

# C

**INGENIERÍA DE VANGUARDIA PARA LAS OBRAS DEL HUA P5**

**EN EL NEOLÍTICO ALAVÉS YA HABÍA CLASES P18**

# Álava se hace mayor

**13.300 veteranos son usuarios de residencias o tienen apoyo, pero ¿es suficiente la red ante un futuro en el que el 30% de los alaveses superará los 65 años?**



ROSA CANCHO

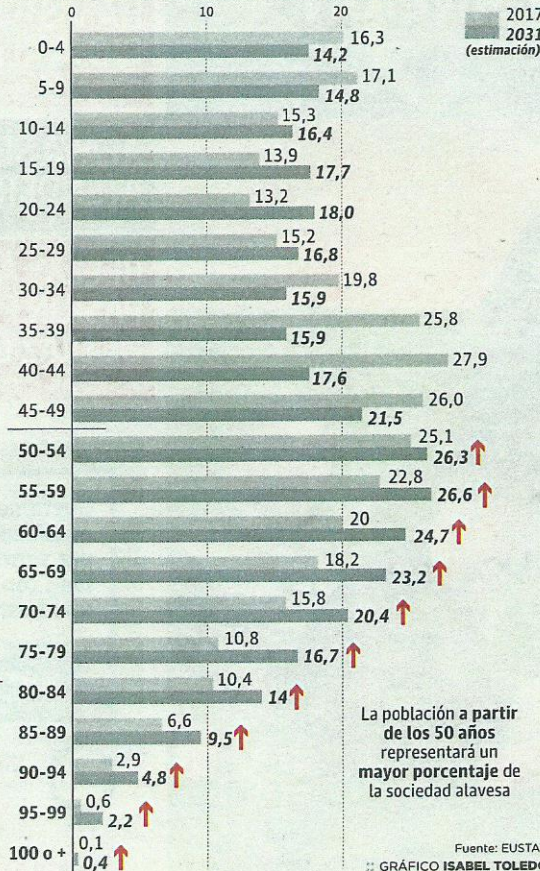
**E**l arranque de las obras de una gran residencia privada en el barrio vitoriano de San Martín y de otra en el edificio Bonilla de la capital alavesa han coincidido en el tiempo con el anuncio por parte del diputado general de la construcción de un nuevo geriátrico foral de tamaño y ubicación inciertos. A finales de diciembre, y según la memoria de servicios sociales de la Diputación, estaban en proyecto otras cinco residencias en Álava (sin contar las dos primeras). ¿Hay algún vacío en el mapa asistencial de la Tercera Edad en el que la empresa privada ve oportunidad de mercado?

Las redes pública y privada de residencias y viviendas comunitarias suman en el territorio 2.862 plazas a las que se van a agregar 231 de siete nuevos proyectos particulares. La lista de espera para entrar en un centro público es de 255 personas. A estas hay que añadir otras 446 que aún no tienen un grado alto de dependencia o que sí lo tienen y perciben ayuda económica para residir en un centro privado. Además, están las 230 plazas concertadas que la Diputación abona a geriátricos de gestión privada. Y sí, esto va a más.

La gran mayoría de los usuarios de estos centros supera los 80 años y

## Población en Álava

Año 2017 y estimación en 2031 por grupos de edad, en miles



presenta un importante deterioro físico y cognitivo. Son los más mayores de esa Tercera Edad alavesa que ya ha invertido la pirámide poblacional. El grupo que va de los más de 64 años hasta pasados los 100 –en el territorio más de 230 personas han superado el siglo– constituye ya el 19,8% de la población, cifrada en 322.335 habitantes. Pero son pocos para los que van a ser en 2031 si se cumplen las proyecciones del Eustat. En sólo 14 años, dicen los analistas, uno de cada tres pertenecerá al club de la edad de oro.

### Recursos en marcha

A los más ‘jóvenes’, hasta los 70 años, este tsunami demográfico les va a pillar trabajando por el retraso de la edad de jubilación. Al resto, si sus huesos lo permiten, en un curso, en un viaje del Imsero, practicando tai-chi o de paseo con los nietos. Una parte de la Tercera Edad se siente veterana y la otra anciana. La primera practica el envejecimiento activo, recomendado por los médicos como la mejor pastilla y cada vez más presente en la agenda institucional. La segunda lucha contra la discapacidad y la soledad.

Responsables de políticas sociales públicas, geriatras y agentes sociales coinciden en defender que lo mejor para un mayor es seguir ligado a su

entorno. Para auxiliar en sus casas a quienes más problemas tienen existen la teleasistencia (BetION o telealarma), la ayuda a domicilio (SAD) y servicios como los comedores de mayores, centros de día o centros socio-culturales. En Álava, 5.606 personas mayores duermen con su medalla de socorro. El Gobierno vasco con BetION moviliza a familiares y ambulancias cada vez que salta una alarma. Pero, además, los técnicos llaman a los ancianos, les preguntan qué tal les va, les felicitan los cumpleaños, les recuerdan que beban agua...

Y están también las personas que les ayudan a domicilio (SAD) con la limpieza de la casa, la higiene o las compras. El Ayuntamiento y la Diputación alavesa están ahora en fase de reasignación de competencias y ajustes. El primero se vuelca en las personas más autónomas o con dependencia de grado 1 y el instituto foral gestiona los casos más graves. El Consistorio controla la ayuda a domicilio de un millar de vitorianos y la Diputación da cobertura en sus casas a otros 1.500 alaveses.

Una atención más completa se ofrece en los centros de día, con apenas 200 plazas en toda la provincia, la mayor parte en Vitoria, y en los apartamentos tutelados públicos, un tipo de recurso que desaparecerá para dejar paso a viviendas comunitarias pre-

### LAS FRASES

**Marian Olabarrieta**  
Diputada de Servicios Sociales  
«El problema del envejecimiento debe ser objeto de una reflexión profunda como sociedad»

**Pedro Churruga**  
Por una vida digna  
«Los mayores alaveses desconocen qué derechos tienen y cómo solicitar ayuda»

**Elvira González**  
Forúm 50-70  
«Nos preocupa la soledad, la enfermedad y la incapacidad y la dificultad para acceder a servicios»



Un grupo de personas mayores practica ejercicio dirigidos por un monitor en uno de los parques de salud de Vitoria. ■ JESÚS ANDRADE

**EN SU CONTEXTO**

**776**

plazas tiene la Diputación en 10 residencias. Además, concierta otras 230 en centros privados. Tiene 234 plazas de centros de día

y 75 en 7 viviendas comunitarias. Gestiona la ayuda a domicilio de 1.542 usuarios. Anuncia una nueva residencia pública sin concreto espacio ni lugar.

**Red municipal**  
El Ayuntamiento de Vitoria dirige

cuatro residencias con 274 plazas y tiene siete centros de día con 171 usuarios. En sus apartamentos tutelados viven 231 personas y da de comer a 488 mayores en su red de 10 comedores. También cuenta con 15 centros socioculturales y ocho parques de salud. Gestiona

el SAD de 981 mayores.

**5.606**

alaveses tienen teleasistencia (Be-tiON).

**Red privada**

33 residencias suman 1.418 plazas, a las que se añaden 319 más de 28 pisos comunitarios, 897 de 10 apartamentos tutelados y 99 de 4 centros de día. Hay siete residencias en proyecto (6 en Vitoria).

paradas para personas con dependencia. Completan la red los comedores, la comida a domicilio y los clubes. 13.300 mayores, uno de cada cinco, vigilados.

El concejal de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Vitoria, el socialista Peio López de Munain, cree que la red municipal de atención al mayor cumple su papel, aunque si ve la necesidad de contar con recursos para emergencias o necesidades puntuales. «Por ejemplo, para atender a una persona mayor que vive sola y que durante un tiempo va a estar sin ascensor en casa por obras». El futuro, a su juicio, pasa por mantenerlo en su casa, en su barrio, rodeado de sus amistades y recuerda que en esa línea van servicios como los de los centros socioculturales de mayores «que ofrecen la oportunidad de relacionarse y participar con sus servicios» y programas como el de itinerarios seguros. «Son recursos que prestan apoyo a las personas mayores trabajando su autonomía».

Su homóloga en la Diputación, Marian Olabarrieta (PNV), asume que la actual red asistencial pública es insuficiente «ya que a día de hoy tenemos lista de espera de personas mayores dependientes para acceder a residencias». Apuesta por nuevos centros públicos y también por la «colaboración público-privada». Los ma-

yores más frágiles son su prioridad, pero también aboga por los que pueden vivir en su domicilio con ayuda. Para Olabarrieta, el problema del envejecimiento tiene que ser objeto de «una reflexión profunda como sociedad» que debe repensar no sólo sus servicios sociales, también las políticas de natalidad, los salarios, las cotizaciones, el empleo y la política fiscal. «Está por ver si el crecimiento imparable del gasto social en el ámbito de la dependencia y las personas mayores va a seguir siendo asumible a largo plazo» por los presupuestos de las instituciones, señala.

**Los peros de los protagonistas**

Otros peros los ponen los protagonistas de toda esta historia. Los mayores y quienes trabajan con ellos. El espíritu de ayudar y hacer de esta una sociedad mejor es que ha llevado a la asociación vitoriana 'Por una vida digna' a liarse la manta a la cabeza y elaborar una 'Guía de la discapacidad'. El grupo surgió hace dos años para defender los derechos de los más vulnerables, en especial los de la Tercera Edad. Pedro Churruca ha coordinado la elaboración de un librito que pretende dejar bien claro cómo se accede a ayudas y recursos. «No saben qué derechos tienen», reivindica. Quienes superan los 70 a veces no tienen internet, ni móviles 4G y en

ocasiones ni siquiera familiares que les orienten. El farragoso lenguaje administrativo no ayuda. Y luego están los «tiempos de espera», denuncia. «Las valoraciones se demoran, quizá por falta de personal especializado», reflexiona Churruca. Las urgencias son difíciles de gestionar, por ejemplo, cuando una persona sale del hospital. Y la ayuda a domicilio, a juicio del colectivo, «cubre pocas horas».

Elvira González, de Fórum 50-70, también se hace las mismas reflexiones. El grupo al que pertenece nació en los 80 en el seno de los grupos de Cáritas de la zona sur de Vitoria para dar respuesta a las inquietudes de vecinos jubilados que se negaban a quedarse en casa. Son 130 socios y, además de talleres, organizan cada año un ciclo de 20 conferencias. A González, como a otros socios, les preocupa «la soledad, la enfermedad y la incapacidad» en los mayores. «Les cuesta acceder a los servicios. Es difícil el lenguaje, la documentación que piden... Y no todo el mundo cuenta con alguien que le pueda acompañar. Y luego la respuesta tarda en llegar, se hace larga», explica Elvira González. Trabaja junto al centro de salud, el centro cívico Hegoaide, el centro de mayores y otros en la red de apoyo que se está creando en Olánzu. Ya prepara talleres sobre alimentación saludable y paseos en grupo.

«Son necesarias unidades de recuperación funcional»

**Iñaki Artaza Geriatra**

■ R. C.

**VITORIA.** El vitoriano Iñaki Artaza, presidente de la Fundación Envejecimiento y Salud de la Sociedad Española de Geriatría y Gerontología, sabe mucho de mayores. A diario los ve en su consulta. «Cada vez son más los muy mayores. El grupo de los de más de 80 se ha quintuplicado y lo que nos preocupa es vivir los últimos años libres de dependencia y de deterioro cognitivo».

«No vale con jubilarse y empezar a dejar de fumar, a controlar el colesterol...», dice. Pero habla de más cosas. «De ciudades amigables sin barreras. Con comercios en el centro y no sólo hipermercados en las afueras». Y más importante aún: «Los gerontólogos abogamos por la detección precoz de la fragilidad». Sólo los especialistas en tratar con los más veteranos van a notar cuándo algo empieza a torcerse. Observan la ve-

locidad de la marcha, el equilibrio, su orientación, detectan si se alimentan mal, si están solos... «Y eso cuando es reversible, retrasa la aparición de la dependencia».

Los gerontólogos son defensores de las «unidades de recuperación funcional», un servicio a camino entre lo sanitario y lo social al que pueda acudir una persona que tras su paso por un hospital no sale en condiciones de volver a casa y necesita tiempo. «Se pierde mucha masa muscular tras 15 días ingresado por una neumonía», pone de ejemplo.

Y luchan también por que haya especialistas en gerontología en residencias y hospitales y para que se forme a personal sanitario en cuidados al mayor. «Se evitarían ingresos en hospital», asegura. «Muchas veces toman medicamentos contradictorios y con quitar alguno ya se gana en calidad de vida».



## «Uno no puede quedarse al libre albedrío y esperar»

**Daniel Fernández**  
71 años

El presidente del Banco de Alimentos saca además tiempo para natación, bici, gimnasia de mantenimiento y sus tres nietas

■ R. CANCHO

**VITORIA.** Daniel Fernández es muy conocido en Vitoria por sus 37 años como profesor y director en San Viator. Aguantó hasta los 65 al pie de la pizarra, pero conforme llegaba la hora de ingresar en el club de la edad de oro le roía una inquietud. «Yo quería dedicarme a la gente más necesitada y un año antes ya anduve mirando dónde podría encajar». Colaboró con Berakah, Cruz Roja y Cáritas hasta que hace ya seis años, nada más colgar la bata de maestro entró a echar una mano en el Banco de Alimentos. Llegó en un momento en que aquello arrancaba, había elecciones y el presidente saliente le propuso. En menos que canta un gallo se encontró al frente de la ONG. «Fueron comienzos muy duros, porque había mucha necesidad y pocos voluntarios, pero poco a poco fueron entrando personas muy cualificadas y ahora podemos funcionar con equipos», señala.

Hoy dirige a un equipo de medio centenar de voluntarios que logra distribuir alimentos a 7.500 alaveses que lo están pasando muy mal. A ello se entrega cada día desde las nueve y media de la mañana. Cuando llega a las instalaciones del banco en Jándiz ya ha hecho su hora de natación. La tarde se la dedica a la familia: a su esposa, a sus hijos, a sus nietas Nahia, June y Ane... Y a gimnasia de mantenimiento y bicicleta. «Cuando llega una edad no se puede dejarlo todo al libre albedrío y sentarse a esperar. Parece que como persona te falta algo. Estar en activo enriquece mucho. Me siento querido, valorado, estoy a gusto».

Daniel Fernández, con 71 años, conoce a poca gente de su edad que se apoltrone. «Se dan cuenta de que tienen que esta en activo y hay mu-

cho donde elegir». Cita las escuelas de mayores, los centros, las actividades deportivas, las charlas y conferencias, las exposiciones, los viajes...

A él y a su compañera de fatigas les gusta «ir al teatro, leer mucho y viajar porque antes no podíamos». También de vez en cuando les da para reflexionar sobre su futuro. «Es verdad que pienso qué va a ser de mí cuando ya no me responda el cuerpo. Tengo claro que cuando necesite ayuda no quiero ser una carga para nadie».

**PROTAGONISTAS**

**Daniel Fernández**

«Tengo claro que cuando necesite ayuda no quiero ser una carga»

**Andrés Sánchez**

«Quiero seguir teniendo una vida autónoma lo máximo posible»

## «Es una etapa de la vida que puede ser más interesante»

**Andrés Sánchez**  
73 años

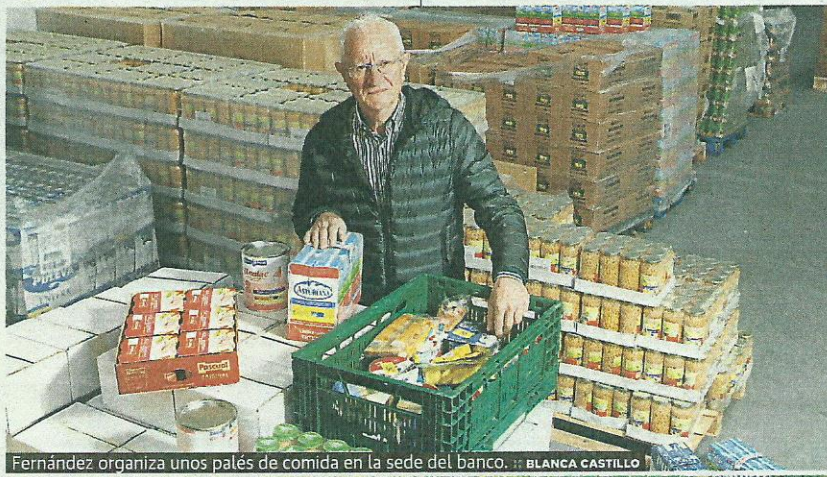
No dejó de estar ligado al atletismo ni en su etapa como concejal del PSE, ahora no corre pero se hace 18.000 kilómetros en bici al año

■ R. CANCHO

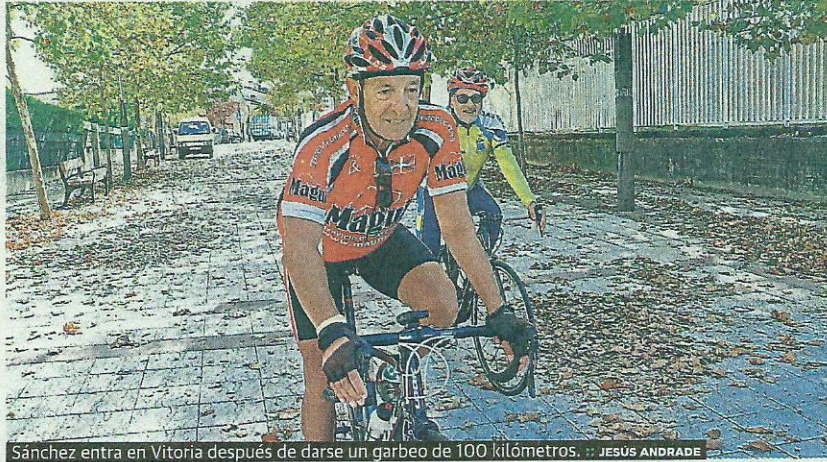
**VITORIA.** Atiende a esta redactora durante un alto en el camino. Su grupo de la peña ciclista Foronda-Michelin ha quedado para ejercitar piernas y meterse unos 105 kilómetros de nada entre pecho y espalda. Cinco horas de rule a dos ruedas. Y así cuatro días a la semana. Unos 18.000 kilómetros al año, calcula Andrés Sánchez. Tiene 73 años. El exmaestro, exconcejal del PSE, ex-presidente y exvicepresidente de federaciones de atletismo, fútbol, lucha y alguna más ha parado a reponer fuerzas en Salvatierra y tiene más brío en la voz que la que escribe este reportaje sentado. Es el exponente del envejecimiento activo. Se jubiló con 60 años y desde entonces no ha parado, explica. «Ves que estás ante otra etapa de la vida que puede ser más interesante que la laboral», indica.

Dicho y hecho. No ha perdido el tiempo. Tras dejar su cargo como director en el desaparecido centro Pedro Anitua, se inscribió en cursos de pintura en Artes y Oficios. «Retomé una afición que tuve que dejar por falta de tiempo y por el barullo que era ser concejal y todo eso», recuerda. Aunque se apartó de los pinceles, mantuvo su relación con el deporte de base durante su vida en activo. Siguió al frente de federaciones de atletismo y ahora es el presidente de la Asociación de Federaciones Deportivas de Álava y a la sazón maestro de entrenadores de fútbol. ¿Se puede estirar más el día? Durante un tiempo se preparó para correr e hizo su última media maratón hace diez años.

Aunque él nació «en los años del hambre» no los sufrió como sus mayores, explica. Andrés Sánchez cree que la suya es una generación «más privilegiada» que la de sus padres porque llega a la jubilación en un estado de salud mucho mejor «y somos más conscientes a la hora de cuidarnos», indica. Tiene un nieto de su hijo Iván, el campeón alavés de atletismo, al que le gusta mirar. «Los disfrutamos, pero no estamos esclavizados como otros abuelos que tienen que llevarles al cole, darles la comida y luego quedárselos en casa para que los hijos se vaya de cena». Sólo le pide una cosa al futuro que le espera. «Seguir teniendo una vida autónoma lo máximo posible».



Fernández organiza unos palés de comida en la sede del banco. ■ BLANCA CASTILLO



Sánchez entra en Vitoria después de darse un garbeo de 100 kilómetros. ■ JESÚS ANDRADE

## Catorce ayuntamientos alaveses forman parte de la red Lagunkoia o amigable

Los itinerarios seguros de El Pilar y Landáuzuri en Vitoria echan a andar los días 15 y 16 de noviembre

■ R. C.

**VITORIA.** La red Euskadi Lagunkoia se basa en un programa de la Organización Mundial de la Salud que busca explotar todo el potencial y sabiduría de los más veteranos para diseñar su pueblo o su ciudad. Catorce ayuntamientos alaveses -Vitoria,

Alegría-Dulantzi, Iruña de Oca, Amurrio, Añana, Kuartango, Lantarón, Armiñón, Berantevilla, Ribera Alta, Campezo, Valdegovía, Zambrana, Araia-Maetzú -forman parte de este grupo impulsado por el Departamento vasco Políticas Sociales y que cuenta ya con 51 miembros.

En esa red 'amigable', detalla la viceconsejera de Políticas Sociales, Lide Amilibia, los mayores son «protagonistas de un proceso de generación de bienestar que va a revertir en nuestra vida cotidiana, que va a reclamar una recuperación más racional de los espacios públicos, de las relaciones entre los ciudadanos y de las transferencias de cuidados».

Cada ayuntamiento comprometido tiene que contar con su consejo antes de reformar una plaza céntrica, diseñar espacios comunitarios, o para programar actividades. En Vi-

toria, las personas mayores de El Pilar y Landáuzuri han colaborado en el diseño de itinerarios urbanos donde encontrarán entidades, comercios y otros establecimientos «dispuestos a prestarles ayuda», explica el concejal Peio López de Munain. La idea es «recuperar los barrios con identidad, en los que todo el mundo se conocía, saludaba y apoyaba». Se ha trabajado con una veintena de agentes y se han confeccionado señales y paneles informativos. Entran en funcionamiento los días 15 y 16 de noviembre.