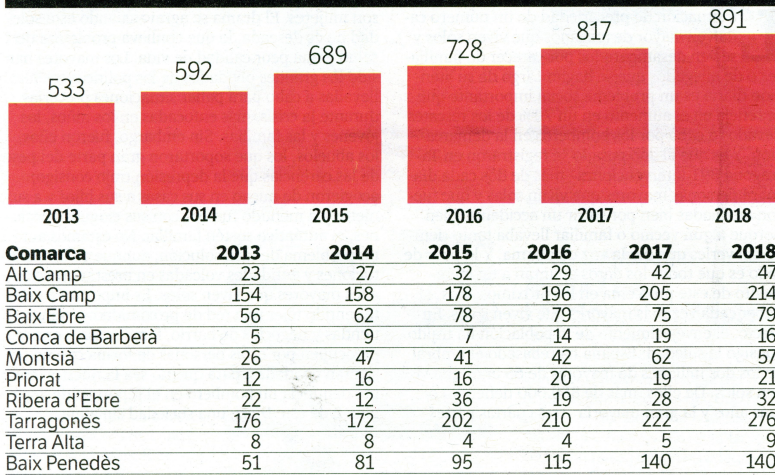


Las personas centenarias se duplican en una década.
Según el INE, a 1 de enero de 2019 había en Tarragona 239 personas (194 mujeres y 45 hombres) de más de cien años de edad. En 2009, hace una década, sólo había 121.

Terra Alta, la comarca más envejecida de Catalunya.
Según el Idescat, la Terra Alta tendrá en 2030 un 32% de personas de más de 65 años, el porcentaje más alto de toda Catalunya. El Tarragonès será la segunda más joven (20,7%).

Evolución de los rescates urbanos en la provincia de Tarragona



Fuente: Bombers de la Generalitat de Catalunya

tienen diversas fracturas», añade Núñez. En estos casos, el tiempo apremia. «Conforme pasan días, el cuadro puede empeorar, sobre todo porque suele ser gente que siempre necesita tomar algún tipo de medicación», dice el responsable de Bombers. En el cómputo de toda Catalunya la dinámica es similar: de los 3.961 casos recopilados por los bomberos en 2013 a los 6.378 de 2018. Son 2.417 rescates en domicilios más en sólo un lustro, una subida de más del 60%, que es generalizada en todas las comarcas catalanas.

A veces el desenlace de estas situaciones penosas es fatal. «Hemos visto casos duros, con personas que llevan más de una semana fallecidas y a las que nadie ha reclamado», cuenta Núñez.

Depresiones y tropiezos

Desde Creu Roja, clave en la atención a la dependencia, alertan de estas necesidades en aumento. El servicio de teleasistencia tiene 3.600 usuarios en la provincia, el sistema que permite a la persona, apretando un botón, avisar en caso de problemas. A eso se añaden los 2.000 usuarios de algunos de los programas de Gent Gran puestos en marcha; cifras, todas ellas, al alza. «El incremento de la soledad conlleva un aumento de los problemas de salud. Empeora el estado psicoemocional, provoca depresiones, repercute en la pérdida de autonomía, en las caídas...», indica Miriam Giménez, responsable de programas de Gent Gran en Tarragona.

Ese botón que pueden apretar en un momento complicado es vital para activar el servicio necesario —desde el sanitario hasta el policial, pasando por los bomberos o el entorno familiar— y, en el fondo, para acabar salvando vidas. «Sirve para contactar con la

3.600

● En la provincia hay 3.600 personas mayores en el servicio de teleasistencia de la Creu Roja. Si tienen algún problema, pulsan un botón para ser socorridas.

358

● Cada año hay en la provincia 358 rescates urbanos más que en 2013 por parte de Bombers. El incremento roza el 70%: de 533 a 891, según los últimos balances disponibles.

Las frases

«Tenemos olvidados a nuestros mayores. Me siento culpable cuando tenemos que rescatar a alguien»

José Núñez

Jefe del parque de bomberos de L'Hospitalet y L'Ametlla

«La soledad provoca un incremento de problemas de salud»

Miriam Giménez

Responsable Gent Gran de Creu Roja en Tarragona

central. A veces el usuario se ha caído y necesita la intervención de profesionales del SEM. Muchas veces el cuidador es una persona mayor y no puede hacer esa labor de ayuda», cuenta Giménez.

En esta tesitura delicada, llegan también momentos reconfortantes, pequeños alivios en la jornada laboral, como explica el bombero José Núñez: «Lo mejor es cuando te encuentras con la persona y ves que sólo tiene un golpe o una pequeña herida, o cuando te agarra la mano, te la estrecha y ves que está viva y relativamente bien. Entonces tienes la sensación de haber logrado algo, de que por lo menos el percance no ha terminado en una cosa peor».

«El bienestar físico y emocional depende de la soledad. Nos preocupa mucho combatirla y ayudar a paliarla. Trabajamos mucho para ello», cuenta Giménez. En su diagnóstico social, Núñez va mucho más allá de su labor como bombero y sugiere: «Es verdad que ahora hay más gente mayor, pero también hemos cambiado como sociedad. Antes los abuelos solían vivir en las casas con los hijos, había como un clan familiar más amplio. Ahora las personas somos más independientes y se genera esa vida en soledad. Creo que nos hemos olvidado un poco de nuestros mayores».

Más datos para calibrar la realidad creciente: cerca de 300.000 mayores de 65 años viven solos en Catalunya: 223.000 mujeres y 73.400 hombres. Pertenecer a la tercera edad, no estar acompañado y tener una pensión baja lastiman a gran parte del colectivo. Es lo que las entidades sociales denominan «soledad no deseada», una situación ni esperada ni buscada ni tampoco aceptada. Es lo que les sucede a 175.000 mayores que no tienen otra alternativa.

Grupos de WhatsApp contra la soledad



Un grupo de personas mayores, sentados durante la tarde en unos bancos, en la Plaça Llibertat de Reus. FOTO: FABIÁN ACIDRES

R. C.
TARRAGONA

Creu Roja trabaja para mejorar la calidad de vida de los mayores: de asideros para la ducha a rutas a pie. La clave es socializar

Desde talleres para prevenir caídas o aprender a manejar redes sociales a salidas para caminar. Toda iniciativa es buena para paliar la soledad de los mayores en su casa. Creu Roja es una de las entidades que despliegan este tipo de proyectos bajo el paraguas de la asistencia a la gente mayor. «Trabajamos mucho con colectivos en toda la provincia. El bienestar emocional es clave. Intentamos hacer actividades muy cercanas, de barrio, para socializar», desgrana Miriam Giménez, responsable de Gent Gran en Creu Roja Tarragona.

Al servicio de teleasistencia, que llega a 3.600 usuarios tarragonenses y cubre los 365 días y las 24 horas del año, se añaden otras prestaciones puestas en marcha y que van al alza en esta época de envejecimiento general. Una de ellas tiene mucho que ver con la prevención de caídas, una de las principales amenazas, sobre todo para aquellos que viven solos.

«Hay una línea puesta en marcha, con una subvención de la Diputació de Tarragona, en la que facilitamos productos de apoyo que mejoran la calidad de vida, como asideros de ducha, sillas de bañera o toda clase de

productos que le pueden servir a alguien para mantenerse».

La base es enfocarlo todo al mantenimiento de la salud, incluido el acompañamiento y la socialización, puntos fundamentales. «Nos centramos mucho en el empoderamiento emocional y en ir creando redes. La actividad y el taller en sí son importantes, pero también todo lo que generan. Acuden allí, hablan entre ellos, crean un grupo de WhatsApp... Reunirse para hacer una actividad da pie a seguir manteniendo el contacto», cuenta Giménez. Las nuevas tecnologías se convierten en un aliado.

Cáritas o Amics de la Gent Gran ponen en marcha programas de acompañamiento

A ello se agrega el vínculo directo de Creu Roja: «Entramos en contacto con el usuario y realizamos valoraciones para ver cuál es su estado».

Otras nuevas iniciativas están surgiendo para paliar el problema. Cáritas diocesana de Tarragona ha puesto en marcha el programa 'Ara al teu costat', consistente en el acompañamiento a mayores para realizar actividades como tomar un café o salir a pasear. Por su parte, la entidad Amics de la Gent Gran busca voluntarios en Tarragona para brindar compañía emocional. La asociación también está presente en Cambrils o Reus.