

## **Gurutze Gorria erne: nahi ez den bakardadeak neurri berean hartzen ditu eraginpean gazteak zein adinekoak**

- **Adinekoen % 30ek eta gazteen % 30ek pairatzen dute**
- **Nahi ez den bakardadeak osasun mental eta fisikoaren gain eragiten dituen ondorioen aurka borrokatzeko detekzio goiztiarra bultzatzen du Gurutze Gorriak**

**2021eko abenduaren 28a.** Urte-amaierako jaiegunek agerian uzten dituzte pertsona askorentzako konpainia-gabeziak; bizipenak partekatzeko harreman pertsonalen eta lotura esanguratsuen gabezia-egoera bat da '**nahi ez den bakardadea**' deitutako fenomeno, eta bizipen horiek ongi sentiarazten gaituzte, eta bizi-kalitatea eta osasuna ematen digute, hain zuzen ere. Harremanik eza dela-eta, osasun fisiko eta emozionala ahuldu egiten da, "bi fenomenoen arteko kausa-efektu erlazio bat da: *osasun mental larriko kasuak ekar ditzakete azkenean eskusioak eta isolamenduak, eta hori fisikoki ere hilkortasun-tasaren gehikuntzarekin eta gaixotasun kronikoen –hala nola diabetesa eta koronariak– gehikuntzarekin erlazionatuta dago*", Gurutze Gorriko Gizarteratze Arloko Joaquín Pérezek adierazi duenez.

**Adinekoen bakardadea gehien ikusten dena eta biztanleria gehien arduratzen duena bada ere,** "gazteen % 30 hartzen dituzte eraginpean nahi ez den bakardade larriko kasuek, adinekoek pairatzen duten ehuneko bera. Izan ere, nahi ez den bakardadea, "**XXI. mendeko epidemia isila da: ez da ikusten, pairatzen duten pertsonak estigmatizatu egiten ditu, edonor hartu dezake eraginpean, eta datozen hamarkadetan esponentzialki gehituko dela aurreikusten da**", ohartarazi dute Gurutze Gorritik.

COVID-19aren ondoriozko krisialdi sanitarioak, konfinamenduak eta ondorengo normaltasun-berreskuratzeak gehitu egin dituzte nahi ez den bakardadearen kasuak, "**jada bizi zutenek, larriagotuta ikusten dute, eskusio-egoeretara iritsi arte; eta egoera larrian ez zeudenek orain pairatzen dituzte ondorioak, eta haien ere beren bizi-kalitatea okerragotu egin dela ikusten dute**". Gurutze Gorriaren ERANTZUN Planean oinarrituta, erabiltzaileen % 22,1ek azken bi urteetan bakardadea modu jarraituan pairatu izana adierazi zuten.

Kolektibo kalteberenak eta arrisku-faktore gehiago dituztenak dira gehikuntza hori gehien nabaritu duten kolektiboak, “hala nola **pertsona migratzaile edo errefuxiatuak, gaixotasun kronikoak pairatzen dituztenak, guraso bakar amadunak, edo langabeak, besteak beste**”.

Horregatik, **detekzio goiztiarraren garrantzia azpimarratzen digute** Gurutze Gorritik, “*funtsezkoa da, kasu horiek kronifikatzeko joera baitute, eta bakardadea larria denean, denboran irauten duena, gero eta zailagoa da are gehiago isolatzeak eragiten dien estigma edo lotsa desagerraraztea, eta, hori horrela, konpontzen gero eta zailagoa den arazo bihurtzen da. Garrantzitsua da soluzio goiztiarrak bilatzea*”.

**Arazo hori kontatzeko lotsa edo beldurra –juzgatua edo estigmatizatua izango delako bakardadeaz hitz egiteko duen beldurra– da arazo hori ikusezin egiteko arrazoirik ohikoena.**

Haatik, azterlanek adierazten dutenez, harremanak sustatzen dituzten estrategiak konbinatuz gero, edozein kolektibo eta edozein pertsona baliatu daiteke egoera horretatik irteten lagunduko dioten soluzio pertsonalizatu eta segmentatuz, “*eta gaur egun osagai teknologiko oso garrantzitsua dute, hiperkonektatuta gaudelako, eta teknologia berrietarako sarbidea funtsezkoa da konektatuta egoten jarraitzeko eta gizarte-harremanetako sareak sortzeko*”.

## **Nola ahalegintzen da Gurutze Gorria nahi ez den bakardadea gainditzeko?**

Aste honetan aurkeztu zen Bartzelonan ‘**Etorkizuna eraldatuz**’, teknologiaren bidez nahi ez den bakardaderako eta gizarte-isolamendurako soluzioak diseinatu eta inplementatuko dituen programa aitzindaria, zeinean Gurutze Gorriak, La Caixa Fundazioak, Aigües de Barcelona erakundeak, Capgemini España enpresak, Cellnex Fundazioak, Pimec Fundazioak, TECSOS Teknologia Sozialen Fundazioak eta Vodafonek elkarrekin lan egiten duten. Bakardade-sentimendua aldatzeaz gain, bakardade hori aurreikusi ere egin behar da, eta beste erakunde batzuk eta administrazioa sentsibilizatu egoera hori aldatzeko konpromisoaren premiaz. Horrela, autonomia zaintzeko eta sustatzeko ingurune berriak sortzera konprometitzen dira, eta, horrekin batera, gune jasangarriagoetan harremanetarako modu berriak sortzera, edo kudeaketa eta baliabideen mobilizazioa kudeatzera.

COVID-19ak eragindako konfinamenduaren ondorioz **Alexarako Gurutze Gorriaren skill** erreminta ere sortu zen, Accentur Fundazioarekin, Amazon Alexarekin eta TECSOS Gurutzeko Gorriko Teknologia Sozialen Fundazioarekin batera; ahots-erreminta indartsu hori laguntza berezia da adinekoentzat, edo ezagutza teknologiko eskaseko pertsonentzat, ahots-agindu sinpleen bidez Gurutze Gorriaren

**Leire Alfageme De Arriba**

**Marka eta Komunikazio autonomikoaren arduraduna**

| +34 683590428 | [comunicacionalava@cruzroja.es](mailto:comunicacionalava@cruzroja.es) | **Euskadi**. Portal de Castilla, 52. 01007 Vitoria–Gasteiz.

aplikazioaren informazio eta laguntza guztian eskuratu baitezakegu Alexa gailuetan. Horrela, “Alexa, sorbalda-ariketak egin nahi ditut” edo antzeko galdera simple batekin mugikortasun-ariketak erakusten dira tonu eta indar muskularra lantzeko, baita mugitzeko koordinazioa lantzeko ere; era berean, aholkuak eskatu ahal zaizkio osasun mentaleko arazoak prebenitzeko, estresa kudeatzeko edo lehen laguntzei buruz ikasteko, eta hori guztia gailu hori erabiltzen dutenen autonomia eta ongizatea sustatzeko. Erabiltzaileen eta Gurutze Gorriaren skill erremintaren artean sortutako lotura oso garrantzitsua da, hain garrantzitsua ezen aplikazioa ezartzeko azterlan pilotuan parte hartu zuten pertsonak «gabon» edo «milesker» esaten baitzioten Alexari adimen artifizialeko makina horrekin zituzten elkarrizketetan, eta horrek erakusten du gure harremana ez dela objektu edo teknologia batekin soilik, eta, aitzitik, akonpainamendua askoz haratago doala, erreminta erabiltzen duten pertsonen bizikaltatean inpaktu positiboa eragiten baitu. Horrela, % 56,5ek baino gehiagok autonomia irabazi zuten, ia % 60k senitartekoekin eta lagunekin duten komunikazioa hobetu zuten, % 64,5ek entrenatzeko beren modua hobetu zuten, eta **% 80k baino gehiagok konpainia handiagoarekin sentitzen zirela adierazi zuten**. Azterlanaren ondorioak lagungarriak dira Gurutze Gorriarentzat gizarteak gaur egun planteatzen duen erronka urgenteenetako batek eskatzen duen lanean aurrera egiteko: nahi ez den bakardadea arintzea.

Ezagunagoa eta zaharragoa da **Telelaguntza**, Gurutze Gorriaren “botoi gorri” ezaguna, edozein pertsona egunean 24 orduz eta urteko 365 egunetan konektatzen duena berehalako erantzunarekin eta esku-hartzearekin edozein premia edo gorabehera dela-eta pultsadorea aktibatzearekin soilik, pultsadore hori zintzilik edo eskumuturrean eraman daitekeelarik. Funtzio horiez haratago, sendagaiak hartzeko edo hitzordu medikoetara joateko gogorarazpena Gurutze Gorriak adinekoen, eriondoen, gaixotasun kronikoak dituzten gaixoen, eta halaber zaintzaileen, haurdunen edo adingabeen eskura jartzen dituen funtzionalitate gehigarrietako bat da, haien guztien ingurunearen segurtasunerako eta lasaitasunerako.

Baliabide horiekin guztiekin batera, Gurutze Gorriak modu integral eta zeharkakoan lan egiten du bere programa guztiekin parte-hartze komunitarioa zaintzen eta sustatzen jarraitzeko, horrek, aldi berean, eragina baitu pertsonen arteko harremanetan, eta, ondorioz, bakardadea eta haren ondorioak saihesten ditu. Gainera, jaiegun hauetan deietarako agenda bat sortu da Gurutze Gorriaren programak erabiltzen dituzten adinekoak agurtzeko, adineko horiek izan dezaketen edozein premia detektatzeko, haiei bakarrik ez daudela gogorarazteko eta ohitura osasungarrien aholkuak eskaintzeko.

**Leire Alfageme De Arriba**

**Marka eta Komunikazio autonomikoaren arduraduna**

| +34 683590428 | [comunicacionalava@cruzroja.es](mailto:comunicacionalava@cruzroja.es) | **Euskadi**. Portal de Castilla, 52. 01007 Vitoria-Gasteiz.