

Voluntariado de personas mayores: Un activo social

La participación en labores de voluntariado contribuye a desarrollar un envejecimiento activo y más saludable.

Textos y Fotos: Ana María Fernández Martínez

La mayor felicidad de los voluntarios reside en dar, no en recibir. Los cambios demográficos y sociales en España han supuesto un aumento de las personas en situación de dependencia, por lo que la labor del voluntariado se hace cada vez más necesaria. El voluntariado de personas mayores implica una experiencia intergeneracional enriquecedora, constante, del día a día. La vida está hecha de experiencias, y el voluntariado forma parte de la vida, es una experiencia más, que merece la pena, en el que la mejor recompensa es una pregunta “¿Vas a volver?”. Los voluntarios mayores para mayores son debidamente formados y coordinados para poder atender a otros mayores en residencias, hospitales o domicilio.

El voluntariado no tiene edad. El envejecimiento activo es el resultado del proceso de adaptación del individuo a lo largo de la vida, mediante una adecuada promoción del envejecimiento saludable, la prevención de la enfermedad y discapacidad y la calidad de vida durante la vejez. Debemos envejecer en interacción con nuestro entorno. El voluntariado entre mayores es un claro ejemplo de envejecimiento activo.

Las personas mayores se suman cada vez más a las actividades de voluntario dedicando parte de su tiempo a multitud de acciones en todos los sectores. Su participación en diferentes organizaciones de voluntariado supone para ellas un elemento de desarrollo personal. Por otro lado, la incorporación como voluntarios de las personas mayores supone importantes ventajas para todos los sectores: organizaciones, sociedad, además de para ellos mismos.

Entre las ventajas sociales, se encuentra la concienciación social de la importancia de las personas mayores como sujetos activos que contribuyen con su labor al bienestar de todos, de esta manera se produce una dimensión más ajustada de su papel e imagen social, al mismo tiempo que se hacen extensivos los valores de solidaridad y de voluntariado.

Para las organizaciones la principal ventaja de la incorporación de las personas mayores a sus pro-



La labor de los voluntarios mayores ayuda a mejorar la calidad de vida de otras personas mayores más desfavorecidas.

gramas es aumentar el número de voluntarios con una gran experiencia y dedicación, de manera que pueden realizar más y mejores programas de intervención. Para los voluntarios de menor edad colaborar con las personas mayores en labores de voluntariado además de favorecer el intercambio generacional les permite estar en contacto con voluntarios de gran experiencia de vida.

Las ventajas para los propios voluntarios mayores y para el conjunto de las personas mayores son que, con su participación en tareas voluntarias de carácter humanitario e interés social, se rompe con las ideas de inactividad e inutilidad que a menudo pueden condicionar la actividad de estas personas, de manera que las acciones que realizan contribuyen a que se sientan útiles e integrados en el medio, previniendo riesgos de marginación social y de deterioro fisiológico.

El informe “Las personas mayores en España 2008” indica que la proporción de personas mayores que participan en labores de voluntariado es del 34 por ciento en 2006. Esta tasa coloca a España

en porcentajes medios respecto a otros países europeos. Así, Noruega, Austria, Finlandia y Suiza tiene porcentajes superiores al 45 por ciento, mientras que Bulgaria, Hungría o Polonia no superan el 12 por ciento. La participación de las personas mayores en labores de voluntariado en España supera la de los jóvenes entre 15 a 29 años, aunque está por debajo del grupo de edad de entre 45 y 64 años (un 44,7%)

Desarrollo y asistencia

Un ejemplo de acción voluntaria de las personas mayores volcada

en la ayuda a los demás es la asociación Desarrollo y Asistencia creada, en 1995 por iniciativa de José María Sáenz de Tejada, con la finalidad de impulsar los valores de solidaridad de un grupo de personas mayores atendiendo a enfermos en los hospitales, aunque rápidamente se acometieron nuevos retos de voluntariado como el acompañamiento de personas mayores, enfermas, solas, discapacitada entre otras acciones. Hoy en día Asistencia y Desarrollo cuenta con 1600 voluntarios en la Comunidad de Madrid, donde se expande y concreta su labor.



Jacinto López Hazas, coordinador de acompañamiento de consultas externas del Hospital Ramón y Cajal (Madrid) y Rafael Izquierdo, presidente de Desarrollo y Asistencia.

| REPORTAJE

Los objetivos fundamentales de esta ONG son:

- Difundir los valores de solidaridad en la sociedad.
- Promover el voluntariado social, destacando que NO se realizan labores de cooperación al desarrollo.

Asociación y Desarrollo sólo trabaja en la Comunidad de Madrid, y su máxima es respetar los principios fundacionales. Los apoyos económicos se reciben fundamentalmente desde tres vías: por Instituciones Públicas a través de convocatorias públicas y que suponen un tercio de las ayudas, de donaciones, convenios con empresas, colegios profesionales (que están siendo un interesante yacimiento para fomento del voluntariado), y de instituciones privadas como La Caixa, o Caja Madrid.

Los beneficiarios de estos servicios suelen provenir de los Servicios Sociales del Ayuntamiento de Madrid, de los servicios Sociosanitarios de la Comunidad, o a requerimiento de las propias instituciones o residencias. Hoy en día, los voluntarios también atienden a través de convenios con colegios profesionales y empresas a colectivos con dependencia social, aunque siempre se trata que sean a través de los Servicios Sociales; por todo ello, y para las personas que no tengan claro como acceder a estos servicios, se ha editado la Guía de Prestaciones Sociales para las personas mayores.

La necesidad de voluntariado social en toda España es enorme, por eso se ha creado REDAV, una Red de Entidades de Acción Voluntaria que desarrollan sus programas en distintas Comunidades Autónomas para intercambiar experiencias, asesoramiento mutuo

La participación de las personas mayores en labores de voluntariado en España supera la de los jóvenes entre 15 a 29 años, aunque está por debajo del grupo de edad de entre 45 y 64 años (un 44,7%)

y reflexionar en la filosofía común, estableciendo medios para difundirla. Actualmente son 8 ONG adheridas a este proyecto, y tres pendientes de incorporarse.

Rafael Izquierdo, es Presidente de Desarrollo y Asistencia desde hace 4 años. Catedrático jubilado de la Escuela de Ingenieros de Caminos, conoció esta ONG hace muchos años a través de su fundador y amigo personal. Reconoce que “se encuentra mayor felicidad en dar que en recibir, aunque recibo más de lo que doy” comenta. En nuestra asociación sólo hay 7 personas retribuidas económicamente, todos los demás somos voluntarios por vocación y devoción.-“Mi trabajo en Desarrollo y Asistencia a lo largo de los años me ha aportado una exclusividad, dedicación y positivismo en mi trato con las personas”, dice con un convencimiento total, y nos cuenta una anécdota que refleja perfectamente sus palabras: “En una fiesta de Navidad estábamos repartiendo regalos entre los mayores, íbamos muy retrasados y con prisas. Entregué un paquete regalo a Carmen, una abuelita y cuando me di la vuelta para seguir



Elvira Bernardo, Sebastián Galán y María Teresa Aguilar son voluntarios desde hace años y coinciden en que “recibimos más de lo que damos”.

repartiendo regalos, me llamó y me dijo que lo que quería era un beso también. Me di cuenta de la carencia de afectividad de muchas de estas personas”.

Voluntarios

Elvira Bernardo de Quirós, directora de voluntariado, madre, química y voluntaria, cuenta que lo que mueve a los voluntarios es la generosidad unida a diferentes motivaciones, desde las que a priori pueden parecer egoístas (como el querer conocer gente nueva porque se encuentran solos), pero que en el fondo son motivaciones altruistas, ya que se simplifican en ayudar a los demás, hasta las motivaciones de las personas que sienten que la vida les ha dado mucho y quieren devolver parte de lo que han recibido. “La implicación de los mayores en la labor de voluntariado es total, y representan un 60% del total de los voluntarios de Desarrollo y Asistencia. Saben del espacio de tiempo con el que cuentan y por eso su compromiso de fidelidad con el voluntariado es tan alto. Aunque tenemos que destacar que hay un mayor porcentaje de mujeres que de hombres, “un 75% de mujeres frente al 25% de hombres” detalla Elvira. “A mí, las personas mayores me dan ternura”- dice y a través de su labor se siente realizada. “Lo que más me gusta es tratar con voluntarios, somos como un pueblo grande o una ciudad pequeña, hacemos excursiones, llevamos a bailar a personas con carencias...yo les diría a las personas mayores que



colaborar les enseña a ser felices, a no sentirse vacíos”, explica Elvira. Ella sabe que el compromiso del voluntariado se traduce en la constancia del día a día y en saber trabajar en equipo.

En el año 2009, Desarrollo y Asistencia ha abierto un nuevo centro para personas sin hogar, es el Centro Puertas Abiertas, de baja exigencia, es decir, los destinatarios son personas sin recursos, con situaciones de abandono personal, que viven en la calle y a las que se atiende a través de diversos canales: policía, Servicios Sociales, las que llegan también por sus propios medios. Sebastián Galán es el Coordinador del Voluntariado en este centro. Lleva como voluntario un par de años y comenta que su labor consiste en dar afecto, cariño, dar paseos, ser paño de lágrimas e intentar tener una relación más o menos fluida con las personas del Centro. “Hay un

usuario que siempre me tiene preparado un cuaderno para que lo lea, y yo le animo a que continúe aunque el proyecto de publicación sea casi inviable, eso le motiva y le ayuda a que los días sean más cortos”, dice Sebastián que destaca que “la experiencia intergeneracional me aporta una sensación que no se puede evaluar, ni tasar. La pregunta que nos hacen muchos de los usuarios a los voluntarios es: ¿pero volverás?, con eso es suficiente para llenarte, además tengo cierta necesidad de acallar mi propia conciencia y también es una manera de sentirnos necesarios. Los usuarios me hacen una ó dos horas a la semana sentirme necesario”.

La misión social del voluntariado es aparentemente modesta, pero muy necesaria. No importa la edad, importan las ganas y el compromiso ya que lo que se busca es un mundo más justo y

humano. En España, los cambios demográficos y sociales están produciendo un aumento de la población en situación de dependencia, lo que conlleva una mayor necesidad de desarrollar políticas sociales que no siempre pueden paliar las auténticas necesidades de estos colectivos, por lo que se hace necesario la labor social del voluntario a través de asociaciones y fundaciones que despierten la conciencia a los demás. En la Comunidad de Madrid hay 875.550 personas mayores de 65 años de las cuales una cuarta parte viven solos. El acompañamiento en domicilio de personas mayores por parte de los voluntarios atiende a estas realidades e intenta prevenir situaciones de dependencia. Una de estas voluntarias es María Teresa Aguilar que lleva trece años en Desarrollo y Asistencia. “Estaba cansada de escuchar a compañeras quejarse de la poca solidaridad de la gente pero ninguna hacía nada. A los 50 años me prejubilé, miré

“Lo que más me gusta es tratar con voluntarios, somos como un pueblo grande o una ciudad pequeña, hacemos excursiones, llevamos a bailar a personas con carencias...yo les diría a las personas mayores que colaborar les enseña a ser felices, a no sentirse vacíos”, explica Elvira.



Los voluntarios durante una reunión para comentar e intercambiar experiencias con el fin de mejorar la calidad de su labor.

varias ONG hasta que llegué a esta. Lo que más me cautivó fue el respeto hacia las personas mayores, aquí se habla de ancianos, personas mayores, no de viejos”. Para las personas mayores los voluntarios son su familia. Es una interactividad entre el voluntario y el usuario, es una forma de paliar la soledad, que es la antesala de la depresión.

Los voluntarios siempre ejercen su labor de dos en dos durante una o dos horas a la semana, normalmente por la tarde. Según María Teresa “la mejor paga es la sonrisa de una persona mayor, porque la sonrisa de un niño es más fácil conseguirla. Cuando llegas a un domicilio y te encuentras con una persona que te han dicho que tiene una depresión, y te recibe en bata, sin peinar, descuidada, te sientas con ella y te abre su corazón, te das cuenta que no es depresión, si no una tristeza tremenda porque ha sufrido una desgracia, se le ha muerto un hijo, un marido,...con el tiempo cuando vas a visitarla y termina arreglándose, te das cuenta que con un poquito de tu parte puedes conseguir una sonrisa que vale mucho. Nos convertimos en su familia.”

Jacinto López Hazas era un empresario casado y con cuatro hijos. Ninguno quería seguir con el negocio familiar, así que decidió

venderlo y hace dos años viendo un anuncio de la asociación decidió hacerse voluntario, tras pasar un curso de formación. Ahora dice orgulloso que su cerebro tiene muchas ventanas y una de ellas es para el voluntariado:” En mi casa ahora me escuchan y me siento importante. Mi usuario, la persona a la que acompaño me está formando a mí.”

Sin embargo y a pesar del incremento del voluntariado de personas mayores, la realidad es que las personas mayores no tienen entre su experiencia de vida el voluntariado, y para ellos es algo que no va con su “estilo de vida”, no está hecho para ellos sino para personas jóvenes con un alto grado de sacrificio y compromiso. Entre sus alternativas de ocio, el voluntariado, para la mayoría es algo lejano e impensable. La participación social es, en principio, algo que se plantea sólo una minoría, aunque si se orienta como una forma de ser útil, o de sentir que hay mucho por hacer, y de poder aportar la experiencia, la base de potenciales voluntarios, aumenta considerablemente. Por ello, Milagros Vicente aporta su experiencia como voluntaria y comenta “Cuando vamos a hacer visitas domiciliarias somos como amigas visitando a otras amigas. Para algunos usuarios llegamos a ser como su familia y esperan el día de visita

La misión social del voluntariado es aparentemente modesta, pero muy necesaria. No importa la edad, importan las ganas y el compromiso ya que lo que se busca es un mundo más justo y humano.

con emoción, se preparan, se arreglan ...”

Las medidas posibles para captar personas mayores como voluntarios deberían tener en cuenta aspectos como informar a los posibles voluntarios en los lugares donde habitualmente acuden, incluir el voluntariado en los cursos de preparación a la jubilación, o presentar el voluntariado como una forma de estar al día y actualizarse. Otra medida sería la sensibilización sobre las posibilidades de la actividad de voluntariado a través de los medios de comunicación con el fin de llegar a las personas mayores menos activas que desarrollan un estilo de vida más sedentario; o que las organizaciones no gubernamentales diseñen acciones de voluntariado donde puedan incorporarse personas mayores con un bajo nivel educativo.

La solidaridad de los mayores, queda patente con su labor en el voluntariado desarrollando alguno de los siguientes programas a elegir entre: voluntariado en hospitales (acompañando a enfermos ingresados, guía-acompañamiento a pacientes de consultas externas e información y acompañamiento en urgencias), acompañamiento a mayores en domicilio, apoyo a personas sin hogar, voluntariado en residencias de mayores, y actividades en personas con discapacidades (actividades



Voluntarias de diferentes generaciones como Milagros Vicente y María del Valle Pinaglia comparten ganas y compromiso.

de ocio y tiempo libre, apoyo y sustitución de familiares y acompañamiento en domicilio). Un punto de encuentro solidario para el voluntariado es la nueva web de Desarrollo y Asistencia, donde las personas registradas pueden hablar, preguntar e intercambiar experiencias con otros voluntarios. Esto ayudará a esta ONG a mejorar en sus planteamientos y actividades.

El voluntariado es una buena fuente de experiencias muy positivas y de ello da fe María del Valle Pinaglia, monitora del programa de actividades para personas con discapacidad.” Soy voluntaria por vocación ya que desde mi época juvenil me dedico a hacer labores de voluntariado. A las personas mayores les animaría a colaborar en el voluntariado, que empiecen; al principio cuesta, pero compensa. En Desarrollo y Asistencia conviven personas de diferentes razas, religiones y status social. Nos une la ayuda al prójimo”, explica.

Existen ayudas para el desarrollo de acciones voluntarias, pero para la labor tan intensa que se realiza, resultan claramente insuficientes y sería necesario estudiar la posibi-

lidad de incrementar esas ayudas. Es de esperar que en los próximos años se produzca un aumento de la participación de las personas mayores como voluntarios al ir evolucionando el perfil de las personas mayores en España con un mejor estado de salud, mayor motivación por la participación o preparación. El voluntariado no tiene edad. En definitiva todos los voluntarios están implicados y realizados con su labor y sacan tiempo de debajo de las piedras para dedicarlo a las personas que más falta les hace.

Desarrollo y Asistencia

Dirección: Calle Artistas 2, 5º. 28020 Madrid.

Teléfono: 91 5545857.

Web: www.desarrolloyasistencia.org

Actividad: voluntariado de todo y para todos en la Comunidad de Madrid.

Objetivos: promover el voluntariado, acompañamiento en hospitales, centros de personas sin hogar y en domicilios, envejecimiento activo.

Voluntarios: actualmente más de 1600.