

Badira bi urte eta erdi Hernanin Auzozaintza egitasmoa martxan jarri zenetik. Hernani Burujaberen bultzadaz, hautatu gabeko bakardade egoeran dauden adinekoei begirako programa da. Etxetik atera, beste herritar batzuekin elkartu, hitz egin, planak partekatu... Helburua sare sozialak bultzatzea da, hezur-haragizkoak, eta adineko herritarrei lagunak egiteko bultzadaxoa ematea.

Bi urte eta erdiko ibilbidean, ia 240 herritarrengana iritsi da Auzozaintza programa eta Hernaniko auzo guztietan jarri dute martxan. Aldi berean, inklusio soziolaboralerako erreminta ere bihurtu da, programaren dinamizatzaileak zaintzaren esparruan diharduten emakume arrazializatuak baitira nagusiki.

Programaren onurak nabariak dira bai erabiltzaileengan, bai dinamizatzaileengan, baita auzoetan ere. Baina sentsazioetatik harago, onura horiek zientifikoki neurtzeko saiakerak egin nahi izan dute. Hartara, Hernaniko Udalak hitzarmena sinatu zuen 2023an EHUKo SILO-Sektoreetarako osasun komunitarioko ikerketa taldearekin. Aldundiak diruz lagundu du ikerketa. Ikertzaile taldea 26 astez aritu da Auzozaintza programa gertutik jarraitzen galdera bati modu zientifikoan erantzun nahian: Auzozaintzak zer nolako eragina dauka erabiltzaileen osasunean?

Ikertzaileek mahai gainean jarri dutenez, «programan sei hilabetez parte hartu ondoren, ikusi dugu bakardade sentimendua nabarmen jaitsi dela eta buruko osasuna nabarmen hobetu. Jasotako datuek hori



AUZOZAIN-TZA EGITASMOA

Sare sozialek, hezur-haragizkoek, adin nagusikoen osasuna sustatzen dute

JENDARTEA / Amagoia MUJIK A TELLERIA

Duela bi urte eta erditik martxan da Hernanin Auzozaintza programa. Hautatu gabeko bakardadean bizi diren adin nagusikoei harremanak egiten laguntzen dien esku-hartzea da. EHUKo ikertzaile talde batek programak erabiltzaileen osasunean zer nolako eragina duen neurtu du modu zientifikoan. Emaitzak argigarriak dira: erabiltzaileen osasun egoerak hobera egin du.

erakusten dute; osasun egoera, oro har, hobetu egin da eta lehen mailako arretako kontsultara egindako bisita kopurua, jaitsi».

Ikerketa egiteko, 20 parte-hartzailearen datuak jaso dituzte 26 astez; 20 emakumek osatu dute lagina. 15 parte-hartzaile bakarrik bizi ziren.

Lehen galdeketa egiteko unean, batez beste, zazpi hila-bete zeramatzaten programan.

EHUKo Medikuntza eta Eri-zaintza fakultateko ikertzaileek baliotutako eskalak erabili dituzte Auzozaintza programak erabiltzaileen osasunean daukan eragina neur-

tzeko. Bakardadea UCLA eskalaren bidez ebaluatu da eta eskala horretako puntuazio osoaren batezbestekoa 32,5 izatetik -26 asteren ondoren-29ra jaitea lortu da. Buruko osasunaren adierazleak aztertze-ko, bestalde, Goldbergen eskala erabili dute, eta antsietatea eta depresioaren murrizketa nabarmena izan da.

Zehazki, antsietate-azpieskalan, zortzi parte-hartzailek antsietatea adierazten zuten hasieran (%40), eta amaieran, lauk (%20). Depresio-azpieskalan, bestalde, hobekuntza nabaria ikusi da: depresioarekin bateragarria den puntuazioa zuten zazpi emakumetik (%35) hirura (%15) jaitsi baita.

Osasun egoeran ere hobekuntza erakusten dute datuek. Hasierako galdeketa %16k beren osasuna txartzat hartzen zuten eta %84k, hala-nolako-tzat edo ontzat. Hogeita sei asteren ondoren, %10ek jotzen zuten txartzat beren osasuna, %80rentzat beren osasun

Ezkerretik eskuinera,
Oihane Zabaleta, Gizarte
Zerbitzu-eko zuzendaria,
Xabier Lertxundi,
Hernaniko alkatea, eta
Amaia Maquibar, EHUKo
ikertzailea.
Jon URBE | FOKU

egoera erregularra zen eta %10entzat, ona edo bikaina.

Lehen mailako arretako kontsultei dagokienez, hasieran hamabi parte-hartzailek osasun zentrorra 0-1 aldiz joan zirela adierazi zuten; lau parte-hartzailek 2-3 aldiz; bik 4-5 aldiz; eta beste bik 8-10 aldiz joan zirela adierazi zuten. Bigarren neurketan, hamalau parte-hartzaile 0-1 aldiz; bost parte-hartzaile 2-3 aldiz; eta parte-hartzaile bakarra 4-5 aldiz joan zen kontsultara. Beraz, %5 eta %15 arteko mediku hitzordu gutxiago erabili zituzten.

Auzozaintzaren eragina zenbakietatik harago ulertu nahian, bakarkako elkarriketak egin dituzte ikertzaileek, bai parte-hartzaileekin bai programaren garapenaz arduratu direnekin. «Emakumeek, Auzozaintzan parte hartuz, bizitza hobera aldatu zaiela adierazi dute. Haien senideek eta lehen mailako arretako mediku eta espezialistek ere hala berretsi dute. Izan ere, Auzozaintzako ekintzetara joatea etxetik irteteko arrazoi bat da eta batzuentzat, programaren hasieran, arrazoi bakarra. Parte-hartze horrek agenda propioa eta lehentasunezkoa izatea ahalbidetzen die. Hori garrantzitsua da adin horretan; izan ere, zenbait emakumeren kasuan, beren bizitza besteen zaintzak markatu du. Sekulako aldaketa eta onura da harreman berriak egitea, etxekoan zaintza sare horretatik aparte», nabarmendu du Maquibarrek.

Bestalde, emakumeek oso ondo baloratzen dute, beste jardueretan ez bezala, Auzozaintzan ez dutela aurretik planifikatu behar edukia, beraiek sortutako ekintzak direla, nahi dutena egiten dutela. Beraiek erabaki eta antolatzen

dute egitekoa. Horren ondorioz taldean aktiboki parte hartzen dute eta taldearen parte sentitzen dira.

«Emaita hauek oso garrantzitsuak dira osasunaren sustapenaren esparruan. Izan ere, osasuna mantendu eta hobetzeko baldintzak aztertzen ditugunean, sare sozialak –aurrez aurrekoak– gaixotasunaren aurrean babes faktore garrantzitsuenetakoa direla eta ongizate handia ematen digun elementuetako bat direla azaltzen duen gero eta ebidentzia zientifikoko gehiago dago», adierazi du Maquibarrek.

Programa honek emakumeen osasunean izan duen eraginaz gain, auzoetan ere eragin positiboa izan duela sumatu dute. «Emakumeak, programaren onuradun huts izatetik, beren auzoetako osasun zaintzaile aktiboak izatera pasatu direlako».

Adin nagusiko hernaniarrei konpainia eta laguntasuna eskaini nahi die Auzozaintzak.
Marisol RAMIREZ | FOKU



«Sare sozialak –aurrez aurrekoak– gaixotasunaren aurrean babes faktore garrantzitsuenetakoa direla dioen gero eta ebidentzia zientifikoko gehiago dago»

Auzozaintzan parte hartzen duten emakume gehienak ez daude bakarrik, senideak dituzte. Baina programak beste zerbait ematen die: egoera antzekoan dauden adin bereko lagunak

PARTE-HARTZAILEEN PROFILA

Auzozaintza programa, berez, hiru oinarriren gainean diseinatuta dago: 65 urtetik gorako herritarrak, hautatu gabeko bakardade egoeran daudenak eta ikuspegi sozioekonomikotik begiratuta, egoera zaurgarrian egon daitezkeenak.

Hori da abiapuntua. Errealitateak dio 80 urte bueltako parte-hartzaile asko daudela, emakumeak gehienak eta alargunak. Oihane Zabaleta Her-

naniko Gizarte Zerbitzuetako arduraduna da. Bere hitzetan, «bakarrik egotea edo sentitzea zer den definitzea asko kostatu zaigu. Badaude, bakarrik bizi ez arren, bakarrik sentitzen diren pertsonak. Eta badaude, bakarrik egon arren, konturatzen ez direnak. Horiengana gerturatzea oso zaila da. Hautatu gabeko bakardade egoeran dauden gehienak emakumeak eta alargunak dira, alarguntza pentsioa kobratzen dutenak. Ikuspegi sozialetik egoera zaurgarrian daude, nahiz eta oso duinki bizitzeko gaitasuna duten».

Amaia Maquibarrek ere «bakarrik bizitzea» zer den hausnartzea proposatu du. «Bakardadean pentsatzen dugunean, bizitzan bakarrik dagoen norbait etortzen zaigu burura. Auzozaintzan parte hartzen duten emakume gehienak ez daude bakarrik, seme-alabak eta bilobak dituzte eta haiekin arduratzen dira. Baina beraiek esaten dute Auzozaintzak seme-alabek ematen ez dieten zerbait ematen diela; egoera berean dauden eta adin paretsua duten lagunak. 80 urteko emakume baten kezkak eta bere seme-alabenak desberdinak dira. Lagun berriak egitea ez da erraza emakume horientzat eta Auzozaintzak, hain zuzen, aukera hori eskaintzen die. Eta norbere osasunean

oso onuragarria da hori, norbaitek hitz egin ahal izatea eta partekatzea».

Auzozaintzan parte hartzen duten emakume askok bizia eman dute besteak zaintzen. «Harreman sarea galdu dute-nean, senitartekoak zaindu ondoren, oso zaila da sozialki berriz jendarteratzea. Kostatu egiten da harreman berri horiek martxan jartzea eta askotan haiek ez dute uste behar dituztenik ere», gaineratu du Zabaletak.

EMAKUMEEN TESTIGANTZAK

Auzozaintzan parte hartzen duten adin nagusiko emakumeen testigantzak argigarriak dira oso. «Bada, begira, ez gaude etxean sartuta eta bakarrik. Etortzen zara, jendearekin hitz egiten duzu, haizea hartzen duzu... Etxean sartuta baldin bazaude, buruari bueltaka ibiltzen zara, han edo hemen mina duzula pentsatzen. Jende asko egoten da etxean horrela, telebisitari begira egun osoan».

«Ni denbora luzean ibili naiz senarra zaintzen eta Auzozaintzako egunak iristeko irrikaz egoten nintzen. Alaba geratzen zen tarte batean aita zaintzen eta ni gustura etortzen nintzen pixka bat lasaitzera, lagunekin hitz egitera...».

«Bi urte baino gehiago eman ditut etxetik atera ga-

be, gaizki. Orain, urtebete daramat lagunekin hona etortzen eta askoz hobeto, ederra aldaketa».

«Hitz egin, kontuak esan, barruak askatu... Batzuetan ez da garrantzitsua hitz egitea, norekin hitz egin baizik. Adin antzekoa daukagu, arazo eta bizipen antzekoak... ondo ulertzen dugu elkar. Seme-alabek asko maite gaituzte, asko laguntzen digute, beti daude hor... baina gauza batzuk ez di-

Goiko irudian, Auzozaintzaren inguruko ikerketan parte hartu duten ikertzaileak. Ezkerretik hasita, Naia Hernantes, Maite Estevan, Amaia Maquibar eta Itziar Estalella.
Jon URBE | FOKU



tuzte ulertzen, ez dituztelako gure urteak».

«Kasu batzuetan elkar eza-gutzen genuen auzotik, baina ez genuen asko hitz egiten. Orain, aldiz, askoz gehiago hitz egiten dugu, eta harreman sakonagoa daukagu. Klean elkar topo egiten dugunean ere, oso-oso gustura aritzen gara hizketan».

«Bat ez bada etortzen aste batean, kezka sortzen zaigu. Zer gertatu ote zaio?».

«Nire leihotik ikusten dut bere etxea. Argia piztuta ikusten dut, arropa zabaldua... Sofatik begira egoten naiz eta pentsatzen dut 'ikus, etxean dago, argia piztuta dauka'».

«Lehen ez zegoen ezer auzoan eta orain memoria tailerra dago, kartetan aritzeko espazio ireki bat, asteburuan zinemara elkarrekin, aurrekoan txokolata bat, Santo Tomas eguna, laster bazkari bat...».

KOMUNITATEAN ERAGITEN DU

Hernaniko Udalak zaintzaren herria eraiki nahi du eta nora-bide horretan ulertzen du Auzozaintza. Xabier Lertxundi alkateak dioenez, «komunitate osoan eragiten du eta ildo hori landu nahi dugu, hortxe daukagu erronka».

Lertxundik berak azaldu duenez, Auzozaintzak astean zehar dinamika desberdinak proposatzen dizkie parte-hartzaileei. «Jardueretako bat izan daiteke asteburuko agenda elkarrekin begiratzea. Zer egin dezakegu elkarrekin asteburuan? Auzozaintzako langileek dinamika horiek errazten edo laguntzen dituzte. Badira lehen etxetik ateratzen ez ziren emakumeak orain auzoko lagunekin planak egiten dituztenak, dinamizatzailea ez dagoenean ere. Eta batzuk herriko jardueretan parte hartzen hasi dira». Hernaniko al-

«Ni denbora luzean ibili naiz senarra zaintzen eta Auzozaintzako egunak iristeko irrikaz egoten nintzen. Alaba geratzen zen tarte batean aita zaintzen eta ni gustura etortzen nintzen»

«Etortzen zara, jendearekin hitz egiten duzu, haizea hartzen duzu... Etxean sartuta baldin bazaude, beti ibiltzen zara buruari bueltaka, han edo hemen mina duzula pentsatzen»

«ZAINTZAREN HERRIA ERAIKITZEKO EZINBESTEKOA DA IKUSPEGI INTEGRALA»

Oihane Zabaleta Hernaniko Gizarte Zerbitzuetako arduraduna da. Berak garbi dauka: «Teknikoki, eta Hernani Burujaberaren barruan, zaintza estrategiako egitasmo garrantzitsuenetariko bat bezala ikusten dugu».

Auzozaintzaren beharra duten herritarrek detektatzeko orduan, elkarlanean aritu dira, publikotik eta komunitariotik. Udalak berak dituen datuak, osasun zentrotik jasotzen dituztenak, auzo elkarteetatik eskaintzen direnak... Sarea askotarikoa da.

«Ikuspegi komunitarioa beharrezkoa da. Horrelako egitasmo batekin, zerbitzu sozialek bakarrik ezingo genioke bakardade ez hautatuari aurre egin. Ikuspuntu mediku batetik bakarrik ezingo genioke aurre egin. Bien arteko elkarlana beharrezkoa da. Gobernantza ikuspuntu batetik ere, kolaboratiboa izan behar du, entitateen arteko elkarlana izan behar du, horizontala eta benetakoa. Konfiantzan oinarritutako lan esparruak eta espazioak sortu behar dira. Bide horretan, Hernaniko osasun zentroa guretzat indargune oso garrantzitsua da, baliabide oso indartsua. Nabarmenezkoa da bertan erakutsi diguten prestutasuna eta konpromisoa, detekzio lana egiteko, baita gero jarraipena egiteko ere. Oso

euskarri indartsua da guretzat», azaldu du Oihane Zabaletak.

Herritarrek ere badute beren partea detekzio fase horretan. «Urtetan herrian egon den oinarri soziala nabarmendu behar da: auzokideak, tabernariak, dendariak, farmazialariak, elkarteak... jende oso konprometitua dago Hernanin. Bakardadeari eta zaintza arazoei aurre egiteko garaian, benetako esku-hartzeak bultzatzeko garaian, ardura jendarte osoarena da; ez bakarrik udalena, ez bakarrik osasun publikoarena edo ez bakarrik herritarrena. Zaintzaren herria eraikitzeke ezinbestekoa da ikuspegi integrala», nabarmendu du Gizarte Zerbitzuetako arduradunak.

Xabier Lertxundi Hernaniko alkateak ere estrategikotzat jotzen du Auzozaintza, Hernani zaintzen herria bihurtzeko bidean. «2021ean Hernani Burujabe ekimenarekin hasi ginen. Gure herriaren garapenean zein sektore ziren estrategikoak aztertu genuen. Ikusi genuen zaintza bazela gure herriaren garapenerako sektore estrategikoa eta Hernani Burujaberaren barruan toki estrategikoa behar zuela. Erronka bat da. Bizitza guztian, denok daukagu zaintzaren beharra, adin batzuetan handiagoa. Eta jendarte hau zahartzen

ari den heinean, zaintza beharrak areagotzen ari dira. Zaintzaren herriaren estrategiaren barruan, behar horiei erantzuteko, adineko pertsonen zaintzan programa bereziak jarri ditugu martxan eta aurrekontua bideratu dugu horretara. Hortik sortu zen Auzozaintza egitasmoa».

Egitasmo berritzailea da Auzozaintza, Udalaren aldetik konpromiso sendoa jaso duena. Finantzaketaren parte bat Fini Rubio donostiarraren herentziaren parte batekin egiten da. Fini Rubio soziologoa, unibertsitateko irakaslea eta ezkerreko militante feminista 2016ko otsailean zendu zen. Antxon Ezeiza zinemagilearen alargunak agindu garbia utzi zuen hiltzen zenerako, bere ondasun ugariak lau herriren artean banatu nahi zituen; Andoain, Hernani, Erreterria eta Pasaia. Laurak dira langile herriak eta garai desberdinetan migrazioa jaso dutenak. Eta bere herentzia nora bideratu ere esana utzi zuen; bakardadean bizi diren adin nagusiko herritarrei zuzendutako egitasmoetara.

Hernaniko Udalak Rubioren agindua jaso eta Auzozaintza sortu du, zaintza sare publiko komunitarioa josteko tresna. «Datuek baieztatu dute lan publiko komunitario honek osasuna sustatzen duela», nabarmendu du Lertxundik.

kateak oso mesedegarria ikusten du dinamika propio horiek garatzea. Finean, Auzozaintzak tresna bat izan nahi du; parte-hartze soziala sustatzeko tresna bat, alegia. Behin erremintak bereganatuta, adin nagusikoak beren kabuz elkartzeak helburua bete dela esan nahi luke.

Amaia Maquibarrek zehaztu du garrantzitsua dela herriko jarduera horiek adin nagusikoentzat moldatzea. «Adibidez, komiki azokara badoaz, kontuan izan behar da aulkiak jarri behar direla eseritzeko. Adin nagusia daukate eta ezin dute zutik egon denbora luzez. Edo zortziko talde bat zinemara badoa, hasieran behintzat, sarrerak nola hartu azaldu beharko zaie. Horretan aritzen dira, hain zuzen ere, auzozaintzaileak, gauza txiki baina garrantzitsu horiek prestatzen».

«Auzozaintza programa ez da laborategi batean sortu; urte luzez diseinatu da Hernanin, Udalaren bultzadarekin eta herritarren parte-hartze aktiboarekin»

«Hautemandako kohesio soziala handitu du programak. Emakumeek bikain baloratzen dute aspalditik bistaz ezagutzen zituzten auzokideak orain lagunak izatea»

Adin nagusiko parte-hartzailerantz ez ezik, auzoarentzat eta komunitatearentzat ere onuragarria da Auzozaintza. Hori ere bistaratu du EHUn ikerketak. «Hautemandako kohesio soziala handitu du programak. Emakumeek bikain baloratzen dute aspalditik bistaz ezagutzen zituzten auzokideak orain lagunak izatea», jaso du ikerketak.

Horrez gain, parte-hartzeak ahalduz prozesu bat bide-

ratu du. «Emakume horiek, esku-hartze batean parte hartzetik, auzoetako aldaketa eragile rola izatera pasatu dira. Beren auzoetan jarduerak antolatu eta auzoari begira hobekuntzak lortu dituzte. Biltzeko erabiltzen dituzten tokiak hobetzen saiatu dira, beste emakume batzuek Auzozaintzara gonbidatuz sare sozialak zabaltzea lortu dute... Autonomia eta protagonismo gero eta handiagoa izanda, proposatu

gabe Hernaniko auzozain ere bihurtu dira».

EZ DA LABORATEGI BATEAN SORTU

EHUko ikertzaileentzat Auzozaintza programak interes berezia dauka. «Guretzat programa honek desberdintasun bat markatzen du. Osasuna sustatzeko ikerketaren munduan, programak aplikatzen eta ebaluatzen aritu ondoren, normalean gure inplikazioa bukatu egiten da. Baina Auzozaintza programa ez da laborategi batean sortu; urte luzez diseinatu da Hernanin, Udalaren bultzadarekin eta herritarren parte-hartze aktiboarekin. Evidentzia zientifikoan aitzindaritzat jotzen dugun zerbait lortu dute; Hernaniko testuingurutik esku-hartze bat diseinatu dute, auzo bakoitzera egokitzen dena, eta haren malgutasuna dela-eta, auzo berrietan ere aplikatu daitekeena».