

# CONSTRUYENDO UN FUTURO PARA ENVEJECER ACTIVAMENTE

## **Resumen de una gran jornada de reflexión, formación y participación de los socios y simpatizantes de BRISA DEL CANTÁBRICO.**

La Cooperativa Brisa del Cantábrico celebró, el pasado 25 de Abril, en el Centro Cívico de Meruelo, una Jornada abierta dirigida a los socios y personas interesadas en la que se expusieron cinco ponencias referidas a los aspectos básicos de los proyectos alternativos, como es el caso de Brisa del Cantábrico, a los geriátricos convencionales.

**Severo Méndez**, socio de la cooperativa, presentó la Jornada manifestando la apuesta de la Cooperativa por la transparencia, la información y la necesidad de ideas claras antes de iniciar la construcción. Al mismo tiempo, esta jornada, como otras que se han celebrado con anterioridad, constituye una buena oportunidad de convivencia y reconocimiento entre los socios.

El contenido de esta jornada se planteó buscando obtener respuestas de expertos en temas tan importantes para el proyecto como el diseño arquitectónico, la estructura social, la atención a la dependencia y la eficiencia energética a través de las energías alternativas.

## **PRESENTE Y FUTURO DE LA COOPERATIVA BRISA DEL CANTABRICO**

**Nemesio Rasillo Oliver**, Presidente de Brisa del Cantábrico, se refirió a los fundamentos sobre los que se apoya Brisa del Cantábrico, su situación actual, el perfil de los socios y las previsiones de futuro.

El “presente” de este proyecto son sus 92 socios y la opción de compra sobre un terreno excepcional de 70.000 m<sup>2</sup>, en leve pendiente y orientación sur, ubicado en Meruelo. Tras los correspondientes trámites administrativos, se prevé el inicio de la construcción para el año 2018. El rango de edades de los actuales socios, que va desde los 47 a los 80 años, permite ser optimistas en cuanto a la viabilidad del proyecto, el relevo generacional y la similitud de nuestro futuro “barrio residencial” con la vida real de cualquier pueblo de nuestra geografía.

Y el “futuro” pretende ser un espacio atractivo, deseable, con vida, en el que se repita la misma relación entre personas dependientes y autónomas que existe en la vida real (18/82 %) en contraposición con la realidad de los geriátricos habituales (93/7 %). Se señaló también que en Brisa del Cantábrico, a diferencia de otros proyectos, los socios elegirán tanto la fecha de incorporación como la dosis de privacidad y vida social que cada uno quiera y que será necesario controlar en el futuro la entrada de nuevos socios (situación contemplada en nuestros estatutos) para mantener la relación autónomos/dependientes en porcentajes que permitan la viabilidad del proyecto a largo plazo.

## **TRABENSOL, UNA RESPUESTA NECESARIA. REALIDADES Y RETOS**

**Paloma Rodríguez Villegas**, Presidenta de la Cooperativa TRABENSOL, de Torremocha del Jarama (Madrid), mostró un proyecto que ya es realidad, puesto que lleva casi dos años en funcionamiento con 90 socios distribuidos en 54 apartamentos. Son un grupo de personas, unidos por un antiguo y expreso compromiso social, con experiencia en el ámbito cooperativo, que decidieron crear un centro social de convivencia autogestionado, bajo el modelo cooperativo, para vivir la última etapa de sus vidas. No querían un geriátrico al uso y por eso se plantearon su proyecto como una alternativa a los modelos actuales (familia o residencias convencionales), que a su juicio conducen a la marginación, la exclusión social y la soledad en la última etapa de la vida.

En la actualidad, contó Paloma Rodríguez, bajo el lema “cooperando se llega más lejos que compitiendo” asumen una vejez activa y responsable basada en valores cooperativos como la ayuda mutua, la solidaridad, el compromiso y la tolerancia, primando siempre la cooperación frente a la competitividad y el individualismo. Se potencian las aportaciones individuales de cada socio mediante su participación en las comisiones sociosanitaria, económica, de comunicación o de patrimonio y se promueve asimismo la información interna y la integración en el pueblo de Torremocha, con el que participan en la organización de eventos socioculturales e incluso en la política municipal.

En cuanto a sus retos inmediatos está el seguir manteniendo la autogestión, el compromiso activo de todos los socios y conseguir el relevo generacional, necesario para la viabilidad del proyecto a largo plazo. Mediante el planteamiento de una vida sana y activa, pretenden retrasar lo más posible la llegada de la dependencia, pero quieren estar preparados para esta circunstancia por lo que han creado un fondo de solidaridad, aunque reconoce que deben profundizar más en este tema que inicialmente dejaron un poco marginado.

## **EJEMPLOS DE BUENAS PRÁCTICAS EN EL DISEÑO DE VIVIENDAS PARA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO**

**Heitor García Lantarón**, arquitecto, doctorando en la universidad de Aalborg (Dinamarca) con la tesis “VIVIENDA PARA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO” expuso algunos ejemplos de diseños arquitectónicos que se están llevando a cabo en los países nórdicos, que son referencia mundial en el diseño de espacios para personas mayores y en avances sociales para la atención a la dependencia.

Partiendo de las respuestas dadas en Dinamarca a la atención a los mayores y de los diferentes modelos de vivienda para este sector de población desarrollados en ese país, cuyo hito fundamental está en la prohibición por ley, en 1987, de las residencias de ancianos convencionales, destacó el ponente el tránsito de las llamadas “Viviendas para mayores”, integradas por la casa propia –privacidad-, la casa común –convivencia- la atención especializada externa y un diseño arquitectónico excelente, pasando por el “Cohousing” (años 80) que suma a las características anteriores la autogestión cooperativa, para llegar a mediados de los 90 a la creación de las “unidades de

dependencia” para dar solución a la atención a los grandes dependientes que no era viable en los otros sistemas.

Señaló, además, Heitor García los cuatro principios sobre los que debe descansar el diseño arquitectónico en este campo:

- Independencia: La arquitectura debe permitir que los mayores puedan seguir siendo participantes activos en la sociedad.
- Interacción social: El diseño arquitectónico ha de facilitar las relaciones sociales al tiempo que permite la dosis de privacidad que cada uno desee.
- Integración social: Las edificaciones para mayores deben ubicarse en entornos sociales vivos, evitando *aparcar* a los ancianos lejos como si fueran objetos inservibles o molestos.
- Identidad: Los espacios y los elementos ornamentales podrán adaptarse a los gustos de la persona, de forma que ésta se sienta como en su casa.

### **El modelo de “Atención Centrada en la Persona”. La experiencia del proyecto Etxean Ondo en domicilios y medio residencial**

La Cooperativa Brisa del Cantábrico muestra desde su creación una especial sensibilidad por todo lo relacionado con la dependencia y, aunque parece que los dependientes de grado I y II pueden recibir una atención personalizada en su propio domicilio, siguiendo la pauta marcada por los países más avanzados en esta materia, la dependencia de grado III tiene connotaciones específicas y una gran complejidad. Para hablar de esto, contamos con **Miguel Leturia Arrazola**, Psicólogo responsable de investigación de “Matia Instituto Gerontológico” (San Sebastián), institución con más de 100 años de experiencia en el acompañamiento a personas mayores y que en la actualidad aplica el Modelo de Atención Centrada en la Persona (ACP), enfocado a la promoción de la autonomía y la dignidad de cada usuario, en función de su situación personal, sus preferencias y sus capacidades.

El ponente introdujo su intervención indicando que la Fundación Matía está centrada en la atención a la dependencia y apuntó algunas ideas importantes como que en España el gran asistente social es la familia y que a partir de 21 h semanales de asistencia domiciliaria deberíamos plantearnos el paso de las personas dependientes a las “Unidades de Convivencia”, en las que recibirían una atención personalizada permanente.

El modelo ACP parte de un principio fundamental y novedoso y es que la persona debe ocupar siempre el centro, de donde deriva que se consideren sus deseos, intereses y preferencias, se potencien sus fortalezas, sea cual sea su grado de dependencia, y se preserve y mantenga el ejercicio de su autonomía. Se considera por lo tanto que las personas dependientes deben participar en las decisiones que les afectan, por lo que en este sistema se actúa con flexibilidad, respeto y privacidad. Los profesionales ya no mandan, imponen y exigen sino que saben, escuchan, apoyan y acompañan.

Como resumen de esta novedosa forma de entender la ayuda a la dependencia en sus diferentes grados, el ponente destacó los siguientes cambios:

- Pasar de “centrarse en la tarea” a “centrarse en la persona”.
- Cambiar el “hacer para” por “hacer con” la persona.
- Introducir la “Historia de vida”, averiguando el estilo de vida que ha llevado esa persona desde el nacimiento hasta el momento actual e incorporándolo en el domicilio.
- Desarrollar rutinas en torno a las actividades de la vida cotidiana.
- Compartir comidas o tareas habituales.
- Asignar personas de referencia, que siempre son las mismas, para crear confianza y complicidad.
- Crear ambientes y entornos amigables, reconocibles por los usuarios.

Los resultados hasta ahora se consideran buenos, aunque graduales, observando una mayor satisfacción de las familias y también de los profesionales que trabajan con las personas dependientes, manifestado en el descenso del absentismo laboral.

## CONQUISTA TU INDEPENDENCIA ENERGÉTICA

**Sergio De Otto Soler**, periodista, patrono de la fundación “Renovables”, fue el encargado de analizar uno de los principales gastos de este tipo de instalaciones, aportando soluciones para reducir la factura de la luz y disminuir al máximo la dependencia energética de los proveedores tradicionales.

Planteó la obligación de cambiar un modelo energético en el que la energía es la principal causa del cambio climático y consideró los serios pasos atrás dados recientemente en el uso de las energías renovables con la consiguiente dependencia suicida de nuestro país en un contexto energético absolutamente insostenible por diferentes razones:

- Medioambientales: El modelo de energías basadas en hidrocarburos es la principal casusa del cambio climático.
- Económicas y estratégicas: incertidumbre de precios, inseguridad de abastecimiento, dependencia del exterior.
- Sociales: sólo un tercio de la humanidad tiene acceso a este tipo de energía.

El futuro pasa por situar al ciudadano en el centro del sistema energético, bajo tres premisas fundamentales:

- La mejor energía es la que no se consume.
- El consumidor debe ser generador, gestor y usuario.
- El sistema debe basarse en el ahorro, la eficiencia y las renovables.

Cerró el turno de intervinientes **Aurelio Escribano**, coordinador del Boletín Brisa del Cantábrico, que recogió las ideas clave aportadas por los ponentes señalando que pueden servir para ratificar unos y complementar otros aspectos fundamentales del proyecto Brisa del Cantábrico y constatando la opinión generalizada de que “estamos en el buen camino”.