

Así se vuelcan los jóvenes con los mayores que viven solos

La Fundación Vianorte-Laguna y el Colegio Orvalle han puesto en marcha un proyecto para estar al lado de los mayores.

06/05/2015

Margarita (imagen superior) tiene 94 años y vive en la residencia Sanyred Nuestra Señora de Loreto (Madrid). Cada viernes es un día muy especial para ella. Recibe la visita de

Alejandro y Miguel, dos jóvenes estudiantes de 19 años que la han «adoptado» como abuela.

«Me encanta que vengan y pasen la tarde conmigo. **Soy la envidia de los compañeros de la residencia** porque estamos mucho tiempo hablando, sobre todo de arte, porque he leído muchos libros y les cuento anécdotas muy interesantes».

«Es verdad —apunta Miguel— escuchamos sus historias, que nos cuenta con fascinación, y el próximo día vamos a traerle un ordenador portátil para que pueda hacer una visita virtual al Museo del Prado». Los dos estudiantes apuntan que en nuestra sociedad hay mucho individualismo y parece que los jóvenes **«vivimos en una burbuja**, se nos da todo hecho y no nos importa nada de lo que ocurre en nuestro entorno». Sin embargo, recalcan que **«no siempre es así»**.

Por eso ellos, igual que otros muchos voluntarios, decidieron **apoyar a las personas mayores**. «Nos reporta **muchísima satisfacción**.

Disfrutamos escuchando sus historias y haciéndoles sentir bien.

Ojalá hubiera muchos más jóvenes que se atrevieran a participar y dar a los mayores el respeto que se merecen. Deberían probarlo para saber lo que significa».

Acuerdo de conveniencia

La iniciativa «**Adopta a un abuelo**» es una idea **original de Alberto Cabanes** que, en su día, visitaba a su abuelo en una residencia de Ciudad Real. Allí conoció a un residente viudo de 86 años que un día de Reyes, muy emocionado, le confesó que estaba completamente solo. Llegaron a un acuerdo: **Alberto le «adoptó» como abuelo, y el anciano sintió una alegría inmensa**. Fue entonces cuando

Alberto pensó: «¿por qué no puede haber más historias como esta que causen tanta emoción a los mayores solitarios?».

Fue así como buscó **estudiantes que quisieran, de manera altruista, acompañar a los ancianos** en residencias. «Les damos una formación de tres horas para que sepan cómo tratarles y qué deben hacer o no con ellos. Belén Ortíz, directora de la residencia de Sanyred, apunta que es una «verdadera gozada bajar al recibidor y cafetería y ver la cara de alegría de los residentes cuando están tan acompañados de los voluntarios, que vienen de dos en dos por cada mayor».

Muerte prematura

En España hay un millón y medio de personas mayores que viven solas. Según algunos estudios más **del 59%**

de las personas de la tercera edad se sienten solas, un sentimiento que les genera **inseguridad, tristeza y depresión**. Una investigación realizada por la Universidad de Chicago concluía, incluso, que la soledad puede aumentar hasta en un 14% las posibilidades de muerte prematura en las personas de la tercera edad. Pero, ¿por qué hay tantos mayores solos?

El director general de Imsero, César Antón, explica que la mayor esperanza de vida y el arraigo a sus recuerdos hacen que opten por la soledad en sus domicilios, mientras tengan autonomía para ello y puedan aprovecharse de los servicios asistenciales. **«El 80% de los mayores prefieren estar en su domicilio** con un nivel de cuidados que le permita vivir con dignidad. En muchos casos cuentan con el apoyo de un cuidador familiar que ofrece mucho cariño y empeño, pero

necesitan ayuda de servicios profesionales con formación. **No es lo mismo la soledad cuando se elige que cuando se impone».**

Según César Antón, las competencias asistenciales pertenecen a las diferentes comunidades autónomas, pero el Imsero trabaja con asociaciones de mayores, de enfermos de Alzheimer, de familiares... «Hemos destinado **3.300.000 euros a financiar asociaciones para que realicen programas y proyectos de ayuda a los mayores.** Gracias a ello, hemos atendido a más de 750.000 personas por el sistema de dependencia».

El gerente del Imsero insiste en que la palabra clave para combatir la soledad es «relacionarse». Explica que si un mayor vive solo, pero **sale a la calle, aunque sea a un Centro de Día, ya tiene que vestirse,**

asearse... y allí se relaciona con otras personas, participa en actividades, comparte experiencias, sentimientos y se siente activo.

«También son importantes las relaciones intergeneracionales, con los propios nietos y fomentar en la sociedad experiencias en las que los jóvenes se acerquen a ellos de manera voluntaria y se involucren en hacer la vida más fácil a estas personas».

**Fátima López, 16 años,
voluntaria: «No paran de
decir "gracias, gracias,
gracias"»**

La Fundación Vianorte-Laguna y el Colegio Orvallehan puesto en marcha un proyecto para estar al lado de los mayores: «El árbol de la vida». Está dirigido a sensibilizar en el cuidado de ancianos que sufren dependencia y a **destacar su**

dignidad. «Se trata de un **proyecto de solidaridad intergeneracional** en el que explican a los chicos —en principio del colegio Orvalle, aunque lo queremos extender a más centros —, los ciclos de la vida, qué supone ser una persona mayor, que hay que apoyarla hasta el final de su vida... — asegura Mar Barbero, directora de Desarrollo de la fundación—. Es muy bonito ver cómo jóvenes de 13 a 18 años se apuntan a la iniciativa».

Acuden los fines de semana y celebran desayunos solidarios, hacen manualidades y otras actividades de ocio. La más reciente fue un Cros en el que abuelos y nietos corrieron juntos.

Fátima López (16 años) es una de las voluntarias y apunta que «lo más increíble es que en el momento de la despedida no dejan de reptirnos «gracias, gracias, gracias». **Es muy emocionante comprobar lo**

gratificante que supone para ellos que pasemos un rato en compañía».

«Hablamos, les damos cariño, hacemos juegos, cantamos... Me encanta esta experiencia porque nos cuentan muchas historias de su vida y se sienten escuchados».

**Enrique Vaquerizo,
Fundación Amigos de los
Mayores: «Tenemos una lista
de espera con 80 ancianos que
demandan compañía»**

Desde la Fundación Amigos de los Mayores de Madrid combaten la soledad en varios frentes. Por un lado, los voluntarios van a los domicilios de las casas de los ancianos y les llevan **a pasear, comprar...** «Muchos no tienen ascensor o están débiles para salir solos», aseguran desde esta organización. «También celebramos

encuentros en el barrio para que hablen con otros mayores. En verano organizamos salidas y les llevamos a una casa rural en la Sierra», explica Enrique Vaquerizo, responsable de comunicación.

Según Vaquerizo, «debemos **luchar por una sociedad más justa por ellos y por nosotros de cara al día de mañana**». En esta fundación aseguran que necesitan más voluntarios porque tienen una lista de espera de 80 ancianos que están solos a la espera de compañía.

[Enlace a la noticia en ABC](#)

Laura Peraíta

ABC

opusdei.org/es-es/article/asi-se-vuelcan-los-jovenes-con-los-mayores-que-viven-solos/ (25/01/2026)