

e-Residencias para mayores

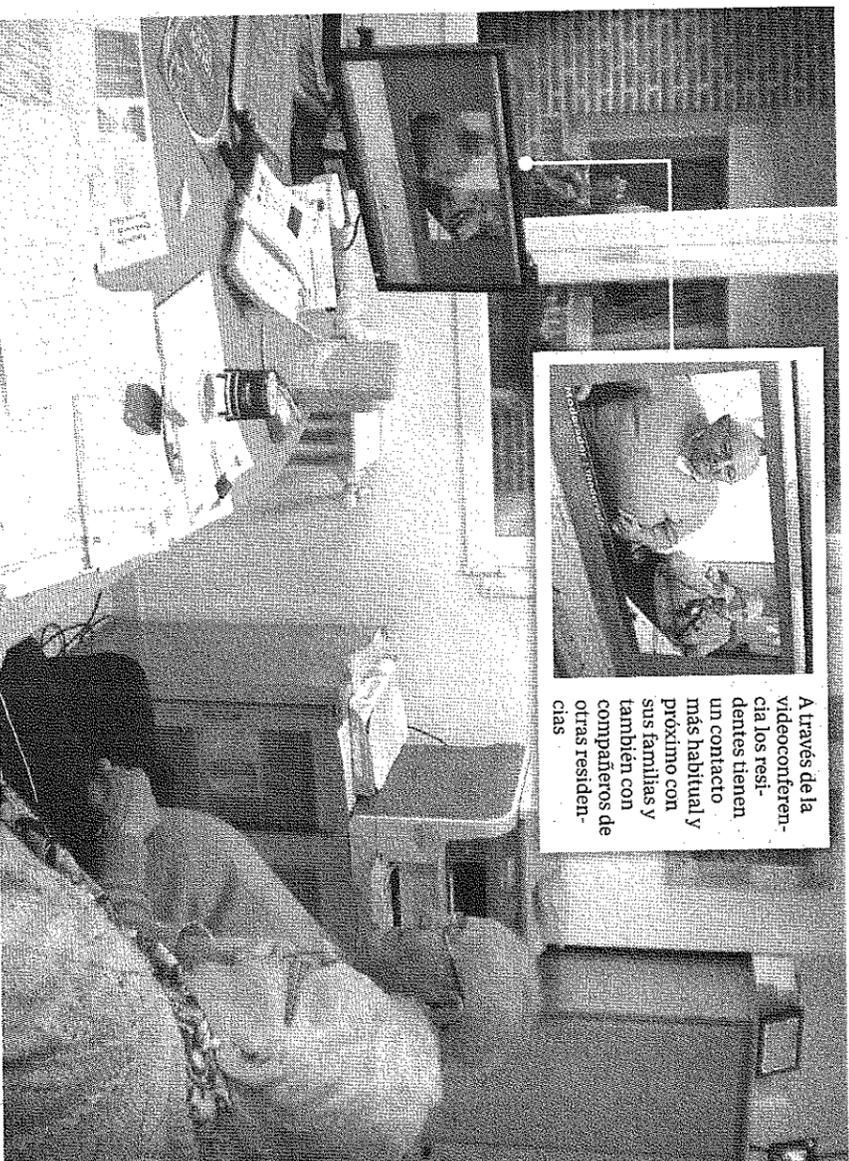
Adaptar la tecnología a las personas mayores elimina barreras físicas y mejora su calidad de vida

CARLOTA FOMINAYA

«Me encanta el ordenador». Quien habla así es Anastasia, una residente del centro Fundación Raudense de la tercera Edad ubicado en Roa, Burgos. Ella ha descubierto, a sus 92 años, las ventajas de comunicarse con unas sobrinas que viven en un pueblo vecino gracias al sistema de videoconferencia que ofrece el programa de «e-residencia» puesto en marcha por Lares Federación. La oferta se completa con plataformas de sms, chats, redes sociales y foros que mejoran de gran manera los sistemas de comunicación de este tipo de personas.

Jorge Sainz Alas, director de la Fundación Raudense, resume las múltiples bondades que tiene una red digital avanzada, especializada y con servicios adaptados para mayores: «Las nuevas tecnologías contribuyen a un mayor contacto con familias a los que, a lo mejor por las distancias, tardan meses en ver, o les ofrece la posibilidad de ampliar sus formas de ocio, e incluso de estudio. Es decir, permite a las personas mayores interactuar con su entorno sin barreras físicas, mejorando de forma ostensible su calidad de vida». «Para ellos el uso de las nuevas tecnologías significa una revolución. La experiencia está siendo muy enriquecedora, y sólo por eso merece la pena».

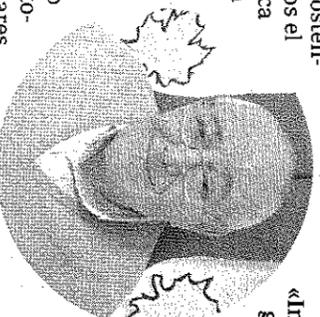
Encuentros intercentros
Begoña Vega, trabajadora social de la residencia San Roque (Villalba de Campos, Valladolid), destaca como ejemplo los encuentros virtuales de todos los viernes entre tres centros Lares distintos: el suyo, otro situado en Sahagún (León) y el de Roa (Burgos). «Somos varios los que nos conectamos siempre un día a la semana a la misma hora y aprovechamos esa conexión para compartir actividades como recordar canciones o plantear actividades», explica. «Ellos están encantados y acuden puntualmente a la cita semanal. Una vez que asisten, las ganas de participar surgen solas y ya ni siquiera tenemos que proponer la actividad. ¡La piden ellos!». añade. «Un día unos preparan una poesía para leerse a sus compañeros, otro día juegan al bingo de forma interactiva... La relación entre los distintos residentes ha llegado a ser tan buena que como el jamón no se puede compartir por ordenador, han tenido que realizar una excursión para apreciar el encuentro real», concluye Sainz Alas.



A través de la videoconferencia los residentes tienen un contacto más habitual y próximo con sus familias y también con compañeros de otras residencias.

Los residentes de la Fundación Raudense de Roa, Anastasia y José Luis, momentos antes de iniciar la entrevista ABC

José Luis Polo, 83 años
«Me gustaría haber usado el ordenador 10 años antes»



«Internet es un adelanto muy grande. A mí las nuevas tecnologías me gustan mucho, pero la pena es que para nosotros hayan llegado demasiado tarde. A mí personalmente me hubiera gustado usar el ordenador diez o doce años antes», se lamenta. Aun así, y siguiendo el dicho de «más vale tarde que nunca», José Luis se lo pasa «muy bien» cuando se conecta con su familia. «Me gusta mucho ver a mis hijos y a mis nietos. Puedes hablar mientras las ves, te contestan en el momento... es muy agradable», recalca este hombre, nacido en Sinovas (Aranda de Duero),

hace 83 años. José Luis también disfruta de las actividades que comparte con mayores de otros dos centros Lares a través del ordenador, actividad que realizan todos los jueves. «Es una buena oportunidad de conocer a gente nueva a nuestra edad. El año pasado incluso estuvimos todos juntos de excursión y lo pasamos bastante bien», relata. De todas formas, él no se desprende de su móvil. «El teléfono es imprescindible. Yo ahora que soy mayor lo llevo siempre conmigo, por si acaso».

Anastasia de la Cal, 92 años
«Ahora ya no quiero saber nada del teléfono»



A sus 92 años Anastasia, nacida en Quintana de Manvirgo (Castilla León), disfruta al máximo viendo por videoconferencia a sus sobrinos, que viven en un pueblo a unos 12 kilómetros de la residencia. «Ahora ya no quiero saber nada del teléfono porque como no ando muy bien si estoy de pie me puedo caer. En cambio la videoconferencia me permite sentarme en un sillón enfrente del ordenador y así charlar y ver a mis sobrinos tranquilamente», cuenta. Esta mujer se aficionó desde el principio a este sistema.

«Es la mejor manera de seguir en contacto con familiares que viven lejos y que no pueden venir a vernos tan a menudo como nos gustaría», explica. Y también a los encuentros virtuales que organizan entre las distintas residencias Lares todas las semanas. «Aprovecho esos momentos para hablar con las asistentes que trabajan en otros centros, y para arreglar los problemas que nos van surgiendo. Lo hacemos lo mejor que podemos. También para conocer a otros residentes», afirma risueña.