



*Federación Galega de Asociacións
Universitarias Sénior*
Avd. Xoan XIII, Campus Norte.
Facultad de Enfermería.
15782 SANTIAGO DE COMPOSTELA
presidente@fegaus.com

INFORME Y RESULTADOS DE LA ENCUESTA

FEGAUS - Adiós a la soledad

Existe un desconocimiento sobre cuantas personas se encuentran en situación de SOLEDAD NO DESEADA entre los alumnos de los programas de Mayores de nuestras Universidades en los siete Campus de Galicia. A falta de datos estadísticos que nos permitan dimensionar el fenómeno entre el alumnado para poder abordar el problema, esperamos que con los datos recibidos nos permitan evaluar un conjunto de tendencias, que son complementadas con algunas evidencias y sugerencias aportadas por las personas que han intervenido.

La encuesta ha sido dirigida exclusivamente a personas que viven solas y sean alumnos de los PUM, nos permitirá tener una visión de la situación en los diferentes Campus Universitarios de nuestra comunidad.

Solicitamos la colaboración para tener información sobre cuantas están matriculas en los Programas Universitarios de Mayores, con el objeto de conocer la situación en Galicia y actuar para paliar la Soledad.

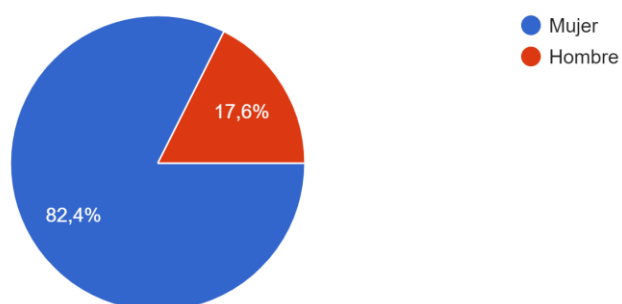
La estimación del número de personas mayores que están viviendo solas en Galicia es de 285.777, y la previsión para el año 2030 asciende a 317.802. FEGAUS quiere colaborar para informar a las personas mayores de Galicia del riesgo que supone entrar en un proceso de SOLEDAD NO DESEADA y formarlas para evitar esa situación.

La aportación de las opiniones, respondiendo a la encuesta, nos dará información para actuar en la prevención de la Soledad No Deseada y dar soluciones a las personas que la sufren.

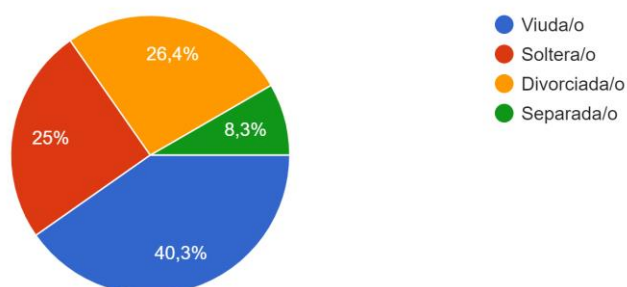
Estos son los resultados.

En los diferentes gráficos que se adjunta de todas las respuestas recibidas, se pueden visualizar que la mayoría de las recibidas son mujeres. En el estado civil hay un equilibrio entre la viudedad, los solteros y divorciados. Entre los 65 y 80 años se encuentran la mayoría de las respuestas. Viviendo solas, se encuentran muy distribuidas en diferentes años. Las provincias y Ciudades han tenido respuestas muy desiguales.

Género
74 respuestas

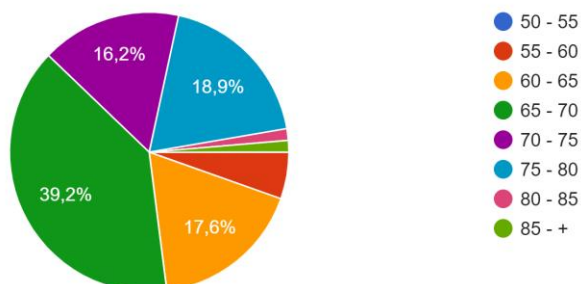


Estado civil actual
72 respuestas



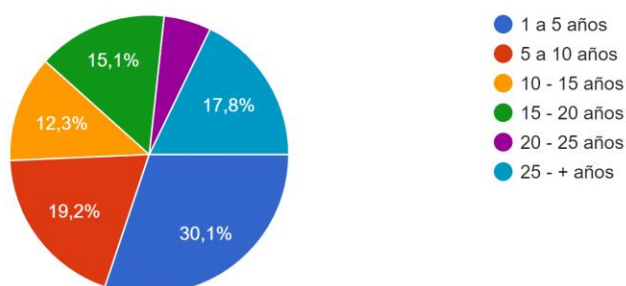
Edad

74 respuestas



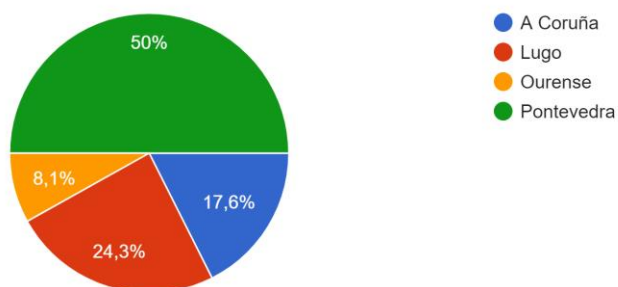
¿Cuántos años hace que vives en sola/o?

73 respuestas



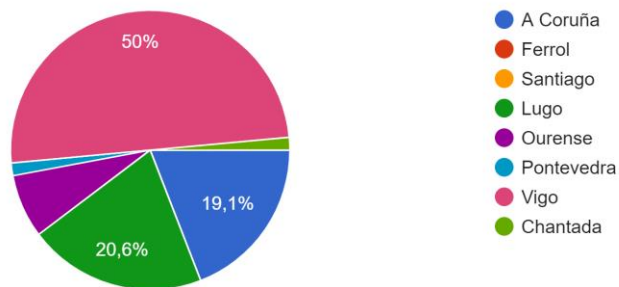
¿En qué provincia de Galicia vives?

74 respuestas



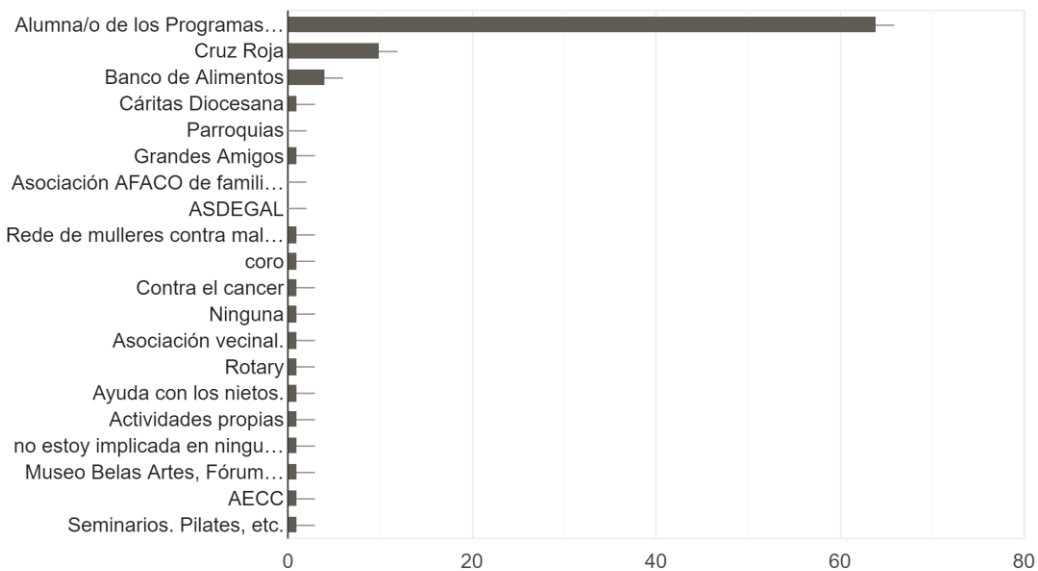
¿En qué ciudad donde resides? Si no está en la lista, indícalo.

68 respuestas



De las actividades relacionadas a continuación, ¿en cuales estás implicada?

72 respuestas



RESPUESTAS.

Resumen de los comentarios y sugerencias enviadas.

Mantenernos activos física y mentalmente. Acompañarnos entre nosotros. Actividades humanitarias. Actividades culturales y formativas. Relacionarse socialmente. Si tenemos salud, debemos ser muy activas. Hacer Pilates, Yoga, caminar por el agua de la playa (la mejor medicina). Si la Salud no acompaña, y te encuentras muy sola, sería estupendo que una persona voluntaria te hiciese compañía. No dejar la lectura, sudokus, etc. Ser muy positiva, todo está en nuestra mente. No dejar de cultivar las amistades, viajar.

El mantenimiento activo y el ser positivo y colaborativo, es muy sugerido en todas las respuestas,

Lugares de reunión y encuentro. Para mayores tipo centros sociales u otros. Socializarse. Centros cívicos, asociaciones. Universidad Senior, Universidad a Distancia. Organizar actividades para fomentar la socialización. Actividades culturales y deportivas no agresivas, clubes para mayores. Programas de Mayores en el IV Ciclo en el Campus de Lugo y para mí fue una experiencia de lo más enriquecedora e ilusionante, me sentí rejuvenecer, Tuve que dejarlo por asuntos de salud. creo que deberían darlo a conocer mucho más en la prensa, en TV, etc.

Necesidad de reunirse y encontrarse en centros para mayores y realizar formación en los Programas de Mayores es lo más destacado.

Cohousing: viviendas colaborativas para personas mayores. Vivir en un hotel senior, tipo chalet o casa con jardín. Compartir con alguien que necesite vivienda.

En este punto el Cohousing, está reflejado con potencia.

Formarse. Enseñar a prepararse para vivir sola, nos puede pasar a cualquiera. Seguir con programas como el de mayores u otra actividad que consiste en relaciones con otras personas. Tener deseo de aprender cosas nuevas. Mantenerse informado de los temas de actualidad y tener planes (viajes, ayuda...). Ser conscientes de que es un problema doloroso, e ir tomando medidas prácticas para paliarlo.

Formación para prepararse y evitar la Soledad es lo más destacado.

Queremos agradecer a la Universidad de Vigo y A Coruña, el apoyo y difusión que han realizado para llegar al máximo de alumnos y a las Asociaciones de Alumnos que han realizado la difusión de la misma entre sus asociados.

Alejandro Otero Davila

Presidente de FEGAUS