



Informe

Por unos entornos rurales y urbanos adecuados y adaptados

docecausas
para 2012



Informe

Por unos entornos rurales y urbanos adecuados y adaptados

Yolanda García Malo, periodista especializada
en información sobre personas mayores



Un lugar mejor donde vivir

Hacer de nuestras ciudades y comunidades lugares en los que envejecer mejor es uno de los grandes retos a los que se enfrenta la sociedad actual. La calidad del lugar en el que se reside (acceso a los servicios de atención y salud, accesibilidad a organismos e instituciones públicas, a centros de ocio y cultura, espacios verdes limpios y adaptados, medios de transporte accesibles y que lleguen a todas partes, espacios urbanos respetuosos con los peatones...) incide de manera directa en la calidad de las vidas de las personas, y entre ellas, en las de mayor edad.

Como se explica en el [Libro Blanco sobre el Envejecimiento Activo 2011](#) (Capítulo 13), el entorno donde se habita ha determinado las formas de vida del ser humano. A lo largo de los siglos las personas han cambiado de forma continua los lugares donde vivían en la búsqueda de mejores condiciones de vida.

Ante el imparable envejecimiento de la población y la creciente urbanización de la sociedad (en 2030, tres de cada cinco personas vivirá en grandes ciudades), las ciudades han de prepararse para ofrecer a las personas mayores unos entornos accesibles y adaptados a sus características. Con el objetivo de determinar los principales elementos que facilitan un envejecimiento activo y saludable en las ciudades, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reunió en 2006 a 33

ciudades de 22 países para desarrollar el programa Ciudades Amigables con las Personas Mayores). De este encuentro se elaboró una guía (<http://www.who.int/ageing/AFCSpanish-final.pdf>) cuyo objetivo es lograr que las ciudades se comprometan a ser más amigables con la edad.

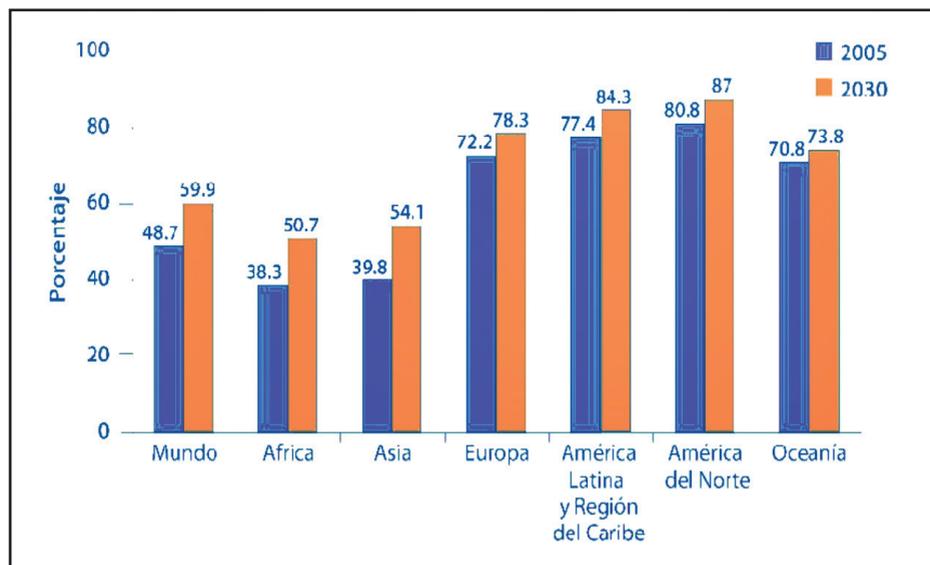


Figura 1. Distribución de la población mundial (%) de 60 años o más por región, 2006 y 2050. Fuente: Departamento de Asuntos Económicos y Sociales de las Naciones Unidas, División de Población, 2006 (<http://www.un.org/esa/population/publications/ageing/ageing2006.htm>).

Ya en el [Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento](#) adoptado en Madrid en 2002 se aprobó, como una de las tres prioridades a conseguir, la creación de un entorno propicio y favorable: “Son indispensables los compromisos de fortalecer las políticas y programas con el objeto de crear sociedades inclusivas y cohesionadas para todos, hombres y mujeres, niños, jóvenes y personas de edad.

Sean cuales fueren las circunstancias en que se encuentren las personas de edad, todas ellas tienen derecho a vivir en un entorno que realce sus capacidades.

Es necesario adoptar políticas que habiliten a las personas de edad y respalden sus aportaciones a la sociedad. Es necesario, también, adoptar políticas que fortalezcan el desarrollo y la independencia durante toda la vida y presten apoyo a las instituciones sociales sobre la base de los principios de la reciprocidad y la interdependencia.

Los gobiernos deben desempeñar una función primordial en la formulación y aplicación de políticas que promuevan un entorno propicio de esa índole y al mismo tiempo hagan participar a la sociedad civil y a las propias personas de edad”.

¿Qué es una ciudad amigable con los mayores?

Según la OMS, una ciudad amigable con los mayores alienta el envejecimiento activo mediante la optimización de las oportu-



tunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen. Es decir, adapta sus estructuras y servicios para que el entorno sea accesible e incluya a las personas mayores con diversas necesidades y capacidades.

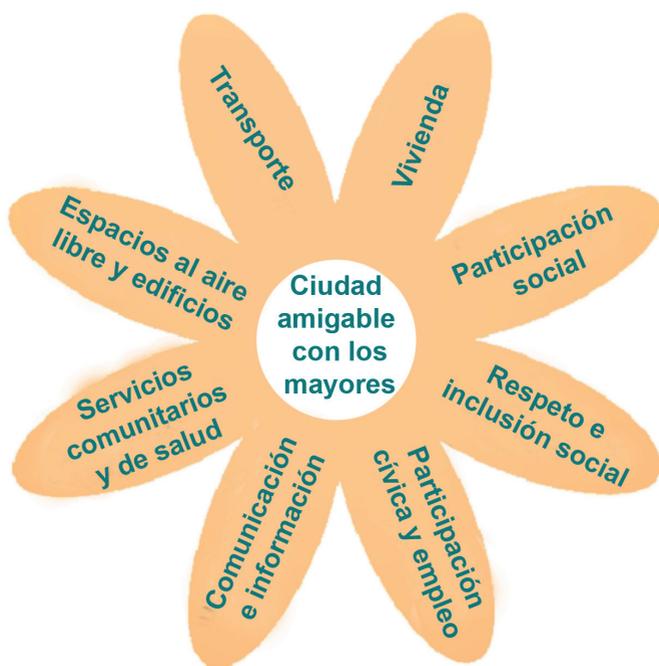


Figura 2. Áreas temáticas de las ciudades amigables con los mayores. Fuente: Ciudades Globales Amigables con los Mayores: Una Guía. Organización Mundial de la Salud (<http://www.who.int/ageing/AFCSpanishfinal.pdf>).

Para identificarlas, grupos de mayores de las distintas ciudades y otros colectivos formados por proveedores de servicios y cuidadores en los sectores público, voluntario y privado, desgranaron las ventajas y barreras que encuentran en ocho áreas de la vida urbana: espacios al aire libre y edificios, transportes, vivienda, participación social, respeto e integración social, participación cívica y empleo, comunicación e información, y apoyo de la comunidad y servicios de salud.

En cada apartado, se elaboró una [lista de control](#) de los aspectos esenciales que deben tener las ciudades amigables con los mayores obtenidos a partir de los análisis realizados por los grupos de personas mayores. De este modo, el proceso adoptado es al mismo tiempo de abajo arriba (las personas mayores son protagonistas centrales) y de arriba abajo, ya que sin los líderes y responsables políticos es imposible garantizar políticas e intervenciones que satisfagan las aspiraciones, sugerencias y recomendaciones identificadas y priorizadas por las propias personas mayores.

Red Mundial de Ciudades Amigables con las Personas Mayores

Para aprovechar el gran interés generado por este programa, la OMS constituyó, en el marco del XVIII Congreso Mundial de la Asociación Internacional de Gerontología y Geriátrica celebrado en Río de Janeiro (Brasil) en junio de 2005, la [Red](#)

Mundial de Ciudades Amigables con las Personas Mayores, mediante la que se establecen relaciones entre las ciudades participantes y entre ellas y la OMS, facilita el intercambio de información y las prácticas óptimas, fomenta intervenciones apropiadas, sostenibles y costo-eficaces para mejorar la vida de las personas mayores, y proporciona apoyo técnico y capacitación.

En España, la primera en unirse fue San Sebastián y posteriormente se sumaron Bilbao, Barcelona y Zaragoza. Para que un municipio pueda formar parte de este proyecto y ser considerado una ciudad amigable con las personas mayores, según los estándares marcados por la OMS, tiene que seguir una metodología. La acción principal consiste en la realización de grupos focales en los que se entrevista a los mayores con el fin de que identifiquen los aspectos positivos y negativos de su ciudad.

En este sentido, en las Jornadas sobre Desarrollo Rural, Hábitat y Vivienda de las personas mayores, organizadas por el Imserso en junio de 2011 se concluyó que uno de los grandes retos de nuestro país es hacer ciudades habitables e inclusivas, capaces de prevenir la exclusión social y promover la calidad de vida de los ciudadanos, dotadas de equipamientos y dotaciones suficientes y especialmente sensibles a los barrios más desfavorecidos y a los colectivos de personas más vulnerables.

El pasado mes de septiembre, las 40 ciudades y comunidades de todo el mundo pertenecientes a la Red de Ciudades Amigables con la Edad aprobaron la [“Declaración de Dublín”](#), en la que se comprometen a que las ciudades estén equipadas con los medios y recursos necesarios para promover la igualdad de oportunidades, el bienestar y la participación de todos los ciudadanos, incluidos los de mayor edad. Y se recuerda que a pesar de la urbanización del mundo, todavía muchos mayores viven en entornos rurales y, a veces, remotos, y a ellos se les debe proporcionar también todo lo necesario para el desarrollo sanitario, social, económico y cultural.

Asimismo, los firmantes se comprometen a fomentar la participación de las personas mayores en la vida social y cultural de su comunidad poniendo a su disposición un conjunto diverso de actos y actividades accesibles, asequibles e inclusivas, y promoviendo su integración en la comunidad, lo que debería suponer también el apoyo a las actividades intergeneracionales.

Repasando la [lista de control de la OMS](#), los principales elementos para que una ciudad se considere “amigable con los mayores” en cada una de las ocho áreas claves son:

Espacios al aire libre y edificios

- Los espacios verdes y asientos al aire libre son suficientes en número, están bien mantenidos y son seguros.
- Las aceras presentan buen estado de mantenimiento, están

libres de obstrucciones y están reservadas para los peatones.

- Las aceras son anti-deslizantes, son suficientemente anchas para sillas de ruedas y presentan cordones en desnivel hasta el nivel de la calle.
- Los cruces peatonales son suficientes en número y seguros para personas con diferentes niveles y tipos de discapacidad, con marcaciones anti-deslizantes, señalización visual y auditiva, y tiempos de cruce adecuados.
- Las bicisendas están separadas de las aceras y demás caminos peatonales.
- La seguridad al aire libre es fomentada mediante buena iluminación en las calles, patrullas policiales y educación comunitaria.
- Los servicios se ubican agrupados y son accesibles.
- Se proveen en servicios especiales para clientes, como filas o mostradores de servicio separados para personas mayores.
- Los edificios están correctamente señalizados afuera y adentro, poseen suficientes asientos y baños, ascensores accesibles, rampas, barandas y escaleras, y pisos anti-deslizantes.
- Los baños públicos externos e internos son suficientes en número, están limpios, presentan buen estado de mantenimiento y son accesibles.

Transporte

- Se puede acceder a todas las zonas y servicios de la ciudad mediante transporte público, con buenas conexiones y rutas, y vehículos correctamente marcados. Los vehículos están limpios, presentan buen estado de mantenimiento, son accesibles, no están abarrotados de pasajeros, y poseen asientos



prioritarios que son respetados.

- Existe transporte especializado para personas discapacitadas.
- Los conductores se detienen en las paradas designadas y al lado del cordón para facilitar el ascenso, y esperan a que los pasajeros estén sentados antes de emprender nuevamente la marcha.
- Las paradas y estaciones de transporte están situadas en forma conveniente, son accesibles, seguras, están bien iluminadas y señalizadas, y poseen asientos y refugios adecuados.
- Se provee información completa y accesible a los usuarios sobre rutas, horarios e instalaciones para necesidades especiales.
- Existe un servicio de transporte voluntario cuando el transporte público es muy limitado.
- Los taxis son accesibles en cuanto al precio y la disponibilidad, y los conductores son corteses y serviciales.
- Los caminos presentan buen estado de conservación, poseen desagües cubiertos y están bien iluminados.
- Las carreteras están libres de obstrucciones que bloquean la visión de los conductores.
- Las señales de tránsito y las intersecciones son visibles y están correctamente ubicadas.
- Se promueve la educación vial y los cursos de actualización para todos los conductores.
- Las zonas de estacionamiento y descenso de pasajeros son seguras, suficientes en número y están ubicadas estratégicamente.
- Existen zonas de estacionamiento y detención para descen-

so de pasajeros para personas con necesidades especiales, y las mismas son respetadas.

Participación social

- Las sedes para eventos y actividades están ubicadas estratégicamente, son accesibles, están bien iluminadas y son de fácil acceso con transporte público.
- Se provee buena información sobre actividades y eventos, incluyendo detalles sobre la accesibilidad de las instalaciones y opciones de transporte para personas mayores.
- Los eventos que incluyen a personas mayores se realizan en varios puntos de la localidad local, como centros de recreación, colegios, bibliotecas, centros comunitarios y parques.

Respeto e inclusión social

- Se proveen servicios y productos para atender a diversas necesidades, y los servicios públicos y comerciales ofrecen preferencias.
- Los entornos, las actividades y los eventos abiertos a toda la comunidad atraen a todas las generaciones, atendiendo a las necesidades y preferencias específicas de cada edad.
- Las actividades comunitarias para la “familia” incluyen específicamente a las personas mayores.
- Las escuelas proveen oportunidades para aprender sobre el envejecimiento y las personas mayores, e involucran a estas personas en actividades escolares.
- La comunidad reconoce a las personas mayores por sus aportes pasados y presentes.

- Las personas mayores con menos recursos poseen acceso a servicios públicos, voluntarios y privados.

Participación cívica y empleo

- Existe una gama de opciones flexibles para voluntarios mayores, con capacitación, reconocimiento, guía y compensación por gastos personales.
- Los lugares de trabajo están adaptados para satisfacer las necesidades de personas con discapacidad.
- Se promueven y apoyan las opciones de trabajo independiente para personas mayores.
- Se provee capacitación en opciones post-jubilación para trabajadores mayores.

Comunicación e información

- Un sistema de comunicación básico y efectivo llega a los residentes de la comunidad de todas las edades.
- Se asegura la distribución de información periódica y amplia y se provee acceso coordinado y centralizado.
- Se promueve la comunicación oral accesible para las personas mayores.
- Los servicios públicos y comerciales proveen servicio personalizado y amistoso a pedido.
- La información impresa –incluyendo formularios oficiales, titulares y leyendas en pantallas de televisión, y textos en presentaciones visuales– se presentan en letra grande y las ideas principales se presentan con titulares claros y destacados.

- La comunicación impresa y verbal utiliza palabras sencillas y conocidas en oraciones cortas y directas.
- Los servicios de contestación telefónica proveen instrucciones en forma lenta y clara, e informan claramente cómo repetir el mensaje en cualquier momento.
- Los dispositivos electrónicos, como teléfonos móviles, radios, televisiones, cajeros automáticos y máquinas expendedoras de boletos poseen teclas grandes y tipografía grande.
- Existe amplio acceso del público a computadoras y a Internet, sin costo alguno o con un costo mínimo, en lugares públicos como oficinas de gobierno, centros comunitarios y bibliotecas.

Servicios comunitarios y de salud

- Los servicios de salud y sociales están situados estratégicamente y son accesibles por todos los medios de transporte.
- Las instalaciones de cuidado residencial y viviendas designadas para personas mayores están ubicadas cerca de los servicios y del resto de la comunidad.
- Las instalaciones de servicios de salud y comunitarios poseen una construcción segura y totalmente accesible.
- Se provee información clara y accesible sobre los servicios salud y sociales para personas mayores.
- Existen cementerios accesibles y en cantidad suficiente.
- La planificación comunitaria de emergencia considera las vulnerabilidades y capacidades de las personas mayores.



En nuestro país, otros puntos que también se tienen en cuenta para la mejora de la habitabilidad de las ciudades, como se puso de manifiesto en las [Jornadas sobre Desarrollo Rural, Hábitat y Vivienda de las personas mayores](#), son la rehabilitación de cascos antiguos y centros históricos, el fomento de la vida en el barrio, la promoción de la vida de proximidad en las ciudades, y la oferta de nuevos espacios mediante el transporte como eje vertebrador.

Además, desde el [Consejo Estatal de Personas Mayores](#) y como se recoge en el [Libro Blanco sobre el Envejecimiento Activo 2011](#), también se han propuesto una serie de acciones para que los servicios especialmente indicados para las personas de edad sean totalmente accesibles a las mismas: la instalación en los cascos antiguos de elevadores o escaleras mecánicas, la adaptación de los hogares del pensionista a los perfiles actuales de las personas mayores, en especial en el medio rural, para que sirvan de lugares que fomenten la participación de las personas mayores, y la creación de nuevos vínculos entre el medio rural y urbano, teniendo como protagonistas a las personas mayores, creando programas que traspasen y transfieran sus conocimientos.



Los mayores y el medio rural

El proceso de envejecimiento en el medio rural también requiere de políticas que permitan un desarrollo sostenible y equilibrado, que evite el aislamiento y la dependencia, proporcionando recursos para su bienestar y calidad de vida.

De acuerdo con la [Encuesta de Personas Mayores de 2010](#), un 23% de la población mayor española vive en municipios menores de 10.000 habitantes, el límite para ser considerado municipio rural, concentrándose en progresión inversa al tamaño del municipio, acercándose al 50% en los que tienen menos de 500 habitantes.

Entre los expertos, existe consenso en que los tres problemas principales de las zonas rurales son el despoblamiento, el envejecimiento y la masculinización. Tres indicadores que van directamente unidos: el despoblamiento de las zonas rurales es debido a un abandono del medio, principalmente de las mujeres jóvenes en edad reproductiva, lo que eleva la tasa de masculinidad por un lado y el envejecimiento de la población por otro, al no incorporarse población nueva por la base e incrementarse la población mayor por el aumento de la esperanza de vida, como se especifica en el Libro Blanco.

Con el fin de mejorar las comunicaciones, las infraestructuras y equipamientos básicos de los núcleos rurales, se ha



puesto en marcha el Primer Programa de Desarrollo Rural Sostenible, vigente hasta 2014, en aplicación de la Ley 45/2007, de 13 de Diciembre, para el Desarrollo Sostenible del Medio Rural.

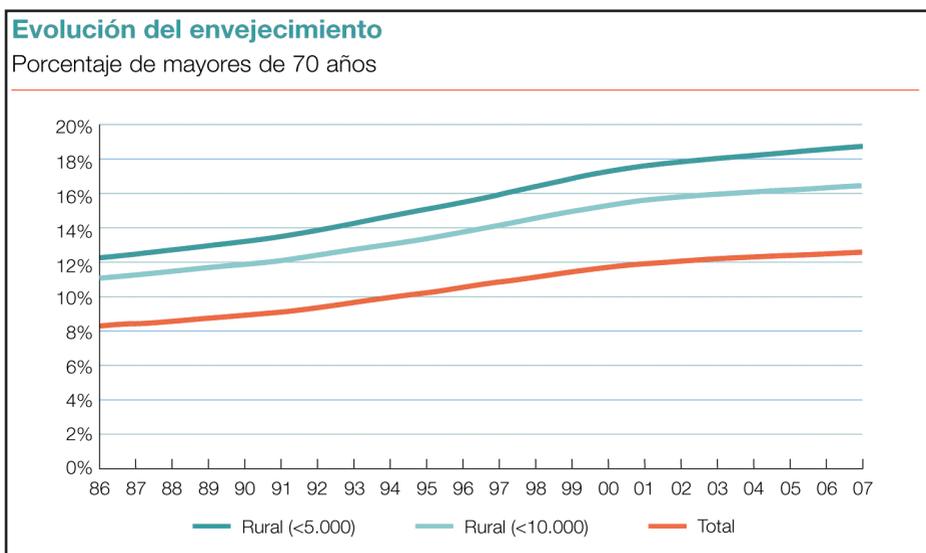


Figura 3. Evolución del envejecimiento. Porcentaje de mayores de 70 años. Fuente: Camarero L, et al. La población rural en España. De los desequilibrios a la sostenibilidad social. Fundación La Caixa; 2009 (http://www.enclaverural.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/vol27_es.pdf)

En concreto, contempla actuaciones para “Dotar al medio rural, y en particular a sus núcleos de población, de las infraestructuras y los equipamientos públicos básicos necesarios, en especial en materia de transportes, energía, agua y telecomunicaciones, estableciendo como directrices mejorar la red de vías de transporte rural según las necesidades y demandas de las zonas rurales, el diseño de la red de vías de transporte en cada zona rural minimizando su impacto ambiental, optimizar el transporte público para atender más eficientemente a la demanda, y dotar de acceso por carretera asfaltada a todos los núcleos tradicional y actualmente habitados con más de 50 habitantes”.

Asimismo, en cuanto a la prestación de servicios básicos y de bienestar social en el medio rural, se establecen los siguientes objetivos:

- Potenciar la prestación de unos servicios públicos básicos de calidad, adecuados a las características específicas del medio rural, en particular en los ámbitos de la educación, la sanidad y la seguridad ciudadana.
- Garantizar el derecho a que los servicios en el medio rural sean accesibles a las personas con discapacidad y las personas mayores.
- Tomar en consideración las necesidades particulares de los ciudadanos del medio rural en la definición y aplicación de las políticas y medidas de protección social, adecuando los programas de atención social con el fin de garantizar su efectividad en dicho medio.

- Favorecer una ordenación territorial y un urbanismo adaptado a sus condiciones específicas, que garanticen las condiciones básicas de accesibilidad, que atiendan a la conservación y rehabilitación del patrimonio construido, persigan un desarrollo sostenible y respeten el medio ambiente.

Como apoyo al desarrollo de este programa, la [Red Rural Nacional](#) es un sistema integrado destinado a fortalecer alianzas, divulgar experiencias y conformar un escenario común con todos los actores implicados en el desarrollo sostenible del medio rural español.

Con el fin de facilitar el acceso de los mayores a todos los recursos necesarios para su bienestar y mayor calidad de vida, en el portal [Enclaverural](#), del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, se recogen las iniciativas y servicios más innovadores puestos en marcha en los entornos rurales para darlos a conocer, que sean visibles y puedan ser imitados en otros lugares. Estas experiencias son evaluadas y calificadas como “buenas prácticas” al fomentar el envejecimiento activo, la atención a las personas en situación de dependencia, y los nuevos servicios de proximidad. El conjunto de estas iniciativas constituyen el denominado Catálogo de buenas prácticas rurales.

Las buenas prácticas se distinguen por su carácter innovador y eficacia para mejorar la calidad de vida. Se definen como tales a partir de ocho criterios que, además de fijarse en los dos rasgos anteriores, valoran la participación activa de las

personas, la posibilidad de ponerse en práctica en otro entorno rural, la planificación del proceso, la eficiencia en la organización de los recursos, el impacto positivo y la durabilidad de su aplicación.

Así, por ejemplo, forman parte de estas buenas prácticas proyectos como “Artesaneando”, en Jerez, que está recuperando los antiguos oficios artesanales y tradicionales de la zona, mediante la transmisión de su la experiencia y sabiduría popular de los mayores a los más jóvenes. Otra iniciativa es el Programa Rompiendo Distancias en diferentes municipios de Asturias, que pone en marcha una biblioteca móvil, comida a domicilio, transporte adaptado y balnearios de verano. También destaca el “Auto-taxi grupal y adaptado”, un servicio de transporte público innovador para la población de las zonas del interior de la provincia de Castellón, que se crea en torno a una realidad que surge en el entorno rural y la necesidad de desplazarse.



BIBLIOGRAFÍA

Departamento de Asuntos Económicos y Sociales de las Naciones Unidas, División de Población, 2006.

Libro Blanco sobre el Envejecimiento Activo.

Programa Ciudades Amigables con las Personas Mayores. Organización Mundial de la Salud.

Ciudades Globales Amigables con los Mayores: Una Guía. Organización Mundial de la Salud.

Plan de Acción Internacional sobre el Envejecimiento. Organización de las Naciones Unidas. Madrid; 2002.

Lista de control de aspectos esenciales que deben tener las ciudades amigables con los mayores. Organización Mundial de la Salud.

Red Mundial de Ciudades Amigables con las Personas Mayores. Organización Mundial de la Salud.

Formulario en línea para formar parte de la Red Mundial OMS de Ciudades Amigables con las Personas Mayores. Organización Mundial de la Salud .

Programas intergeneracionales. Hacia una sociedad para todas las edades. Fundación La Caixa; 2007.

Del Barrio E, Sancho M. Proyecto red mundial de ciudades amigables con las personas mayores. Imserso; 2009.

Jornadas sobre Desarrollo Rural, Hábitat y Vivienda de las personas mayores. Imserso; junio 2011.

Declaración de Dublín. Dublín, septiembre 2011.

Consejo Estatal de Personas Mayores.

Encuesta de Personas Mayores. Imserso; 2010.

Primer Programa de Desarrollo Rural Sostenible (2010-2014).

Ley 45/2007, de 13 de Diciembre, para el Desarrollo Sostenible del Medio Rural.

Red Rural Nacional.

Enclaverural.es.

Camarero L, et al. La población rural en España. De los desequilibrios a la sostenibilidad social. Fundación La Caixa; 2009.