



Consulta la buena práctica



**AYUNTAMIENTO DE OPORTO, PORTUGAL**

PROGRAMA ACONCHEGO



# ÍNDICE

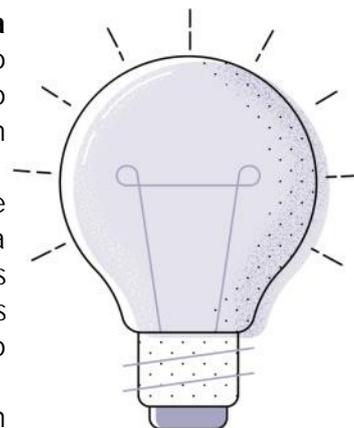
1. RESUMEN DE LA BUENA PRÁCTICA .....	3
2. ÁMBITO DE ACTUACIÓN .....	3
3. PERSONAS BENEFICIARIAS .....	4
4. TIPO DE ACTIVIDAD .....	4
5. ÁMBITO TERRITORIAL .....	4
6. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA .....	5
7. JUSTIFICACIÓN .....	6
8. OBJETIVOS .....	7
9. PALABRAS CLAVES .....	7
10. TEMPORALIZACIÓN .....	8
11. HITOS .....	8
12. RECURSOS .....	8
13. FINANCIACIÓN .....	9
14. ALINEACIÓN CON OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS) .....	9
15. COHERENCIA CON LOS PRINCIPIOS DEL MODELO DE ATENCIÓN INTEGRAL Y CENTRADA EN LA PERSONA (AICP).....	10
16. COHERENCIA CON LOS CRITERIOS COMPLEMENTARIOS.....	12

# 1. RESUMEN DE LA BUENA PRÁCTICA

**Programa Aconchego, convivencias intergeneracionales para disminuir la soledad**, está enfocado en disminuir el sentimiento de soledad de personas mayores de 60 años que viven solas o con su cónyuge y desean vivir en compañía de un joven estudiante universitario.

Este programa se enmarca dentro del intercambio de experiencias intergeneracionales y propone una solución para dar respuesta a dos necesidades aparentemente insalvables con un denominador común: el alojamiento de personas jóvenes estudiantes y la soledad no deseada y/o aislamiento de mayores.

De esta forma, los mayores retribuyen la compañía con alojamiento y los estudiantes compensan el alojamiento con compañía y apoyo mutuo.



## 2. ÁMBITO DE ACTUACIÓN

Detallar el ámbito de actuación marcando con una X la opción u opciones que correspondan de la siguiente tabla:

<b>Personalización, integralidad y coordinación:</b> <i>experiencias aplicadas de atención o de intervención que favorezcan la autonomía personal, la independencia funcional, el bienestar y la participación de las personas que tienen necesidad de apoyos.</i>	x
<b>Productos de apoyo y TIC:</b> <i>diseño y/o implementación de tecnologías, productos de apoyo y TIC para favorecer la autonomía, la independencia, el bienestar y la seguridad, tanto de las personas que tiene necesidad de apoyos como de las personas que les atienden o cuidan.</i>	
<b>Entorno físico y comunitario:</b> <i>experiencias que desarrollen el diseño arquitectónico, mejoras relacionadas con el entorno residencial de la persona, actuaciones ambientales dirigidas a favorecer la accesibilidad, etc.</i>	x
<b>Desarrollo organizativo y profesional:</b> <i>Innovaciones organizativas, metodológicas o normativas que medien o favorezcan la aplicación del modelo, a través de cambios normativos, instrumentos de evaluación, adaptaciones en los sistemas de organización y gestión de los centros y recursos, coordinación sociosanitaria, metodologías e instrumentos de atención personalizada, adaptación de perfiles profesionales y formas de actuación.</i>	
<b>Acciones de comunicación:</b> <i>aquellas experiencias relacionadas con medios de comunicación dirigidas a romper los estereotipos e imágenes erróneas sobre la vejez, discapacidad, enfermedad, etc., que propongan una visión que ponga en valor a las personas.</i>	
<b>Generación de conocimiento:</b> <i>iniciativas dirigidas a la investigación, evaluación, publicaciones, entornos académicos que favorezcan la generación de conocimiento y visibilicen los avances en nuevos modelos de atención y/o cuidados.</i>	
<b>COVID-19:</b> <i>se refiere a aquellas iniciativas que hayan nacido o se hayan tenido que ajustar específicamente en el marco de la pandemia del virus de la COVID-19.</i>	

### 3. PERSONAS BENEFICIARIAS

Detallar las características de las personas beneficiarias marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Personas mayores	X
Personas con discapacidad	
Personas en situación de dependencia	
Familias	
Profesionales	
Sociedad en general	X
Otro/s	X
Describa las características principales de las personas beneficiarias de la experiencia: Estudiantes universitarios y personas mayores	

### 4. TIPO DE ACTIVIDAD

Detallar el tipo de actividad de su entidad marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Centro residencial	
Comunidades, viviendas, domicilios	X
Centros ocupacionales	
Centros de día	
TAD, SAD	
Escuelas, universidades y otros centros educativos	
Lugares y centros de trabajo	
Políticas públicas	
Transporte	
Ocio	
Cultura	
Deporte	
Otro/s	
Describa el tipo de actividad de la entidad que lleva a cabo la buena práctica: El programa está promovido por la Cámara Municipal de Oporto (Portugal)	

### 5. ÁMBITO TERRITORIAL

Detallar el ámbito territorial de su entidad marcando con una X la opción que corresponda, especificando la zona de actuación:

Local (Especificar municipio):	
Provincial (Especificar provincia):	
Autonómico y regional (Especificar comunidad autónoma y/o región):	
Estatal	
Unión Europea	
Internacional	X
Indique el lugar/es en los que se desarrolla la buena práctica: Oporto (Portugal)	

## 6. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

Describe a continuación, de forma detallada, en qué consiste la buena práctica, metodología empleada, fases de implementación, etc. (máximo 2.000 palabras):

Es una iniciativa que tiene como objetivo apoyar y promover el bienestar de las personas mayores y sus familias, a través del alojamiento de estudiantes universitarios en sus hogares. Este programa se basa en una perspectiva intergeneracional.

La persona mayor proporciona un hogar para estudiantes quien a su vez contribuye, a través de su compañía, al acompañamiento de la personas mayor y, por lo tanto, con el fin también de prevenir o reducir el sentimiento de soledad no deseada y aislamiento de la persona mayor.

Está dirigido a personas mayores de 60 años, residentes en el Municipio de Oporto (Brasil), viviendo solas o con su cónyuge/pareja y con condiciones en su domicilio para la acogida de un estudiante de enseñanza superior, con edades comprendidas entre 18 y 35 años, no residentes en el municipio de Oporto.

Los principales beneficios son:

- ⇒ Intercambio de experiencias entre generaciones;
- ⇒ Reducción de los gastos de alojamiento de los estudiantes;
- ⇒ Compañía para la tercera edad.

Así, desde hace 18 años, este Programa, ayuda a superar el sentimiento de soledad no deseada y aislamiento de las personas mayores y, al mismo tiempo, brinda alojamiento a jóvenes estudiantes de educación superior en el Municipio de Porto. Más concretamente, este proyecto permite a las personas participantes intercambiar experiencias entre generaciones, traduciéndose en compañía para la persona mayor y reduciendo costes de alojamiento en estudiantes.

Es un programa que, en su génesis, ofrece un hogar seguro y no solo un cuarto para estudiantes, así como una efectiva compañía para personas mayores, constituyéndose como un contexto real para el mejoramiento de la calidad de vida tanto de estudiante como mayor.

Esta iniciativa ofrece, por tanto, un reparto seguro y eficaz de recursos para ambas partes, la persona mayor que comparte su vivienda recibe del estudiante una relación cercana, gana compañía en su vida cotidiana, generando también afinidad, confianza y serenidad en las familias correspondientes.

## 7. JUSTIFICACIÓN

Especifique el motivo o causa que motivó la puesta en marcha de la iniciativa:

Portugal, al igual que otros países europeos, viene registrando en las últimas décadas profundos cambios demográficos caracterizados, entre otros aspectos, por el aumento de la longevidad y la reducción de la tasa de natalidad.

En 2015, las personas de 65 años o más representaban el 20,5% del total de la población residente en Portugal. En el mismo año, la esperanza de vida media alcanzó los 77,4 años para los hombres y los 83,2 años en sus coetáneas.

En cuanto a la ciudad de Oporto, el Censo de 2011 indica que esta ciudad, la segunda más grande del país, tiene una tasa de envejecimiento de 194, muy superior a la media nacional, situada en 131 (PORDATA, 2016). Estos últimos Censos de 2011 también indican que cerca del 30% de la población de la ciudad de Oporto (74.090) tiene más de 60 años y que casi 31.000 personas mayores de 65 años viven solas, lo que representa casi el 50% de la población de personas mayores.

Preocupado por este fenómeno sociodemográfico, el Municipio de Oporto se adhirió a la Red Mundial de Ciudades Amigas de las Personas Mayores el 1 de octubre de 2010, reforzando su deseo de responder al rápido envejecimiento de la población. Entre otras iniciativas, el municipio invierte en un conjunto de programas que promueven el envejecimiento activo y saludable.

Paralelamente a este aumento de la longevidad, caracterizado por el envejecimiento de la población, la Universidad y las instituciones de educación superior del municipio atraen cada año a miles de estudiantes a la ciudad. Hay alrededor de 75.000 estudiantes de educación superior en la ciudad, y muchas de estas personas necesitan alojamiento temporal durante el año escolar, ya que un tercio proviene de fuera del Área Metropolitana de Oporto.

Preocupada por esta tendencia sociodemográfica del fenómeno del envejecimiento de la población, la Secretaría Municipal de Cohesión Social del Ayuntamiento de Oporto es responsable de garantizar la implementación de programas que promuevan el envejecimiento activo y la calidad de vida de las personas mayores, a la vez que facilitan el intercambio intergeneracional.

Para más información, se puede visitar la página web:

<https://www.cm-porto.pt/juventude-projetos/programa-aconchego>

Y también ver algunas experiencias compartidas en redes sociales y entrevistas:

<https://www.youtube.com/watch?v=eMPMKwgh8eo>

## 8. OBJETIVOS

Indique el Objetivo General y los Objetivos Específicos de la iniciativa:

Objetivo General: Apoyar y promover el bienestar de las personas mayores y sus familias a través del alojamiento de estudiantes de Universidad en sus hogares. Este programa se basa en una perspectiva intergeneracional. La persona mayor brinda un hogar al estudiante y la estudiante contribuye con su compañía y a prevenir y disminuir el sentimiento de soledad no deseada y aislamiento social que las personas mayores pueden llegar a sufrir.

Objetivos Específicos: Promover la adhesión al Programa Aconchego para adultos mayores en situación de soledad y/o aislamiento social.

## 9. PALABRAS CLAVES

Describa cuatro "palabras claves" relacionadas con su buena práctica y porqué tienen importancia, por ejemplo: palabra clave "Personalización", porque llevamos a cabo una atención personalizada, centrada en las características e idiosincrasia de cada una de las personas, teniendo en cuenta su opinión, intereses, valores, costumbres...

Palabra clave -1-: convivencia intergeneracional, es el eje del programa, dos generaciones que comparten vivienda y vida.

Palabra clave -2-: envejecimiento activo y saludable, es lo que logramos mediante las convivencias, que las personas mayores sean cada vez mas activas, promoviendo a la vez su salud, que retomen actividades que por la soledad no deseada habían dejado de realizar.

Palabra clave -3-: compañía, no solo para las personas mayores, sino también para los estudiantes universitarios, pues al llegar solo a una ciudad ellos también sufren la soledad no deseada, por la lejanía de la familia y amigos

Palabra clave -4-: calidad de vida, es el fin del programa que las personas mayores tengan calidad de vida.

### Claves...



## 10. TEMPORALIZACIÓN

Indique la fecha de inicio de la buena práctica (mes y año):

Año de inicio: 2004

## 11. HITOS

Describir hitos importantes, como, por ejemplo, premios, reconocimientos recibidos por la iniciativa que se presenta. Si no los hubiera, indicar no procede.

Ha sido premiado en varias ocasiones, tanto a nivel nacional como internacional. En 2010, en el marco del concurso "This is European Social Innovation", promovido por la Comisión Europea – Eurocities, fue premiado por su potencial innovador y emprendimiento social.

El 16 de abril de 2012, el Programa Aconchego recibió el sello Iniciativa de Emprendimiento Social de Alto Potencial, otorgado por el Instituto de Emprendimiento Social.

El 16 de marzo de 2018, el Programa Aconchego fue seleccionado como una de las mejores prácticas de Smart to-do/Ageing Summit.

En agosto de 2018, el Programa Aconchego fue reconocido como una "práctica de vivienda amigable con las personas mayores" por parte de la OMS Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores.

## 12. RECURSOS

Describir los recursos necesarios para llevar a cabo la experiencia, en cuanto a personal necesario y recursos materiales:

- Personal necesario para llevar a cabo la experiencia: técnicos de la Secretaría Municipal de Cohesión Social del Ayuntamiento de Oporto; Elementos de la Federación Académica de Oporto.

## 13. FINANCIACIÓN

Detallar el tipo de financiación con el que cuenta la buena práctica, marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Recursos propios	X
Cuota de personas usuarias	
Ingresos derivados de la prestación de servicios/productos	
Subvenciones	
Otros	
Especificar otras fuentes de financiación diferentes: ---	

## 14. ALINEACIÓN CON OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS)

Elegir el objetivo/s de desarrollo sostenible a los que contribuya la buena práctica, marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Acabar con la pobreza	
Hambre cero	
Salud y bienestar	X
Educación de calidad	
Igualdad de género	
Agua limpia y saneamiento	
Energía asequible y no contaminante	
Trabajo decente y crecimiento económico	
Industria, innovación e infraestructura	
Reducción de las desigualdades	X
Ciudades y comunidades sostenibles	
Producción y consumo responsables	
Acción por el clima	
Vida submarina	
Vida de ecosistemas terrestres	
Paz, justicia e instituciones solidarias	
Alianzas para lograr los objetivos	
No procede / No aplica	

# 15. COHERENCIA CON LOS PRINCIPIOS DEL MODELO DE ATENCIÓN INTEGRAL Y CENTRADA EN LA PERSONA (AICP)



## Principio de Autonomía

Se promueve la capacidad de autogobierno de las personas y su derecho a tomar sus propias decisiones acerca de su plan de vida, así como a que sus preferencias sean atendidas, también cuando presentan situaciones de gran dependencia, pudiendo hacer elecciones entre diferentes alternativas.

El programa brinda la oportunidad a las personas mayores de poder continuar viviendo en sus casas, con sus redes afectivas, sin tener que realizar grandes cambios, garantizando así la autonomía. Además, crea la posibilidad de contactar y conectar con personas jóvenes, fomentando el intercambio de experiencias. La participación en el programa es voluntaria, por lo que es la persona mayor la que decide si desea o no participar, si quiere recibir en su casa a una persona o si desea continuar viviendo como lo ha hecho hasta ese momento.

## Principio de Individualidad

Se reconoce que cada persona es única y diferente del resto, por tanto, las actuaciones responden a criterios de personalización y flexibilidad.

Las personas mayores son las que deciden desde el sexo de la otra persona que se convertirá en su compañero/a de vivienda, y algunas características personales generales. Las entrevistas individuales que se realizan a los/las participantes del programa, permite que sean tomados en cuenta las individualidades de cada persona. Se crean perfiles tanto de personas mayores como de estudiantes que son considerados y reflejados en el momento de las presentaciones: de esta manera, se garantiza la compatibilidad y se disminuir la posibilidad de fracaso de las convivencias.

## Principio de Independencia

Se reconoce que todas las personas poseen capacidades que deben ser identificadas, reconocidas y estimuladas con el fin de que, apoyándonos en ellas, se puedan prevenir o minimizar las situaciones de discapacidad o de dependencia.

El Programa Aconchego está pensado para promover el envejecimiento activo y saludable, por lo que a su vez facilita la independencia y la autonomía de las personas mayores. Es un programa que da respuesta a dos problemáticas: el sentimiento de soledad no deseada de mayores y, la necesidad de alojamiento de jóvenes estudiantes. El alojar a estudiantes en sus casas ofrece a mayores la oportunidad de permanecer en su hogar, su entorno y conservar su independencia.

## Principio de Integralidad

Se contempla a la persona como un ser multidimensional en el que interactúan aspectos biológicos, psicológicos y sociales entendidos como una globalidad a la hora de actuar con las personas. Para garantizar la actuación óptima en todos estos ámbitos, el conjunto de recursos sociosanitarios y de otros sectores deben planificarse, diseñarse y organizarse, no con el eje puesto en los servicios, sino girando alrededor de las personas para que la atención y los apoyos lleguen de manera integrada a quienes los precisan.

En sí mismo, el programa no está orientado a que la persona mayor pueda mejorar en la interacción de los diferentes recursos, si bien, es cierto, que de alguna manera, se puede prevenir y mejorar la calidad de vida y bienestar tanto de personas mayores como jóvenes. Este programa intergeneracional favorece que las personas conecten e interactúen, con lo que el programa considera el principio de integralidad adaptando las necesidades de ambas personas a la realidad convivencial.

## Principio de Participación

Se reconoce que las personas tienen derecho a participar en la elaboración de sus planes de atención y de apoyo a su proyecto de vida. Y también a disfrutar en su comunidad, de interacciones sociales suficientes y gratificantes y acceder al pleno desarrollo de una vida personal y social plena y libremente elegida.

Desde el programa se fomenta la participación de todas las personas que son parte de este. Para las personas mayores el permanecer en sus casas y su entorno les garantiza el poder seguir participando activamente y con un enfoque saludable en la comunidad, definiendo su proyecto de vida y haciendo las actividades gratificantes que han realizado a lo largo de sus vidas.

## Principio de Inclusión social

Se reconoce que las personas deben tener la posibilidad de permanecer y participar en su entorno, disfrutar de interacciones positivas y variadas y tener acceso y posibilidad de acceder y gozar de los bienes sociales y culturales.

Los objetivos del programa promueven el envejecimiento saludable y activo, así como la inclusión de las personas mayores, además, de facilitar que puedan permanecer en su entorno, lo que a su vez garantiza la inclusión de las personas mayores. Respecto a las personas estudiantes, el poder contar con el apoyo de las personas mayores a su llegada a Oporto les ayuda en su inclusión en la comunidad, también les brinda la oportunidad de tener otras vivencias además de las de la universidad.

## Principio de Continuidad de atención

Se reconoce que las personas deben tener acceso a los apoyos que precisan de manera continuada, coordinada y adaptada permanentemente a las circunstancias de su proceso.

El permanecer en sus casas y su entorno permite a las personas mayores continuar recibiendo los apoyos necesarios con un plus agregado, como poder contar con el apoyo de otra persona en caso de cualquier emergencia, unirse a actividades dentro de la comunidad, disponer de una persona de apoyo en las tareas del hogar, que puede ayudar en el acceso a ciertos recursos, etc...

# 16. COHERENCIA CON LOS CRITERIOS COMPLEMENTARIOS



## Criterio de Innovación

Desde la experiencia se plantean cambios con respecto a los modelos tradicionales de atención o se cuestionan los enfoques clásicos relacionados con la imagen de las personas o con el modo de desarrollar intervenciones o actuaciones.

El programa representa un cambio en el modelo tradicional de alojamientos de larga duración, les brinda la posibilidad a las personas mayores de permanecer en casa y retrasar la entrada a una residencia y la intervención institucional. Es un programa innovador y además un referente para las organizaciones sociales de Oporto y otros municipios de Portugal.

## Criterio de Transferibilidad

La experiencia contiene elementos y características que facilitan su generalización, replicabilidad o adaptación.

El programa es completamente transferible, dado el éxito del programa hay en la actualidad otras ciudades están en proceso de replicar el programa.

## **Criterio de Trabajo en Red**

Para el desarrollo de la experiencia se han establecido relaciones y acciones conjuntas con distintas entidades y agentes de la comunidad.

El programa nace de la alianza entre el ayuntamiento de Oporto y las universidades, por lo que la génesis de este es una red, además pertenecen a la Red Mundial de Ciudades Amigas de las Personas Mayores.

## **Criterio de Perspectiva de Género**

La iniciativa considera de forma transversal y sistemática las diferentes situaciones, condiciones, aspiraciones y necesidades de mujeres y hombres, incorpora objetivos y actuaciones específicas de género o contempla su impacto por género (personas destinatarias y profesionales).

Uno de los principios transversales del programa es la perspectiva de género, las mujeres como los hombres tienen los mismos derechos, oportunidades y responsabilidades. Se respetan las opiniones y creencias de las personas que participan en el programa.

## **Criterio de Evaluación y Resultados**

La experiencia cuenta con un sistema de evaluación y medición de resultados sobre:

- 1) Efectividad y cumplimiento de objetivos
- 2) Impacto social
- 3) Sostenibilidad y viabilidad técnica y económica

El Programa se evalúa cualitativamente, obteniendo regularmente, por parte de ambos adherentes, un feedback muy positivo, lo que conduce a la renovación de la integración a lo largo de los años de la carrera académica de estudiantes, hecho que demuestra el éxito de este programa.

## **Ambiente facilitador y otros criterios**

En cuanto al entorno, aspectos socio-espaciales, comunitarios, ergonómicos y de otra tipología.

Un criterio facilitador del programa es la confianza que se tiene en el programa de acuerdo con los testimonios, otro es el sentimiento de seguridad, el poder contar con la presencia de otra persona en la casa tranquiliza mucho a las personas mayores. A nivel económico también representa una tranquilidad para las familias de los estudiantes, pues en vez de pagar un alquiler, solo realiza un aporte de 25 euros mensuales.