



Facultad de
Ciencias Sociales
y del Trabajo
Universidad Zaragoza

PRÁCTICUM DE INVESTIGACIÓN

PERSONAS ADULTAS MAYORES EN SITUACIÓN DE SOLEDAD NO ELEGIDA
SISTEMATIZACIÓN Y EVALUACIÓN DE BUENAS PRÁCTICAS

OBSERVATORIO ARAGONÉS DE LA SOLEDAD



el Justicia de Aragón

Realizado por:

Susana Escartín Alonso

María Felipe Gil

María Laborda Sierra

Andrea Pellejero Traba

Khaira Rouaz Alonso

Elizabeth Villalba Peralta

Dirección:

Carmen Gallego Ranedo

“El secreto de una buena vejez, no es otra cosa que un pacto honrado con la soledad”

Gabriel García Márquez

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, nos gustaría agradecer a la directora del Prácticum de investigación, Carmen Gallego Ranedo, por haber sido tan constante con las correcciones, además de motivarnos aquellos días en los que pensábamos que nos estaba saliendo todo mal, intentando fortalecer nuestras capacidades para poder conseguir un buen resultado final.

También, a todos los profesionales del Justicia de Aragón y del Observatorio Aragonés de la Soledad, en especial a Andrés Esteban, Inés Gómez y Javier Hernández. Gracias por estar siempre dispuestos a ayudarnos, así como motivados a escuchar en todo momento nuestro progreso en el Prácticum.

Además de a la Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo de la Universidad de Zaragoza por ofrecernos la oportunidad de poder llevar a cabo un Prácticum de investigación en el que hemos podido desarrollar nuestras habilidades de investigación, de redacción, mejorando de manera continua y creciendo tanto educativa, profesional como personalmente.

Finalmente, nos gustaría agradecer a todas las personas de nuestro entorno que nos motivaron a escoger este tema, ya que si no hubiese sido por ellos tampoco estaríamos llevando a cabo este Prácticum de investigación.

RESUMEN

En el siguiente Prácticum de investigación se va a abordar el tema de la Soledad no deseada en personas mayores adultas de 65 años, focalizándose en la sistematización y evaluación de buenas prácticas, ya que es una realidad que cada vez afecta más a esta población.

Este trabajo se aborda desde la disciplina del Trabajo Social, ya que se considera esencial la intervención de estos profesionales para dar una solución o mejora eficaz, interviniendo en la Soledad no deseada que viven las personas adultas mayores.

Para ello, en primer lugar, se aborda la conceptualización e indagación de información sobre la Soledad no deseada, así como la sistematización y evaluación, desarrollando qué son, su relación con el Trabajo Social, además de la importancia que tiene su planteamiento.

Posteriormente, se ha llevado a cabo la categorización de buenas prácticas, así como la realización de una ficha técnica y de evaluación, tanto por parte de las personas usuarias como de los/as profesionales.

Para finalizar, se ha ejecutado un análisis de resultados con el objetivo de poder dar una última conclusión.

ABSTRACT

In the following research we will address the issue of unwanted loneliness in older adults aged 65, focusing on the systematization and evaluation of good practices, as it is a reality that increasingly affects this population.

This work is approached from the discipline of Social Work, as the intervention of these professionals is considered essential to provide an effective solution or improvement, intervening in the unwanted loneliness experienced by older adults.

To this end, firstly, the conceptualisation and investigation of information on unwanted loneliness is addressed, as well as the systematization and evaluation, developing what they are, their relationship with Social Work, as well as the importance of their approach.

Subsequently, the categorisation of good practices was carried out, as well as the creation of a technical and evaluation sheet, both by users and professionals.

Finally, an analysis of the results was carried out in order to reach a final conclusion.

ÍNDICE

1.Introducción	82. Objetivos
	12
3. Metodología	13
4. Ámbito de Investigación	15
5. Fundamentación teórica	16
5.1.1 Concepto de Soledad no deseada	18
5.1.2 Tipos de Soledad no deseada	19
5.1.3. Causas y consecuencias de la Soledad no deseada en personas adultas mayores	20
5.1.4. Datos estadísticos sobre la soledad. Perspectiva de género y personas mayores extranjera	22
5.1.5 Recursos	26
5.2 Sistematización	27
5.2.1. Concepto de sistematización	27
5.2.2. Relación con Trabajo Social	28
5.2.3. Importancia de la sistematización	29
5.3 Evaluación	30
5.3.1. Concepto de evaluación.	30
5.3.2 Relación con el Trabajo Social	31
5.3.3. Importancia de la evaluación	32
5.4. Buenas prácticas para prevenir/atender los efectos de la soledad no deseada	33
5.4.1 Cómo realizar una sistematización de buenas prácticas	34
5.4.2. Cómo realizar una evaluación de buenas prácticas	36
5.4.3. Influencia de buenas prácticas	38
5.4.4. Características generales de buenas prácticas	39
6. Sistematización de buenas prácticas basadas en la Soledad no deseada de personas adultas mayores.	41
6.1. Justificación de la sistematización	42
6.1.2 Ficha técnica	45
7. Evaluación de las iniciativas relacionadas con la Soledad no deseada en personas mayores adultas	48

8. Análisis de resultados

59

9. Conclusiones

60Bibliografía

63Webgrafía

64ANEXOS

69

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Cambios en el sentimiento de soledad durante el confinamiento	11
Gráfico 2: Hogares unipersonales en el año 2020 - España	17
Gráfico 3: La población mayor de 65 años de origen extranjero residente en Aragón	24
Gráfico 4: Pasos a seguir para la realización de la sistematización de buenas prácticas	34
Gráfico 5: Sistematización de buenas prácticas de la Soledad no deseada	40

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Número (en miles) de personas que vivían solas en 2020 en España	21
Tabla 2: Personas mayores en Aragón (2021)	22
Tabla 3: Objetivos de las diferentes categorías de las iniciativas relacionadas con la Soledad no deseada en personas mayores adultas	45

Palabras clave

Soledad no deseada, sistematización, evaluación, buenas prácticas, personas adultas mayores, entidades, Covid-19.

Key words:

Unwanted loneliness, systematization, evaluation, good practices, older adults, entities, Covid-19.

1.Introducción

Con el trabajo desarrollado, se pretende llevar a cabo una sistematización y evaluación de buenas prácticas relacionadas con la Soledad no deseada en personas mayores adultas, como parte de una metodología propia del trabajo social, basándose en un Prácticum de Investigación ya realizado previamente en el año 2020-2021 que aborda este tema (Avellaneda, M. et al., 2020/2021).

Esta investigación es demandada por El Justicia de Aragón a la Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo de la Universidad de Zaragoza, en concreto al grado de Trabajo Social en la asignatura Prácticum de Investigación, siendo fundamental para el desarrollo, así como para la evaluación de competencias.

Las prácticas llevadas a cabo son realizadas a través de la colaboración en proyectos de investigación dirigidos por profesores/as de la Facultad, teniendo como objetivo principal acercar la investigación social real a las/os estudiantes, en este caso al alumnado, que cursa el grado de Trabajo Social.

Como mencionan Esteban, E. y Del Olmo, N. (2021), cabe recalcar, que, aunque este tipo de investigación en la actualidad está más desarrollado que en un pasado, hoy en día se siguen teniendo como referencia las aportaciones de Mary Richmond, quien encabezó esta función exploratoria, con la finalidad de ayudar a individuos y familias. Esta tarea investigativa del Trabajo Social fue impulsada por la preocupación de sistematizar, ya que *“sin investigación social no es posible realizar Trabajo Social”* (Acero, 1988, p. 35).

En la actualidad, esta profesión no sólo se orienta hacia la ayuda de individuos y familias, sino que, además, se tiene como objetivo, según algunos autores como Caparrós, Carbonero y Raya (2017), el estudio de *“una situación concreta; el de la evaluación, el de valorar el grado de cumplimiento de los planteamientos del proyecto y la sistematización describe, ordena y reflexiona analíticamente el desarrollo de una experiencia práctica”* (Morgan y Quiroz, 1988, p.3).

Siguiendo en la línea de la importancia que tiene la investigación en Trabajo Social, se considera primordial remarcar que, para poder intervenir y realizar unas buenas prácticas, es necesario conocer la realidad en la que se vive. Para ello es importante efectuar investigaciones sociales con la finalidad de conocer de primera mano las necesidades, así como las diferentes situaciones que se dan en la sociedad y tras esto, poder abordarlas.

El estudio específico que demanda el Justicia de Aragón acerca de la Soledad no deseada consiste en la realización de una sistematización, categorización y evaluación de las buenas prácticas, recogidas por el Observatorio Aragonés de la Soledad. Esta situación de aislamiento se caracteriza por la sensación de estar y/o sentirse solo/a y no querer estarlo, teniendo la percepción de no tener alguien con quien relacionarse de su entorno.

La institución que realiza la petición es un órgano de diagnóstico centrado en la Comunidad Autónoma de Aragón, siendo un referente en el análisis de la Soledad no elegida de personas adultas mayores.

Dentro de esta institución se ha creado el Observatorio Aragonés de la Soledad. En la entrevista realizada a la trabajadora social y al asesor de Menores y Mayores del Justicia de Aragón, se comunicó que este observatorio comenzó con una mesa de trabajo, pero que, a partir del fallecimiento de dos personas en sus domicilios en situación de Soledad no deseada, se puso en marcha el Observatorio Aragonés de la Soledad.

En la entrevista también se expuso que “una de las competencias del Justicia es defender el derecho de los ciudadanos de una manera amplia, luego posteriormente cada justicia lleva a cabo una línea”. En este caso, una de ellas, con las que se ha trabajado en esta investigación, es la Soledad no deseada en personas mayores adultas.

Así mismo, esta investigación tiene como finalidad ofrecer a entidades, organizaciones, asociaciones, instituciones, corporaciones y administraciones delimitadas en este ámbito territorial un “libro blanco” que sirva de apoyo. Concretamente, este se focaliza en formular una sistematización de buenas prácticas para la promoción del cambio, difundiendo los resultados y lecciones aprendidas para aquellos colectivos que lo necesiten, es decir, sirviendo como un instrumento de trabajo para profesionales que tengan que abordarla.

Además, se pretende que el Catálogo elaborado sirva como puerta de entrada para entidades, organizaciones, asociaciones, instituciones, corporaciones y administraciones, entre otras, que se dedican a abordar el tema de la soledad no deseada en personas adultas mayores, poniendo en valor lo llevado a cabo a través de una sistematización, validación y continuidad en el tiempo. Este Catálogo de buenas prácticas tiene también la finalidad de poder ser replicado tanto en el ámbito local, comarcal, regional y estatal.

La importancia de su abordaje se debe a que categorizar y conocer de manera más concreta los diferentes casos de soledad, sirve para, posteriormente, proporcionar una mejor atención y apoyo a las personas adultas mayores que lo necesiten o requieran.

Además, la evaluación es de gran importancia ya que, mediante la observación de resultados, se pueden ofrecer intervenciones de calidad, eliminando y/o corrigiendo las que no se adecuan a las diferentes situaciones. Esta se ha desarrollado mediante la realización de un modelo de ficha de recogida de datos homogénea, de tal manera que permita sistematizar la experiencia y ser susceptible de ponerla en práctica en diferentes contextos. Así mismo, se establecerán mecanismos de evaluación de las diferentes iniciativas, permitiendo una revisión y actualización de estas.

Por otro lado, también cabe destacar el impacto que ha tenido la Covid-19 en la Soledad no deseada, ya que durante el periodo de confinamiento gran parte de la sociedad y, especialmente, las personas adultas mayores, se han sentido aisladas, han reducido sus contactos sociales y han percibido que se estaba deteriorando su salud.

Esta situación de vulnerabilidad social se ha visibilizado en mayor medida a raíz de la pandemia producida por el virus Covid-19; puesto que se han reconocido socialmente muchas de las dificultades que tienen el conjunto poblacional formado por personas adultas mayores para desarrollar ciertas actividades necesarias para la vida diaria. En relación con la soledad; aquellas personas que vivían en un hogar unipersonal, sin familia y sin contactos cercanos, no podían acceder a servicios como tiendas de alimentación sin poner en riesgo su salud, o simplemente, no podían realizar actividades que favorecen la socialización, mermando de tal manera su bienestar emocional y psicológico.

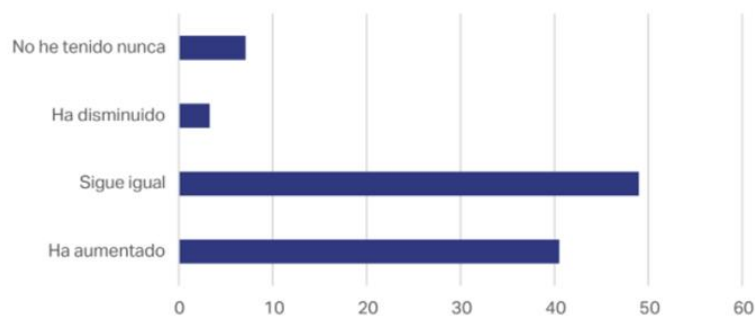
Además, a raíz de esta problemática han surgido nuevas iniciativas para poder atender las necesidades de las personas mayores adultas que se encontraban solas en los domicilios, como por ejemplo los/as vecinos/as que realizaban la compra a este colectivo de la población. Es decir, debido a la situación de la pandemia, además de reconocerse las dificultades de las personas mayores adultas, se han diseñado diferentes estrategias para combatirla.

El Observatorio de la Soledad de Amigos de los Mayores realizó una encuesta para conocer la situación y los efectos que estaba teniendo en las personas adultas mayores. Tal y como se puede ver en el siguiente gráfico, alrededor de un 40% de los/as encuestados/as afirma que durante el confinamiento su sentimiento de soledad aumentó y un 50% asegura que su sentimiento sigue igual.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que reconocer este hecho puede ser difícil porque pueden aparecer sentimientos de vergüenza o culpa. Por ello, el Observatorio de la Soledad, trata de detectar este fenómeno para ayudar a que las personas expresen cómo se sienten verdaderamente.

Gráfico 1

Cambios en el sentimiento de soledad durante el confinamiento



Fuente: Observatorio de la Soledad- Fundación Amigos de los Mayores, 2020.

Además, entre las personas que afirmaron que su sentimiento de soledad había aumentado, casi la mitad de estas lo relaciona con el hecho de no haber podido salir a la calle y no haber podido mantener relaciones sociales. Por consiguiente, un 21% asocia su sentimiento de soledad con los de tristeza, vacío y angustia causados por la Covid-19.

Por otro lado, el cambio de rutinas y de modo de vida también ha influido significativamente en el agravamiento del sentimiento de soledad, ya que han dejado de salir a hacer la compra y de realizar actividades sociales y de ocio en el barrio, como ir al centro de mayores o al gimnasio, lo que ha provocado sentimientos de nostalgia. Un testimonio de una mujer de 92 años decía: “Tenía una vida muy bonita, hacía muchas cosas: iba a la piscina, salía a caminar, etc. El confinamiento me ha prohibido hacerlo todo, ahora poco a poco estoy volviendo a la normalidad.”

También las personas expresan que echan de menos el contacto personal y la compañía y les gustaría volver a mantener relaciones familiares, ya que, debido a la limitación de libertad, decisión y la imposibilidad de acceso a los servicios sociales o de salud ante la que se encontraba la población, se sentían en una situación de vulnerabilidad.

Así mismo, un alto porcentaje considera que las personas mayores han sufrido una discriminación causada por un sentimiento general de abandono y piensan que no han recibido la atención que necesitaban, lo que ha hecho que aumente su vulnerabilidad y miedo, especialmente ante el contagio, a salir a la calle y a morir en soledad. Esto último se puede contemplar en un testimonio de una mujer de 91 años que se expresaba así: “La muerte no me da miedo, pero sí el hecho de morirme y que mi familia no pueda estar presente debido al confinamiento y a las medidas de seguridad” (Sala, E. y Martínez, R., 2020).

Por tanto, este proyecto de investigación va a permitir diseñar metodológicamente los objetivos que se proponen a continuación, y establecer un modelo de evaluación.

2. Objetivos

El objetivo general de esta investigación es elaborar un método para sistematizar la información de las buenas prácticas en la atención y prevención de las personas que viven en Soledad no deseada, así como establecer un método para evaluarlas, de manera que queden organizadas, y permita mejorar o eliminar aquellas que así lo requieran.

Los objetivos específicos son:

- Clasificar las buenas prácticas recogidas por el Observatorio de la Soledad, en función de demandas concretas.
- Categorizar los tipos de perfiles de personas adultas mayores que se encuentran en situación de Soledad no deseada.
- Elaborar una ficha tipo con la finalidad de clasificar todas las experiencias existentes, así como las futuras según la previa categorización.
- Establecer mecanismos de evaluación de las iniciativas, que permita una revisión y actualización periódica.

Como conclusión, para que esta investigación sea fructífera se deben cumplir los objetivos establecidos anteriormente, de forma que se produzca un acercamiento total a la finalidad deseada. Para poder alcanzar las metas mencionadas se ha establecido una metodología para llevarla a cabo.

3. Metodología

Atendiendo a las especificidades del proyecto, se ha realizado una investigación social, ya que esta permite atender realidades concretas como es el caso de la Soledad no elegida en personas adultas mayores.

Para poder abordar esta cuestión, se han llevado a cabo diferentes actividades que se pueden diferenciar; elaborar un proyecto de investigación, recoger y analizar los datos que se han obtenido con el proyecto previo y comunicar los resultados a través de un informe. Posteriormente se han creado las categorías para la sistematización, una ficha para recoger las diferentes iniciativas y las fichas de evaluación.

El plan de trabajo mencionado anteriormente se realizará a través del Diagrama de Gantt. En este se reflejan las tareas, desarrolladas semanalmente, teniendo en cuenta que algunas pueden coincidir en el tiempo. Esta organización, ha sido basada en los plazos otorgados por la directora del Prácticum, además por cómo las alumnas ven que evoluciona la investigación (Ver Anexo 1).

La investigación se ha realizado mediante una metodología cualitativa. Esta profundiza en las diferentes situaciones, es decir, las analiza desde el entorno que rodea a la persona y cómo este le influye. Esta metodología se utiliza para conocer mejor el punto de vista de las personas a las que se investiga, además de sus experiencias y opiniones (Guerrero, M., 2016).

Las técnicas cualitativas que se van a utilizar para la recogida y el análisis de la información se han desarrollado para la recopilación de datos no numéricos, extrayendo los datos principalmente de entrevistas, técnicas de observación y análisis secundario de los documentos ya existentes.

Esta investigación se ha llevado a cabo mediante el método inductivo. Este crea leyes a partir de hechos observados, sacando así conclusiones mediante pruebas lógicas, es decir, está encaminado al descubrimiento antes que a la comprobación o verificación (Behar, D., 2008). De esta manera se permite llegar a una conclusión general partiendo de una premisa particular como lo es la soledad no deseada.

Para llevarla a cabo, se ha procedido a una recogida de información de tipo documental, a raíz de fuentes de información mixta.

En primer lugar, fuentes secundarias, con la finalidad de recopilar y seleccionar información procedente de informes y estudios, entre otros. Según González, B. (1996) una investigación basada

en datos secundarios está formada por información existente y disponible sin ningún tipo de aspecto peyorativo, por lo que hay una necesidad de reforzar enfoques conceptuales, metodológicos y técnicos distintos a los clásicos.

En segundo lugar, cabe recalcar que, en menor medida, también se ha planteado una investigación primaria debido a que, pese a poder recabar información ya realizada, se han obtenido datos mediante entrevistas a otros/as profesionales.

Este tipo de *entrevista cualitativa*, como indica Corbetta, P. (2003), se define como una conversación provocada por el/la profesional dirigido a sujetos elegidos/as sobre la base de un plan de investigación que tiene una finalidad del tipo cognoscitivo sobre la base de un esquema flexible y no estandarizado de interrogación. Además, se caracteriza por ser semiestructurada, es decir, se ha guiado mediante una estructura de preguntas que van a poder ir variando.

Respecto a la metodología que se ha utilizado para realizar la evaluación, se ha considerado que, para obtener los resultados que persigue, debe aumentar la eficacia de los servicios e intervenciones, dando lugar a cambios o mejoras posibles que se perciban tras realizarla. Para ello, los/as trabajadores sociales utilizan modelos y técnicas de evaluación como parte de su ejercicio profesional (García, M., 2016).

Para realizar las fichas de evaluación se ha tenido en cuenta a todos los/as actores implicados en las buenas prácticas; la persona usuaria receptora y los/as trabajadores/as. También los diferentes momentos en los que se puede obtener información para observar el proceso de cambio al completo. Inicialmente se diseña una entrevista con la finalidad de obtener información para identificar si la persona se encuentra o no en situación de Soledad no deseada. Este primer cuestionario cuenta con 4 opciones de respuesta cuantificables; nunca, raramente, frecuentemente, siempre, y una alternativa que no es cuantificable, NS/NC.

De manera amplia, se considera también la necesidad de contar con una herramienta para valorar la actividad y la participación en la iniciativa, en esta segunda ficha se pregunta acerca de las expectativas y lo que finalmente se ha logrado, para ello se han empleado los siguientes indicadores: número de personas que se han apuntado, número de personas que han asistido, y cómo ha sido la participación, activa o pasiva, y también si ha sido mayor o menor de la que se esperaba.

Por otra parte, para que la persona usuaria pueda valorar la iniciativa, se diseña una tabla en la que se recogen aspectos significativos donde se recogen el progreso y el cambio que siente el/la

receptor/a, y que se mide con los siguientes parámetros cuantificables: negativa, intermedia, positiva, muy positiva; y la opción alternativa NS/NC.

Por último, con la finalidad de que el/la profesional evalúe la iniciativa, de manera genérica. No se centra en aspectos concretos de la persona, sino que comprende información relacionada con el cumplimiento de objetivos o si se evalúa periódicamente. Para esta herramienta se emplean diferentes tipos de respuestas: si/no; nunca, pocas veces, a veces, casi siempre, siempre; muy bajo, bajo, medio, alto, muy alto; ninguno, pocos, muchos, todos. Se han seleccionado en relación con la pregunta a la que se dé respuesta.

Así pues, la intervención se evalúa utilizando una metodología lo más cuantificable posible, puesto que esto permite establecer parámetros objetivos a la hora de recabar la información necesaria.

4. Ámbito de Investigación

La población objeto de estudio son las personas adultas mayores, en situación de Soledad no deseada, a partir de 65 años, focalizándose en un contexto geográfico de la Comunidad Autónoma de Aragón, teniendo en cuenta que existen diversos niveles de organización territorial, que son el autonómico, el comarcal, el provincial (Zaragoza, Huesca y Teruel) y el local. Se debe considerar la diferenciación entre el ámbito rural y el urbano. Así mismo, se orientará según el tipo de iniciativa, ya sea pública o privada, así como el Tercer Sector.

A pesar de que la investigación se centra en Aragón, hay que poner en valor que la pretensión es diseñar una ficha tipo que permita clasificar buenas prácticas, aplicable a intervenciones en el ámbito de las personas mayores en situación de Soledad no deseada, independientemente del área geográfica donde se lleven a cabo.

Conocer el estado de la cuestión sirve como guía para lograr recabar una mayor cantidad de información y, de esta manera, poder realizar una fundamentación teórica más completa y rigurosa, ayudando a conocer mejor la situación actual de la Soledad no deseada en personas adultas mayores.

5. Fundamentación teórica

Para la realización de esta investigación se ha desarrollado una fundamentación teórica con la finalidad de hacer “referencia a la teoría o teorías sociales en las que se apoya la investigación que nos proponemos realizar” (Montes, Á. y Montes, A. 2014, p.108).

Estos fundamentos son la base principal para clarificar el porqué de esta investigación, de la metodología utilizada, y de las teorías planteadas que pueden ampliar o corregir las propuestas realizadas, es decir, permite desarrollar una justificación basada en métodos científicos y con rigor investigativo.

Esta base teórica, se ha iniciado con el planteamiento de realizar una investigación sobre un tema concreto, continuando con la recogida de información relevante como son las publicaciones existentes escritas por otros/as autores/as, la búsqueda de evidencia teórica o bien, por el análisis de otros Prácticum de Investigación.

Es necesario que la fundamentación teórica planteada por el equipo investigador sea clara y concisa, usándose como referencia para toda la investigación desde su inicio hasta la conclusión final, aportando un análisis crítico y objetivo. Esto permite que goce de mayor validez y reconocimiento dentro del campo a desarrollar y que, como fin último, pueda servir en un futuro como referencia de nuevas investigaciones sobre el tema.

La recopilación de información se focaliza tanto en la sistematización y la evaluación de buenas prácticas, como en la realización de una conceptualización general del estado de la Soledad no deseada en personas adultas mayores.

Basándose en el tema que se ha desarrollado, la Soledad no deseada en las personas adultas mayores, se debe tener en cuenta que, debido al sobrevejecimiento de España, se prevé que esta situación continúe en aumento en los años venideros.

Es decir, tal y como expone (Yusta, R. 2019, p.3): “...de igual manera que está previsto un claro aumento del envejecimiento de la población, los casos de Soledad no deseada aumenten de forma equivalente y alcancemos una situación mucho más compleja que la que ya tenemos actualmente”.

La soledad es un hecho que está en constante evolución, viéndose influida por los acontecimientos que surgen en la sociedad, por ello, en la entrevista realizada a la trabajadora social y al asesor de Menores y Mayores de El Justicia de Aragón, se hizo referencia a la manera en la que ha afectado a esta situación el Covid-19. Ellos expusieron que:

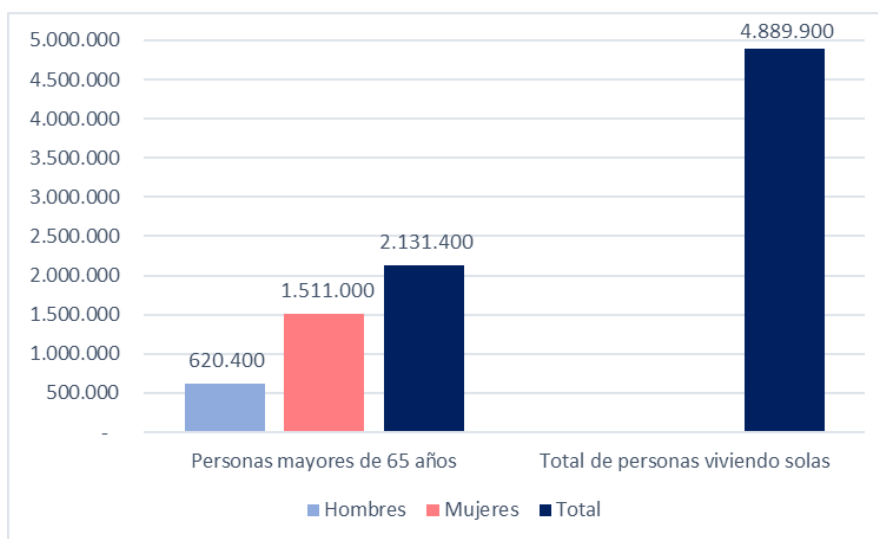
“Tras la pandemia: Personas que no tenían vínculos lo suficientemente fuertes pues tras la llegada de la pandemia, esto ha supuesto que dichos vínculos se rompan ya que anteriormente eran débiles. Desde el punto de vista del asesor de Menores y Mayores del Justicia de Aragón “la soledad se ha visto muy condicionada por la pandemia, pero no únicamente por el hecho del aislamiento si no por la falta de recursos públicos”.

Según los datos de la Encuesta de Hogares, en España había 4.849.900 personas viviendo solas en el año 2020. De esta cifra, 2.131.400 (un 43,6%) tenían 65 o más años. Y, de ellas, 1.511.000 (un 70,9%) eran mujeres (INE, Encuesta Continua de Hogares (ECH) - Año 2020).

Siguiendo con la población objeto de estudio, las personas adultas mayores de 65 años de edad, se puede indicar como la cifra de hogares unipersonales ha aumentado en comparación del último año, 2019 en un 6,1%.

Gráfico 2

Hogares unipersonales en el año 2020-España



Fuente: Encuesta continua de hogares (2020). Elaboración propia.

5.1 Soledad no deseada

5.1.1 Concepto de Soledad no deseada

El concepto de soledad es abordado desde diferentes disciplinas, teniendo en cuenta una gran variedad de consideraciones.

Desde un punto de vista objetivo, se ha seleccionado la definición de la Real Academia Española de la Lengua (RAE), en la que se define *soledad* como: “Carencia voluntaria o involuntaria de compañía” o “pesar y melancolía que se sienten por la ausencia, muerte o pérdida de alguien o algo”. Sin embargo, desde el ámbito de las ciencias sociales se ha abordado también el concepto de soledad desde una perspectiva subjetiva, es decir, teniendo en cuenta de esta manera la percepción de la propia persona.

Una definición de Soledad no deseada desde el ámbito de las ciencias sociales la otorga Weiss, R. (1983). Él expresa que la *soledad* es un “fenómeno natural, un sentimiento (personal), que puede surgir en ciertos momentos de la vida y que puede afectar a cualquier persona, independientemente de su género, edad u otra característica sociodemográfica” (Yusta, R. 2019, p.4). Como se observa, este autor va más allá de la definición genérica descrita anteriormente, ya que describe la soledad como un fenómeno que afecta a la totalidad de la población en cualquier momento de su vida.

5.1.2 Tipos de Soledad no deseada

Tras profundizar en el concepto de Soledad, se ha considerado oportuno identificar los diferentes tipos que se pueden encontrar. La primera diferenciación que se puede hacer respecto a este término es el de la soledad objetiva y la soledad subjetiva.

Yusta, R. (2019) explica que la soledad objetiva hace referencia al simple hecho de estar solo/a, tratándose de algo medible y observable. Dentro de esta categoría se encuentran, la soledad buscada y la Soledad no deseada, siendo esta última en la que se centra esta investigación. Sin embargo, la soledad subjetiva es un concepto más complejo, ya que este tipo de soledad es el que más problemas puede provocar a la persona afectada. Este término está directamente relacionado con la percepción que tiene la propia persona en relación con sus expectativas de acompañamiento.

En la actualidad, la soledad es un fenómeno tan complejo que esta división queda algo escasa, por ello se puede hablar de seis tipos de soledad:

1. Soledad transitoria: Se trata de un tipo de soledad pasajera, esporádica y que al igual que comienza, tiene un fin. Suele ser originada por un suceso concreto y repentino.
2. Soledad contextual: Es aquella que tiene lugar en ciertos contextos de la vida de la persona, por ejemplo, en ámbitos como el laboral o el educativo.
3. Soledad autoimpuesta: Esta soledad puede venir determinada por una mala experiencia en las relaciones sociales o por aspectos internos a la persona como por ejemplo la cultura, la religión o las costumbres.
4. Soledad impuesta: Este tipo de soledad es la consecuencia de procesos en contra de la propia voluntad de la persona que la sufre. Suele ser uno de los tipos de soledad que más consecuencias negativas produce. Algunas de sus causas pueden ser: falta de tiempo libre, dificultad de acceso a relaciones sociales plenas, etc.
5. Soledad crónica: Hace referencia a aquella soledad que se mantiene durante un periodo de tiempo significativo como para clasificarla de crónica. Este tipo de soledad puede tener consecuencias peligrosas para la persona debido al aislamiento, la depresión o la exclusión social.
6. Soledad existencial: Está relacionada con la propia razón de la existencia de la persona que la sufre, dejando de lado las relaciones o amistades que le rodean. La soledad existencial está relacionada con un sentimiento de desconexión con las personas (Yusta, R. 2019).

Esta clasificación se ha considerado primordial para estudiar los tipos de soledad como una oportunidad para poder sistematizar con mayor profundidad, adecuándose de esta manera a las necesidades propias de cada persona.

Vistas las diferentes denominaciones que se pueden dar a la soledad, es conveniente determinar cuáles de ellas son relevantes para la investigación a realizar. Se considera que las que tienen mayor relación con la Soledad no deseada en personas adultas mayores son la soledad impuesta y la crónica.

Por un lado, se percibe una relación entre la Soledad no deseada y la impuesta dado que la persona que la sufre no ha tenido la elección de encontrarse en la situación de sentimiento de desamparo que experimenta, sino que ha sucedido a raíz de un acontecimiento que escapa a su voluntad. Por otro lado, también guarda conexión con la soledad crónica puesto que, en general, los objetivos de las diferentes iniciativas a sistematizar son paliar, tratar o mejorar las diferentes consecuencias causadas por la cronicidad de esta soledad.

Para poder solventar este fenómeno, se deben tener en cuenta diferentes instrumentos o iniciativas. En este caso, para la realización del trabajo se van a utilizar las diversas prácticas recogidas en el Catálogo de Iniciativas y Recursos Aragoneses ante la Soledad (2022) del Observatorio Aragonés de la Soledad. Además, estas buenas prácticas han sido trabajadas en un Prácticum de investigación anterior “La Soledad no deseada en personas mayores en el barrio de Delicias, Zaragoza (2020-2021)”.

5.1.3. Causas y consecuencias de la Soledad no deseada en personas adultas mayores

En la Soledad no deseada influyen muchos aspectos, como son los expresados en el Observatorio de la soledad de Amigos de los Mayores (2021), pudiendo ser cambios en la realidad social, en la familia, en la propia economía o modificaciones en relación con las nuevas tecnologías. Ante todos los aspectos mencionados, las personas adultas mayores son muy vulnerables, ya que, pueden experimentar otros acontecimientos que acentúan o empeoren la situación, por ejemplo, el fallecimiento de un/a cónyuge, familiar o amistades cercanas, cambio de vivienda, problemas de salud y/o dependencia, barreras arquitectónicas, etc.

Entre las causas que contribuyen a la aparición del sentimiento de Soledad no deseada, se pueden distinguir:

- La pérdida de identidad, porque en ocasiones la jubilación supone una pérdida de valor social en esta sociedad donde se valora más el estatus laboral y económico.
- La pérdida de autonomía es en ocasiones vista como una pérdida de la autonomía total y de la capacidad de decisión sobre aspectos personales de la vida, sin embargo, esto no debería ser así.
- La pérdida de pertenencia se relaciona con la escasez de lugares donde estas personas se puedan relacionar y participar en la sociedad.
- Los factores demográficos. El aumento de la esperanza de vida y la falta de oportunidades de interacción entre generaciones más allá del contexto familiar.
- Los factores culturales. El edadismo y los prejuicios negativos sobre las personas mayores, junto con la discriminación por razón de edad.
- Los factores económicos. Las enfermedades crónicas y los problemas de movilidad se pueden ver deteriorados por la falta de ayudas sociales (Amigos de los Mayores, s.f.).

También es relevante considerar las consecuencias negativas, expuestas por Yusta, R. (2019), que tiene la soledad en este conjunto de la población y que son la razón por la preocupación en aumento de este fenómeno entre las personas mayores adultas. Algunas de estas son:

- Aumento de la mortalidad
- Empeoramiento del estado físico y mental.
- Contribuye al deterioro cognitivo y al riesgo de demencia
- Aumento de la hipertensión
- Aislamiento social
- Desarrollo de enfermedades crónicas y síndromes geriátricos
- Depresión

La Soledad no deseada “tiene múltiples formas de manifestarse y de ser abordada, cuyas consecuencias, como se acaba de ver, pueden ser fatales para las personas mayores”. Además, las principales dificultades que encuentran las personas mayores adultas en esta etapa de la vida se ven agravadas por la presencia de la soledad y de los recursos adecuados para abordar sus necesidades (Yusta, R. 2019, p. 7).

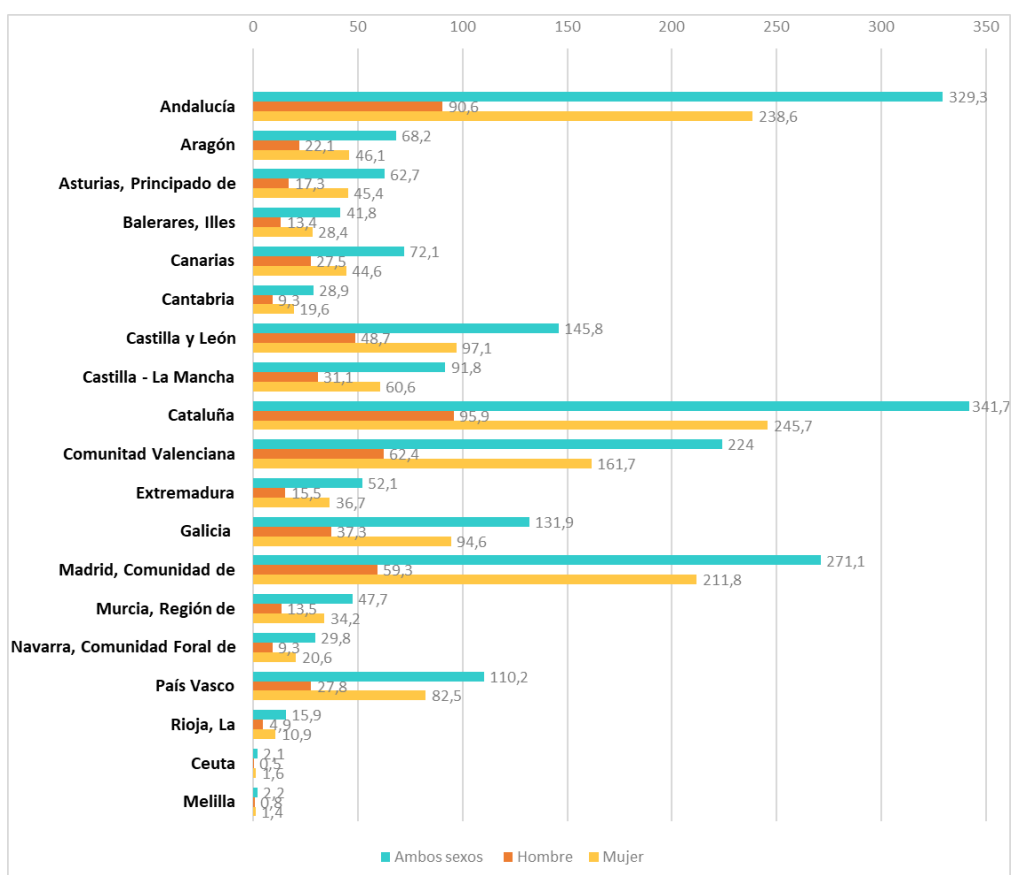
5.1.4. Datos estadísticos sobre la soledad. Perspectiva de género y personas mayores extranjera

En esta tabla número 1, se contempla el número (en miles) de personas mayores adultas que vivían solas, especificando no sólo su género, sino también el porcentaje Comunidad Autónoma, en el año 2020 en España.

Se considera importante tener en cuenta la población mayor adulta que se encuentra viviendo sola ya que estas tienen una mayor probabilidad de tener Soledad no deseada en un futuro.

Tabla 1.

Número (en miles) de personas que vivían solas en 2020 en España



Fuente: Instituto Nacional de Estadística, 2020. Elaboración propia.

Con respecto a las comunidades, la que cuenta con más personas en situación de soledad es Andalucía, aunque ha de tenerse en cuenta que es la segunda comunidad autónoma más grande del país. En Aragón se observa que vivían solas en total 68,2 personas, de las cuales 22,1 personas eran hombres y 46,1 mujeres. Como se ha podido observar, hay una clara diferencia entre sexos con respecto a la soledad, por ello, se va a realizar una comparación más exhaustiva.

Así mismo, se ve otra disparidad, siendo las mujeres quienes sufren más desigualdad social, reflejándose en una mayor afección de la soledad, que sobre todo se manifiesta a partir de los 80 años. Esta prevalencia de la Soledad no deseada se ve comprendida entre el 20% y 35%, dándose unas características demográficas relacionadas con el estado civil, edad y el sexo (Martín, U. y González, Y., 2021).

En el caso de España, 2.131.400 personas mayores adultas se encuentran en soledad, según la Encuesta Continua de Hogares (2020) del Instituto Nacional de Estadística. Entre ellos un 66,2%

de los hombres y el 69,4% de las mujeres de más de 65 años se encuentra en Soledad no deseada (Amigos de los Mayores, 2021)

Las mujeres son el sexo que predomina en España, según los datos existen 24.136.073 frente a los 23.190.884 de hombres. Concretamente, en el caso de Aragón, hay 655.248 hombres (49,4%) frente a las 671.013 mujeres (50,6%) (Datos Básicos de las Mujeres, 2022). Por otro lado, en relación con las personas adultas mayores en Aragón existen un total de 289.603 personas, 163.229 son mujeres frente a los 126.374 hombres; de estas cifras 191.988 tienen entre 65 y 80 años y 97.615 tienen más de 80 años. El sexo que predomina es también el femenino, tal y como se puede ver reflejado en esta tabla.

Tabla 2

Personas mayores en Aragón (2021)

	PERSONAS MAYORES EN ARAGÓN		
	Mujeres	Hombres	Ambos sexos
65-69	37.607	34.996	72.603
70-74	34.764	30.530	65.294
75-79	29.816	24.275	54.091
80-84	23.665	16.622	40.287
85-89	21.990	13.362	35.352
90-94	11.537	5.339	16.876
95 y más	3.850	1.250	5.100
Total	163.229	126.374	289.603

Fuente: Padrón Municipal de Aragón. Pirámide Poblacional (2021). Elaboración propia.

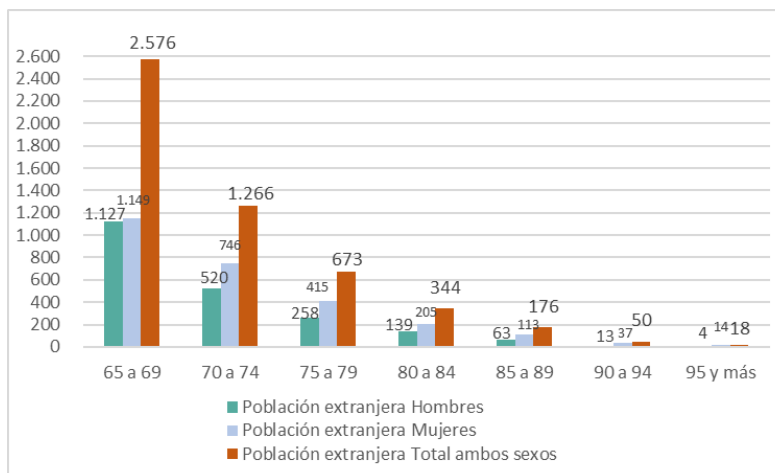
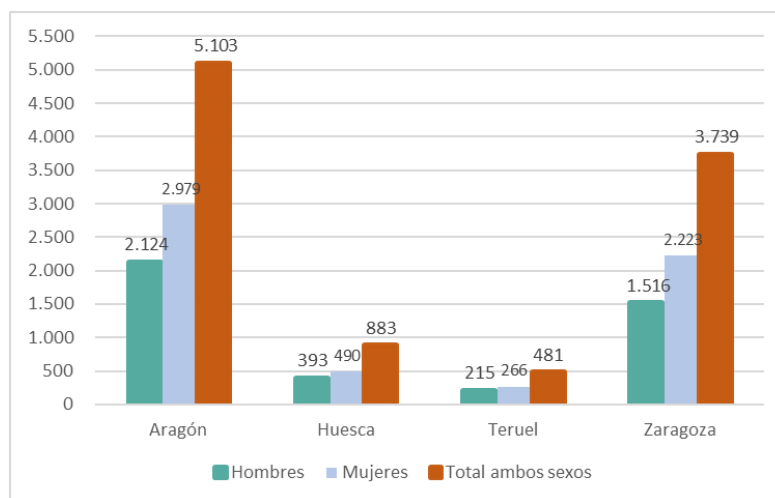
En España, la esperanza de vida al nacimiento de los hombres es de 79,59 años y la de las mujeres 85,06 años, según los indicadores demográficos que se publican en el Instituto Nacional de España. Según el sexo, el número de años de esperanza de vida en buena salud al nacer en España en el año 2019 es el último año en el que se ha registrado dicha información, es de 70,4 años para las mujeres y de 69,4 años para los hombres. Si se comparan ambos indicadores, las mujeres viven de media casi seis años más, sin embargo, únicamente uno de esos años lo hacen de media gozando de buena salud; es decir, el promedio indica que las mujeres viven más años, pero con peor calidad de vida en lo que respecta a la salud. Así mismo, las personas mayores en Aragón representan el 21,4% de la población total, lo que refleja que Aragón es una de las comunidades autónomas con mayor nivel de envejecimiento de España (Instituto Nacional de Estadística, 2019).

Además de la perspectiva de género, se considera importante abordar cómo afecta esta Soledad no deseada a las personas mayores adultas extranjeras. Una gran parte de ellas proceden de países de origen europeo como Reino Unido, Alemania y Francia. En el gráfico 3 se puede ver reflejado como en el año 2021, 5.103 personas mayores adultas de origen extranjero residían en Aragón, de estas, predomina el grupo de mujeres (2.979) sobre el de hombres (2.124). Desglosado por provincias, el número de mujeres es también mayor que el de hombres tanto en Zaragoza como en Huesca y en Teruel, pero las cifras varían en relación con el número de habitantes de cada una.

También se puede comprobar cómo la población femenina es mayor que la masculina en todos los tramos de edades a partir de 65 años en la Comunidad de Aragón. Destacando que donde se aprecia una menor diferencia entre ambos sexos es en el tramo de edad comprendido de los 85 a 89 años, en el que hay 113 mujeres frente a 63 hombres.

Gráfico 3

La población mayor de 65 años de origen extranjero residente en Aragón



5.1.5 Recursos

Entre los recursos a nivel legislativo, está la Ley 39/2006 del 14 de diciembre de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia, más conocida como la Ley de dependencia. Esta norma se centra en cubrir las necesidades de las personas que tienen una falta de autonomía en especial las personas mayores. También recoge un Catálogo de prestaciones relacionadas con las personas adultas mayores y/o dependientes, como puede ser el Servicio de atención domiciliaria (SAD), la teleasistencia, los centros de día o los centros residenciales (Yusta, R., 2019).

Otro de los documentos de carácter legislativo que amparan a las personas mayores adultas es la Declaración de Principios de las Naciones Unidas a favor de las personas de Edad (1991), así como la II Asamblea Mundial de Naciones Unidas sobre Envejecimiento en Madrid (2002) (Luesia, F. y Morel, M., 2018).

Además, los derechos de las personas mayores en España están presentes tanto en la Constitución Española de 1978, como en los diferentes estatutos de autonomía. En concreto, en el Estatuto de Autonomía de Aragón, en su artículo 24 declara que:

El Gobierno de Aragón defenderá una política que mejore la calidad de vida de las personas, de su familia y de su forma de vivir y que facilite el trabajo y la educación respetando los derechos de las niñas y los niños, de los jóvenes y de las personas mayores (Estatuto de Autonomía de Aragón, 2007, p.29).

Es decir, como se expone en este artículo, el Gobierno de Aragón debe garantizar políticas que mejoren la calidad de vida de las personas adultas mayores.

Por último, añadir que, a nivel autonómico se cuenta con el Catálogo de buenas prácticas del Observatorio Aragones de la Soledad, objeto de estudio de esta investigación.

5.2 Sistematización

5.2.1. Concepto de sistematización

Conceptualizando qué es la *sistematización*, se ha tomado como referencia la siguiente definición:

La sistematización es una interpretación crítica de la práctica que, a partir de su ordenamiento y reconstrucción, descubre o explicita la lógica del proceso vivido, los factores que han intervenido en dicho proceso, cómo se han relacionado entre sí, y por qué lo han hecho de este modo (Sandoval, A. 2001, pp. 116-117).

Es decir, la sistematización se focaliza en la dinámica de los procesos, así como en la evaluación de los resultados, por lo que tiene que haber una retroalimentación entre ambos, con el fin de mejorar la intervención. Así mismo, la investigación social favorece el enriquecimiento de la práctica, por ello la reflexión no puede separarse de la investigación. (Esteban, E., y Del Olmo, N., 2021).

Así mismo, también hay otro tipo de definiciones que consideran a la *sistematización* como la que expone Jara, O. (2008).

Aquella interpretación crítica de una o varias experiencias que, a partir de su ordenamiento y reconstrucción, descubre o explicita la lógica del proceso vivido en ellas: los diversos factores que intervinieron, cómo se relacionaron entre sí y por qué lo hicieron de ese modo. La Sistematización de Experiencias produce conocimientos y aprendizajes significativos que posibilitan apropiarse de los sentidos de las experiencias, comprenderlas teóricamente y orientarlas hacia el futuro con una perspectiva transformadora (Jara, O. 2008, p.4).

En este sentido, el propósito de cualquier proceso de sistematización, según Jara, O. (2008), es el de llevar a cabo una reconstrucción de la realidad, con la previa interpretación crítica de las experiencias. Para ello, es importante establecer previamente un orden sobre los procesos vividos, es decir, los momentos más importantes de la experiencia práctica.

Así mismo, es preciso mencionar que la inquietud por la sistematización surgió en la década de 1980, como consecuencia de la preocupación de aquellos/as profesionales que trabajaban en el establecimiento de proyectos y acciones, con el objetivo de mejorar las condiciones de vida.

Una vez asentados los conocimientos básicos sobre la sistematización, se puede estimar los diferentes alcances de esta y no limitarse al plano de la narración de experiencias. De este modo, se pueden distinguir dos categorías de sistematización. La primera, hace referencia a la sistematización de la información, que se centra en ordenar, clasificar y catalogar los distintos datos que se han obtenido, y la segunda sería la sistematización de experiencias que hace referencia “a un esfuerzo cualitativamente más complejo que el que implica solamente organizar o clasificar datos” (Jara, O. 2008, p. 52).

De tal manera, cabe destacar los diferentes tipos de sistematización de la práctica en función del momento de inicio.

- Retrospectiva: la sistematización se lleva a cabo cuando la experiencia ya ha sido concluida por lo que implica rescatar y reconstruir la experiencia. Esto se lleva a cabo con el objetivo de mejorar futuras intervenciones futuras.
- Correctiva: se desarrolla durante la realización de la experiencia para analizar y rescatar lo aprendido. A través de los resultados obtenidos se pretende reorientar las acciones que se están llevando a cabo para mejorar la intervención.
- Prospectiva: se realiza desde el inicio de la experiencia y supone el desarrollo sistemático de la experiencia.

5.2.2. Relación con Trabajo Social

La sistematización es un referente de investigación socialmente relevante para la disciplina del Trabajo Social, ya que permite aproximarse a una definición conceptual y operativa del Trabajo Social y de la sistematización de experiencias. Además, se produce un punto de encuentro entre ambos porque contribuyen a la transformación de la realidad social en función del mejoramiento de las condiciones y calidad de vida. Así mismo, pretenden alcanzar la construcción de justicia social y la inclusión para el beneficio de la ciudadanía (Esteban, E., y Del Olmo, N., 2021).

...se demuestra que la sistematización de la práctica es un método muy útil de investigación en Trabajo Social, que permite la obtención de datos orientados a la mejora de la praxis, así mismo conduce a la reflexión previa a la generación de una metodología de investigación propia del Trabajo Social fundamentada en los procesos de intervención (Esteban, E., y Del Olmo, N., 2021 p. 18).

Es decir, tiene relación con el Trabajo Social, ya que, en la práctica diaria de la profesión, se utilizan instrumentos y herramientas que permiten diagnosticar e intervenir con las personas que tienen alguna necesidad (Caparrós, Carbonero, Raya, 2017, p. 62).

El Trabajo Social, apuesta por llevar a cabo prácticas que “sistematicen y teoricen las experiencias vividas en las prácticas profesionales, ya que los datos obtenidos permiten crear alternativas de intervención al mismo tiempo que construir desarrollos teóricos para la propia profesión” (Bueno, 2013, p.6). Es decir, conocer la realidad social facilita intervenir en ella.

Torres. L, considera que hay múltiples perspectivas de sistematización en el Trabajo Social que son complementarias, ya que la reflexión sobre los propios procesos sociales ha derivado en que se recabe una mayor información tanto académica como profesional de los procesos metodológicos de intervención profesional de los propios sujetos, a través de un proyecto particular (Carvajal, A., 2005. p. 177).

Concretamente en el Trabajo Social, la sistematización permite perfilar los diferentes objetos de estudio, realizar una reflexión desde múltiples perspectivas de la realidad, generar un conjunto de datos primarios y secundarios. Además, contribuye a la generación de bases de datos que permitan de manera continua el desarrollo de estudios longitudinales. (Esteban, E., y Del Olmo, N., 2021, p. 288).

5.2.3. Importancia de la sistematización

Se le da importancia a abordar este tema, porque categorizar y conocer de manera más concreta los diferentes casos de soledad, sirve para, posteriormente, proporcionar una mejor atención y apoyo a las personas adultas mayores que así lo necesiten o requieran.

La sistematización surge por la necesidad de conocer, divulgar y evaluar las buenas prácticas. Su utilidad es cualificar el conocimiento que se tiene de la praxis, generando conocimiento de ella (Botero, L. 2001, p.3).

Esta práctica permite realizar una investigación de aprendizaje crítico y reflexivo para la producción continua de saber a los/as diferentes profesionales que llevan a cabo este proceso, permitiéndoles desarrollar conocimiento práctico, generando así nuevas estrategias. Esta creación de nuevas prácticas no sería posible sin la sistematización, ya que esta permite organizar, analizar y

reconstruir las diferentes experiencias, considerando así sus objetivos e impactos sociales (Del Pilar, T. y Vélez, G., 2016, p.7).

Teniendo en cuenta toda la información recabada acerca de la sistematización se puede afirmar que esta es un método muy útil en la investigación social, ya que facilita a muchas disciplinas, y entre ellas al Trabajo Social, llevar a cabo prácticas de manera organizada, haciendo que sean más fructíferas.

5.3 Evaluación

5.3.1. Concepto de evaluación.

La evaluación es una herramienta indispensable para analizar prácticas, estudios, etc. y comprobar su eficacia, pudiendo, de esta manera, mejorar los resultados.

Para Sanmartín. R (2011) la *evaluación* es:

...una actividad sistemática, continua e integrada en el proceso educativo, cuya finalidad es el mejoramiento de este, mediante el conocimiento, lo más exacto posible del alumno, de dicho proceso y de todos los factores que intervienen en el mismo (Rodríguez, 2011, p. 303).

Por tanto, se puede decir que se trata de un proceso continuo que tiene como objetivo la mejora y análisis del trabajo, proyecto o investigación realizada.

Por ello, la evaluación lo que busca es analizar, medir o valorar los resultados que se han obtenido previamente. Además, es preciso llevar a cabo una comparación con el diagnóstico inicial y con los objetivos y metas que se han establecido en un primer momento, para poder identificar las brechas entre lo que se estableció y lo que se consiguió finalmente.

Es importante tenerla en cuenta en el proceso de la planificación, ya que, en las primeras fases de la investigación se definirá el tipo de evaluación a realizar, la información que se precisa, las herramientas que se utilizarán para recogerla y los tiempos en los que se aplicará (Boira, S. 2022).

Además, combina los propósitos de ayudar a la mejora de las intervenciones y aportar información para el debate acerca del buen uso de los recursos, Evaluar implica la emisión de juicios

de valor sobre el correcto funcionamiento de las actividades, la calidad de los planes de trabajo o las consecuencias (Reboloso, E. Fernández. B y Cantón. P., 2008).

Este proceso no es una acción puntual, sino que requiere un esfuerzo sistemático, implicando la participación de un número de personas y la inversión de una cantidad de recursos (Reboloso, E. Fernández, B. y Cantón, P., 2008).

Reboloso y Reboloso (1988) proponen un conjunto de características o elementos clave, que conforman el concepto de evaluación. Este proceso debe incluir una valoración, es decir, juicios de valor, debe conceder atención al análisis científico de los problemas sociales. Además, tiene que definir la relación entre el programa y sus objetivos. En definitiva, debe ser útil en la toma de decisiones, estando orientada hacia la excelencia o perfeccionamiento y orientándose hacia el cambio social (Reboloso, E. Fernández, B. y Cantón, P., 2008).

5.3.2 Relación con el Trabajo Social

El Código Deontológico aprobado por el Consejo General del Trabajo Social en el año 2012, señala que los profesionales tienen entre sus funciones la realización de una planificación, proyecto, calcular, aplicar, evaluar y modificar los servicios (Boira, S., 2022).

Con esto último, a lo que se pretende llegar es que la práctica del Trabajo Social y la investigación están interconectadas, ya que la intervención se fundamenta en el conocimiento de la realidad social, siendo una tarea ineludible.

A raíz del desarrollo de programas y/o proyectos sociales, se plantean posibles soluciones, una vez realizada una evaluación desde la perspectiva del Trabajo Social, contando con recursos y herramientas que se dispone para que se consigan los objetivos a llevar a cabo (Urbina. F., 2017).

Las exigencias a las que debe responder el Trabajo Social, en referencia a su objeto de intervención son:

- Ante la complejidad de problemas sociales planteados, se exige que la evaluación de estrategias de acción se desarrolle según las áreas evidenciadas.
- La evaluación debe ser desarrollada de manera íntegra y total, poniendo fin al proceso mediante una evaluación sistemática general, que plasme la relación que tiene todas las áreas llevadas a cabo, es decir, observándose como la suma de todas las partes.
- Debe ser flexible.

- La participación es un elemento central de la evaluación.
- Los informes de evaluación deben de ser realizados de acuerdo con los destinatarios (Jiménez, I. y Sanhueza, A., 1986).

5.3.3. Importancia de la evaluación

La *evaluación* es un proceso fundamental dentro de la realización de una investigación trayendo numerosas ventajas. Jiménez, I. y Sanhueza, A. (1986) indican que esta evaluación: Promueve la participación de los sujetos involucrados en el proyecto, facilita la organización de los participantes, permite la aplicación del conocimiento de los profesionales implicados. También podrá detectar necesidades de capacitación de los/as investigadores implicados, potenciando así el establecimiento de nuevas metas tanto personales como profesionales.

Además, es importante llevarla a cabo de manera adecuada para mejorar los resultados, así como la gestión. Esto es posible porque esta produce la información necesaria para distinguir y entender cuáles son las causas de los logros, los fracasos o los problemas que han podido surgir dentro de una planeación estratégica (Bryson, 1988).

A través de ella, se podrán determinar los cambios que se deben buscar y por qué, cómo y en qué medida se producen. Se podrán identificar las posibles modificaciones que se tendrán que hacer en las acciones propuestas. Además, la trabajadora social y el asesor de Menores y Mayores del Justicia de Aragón, en la entrevista realizada, indican que la evaluación “es muy clave porque ahí se refleja si ha funcionado o no. De esta manera se podrá plantear porque no ha podido mejorar y poder resolverlo para una mayor efectividad futura”.

En definitiva, llevar a cabo una buena evaluación, es importante y sirve para ofrecer una mejor información acerca del nivel de aprendizaje, permite regular el proceso en el sentido de que mejora la metodología y permite verificar el cumplimiento de los objetivos. También sirve para identificar y clarificar problemas que hayan podido surgir a lo largo de la investigación.

Como conclusión, se debe reiterar la importancia de la evaluación para optimizar los resultados de, en este caso, las buenas prácticas que se llevan a cabo para combatir la Soledad no deseada.

5.4. Buenas prácticas para prevenir/atender los efectos de la soledad no deseada

Antes de hablar de la sistematización es preciso conocer qué son las buenas prácticas. Malgesini, G. (2012) las define como “Acciones, iniciativas o proyectos iniciados por organizaciones no gubernamentales o de base, organismos públicos o bien por el sector privado, que pueden servir como modelos de los que otros podrían aprender o adaptar a sus propias situaciones.” (Malgesini, G., 2012, p.131). Es decir, sirven como referencia para otras iniciativas con la finalidad de que sean útiles para el estudio de su propia actividad.

Las buenas prácticas hacen referencia al conjunto de iniciativas que resultan innovadoras, y que pueden servir como guía para otra entidad, organización..., ya que buscan mejoras cuantificables y sostenibles en el tiempo (Malgesini, G. 2012).

Malgesini, G. (2012) se refiere a las buenas prácticas como innovadoras, estratégicas, fundamentadas, replicables, participativas, dinámicas y transversales, siendo estas las características que deben tener.

Estas últimas nombradas deben ser innovadoras, es decir, se debe introducir una temática, metodología o planteamiento de un problema que sea novedoso. Además, deben de producir un cambio en la sociedad que no sea aislado, siendo así una práctica estratégica.

Otra de las características que menciona la autora que deben tener estas prácticas es que tienen que estar fundamentadas, esto es, debe basarse en un marco teórico bien definido y establecido, tanto para el diagnóstico, la implementación o la evaluación. Así mismo tienen que ser iniciativas replicables, sirviendo, así como modelo para crear nuevos programas o iniciativas.

Un aspecto fundamental que deben incluir las buenas prácticas es la participación de la comunidad, de igual manera, estas prácticas tienen que ser dinámicas, considerando la situación de conflicto como un elemento natural de los procesos sociales. Y, finalmente, la autora también indica que deben actuar sobre los factores de exclusión, teniendo carácter transversal.

5.4.1 Cómo realizar una sistematización de buenas prácticas

Para comenzar es preciso conocer qué es la sistematización de buenas prácticas, que se definirían como un proceso a través del cual una experiencia se identifica, se valora y se documenta, permitiendo aprender de ella (Barrios, L. Ibero, M. Gutiérrez, M., 2021, p.5.)

Para realizarla de manera óptima se debe ser conocedor/a del tema a tratar, identificando los puntos a analizar y la definición de los campos de observación (Fundación Educación para el desarrollo, 2009). Además, es necesario atender a los objetivos generales planteados que se establecen en unas áreas temáticas de referencia, para así poder enmarcar las distintas acciones, seguido de criterios específicos para la evaluación (Comité Hábitat Español, 2016).

Como propuesta de pasos a realizar para llevar a cabo una sistematización, Jara, O. (s.f.) propone, en primer lugar, organizar la información recabada sobre la experiencia, poniendo como guía el eje de la estructuración (Jara, O. s.f.).

Posteriormente, se debe realizar una reflexión de fondo, planteando el porqué del suceso, para ello, se vuelven a tener dos opciones. La primera de ella consiste en analizar y sintetizar la experiencia, en el caso en el que se haya vivido en primera persona, la segunda alternativa es hacer una interpretación crítica del proceso (Jara, O. s.f.).

Por último, se encuentra la fase que Jara, O. (s.f.) denomina “Los puntos de llegada”. Este es el momento en el que se deben formular conclusiones y comunicar los aprendizajes. Se deben de expresar las finalidades y las recomendaciones, creando otros puntos de partida para los nuevos aprendizajes.

Cabe recalcar, que este proceso no es el único, por ejemplo, el Ministerio de Educación de Perú (s.f.), propone otro tipo de sistematización de buenas prácticas, conocido como “El proceso de captación y difusión de una buena práctica”.

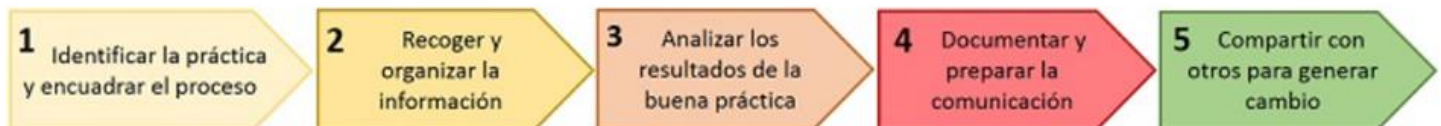
Para elaborar la sistematización de buenas prácticas es preciso seguir una serie de pasos, pudiendo identificar los siguientes:

En primer lugar, es necesario identificar la práctica, además de situar el proceso en el espacio y en el tiempo. En segundo lugar, se debe recoger la información y organizarla, además, una vez se haya llevado a cabo dicha recogida, es preciso analizar los resultados obtenidos previamente. Tras la

recopilación y el posterior análisis de la información necesaria, se debe formular la elaboración de un documento para plasmar los datos obtenidos y así poder exponerlos. Por último, hay que compartir la sistematización que se haya elaborado para poder generar cambio.

Gráfico 4

Pasos a seguir para la realización de la sistematización de buenas prácticas



Fuente: Ministerio de Educación de Perú (s.f.)

Así mismo, se deben incluir entre sus pasos una memoria histórica para la recuperación de los acontecimientos de la experiencia. Además de la realización de un análisis e interpretación, que la convierta en objeto de estudio y análisis teórico. El recoger la participación es útil para ser conocedores de los espacios generados para compartir, confrontar, discutir y evaluar (Plan de Acción, 2014-2017).

Por otro lado, es necesario realizar una reconstrucción de la experiencia de manera ordenada, teniendo en cuenta qué y cómo sucedió, es decir, en qué consiste, además de llevar a cabo una clasificación de la información disponible e identificar las etapas del proceso (Plan de Acción, 2014-2017).

Seguidamente, se realiza un análisis, así como una interpretación crítica de la experiencia, planteándose por qué tuvo lugar la vivencia. Este es la parte central de la sistematización, añadiendo valor a la descripción y reconstrucción de la situación vivida. (Plan de Acción, 2014-2017).

Por último, se encuentra la fase de las determinaciones, es decir, establecer cuáles son los aprendizajes, y cómo estos se van a llevar a la práctica. Por ejemplo, seleccionar distintos tipos de buenas prácticas, decidiendo cuál es la más adecuada en cada situación. (Plan de Acción, 2014-2017).

El objetivo final de un proceso de buenas prácticas no es solo publicarlas y compartirlas sino generar cambios por medio de la adopción, adaptación y ampliación de esas buenas prácticas. Por lo tanto, es importante planificar desde el inicio del proceso la manera en que la difusión de una buena práctica podrá ser objeto de seguimiento y evaluación (Ministerio de Educación de Perú, s.f.).

5.4.2. Cómo realizar una evaluación de buenas prácticas

Para elaborar la evaluación de buenas prácticas, se ha considerado conveniente buscar información acerca de ello, para poder realizar la ficha de evaluación de manera satisfactoria.

Esta búsqueda se ha orientado a los diferentes procedimientos para llevarla a cabo, en concreto los expuestos por Ballart, X. (1992). Él explica dos tipologías: clasificación por fases y otras clasificaciones, aunque este trabajo se centra en la primera de ellas.

Existen diferentes formas para desarrollarla. En primer lugar, se encuentra la evaluación de la conceptualización y del diseño de los programas, la cual trata de proporcionar información sobre la situación que se aborda, así como de la formulación y diseño del programa, además de si realmente la iniciativa cumple con los objetivos propuestos. En segundo lugar, Ballart, X. (1992) presenta la evaluación de la implementación de las iniciativas, cuyo objetivo es realizar una valoración de la cobertura del programa y de la manera en la que este se administra. A continuación, siguiendo con esta clasificación, el autor explica la evaluación de la eficacia o impacto. Mediante este tipo “se examina la medida en que este produce un cambio en la dirección deseada” (Ballart, X. 1992, p.5), es decir, se pretende analizar si la iniciativa evaluada está actuando ante la situación que aborda. Finalmente se encuentra la evaluación de la eficiencia de los programas con la que se realiza un análisis de los costes que conlleva desarrollar la iniciativa, programa o proyecto, realizando así una evaluación más completa.

Así mismo Ballart, X (1992), expone los diferentes criterios en los que esta se debería basar.

En primer lugar, se deben tener en cuenta los valores e intereses de los actores, es decir, dependiendo de cuál sea el interés de las partes implicadas en el programa, tanto los/as profesionales y voluntarios/as que lo realizan, como aquellas a las que va dirigido. En segundo lugar, también hay que considerar cuales son los objetivos del programa, usando estos últimos como un criterio de evaluación y, finalmente, respecto a las iniciativas públicas, analizar si los objetivos teóricos de la intervención pública se están utilizando correctamente. Es decir, observar si se aprovechan correctamente los recursos públicos proporcionados para llevar a cabo el programa o actividad (Ballart, X., 1992).

Tras conocer las tipologías de evaluación, así como los criterios, se ha considerado óptimo expresar algunos de los indicadores necesarios para poder llevarla a cabo. Entre ellos se han destacado los siguientes:

- Indicadores de diagnóstico: Su fin es la comparación actual del proyecto que se está llevando a cabo con aquella a la que se quería llegar, con el objetivo de poder detectar fallos o desviaciones que se hayan cometido.
- Indicadores retrospectivos: Este sirve para poder hacer balance de aquella información obtenida hasta el momento actual.
- Indicadores de predicción: Su objetivo es tomar en consideración lo desarrollado, con el fin de poder anticiparse a posibles problemas futuros (Pérez, A. 2021).

5.4.3. Influencia de buenas prácticas

Para poder ser conocedores/as de la influencia de las buenas prácticas en las personas adultas mayores, se ha considerado óptimo basarse en el Catálogo de Iniciativas y Recursos Aragoneses ante la Soledad del Observatorio Aragonés de la Soledad (2022).¹

Los objetivos más generales que se realizan en estas iniciativas son el acompañamiento, tanto telefónico como físico, y apoyo para las actividades cotidianas, buscando satisfacer sus necesidades. Así mismo, se proporcionan espacios para la convivencia, teniendo como fin que se mantengan los lazos exteriores. Para finalizar, en referencia a las funciones más destacadas que se llevan a cabo, se pueden observar los talleres, un servicio amplio, ya que sirve como concienciación, como instrumento para que puedan realizar tareas favoreciendo un desarrollo activo de las personas adultas mayores.

Esta influencia puede ser vista a nivel general como beneficio para la sociedad y a nivel individual, respecto a las personas adultas mayores.

Concretando, en los últimos años, las iniciativas presentadas en este Catálogo de Iniciativas y Recursos Aragoneses de la soledad (2022) del Observatorio Aragonés de la Soledad, se apoyan en servicios de ayuda para mantenerse activos, salir de sus domicilios, así como crear nuevas amistades. Además, el llevar a cabo las actividades propuestas les facilita el cumplimiento de nuevos objetivos.

¹ También ha sido utilizado el Prácticum de investigación realizado en el curso 20/21 acerca de la Soledad no deseada en “personas mayores” de Delicias (Avellaneda, M. et al.)

La presencia de estas iniciativas recogidas en el catálogo nombrado anteriormente, proporcionan a las personas mayores adultas la seguridad de que, si en algún momento experimentan un sentimiento de soledad, estarán allí para apoyarlas, escucharlas y atenderlas. Por lo que esto último, es óptimo para abordar uno de los mayores problemas que desencadena esta Soledad no deseada, las enfermedades mentales; depresiones, ansiedad y estrés. Son algunos de los inconvenientes más vistos, y que, si estas entidades, organizaciones, asociaciones, instituciones, corporaciones y administraciones desarrollan bien sus actividades pueden favorecer a que las personas se sientan integradas, valoradas, pudiendo verse una mejora en este tipo de enfermedades.

Cabe recalcar, que estas medidas no sólo tienen influencia a nivel individual, sino que también se ve cómo puede llegar a afectar a la propia sociedad.

En este caso, se puede observar cómo múltiples personas tienen ese sentimiento de miedo por llegar a ser mayores, por tener cierta edad y crean que les van a dejar solos. Se considera que la influencia de estas buenas prácticas y el conocimiento de estas mismas por parte de la población puede favorecer el hecho de considerar que llegar a la vejez no desencadena el quedarte solo, desprotegido o que no vas a ser escuchado.

Así mismo, en la actualidad se vive en una sociedad globalizada, por lo que las personas jóvenes pueden cambiar en múltiples ocasiones de vivienda. En estos casos, los padres y madres pueden sentir ese sentimiento de Soledad no deseada, y el poder ser conocedores/as los hijos/as de que sus parientes no se encuentran solos, que su familia tiene alguien con quien contar, en quien apoyarse y con quienes se sienten escuchados, puede favorecer a que se vayan a otros lugares sin sentimientos de responsabilidad, ya que en muchas ocasiones se van por trabajo y/o necesidad, y no por deseo.

Para concluir con el apartado de buenas prácticas de la Soledad no deseada, se ha llegado a interpretar que el hecho de realizar unas correctas iniciativas focalizadas en las personas adultas mayores puede beneficiar al conjunto de la población, dando la importancia que tiene en este caso a la soledad. Así mismo, si se conocen las características, se puede llevar a cabo una óptima sistematización y evaluación, adecuada a las condiciones y necesidades de las personas.

5.4.4. Características generales de buenas prácticas

Tal y como se ha dicho anteriormente, si se es conocedor/a de estas características básicas que deben tener las diferentes entidades, instituciones, asociaciones, corporaciones, organizaciones y administraciones que llevan a cabo una labor social con la finalidad de ejecutar buenas prácticas, se desarrollará la posterior sistematización de una forma favorable. Por ello, se ha considerado necesario recoger los siguientes criterios que tienen que reunir estas instituciones que prestan las diferentes iniciativas. Entre ellos destacan:

1- Estar organizadas institucionalmente.

Es decir, la iniciativa no debe estar presentada por parte de una persona física, sino que debe tratarse de una persona jurídica.

Para ello debe de tener una estructura, una misión, y presupuestos, lo cuales sean asumibles y factibles a lo largo del tiempo, para la consecución de los objetivos amparados por el resto de características exigibles a las entidades.

Además de promover la transparencia, ya que el hecho de estar inscritas en un registro público provoca que dependan de distintos ministerios según el ámbito del trabajo. Esto permite dar seguridad a los/as colaboradores/as sobre quiénes son, qué hacen y qué esperan de ellos/as.

2- Tener carácter privado/público

En el caso de las instituciones, organizaciones, corporaciones, asociaciones y entidades de carácter privado, que no forman parte de la estructura del Estado ni del sector público, gozan de una mayor independencia a la hora de establecer sus propias misiones. Es necesario especificar que cuentan con financiación propia, sin embargo, no es la única, ya que pueden recibir subvenciones de instituciones públicas que les permitan alcanzar sus objetivos o, por otro lado, pueden combinar ambas, es decir, tanto públicas como privadas.

Las entidades, organizaciones, instituciones, corporaciones y administraciones de carácter público tienen responsabilidad social, obteniendo la financiación a través de fondos públicos. Estos son recaudados mediante la previa contribución de los/as ciudadanos/as.

3. Deben tener responsabilidad social.

Se entiende que las propuestas aportadas por las organizaciones, fundaciones, asociaciones, corporaciones o entidades para este tipo de iniciativas pueden ser variadas, tanto las que tienen ánimo de lucro como las que no. Sin embargo, el foco principal de estas se centra en actuar sobre un problema social.

En estos casos, los beneficios que se consiguen se invierten en el logro de las misiones institucionales, es decir, no tienen como principal finalidad obtener una rentabilidad financiera, ya que su actividad está destinada al beneficio social.

Es decir, organizaciones, fundaciones, asociaciones, corporaciones o entidades deben de tener objetivos que beneficien al conjunto total de la población. Esto se puede afirmar por el hecho de que todas las personas, en algún momento, van a llegar a una edad avanzada.

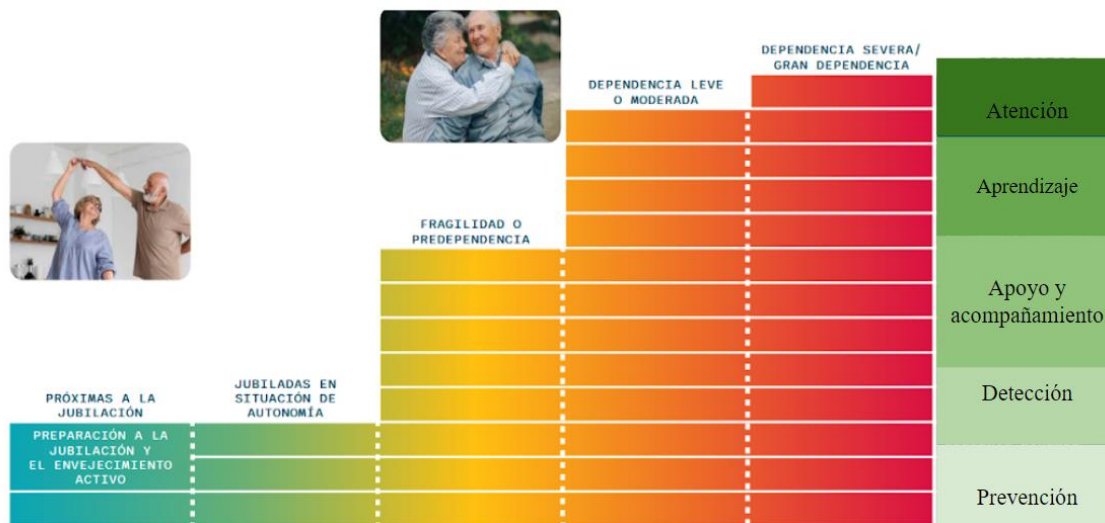
4. Se promueve la formación e intervención del voluntariado

Se ponen en marcha programas en los que se necesita participación ciudadana, por ello se promueve la intervención y cooperación por parte de voluntarios en las diferentes iniciativas. Estos ofrecen su tiempo y aportan sus conocimientos para la consecución de la misión institucional, fomentando, así, una ciudadanía activa y la solidaridad social.

6. Sistematización de buenas prácticas basadas en la Soledad no deseada de personas adultas mayores.

Gráfico 5

Sistematización de buenas prácticas de la Soledad no deseada



Fuente: Plan del Mayor, 2021. Elaboración propia

6.1. Justificación de la sistematización

Esta sistematización se ha basado en el Plan del Mayor (Generación del cambio) del Gobierno de Aragón (2021), que hace referencia a la autonomía y dependencia de la persona adulta mayor. La categorización que se ha llevado a cabo está focalizada en el abordaje de las necesidades sociales que tienen lugar al final del ciclo de la vida de las personas.

Para ello se ha desarrollado la clasificación jerárquica dependiendo de la necesidad de intervención profesional, de menor a mayor, considerándose el orden más adecuado; prevención, detección, apoyo y acompañamiento, aprendizaje y atención.

Se considera óptimo realizar la categorización comenzando por la prevención, como aquella que se centra en la inexistencia de la Soledad no deseada. Esto se debe a que se dan circunstancias en el entorno de la persona que conllevan a que exista una posibilidad de que suceda esta problemática. Para poder abordar la causalidad de la Soledad no deseada se ha valorado que las iniciativas cuya finalidad sea la prevención, deben tener el objetivo de evitar que una situación personal derive en Soledad no deseada, identificando los motivos de esta, así como las acciones que ayudan a evitarla.

Para que una entidad, institución, asociación, corporación, organización o administración sea clasificada con carácter preventivo debe perseguir los siguientes objetivos; identificar situaciones

personales que puedan derivar en Soledad no deseada, así como evitar posibles consecuencias por la Soledad no deseada y fomentar actividades para promover el envejecimiento activo.

Los objetivos pensados se han desarrollado desde esta perspectiva, ya que es imprescindible ser conocedor/a de las causas que pueden provocar la problemática abordada para poder evitarla o, al menos, mejorar las situaciones en riesgo de agravamiento antes de que tengan lugar. Para ello, también se considera oportuno realizar iniciativas de fomento del bienestar de la persona y de esta manera, anticiparse a la pérdida de relaciones sociales, derivadas del fin de algunas etapas vitales, como, por ejemplo, la laboral.

Seguidamente se encuentra la detección. En este momento se interpreta que ya existen indicios de que se requiere atención, pretendiendo con las iniciativas identificar la Soledad no deseada que viven las personas adultas mayores con la finalidad de poder actuar en un estadio no muy avanzado.

Los objetivos a tener en cuenta para considerar una iniciativa de detección son los siguientes; identificar las necesidades personales, analizar cuáles son las causas principales que provocan la Soledad no deseada y realizar un seguimiento de las personas que se encuentran en situación de vulnerabilidad.

La razón por la que se ha estimado que esta categoría debe de seguir estos fines, es porque se pone en el punto de mira el hecho de que para poder intervenir en las diferentes situaciones es necesario ser conocedores/as de la situación personal que está viviendo. Así mismo, el hecho de realizar una valoración social acerca del motivo que ha derivado en Soledad no deseada, puede ser óptimo para poder intervenir de una manera adecuada, conllevando a una continuidad profesional en aquellas personas que se encuentran en este estado de vulnerabilidad, con la finalidad de poder detectar empeoramientos o mejoras, pudiendo llevar a cabo otro tipo de programas ante sus posibles nuevas situaciones.

Tras esto se identifica el apoyo y acompañamiento, en este caso, la situación de Soledad no deseada se encuentra más avanzada y las personas necesitan un refuerzo llevado a cabo mediante el establecimiento de relaciones personales y emocionales, que sirvan como herramienta para fortalecer la autonomía personal.

Para que las iniciativas formen parte del grupo de apoyo y acompañamiento, deben proporcionar herramientas para fomentar la autonomía personal, ser partícipes en actividades de la vida cotidiana de las personas y promover relaciones de escucha activa.

A lo largo de la vida se tienen una serie de necesidades emocionales, que tienen que ser cubiertas. Para ello, son esenciales las iniciativas de apoyo y acompañamiento, ya que, de esta manera, se consigue obtener un mayor bienestar en la persona adulta mayor que se encuentra en esta situación. Se pretende que la persona que se encuentra en este estado de soledad no deseada sienta que hay alguien que le ofrece cuidados y compañía, mejorando la salud mental de la persona, además de posibles problemas físicos derivados de la ausencia de cuidador/a, proporcionando herramientas que conduzcan a un estado personal óptimo.

Posteriormente, con el aprendizaje, se pretende ofrecer herramientas para fortalecer el desarrollo autónomo en la vida cotidiana, tratando de mejorar las situaciones que previamente habían deteriorado el estado cognitivo y emocional de la persona adulta mayor.

Los objetivos a cumplir por las diferentes actividades para formar parte de esta categoría son: definir de manera concreta los componentes pedagógicos antes de comenzar los cursos; proporcionar herramientas y técnicas que ayudan al aprendizaje tanto de manera individual como grupal; reforzar la autonomía personal y, por último, fomentar actividades que favorezcan el desarrollo o mejora de la vida de la persona.

Se considera que se deben aplicar estos objetivos con la finalidad de que la persona reciba una formación que permita mejorar su desarrollo personal, así como su autonomía, otorgándole diferentes herramientas para ello. Además, también se logra un aumento de participación en la vida cotidiana, siendo necesario que el individuo cuente con las pautas necesarias para lograr dichos objetivos.

Por último, respecto a la atención, se incluyen en ello las iniciativas que emergen de una institución o tienen relación con ella, ofreciendo recursos materiales a la persona adulta mayor que se encuentra en un estado de menor autonomía, y depende de la atención de un tercero. Las iniciativas se considerarán de atención si logran proporcionar recursos de atención directa e implicar trabajadores/as profesionalizados/as.

Estos objetivos han sido seleccionados atendiendo a las necesidades que les surgen a las personas en situación de Soledad no deseada y que requieren de una intervención más profesionalizada, puesto que, las personas afectadas han perdido gran parte de su autonomía. Además,

hay que tener en cuenta que, en esta última fase, se debe contar con entidades, organizaciones, asociaciones, instituciones, corporaciones y administraciones que proporcionen servicios especializados.

Por tanto, resumiendo, se encuentran con seis categorías: prevención, detección, apoyo y acompañamiento, aprendizaje y atención. Para poder establecer qué iniciativa corresponde a cada una de ellas se han asignado unos objetivos que estas deben cumplir para poder pertenecer a las diferentes secciones. A continuación, se presentan, de manera esquemática, cuáles son los objetivos, desarrollados anteriormente, que tienen que ejecutar las diferentes acciones:

Tabla 3

Objetivos de las diferentes categorías de las iniciativas relacionadas con Soledad no deseada en personas mayores adultas.

Prevención	Detección	Apoyo	Aprendizaje	Atención
<ul style="list-style-type: none"> • Identificar situaciones personales que puedan derivar en soledad no deseada. • Evitar posibles consecuencias por la soledad no deseada. • Fomentar actividades para promover el envejecimiento activo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las necesidades personales. • Analizar cuáles son las causas principales que provocan la soledad. • Realizar un seguimiento de las personas que se encuentran en situación de vulnerabilidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar herramientas para fomentar la autonomía personal. • Ser participe en actividades de la vida cotidiana de las personas. • Promover relaciones de escucha activa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Los componentes pedagógicos deben de estar bien definidos antes de comenzar los cursos. • Proporcionar herramientas y técnicas que ayudan al aprendizaje tanto de manera individual como grupal. • Reforzar la autonomía personal. • Fomentar actividades que favorezcan el desarrollo y/o mejora de la vida de la persona. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar recursos de atención directa. • Implicar trabajadores profesionalizados.

Fuente: Elaboración propia

6.1.2 Ficha técnica

Para poder realizar una mejor clasificación de las entidades, organizaciones, instituciones y corporaciones, con el objetivo de ejecutar una recogida de información sobre estas de manera favorable, se ha considerado óptimo ejecutar una ficha técnica, basándose en la realizada por el Colegio Profesional de Trabajo Social.

Para la realización de la ficha técnica se han considerado varios aspectos relevantes a la hora de identificar cómo es la entidad, organización, institución o corporación, qué programa o actividad realiza, cómo se financia, así como si se realiza voluntariado o no.

ENTIDAD/ORGANIZACIÓN/ASOCIACIÓN/ADMINISTRACIÓN/INSTITUCIÓN		
<i>Nombre:</i>		
<i>Carácter:</i> <i>privado</i> <input type="checkbox"/> <i>público</i> <input type="checkbox"/> <i>tercer sector</i> <input type="checkbox"/>		
<i>Nombre del servicio:</i>		
<i>Ubicación:</i>	<i>Provincia:</i>	<i>Municipio:</i>
<i>Teléfono de contacto:</i> <i>Puesto que ocupa:</i>	<i>Persona de contacto:</i> <i>Mail de contacto:</i>	

INICIATIVA	
<i>Nombre de la iniciativa:</i>	
<i>Enlace web de la iniciativa:</i>	
<i>Descripción de la iniciativa:</i>	
<i>Objetivos de la iniciativa:</i>	
<i>Beneficios que busca:</i>	
<i>Físicos</i> <input type="checkbox"/>	<i>Cognitivos</i> <input type="checkbox"/> <i>Sociales</i> <input type="checkbox"/> <i>Otros</i> <input type="checkbox"/>
<i>Fecha de inicio de la iniciativa:</i>	<i>Fecha de finalización de la iniciativa:</i>
<i>Duración de la intervención:</i> <i>horas</i> <input type="checkbox"/> <i>días</i> <input type="checkbox"/> <i>meses</i> <input type="checkbox"/> <i>años</i> <input type="checkbox"/>	
<i>Horario de la práctica:</i>	
<i>Perfil de la persona a la que va dirigida la intervención:</i>	
<i>Número de participantes:</i>	
<i>Número de participantes potenciales:</i>	
<i>Coste de la iniciativa:</i> <i>Tipo de financiación:</i> <i>Servicio gratuito:</i> <i>si</i> <input type="checkbox"/> <i>no</i> <input type="checkbox"/> <i>Cantidad que abona la persona:</i>	

VOLUNTARIADO
<p><i>¿Existe en la iniciativa un voluntariado?</i></p> <p>Si <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/></p>
<p><i>¿Cuántos voluntarios/as participan?</i></p> <p>Número de voluntarios/as: _____</p>
<p><i>¿Se ofrece formación al voluntariado?</i></p> <p>Si <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/></p>
<p><i>¿Qué actividades realizan?</i></p> <p>Actividades principales:</p> <p>_____</p>

La selección de los apartados reflejados en la anterior ficha se ha realizado en base a lo que se necesita conocer de una iniciativa, y de esta manera, poder realizar un registro de todas las actividades desarrolladas. Esta ficha tiene como principal propósito facilitar la categorización de los diferentes programas relacionados con la Soledad no deseada en personas adultas mayores, según la clasificación realizada con anterioridad.

En el primer apartado se recogen datos de tipo identificativos con la finalidad de conocer los aspectos más generales acerca de la entidad, organización, institución o corporación. De esta manera se pueden identificar en mayor medida las entidades que realizan este tipo de iniciativas para conocer una información básica con el propósito de que, en caso de necesidad, se pueda contactar con ellos.

El segundo apartado pretende identificar la iniciativa que se realiza con la finalidad de actuar sobre la Soledad no deseada. Es decir, se pone el acento sobre la iniciativa y no sobre quién la realiza. Para ello se pretende conocer información básica como podría ser la “descripción”, u otros aspectos que pretenden profundizar más en las características que la definen, como por ejemplo sus objetivos o beneficios que buscan.

Finalmente, en el último apartado tiene el objetivo de conocer si la iniciativa, actividad o programa cuenta con personal voluntario, y si es así, si tiene formación específica para estas personas

colaboradoras. En este caso se ha considerado óptimo tener en cuenta este apartado porque el voluntariado es un aspecto fundamental a la hora de realizar estas actividades, ya que se puede aportar otro tipo de conocimientos. Además, favorece la concienciación social ante la situación de la Soledad no deseada.

7. Evaluación de las iniciativas relacionadas con la Soledad no deseada en personas mayores adultas

Para llevar a cabo la evaluación de las iniciativas relacionadas con la soledad en personas mayores adultas se ha considerado importante basarse en los agentes implicados, es decir, los/as profesionales, las personas usuarias y la entidad financiadora.

Se ha considerado pertinente tener asesoramiento por parte de la institución demandante de este Prácticum de investigación con la finalidad de poder realizar las fichas de evaluación de una manera lo más factible y semejante a lo que ellos requerían. Por ello, se realizó una entrevista, en la que, entre otros aspectos, se trató el tema de las fichas de evaluación.

La trabajadora social del Justicia de Aragón, así como el asesor del Área de Menores y Mayores, sugirieron que se realicen las preguntas de las fichas lo más concretas y cuantificables posibles para poder extraer resultados objetivos y, de esta manera, se podrá conocer con una mayor precisión el impacto que ha tenido la iniciativa, actividad o programa a evaluar.

Además, también se señalaron diferentes aspectos relacionados con la evaluación, teniéndolos en cuenta a la hora de construir las diferentes fichas. Entre ellos destacan la opinión de las personas usuarias, participación, vigencia de la iniciativa o personas que se creen alcanzadas en comparación con la que realmente se ha alcanzado, etc.

Con el fin de realizar esta evaluación, se han construido dos tipologías de fichas; la primera para desarrollar antes de la intervención, y la segunda de ellas para llevarla a cabo posteriormente a la iniciativa.

La primera tipología de ficha se focaliza en determinar si la persona se encuentra en un estado de Soledad no deseada o no, por ello es necesario llevarla a cabo antes de la intervención. Así mismo, se realizará nuevamente tras la actuación para conocer si esta ha sido o no eficiente.

Respecto a la segunda tipología, se han realizado tres tipos de fichas, para cumplimentarlas tras el desarrollo de la iniciativa, actividad o programa. En primer lugar, se encuentra una ficha enfocada en comprobar si la entidad ha alcanzado sus fines, y, en segundo lugar, dos que abordan los objetivos relacionados con solventar la soledad no deseada, entre las que se encuentran una orientada a la persona usuaria y otra a la entidad.

Valoración de la situación de Soledad no deseada de la persona mayor adulta

Nombre:

Apellido/s:

Indique con qué frecuencia se encuentra usted en cada una de estas situaciones

Esta valoración se comprende del 0 al 4, siendo 0 la puntuación más baja, es decir, con un grado inferior y 4 más alta.

	Nunca	Raramente	Frecuentemente	Siempre	NS/NC
Con qué frecuencia se siente infeliz haciendo actividades en su día a día	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia siente que no tiene con quien hablar	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia se encuentra esperando a que alguien le llame o le escriba	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia se siente totalmente solo	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia se siente incapaz de llegar a los que le rodean y comunicarse con ellos	1	2	3	4	0
Con qué	1	2	3	4	0

frecuencia siente la necesidad de estar acompañado					
Con qué frecuencia siente usted que es difícil socializar	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia tiene visitas en su domicilio	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia se siente silenciado y excluido por los demás	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia se relaciona con otras personas	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia realiza actividades sociales fuera de su domicilio	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia siente que tiene a su lado personas que se preocupen por usted	1	2	3	4	0
Tiene usted a alguien con el que hablar en su día a día	1	2	3	4	0

Niveles	Puntuación
Muy bajo	0 - 14
Bajo	15 - 26

Medio	27 - 36
Alto	37 - 46
Muy alto	47 - 65

El objetivo de esta valoración se orienta a poder identificar si la persona que acude a las entidades, organizaciones, asociaciones, instituciones, corporaciones o administraciones, se encuentra en una situación de Soledad no deseada o no.

Para ello, se le va a realizar una serie de preguntas sobre su cotidianidad respecto a actividades de la vida diaria, siendo puntuadas del 0 al 4, con la finalidad de saber cómo tiene que ser su intervención en función de las necesidades de la persona y, en caso de que no se adecue, el/la trabajador/a social de la entidad podrá acudir al Catálogo de Entidades que recogen las buenas prácticas para seleccionar qué iniciativa puede cubrir las necesidades de la persona.

La realización de esta evaluación de la vida diaria de la persona adulta mayor puede ayudar también a identificar otras situaciones que puede estar viviendo. Esto puede ser de gran utilidad, puesto que puede servir para derivarla a otro tipo de trabajadoras sociales especializadas en las necesidades que tenga y que, desde la propia actividad que se realiza en dicha entidad, organización, institución o corporación, no se ajustan.

Valoración de la actividad y la participación en la iniciativa

DATOS DE LA INICIATIVA

Clave identificativa:

Municipio-localidad:

Provincia:

Nombre y apellido/s del/la profesional responsable:

Órgano valorador:

Nombre del proyecto/iniciativa/actividad:

Se han apuntado... (nº de personas)	Han asistido... (nº de personas)	Participación			
		Pasiva (en caso afirmativo marcar con X)	Activa		
				Menos de la esperada	La esperada

IMPACTO DE LA ACTIVIDAD

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Esta tabla tiene como finalidad conocer el grado de participación en la actividad, así como su asistencia. De esta manera, se podrá conocer si este proyecto ha tenido repercusión en la vida de las personas adultas mayores en referencia a la evolución del grado de asistencia en comparación con las personas apuntadas.

A ello se le suma, el poder expresar de una manera más abierta y subjetiva el impacto que considera el/la profesional, que ha tenido la actividad, con la finalidad de poner hincapié también a una visión más amplia, valorando el por qué ha habido menos/más asistencia de la esperada o cómo han logrado que se ajuste a las expectativas.

Valoración de la persona usuaria de la iniciativa

(Realizar de nuevo el cuestionario de valoración inicial para ver si ha habido evolución en su situación)

Nombre de la iniciativa:

Nombre:

Apellido/s:

Género:

Período de participación:

	Negativa	Intermedia	Positiva	Muy positiva	NS/NC
¿Cómo se ha sentido durante la realización de la actividad?	1	2	3	4	0
¿Cuál ha sido el grado de satisfacción de la iniciativa?	1	2	3	4	0
¿Ha observado algún cambio en su vida?	1	2	3	4	0
¿En qué grado le ha ayudado la iniciativa en su situación?	1	2	3	4	0
Tras haber participado, ¿Se ha reducido su sentimiento de soledad?	1	2	3	4	0
¿Ha alcanzado los objetivos que quería conseguir?	1	2	3	4	0

Valoración profesional de la iniciativa

Nombre y apellidos del/la profesional:

Nombre de la iniciativa:

Fechas de realización de la iniciativa/actividad/programa:

(Soledad no deseada = SND)

En caso de que la respuesta a la primera pregunta sea no, la iniciativa no debería formar parte del catálogo.

¿Está vigente actualmente la iniciativa?	Sí		No		
¿Se revisa periódicamente la efectividad de la iniciativa?	Nunca (0)	Pocas veces (1)	A veces (2)	Casi siempre (3)	Siempre (4)
¿Se hace un seguimiento periódico de las personas usuarias?	Nunca (0)	Pocas veces (1)	A veces (2)	Casi siempre (3)	Siempre (4)
¿En qué grado considera que la actividad es útil para solventar la SND?	0	1	2	3	4
Grado de cumplimiento de los objetivos de la iniciativa	Muy bajo (0)	Bajo (1)	Medio (2)	Alto (3)	Muy alto (4)
Participantes esperados que iban a lograr los objetivos	Ninguno (0)		Pocos (1)	Muchos (3)	Todos (4)
Participantes que han logrado los objetivos	Ninguno (0)		Pocos (1)	Muchos (3)	Todos (4)
¿Ha habido una mejora de los vínculos sociales y emocionales de las	0	1	2	3	4

personas usuarias?					
--------------------	--	--	--	--	--

OBSERVACIONES

PROPUESTAS PARA QUE LA INICIATIVA MEJORE EL CUMPLIMIENTO DE OBJETIVOS

Valoración tabla:

En caso de que la respuesta a la primera pregunta sea sí; se deben contar los puntos:

Niveles	Puntuación
Nada eficiente	0 - 4
Poco eficiente	5 - 12
Eficiente	13 - 26
Muy eficiente	27 - 35

La finalidad de esta tabla es que el/la profesional valore la actividad que se está realizando, para así conocer si es efectiva y útil, mediante la medición de aspectos como son el cumplimiento de los objetivos propuestos para la iniciativa o si los participantes están cumpliendo sus objetivos propuestos.

También permitirá reflejar aquellos aspectos que el profesional considera que se deberían incorporar, de manera más subjetiva, ya que esto permite contar con opiniones personales.

8. Análisis de resultados

Como parte final de este trabajo se ha llevado a cabo el análisis de resultados para poder conocer la relación establecida entre todas las partes del Prácticum de investigación, dándole así un sentido completo al estudio realizado.

El objetivo principal que se ha pretendido alcanzar era sistematizar la información de las buenas prácticas en la atención y prevención de las personas mayores adultas que viven en Soledad no deseada, así como establecer un método para evaluarlas.

Respecto al objetivo de elaborar un método de sistematización, se ha llevado a cabo una exhaustiva búsqueda de información, empleando fuentes de información de diferentes autores/as o instituciones, entidades, organización, asociaciones y administraciones relacionadas con la temática del trabajo, como por ejemplo, Amigos de los Mayores, quienes han servido de inspiración principal para crear el método de sistematización, así como para adentrarse en el conocimiento sobre las personas adultas mayores que sufren las consecuencias de la Soledad no deseada. Así mismo, se han tenido en cuenta los conocimientos proporcionados en el Prácticum de investigación de las anteriores compañeras que abordaron “La soledad no deseada en personas mayores adultas en el barrio de Delicias” (Avellaneda. M. et al. 2020/2021).

Tras esta búsqueda de información a nivel general para afianzar los conocimientos acerca de la manera de realizar esta sistematización, se ha llevado a cabo el desarrollo de los dos objetivos específicos relacionados con esta cuestión.

El primero de ellos consiste en llevar a cabo una clasificación para aplicar a las diferentes prácticas relacionadas con la Soledad no deseada, categorizadas en función de: prevención, detección, aprendizaje, apoyo y acompañamiento y atención, considerando que cada una es más adecuada en función del momento de vida o de la situación de dependencia que se encuentra la persona adulta mayor en situación de Soledad no deseada. Para ello, se ha tomado como referencia, en el Plan del Mayor (Generación del cambio) del Gobierno de Aragón (2021).

Con el fin de alcanzar el siguiente objetivo específico relacionado con la sistematización, se ha realizado una reelaboración de una ficha tipo con la finalidad de clasificar todas las experiencias existentes, así como las futuras según la previa categorización, para lo que se ha tomado como

referencia la ficha del Colegio de Trabajo Social de Aragón, y se han introducido las modificaciones que se han considerado pertinentes al considerar que no se tenían en cuenta algunos aspectos importantes.

En relación con la evaluación, la información ha sido extraída principalmente de Ballart, X., quien ha servido como guía por sus indicaciones para evaluar programas y servicios públicos. Para ello, se ha propuesto el objetivo específico de “elaborar mecanismos de evaluación de las iniciativas, que permitan una revisión y actualización periódica”. Así pues, se han diseñado cuatro tipos de fichas de evaluación que pretenden valorar la experiencia de todos los actores que pueden verse implicados en el desarrollo de una buena práctica dirigida a personas adultas mayores en situación de Soledad no deseada.

La primera de ellas, “valoración de la situación de Soledad no deseada de la persona mayor adulta”, tiene como objetivo verificar la situación de Soledad no deseada en la persona adulta mayor, para delimitar si la persona se encuentra o no en esta situación. En segundo lugar, “valorar la actividad y la participación en la iniciativa” cuya finalidad sea comparar las expectativas de la participación con la finalmente alcanzada. La siguiente es la “valoración de la persona usuaria de la iniciativa”, en la que se mide el grado de satisfacción de la persona que ha participado en el programa según los objetivos que ha alcanzado. Y, por último, “la valoración profesional de la iniciativa” que sirve para conocer si está vigente o no y si se han logrado los objetivos que se querían conseguir de la propia iniciativa.

Además de la notoriedad de la no necesidad de llevar a cabo este objetivo, se ha observado otra falta de correlación, ya que, había una disparidad de datos entre unos/as autores/as y otros/as. Tras observar este desacuerdo entre las cifras, se realizó una búsqueda de los datos correctos y actualizados acerca de los parámetros erróneos.

Cabe recalcar que para poder ejecutar dicho análisis de los resultados es óptimo hacer una comparación con otros estudios y trabajos anteriormente publicados, con la finalidad de observar si existe correlación entre ambos. En este aspecto, pese a haber recabado información sobre los puntos principales del Prácticum de investigación, el paralelismo entre este estudio y el de otro tipo de autores/as ha tenido que ser de manera desglosada, es decir, se ha tenido que ejecutar una comparación por partes, puesto que la sistematización y evaluación de buenas prácticas respecto a la Soledad no deseada en personas mayores adultas no se ha desarrollado, por lo que la información sobre esta era inexistente.

Esta correlación se ha realizado en la categorización, dando uso del Prácticum de investigación anteriormente desarrollado por las compañeras. Para ello, tras conocer las entidades, organizaciones, instituciones, asociaciones y administraciones que realizan este tipo de prácticas, se han tomado como base sus características para poder observar si la categorización realizada cumple con los requisitos necesarios, para que todas las iniciativas estén recogidas en la sistematización planteada, además de que éstas cumplan con el objetivo de que sean proyectos que lleven a cabo buenas prácticas.

Para terminar con el análisis de los resultados, se recomienda que, en caso de que se quieran emplear las herramientas que se proporcionan con esta investigación, se empleen en su conjunto todas ellas porque guardan una relación que permite conocer al completo la iniciativa desde todos los puntos de vista.

9. Conclusiones

Como conclusión, se alude principalmente a la consecución de la petición elaborada por la entidad demandante de la investigación, el Justicia de Aragón, ya que se conseguirá establecer un método de sistematización y uno de evaluación, ambos efectivos desde el punto de vista de los conocimientos sociales.

Tras la realización de la investigación, se observará la necesidad de clasificar las iniciativas que se llevarán a cabo en relación con la Soledad no deseada, de forma que quedarán excluidas aquellas que no se adapten a los requisitos necesarios para clasificarse como “buenas prácticas”, ya que se ha podido observar que la Soledad no deseada cada vez está teniendo una mayor repercusión, como consecuencia de la pandemia Covid-19.

Es importante destacar que una de las causas por la que se ha visto incrementada la Soledad no deseada en personas mayores adultas ha sido la pérdida de relaciones sociales como consecuencia del estado de alarma, impidiendo poder relacionarse con su entorno de manera habitual.

Así mismo, una gran parte de las personas adultas mayores han desarrollado un sentimiento de inseguridad y miedo al reducir sus contactos y encontrarse ante una falta de compañía. Así, se han sentido tanto excluidas como aisladas, lo que ha provocado que aumente su sensación de soledad. Para ello, es de vital importancia transmitirles la utilidad de las tecnologías para mantenerse en

contacto a través de llamadas telefónicas y videollamadas con profesionales, familiares y amigos/as. Poniendo en el punto de mira la necesidad de que estas personas siempre se mantengan en contacto, se sientan protegidas y puedan satisfacer sus necesidades vitales.

Como resultado de esto, se ha podido comprender la importancia que tienen este tipo de iniciativas para los/as profesionales, ya que estas sirven como guía para poner en práctica la actuación específica que se quiera llevar a cabo y poder ofrecer soluciones más efectivas y de calidad a este problema en el futuro.

Por otra parte, se considera oportuno plantear las conclusiones desde el punto de vista de la realización del propio proyecto, analizando las diferentes dificultades que han surgido, así como si se han alcanzado los objetivos de una manera satisfactoria.

En primer lugar, el principal obstáculo que se ha observado ha sido establecer contacto con el Colegio de Profesionales del Trabajo Social de Aragón, ya que sopesó la necesidad de realizar una entrevista a esta entidad, pero, tras un primer contacto con la institución no se pudo llevar a cabo.

En segundo lugar, se observa que los objetivos se han alcanzado con éxito, sin embargo, hay uno de ellos que no se ha cumplido, ya que, finalmente se ha abordado la sistematización desde otro punto de vista, por lo que no era necesario categorizar los tipos de perfiles de personas adultas mayores que se encuentran en situación de Soledad no deseada. Se han utilizado como referencia numerosas fuentes de información, y junto con ellas, las entrevistas realizadas a los/as profesionales de referencia, llegando a la conclusión final de que no era la forma correcta de enfocar el trabajo y que no servía para el conjunto de la investigación. Por todo ello, finalmente, no se han clasificado los tipos de personas.

Así mismo, es importante destacar la función que tendrá este trabajo para poder atender a las personas mayores adultas con la mayor eficacia y calidad posible, ya que, gracias a la clasificación que se realizará, se tendrán en cuenta sus necesidades a la hora de escoger la iniciativa. De forma que, se logrará una mayor adecuación a dichas necesidades obteniendo resultados más efectivos.

Tras la elaboración de este trabajo, se extraerá como principal consecuencia, el legado de herramientas que se dejarán, para poder conocer de forma analítica y objetiva las buenas prácticas tanto presentes como futuras, ya que se diseñarán con la finalidad de poder ser utilizadas de manera atemporal y en cualquier contexto.

Finalmente, este trabajo de cara al futuro, no se elaborará como un mero informe en el que se recoge información, sino que se pretenderá crear una herramienta útil, y con la posibilidad de ser tomada como ejemplo en diversos contextos y mejorable por quien desee guiarse por ella como inspiración.

Bibliografía

Behar, D. (2008). *Introducción a la Metodología de la Investigación*. Shalom.

Castro, M. (2016). *Sistematización en trabajo social. Un proceso de construcción del conocimiento entre la práctica y la teoría*. Lito Grapo.

Corbetta, P. (2003). *Metodología y técnicas de investigación social*. Mc Graw Hill.

González, B. (2000). Nuevas perspectivas en la explotación y aprovechamiento de los datos secundarios, en M. García, J. Ibáñez y F. Alvira (eds. comp.), *El análisis de la realidad social* (pp. 299-341, 3ª edición revisada). Alianza.

Jara, O. (2018). *La sistematización de experiencias: práctica y teoría para otros mundos posibles*. Cinde.

Reboloso, E. y Fernández, B., y Cantón, P. (2008). *Evaluación de programas de intervención social*. Síntesis.

Sandoval, A. (2001). *Propuesta Metodológica para sistematizar la práctica profesional del trabajo social*. Espacio Editorial.

Weiss, R. (1983). *Loneliness: the experience of emotional and social isolation*. MIT Press.

Webgrafía

Acero, C. (1988). La investigación en Trabajo Social. Cuadernos de Trabajo Social, (1), 36-46. Recuperado de: <https://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/view/CUTS8888110035A/8653>

Amigos de los Mayores (2021). *Tenemos un gran plan, y nos encanta que formes parte de él*. Plan Estratégico 2021-2025. Recuperado de: <https://amigosdelosmayores.org/es/actualidad/tenemos-un-gran-plan-y-nos-encanta-que-formes-parte-de-el>

Amigos de los Mayores (s.f.). Soledad y vejez. Recuperado de: <https://amigosdelosmayores.org/es/soledad-vejez>

Avellaneda, M. et al., (2020/2021). La Soledad no deseada en personas adultas mayores en el barrio de Delicias (Prácticum de investigación) Grado en Trabajo Social. Universidad de Zaragoza. Recuperado de: https://eljusticiadearagon.es/wp-content/uploads/dlm_uploads/2022/04/PRACTICUM-SOLEDAD-NO-DESEADA.pdf

Ávila, G. (2020). Sistematización de la práctica y escritura creativa en Trabajo Social. *Margen: revista de trabajo social y ciencias sociales*, (99). Recuperado de: <https://www.margen.org/suscri/margen99/Avila-99.pdf>

Ballart, X., (1992). *¿Cómo evaluar programas y servicios públicos? Aproximación sistemática y estudios de caso*. Ministerio para las Administraciones Públicas. Recuperado de: http://ibcm.blog.unq.edu.ar/wp-content/uploads/sites/28/2014/03/Ballart_como-evaluar-programs-publicos.pdf

Barrios, L. y Ibero, M. Gutiérrez, M. (2021). Guía de Sistematización de buenas prácticas. Aldeas Infantiles SOS. Recuperado de: <https://www.aldeasinfantiles.org.uy/wp-content/uploads/2021/03/Guia-de-sistematizacion-de-buenas-practicas-1.pdf>

Boira, S. (2022). La planificación. Apuntes asignatura Programas y prestaciones de los Servicios Sociales.

Bueno, A. (2013). Producción de conocimiento sobre investigación en Trabajo Social. Trabajo Social, (15), 125-141. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4669195.pdf>

Caparrós, N. Carbonero, D. y Raya, E. (2017). Construir conocimiento desde la práctica: ejemplos de sistematización en Trabajo Social. *Interacción y Perspectiva. Revista de Trabajo Social* Vol. pp. (61-67). Vol. 7 No 1. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5859943>

Carvajal, A. (2005) Miradas sobre la sistematización de experiencias en Trabajo Social. *Revista de Trabajo Social e Intervención Social* nº10. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6746429>

Comité Hábitat Español (2016). Ciudades para un futuro más sostenible. Grupo de Trabajo de Buenas Prácticas. Recuperado de: <http://habitat.aq.upm.es/bpes/>

Cooperación para el Desarrollo de la Embajada de Suiza en Bolivia. (2020). Guía de Sistematización para la recuperación de Buenas Prácticas y Lecciones Aprendidas. Recuperado de: https://formaciontecnicabolivia.org/sites/default/files/publicaciones/guia_de_sistematizacion_12.12.pdf

Claver, C. (2019/2020). Soledad, salud y Trabajo Social (Trabajo de Fin de Grado) Grado en Trabajo Social. Universidad de Zaragoza. Recuperado de: Zaguán <https://zaguan.unizar.es/record/101960/files/TAZ-TFG-2020-1396.pdf>

Del Pilar, T. y Vélez, G. (2016). Sistematización de experiencias como aporte al fortalecimiento profesional y disciplinar del Trabajo Social. *Revista de Trabajo Social y Ciencias Sociales* nº80. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5655292>

D.P. (2021). Soledad no deseada: Un reto de las ciudades para las próximas décadas. *El periódico.com* Recuperado de: <https://www.elperiodico.com/es/sociedad/20210730/soledad-deseada-reto-ciudades-proximas-11947510>

Esteban, E., y Del Olmo, N. (2021). La sistematización de la intervención como metodología de investigación en Trabajo Social. Importancia práctica y teórica de la fase de recogida de datos en la intervención social según experiencia del Programa de Apoyo programa de la asignatura “análisis de fuentes y de datos ...a las Familias en Zaragoza, España. *Prospectiva. Revista de Trabajo Social e intervención social*, (31), 281-298. doi: 10.25100/prts. v0i31.8857. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7966322.pdf>

García, M. (2016). Propuestas de evaluación de la intervención del Trabajo Social en el nivel microsocial. Universidad de Murcia. Recuperado de: https://publicaciones.unirioja.es/catalogo/online/CIFETS_2016/Monografia/pdf/TC140.pdf

Gobierno de Aragón. (2017). El trato a las personas mayores. Promoción del buen trato y detección de malos tratos. Recuperado de: https://www.aragon.es/documents/20127/2490005/2017_El_trato_a_las_personas_mayores.pdf/3e96190b-eb3-3adc5-9bdc-f7afc9389e80?t=1561366372150

Gobierno de Aragón. (2021). Plan de Mayor. Generación del cambio. Recuperado de: <https://www.aragon.es/documents/20127/2490005/MAYORES+Plan+Generaci%C3%B3n+de+Cambio.pdf/a6374ca6-84b8-790e-68c0-105a55e086be?t=1637146518058>

Gobierno de Aragón. (2022). Datos básicos de las mujeres. Recuperado de https://www.aragon.es/documents/20127/3363036/Datos_Basicos_Mujer_2022.pdf/3e755806-d447-3e47-1863-70d6f069ba3e?t=1646732360107

Guerrero, M. (2016). La investigación cualitativa. INNOVA Research Journal, Vol 1, No. 2, 1-9. Universidad Internacional del Ecuador. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5920538.pdf>

Instituto Nacional de Estadística (INE). (2019). Esperanza de vida en buena salud. Recuperado de: https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259944484675&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout¶m1=PYSDetalleFichaIndicador¶m3=125993749908

Instituto Nacional de Estadística (INE). (2020). «Número de hogares unipersonales por comunidades y ciudades autónomas según sexo, edad y estado civil». Recuperado de: <https://ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t20/p274/serie/def/p02/10/&file=02014.px#!tabs-tabla>.

Instituto Nacional de Estadística (INE). (2021). «Encuesta continua de hogares». Recuperado de: https://www.ine.es/prensa/ech_2020.pdf

INPEA. (2002). Declaración de Toronto para la Prevención Global del Maltrato de las Personas Mayores. Organización Mundial de la Salud Ginebra. Recuperado de: http://www.inpea.net/images/TorontoDeclaracion_Espanol.pdf

Jara, O. (2008). Orientaciones teórico-prácticas para la sistematización de experiencias. Biblioteca Electrónica sobre Sistematización de Experiencias. Recuperado de: http://centroderecursos.alboan.org/ebooks/0000/0788/6_JAR_ORI.pdf

Jara, O. (2011). La evaluación y sistematización. *Revista Internacional de Investigación en Educación Global y para el Desarrollo*. Recuperado de: <http://educacionglobalresearch.net/wp-content/uploads/06-Jara-1-Castellano.pdf>

Jiménez, I. y Sanhuesa, A. (1986). Trabajo social y evaluación. *Revista de trabajo social*, (48), enero-abril, 30-36. Recuperado de: <https://repositorio.uc.cl/xmlui/bitstream/handle/11534/6349/000381751.pdf>

Lavilla, C. (2011). La evaluación. *Pedagogía Magna*, (11) 303-310. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3629230>

Ley Orgánica 5/2007, de 20 de abril, de reforma del Estatuto de Autonomía de Aragón. Boletín Oficial del Estado, 97, 2007-8444. Recuperado de: <https://www.boe.es/buscar/pdf/2007/BOE-A-2007-8444-consolidado.pdf>

Luesia, F. y Morel, M. (2018). Estrategia de atención y protección social para las personas mayores en Aragón. Recuperado de: https://www.aragon.es/documents/20127/2490005/Estrategia_atencion_personas_mayores2.pdf/789f9394-111c-55d2-0cd5-6b7379fef97c?t=1562834588080

Malgesini, G. (2012). Guía metodológica sobre el proyecto de Intervención Social. European Anti Poverty Network. Madrid. Recuperado de: <http://eapn-galicia.com/wp-content/uploads/2014/07/Proyecto-de-Intervenci%C3%B3n-Social.-EAPN-Espa%C3%B1a.-2012.pdf>

Martín, U. y González, Y. (2021). Soledad no deseada, salud y desigualdades sociales a lo largo del ciclo vital. *Gaceta Sanitaria*. Sep-Oct;35(5):432-437. doi: 10.1016/j.gaceta.2020.07.010. Recuperado de: <https://www.gacetasanitaria.org/es-soledad-no-deseada-salud-desigualdades-articulo-S0213911120301977>

Ministerio de educación, Perú. (s.f). Guía para sistematizar buenas prácticas. Recuperado de: <https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/6010/Gu%C3%ada%20para%20sistematizar%20buenas%20pr%C3%a1cticas.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Montes del Ca, Á., y Montes, A. (2014). Guía para proyectos de investigación. *Revista Universitas*, XII (20), enero-junio, p. 91-126. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5968342.pdf>.

Morgan, M^aL. y Quiroz, T. (1988) Acerca de la sistematización en VV.AA. (1988) La sistematización de la práctica. Buenos Aires: Humanitas – Celats, pp. 7-16. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5859943.pdf>

Observatorio Aragonés de la Soledad (2022). Catálogo de Iniciativas y Recursos Aragoneses de la Soledad. Aragón. Recuperado de https://eljusticiadearagon.es/wp-content/uploads/dlm_uploads/2022/03/Cat%C3%A1logo-de-iniciativas-PDF.pdf

Perea, O. (2010). Guía de evaluación de programas y proyectos sociales. Plataforma de ONG de Acción Social. Madrid. Recuperado de: <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/989/1/Plan%20Estrat%c3%a9gico%20del%203er%20sector%20de%20acci%c3%b3n%20social.pdf>

Pérez, A. (2021). “La evaluación de un proyecto. Herramienta clave para evitar el fracaso”. Business School. Recuperado de: <https://www.obsbusiness.school/blog/la-evaluacion-de-un-proyecto-herramienta-clave-para-evitar-el-fracaso>

Plan de Acción. (2014-2017). Ciudad amigable con las Personas Mayores. Recuperado de: <https://www.zaragoza.es/contenidos/sectores/mayores/plan-accion-1417.pdf>

Real Academia Española de la Lengua (RAE). (s.f.). Soledad. Diccionario en línea de la lengua española, 23.^a ed., [versión 23.5 en línea]. Extraído el 03 de marzo 2022, de: <https://dle.rae.es/soledad>

Roldan, S. (2019/2020). Soledad, mayores y cooperación grupal: Proyecto de intervención en el barrio de las fuentes (Zaragoza), (Trabajo de Fin de Grado). Grado en Trabajo Social. Universidad de Zaragoza. Recuperado de: Zaguán. <https://zaguan.unizar.es/record/101758/files/TAZ-TFG-2020-4754.pdf>

Ruiz, L. (2001). La sistematización de prácticas. Recuperado de: www.oei.es/historico/equidad/liceo.PD

Sala, E. y Martínez, R. (2020). El impacto de la Covid-19 en el sentimiento de soledad no deseada de las personas mayores. Observatorio de la soledad- Fundación Amigos de los Mayores. Barcelona. Recuperado de: <https://amigosdelosmayores.org/es/impacto-covid>

Sistematización del trabajo Social - Iplacex. (s.f.). Sistematización en el Trabajo Social unidad N° I. Introducción a la Sistematización. Iplacex Tecnológico Nacional. Recuperado de: http://cursos.iplacex.cl/CED/STS6004/S1/ME_1.pdf

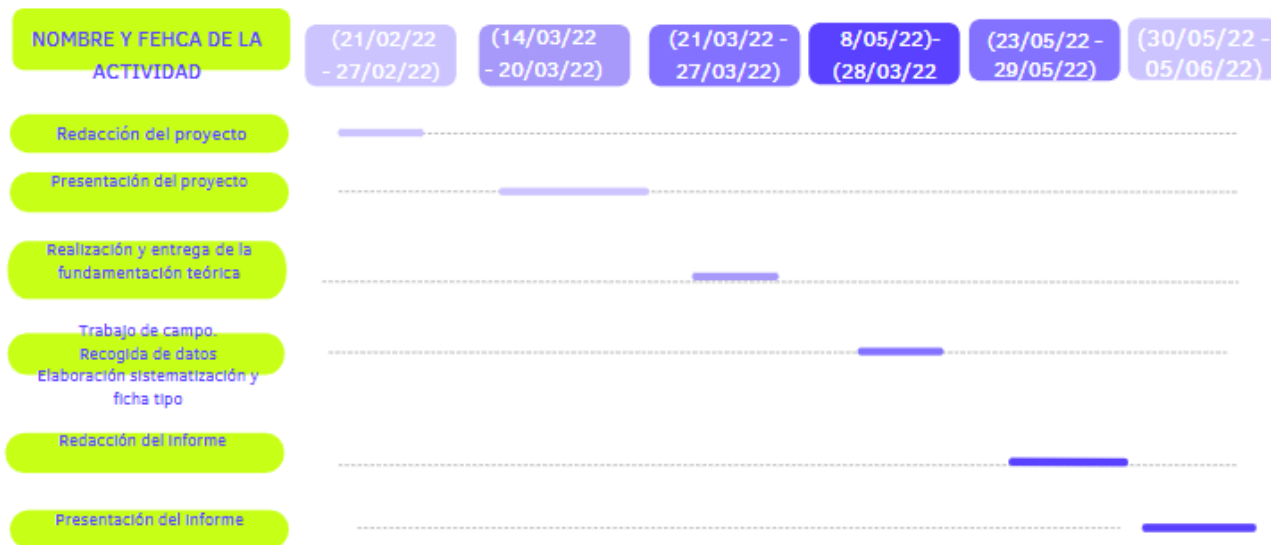
Urbina, F. (2017). La evaluación. Recuperado de: <http://tsmajocancino.blogspot.com/2017/09/6-la-evaluacion.html>

Vega, R. y Gómez, C. (2012). Importancia de la evaluación de programas sociales. Una revisión documental de algunas perspectivas. En contribuciones a las Ciencias Sociales. Recuperado de: <https://www.eumed.net/rev/cccss/20/vcgp.html>

Yusta, R. (2019). La soledad no deseada en el ámbito de la Gerontología. *Trabajo social Hoy* (88),25-42. doi: 10.12960/TSH.2019.0014 Recuperado de: <http://www.trabajosocialhoy.com/articulo/239/la-soledad-no-deseada-en-el-ambito-de-la-gerontologia/>

ANEXOS

Anexo 1: Planificación “Diagrama de Gantt”



Anexo 2: Fichas de evaluación

Valoración de la situación de la soledad no deseada de la persona mayor adulta

	Nunca	Raramente	Frecuentemente	Siempre	NS/NC
Con qué frecuencia se siente infeliz haciendo actividades en su día a día	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia siente que no tiene con quien hablar	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia se encuentra esperando a que alguien le llame o le escriba	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia se siente totalmente solo	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia se siente incapaz de llegar a los que le rodean y comunicarse con ellos	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia siente la necesidad de estar acompañado	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia siente usted que es difícil socializar	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia tiene	1	2	3	4	0

visitas en su domicilio					
Con qué frecuencia se siente silenciado y excluido por los demás	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia se relaciona con otras personas	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia realiza actividades sociales fuera de su domicilio	1	2	3	4	0
Con qué frecuencia siente que tiene a su lado personas que se preocupen por usted	1	2	3	4	0
Tiene usted a alguien con el que hablar en su día a día	1	2	3	4	0

Niveles	Puntuación
Muy bajo	0 - 14
Bajo	15 - 26
Medio	27 - 36
Alto	37 - 46
Muy alto	47 - 65

Valoración de la actividad y la participación en la iniciativa

Se han apuntado... (nº de personas)	Han asistido... (nº de personas)	Participación			
		Pasiva (en caso afirmativo marcar con X)	Activa		
			Menos de la esperada	La esperada	Más de la esperada

<p>IMPACTO DE LA ACTIVIDAD</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
--

	Negativa	Intermedia	Positiva	Muy positiva	NS/NC
¿Cómo se ha sentido durante la realización de la actividad?	1	2	3	4	0
¿Cuál ha sido el grado de satisfacción de la iniciativa?	1	2	3	4	0
¿Ha observado algún cambio en su vida?	1	2	3	4	0
¿En qué grado le ha ayudado la iniciativa en su situación?	1	2	3	4	0
Tras haber participado, ¿Se ha reducido su sentimiento de soledad?	1	2	3	4	0
¿Ha alcanzado los objetivos que quería conseguir?	1	2	3	4	0

OBSERVACIONES

.....

.....

.....

Niveles	Puntuación
Muy negativa	0 - 3
Negativa	4 - 10
Indiferente	11 - 16
Positiva	17 - 24
Muy positiva	25 - 30

Valoración profesional de la iniciativa

¿Está vigente actualmente la iniciativa?	Sí		No		
¿Se revisa periódicamente la efectividad de la iniciativa?	Nunca (0)	Pocas veces (1)	A veces (2)	Casi siempre (3)	Siempre (4)
¿Se hace un seguimiento periódico de las personas usuarias?	Nunca (0)	Pocas veces (1)	A veces (2)	Casi siempre (3)	Siempre (4)
¿En qué grado considera que la actividad es útil para solventar la SND?	0	1	2	3	4
Grado de cumplimiento de los objetivos de la iniciativa	Muy bajo (0)	Bajo (1)	Medio (2)	Alto (3)	Muy alto (4)
Participantes esperados que iban a lograr los objetivos	Ninguno (0)		Pocos (1)	Muchos (3)	Todos (4)
Participantes que han logrado los objetivos	Ninguno (0)		Pocos (1)	Muchos (3)	Todos (4)
¿Ha habido una mejora de los vínculos sociales y emocionales de las personas usuarias?	0	1	2	3	4

OBSERVACIONES

PROPUESTAS PARA QUE LA INICIATIVA MEJORE EL CUMPLIMIENTO DE OBJETIVOS

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Valoración tabla:

En caso de que la respuesta a la primera pregunta sea sí; se deben contar los puntos:

Niveles	Puntuación
Nada eficiente	0 - 4
Poco eficiente	5 - 12
Eficiente	13 - 26
Muy eficiente	27 - 35

ENTIDAD		
<i>Nombre de la entidad:</i>		
<i>Carácter de la entidad:</i> <i>privado</i> <input type="checkbox"/> <i>público</i> <input type="checkbox"/> <i>tercer sector</i> <input type="checkbox"/>		
<i>Nombre del servicio:</i>		
<i>Ubicación:</i>	<i>Provincia:</i>	<i>Municipio:</i>
<i>Teléfono de contacto:</i> <i>Puesto que ocupa:</i>	<i>Persona de contacto:</i> <i>Mail de contacto:</i>	

INICIATIVA	
<i>Nombre de la iniciativa:</i>	
<i>Enlace web de la iniciativa:</i>	
<i>Descripción de la iniciativa:</i>	
<i>Objetivos de la iniciativa:</i>	
<i>Beneficios que busca:</i>	
<i>Físicos</i> <input type="checkbox"/>	<i>Cognitivos</i> <input type="checkbox"/> <i>Sociales</i> <input type="checkbox"/> <i>Otros</i> <input type="checkbox"/>
<i>Fecha de inicio de la iniciativa:</i>	<i>Fecha de finalización de la iniciativa:</i>
<i>Duración de la intervención:</i> <i>horas</i> <input type="checkbox"/> <i>días</i> <input type="checkbox"/> <i>meses</i> <input type="checkbox"/> <i>años</i> <input type="checkbox"/>	
<i>Horario de la práctica:</i>	
<i>Perfil de la persona a la que va dirigida la intervención:</i>	
<i>Número de participantes:</i>	
<i>Número de participantes potenciales:</i>	
<i>Coste de la iniciativa:</i> <i>Tipo de financiación:</i> <i>Servicio gratuito:</i> <i>si</i> <input type="checkbox"/> <i>no</i> <input type="checkbox"/> <i>Cantidad que abona la persona:</i>	

VOLUNTARIADO

¿Existe en la iniciativa un voluntariado?

Si *No*

¿Cuántos voluntarios/as participan?

Número de voluntarios/as: _____

¿Se ofrece formación al voluntariado?

Si *No*

¿Qué actividades realizan?

Actividades principales:

Anexo 5: Índice de gráficos y tablas (como ya está citado en las primeras páginas, lo quitaría de aquí)

Gráfico 1. Cambios en el sentimiento de Soledad durante el confinamiento.

Gráfico 2. Hogares unipersonales en el año 2020

Gráfico 3. La población mayor de 65 años de origen extranjero residente en Aragón.

Gráfico 4. Pasos a seguir para la realización de la sistematización de buenas prácticas

Gráfico 5. Sistematización de buenas prácticas de la Soledad no deseada

Tabla 1. Número (en miles) de personas que vivían solas en 2020 en España

Tabla 2. Personas mayores en Aragón 2021

Tabla 3. Objetivos de las diferentes categorías de las iniciativas relacionadas con Soledad no deseada en personas mayores adultas.