



# Estrategia integral contra la soledad no deseada en la planificación del Ayuntamiento de Valladolid

## Comprehensive strategy against unwanted loneliness in the planning of the Valladolid City Council

---

MARÍA CARIDAD TORRECILLA GÓMEZ

Diplomada en Trabajo Social y graduada en Psicología y Antropología Social.  
Directora del Servicio de Personas Mayores e Iniciativas Sociales del Ayuntamiento de Valladolid.

Con amplia trayectoria profesional como técnica en el Ayuntamiento de Valladolid y docente en la Universidad de Valladolid y en la Universidad de Salamanca.

Oficinas municipales del Ayuntamiento de Valladolid.

Calle San Benito 1.

47003 Valladolid, España.

[ctorrecilla@ava.es](mailto:ctorrecilla@ava.es)

Torrecilla Gómez, María Caridad (2024). Estrategia integral contra la soledad no deseada en la planificación del Ayuntamiento de Valladolid. *Anales de la Real Academia de Medicina y Cirugía de Valladolid*, 58: 407-424. DOI: <https://doi.org/10.24197/05sjg495>

Artículo de acceso abierto distribuido bajo una [Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional \(CC-BY 4.0\)](#). / Open access article under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License \(CC-BY 4.0\)](#).

**Resumen:** El presente trabajo analiza la problemática de la soledad no deseada y su abordaje dentro del Plan Contigo 2024–2028, impulsado por el Ayuntamiento de Valladolid, como una estrategia integral para prevenir y abordar la soledad no deseada y el aislamiento social, con especial atención a las personas mayores. El análisis parte de un diagnóstico social y demográfico que sitúa en más del 28% la población vallisoletana por encima de los 65 años, y que reconoce la incidencia de la soledad como un fenómeno complejo, multidimensional y de relevancia sanitaria, social y emocional. Se diferencia la soledad (vivencia subjetiva) del aislamiento (condición objetiva) e identifica factores de riesgo de tipo sociodemográfico, psicológico, físico y comunitario. Basado en evidencias científicas e iniciativas internacionales, el plan propone intervenciones asistenciales además de preventivas, comunitarias y que promuevan la participación, el apoyo y la inclusión social. El Plan Contigo articula un modelo colaborativo entre administración, tercer sector y comunidad, con perspectiva de género y de ciclo vital, y establece mecanismos de evaluación continua. Se subraya su carácter innovador como política pública orientada a la cohesión social y al bienestar emocional, mediante la intervención social en el contexto del envejecimiento activo.

**Palabras clave:** soledad no deseada; aislamiento social; envejecimiento activo; políticas sociales; intervención comunitaria; inclusión social.

**Abstract:** This paper analyzes the problem of unwanted loneliness and its approach within the Contigo Plan 2024–2028, promoted by the Valladolid City Council as a comprehensive strategy to prevent and address unwanted loneliness and social isolation, with special attention to the elderly. The analysis is based on a social and demographic assessment that shows that more than 28% of the population in Valladolid is over 65 years of age. It also recognizes the incidence of loneliness as a complex, multidimensional phenomenon of health, social, and emotional relevance. It differentiates between loneliness (a subjective experience) and isolation (an objective condition) and identifies sociodemographic, psychological, physical, and community risk factors.

Based on scientific evidence and international initiatives, the plan proposes care interventions that are not only preventive but also community-based, promoting participation, support, and social inclusion. The Contigo Plan articulates a collaborative model between the administration, the third sector, and the community, with a gender and life-cycle perspective, and establishes continuous evaluation mechanisms. Its innovative nature as a public policy aimed at social cohesion and emotional well-being through social intervention in the context of active aging is emphasized.

**Keywords:** unwanted loneliness; social isolation; active aging; social policies; community intervention; social inclusion.

---

## INTRODUCCIÓN

La soledad no deseada constituye uno de los principales desafíos de las sociedades contemporáneas, especialmente en el contexto del envejecimiento poblacional. El Plan Contigo 2024–2028 nace de la necesidad de responder a este fenómeno desde una perspectiva integral y comunitaria, impulsando políticas que promuevan la autonomía, el bienestar y la participación social de las personas mayores. El documento se enmarca en el compromiso del Ayuntamiento de Valladolid con la Red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores de la OMS y aborda la soledad como un problema social, relacional y de salud pública.

### 1. DESARROLLO Y ANÁLISIS

#### 1. 1. Principios rectores y marco conceptual

El Plan Contigo 2024–2028 parte de una concepción integral de la soledad no deseada, entendida como un fenómeno social, psicológico y estructural que afecta al bienestar individual y comunitario. Se apoya en un enfoque biopsicosocial y en la idea de que la soledad no es únicamente

la ausencia de compañía, sino la pérdida de vínculos significativos y de sentido de pertenencia. Los principios rectores del plan se articulan en torno a la dignidad, la participación, la autonomía personal y la inclusión social. Además, incorpora una mirada de género y de ciclo vital, reconociendo que los factores de riesgo y las formas de vivir la soledad difieren entre hombres y mujeres, así como entre distintas etapas de la vida.

Este marco conceptual recoge y se inspira en referencias teóricas nacionales e internacionales, entre ellas los planteamientos de la OMS sobre envejecimiento activo y las recomendaciones de la Comisión Europea en materia de cohesión social. La soledad no deseada se considera un problema de salud pública que requiere una respuesta colectiva, sustentada en la coordinación intersectorial y la implicación de la comunidad local.

## **1.2. Líneas estratégicas y actuaciones del Plan Contigo**

El Plan Contigo estructura su intervención en varios ejes de actuación complementarios, diseñados para abordar la soledad desde la prevención, la detección y la intervención directa. Cada uno de ellos se orienta a fortalecer las redes de apoyo y a fomentar el bienestar relacional en la ciudad de Valladolid.

En primer lugar, el eje de “prevención y detección temprana” busca identificar las situaciones de riesgo mediante protocolos de coordinación entre servicios sociales, sanitarios y comunitarios. Se prevé la formación específica de profesionales en la detección de la soledad y la creación de sistemas de alerta vecinal y digital. Estas actuaciones reflejan un cambio de paradigma en la gestión pública: la anticipación frente a la respuesta tardía.

El segundo eje, de “participación social y comunitaria”, promueve el fortalecimiento del tejido social mediante programas de voluntariado, actividades intergeneracionales y redes de convivencia. El enfoque comunitario permite revalorizar los espacios vecinales como lugares de encuentro, donde la participación se convierte en una herramienta de inclusión y de sentido compartido.

El eje de “entornos amigables y accesibles” se basa en la mejora de los espacios urbanos para garantizar la movilidad, la seguridad y la accesibilidad universal. Esta línea conecta con el concepto de ‘Ciudad

Amigable con las Personas Mayores’ promovido por la OMS, donde la accesibilidad se entiende como una condición para la autonomía y la participación.

Asimismo, el plan incorpora un eje de “innovación tecnológica e inclusión digital”, centrado en la reducción de la brecha digital y en el uso de las TIC como medios de acompañamiento y conexión social. Los programas de alfabetización digital no solo facilitan el acceso a recursos, sino que también fortalecen la autoestima y la capacidad de comunicación de las personas mayores.

Otro componente esencial es la “atención personalizada y el acompañamiento afectivo”, mediante programas de visitas domiciliarias, acompañamiento telefónico y proyectos de amistad. Estas acciones, de carácter individual, buscan restablecer los lazos de confianza y pertenencia que mitigan el impacto emocional de la soledad.

Por último, el eje de “evaluación y sostenibilidad” establece un sistema de indicadores cualitativos y cuantitativos que permiten medir la eficacia y el impacto social del plan. Este enfoque evaluativo evidencia la voluntad del Ayuntamiento de Valladolid de generar políticas basadas en la evidencia y en la mejora continua.

### **1. 3. Retos y perspectivas futuras**

A pesar de los avances alcanzados, el abordaje de la problemática de la soledad No deseada plantea diversos desafíos de futuro. En primer lugar, la necesidad de garantizar la sostenibilidad económica y organizativa de las acciones emprendidas. La continuidad del plan depende de su integración en las políticas estructurales del municipio y de la implicación constante de la ciudadanía.

Asimismo, resulta esencial profundizar en la evaluación del impacto emocional y comunitario de las intervenciones, avanzando hacia modelos más cualitativos que valoren la experiencia subjetiva del bienestar y la percepción de apoyo social.

Otro reto clave radica en la coordinación interinstitucional: la soledad no deseada requiere una gobernanza compartida fundamentalmente entre los servicios sociales y los sanitarios, junto con el tercer sector.

Finalmente, el futuro del plan pasa por seguir innovando en la respuesta social a la soledad, fortaleciendo la participación ciudadana y la resiliencia comunitaria. La intervención social debe evolucionar hacia un modelo relacional y empático, capaz de responder a los cambios demográficos y tecnológicos sin perder su base humanista.

## **2. BALANCE**

### **2.1. Detección de situaciones de soledad no deseada mediante dispositivos de inteligencia artificial**

En un contexto de envejecimiento poblacional como es el de Valladolid, donde el 28% de la población tiene 65 o más años, se hace imprescindible detectar situaciones de personas que viven una situación de soledad no deseada.

El programa de detección de soledad no deseada, que el Ayuntamiento de Valladolid va a poner en marcha próximamente, en colaboración con Telefónica Tech y la participación de la empresa Accexible, va a aprovechar el potencial de la Inteligencia Artificial para detectar situaciones de soledad no deseada en una determinada zona de nuestra ciudad.

A través del análisis del habla se emplean biomarcadores vocales como instrumento de detección de condiciones mentales y bienestar emocional de las personas.

El cribado se realizará mediante llamadas telefónicas a 300 personas de más de 75 años de una determinada zona de la ciudad durante tres meses.

Se aplicará un formulario donde se recoge la Escala Jong de 11 ítems y los datos socio demográficos del usuario y se les pasará un cuestionario con 5 preguntas abiertas, que deben ser respondidas por el usuario en menos de 20 segundos. A través de la herramienta termómetro emocional, el dispositivo va a medir hasta 8 dimensiones del bienestar emocional.

### **2.2. App SeniorVA y acceso a la información de los Centros de Vida Activa.**

La aplicación permitirá encontrar la información de todos los talleres de los CVA, y otras informaciones de interés.

Permitirá buscar la información por cada Centro de Vida Activa. Además de conocer qué talleres se dan, se indicará la descripción de cada uno, el horario, el coste, el lugar donde se realiza con enlace a un mapa, teléfono de contacto, y otros detalles que faciliten la participación.

La aplicación es complementada con la instalación de pantallas informativas de los Centros de Vida activa con difusión constante de informaciones de interés que ya se encuentran en funcionamiento en todos los CVA.

Así mismo se ha abierto la red social Facebook de los Centros de Vida Activa Valladolid en la que se están difundiendo las actividades de envejecimiento activo municipales y que está creciendo en seguidores teniendo en la actualidad, 370 seguidores.

Por otro lado, la aplicación VASSOCIALES (Valladolid Servicios Sociales) contará con un servicio de mensajería automática para quienes estén inscritos con objeto de difundir las actividades abiertas a las que puede acudir cualquier ciudadano en los Centros de Vida Activa y en otros centros del Área de Personas Mayores, Familia y Servicios Sociales.

### **2.3. Atención a través del Teléfono de la Esperanza a personas mayores en situación de soledad no deseada y aislamiento**

En el marco del convenio que mantiene el Ayuntamiento de Valladolid con esta entidad. El objetivo es brindar apoyo a las personas que se encuentren en situación de soledad y/o aislamiento en su domicilio, para ofrecerles conversación, seguimiento de su estado anímico y emocional, detección de problemas de salud y ofrecer comunicación con los servicios sociales del Ayuntamiento de Valladolid.

En 2024 se atendieron a 2.696 personas de Valladolid, de las cuales alrededor del 12% (unas 300 personas) correspondían a personas mayores.

### **2.4. Refuerzo de la Teleasistencia avanzada**

El servicio de Teleasistencia avanzada previene riesgos y reduce sensación de soledad, y por ello, se pretende reforzar su implantación para paliar los efectos de la soledad no deseada y el aislamiento. Es un Servicio

de la Junta de Castilla y León que tramita el Ayuntamiento a través de CEAS.

En 2024, se han atendido un total de 10.411 personas, un 15% más que el año anterior

## **2.5. Conexión tecnológica en SAD**

Este proyecto está basado en la implantación de dispositivos tecnológicos en los domicilios de las personas usuarias, que permita proporcionar una atención durante las 24 horas a las personas vulnerables que viven solas, al mismo tiempo que prevenir o reducir la soledad no deseada.

Se realiza a través de dos tipos de dispositivos enfocados a diferentes perfiles de personas usuarias:

- Dispositivos de monitorización de hábitos: para personas usuarias que vivan solas y no sean capaces de utilizar ningún tipo de tecnología de la información y comunicación.

En la actualidad hay 40 personas que viven solas con este dispositivo.

- Dispositivos basados en asistente virtual por voz: para personas usuarias que vivan solas y puedan utilizar algún tipo de tecnología de la información y comunicación. Permite la interacción con otros usuarios y con las auxiliares de ayuda a domicilio, además de con sus familiares.

En 2025 se incrementa un 50% la cobertura sobre 2024, pasando de 100 personas usuarias del asistente virtual a 150 personas que utilizarán este sistema en 2025.

## **2.6. Grupo de Trabajo sobre Salud Mental**

El 16 de mayo de 2024 tuvo lugar la primera reunión del Grupo de Trabajo de Salud Mental de la ciudad de Valladolid, grupo creado según los acuerdos de la Mesa de Coordinación Intersectorial de Implementación de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud en Valladolid. Entre otras actuaciones, sobre esta Estrategia se ha planteado, dirigiéndose a la población mayor de 70 años, el desarrollo de planes de seguimiento para la mejora de la salud y de prevención de la fragilidad.

Además, se ha creado el Grupo de Trabajo sobre Salud Mental. Este aspecto de la salud influye en la aparición y agravamiento de situaciones de soledad cuando existen ciertas problemáticas previas, que, a su vez, pueden aparecer o empeorar debido a situaciones de soledad no deseada o aislamiento. Se ha presentado un estudio sobre problemática de salud mental por edades.

En el marco de esta estrategia se ha establecido una coordinación con los centros de salud con llamadas proactivas a personas mayores detectadas desde estos centros y desde los Centros de Vida Activa para detectar posibles situaciones de vulnerabilidad y, por otro, ofrecer las actividades de envejecimiento activo que se desarrollan en los propios centros. Se inicia el proyecto piloto estableciendo coordinación con el Centro de Salud Plaza del Ejército.

En 2024 se realizaron 7 derivaciones desde el Centro de Salud Plaza del Ejército al CVA Puente Colgante y CVA Zona Sur.

## **2.7. Coordinación con Policía Municipal para derivación de situaciones de soledad detectadas**

La Policía Municipal, con su proximidad al ciudadano y su asistencia a domicilios por diversas circunstancias, detecta con frecuencia situaciones de soledad y aislamiento, y en muchos casos ya en momentos críticos. Existe un protocolo para notificar a Servicios Sociales las situaciones de soledad no deseadas y aislamiento que puedan presentar cierta gravedad, mediante un informe específico que se ha diseñado para ello.

## **2.8. Red amiga de acción contra la soledad no deseada y el aislamiento social. Atención telefónica a personas mayores.**

El Ayuntamiento de Valladolid colabora a nivel local la Red amiga de acción contra la soledad no deseada y el aislamiento social, propuesta a nivel autonómico y se articula con protocolos de colaboración para ofrecer una cartera de actividades sociales a las personas que se encuentren en dichas situaciones.

“Cerca de Ti” ofrece un servicio de atención telefónica directa y confidencial, permitiendo a las personas que lo necesiten conservar su anonimato si así lo desean, brindándoles orientación y apoyo para mitigar



sus efectos negativos. Este programa forma parte del Plan de Acción de Castilla y León contra la soledad no deseada y el aislamiento social, en el que colaboran diversos organismos públicos y privados dentro de la Red Amiga.

Por su parte, desde el Ayuntamiento de Valladolid se ofrece atención telefónica a través del **Teléfono Municipal de las personas mayores**. A través del contacto facilitado en la llamada se informa de los servicios que se ofrecen desde CEAS y otros proyectos existentes, así como de las formas de acceso a los mismos.

## **2.9. Crear una red de detección de situaciones de soledad no deseada y captar voluntariado para esa red.**

El voluntariado para acompañamiento se canaliza a través de Cosocial, entidad de voluntariado con la que se firmó convenio en 2024 para desarrollar el programa “CONTIGO” que tiene como objetivo principal acompañamiento a personas que sufren soledad no deseada.

En 2024 se realizaron, por parte de personal voluntario de Cosocial, 54 acompañamientos continuados y 25 acompañamientos puntuales

## **2.10. Rediseño estratégico de los CVA**

Las actividades de los Centros de Vida Activa se han rediseñado para dar cabida a los intereses de las nuevas generaciones de personas mayores.

Se ha rediseñado la oferta de actividades que puedan atraer a nuevos colectivos que aún no están asistiendo, al tiempo que mantener a los ya existentes. Se están realizando actividades abiertas sin necesidad de inscripción.

Se ha realizado un amplio programa de ofreciendo a personas mayores que viven solas la posibilidad de comer y cenar los días de nochebuena, Navidad, Nochevieja y Año nuevo todos juntos. Se cuenta con la colaboración de CLECE, que ofrece estas comidas en la Residencia El Patio de los Palacios.

En la Navidad de 2024 participaron 21 personas en el programa Contigo en Navidad y prácticamente la totalidad, han acudido a comer juntos los 4 días ofertados.

Con estas programaciones específicas de Navidad y Verano se trata de crear una programación especial con actividades varias: paseos, encuentros, talleres puntuales, club de lectura... dando continuidad a las actividades con frecuencia semanal en los Centros de Vida Activa

En cuanto a la oferta general de actividades y talleres, en el curso 2025/2026 se ofertan un total de 676 talleres, de los cuales 336 talleres serán gratuitos y 340 requerirán el pago de una cuota. Sobre el total de talleres se ha producido un incremento del 4,5% sobre el curso 2024-2025. En cuanto al número de plazas para este curso se ofertan 10.744 plazas, un 5,5% más que el curso anterior. De estas plazas el 46,64% son gratuitas.

Para la totalidad de las plazas, (10.744), se han recibido 16.192 solicitudes por lo que debido a la gran demanda de plazas se han incrementado el número de estas en los talleres, con lo que a partir de octubre 1.000 personas más podrán participar de las actividades.

La difusión de información de todas las actividades de los centros se realiza a través de:

- la instalación de pantallas informativas de los Centros de Vida activa con difusión constante de informaciones de interés que ya se encuentran en funcionamiento en todos los CVA desde finales de 2024
- Así mismo se abrió la red social Facebook de los Centros de Vida Activa Valladolid en la que se están difundiendo las actividades de envejecimiento activo municipales y que está creciendo en seguidores teniendo en la actualidad 324 seguidores.
- Creación de la cuenta de correo de los Centros de Vida Activa, [vidaactiva@ava.es](mailto:vidaactiva@ava.es) donde las personas pueden solicitar información sobre las actividades de envejecimiento activo del Ayuntamiento de Valladolid.

## **2.11. Espacios amigables en los CVA**

Los Centros de Vida Activa cuentan con salas de convivencia destinadas a favorecer las relaciones sociales de las personas mayores. Son puntos de reunión de acceso libre y asistencia flexible. En 2025 tanto el

Centro nuevo de Pasaje de la Marquesina como el Espacio de Vida Activa Las Flores también cuentan con este tipo de salas.

A partir de septiembre se pondrá en marcha una atención especial en la recepción de los centros para que las personas que acuden al centro por primera vez se sientan acompañadas en los primeros días de asistencia.

Desde el verano de 2025 los Centros de Vida Activa son considerados como refugios climáticos dentro de la iniciativa que ha puesto en marcha de la Concejalía de Medio Ambiente. Los refugios climáticos son espacios que se ofrecen a las personas como resguardo de las altas temperaturas, un problema que afecta considerablemente a la salud de las personas mayores.

## **2.12. Encuentros de actividades abiertas**

Se trata de fomentar la creación de vínculos personales fuera de las actividades más estructuradas. En este sentido se ha realizado una amplia programación de bailes durante el curso con sesiones, en un principio en dos centros y, posteriormente debido a la gran demanda, se incrementó a tres centros cada domingo. La programación se desarrolló desde primeros de octubre hasta el 1 de junio.

## **2.13. Programación especial de los CVA para verano**

Desde 2024 se realiza una programación específica de verano. Se trataría de prevenir las situaciones de soledad de las personas mayores en la época estival diseñando una programación específica durante julio y agosto

Para este verano 2025 se han programado 38 talleres donde participarán unas 570 personas. Hay que tener en cuenta que en 2024 fueron 12 talleres los programados con una participación de 167 personas.

## **2.14. Paseos saludables en los barrios**

Se están empezando a hacer recorridos en los barrios donde se creen grupos estables de personas que mantengan viva la idea de realizar un recorrido al menos una vez al mes, tras el que tomar un café y crear vínculos entre los participantes. Los objetivos de estos paseos son promover las relaciones sociales, crear vínculos entre las personas mayores de un mismo barrio, incentivar la movilidad y el ejercicio físico, fomentando hábitos saludables.

Desde el inicio del curso en octubre se han realizado 11 grupos estables de paseos donde han participado 165 personas

### **2.15. Paseos saludables en bicicleta.**

Pretende fomentar hábitos saludables mediante paseos en bicicleta. En 2024 se incluyó en la programación del Día sin Coche una ruta realizada por el grupo de ciclistas del CVA Huerta del Rey

### **2.16. Encuentros abiertos para actividad física, mediante actividades en las máquinas de los Parques Biosaludables de calle, con formación previa sobre su uso.**

Desde el Servicio de Personas Mayores e Iniciativas Sociales se mantiene coordinación con el Servicio de Salud Pública para llevar a cabo el proyecto subvencionado por la FEMP para entidades que forman parte de la Red Española de Ciudades Saludables, *En Valladolid nos movemos por la salud*, consistente en la realización y repetición de paseos y rutas accesibles y saludables para personas mayores, complementados con actividades de ejercicio físico grupales tanto en las instalaciones de los CVA como en los parques biosaludables de la ciudad.

El programa se realizó en el último trimestre de 2024 y participaron 325 personas.

### **2.17. Intervención comunitaria del Servicio de Ayuda a Domicilio .**

Este proyecto trata de reducir la soledad no deseada mediante animación comunitaria. Los usuarios de SAD pudieran ver lo que se hace en los CVA, conectando en directo con ellos. Serían las propias auxiliares de ayuda a domicilio las que facilitarían a las personas mayores que cuidan que se conecten con el CVA y en su caso se acerquen y participen en actividades de los Centros de Vida Activa.

En la actualidad se está trabajando por parte de la empresa que gestiona la ayuda a domicilio en la parte técnica (conexión en directo, qué sistema de videollamada van a utilizar, enlace, usuarios). Incluso ver la posibilidad que se pueda enlazar con los usuarios de Alexa, que son personas mayores que viven solas. A partir de septiembre se iniciará la parte social (contacto con CVA, concretar personas usuarias, etc.).

### **2.18. SAD Valladolid a tu lado**

Se trata de una nueva forma de provisión del Servicio de Ayuda a Domicilio basada en la creación de equipos de profesionales que atienden a un grupo de personas usuarias que viven en una misma zona residencial. Los equipos autogestionan los servicios en cada zona establecida, de acuerdo con las prescripciones de los/las trabajadoras sociales y las preferencias y necesidades de las personas usuarias.

Se lleva a cabo en el barrio de Arturo Eyries, con un equipo formado por 15 auxiliares a domicilio (más un auxiliar de retén). El equipo se completa con una coordinadora especialista en modelo ACP y Buurtzorg.

Se atiende a 61 personas usuarias (20 hombres y 41 mujeres):

Actualmente se está trabajando en la planificación para la ampliación al barrio Belén -Pilarica, UTS 2, en la zona comprendida entre las calle 12 de octubre y Nueva del Carmen.

## **2.19. Asesoramiento digital para acceso a nuevas tecnologías al servicio de la vida cotidiana.**

Actividades de orientación sobre el uso y utilidad de nuevas tecnologías para facilitar la comunicación y el acceso a la información.

En el último curso desde octubre de 2024 se han realizado 28 talleres donde han participado 317 personas.

También para personas usuarias que vivan solas y puedan utilizar algún tipo de tecnología de la información y comunicación existen dispositivos basados en asistente virtual por voz. Permite la interacción con otros usuarios y con las auxiliares de ayuda a domicilio, además de con sus familiares.

150 personas utilizarán este sistema en 2025.

## **2.20. Programación Obra Social La Caixa para el envejecimiento activo**

Mediante este convenio de colaboración se realizan talleres complementarios a la programación de los CVA, sobre mejora de la salud física y prevención de la fragilidad, fomento del desarrollo personal, mejora de las competencias digitales, participación social y voluntariado, y creatividad y reflexión.

En 2024 se han realizado 109 talleres a los que han asistido 1.260 personas mayores.

### **2.21. Servicio envejecimiento activo en domicilio**

Pretende reducir el aislamiento de personas con dificultades para desplazarse realizando una programación de actividades en línea, con asesoramiento previo sobre el uso de tecnología y seguimiento de los usuarios.

En este curso, desde octubre de 2024 hasta junio de 2025, se han realizado a través de los centros de Vida Activa 7 talleres online donde participaron 85 personas

### **2.22. Difusión del Programa de la Fundación Municipal de Deportes para personas mayores en los Centros de Vida Activa**

La Fundación Municipal de Deportes realiza una labor fundamental en la promoción de la salud de las personas mayores, especialmente a través de su programa específico para mayores de 70 años, que cuenta con 2.500 abonados. Este programa ofrece una amplia variedad de actividades en 14 instalaciones repartidas por toda la ciudad. Se intenta promocionar actividades distintas a las realizadas en los Centros de Vida Activa, para así complementar su oferta.

Se ha contactado con la FMD para proponer que a partir de septiembre se informe en las pantallas de nuestros CVA de la programación especial para persona mayores.

### **2.23. Educación preventiva desde Bomberos a personas mayores sobre riesgos en situaciones de soledad.**

Los centros de Vida Activa han realizado visitas al Parque de Bomberos donde se les ofreció una charla sobre la prevención de riesgos ante situaciones de soledad.

### **2.24. Yo Ya No Cocino**

El objetivo es prevenir la soledad no deseada en personas mayores, fomentando su interacción social al realizar la comida en los Centros de Vida Activa. La principal actuación es que se propiciará que personas mayores puedan comer en compañía de otras personas de su entorno en el centro de vida activa donde existe un servicio de comidas a través de las

cafeterías de los centros. Puesta en marcha del programa Yo ya no Cocino en el mes de marzo de 2025 con reparto de *flyer* en los CVA, información en las pantallas de los CVA y colaboración de las cafeterías de estos centros.

### **2.25. Oficina del Voluntariado social municipal**

Se ha creado una oficina adscrita al Servicio de Personas Mayores e Iniciativas Sociales. Esta oficina lleva a cabo funciones de planificación, gestión, coordinación y evaluación de la actividad desarrollada en materia de voluntariado de personas mayores en el Ayuntamiento de Valladolid. El Ayuntamiento de Valladolid está reconocida como entidad de voluntariado.

Nº total voluntarios de los CVA: 339

Se encarga de la tramitación y seguimiento de los convenios de colaboración con entidades de voluntariado (AVOMACYL, TELEFONO DE LA ESPERANZA, FUNDACIÓN CAUCE Y COSOCIAL)

Anualmente se realiza el homenaje a personas mayores voluntarias: 5 diciembre.

Campañas de promoción del voluntariado: se han realizado 2 campañas en colaboración con CONFEMAC

Formación para los voluntarios de los CVA: octubre 2024 con 16 asistentes y en febrero 2025 con 15 asistentes.

Se han iniciado contactos con la Asociación Club de la Experiencia formado por personas jubiladas del Ayuntamiento para la realización de actividades de voluntariado en los CVA. Se ha iniciado la experiencia en CVA Arca Real.

### **2.26. Haciendo amigos de 4 patas**

Se trata de promover el cuidado compartido de una mascota entre dos personas, ya que una de ellas por sus condiciones físicas ya no puede atenderla correctamente y hay otra persona voluntaria que le apoya en el cuidado

Esta iniciativa complementa al Programa Adopta puesto en marcha por el Ayuntamiento de Valladolid.

El objetivo es paliar la situación de soledad de las personas mayores mediante un programa que facilite la acogida de animales (perros y gatos) a quienes cuidar potenciando también la concienciación sobre el abandono de los animales.

Nos encontramos dos situaciones que se podrían resolver con este programa de acogida de animales:

- Animales abandonados en las instalaciones municipales tanto por parte de sus dueños anteriores o perdidos en la ciudad.
- Los animales que son mascotas de personas mayores que dejan su hogar para iniciar una nueva etapa en un centro residencial. En muchos casos, las familias no quieren o no pueden hacerse cargo de los animales, por lo que se produce una doble pérdida: los animales no pueden estar en su nueva residencia y sus dueños no pueden volver a verlos ni saber dónde están.

En este momento estamos en fase de difusión del programa que se realiza en colaboración con el colegio de Veterinarios y el Servicio de protección animal del Ayuntamiento de Valladolid.

Se han realizado *flyer* que se han repartido por los CVA y proyectado en pantallas de estos centros.

Se hizo una charla informativa en el CVA Huerta del Rey a finales de 2024 y otra charla en mayo de 2025 en el CVA Puente Colgante.

Nº voluntarios para acompañar mascotas: 7 en la actualidad

Se han explorado acciones y buenas prácticas de otras corporaciones locales y empresas en relación a la soledad no deseada. En el Foro de Servicios Sociales celebrado en diciembre de 2024 se hizo una reflexión con empresas y otras entidades sobre la aplicación de los recursos tecnológicos en el hogar para personas que viven solas.

En 2025 ha mantenido una reunión con el Ayuntamiento de Madrid para conocer el proyecto piloto que están desarrollando con inteligencia artificial para la detección vía telefónica de personas mayores de 75 años que sienten solas.



### **2.27. Campaña de sensibilización a colectivos y personas en los barrios. Crear una red de detección de situaciones de soledad no deseada y captar voluntariado para esa red.**

Se ha contratado el diseño de una campaña de captación de voluntariado que se lanzará próximamente.

## **CONCLUSIONES**

El Plan Contigo 2024–2028 constituye una estrategia pionera en la gestión local de la soledad no deseada, destacando por su enfoque integral, interdisciplinar y basado en la evidencia científica. El análisis revela que la combinación de prevención, participación, innovación tecnológica y evaluación constante permite abordar la soledad desde una perspectiva de derechos y de bienestar integral.

Desde un punto de vista académico, el plan representa un avance en la concepción de la intervención social como herramienta de transformación relacional y comunitaria. La metodología adoptada — centrada en la cooperación entre administración, ciudadanía y tercer sector— refuerza la idea de que la soledad no puede combatirse de manera aislada, sino mediante la construcción colectiva de vínculos y redes de apoyo.

Asimismo, este modelo implementado en Valladolid se presenta como una referencia transferible, demostrando que las políticas locales, cuando están fundamentadas en el conocimiento científico y la sensibilidad social, pueden generar un impacto real en la calidad de vida de las personas mayores.

En suma, el Plan Contigo 2024–2028, en este primer año de actuación, consolida un paradigma de acción social centrado en la dignidad, la empatía y la cohesión, pilares esenciales para afrontar los retos de una sociedad que envejece.

**BIBLIOGRAFÍA**

- Bauman, Z. (1999). *La globalización: consecuencias humanas*. Fondo de Cultura Económica.
- Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2006). *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. W.W. Norton.
- Comisión Europea. (2021). *Loneliness in the EU: Insights from the European Social Survey*.
- Luna, A., & Pinto, M. (2021). *Soledad y envejecimiento: un reto social y sanitario*. Editorial Síntesis.
- Martínez, B. (2023). *La soledad no deseada, una realidad social. El papel que desempeñan los centros de personas mayores de Valladolid en la lucha contra esta problemática*. Tesina final de máster universitario (MH), “Políticas Sociales y Dependencia”.
- OMS (2021). *Decade of Healthy Ageing 2021–2030*. Organización Mundial de la Salud.
- Yanguas, J. et al. (2019). “Soledad y salud en las personas mayores: revisión conceptual y desafíos”. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 54(3), 159–166.