenos Aires; Farmacias (Sanjurjo Badía, etc.).

Demandas que recibe/visitas domiciliarias: demandas de persoas enfermas oncolóxicas; de persoas con problemas de saúde mental; Demanda de persoas maiores para que veña alguen a dumir de noite as súas casas (Interesante para o Proxecto ten bastante esa demanda, pero que non as ten localizadas)

Boas prácticas: “En general la gente sí usa bastante, el centro social de Buenos Aires, el centro cívico, asociación de vecinos, la gente estaba encantada con un programa de La Caixa, el de prevención, entonces... tenía transporte gratuito, gratuito era el taller, lo de la soledad, cuando la gente está mal de ánimo, nadie se preocupa por mi, la gente no te va a buscar a casa... tú con quien tienes relación, viudas, hay de todo..., o el viudo, le falta todo porque su vida era con la pareja, o mira qué alivio! tienes que reorganizar tu vida, tus amistades, tus relaciones....”.

ENTREVISTA 12. 18/12/2020

Entrevistadoras: Virginia Romero e Iria Vázquez.
Lugar: Emaús, Vigo.
Muller, xubilada. Auxiliar de xeriatría e auxiliar de enfermería. Montou Enteca, montar unha vivenda comunitaria para persoas maiores na súa casa, e tamén un servizo de axuda a domicilio.

"Vi que mi piso tenía todas las condiciones como vivienda comunitaria"; "Yo quería conocer todos los domicilios, para saber qué persona hay que enviar...". "Además de la vivienda, teníamos ayuda a domicilio".

Estivo 15 anos no proxecto: "Empecé en el 2005, cuando abri la vivienda"; agora acaba de vendelo, coa idea de xubilarse. Transmite moitas emocións: dun traballo que foi moi duro eses anos, e agora xubilarse, tamén un proceso dificil. Ten certos problemas de saude derivados de coidar. (costas, mans, etc.). Perfil de las personas: "desde una soledad absoluta..."

Como coordinadora- creadora de Enteca tiña ao seu mando 14 auxiliares, e cinco axudantes.

Que é para ti a soidade non desexada? "la vida..., según va transcurriendo los años, pues eh... involuntariamente, cuando te vas quedando sola, aunque hayas vivido solo, aparecen las difucultades, o económicas o de movilidad de la persona, los años van menguando las capacidades tanto físicas, como mentales; ahí ves la vulnerabilidad de la persona, y que se aferran a ti, eso es, y que tienes que aprender a sacudirte de los problemas, entregarte totalmente cuando estas con ellos, pero luego sacudirte, sino no vas a poder al día siguiente..." (fai alusión a persoas maiores que van quedando soas).

Perfil de usuarias de Enteca: Mulleres maiores, solteiras, viudas, ou casadas que o marido xa non pode cuidalas. Homes sós a minoría. Tamén algunha persoa nova, con dependencia (con ELA). Ella nunca quiso tener más de 20 domicilios: "Justo daba para pagar las nóminas, porque..., yo no mandaba una auxiliar a golpe de teléfono, eso lo hacía yo, no creo que hubiera otra empresa así, yo no tenía responsabilidades ningunas, mis hijas ya mayores, cada una colocada, yo de mi tiempo hacía un pandero, por eso actuaba así, siempre que había una urgencia, iba yo, aparte de hacer el turno de la vivienda, como cualquier otra auxiliar, si es hoy en día, no actuaría así, fue mucho, pero tampoco me arrepiento, era la vocación, que tarde me vino, a los 50, pero bueno, la disfruté".

Axuda a domicilio: "generalmente era por SAD, servicio de ayuda a domicilio, de dependencia, eran todos privados, pero tenían la ayuda esta de dependencia de la Xunta, y bueno... se iba, había quien tenía solo 20 horas, e ibas 3 días a la semana, otras 45 horas, y lo máximo son 60 lo que están dando".

Normas da vivenda: horarios, comida conxunta (caseira, a fan as auxiliares); Di que son positivas as normas;

A vivenda ten 7 prazas e solicitaron a Xunta unha nova praza. Teñen persoas dependentes de grado 1, grado 2. "Ahora hay tres vacantes, las viviendas el problema que tenemos, nuestra atención no es comparable con una residencia grande, es que no es comparable, porque abren la boca y estamos allí; tuve que desplazar a 2 grandes dependientes a residencias, a los 2 meses, tenían escaras en la piel...".

Fan vínculo entre as persoas usuarias? Hai un ambiente familiar en Enteca, son como hermanas. Tienen personal profesional las 24 horas.... También una animadora sociocultural para hacer actividades en la casa. Poseen también un vehículo de 9 plazas para excursiones: salir... ahora no pueden mucho, porque tienen a una ingresada muy dependiente.

"Claves para a convivencia: "La convivencia buena, buena, porque al ser pocas, no hay tanto roce, y si hay algún roce por desajuste en la medicación llamamos al médico, y se puede subir o bajar, se lleva mucho mejor el control".

Ter un horario acordado; o calor humano; di que sempre tiveron boa convivencia... só tiveran un conflito entre un irmán e unha irmá, ela acabou saíndo da vivenda.

"El horario es primordial, se acostumbran fácilmente, no hay problema, el ser humano se adapta bastante bien, incluso con alzheimer o demencia, la base primordial es el cariño, el calor humano tienes ahí todo, y ellos lo captan".

Comenta que o barrio onde está, en Coia, cambiou moito nos últimos anos: agora hai moito aluguer, non hai tanta vida comunitaria. Antes, as persoas da vivenda baixaban e falaban nas mesas coa veciñanza.

"La vivienda está situada en unos patios que dan a un colegio, había vecinas mayores, y se juntaban allí, y la verdad que era muy bonito, hablaban entre ellas, jugaban a las cartas, después fueron falleciendo, y...., el barrio cambió mucho, antes era los pisos eran propietarios, y traían a sus padres, ahora es estudiantes, alquiler, gente joven, y entonces todo cambia, es lo que te iba diciendo, en un domicilio una persona se siente sola, porque el entorno va cambiando, dejas de conocer a los vecinos".

Na convivencia, como facer para que funcione mellor: comenta o caso da UVigo: persoas maiores + persoas novas: e di que as persoas novas deben adaptarse ás persoas maiores, que non poden xa cambiar a súa forma de ser. "Quien se tiene que adaptar a la persona mayor es la joven; la persona mayor puedes cambiar sus hábitos, no su forma de ser, tienes que aceptarla tal como sea..., tú que eres joven, tienes una capacidad de comprensión mayor, entonces tienes que aceptarla como es, y solo podrás cambiar sus hábitos si no son los correctos, pero creo que es la joven la que tiene que adaptarse más a la mayor".

Impacto da pandemia: elevado nas persoas maiores. O impacto de non poder ver á familia. A visita de familia limitouse a 1 día a semana. Seguen facéndose actividades no comedor, pero... limitadas as visitas.

Dalle pena: non ter montado un centro de día. Ela desexaría combinar vivenda comunitaria+ centro de día+ servizo de axuda a domicilio.

O coste por persoa na vivenda: 1500 euros. Hai que pagar moitos seguros, salarios, comidas, etc.

Os/as familiares: deben vixiar os coidados das persoas maiores. Importante implicarse na vixilancia deses coidados. É moi triste ver a desvinculación entre persoas maiores e seus fillo/as.

Nos servizos a domicilio: di que detecta moita soidade: persoas maiores que non paran de falar, porque non teñen con quen falar.

Detección de depresión: pola hixiene da casa, da persoa, pola linguaxe...: moitos casos de persoas maiores que non teñen con quen falar.

Propostas para paliar a soidade non desexada: crear asociacións veciñais con espazos ao aire libre: importancia do aire libre nas persoas maiores. Experiencias entre estudantes e persoas maiores...

ENTREVISTA 13. 13/01/2021

Entrevistadoras: Virgini Romero e Iria Vázquez
Lugar: Emaús, Vigo.
Educadora social e antropóloga, leva desde marzo 2020 na entidade e coordinadora, arrancou a ONG fai 5 anos en Vigo

Grandes Amigos tamén está en Madrid, Euskadi e Cantabria

Posto: elas xestionan a voluntariado "Levamos esa parte máis de intervención directa, de estar coas persoas maiores, valoración da soidade, estar con elas, coñecéndoas, ver a forma de captación de voluntariado, facernos visibleis, parte de comunicación, despois tamén buscar diferentes colaboradores..., agora que pasa, en Madrid, digamos, centralizados os departamentos, pero nós facemos o traballo en zona, dende a cercanía, entón iso, un pouquiño, todos os palos que dentro dunha cidade se desenvolven, nós facémolo dende aquí".

Obxectivo da entidade: "Mellora da calidade de vida, neste caso das persoas maiores que amosan sentimentos de soidade, a través do voluntariado, entón persoas voluntarias acompañan a persoas maiores, faise a través de realmente, o que tentamos lograr é esa amizade, non é unha relación de..., digamos, como... baseada no coidado, non? Esa como que eu son voluntario, e ti usuario, non; senon, buscamos que se fagan relacións horizontais, de amizade".

Contactación coas persoas maiores: "derivacións da traballadora social de saúde de Teis que nos manda moitísima xente, traballadora do Sergas, do centro de saúde, e das unidades de traballo social, pero bueno, non é a única derivación, e a auto-candidatura, as propias persoas...".

"Tamén hai unha parte de residencias, facemos acompañamento, non, digamos si que interfire, no sentido... non ten outra modalidade de como poder vivir, estamos tamén en residencias (...)"; "Chega a residencias por dúas vías, temos convenio coas residencias da Xunta, comezamos con residencias públicas, e estamos acompañando nas públicas, tamén acompañamos nas privadas, a maioría das privadas que acompañamos, máis como froito do día a día, persoas maiores de domicilio que teñen que ir a residencia, e... o voluntario/a continúa a relación na residencia..., pero con quen temos a parte máis proactiva..., eso é máis na residencia do Meixoeiro, Vigo 1 e Vigo 2; despois estamos no fogar de Atendo na rúa Urzáiz, na vivenda compartida... con eles tamén así temos feitas varias cousas, e proxectos compartidos, cousiñas así moi chulas..., eh..., despois nada, despois xa son, residencias privadas pero sempre puntual, non que temos convenios".

Tipos de Programas: Os programas que hai é "acompañamentos afectivos" en domicilios ou residencias; fan as persoas voluntarias, un día a semana, unha hora ou dúas a semana; iso consiste en ir a súa casa, estar con elas, unha conversa, sair, dar un paseo, incluso por exemplo no barrio do Calvario esas horas de acompañamento se converten en horas en grupo, porque se reúnen varias persoas voluntarias con varias persoas maiores... iso foi xurdindo espontáneamente, tamén axudados..., para xerar ese vínculo, tes que..."

"Tentamos organizar actividades grupais, pero o fin desas actividades... xerar espazos nos que as persoas maiores e as persoas voluntarias coñezan a outras persoas maiores e voluntarias na entidade, e que vaian xurdindo relacións..."; "o que buscamos, é que entre elas fagan vínculo, tamén que sexan independentes a nivel relacional, que non teñamos nós que estar sempre organizando, nos vamos organizando, eles, elas, vanse coñecendo, e despois concretan"; "no Calvario temos alí un grupo... (grande)"; "dinamizan as voluntarias, independentemente, nós ahí..., de repente quedan un luns, un venres...".

"O vínculo xa non é dunha hora ou dúas a semana, é xa un vínculo familiar..."

Reporte do voluntariado: "Se poñen en contacto unha vez ao mes, por wassap, por teléfono, por email, ¿qué pasa?, normalmente soe ser máis unha relación informal que temos coas persoas voluntarias, un wassap, un audio..." (...) "En canto hai un problema, xa están chamando, moitas veces dis: falta de noticias, boas noticias, cando hai alguén, tal voluntario, hai tempo que non sei..., ¿Qué tal? ¿Todo ben? Chamamos tamén ás persoas maiores, o seguimento non é só coas persoas voluntarias, é tamén coas persoas maiores... fago unhas chamadiñas, saber que a persoa voluntaria vai contrastar tamén un pouquiño, como vive unha parte, como vive a outra, pero é máis informal que formal, polo volume que temos nestes momentos".

Volume de voluntariado: “Habería como 100 voluntarios e 100 maiores”, “bueno, altas, non hai 100 persoas”.

“este ano foi raro, co voluntariado por teléfono, si que...”.

Tarefas delas en Grandes Amigos: “É coordinar, o que pasa que hay muchas personas mayores que no tienen personas voluntarias, y desde marzo, estamos con acompañamentos telefónico, eso foi todo o que se reforzou” “ademais do acompañamento afectivo, tamén hai actividades de socialización, que este ano foron totalmente adaptadas (...), organización de actividades”.

“O que facemos sobre todo son, paseos e merendas, porque aínda que pareza..., organizas unha merenda no mes de maio en Samil, e hai señoras que din que hai anos que non van a Samil...”. “Agora na peatonal do Calvario... ah! Que cambiado está isto..., dentro da mesma cidade, ir de viaxe...”.

Perfil Maiores: “Ao final, meter persoas nun perfil, pero si que... a ver, hai determinadas características que sobresaen, soen ser mulleres, tamén a expresión, é máis habitual que exprese a necesidade..., viúvas, a grandísima maioría, xa comezamos a atopar solteiras, algunha divorciada... vai pouco a pouco según os anos que collas, pero bueno, sobre todo, viúvas; media idade estaba nos 83 aproximadamente, é unha media pontentorra...”. “Temos de 95,98...”. “Si que vai entrando máis persoas máis xóvenes, en plan, eh, 60 e algo, xa te comezan chamar, e bueno, de 70... hai bastantes”. “Algunhas chaman directamente elas, si, están chegando máis desas idades”. “ven a prensa, tamén falan unhas coas outras...”.

“Son situaciones de soledad absoluta”

Idade mínima: “Digamos que o que pon oficialmente é que acompañamos persoas maiores de 65 anos, pero somos laxos, chama alguen con 63 e ten unha soidade apabullante, que lle vas dicir? Non ten lóxica... casos así son os menos...”.

“Realmente soa, hai situacións que teñen familia, é un recurso máis, a traballadora social, ademais de falar dos servizos que teñen, ela di, está a ONG Grandes Amigos que agora mesmo está facendo un acompañamento afectivo, a túa nai ou ti, quererías que te chamaran un día a semana, e din que si, pero porque ela mesma ten esa...”

“Hai persoas que teñen familia, pero como todos, pero imaxina que o teu núcleo queda limitado a túa filla, que é a túa coidadora... é que todos precisamos ter eses espazos, eu o penso... de señoras que teñen a súa filla, que é a coidadora, e veñen e están con outras señoras da súa idade, voluntarios, con tal... e desfrutan”. “Poder contar as cousas por primeira vez... tampouco temos que ir a ese perfil”.

Datos de soidade “Encuesta de hogares del INE que sale anualmente, de ahí, os datos de soidade por rangos de idade, poboación...; “Informe Matias; datos del padrón, alrededor de unos 15.000 hogares de personas mayores que viven solas en Vigo.

“A soidade cando xa hai un punto de demencia, hai situacións complicadas...”

Tándems voluntario/a- Maior: “O que pretendemos é que a relación dure no tempo, somos humanas, podémonos equivocar, que tamén teñan a confianza de chamarnos e dicir mira, pois non me sinto a gusto, por h ou por b, ata agora, afortunadamente, ben; tamén cando un perfil moi complexo tentamos facer o que se lle chama 2 a 2: persoa moi fácil de acompañar, persoa moi complicada... tampouco é xusto que unha voluntaria teña un carameliño e outra que só che fala das penurias que tivo na vida, colles aos voluntarios e vas intercambiando as semanas; tamén outra cousa para facilitar para que as relacións non se vicien, diferentes personalidades...”.

Perfil económico das persoas maiores: “Medio baixo, partimos dunha cousa tamén, un porcentaxe moi alto das persoas maiores que acompañamos, teñen o servizo de axuda a domicilio do concello, fala por si..., en plan persoas con dependencia, e que non dispoñen recursos, de eu pago tal..., pero hai de todo, a amizade non se paga con cartos, entón hai persoas que están ben posicionadas, teñen unha casa estupenda, maravillosa, e teñen cartos, pero bueno, pois morreron todas as amigas, e os fillos viven fóra, ou están ocupados...”. “Non é algo que exclúa dos nosos programas...”.

“Moitas usuarias están con coidadoras de barrio, fóra da casa, e agora estan moi limitadas as persoas maiores co frío..., pero digo xustos estes días..., pódenlles facer unha compra, pero non van sair con este frío...”

Persoas maiores interesadas en Trenzas- convivencia: “Só coñezo a unha persoa que falou diso, e é un veletas; non sei ata que punto funcionaría, coñezo un señor que dixo iso, que estaría encantado de que houbera un senegalés, que el traballou no mar, que fai tempo que compartiu con el, pero non sei..., logo non sei” “logo un voluntario que estaba moi interesado en compartir vivenda cunha persoa

maior, iso si, foi o único, el preguntou polos programas que hai, y a lo mejor puede ser una persona interesante, y tiene mucha sensibilidad hacia las personas mayores, y la situación que tienen..., pero yo no conozco..."

"Es un tema que al no ponerlo nunca encima de la mesa, no haberlo tratado, a veces pasa, cosas que das por hecho, cuando las planteas, es todo lo contrario de lo que pensabas, yo creo que a ver... si, que mi forma de pensar, eh? Las cosas, bien explicadas, al igual que mucha gente ahora se está planteando unos modelos de convivencia que hace años no se planteaban, de un cohousing, con esto entiendo que es lo mismo, todo es plantearlo, estructurarlo, ponerlo encima de la mesa, y el factor determinante en este tipo de acciones que es la confianza" (...) "mientras el estado no intervenga en crear ellos esos modelos... que lo veo muy complejo que vaya a ser así, desde luego hay que ir trabajando las alternativas..."

Perfil voluntariado: Hay muchas...., la mayoría mujeres, muchas de 60 para arriba, y 70, tenemos algún hombre cerca de los 80..., luego también hay jóvenes, hay muchas de mediana edad".

¿Qué es la soledad no deseada?: "Es un concepto que se usa mucho en nuestra entidad, y en las personas que trabajan en ese sentido..., aunque yo creo que a día de hoy con el Covid... ya cambió un poco..., quiero decir, que no querríamos estar tan solas, y antes a lo mejor era un opción, pero ahora mismo, creo que todas estamos poniéndolos en la piel, y ni por asomo, porque tenemos movilidad, recursos, redes sociales, pero bueno, no sé". "Para mi ese concepto a día de hoy cambió mucho, a raíz de todo lo que estamos viviendo desde marzo,.., la soledad no deseada es como que bueno, está impuesta, que te ha venido impuesta y no la has escogido tú, yo he escogido vivir sola, pero ahora mismo me siento en una situación que no me parece tan positivo, porque necesitamos realmente socializar, estar en comunidad, y ahora nos hemos dado cuenta a raíz que ha pasado todo esto; que la socialización es necesaria para todo el mundo, para las personas mayores aún más, hablaba con una señora mayor, de no salir de casa, intenta hacer sus ejercicios, leer el periódico, una mente...

ENTREVISTA 14. 14/01/2021

Entrevistadora: Iria Vázquez
Lugar: Oficina de Servizos sociais, Ribadavia.
Perfil: Home. Leva 15 anos traballando como traballador social en Ribadavia. Comprometido co seu traballo, e con gran coñecemento do Concello.

Programas de servizos sociais: Leva o Servizo de Axuda no Fogar: teñen 100 usuario/as. El ten un gran coñecemento das persoas maiores en Ribadavia, colectivo co que traballa dun xeito moi intenso desde fai tempo. A maioría de persoas usuarias do SAF son mulleres, ao redor dun 70%. O SAF en Ribadavia é público, xestionado polo Concello directamente. Da moito traballo, pero entende que é mellor que sexa público este servizo. "Somos dos poucos concellos, sobre a metade ou máis teñen empresas... as cidades, pero xa concellos pequenos suelen ter externalizado".

Soidade das persoas maiores: "A demanda do SAF, parte de que non teñen ese apoio, os familiares están traballando e non queren molestar, esto tamén se da moito, porque os fillos pasan, ou os fillos intentaron dúas veces, e pasaron, o maior dixo que non, que non, e agora non quere dicir que si, está eso de non molestar a familiares que traballan (...), ten o traballo, os nenos, e xa non me poden vir ver, teñeno asumido, entre comillas". "Moitos fillos viven en Ribadavia, ou en Ourense cidade, Vigo cidade, Santiago, é dicir, os fillos foronse as cidades a buscar traballo, porque aquí hai traballo relacionado coas viñas, pero pouco hai, ou temporal..., co tema turismo, estábase relanzándose un pouquiño, cada vez se vía máis movemento...". "Despois hai outro perfil, son os menos tamén, pero, de familiares fóra, ou en Madrid ou no estranxeiro incluso, pero eses casos precisamente, os fillos do estranxeiro tamén suelen ser, de necesidade, necesitan máis axuda..., claro, porque os fillos fóra, de Suíza ou Alemaña, que veñen unha vez ao ano, desde fóra se ve todo moi bonito, pero aquí os pais están máis coxos e máis solos, ahí neses casos, habería que analizar iso, ao mellor son os que poñen máis trabas para o programa, pero ao mellor 2 ou 3, serían os que mellor lles viría, vivir solos... fainos desconfiados, o fillo alá, pero..., nunca se sabe".

Perfil interesante para Trenzas: Persoas maiores. Sinala a importancia de traballar coas familias das persoas maiores, para falar o tema da vivenda, e de compartir vivenda. Non só hai que taballar coas persoas maiores, senon tamén coas súas familias.

SAF: 2 modalidades: Dependencia e Básico (só para aseo, horas limitadas). A aprobación da axuda do SAF pode demorar 2 anos. Comenta que hai moitas persoas maiores que mentres non se soluciona o SAF, ten persoas maiores que poderían estar interesadas en compartir vivenda, para non estar tan

soas. As axudas do SAF non son suficientes para paliar a soidade das persoas maiores do concello: axudas de 1 hora diaria. "O SAF, outro dato, é dicir, está bastante limitado, en horas e económicamente, en recursos (...)".

Perfís de persoas en exclusión social: Teñen inmigrantes doutros países, persoas con gran mobilidade, con problemas ás veces de aluguer. Tamén migrantes doutros partes do estado.

Posibles usuarios/as do Programa Trenzas en Ribadavia: Persoas maiores, e persoas migrantes (estranxeiras e doutras zonas de Galicia ou España) en risco de exclusión social.

"Inmigrantes é o principal caso que vemos con necesidade a priori, tamén vemos xente que ven doutros concellos, hai un grupo de xente que ten unha mobilidade que polas súas circunstancias sociais, botan 6 meses de aquí, logo van ao concello do lado, logo van a Ourense, igual non teñen moita rede, e non se dan asentado, tanto económica como socialmente, entón ese sería outro perfil...". "Perfil en risco de exclusión, serían, e que non teñen un asentamento propio, unha rede familiar grande, senon ao mellor, están relativamente sos, entón dalles igual vivir en Ribadavia, que Allariz... onde vaian tendo, pero ao mellor, teñen traballo e non teñen casa, ao mellor, arréglase para unha casa, nós a veces intermediamos con propietarios para un aluguer barato, pero ao mellor de repente, falta a pata do traballo, esa é outra...".

Que é a soidade non desexada? Sinala que non lle ven xente dicindo que se sinte soa... comenta que pensa que hai un problema de "sensibilización" sobre a soidade non desexada. Xente que lle da vergoña dicir que se sinte soa. De feito no SAF, teñen "teleasistencia", e apenas o usan para chamar cando se sinten so/as. Persoas usuarias de teleasistencia en Ribadavia: 135 persoas, pero apenas nin un 5% usan este servizo para paliar a soidade non desexada. Non chaman para falar.

"intuimos que a pode haber, pero non está moi manifestado, non é algo que veña a xente a dicir eu estou solo, pero si podemos nós vela, si que hai xente que non ten ningún programa con nós, fai as súas cousas perfectamente, non é dependiente, pero ten aos fillos fóra, que están traballando, pero puideran sentirse sos, claro, saber como e canto, non é fácil, que o haxa seguro...".

Importante: Facer un traballo de sensibilización sobre a soidade non desexada: Falar do tema. Fai alusión á semellanza do tema do suicidio: temos que comezar a falar da soidade, para poder facer intervencións sociais. Tema clave: "Admitir a soidade".

Programa de voluntariado para persoas maiores: Tiveron un programa de voluntariado para falar con persoas maiores, que se suspendeu coa Covid. Voluntarias- perfil: mulleres de ao redor de 50 anos.

Programa de Mapear a soidade no Padron Municipal de Ribadavia: en 2020, a partir da covid19, fixeron un mapeo do Padrón municipal para detectar persoas maiores de 70 anos que viven soas. Detectaron 334 persoas maiores de 70 anos empadronadas soas. Fixeron 3 subgrupos: de 70 a 80 anos; de 80 a 90 e maiores de 90 anos. O 71% destas persoas son mulleres. Desas 334 persoas maiores de 70 anos que viven soas en Ribadavia: o 54% delas son usuarias dalgún programa de servizos sociais; e un 46% non as coñecen en servizos sociais. Pensaron en mapear isto, para mandar cartas para todas estas persoas, e que ese 46% coñezan os programas de servizos sociais. Alto porcentaxe de persoas que teñen algún tipo de programa de servizos sociais.

Outros perfís a entrevistar en Ribadavia: Educadora familiar- psicóloga); traballadora social do centro de saúde de Ribadavia. E 3 persoas posibles participantes dos que pasará o contacto

ENTREVISTA 15. 25/02/2021

Entrevistadora: Virginia Romero
Lugar: Casa particular. Camiño Paraixal de Arriba. Teis
Perfil: Muller soa. 60 anos.Vivenda en propiedade (era da avoa) leva vivindo alí toda a vida. Aluga habitación por temporadas para estar acompañada para non setirse soa. Vivenda no rural de TEIS con moi difícil acceso e pouco coidada (precisa arreglos)

Asiste pouco á Servicios Sociais "Non me dan nada". Cobra 700€ de pensión (de baixa dende casi 20 anos por enfermidade).Moitas enfermedades: VIH, Artrosis desde fai 20 anos, Neuropatía motora sensitiva nos pes que non lle permite camiñar sen dor.

Sobre o estado da vivenda na cidade e/ou no barrio: non se pronuncia coa situación da vivenda en Vigo, nin no Barrio. Como vive na súa vivenda propia descoñece o tema.

Aluga a habitación dende hai 4 anos. A xente que chega para alugar xurde a partir de coñecidos e de "amigos" Ela fai a comida (non lle cobra á persoa) conviven e comen xuntos. Agora está alugado un home con moitos problemas (non sae da habitación)

Tivo experiencias de convivencia de todo tipo, pasaron pola súa casa 7-8 personas- todo tipo de perfiles- sempre homes diferentes idades, algún con problemas (problemas de alcoholismo, enfermidades mentais (como esquizofrenia por exemplo). Compartiu vivenda con outra persoa que non pagaba (porque non podía) pero limpiaba a pecera e arreglaba o xardín, a casa..A persoa que non pagaban vivían alí a cambio de algo "de traballar na casa".

Dúas persoas que viviron con ela morreron (un deles nas vías do tren, outro por enfermidade...pero "nunca se quejó de nada")

Quere vivir con alguén que lle dé compañía e seguridade (non seguridade de noite, que non ten medo) pero que "tire" un pouco dela, que a anime a facer cousas fora "que lle guste traballar o campo, ou ainda que non lle guste que a axude a ela".

"Si me motivan voy...hago...hacemos"

Boas prácticas: Non coñece boas prácticas. Sinala que disfrutaba de zumba na Asociación de Veciños de Teis pero tivo unha mala experiencia ("me echaron") e xa non voltou.

Tivo relación hai 20 anos cunha ONG (non lembra o nome) que acompañaba "co tema do VIH" pero non lle gustaba ..."íbamos a oir la charla, pero muy zen...abracitos si...tal..yo lo que necesito es estar con gente en la calle, de colegueo...yo lo que necesito es salir, conocer gente, ir al cine con alguien, salir a tomar un café"

Comentarios sobre a exclusión social e soidade non desexada:

Polas dores ten moitas limitacións "Estoy dopada todo el día" Sen medicación non ten as dores, nota os músculos relaxados. Pero si ten dor non ten ganas de nada.

A muller do Servizo de Axuda a Domicilio faille moita compañía, que vai dous días (1h 30 min) á semana. "Con todas las chicas (del SAD) tuve vínculo" "Cando viene repasámos...médico, o que teño pendente..son dous días á semana, e o resto dos días non fago nada. Me levanto para facer a comida e, despóis de comer, me tumbo aquí (sofá) e non fago nada, así ata o día seguinte.." "cama sofá-sofá cama"

Non ten amigas, quedalle algún contacto da escola, algunha do colexio vai alí a tomar un café "iba, agora anda mal...." Coas mulleres (amigas) que contacta por internet son as que lle envían a persoas para compartir a súa casa. Ten unha prima que vive perto da súa casa coa a que saía a camiñar temprano (ás 8.00 da maña) que tamén a axuda e acompaña para citas.

Comenta que non pensa que haxa un perfil concreto de persoas que se sintan soas...

Sobre a posible convivencia con persoas que non coñece:

Gustaríalle vivir con persoas maiores que ela "das que aprenda" non quere nenos nin mulleres novas. Lévase mellor cos homes. Gustaríalle convivir con persoas "coma ela" pero non problemáticos.

Non ten relación cos veciños e veciñas. Incluso hai tensión (mala relación) coas dúas casa máis próximas á súa (denunciou a un veciño por non respetar o terreo para a ampliación da casa e cos

outros o malestar ven de lonxe, da época da súa avoa)

Sobre a convivencia coas persoas que viven con ela, non concretan condicións de convivencia en temas de orden, limpeza, responsabilidades..."eso vai saíndo "no transcurso do día a día..Un pon a lavadora, outro a tende"

Que é para ti a soidade non desexada?

"É a maior enfermidade que poida haber!..Porque te da por pensar de todo, ata cousas que non queres...a cabeza se te va, porqué estou aquí?...son cousas, entras en bucle. A soidade xera ansiedade, te da por comer e cada día vas a máis, e todo se fai unha espiral..Eu cheguei a chorar moito, se tivera alguén a quen contarlle...a miña nai, a miña avóa..En definitiva non teño a ninguén"

"Sintome así dende hai anos"

Impacto de la pandemia:

"O COVID non tivo ningún impacto na miña vida. Eu xa estaba en casa metida. A nivel persoal estou igual que estaba antes, si que cando vexo o que hai...dios mío morreu máis xente que na Guerra Mundial, cando terminará?" pero a nivel personal estou aquí como facía antes.

Nos vecinos non percibiu ningún cambio pola pandemia. "Cada un está na súa casa, no seu rollo, nada máis"

Recursos de vivienda: Non coñece

Boas prácticas en vivenda: Non coñece

Boas prácticas en soidade non desexada: Non coñece.

ENTREVISTA 16. 25/02/2021

Entrevistadora: Iria Vázquez
Lugar: Piso particular en Avenida de Castrelos. Apartamento alugado desde fai 4 anos. Home separado
Perfil: Home, 58 anos, voluntario en Grandes Amigos. Traballa como repartidor.

Voluntariado en Grandes Amigos: El fai acompañamento con persoas maiores en residencias. Desde a pandemia, realiza chamadas telefónicas. Ten moi bo vínculo coas persoas que acompaña. Fala moito dunha señora coa que ten aficións similares. Os perfís das persoas maiores: moitas están soas, porque non teñen fillo/as, ou os fillo/as viven fóra. Detecta soidade, sobre todo naquelas persoas que non teñen rede familiar, ou "arrastran problemas no resueltos". Moitas son mulleres viúvas. Di que moitas destas persoas maiores: desexarían que os/as seus fillo/as os visitaran todos os días, pero iso non se da.

Boas prácticas: Menciona Grandes Amigos. As comidas que fan coas persoas maiores, as excursións... El di que creou relación, que o seu voluntariado é algo máis que acompañar. Coa pandemia: ademais de chamar por teléfono, tamén grava videos lendo ou falando e llos envía ás persoas maiores. Sinala que precisamos un xiro na concepción das residencias: "que no sean lugares cerrados". Que sexan máis abertas: e que se precisa que se realicen actividades interxeracionais. Di que os/as avós/as: están facendo de coidadores dos neto/as, un papel que non lles corresponde. El comenta que fan falla outro tipo de actividades interxeracionais: lúdicas, excursións, etc.

Espazos na cidade- socializar: sinala que o espazo de Coia- Praza de América, cos bancos-mesas funciona. Como se reunen alí persoas maiores para xogar as cartas, falar. Habería que replicar ese tipo de espazos na cidade.

Posible participante de Proxecto;Di que si se imaxina compartindo. Que pensou algunha vez facelo con algunha persoa maior que acompaña, compartir gastos, facerse compañía. Que ao separarse, antes de alugar o seu apartamento actual: pensou en compartir nunha vivenda compartida... Salienta que habería que acordar ben antes cuestións legais, que a familia da persoa maior estea dacordo. Tamén lle interesa o co-housing como proxecto. Tería que ser con persoas compatibles.

Sobre o seu día a día: Vai traballar cedo, fai a comida, ven seu fillo a comer, logo traballa pola tarde, e chega sobre as 19.00 a casa. Recolle a casa, le un libro, descansa, fala por teléfono coa súa filla. Antes ía tamén ao ximnasio cos fillo/as, a pasear, etc. Nas fines de semana, fai bastante vida familiar cos seus fillo/as.

ENTREVISTA 17. 26/02/2021

Entrevistadora: Iria Vázquez
Lugar: Servizos sociais de Ribadavia.
Perfil: Psicóloga no posto de Educadora Familiar en Ribadavia. Leva traballando desde 2006 nestes servizos sociais de Ribadavia. É voluntaria tamén de Cruz Vermella. É de Ribadavia.

Talleres de Memoria en Ribadavia: Fai talleres de memoria con persoas maiores en Ribadavia, no núcleo urbano e nas parroquias. Requisitos para facer os talleres: ser maior de 60 anos. Ten moito coñecemento de perfil de persoas maiores. A grande maioría de usuario/as son mulleres. De 90 persoas, só hai 7 homes. Coa pandemia: deixaron os talleres presenciais: tivo contacto telefónico.

Contraste rural/urbano: Destaca que en Ribadavia aínda existe comunidade. Di que non hai tanto soidade non desexada como no ámbito urbano. Hai vivencias compartidas, veciñanza, hai comunidade, sentimento de pertenza. Di que hai cohesión, familiariedade. As persoas falan entre elas, saben o que lle pasa á veciña- Hai detección de situacións difíciles. Debate sobre a liña entre preocuparse/ ser cotilla.

"Una persona que por las condiciones de vida, bien sea de viudedad, o soltería, reside sola y no tiene la capacidad que otras personas de su entorno familiar o social, le den el apoyo que necesita para no sentirse sola... la no deseada; por ejemplo, si me preguntas en Ribadavia, si conozco mucho de este perfil, no mucho, la verdad, porque esa soledad está cubierta hasta cierto punto por la comunidad que tiene alrededor (,...), me hace falta ir al médico, pues tengo que el vecino que me lleva al médico, y se relacionan mucho, la no deseada es esa, cuando no hay ese vínculo..."

Soidade non desexada: Non ten moitos perfis de soidade non desexada: bastante cuberta pola comunidade. Contraste entre o seu discurso e o discursos das técnicas en Vigo. Fai a distinción entre estar/sentirse só. Ela di que as casas, xardins, etc. fan estar máis en contacto coa veciñanza. Impacto dos edificios, urbanización, etc. que nos pode aillar. Das persoas que van aos talleres: todas teñen os teléfonos das compañeiras que viven na mesma parroquia.

Na parroquia de San Cristovo: están as mulleres máis activas. Moitas viúvas.

Sobre o Proxecto Trenzas: Di que pode haber desconfianza sobre meter alguén na casa. Debatemos se "entraría" no proxecto poder coordinar a dúas mulleres viúvas, que xa se coñecen previamente. Importancia de coñecerse para poder implementar este proxecto.

Exclusión Social: Detecta perfil de persoas novas: 40 anos, persoas/familias sen rede familiar. Non teñen apoio familiar.

Impacto Covid 19: Comenta que hai moitas persoas na economía somerxida, traballos esporádicos: hortas, chatarras, viñas... E que coa pandemia, desapareceron e non puideron cobrar ERTEs, etc. Estes traballos servían para complementar a economía familiar,etc. O que se precisa en Ribadavia é creación postos de traballo, máis tecido empresarial.

Só teñen activas na actualidade 4 RISGAs en Ribadavia.

ENTREVISTA 18.26/02/2021

Toma de notas durante a entrevista, non quixo ser gravada.
Entrevistadora: Iria Vázquez
Perfil: Traballadora social desde novembro 2020. Aínda está asentándose no traballo. Importante contacto para colaboración posterior. Na actualidade, ten tempo dispoñíble para o proxecto. Está coordinada cos servizos sociais de Ribadavia. É o seu primeiro traballo como traballadora social.

Perfil usuario/as: atende sobre todo problemáticas de soidade, consumo de alcohol, ansiolíticos. Que se agravaron coa pandemia. O tipo de axudas que tramita son as de discapacidade, de diferentes idades.

Soidade non desexada: Detecta persoas maiores de 60 anos que viven soas. E homes xoves tamén, que son derivados, que están no desemprego, ou coidando a persoas maiores. E con grande consumo ansiolíticos. Comenta que hai o problema de que moitas persoas non queren admitir que se sinten soas. Atende a máis mulleres que homes. Persoas que viven soas: que non siguen a pauta da medicación. Tamén detecta persoas con consumos aditivos, mulleres e homes, persoas maiores.

Impacto da pandemia: moito impacto; falta de rutinas, falta de relacións. Moitas persoas maiores, vulnerables, con medos... Maiores que evitan relacións. Deterioros.

Boas prácticas: charlas en grupos. Ela ten en mente arrancar un proxecto con xente maior para facer exercicio, actividade física. Envellecemento activo.

Exclusión social: Atende persoas novas, de mediana idade. Parellas no desemprego, con fillo/as pequeno/as. Grande dificultade en Ribadavia para atopar emprego. Tamén atende a menores migrantes para tramitar a tarxeta sanitaria. Poboación migrante procedente de Venezuela, México, Panamá.

Vivenda: Problemática de malas condicións da vivenda; habitalidade, hai vivendas bastantes deterioradas.

Recomenda dúas entidades para contactar: Cruz Vermella; Solidariedade Interxeracional, dan apoio psicolóxico; talleres de memoria; rehabilitación; van a domicilio.

No seu centro de saúde: as enfermeiras están moi implicadas, e tamén os/as médicos/as de cabeceira.

ENTREVISTA 19. 26/02/2021

Entrevistadores: Virginia Romero e Martín Fernández

Lugar: Casa particular rural, San Critovo. Ribadavia

Notas tomadas na entrevista e transcripcións literais entre comillas:

Perfil: Muller soa, viuva. 83 anos. Vivenda en propiedade (construida hai 20 anos co marido. Un soño feito realidade despóis dunha larga vida de traballo. Casa aislada rodeada de viñas, no es camino de paso, hay que ir a propósito). Contacto a través dos SSociais de Ribadavia. De salud dice que se encuentra bien, pero le cuesta caminar necesita andador. No puede bajar escaleras. Tiene colesterol y medicación para el corazón

Con carácter (sus familiares indican que en 15 días se suele cansar de la gente) "Yo no soy así... comprendo que hay que ser hospitalaria...pero me gusta que la gente comprenda, y esta juventud no comprende" "A la gente joven la veo muy bien, muy sociable...el problema es que o no sabe o no quiere trabajar"

Vivió en París, habla francés.

Sobre o estado da vivenda na cidade e/ou no barrio

Escapó de la ciudad por la masificación, pero ahora en su casa se siente sola "no veo a nadie".

La vivienda en Ribadavia es barata. Por 250€ encuentras casas. Está llegando mucha gente de Venezuela, hay mucha vivienda. El problema es que hay muchas casas vacías.

Boas prácticas:

Primero expresan que no conocen ninguna entidad (ONG) en Ribadavia que acompañen a personas pero hacia el final de la entrevista recuerdan que iba una chica de la Cruz Roja a conversar a su casa, pero que debido a la pandemia dejó de ir a visitarla.

Comentarios sobre a exclusión social e soidade non desexada:

No tiene relación con los/as vecinos/as. La casa está aislada (en un principio era el objetivo: estar lejos de los vecinos ahora se ha convertido en un aislamiento)

Estuvo con su hija en Madrid durante la pandemia y en un Centro de día en Leiro, que lo dejó...estuvo 15 días (no le parecía bien lo que pagaba por las actividades que realizaba. "Yo no me integraba bien...a todo le encontraba defectos...no hablaba...son gente de la montaña que ha vivido sola y no me encontraba yo en mi mundo...yo me gusta hablar y de temas interesantes, para estar hablando de pelar patatas, no!" Si, quizás sea un poco exigente...

Uy ...."la compra aquí es un lío, pero bueno siempre hay alguien que...! Antes estaba mi marido, pero se quiso marchar antes que yo..."

Con 18 años me fui...Mi marido quería esto para vivir. Yo me aguantaba, si a él le gustaba a mi también me gustaría..El campo me gustaba mucho" Yo sabía que esta vida era la propia para nosotros. Yo creo que si que cumplí mis sueños...Mi marido era de Croacia, pero se adaptaba muy bien aquí"

"Yo lo único que sé es que ver gente me hace feliz" "Para mí no hay problema, yo me adapto. Yo me adaptaría siempre que vea una compensación al otro lado". La gente que ha venido aquí vivía en Ribadavia, venían a trabajar y se iban.

Sobre a posible convivencia con persoas que non coñece:

Le gustaría vivir con alguien. "Yo he hecho de todo, lo que pasa es que estoy muy sola". Le encantaría vivir con gente, pero el problema "es el de la convivencia". Necesitaría alguien aquí todo el día, que se ocupase de la casa y de la comida "Pensar que hay una persona que se ocupa de algo".

Han convivido ya con gente de fuera pero han tenido "muchos problemas, porque le han robado" incluso. La gente que ha convivido ha llegado inicialmente "como trabajadores", pero nadie se quedaba a dormir.

Si duerme bien se levanta a las 9.00-9.30...desayuna y luego..."no me dejan hacer nada..hay no que te puedes caer...hay que te puedes caer" "Yo tengo temporadas de estar mejor que otras..ya me ha entrado la gana de hacer cosas, el sol me da ánimos" "No hago nada porque enseguida me canso" "Lo ideal sería encontrar un matrimonio que viniese a trabajar, que no tuviese que estar mandando, mandar no me gusta"

"No puedo ver la gente que se echa a dormir y el trabajo sin hacer" La gente que llega a trabajar en las viñas la envían los servicios sociales.

"Lo ideal sería conocer a la gente antes y que tenga cariño a las cosas"

Impacto del Covid- 19 en su vida:

Estuvo confinada 7 meses en Madrid. Cree que la pandemia es una "patraña, una cosa intencionada" "fue una cosa gubernamental". "Los nietos hacían que el confinamiento fuese mejor...Lo llevé...sin tener radio...sin tener televisión. Los nietos estaban muy controlados por su madre...no gastar luz, agua, porque el planeta pide lo que le dan"

Dio un bajón cuando se fue a Madrid. De todas maneras yo no me siento sola "si veo la casa no me siento sola" En Madrid "me sentía sola"

Que é para ti a soidade non desexada?

La tristeza de la soledad. Por la mañana va una chica de Servicios Sociales (2 horas) y por la tarde le ayuda con la limpieza otra persona (1h 30 min), para que mantenga la casa, pero lo principal es atender a la abuela.

Los familiares que están durante la entrevista piensan que "compañía tiene, pero lo que quiere es compañía 24 horas"

Yo si estoy en mi casa no me siento sola si veo la casa no me siento sola" Sentirme sola es no ver nada de lo mío, si veo la casa estoy acompañada con las cosas que conozco. Sentirme sola es no ver gente"

Recursos de vivienda: Non coñece

Boas prácticas en vivenda: Non coñece

Boas prácticas en soidade non desexada: Non coñece.

ENTREVISTA 20. 26/02/2021

Entrevistadores: Virginia Romero e Martín Fernández
Lugar: Casa alugada en el Centro de Ribadavia. Rúa Redondela.
Notas tomadas na entrevista e transcripcións literais entre comillas:
Perfil: Hombre solo. 71 años. Lleva 5 meses en Ribadavia. Llegó de Madrid (allí estuvo 2 meses) desde Venezuela aprovechándose de los aviones "humanitarios" que se fletaron para permitir salir a Españoles con el cierre de fronteras, por el Covid

Nació en España, con 14 años se fue con sus padres a Venezuela. Discurso contradictorio. Dice que la gente vulnerable es la que se siente sola. Primero comparte que no se siente solo y también que sin vivienda, coche, familia y amigos en los pueblos de al lado se siente "vulnerable"

"Me gusta vivir como un europeo, trabajar como un canadiense pero en muchas de mis cosas soy caribeño" Escogí Galicia y Ribadavia porque la mayoría de mis amigos son asturianos o gallegos, porque la población de Ourense es una población envejecida.."

Sobre o estado da vivenda na cidade e/ou no barrio

No es lo mismo la vivienda urbana que la vivienda rural. No es lo mismo vivir en la Galicia interior con 300 habitantes que en Ribadavia. La vivienda entendida como un sitio donde uno puede no sólo pernoctar no está claro, hacer relaciones sociales no es fácil. Ribadavia es un pueblo encantador...pero el gallego es desconfiado, poco sociable, defensivo, extraño..Porque si es un grupo de elevada edad debería pues...tener una actitud diferentes, las actitudes son hasta excluyentes"

"No es lo mismo venir a España de turista que venir a conocerla profundamente" Hay muchas diferencias regionales, locales y de comunidad, circunscritas a grupos de actividad o de interés"

A mí me encanta Ribadavia. Con la gente de Ourense es con la gente que tengo mejor relación, Melón, Carballiño. En Venezuela hubo muchos españoles, especialmente canarios y gallegos"

La vivienda si es un problema porque la gente tiene que tener un sitio de referencia y obviamente, tal y como se ha vuelto España, hay mucho de ser desinteresado. La gente prefiere que su propiedad se eche a perder antes de compartirla y dejase ayudar. Eso de ser aprovechado...conmigo no va"

"No hablo con los vecinos, son escapistas. Yo saludo, aquí ni saludan. Pregunté al casero si había asociaciones de vecinos..."

"Hacer una residencia para adultos mayores donde la gente comparta y viva en sociedad no creo que sea buen modelo. Es una condición obligada, de presidio. La ayuda tiene que venir de dentro hacia fuera y de fuera hacia dentro. El sistema de la residencia podría ser bueno si es temporal no para dar vivienda permanente, ya que es vitalmente muy reducido"

Hay mercado de vivienda en Ribadavia, había cuando llegué.

Comentarios sobre a exclusión social e soidade non desexada:

"Yo todavía trabajo, trabajaré hasta que me muera...trabajar es parte de mi forma de ser, yo tengo que estar activo"

Sobre a posible convivencia con persoas que non coñece.

Compartiría con alguien que fuese bueno, pero ni animales ni niños...estoy muy viejo para niños. Yo compartiría, claro que compartiría, por temporadas, transitoriamente"

"A la gente hay que ayudarla. Si en uno está la capacidad de ayudar a otros tiene que ayudar, pero no imponer. Yo tengo la idea de que en España hay muchas personas aprovechadas, buscar lo fácil.. La gente no tiene amor al trabajo, es muy dura con respecto al prójimo...eso no es muy cristiano, a lo mejor es porque tengo el toque de una cultura más cálida"

"No existe fórmula ideal para esa convivencia, deben permitirse las diferencias. Tener más de un grupo viviendo. La residencia es un modelo europeo muy viejo".

Impacto del Covid- 19 en su vida:

Mientras la pandemia no me dejaba salir me quedé en Madrid, después me fui a Pontevedra y de ahí a Ribadavia.

"La pandemia ha engañado a la sociedad en general...es que ni la propia Iglesia...No existe el bar, el restaurante, el club...La sociedad debe sentirse muy limitada"

Que é para ti a soidade non desexada?

"Yo no me siento solo. Claro, paso por algunos momentos porque lo bueno que tengo no lo puedo compartir, lo malo que me pasa no lo puedo comentar" "Me veo compartiendo siempre que sea transitorio." "La soledad tiene que ser escogida"

"Es un estado íntimo, psicológico, de sentirse mal sin poder evitarlo...porque no existe el otro, los otros..."

"La soledad es un estado, me imagino que anímico asociado a condiciones muy personales. Puede ser subjetivo u objetiva, la subjetiva se siente, la objetiva es la que otros determinan que uno tiene. Yo leo mucho, estudio, hago ejercicio...yo no me siento solo. He vivido solo muchos años de mi vida por motivos de trabajo. Mi padre decía que el hombre que no sabía vivir solo era medio hombre..y mi madre decía, y la mujer también. No me siento solo desde el punto de vista anímico". Si, obviamente todos os seres humanos nos sentimos en algún momento solos, pero si tes valores de naturaleza personal, social, religiosos etc, etc, no te puedes sentir solo"

"La soledad es un fenómeno social de hace muchos años, cuanto más material es la sociedad mucha más gente se siente sola" "Cuanto más vulnerable eres más sientes la soledad" Con medios y recursos no sientes la soledad, compras el ocio, el entretenimiento...Obviamente hay mucha gente muy afectada. Si estoy afectado yo que tengo un capital relacional y no hace uso del porque ...quien le va a pedir ayuda a alguien que ya está necesitado"

"No sabría decir si existe (un tabú sobre la soledad) no me puedo poner en el pellejo de los demás. Creo que si la persona está sola y no lo ha escogido debe tener un sentimiento de fracaso"

Recursos de vivienda: Non coñece. Simplemente contactó con Cruz Roja y Servicios Sociales.

Boas prácticas en vivenda: Non coñece

Boas prácticas en soidade non desexada: Non coñece.

ENTREVISTA 21. 09/03/2021

Entrevistadoras: Virginia Romero
Lugar: Emaús, Vigo.
Perfil: Muller 62 anos. Médico Asistencial da Unidade Medicalizada de Vigo (UMVI) de Vigo. 23 anos de experiencia na mesma unidade.

Atende Urxencias extrahospitalarias, dende a máis grave ata a máis leve... na rúa, domicilios, na escola...ve de todo!

Entra continuamente en domicilios particulares.

Ao ser UVI, deberían atender o máis grave, pero atenden de todo...non atende un perfil determinado. Atenden perfiles de todo tipo: respiratorios, cardio, accidentes de obra, de tráfico, de bici, atropellos, múltiples víctimas. Persoas en casa sen patoloxía grave, que tamén atenden, ainda que nin se quera chegan ao hospital ...

Atenden todo tipo de situación familiares, de desamparo...de todo...Pero son espazos cortos de tempo, son exhaustivos pero xogan coa necesidade do tempo...porque saben que deben resolver canto antes (é a única UMVI hai outra en Mos. Son 6: equipo de 4 persoas, enfermeiro, médico e 2 técnicos)

Non teñen un funcionamento estándar. No controlan o tempo pero deben de traballar de xeito axil. Hai moitos "problemas sociais.. de soidade, de dependencia"

Estas persoas chaman ao 061 e, o 061, pode chamarte a ti...Entón te atopas con situacións al límite. En función dos casos (violencia incluso) chamas ás forzas do orden público outra veces chamas a Traballadora Social do seu centro de Saúde, que xa non é a túa labor, ou a veces levas á persoas ao hospital para que estén amparados, en ese caso hablas co médico de urxencias e coa traballadora social do hospital para que esté ao tanto. O que nunca se fai é , ante situaciones de desamparo, deixar a ninguén na súa casa.

En situacións de soidade absoluta a situación que atopan as veces con casos de cadro de ansiedade (dor torácico, non poder respirar, que se atopa fatal, que se marea, se cae... cadro clínico que se debe a súa situación, que as veces ten algo de fondo pero, de entrada, non podes sabelo..) Traballan con diagnósticos certeros (infarto, por exemplo) e outros son diagnósticos probables, de sospeita, diagnósticos leves e outros máis graves...os leves xeralmente van da man de problemas sociais.

"Os problemas sociais os vemos todos os días, pero hai persoas acompañadas polos familiares e outras, por exemplo, casos de persoas moi maiores que pensas ...como estas persoas viven soas?...e tes que levarte a un, porque é o que está mal pero tamén a parella porque non pode quedar soa..."

O contacto coas traballadoras sociais, o fas porque non concibes non facelo pero non é o teu traballo, o fas o día seguinte porque as veces a urxencia é de noite, de madrugada..si é pola mañá intentas xestionalo...chamas ao centro de saude e xestionas...

Hai moita xente maior...que vive soa e que teóricamente é autónoma, pero por un problema de saúde deixa de selo.

Cando fala das patoloxías atendidas, que causan a situación da urxencia ten atendido moita depresión e ansiedade, transtorno conversivo que causa alteracións de comportamento moitas...e iso deriva noutras cousas..consumo de tóxicos...Pode ser que o perfil da persoa sexa "tendente a" pero está agravado, claro!

Boas prácticas con maiores:

Moitas veces as persoas contan co Servizo de Axuda a Domicilio unha hora ou dous... Servicio de teleasistancia en casa de Cruz Vermella, que as veces non saben usalo. As veces preguntas "pero ustedes tienen hijos...si...y donde viven? Aquí... pero no queremos molestarlos ..están muy ocupados y no queremos darles la lata...entonces pides el teléfono de sus hijos y llamas a sus hijos para que se queden un poco amparados, porque no todo hay que trasladarlo claro! El hospital no da para tanto..

Impacto de la pandemia:

Debido ao Covid temos atendido a moita máis xente soa. Porque os fillos chaman por teléfono pero non se achegan ás casas. Hai relación entre o Covid e maior soidade.

"Soidade atopamos en moitos tipos de persoas, pero as persoas maiores sufren un montón...e que se deterioran, se deprimen dunha maneira increíble..."

"Coa pandemia atendemos moitos casos de ansiedade e depresión pero de todas as idades..."

Estamos nun momento complicado, está todo o mundo desbordado....más del 50% de la población que é moi maior precisa de todo tipo de axuda pero non o podes facer...

La pandemia agudizó, pero todo existía.

Boas prácticas en vivenda:

O proxecto que plantexades é interesantísimo e unha boa solución, porque haberá moita xente...

A necesidade de xerar esa confianza previa é complicada xa que as persoas maiores son moi vulnerables, xa que a pode engañar calquera....con que vaia con boas formas...e que es tristísimo...

Sobre soidade non desexada

"La soledad acorta la vida" Para min é aquela soidade á que te leva a vida e non te queres adaptar a ela, e non te adaptas, nin psicolóxicamente. Físicamente si porque estás na túa casa, pero te falta todo o demás...e non te adaptas, porque non queres...depende da idade podes sair, entrar...si eres autónomo podes quedar...pero a maioría das persoas van cara a soidade non desexada. Tengo que estar sólo porque si...pero non quero" A xente maior co Covid ten medo a sair...hai algún que non e outros, moitos, teñen medo a sair...ese medo te deixa entre 4 paredes...No caso de persoas maiores son "pluripatolóxicas" a maior idade, peor saude...e as veces me pregunto como é posible que se tome a medicación ..parece imposible que a tomen ou que a tomen ben.

Máis mulleres que homes soas, e outra realidade é que a muller é a coidadora... Outra realidade é a dos/as inmigrantes, familias enteras e persoas, algunas, moi capacitadas...

Que alguén chegue a túa casa, o tempo que sexa, polo menos a comer ..xa é moito...

Boas prácticas en soidade non desexada:

Non coñece redes comunitarias que reduzcan problemas de soidade non desexada. Pero si escoitou falar dun proxecto que pon en común a estudiantes con xente maior que vive soa...como se foran "familiares" (o da Universidade de Vigo)

"Eu son socia de Aldeas infantiles, e hai nenos e nenas de todas as idades e penso que haberá nenos en idade de estudar, e tamén ahí pode haber unha boa asociación..."

"Atendin a unha nena de 11 anos nun piso tutelado cunha situación e sensación de abandono tremenda, no se sentía unida a ninguén...Falei con ela, estaba a policía...se escapó...e cando chegamos había un policía con ela moi moi empático...e despois falei con ela...é un desapego tan horrible...tiña un transtorno de personalidade tremendo...Hai moita depresión e ansiedade a todas as idades: nenos, adolescentes...

ENTREVISTA 22. 24/03/2021

Entrevistadora: Iria Vázquez
Lugar: Sede de cruz Vermella en Ribadavia
Perfil: Educadora social, leva traballando un ano e medio en Cruz Vermella Ribadavia; en realidade leva toda a comarca do Ribeiro: cubrindo unha baixa e unha excedencia. Anteriormente, traballou en Cruz Vermella Carballiño.

Actividades: No seu traballo: actividades con persoas maiores ten moito peso: Programa Persoas Maiores. E programa de alimentación.

Coa pandemia: anularon moitas actividades presenciais con maiores: e pasaron facelas virtuais: chamadas telefónicas. Seguimentos virtuais.

Catro proxecto no Programa de Maiores:

- Axuda a domicilio complementaria
- FCD: de memoria
- Salud constante
- Enrédate

Na pandemia puxeron en marcha o Programa. "RESPONDE": Para donativos de roupa, reparto de comida, etc.

Tamén teñen un programa de éxito escolar

- A maior parte de demandas que reciben son de alimentación e necesidades básicas.

- Os temas de vivenda que lle chegan: os deriva a servizos sociais de Ribadavia

- Foco nalgúns colectivos: Migrantes: Tanto inmigrantes estranxeiros (destaca Venezuela), como fillos/as ou netos/as de galego/as que chegan a Ribadavia. Ou tamén migrantes doutras zonas de España. Tamén comentou: como moitas persoas maiores están soas porque os seus fillo/as adulto/as están na cidade: Vigo, Madrid, Barcelonan, estranxeiro, etc.

- Tamén puxo o foco sobre o colectivo xitano, bastante presente na sede de Cruz Vermella Ribadavia.

- Impacto da pandemia: sobre todo para persoas que traballaban na economía somerxida. Tamén impacto sobre as persoas maiores sobre todo no eido rural (parroquias). Impacto da pandemia na saúde mental: destaca depresións en persoas maiores. Incluso comenta o caso dunha señora que estaba soa, deixou de comer, moi deprimida... facíanlle seguimento telefónico e finalmente morreu... di ela que da soidade... Impacto da pandemia noutro sentido: moitos fillos e fillas adultas deixaron de visitar aos maiores por medo a contaxialos: maior aillamento social das persoas maiores. Perfil de persoas maiores: maioría de mulleres que viven soas.

- Sobre o rural: parroquias moi ailladas: poboación moi dispersa. Precisas coche... para ir ao médico, farmacia, etc.

- Impacto nas persoas inmigrantes: moi soas: van a Cruz Vermella para facer voluntariado, coñecer xente. Pero coa pandemia: se deixaron de facer actividades presenciais.

Comparte o caso dunha muller de 19 anos procedente de Mexico: que se foi vivir a Avión: a unha casa ela soa: perdida nunha parroquia de Avión bastante inaccesible. Pasou alí o duro do confinamento en 2020; despois buscaronlle outra vivenda. Casos importantes de soidade.

- Hai Cáritas Ribadavia: Levan reparto de alimentos e roupeiro. Pode ser interesante o contacto para a implementación do Proxecto.

- Propostas de intervención: Centro de día para maiores: para non estar aburridos.

ENTREVISTA 23.07/04/2021

Entrevistadoras: Virginia Romero e Martín Fernández
Lugar: Emaús, Vigo.
Notas tomadas na entrevista e transcripcións literais entre comillas.
Perfil: Home, 50 anos. Participante de programas de Inclusión en Emaús en Galicia. Actualmente en piso compartido con 3 hombres más, donde se ha generado una unidad de convivencia que "viene" de otra vivienda anterior y que acompaña el Programa Fogares. Perceptor de RISGA.

Non ten sentimento de soidade neste momento, emocionalmente síntese acompañado. A soidade é material non emocional.

Opinión sobre a vivienda en Vigo:

"Que pasa coas vivendas públicas e sociais? E todas as vivendas baleiras que hai en Vigo? Eu vivo no centro, barato non é".

Grazas a Provivienda e a que somos 4 persoas pudimos alugar.

Hai moita vivenda baleira e cada vez o mercado é máis especulativo...sobre todo en alugueres. Ademáis de que te piden moitos avais que, evidentemente, non temos.

Levamos 1 ano vivendo ahí. Todos viñamos dun establecimento hotelero. Ahí estiven 7 anos. Non era vivenda era "habitación". Sentíao vivenda xa que ahí desenvolvía toda mi vida, polo tanto intentaba facelo fogar. Non era un piso en si mesmo, cada un facía a súa vida en compartimentos. Non se xeraba convivencia en espazos compartidos. Cada un sabe dos horarios do resto, xurde. Cada un compra a súa comida e ten espacio para a súa comida. Os horarios son libres, non se pactan.

Perfil de persoas coas que quere convivir:

Síntome a gusto con persoas activas, con inquietudes. Gústanme as persoas que, cando se complican as cosas, "apostan por resistir e ser activo"

Falando das idades "Non me vexo compartindo con xente máis nova, se nota a diferencia de madurez. Eu non necesito ruidos, quero paz, tranquilidad, sosiego" Con persoas maiores podo verme se non teñen problemas físicos que lles impidan ser autónomas.

O acompañamento que fai o Programa Fogares as veces permite axudar a resolver problemas ou conflictos entre integrantes da vivenda. Nos xestionamos o pago de suministros. Cando finalice este primeiro ano seguiremos nos en contacto co administrador, máis alá do programa Fogares.

Para que a convivencia salga ben a clave é a comunicación: previa e durante. É a clave para resolver calquera tipo de problema. Comunicación e respeto, claro!

Sobre a relación cos vecinos/barrio

Teñen relación coa presidenta da comunidade pero co resto dos veciños non hai relación, "é un edificio ruidoso a veces"

"Non coñezo moito o barrio. Hai moita xente latina, de feito á peluquería á que vou é latina" Nesta zona como hai vivenda antigua é máis barata a pesar de estar no centro.

A construcción da cidade

Para ter unha cidade que favorezca a convivencia hai que ter espazos de encuentro nas rúas. Non soamente escaleiras mecánicas, sino parques..

O movemento vecinal de Vigo está morto, habería que empezar por ahí. Emaús favorece actividades de vinculación vecinal, pero non pasa noutras zonas. Como non haxa movemento vecinal que mova as cousas pouco poderá conseguirse, hai que empezar por esos cimientos.

Boas prácticas en Vivenda

ACCEM Vigo e en Pontevedra, BOAVIDA.

Me consta que ACCEM si fai algunhas cousas. Teñen espazos que promueven a integración "interracial" nos barrios.

Soidade non desexada:

“A soidade non desexada é intentar facer unha chamada a alguén para que te escoite e que ninguén te colla o teléfono. Ter unha axenda de contactos no teléfono e que te sirva para tiralo ao lixo, porque ninguno de los contactos va a responder a tu llamada”.

Depende das circunstancias coxunturais . Parte de respondabilidade o ten un. Pero hai que escoitar sempre as dúas versión. Non podes entender as cousas se non ves as dúas cara dunha mesma moeda”

As persoas sen fogar son as máis afectadas por soidade. Hai persoas que deciden estar sos/soas por desengaño, non porque tu decidas conscientemente “quiero estar solo”

Tamén outro perfil o das persoas maiores que están soas. Habería que recuperar os apoios:

“O primeiro apoio é o familiar, o apoio de boas amistades. Tamén é importante o apoio vecinal, saber como se chama o vecino que tes enfrentes, guardes un pouco de relación con esa persoa. E o último apoio sería o asociativo, que teñas inquietudes de poder facer cousas polo teu entorno ou causas nas que crees. A min foi o que máis me axudou” E por último o apoio afectivo-sentimental, pero ese é máis complicado, depende de moitas cousas.

Boas prácticas en soidade non desexada:

Coñezo asociacións no ámbito da soidade das persoas maiores. A idea orixinal dos “Coidadores de Barrio”, xente que se preocupaba de dar apoio aos outros, de compañía de charlar...figuras que estén pendentes desa soidade...dos maoires. Este é un problema que nos vai dar de frente cada vez máis”

“Eu non sei que va ser de min cando teña 70 anos, si sigo coa mesma parella xenial pero si volto a estar solo...eu que non teño fillos nin irmás” Esto é algo que hai que resolver.

Impacto de la pandemia:

Cortoume todas as expectativas de oposición que tiña. Primeiro disfrutas das vacacións pero despóis non podes máis.

Cortoume viaxes. Todo se fue al “carajo”. Eu xa non teño a capacidade de retención que tiña. A pandemia afectoume. Anularon as oposición e o de estar encerrado tivo moita incidencia metal

Estiven máis aislado e máis solo na pandemia. Levo un ano sin ver a miña familia físicamente de Valladolid. “Te sientes solo porque querías hacer cosas y no podías”

Teño serias dudas de que vaiamos a sair mellores da pandemia. Si hai xente que saiu mellor. “Valoro a saúde, pero teño dúbidas de que como sociedade sexamos mellores xa que vivimos nunha sociedade máis polarizada”

No meu tempo libre:

Leo, gústame o coñecemento en xeral, a historia..o futbol, colecciono sellos...

Un día meu, por exemplo: estudio, estou moi informado, preparo as reunión.

Penso que as actividades de ocio non están directamente vinculadas ao consumo. Hoxe internet mudou as relación sociais moito. Hoxe en día tanto o traballo como as amistades están moi facilitadas grazas as novas tecnoloxías.

Haberá que voltar as relación con contacto cando esto pase, pero tamén coñeces a outras persoas que non coñecerías nas túas posibilidades actuais.

ENTREVISTA 24. 07/04/2021

Entrevistadoras: Virginia Romero e Martín Fernández
Lugar: Emaús, Vigo
Perfil: Home, 44 anos. Actualmente vive en piso compartido con 3 hombres más, donde se ha generado una unidad de convivencia que "viene" de otra vivienda anterior y que acompaña el Programa Fogares. Perceptor de RISGA. Líder religioso judío en Galicia

Opinión sobre la vivienda en Vigo:

La vivienda en Vigo está muy mal. Llena de guetos. Difícil encontrar un estudio por 250€ para poder vivir solo y si es así convives con drogas, prostitución, problemas entre vecinos.. policía con visitas continuas etc.

Torrecedeira, Tomás Alonso..un desmadre todo aquello...Ahora está todo "gentrificado". Me fui de allí aunque me gustaba vivir solo por tantos problemas. Y me fui de nuevo a compartir piso.

La situación de la vivienda para personas solas es bastante complicada. Ahora están pidiendo seguros de alquiler, por adelantado el mes de fianza y el mes de entrada. "Ahora te miden 2 meses de fianza y un mes de alquiler"

Perfil de personas con las que quiere convivir:

He tenido que compartir piso y no he tenido buenas experiencias. "Todos somos muy amigos de nuestros amigos hasta que nos ponemos a vivir juntos" En el momento que te ponen a compartir es donde empiezan los problemas. A la hora de vivir juntos nos damos cuenta de que es donde empiezan los problemas, los roces. No confía en la buena convivencia de personas de diferentes edades. Convivir con gente más joven es difícil por estilos y ritmos de vida.

Encuentro lógico que personas con adicciones tengan a alguien que les pueda echar un ojo.

"Para mí, vivir acompañado es una especie de obligación. Yo siempre viví en pareja. Prefiero vivir solo por mis costumbres, mis formas de vida...no se llega nunca a un consenso"

La edad puede influir en la generación de los vínculos. "Se nota mucho el salto generacional, incluso cuando te pones a hablar"

Sobre el acompañamiento profesional

En especial, en nuestro caso, no es necesario ese acompañamiento. En el caso de esta cuarta persona con la que convivimos ahora (es más joven) si que es necesario ese acompañamiento profesional.

"El problema de las ayudas sociales es que ponen al mismo nivel al que consume drogas que al que quiere salir de esa situación de exclusión social" Si tu no tienes capital y tienes que compartir piso, la gente con la que te toca compartir tiene muchos problemas...yo así no quiero compartir piso.

Sobre la relación con los vecinos/barrio

Yo crecí en Condesa Casa Bárcena. La situación es bastante buena, pero el clima que se respira en el barrio ahora es de desconfianza, es gente nueva todo el rato. Noto mucho cambio.

Incluso en Tomás Alonso., "el ambiente allí es hostil. Si quieres salir de la exclusión social no puedes estar metido en estos ambientes"

"La gente cada vez está más agresiva" "La gente ya no piensa en la gente" "no tiene empatía". No hay respeto. Yo lo cambiaría con vivienda digna a la gente. Entiendo las habitaciones para casos de emergencia, pero no se arregla nada así... Cada habitación es un piso, un microcosmos.

Vigo no está bien construido, no digo derribar viviendas construidas como "la fenosa" o el polígono de Coya pero las personas deberían tener su propio lugar sin tener que aguantar al otro, es la forma de

dar aire nuevo a las personas para que tire para adelante...compartir a veces deriva en antidepresivos...

Cuando vivía solo tenía más "paz mental y más tranquilidad"

Boas prácticas en Vivenda

Coñece as traballadoras sociais do Concello de Vigo.

Boas prácticas en temas de acompañamiento.

No conoce, solamente conoce "Vida Digna" en el barrio.

La construcción de Vigo no fomenta espacios de convivencia entre vecinos. "Estamos todos muy juntos"

Soidade non desexada:

A mí me gusta estar solo. Desde los 18 años he vivido en pareja. Entiendo que al envejecer es necesario tener compañía. Dentro de los lados positivos de compartir vivienda es evitar esa soledad.

"En el 2010 estuve en la calle. Vivíamos marroquíes y yo en chabolas de cartón. Salí de ahí gracias a mi exmujer. Si no sales de ahí muerte en tres meses."

"En los pisos compartidos, a pesar de que en las habitaciones de al lado está este y el otro...tú te sientes solo igual, porque tu no quieres estar ahí"

Sólo conviví una vez con mis compañeros de piso. Uno de los compañeros hacía la comida para todos. Esta persona si que conseguía que estuviésemos 5 en la mesa y de cachondeo. No lo he vuelto a vivir más. Nuestra mesa está en nuestra habitación.

No se llegan a generar espacios compartidos. Parece que todos preferimos aislarnos del resto. Nuestras conversaciones pueden durar 15 minutos y luego cada uno va a lo suyo. Cada uno se pone su propio escudo, es como una especie de "barrera anti daño" para protegerte.

"Yo cuento con apoyos. Poder comentarle a mi gente como estoy viviendo y tengo un colchón, que es mi comunidad judía aquí, y de otras comunidades judías de España y de Europa"

Tipos de perfiles con soledad no deseada.

No entiende de sexo ni de raza, pero ahora es más común. Algo ha cambiado, la gente ya no habla como antes. La gente se auto segrega, para que no haya problemas.

No identifica a personas en soledad, pero si a gente que está sufriendo, gente que está triste, que no son felices. Se cubre la necesidad de ropa, comida y casa...pero en la vida en si están encerradas en las 4 paredes.

"Un empleo podía resolver esta situación"

Sobre los apoyos de la comunidad:

Recuperar el valor de tu familia. El problema es el desarraigo familiar.

Boas prácticas en soidade non desexada:

"No sabría contestar a eso"

Impacto de la pandemia:

Si no hubiese sido por la pandemia es posible que yo hubiese seguido viviendo solo. Aquello me destrozó...todos al mismo tiempo gritando..a veces a las 3 de la tarde me ponía tapones para poder dormir. Parejas que echaban a sus parejas de casa...algo surrealista.

Lo que noté en la pandemia fue mucho más distanciamiento. Hay miedo irracional a todo lo que está pasando..."el otro es el que está equivocado" "No sólo aquí, es en todos los lados"

No meu tempo libre:

Me levanto a las 6 de la mañana, me tomo mi té, me aseo, me pongo a estudiar, arreglo mi habitación y rezo.

Sobre la pregunta de cómo está enfocado el ocio en la ciudad y las posibilidades de relacionarse

Está vinculado al consumo económico. Si no tienes dinero para tomarte algo en una cafetería no tienes posibilidad de hablar con la gente. Y la mascarilla...no puedes ver la cara, la expresión de la persona, esto confunde e impide a la hora de conocer a otra persona y entablar amistad.

¿Cómo lo resolverías?

"Yo había pensado en talleres, para que la gente se conociese"

ENTREVISTA 25. 13/04/2021

Lugar: Emaús (zoom) Reunión grupal
Notas tomadas de la entrevista, transcripciones literales entre comillas.
Perfil: Hombre. Geriatra. Presidente de la Asociación Gallega de Geriatría.

Que é para ti a "Soidade non desexada"? E como afecta as persoas maiores.

Por los datos que hay tengo dos reflexiones de entrada: No sé si la soledad no deseada es más frecuente en personas de mayor edad. Parece que no podemos afirmar que en las personas mayores haya más soledad percibida. Es verdad que a partir de 80, de esos grupos de edad, si puede haber un porcentaje de gente de esa edad que perciben soledad y son fundamentalmente mujeres. Y además se asocian, generalmente, a otras variables de carácter social condiciones como son la pobreza, las condiciones de vida. No sólo están solas, sino que las personas solas tienen peores condiciones de salud y peores condiciones sociales.

Hablar... más que del impacto de la pandemia, habrá que hablar de las decisiones tomadas durante la pandemia. Ha permitido ver la actitud "edadista" no sólo entre los políticos sino también entre los geriatras, que debían haber sido más sensibles, las respuestas que se han dado en ciertas comunidades han sido un auténtico genocidio.

Han muerto más personas mayores que en toda la historia de la humanidad, fundamentalmente porque había más y porque las respuestas han sido muy peculiares fundamentalmente en las residencias.

Aun cuando podamos discutir si existe o no existe diferencia en Galicia lo rural y lo urbano, si que parece que, en los núcleos más pequeños, las respuestas en cuanto al apoyo han sido mejores, de buena vecindad. La gente tenía la oportunidad de salir un poco más y los servicios de vigilancia eran menos incidentes y los mayores salían a sus puertas o a la finca de al lado.

¿Y cómo afectó a los mayores? Si que en las residencias se apreció mayor asistencia psiquiátrica y psicológica. Hemos disminuido las patologías infecciosas... respiratorias en general, este año no hemos tenido prácticamente nada.

Pero si hay más caídas, y caídas más graves...porque el confinamiento ha producido un descenso de la vitamina D, la limitación de la actividad física...pero no sabría decir si la percepción de la soledad es mayor después de la pandemia.

Despóis ter compartido con él as claves do proxecto, ¿Que servizos consideras que deberíamos ter en conta na implementación do proxecto (no acompañamento profesional previsto) nos casos de persoas maiores?

En Galicia hay 600.000 personas mayores que son un auténtico ejército. Hay que contar con las personas mayores de apoyo. Son eficaces y eficientes en tareas de voluntariado, si que tienen cierta resistencia y desconfianza. Hay que convertir el colectivo de mayores en un colectivo activo.

El Colegio de Educadores sociales. Medicina y Enfermería, Trabajadores Sociales. Las farmacias habría que valorarlo ya que están muy activos, y tienen cierta vocación social.

Es importante saber (y creerse) que muchos de los mayores van a llegar a los 100 años.

El grupo de mayores se mueve con sus "líderes" de movimientos comunitarios, asociativos...que si quieren pueden mover más gente. Las iniciativas de "voluntariado/compromiso" de jóvenes se diluyen en vacaciones y los mayores se mantienen años". Y favoreces acciones de envejecimiento activo. No tengo claro el enfoque intergeneracional.

Temos moi incorporado o enfoque do acompañamento do proxecto dende diferentes puntos de visto (comunitario, saúde..) e evitando o enfoque paternalista que moitas veces acompañan este tipo de proxectos. Nesta liña segundo a túa experiencia, que erros debemos evitar na implementación?

Habrá que complementar con temas de tecnología y acompañamiento.

En Galicia tenemos mucha gente mayor, Amigos de los Mayores tienen experiencia de que lo que funcionan son voluntariados de gente mayor con gente mayor, no han funcionado bien las experiencias intergeneracionales. De todas formas, además de la convivencia y el conocimiento previo, son muy positivas todas las propuestas que pongan el foco en las personas mayores!

Los límites los ponemos nosotros. Tenemos que romper los marcos...permeabilizar los centros de salud, las residencias, las farmacias...Hay que romper las estructuras sociales actuales para que se adapten a la soledad y al envejecimiento. Las sensibilidades en este tema son muchas, el tema de la soledad es muy atractivo.

El documento de la Estrategia Gallega contra la Soledad no deseada, es un documento bien elaborado pero el trabajo de desarrollo de esa estrategia va a requerir de unos recursos. La sensación es que todos disparamos hacia diferentes lugares..."acompañamiento al final de la vida" "Ciudades solidarias" "amigables" acompañamientos...pero necesita cohesión. Echo de menos que desde el gobierno aglutinen y definen una estrategia que dé cancha al movimiento que hay alrededor de la soledad. Cuidar exige una actitud más pasiva (me dejo cuidar). Si me apoyo en algo, es algo que está abajo.

El tema de la vivienda y que salga de Emaús...es muy interesante, pero pasaría de proyecto "piloto" a "germen" mi experiencia es que los proyectos pilotos no continúan. Los programas germen pueden articular alrededor de ellos más campo. Y Vigo se presta a esto (en Vigo "casi todos los centenarios" viven solos) tiene un desarrollo del movimiento vecinal activo y en el rural hay asociaciones, comunidades de montes, tienen dinero que no saben como gestionarlos. Ahora construyen espacios de encuentro comunitarios. Hay que ser capaz de cohesionar, de aprovechar experiencias.

Fernando Fantova hace referencia a que personas/expertas del congreso de Economía Feminista que tendrá lugar en junio en País Vasco, en el están poniendo en debate también el término de los "cuidados" y ahora hacen referencia a "cuidado con los cuidados" ya que en un principio lo usaron para cuestionar la economía capitalista y que de alguna forma el sistema se ha apropiado del término y ahora se plantean si les representa...Lo mismo pasa con el término soledad, ya que parece que se habla de una "red de ingeniería" (renta básica, urbanismo...muy ambicioso) ya que después no tienes resortes para mover esos elementos hasta los que lo plantean en otro extremo muy asistencialista.

Uno de los grandes problemas que tenemos con los programas sociales es creer en ellos. Lo que se haga debe ser tan tejido con lo comunitario que nadie lo gestione. Pasaría del sensibilizar al creer.

La relación del cuidado de las personas mayores.

Las palabras nunca son inocentes. Prefiero la palabra “apoyos” El cuidado es generador de dependencia. La palabra cuidados establece una diferencia, un desajuste...prefiero apoyos nunca es la más apropiada “el cuidador está por encima del otro” el que toma decisiones es el otro. Se cuida al niño, al mayor...No sólo es un debate semántico. Apoyar mejor que cuidar, y va más allá de la “atención centrada en la persona” me gusta apoyar las necesidades que pueda tener esa persona.

“Negarse a nosotros mismos es complicado” Como nos enseñan a cuidar, cuidamos, y si nos enseñan a apoyar, apoyamos...Nadie hace lo que no sabe hacer.

Para achegarnos a persoas maiores que poidan estar interesadas en participar desta iniciativa piloto, con que entidades consideras que sería importante colaborar? E Cales serían as mellores formas de achegarnos ás familias

La suerte de los programas de la soledad es que trabajan personas mayores solas. Alex Comfort decía que las personas mayores atesoran patrimonio que la familia espera heredar. Lo que espera la gente de los mayores es que se mueran. Hay que convencer de que los mayores puedan vivir más años y que sus bienes les pertenecen.

El IMSERSO normalizó que la persona mayor se vaya 15 días de vacaciones. Las familias no quieren que trabajes con sus mayores porque vas a evidenciar algunas cosas de la que ellos mismos no se sienten orgullosos. Porque la sociedad tiene esta actitud tan edadista. No es casual, ya que si se mueren heredo todos los recuerdos de mi abuelo y la casa. No esperéis mucho de las familias (si consigues que te deje trabajar ya es bastante).

La expectativa consciente o subconsciente es que se mueran. La mayoría de las personas que están en las residencias tienen familia que los va a visitar, las actuaciones de “lo hago por su bien” miedo me dan. A nivel afectivo estamos de acuerdo, claro que los quieren, lo que cuesta entender y ajustar son las expectativas sobre ese tiempo que van a vivir nuestros mayores. Qué familia va a asumir que los mayores están solos. “Están solos porque quieren”

Javier Yanguas publicó un informe en el que comparte que los hombres sufren otro tipo de soledad, más intensa.

Otro de los límites es el tecnológico. Hay que pensar en tecnología amigable, hay que incorporarla y sobre todo en Galicia. No hay límites técnicos, hay límites de gestión.

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

en colaboración con
Prôvivienda

ANEXO 5.1

FOLLA DE RUTA PARA O GRUPO DE DISCUSIÓN

AS TRENZAS DA LOLA

GRUPO DE DISCUSIÓN

CONVOCATORIA	GRUPO DE DISCUSIÓN_peche fase diagnose Proxecto "As Trenzas da Lola"
Día	30 de abril 2021
Horario previsto	12.00-14.00
Lugar	Edificio Xunta de Galicia. Concepción Areal 8. SALA A-Planta 1ª Vigo.

Convoca: Emaús Fundación Social

Participan

Marcela D´ambrosio	Mediadora Intercultural
Xusto e Paula(por zoom)	Traballador Social e Educadora Social Servicios Sociais Municipais Ribadavia.
Olalla Álvarez	Antropóloga. Técnica de Grandes Amigos
Beatriz Lorenzo	Participante Programas Provivienda
Pachi Sierra	Médico da UMVI
Gabriela Landrero	Voluntaria Emaús
Javier Pérez	Participante Programas Emaús y Provivienda-Fogares
Virginia Romero	Moderadora. Técnica Proxectos en Emaús Galicia
Martín Fernández Pérez	Moderador.Técnico de Participación en Emaús Galicia
Iria Vázquez Silva	Moderadora. Investigación e Diagnóstico con enfoque de Xénero

CLAVES:

- Trátase dunha entrevista grupal onde os/as participantes dialogan, debaten, negocian e consensuan sobre o tema que se plantexa (soidade non desexada e exclusión residencial) para chegar a unhas conclusións finais.
- A sesión será grabada (por comodidade da recollida da información) pero respetando anonimato.
- Levarase un detalle (regalo) para cada participante (fundas de gafas Sindesperdicio)
- Haberá un termo con café e leite e unhas bolsiñas individuais de comida por si alguén quere tomar algo durante a conversa.
- Iria, Martín e Virginia actuarán como facilitadores:
    - Virginia. -Arranca a presentación do Grupo de Discusión lembrando os obxectivos do proxecto "As Trenzas da Lola" e as claves da fase da diagnose. Moitos dos temas sairon nalgunhas entrevistas, pero non en todas por iso debemos tratalas dalgunha forma.
      -Importancia da comodidade e libertade para moverse cando o consideren.
      -Recolle anotacións, toma fotos (folla de firmas)
    - Iria. Explica a metodoloxía e que precisamos grabar para non perder información pero que será anónima, que deben de falar e debatir entre eles, de xeito natural e informal e lanza a primeira pregunta ¿Que é para vos a soidade non desexada?
    - Martín. Modera e leva o peso de introducir as seguintes preguntas (a pesar diso o resto, tendo moi claro que debemos de ter pouca presencia, poderemos intervir se o consideramos necesario):
        - Que persoas (idade, colectivo, sexo...) pensades que sufren maior soidade non desexada? Porqué chegamos a esa situación?
        - Este proxecto vai desenvolverse no eido rural e urbano, que diferencias creedes que hai entre ambas realidades no referente á soidade?
        - Neste proxecto van a compartir vivenda persoas de diferentes idades e realidades, que podemos facer para ter éxito?
        - Cales creedes que son as cousas que xeran no voso barrio/vila soidade? Que cousas se vos ocurren que poden minimizar a sensación de soidade entre a poboación?
        - A exclusión residencial afecta a moitos tipos de persoas, que medos/inquedanzas teriades se vos puxérades a compartir vivenda con persoas que non coñeces?
        - Como impactou a Covid nos desexos de compartir (ou non compartir) vivenda? Impactou no desexo de vivir sos/soas? E como impactou na soidade?
        - E vos, animaríadesvos a compartir vivenda neste proxecto? Prefirides vivir sos/soas?

NON ESQUECER:

-Ser preciso/a na recollida de datos e realizar a transcripción e o análise dos/as compoñentes do grupo investigador para evitar malinterpretacións (grabar)

-Contextualización: Débese recoller a descripción de todo o contexto, para iso son imprescindibles as notas do diario de campo.

-Recoller a información non verbal o máis detallada posible: risas, silencios, dudas no momento de contestar... Recoller información pertinente centrada nos obxectivos.

-Ser reflexivo/a, ter en conta que formamos parte do grupo na entrevista e debemos analizar se influimos nas respostas. Decidir que papel ten cada un/unha

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

en colaboración con
Prôvivienda

ANEXO 5.2

RESULTADOS GRUPO DE DISCUSIÓN

AS TRENZAS DA LOLA

GRUPO DE DISCUSIÓN
VIGO EL 30 DE ABRIL DE 2021

O Grupo de Discusión tivo lugar entre as 12.00-14.00h o venres 30 de abril de 2021 na sala A de reunións, do edificio que a Xunta de Galicia ten na cidade de Vigo. Un total de 9 persoas descoñecidas entre elas (7 mulleres e 2 homes) participaron- 6 persoas de xeito presencial e 3 de xeito virtual- nun debate sobre a soidade non desexada acompañados por 3 persoas moderadoras (técnicas do proxecto) que facilitaron a xornada sen intervir nas conversas.

Destacamos os **puntos de vista innovadores ou complementarios do previamente** (identificados durante a revisión bibliográfica e durante a fase das entrevistas en profundidade realizadas) ou ideas forza que veñen destacando o conxunto das persoas que compartiron ese espazo de debate.

Unha das conclusións extraídas do Grupo de Discusión, xa identificada inicialmente, é que analizar a realidade da Soidade non desexada é complexo, xa que está afectada por moitas variantes subxectivas vinculadas ás expectativas de cada persoa e, moitas veces, acrecentada por outras variables. E sobre todo, trátase dunha realidade cambiante que muda segundo os momentos da vida e das condicións de vida de cada persoa e tamén, como todo, non perder a clave de que trátase dun fenómeno cultural.

Así, dos enfoques compartidos sobre **QUE É, E A QUE AFECTA Á SOIDADE NON DESEXADA,** destacamos:

Ter presente a realidade cambiante das persoas e, moi vinculado a iso, os cambios das expectativas de cada un/unha. A realidade das persoas (sobre todo mulleres) que deixan despois de moitos anos da súa vida de coidar a persoas dependentes (menores ou maiores) e non saben estar sos xa que non aprenderon a disfrutar da súa soidade ou ben porque non souberon ou non puideron.

> *"en el momento que debes ejercer ese sueño deseado de soledad no lo puedes ejercer porque madurativamente, como persona, no has realizado ese trabajo. Te encuentras sola con un vacío muy grande porque echas mano de los otros que ya no están ahí (...)Esa es una soledad de mucho sufrimiento"*

Vincúlase de forma interesante outro concepto novidoso na fase de diagnose, como é o "autocoidado"

> *"esas persoas fagan tamén un traballo persoal, para poder entender que a outra persoa non é culpable das súas circunstancias, da súa soidade"*

Destácase no grupo unha realidade -xa identificada- vinculada por unha banda á sociedade individualista na que vivimos e a calidade (e non a cantidade) dos vínculos creados, así como a importancia do apoio social e comunitario:

"Quizás debemos hablar más de emociones y no de cercanía física"

"Hay una soledad que viene impuesta por la sociedad. Si el vecino es amenazante mejor que te vea como un desconocido. No hay trenza, debemos empezar a tejer estas trenzas. Hay que aprender a estar en entornos diferentes, con gente diferente...igual nos enriquece la diferencia"

"hai persoas que desexan estar soas pero hai outras persoas ás que lles gustaría estar rodeadas de máis redes, máis apoios, máis amistades e máis cariño.."

No Grupo de Discusión resáltase a situación peculiar da soidade nas situacións de exclusión social. Unha soidade longa, que acompaña moitos anos da túa vida.

"Hai moita xente que arrastra soidade polas vivencias que teñen. A soidade da exclusión é imposta. A soidade en moitos casos débese á exclusión. A saber que lle pasou a persoa para chegar con esa idade e estar soa..."

Outra realidade é que a soidade non desexada afecta tando da xente nova como ás persoas maiores. E as dificultades que debido aos estigmas, hai para pedir e recibir axuda.

"Non hai que definir a soidade por idades. A soidade é a mesma (están sos) pero os factores polos que teñen chegado á soidade son distintos e, a hora de procurar recursos, tampouco son os mesmos. Haberá que atopar varias solucións"

"Non é doado comparar soidades que teñan persoas de diferentes idades (unha persoa maior ou unha persoa nova), son soidades igual, pero tampouco é fácil pedir axuda nin recibir axuda"

Do momento da análise e debate sobre as diferenzas entre a

SOIDADE NON DESEXADA NO ÁMBITO RURAL E NO ÁMBITO URBANO,

destacamos:

A importancia de incorporar no deseño das cidades e dos plans urbanísticos a xeración de espazos públicos que faciliten os encontros.

"O urbanismo da cidade de Vigo non se destina ao encontro. Temos exemplos de urbanismo moderno, funcional e bonito pero que non permiten os encontros. As veces hai decisións específicas sobre o urbanismo na cidade que exclúen aos máis vulnerables"

"En Ribadavia, hai sensación de comunidade. Os veciños axúdanse con naturalidade. Nos núcleos rurais hai máis sentimento de comunidade que nas cidades"

E, sobre as **CLAVES DE ÉXITO NA APOSTA QUE TEN O PROXECTO DE ATENDER SITUACIÓNS DE SOIDADE CON SITUACIÓNS DE EXCLUSIÓN RESIDENCIAL** destácase os seguintes enfoques:
A importancia de realizar inicialmente, de cara a unha posible convivencia, unha análise dos perfiles das persoas que poderían convivir, por gustos e afinidades, e despois propiciar encontros que xeren vínculos previos. É necesario establecer certa confianza.

"É importante marcar unha etapa de proba, así as persoas se van coñecendo. Pode saír ben ou mal"

A importancia de, a través dun acompañamento profesional, ter sempre presente a sinceridade, as expectativas que ten cada persoa desa convivencia, cales son os límites e, entender que esas expectativas son cambiantes. Coa convivencia e co paso do tempo poden mudar.

"Respecto o da sinceridade das persoas é importante tamén ver que espera unha persoa da outra. Ata que punto vas a pedir certo tipo de coidados

"Valorar moito as necesidades de cada parte. Valorar as necesidades das persoas maiores que se van vivir xuntas. É importante partir das costumes das persoas maiores e como se traballa con esa persoa que reclama compañía"

Queda constancia da importancia da formalidade e claridade antes de establecer calquera tipo de convivencia:

"Sería interesante ter un acordo ou contrato entre as dúas persoas convivintes, un anexo cunhas normas básicas de convivencia para ter un mínimo de base. Outra cousa podería incluirse nun programa de exclusión residencial sería un servizo de mediación para cando xurdan conflicto entre as dúas partes...e outra cousa, un periodo de proba, por exemplo un mes, e despois ir a un servizo de mediación que xestionaría o programa, para intentar lidiar e aclarar para continuar, ou non, coa convivencia"

"O problema é que as veces, a urxencia de vivenda dunha pesoa en situación de exclusión impide esos previos"

A importancia de xerar vida en comunidade. De rexenerar os vínculos no entorno próximo

"Hai que optimizar os recursos do barrio. Aproveitar instalacións que non se usan .Fortalecendo máis o ámbito local para que a xente se coñeza máis e non pensar que o que pode facer está lonxe".

E sobre como recuperar esa vida nos barrios:

"

Non hai asociacións de veciños que se preocupen dos veciños, Para que sirven?. Para nada!"

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

en colaboración con
Prôvivienda

ANEXO 6

BOAS PRÁCTICAS IDENTIFICADAS NA FASE DE DIAGNOSE

AS TRENZAS DA LOLA

Máis alá das boas prácticas identificadas no documento "Soidade e Exclusión: diagnose exploratoria para a súa posible abordaxe en Galicia" resulta de interese compartir outras boas prácticas atopadas:

BOAS PRÁCTICAS VINCULADAS AO COIDADO e A SOIDADE

ASOCIACIÓN DE MUJERES POR UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE-AMES

Federacións provinciais por todo o Estado. En Galicia, están en A Coruña.

Promoción e defensa dos dereitos das Personas Maiores e Pensionistas, para conseguir a sua plena integración social.
https://www.mayoresudp.org/federacion-de-galicia

REDEIRAS

A Coruña

Tendo en conta que nas cidades cada vez é máis frecuente a situación de soidade e illamento extremos nun sector de poboación moi vulnerable como é o das persoas maiores e que moitas veces derivan en situacións de graves consecuencias, dende o Concello da Coruña preténdese levar a cabo un programa piloto para a detección e atención destas situación. Partiría da detección inicial de situacións de soidade, que os lugares habituais onde se desenvolve a vida das persoas maiores (farmacia, tenda, panadería, praza, veciños e veciñas do edificio, da rúa, etc.) adopten unha conciencia de alerta para detectar estas situacións.
https://www.coruna.gal/web/es/actualidad/noticias/o-concello-presenta-redeiras-un-programa-que-promove-a-creacion-de-redes-de-apoio-social-e/suceso/1453686969313?argIdioma=es&categoriaID=1417055645462

ACOMPAÑO

Galicia. Xunta de Galicia. Consellería Política Social

Programa de voluntariado de atención e acompañamento de persoas maiores que viven soas
Acompaño. Programa de voluntariado de atención e acompañamento de persoas maiores que viven soas (xunta.es)

ADOPTA UN ABUELO

Ciudad Real

Conectan xeracións nas que todas as persoas maiores poidan sentirse escoitadas, acompañadas e queridas mentres as persoas novas aprenden dos seus valores durante as visitas
https://www.adoptaunabuelo.org/?gclid=EAIaIQobChMItz_
rJmQ6wIVTbLVCh0y7Q4TEAAYASAAEgJFFvD_BwE

ASOCIACIÓN CONTRA LA SOLEDAD

Madrid

Fomentar o traballo en rede e a creación dun movemento de organización e persoas que xa están combatindo a soidade, orientado a elaborar unha estratexia nacional que comparta coñecementos e boas prácticas para acabar co illamento das persoas maiores soas.
http://www.contralasoledad.com/tag2020/002_Matilde_Lazaro.html#main

SIEMPRE ACOMPAÑADOS

Cataluña

Programa de Maiores de la Caixa en colaboración coa Cruz Vermella. Pretende comprender e intervir na soidade desde a súa complexidade
https://fundacionlacaixa.org/es/programa-siempre-acompanados

OBSERVATORIO DE LA SOLEDAD. AMIGOS DE LOS MAYORES

Aragón, Cataluña, Comunidade de Madrid e Comunidade Valenciana,

Pon ao alcance de todas as persoas as ferramentas para poder afrontar a soidade de xeito individual e colectiva.
https://amigosdelosmayores.org/es/observatorio-de-la-soledad

NEXTDOOR APP

Nextdoor é unha empresa privada con sede en San Francisco . Funciona no conxunto do Estado.
A través dunha plataforma online conectan vecinos e vecinas de forma que informan do que pasa no barrio, intercambian recomendacións ou apoian o comercio e as asociación locais.
https://es.nextdoor.com/

NAGUSILAN. Voluntariado y Hilo de Plata

Donostia / San Sebastián

Acompañan con voluntariado presencial ou con charlas telefónicas a todas as persoas maiores que se atopan en situación de soidade non desexada.
https://nagusilan.org

ACERCANDO VIDAS

Madrid

Iniciativa promovida por un grupo de profesores e estudantes da Universidade Autónoma de Madrid e profesionais da Asociación Madrileña de Neuropsicoloxía, que ofrece un servizo de intercambio de experiencias interxeracionais e acompañamento que comezó co confinamento e continúa en esta "nova normalidade"

https://sites.google.com/psicologiauam.net/acercandovidas/p%C3%A1gina-principal

OBSERVATORIO CIUDADES QUE CUIDAN
Fundación Mémora Servicios Funerarios

Barcelona

"Ciudades que Cuidan" define un novo marco conceptual basado en dous modelos existentes: 'Ciudades Amigables' impulsadas pola Organización Mundial da Saúde (OMS) para promover un envellecemento activo e saudable e das 'Ciudades Compasivas-Cuidadoras', un movemento social internacional que involucra á ciudadanía na creación das comunidades para atender a enfermidade avanzada e a fase final da vida a través da provisión de cuidados e acompañamiento

https://www.memora.es/es/sobre-memora/actualidad/noticias/lanzamiento-del-observatorio-ciudades-que-cuidan-para-combatir-la-soledad-no-deseada-en-el-proceso-final-de-vida

COMITÉ DE BIOÉTICA
FUNDACIÓN GRIFOLS

Barcelona

Lugar de encontro para a formulación de diferentes perspectivas en todo o relacionado coa ética da vida

https://www.fundaciogrifols.org/es/web/fundacio/mission-objectives

RED MUNDIAL DE CIDADES E COMUNIDADES AMIGABLES COAS PERSOAS MAIORES

Estatal

A Rede Mundial de Ciudades e Comunidades Amigables coas Persoas Maiores, promovida pola Organización Mundial da Saude (OMS) en 2010 como respuesta ao rápido envellecemento da poboación e co obxectivo de conectar cidades, comunidades e organizacións en todo o mundo coa visión común de facer do seu entorno un lugar mellor onde envellecer dignamente e con calidade.

https://ciudadesamigables.imserso.es/ccaa_01/ciu_amig/querm/index.htm

RADARS

Barcelona

Radares é proxecto comunitario impulsado polos Servizos Sociais do Concello de Barcelona para paliar os efectos da soidade non desexada e prever situación de risco nas persoas maiores.
https://ajuntament.barcelona.cat/serveissocials/es/canal/projecte-daccio-comunitaria-radars

A3CALLES

Vallecas. Madrid

A3Calles Cuidados en territorio. É unha cooperativa de consumo de coidados de proximidade , xestionada por e para familias de Vallecas que necesiten atención, coidados e servizos no fogar, recentemente constituida no marco do proxecto MARES e no Mar de Coidados.
http://www.a3callescuidados.org

PROXECTO COTIDIANAS
COOPERATIVA TANGENTE MADRID (CENTRO Y ARGANZUELA)

Proxecto para mulleres maiores de 60 anos a través da construcción de comunidades de coidados e redes de apoio mutuo (Obradoiros semanais e gratuitos para crear un espazo creativo e social con vecinas dos distritos)
https://tangente.coop/tag/cotidianas

MATIA

Donostia / San Sebastián

Matia Instituto basease na xeración de coñecemento e innovación xerontolóxica e a súa transferencia desde un enfoque psicosocial.
https://www.matiainstituto.net/es/proyectos-de-investigacion/proyectos/bakardadeak

ESPACIO MATRIOSCA

Pontevedra e Ourense

Promoven o intercambio cultural e a creación artística en todas as súas formas e posibilidades, entendiendo o arte como unha ferramenta social transformadora. Un proxecto que se move e que ten o seu punto de partida no rural gallego, máis concretamente en Os Blancos, Ourense.
https://espaciomatrioska.com/

MONA LISA

Francia

Mobilización nacional contra o illamento das persoas maiores
https://www.monalisa-asso.fr/

BOAS PRÁCTICAS VINCULADAS Á VIVENDA E A COMUNIDADE

ANCORADOIRO.

Vigo

Ancoradoiro é unha cooperativa de uso e consumo, que persigue construir unha edificación de uso residencial e social na que, mediante dereito de uso, pódase vivir e envellecer de xeito colaborativo.
https://www.ancoradoiro.org/es/home/

OUTRA FORMA DE VIVENDA

A Coruña

Proxecto de vivendas accesibles, comunitarias e sostibles na Coruña
http://outraformadevivenda.org

LA ESCALERA

Madrid

Proxecto de recuperación de vínculos e coidados entre veciños/as nun mesmo edificio
https://indaga.org/la-escalera-construir-comunidad-vecinos-madrd/

COBIZI

Bizkaia

Conectan a personas afines pola sua situación, vivencias, economía, personalidade, etc...co fin de crear un fogar. Deste xeito redúcense os gastos xerais dunha vivenda e axudan a paliar a soidade.
https://cobizi.com/como-funciona/

MOVICOMA

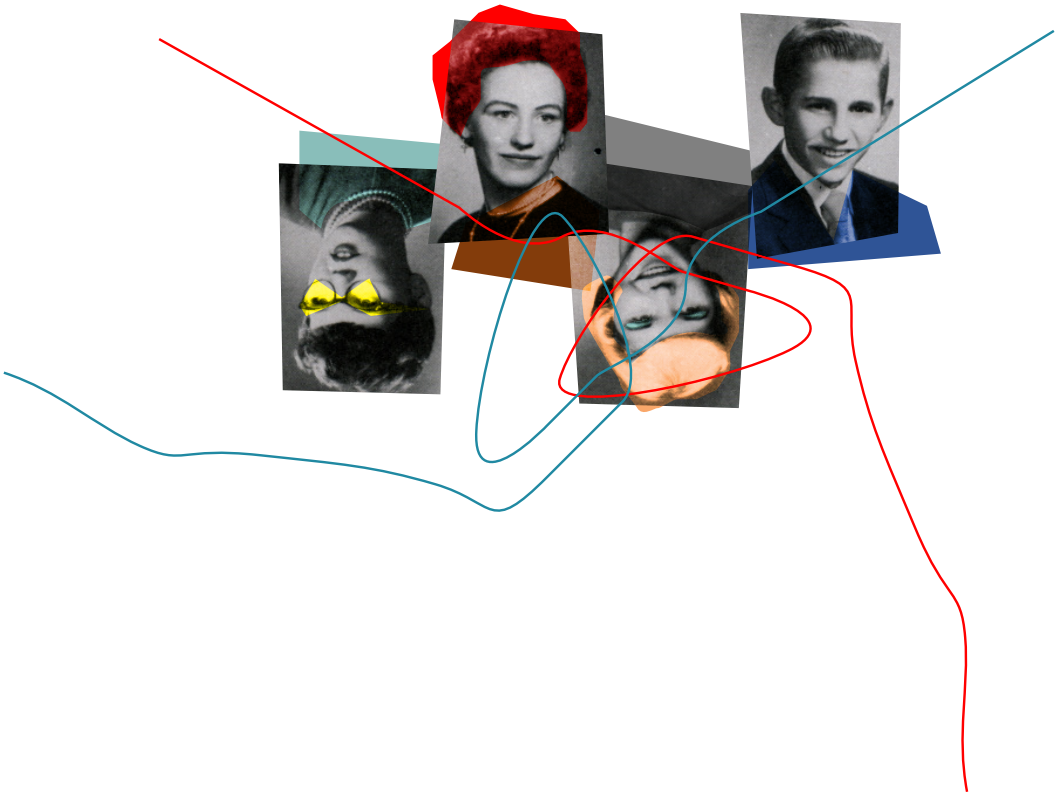
Barcelona

A Universitat Oberta de Catalunya está a realizar un proxecto de investigación sobre o cohousing en España. O obxectivo é identificar os factores que inciden no xurdimento e desenvolvemento, expansión e consolidación da vivenda colaborativa para a terceira idade, para poder avaliar despois o impacto psicosocial nas persoas.
http://movicoma.blogs.uoc.edu/

ECOHOUSING

Por diferentes CCAA en España. En Galicia, non ten representación.

É un tipo de comunidade cohesionada formada polas vivendas privadas e unha dotación importante de servizos comuns. Está xestionada polos seus residentes, segundo o modelo que eles mesmos deciden, o que lles permite definir o proxecto segundo as súas necesidades específicas reais. Para conseguir un coste moderado das vivendas, aún contando normalmente con equipamento completo, reducen a superficie habitual para dedicala aos espazos comúns.
http://ecohousing.es/trabensol-en-tedxmadrid-con-jaime-moreno-monjas



BOAS PRÁCTICAS VINCULADAS AO URBANISMO

SUPERMANZANAS

Barcelona, iniciadas nos barrios de San Antoni (2018) e Poble Nou (2016) no marco do Plan de mobilidade urbana 2013-2018.

Este proxecto recibiu en 2018 unha mención do Premio Europeo do Espazo Público Urbán. Este proxecto consiste en pechar ao tráfico 4 mazás adxacentes, co obxectivo de reducir a contaminación e acústica, e revitalizar o espazo público, incrementando as zonas verdes, areas de ocio gratuito, espazos culturais, ferias, mercados, etc.
https://ajuntament.barcelona.cat/superilles/es/

MARES

Madrid

MARES Madrid é un proxecto de transformación urbana a través da economía social e solidaria, que busca fomentar iniciativas productivas e cambiar a cidade de Madrid incidindo en cinco sectores: movilidade, alimentación, reciclaxe, enerxía e cuidados.
https://maresmadrid.es/

THE LONELINES LAB

Reino Unido

The Loneliness Lab é un colectivo global de persoas e organización coa misión de deseñar unha conexión cos lugares onde vivimos, traballamos e xogamos.
https://lonelinesslab.org

BOAS PRÁCTICAS NO RURAL

RED_MAY

España-Portugal. (POCTEP)

Rede de apoio e mantemento comunitario de persoas maiores no entorno rural mediante a tecnoloxía e e innovación

https://redmay.eu

emaús
FUNDACIÓN SOCIAL

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Inclusión Social

en colaboración con
Prôvivienda

AS TRENZAS DA LOLA