



**Aprendizajes y buenas prácticas**  
**Comunidad y soledad**  
**Principado de Asturias**  
**Rompiendo Distancias**

---

Seminario celebrado el 28 de octubre de 2022

Una iniciativa de:  **Fundación**  
**ONCE**





[Asturias es una comunidad uniprovincial](#), pero que tiene 78 municipios de los cuales, la gran mayoría son en el entorno rural. Un entorno rural disperso, montañoso y con una población también dispersa y envejecida.

Asturias es la Comunidad Autónoma más envejecida de España y una de las más envejecidas de Europa, con un gran número de hogares unipersonales de mayores de 65 años en el que los hogares unipersonales formados por mujeres triplican a los hogares unipersonales formados por hombres.

## Saber más sobre la acción del Principado de Asturias contra la soledad

Asturias cuenta con una red de transformación del modelo de cuidados de larga duración vinculado a la [Estrategia CiudAs para la transformación del modelo de cuidados de larga duración para personas adultas](#), que cuenta con más de 114 profesionales, 35 entidades adheridas al modelo de transformación y más de 20 proyectos innovadores que concita, además, 10 grupos operativos de elaboración, algunos de los cuales se fundamentan en los aprendizajes extraídos del programa Rompiendo Distancias.

Estos son el grupo de **Sensibilización social y nueva mirada al cuidado de larga duración** para impulsar y desarrollar medidas dirigidas a propiciar una nueva mirada social al cuidado y a la soledad no deseada que ponga a las personas en el centro y que permita avanzar hacia campañas de difusión y talleres reflexivos, donde las personas mayores lideren el proceso del cambio y el grupo de **Comunidad e intergeneracionalidad**, que tiene como objetivo promover, identificar y apoyar proyectos de fortalecimiento de la comunidad en el cuidado de larga duración y espacios de encuentro y apoyo intergeneracional.

## Contenido del programa

El programa [Rompiendo Distancias](#) es la respuesta de la Consejería en materia de servicios sociales a los desafíos que supone el envejecimiento de la población en las zonas rurales. Se encuentra actualmente en un proceso de revisión para impulsar todas las lecciones aprendidas y precisamente para incorporar las nuevas oportunidades que las nuevas tecnologías y los nuevos envejecimientos aportan, y que las nuevas realidades y la adaptación al cambio social de Asturias exige.

El programa nació el 8 de noviembre del año 2000 en Taramundi, en un proceso que se inició desde la base, en un proceso de abajo arriba. Nació como una demanda social de la mano de las personas mayores a raíz de la detección de un proceso de despoblación que agravaba el aislamiento y soledad de las personas mayores. De ahí la necesidad de creación del programa para el acercamiento de recursos para personas mayores en áreas rurales dispersas y de montaña.

## Metodología

El programa se basa en una **lógica de 3Ps: Próximo, Proactivo y Personalizado**.

En el modelo de Rompiendo Distancias, se ha establecido una coordinación de equipos y recursos en el territorio donde lo autonómico y lo local se entremezcla para dar respuesta a una necesidad compartida y ofrecer una visión de conjunto.

Pilares del programa Rompiendo Distancias		
Envejecimiento activo	Prevención de la dependencia	Fomento e impulso del voluntariado y el asociacionismo

  

<b>Respuestas que se han ofrecido</b>	<b>Desarrollo de servicios de proximidad</b>	Acceso al transporte público
	<b>Acceso a la información</b>	Descentralización del servicio de biblioteca a través de la creación de una biblioteca móvil, que permite amplificar el alcance

Ficha técnica de la experiencia – ROMPIENDO DISTANCIAS	
<b>Recorrido</b>	Desde el año 2000 hasta la actualidad (2022)
<b>Población objetivo</b>	Personas mayores de 65 años que viven en el entorno rural
<b>Alcance territorial</b>	Principado de Asturias
<b>Medios a disposición</b>	Inversión presupuestaria coparticipada entre el Principado de Asturias y las entidades locales de más de 600.000 €/año
<b>Palabras clave</b>	Intervención, Medio rural, Servicios sociales, Personas mayores, Descentralización de los servicios
<b>Objetivos</b>	Promover el envejecimiento activo Prevención de la soledad no deseada en el medio rural Acercar los servicios a la población mayor en el medio rural Detección de situaciones de dependencia o de riesgo o de necesidad de atención
<b>Dificultades</b>	El programa se desarrolla en un <b>entorno rural disperso</b> , montañoso y con una población también dispersa y envejecida. <b>El programa no está actualmente adaptado a diversas situaciones de discapacidad</b> , pero sí es algo que se ha detectado y en lo que se está trabajando de cara al futuro.

<p><b>Ventajas o valor añadido</b></p>	<p><b>La escucha activa a la población favorece la participación social</b>, ayudando a identificar las demandas e incidencias de la población y agiliza la respuesta.</p> <p>La movilización social y el asociacionismo favorece el <b>envejecimiento activo de la mente y ayuda a crear vínculos significativos</b> con personas con intereses y problemas similares, previniendo la soledad no deseada.</p> <p>La amigabilidad del programa <b>permite detectar casos de dependencia</b> y situaciones similares en aquellas personas más reacias a acudir a un médico.</p>
<p><b>Claves de éxito</b></p>	<p>El proyecto se construye a través de la <b>escucha de las demandas de la población objetivo</b>, lo que ayuda a identificar la respuesta óptima en cada caso.</p> <p>La <b>descentralización de los servicios públicos</b> permite que todas las personas mayores puedan acceder a ellos, sin importar su movilidad.</p> <p><b>Colaboración con agentes públicos relevantes</b> para el programa, como los servicios de salud.</p>
<p><b>Resultados</b></p>	<p>Este programa <b>atiende a más de 5.000 personas al año</b>.</p> <p>Rompiendo Distancias tiene una <b>amplia presencia</b>, con 15 programas distintos que abarcan 39 municipios asturianos y que abarca más de 30.000 personas mayores de 65 años en Asturias.</p>

## Aprendizajes, reflexiones finales y buenas prácticas

---

- ▶ La **descentralización de servicios** permite llegar a un mayor número de personas, incluyéndolas en la vida pública.
- ▶ El **asociacionismo** o la lectura son actividades que fomentan el envejecimiento activo y fomentan el sentimiento de autorrealización y satisfacción con una misma.
- ▶ El **apoyo de las instituciones** contribuye a la sostenibilidad, escalabilidad y eficacia de las iniciativas sociales.
- ▶ Cuando una buena práctica es escalable, la transferencia y réplica en otras zonas de su alrededor se potencia. **Realizar acciones escalables**, con evaluaciones y metodologías robustas es una manera de fomentar la lucha contra la soledad.
- ▶ Cuando un proyecto tiene futuro, las personas que participan en él también pueden planificar a medio o largo plazo. La **sostenibilidad de los programas** genera una sensación de continuidad que anima a crear planes de futuro a las personas.
- ▶ Es fundamental lograr la **vinculación de las personas a los recursos y servicios comunitarios**. Los programas y acciones deben favorecer esta vinculación.
- ▶ La **participación de la comunidad es fundamental**, para prevenir, detectar e intervenir. Según datos del Observatorio, a 2 de cada 3 personas les gustaría realizar acciones para combatir la soledad de su entorno. Es importante movilizar los entornos comunitarios.
- ▶ En las acciones comunitarias, se cuenta con la oportunidad de poner en marcha **iniciativas intergeneracionales**.
- ▶ La **creación de redes vecinales** basadas en relaciones significativas con personas de proximidad facilita que surjan oportunidades de acompañamiento como ir a dar un paseo, tomar un café o acompañar de camino a hacer un recado.

### Material de referencia

- ▶ Iniciativa «Rompiendo Distancias»:  
<https://www.soledades.es/inspiracion/iniciativas/rompiendo-distancias-0>
- ▶ Principado de Asturias:  
<https://socialasturias.asturias.es/inicio>
- ▶ Estrategia CuidAs para la transformación del modelo de cuidados de larga duración para personas adultas:  
<https://socialasturias.asturias.es/estrategia-para-la-transformaci%C3%B3n-del-modelo-de-cuidados-de-larga-duraci%C3%B3n-para-personas-adultas-estrategia-t-cld-asturias->
- ▶ Semana CuidAs del 14 de noviembre al 18 de noviembre:  
<https://socialasturias.asturias.es/es/agenda-detalle>