



## **Aprendizajes y buenas prácticas Discapacidad y soledad**

**CERMI  
SOS Soledad**

---

**Seminario celebrado el 3 de noviembre de 2022**

Una iniciativa de: 

**CERMI**

COMITE ESPAÑOL  
DE REPRESENTANTES  
DE PERSONAS  
CON DISCAPACIDAD

## CERMI

---

El **CERMI** es una plataforma de incidencia política creada para la representación de las personas con discapacidad. Es una entidad que no gestiona servicios directamente, por lo que **SOS Soledad, en lugar de un proyecto, es una Estrategia de incidencia política**, con ánimo de sensibilización y defensa de los derechos de las personas con discapacidad. Se puso en marcha el 3 de diciembre 2019, coincidiendo con el Día internacional y europeo de las personas con discapacidad.

Parte de la actividad del CERMI es **generar conocimiento valioso para apoyar esta estrategia** de incidencia política, denunciando las situaciones de discriminación y contribuyendo a la toma de conciencia social hacia la realidad de la discapacidad.

En el **año 2008**, se inició la campaña **SOS Discapacidad**, de contestación activa ante la situación de crisis. Esa estrategia se incluyó posteriormente dentro de la Estrategia del CERMI y, en el momento de abordar la soledad no deseada, surgió la idea de hacer un llamamiento de SOS Soledad ante esta afección tan dolorosa que afecta de forma permanente y grave a las personas con discapacidad.

## Contenido del programa

### SOS Soledad en el año 2019

La campaña SOS Soledad **comenzó en 2019, buscando movilizar a la ciudadanía** hacia la **creación de estrategias adecuadas** para mitigar la soledad en personas con discapacidad. Para su inauguración, el CERMI preparó el **Manifiesto SOS Soledad, yo también cuento**. Entre otras, reclama:

- ▶ **Movilización ciudadana** para mitigar la soledad social que afecta a las personas con discapacidad.
- ▶ **Accesibilidad universal** de entornos, productos y servicios.
- ▶ **Disminución de la tasa de desempleo** de las personas con discapacidad, con solución a través de empleos dignos y de calidad.
- ▶ Adoptar una estrategia estatal de inclusión en la comunidad: una **estrategia de desinstitucionalización**.
- ▶ Ofrecer a las personas con discapacidad y a sus familias **prestaciones y servicios que promuevan la autonomía personal**.
- ▶ **Eliminar estereotipos** negativos que afectan a las personas con discapacidad.
- ▶ Poner en marcha **iniciativas y programas que prevengan las situaciones de abuso y acoso escolar** hacia el alumnado con discapacidad.
- ▶ **Reforzar las redes** sociales y vecinales.
- ▶ Aprovechar la **transformación digital** para acompañar y empoderar a las personas con discapacidad, en especial a las personas mayores.
- ▶ Aprobar una **estrategia de desarrollo rural inclusivo**.
- ▶ **Estudios e investigaciones** sobre soledad no deseada y discapacidad.

## SOS Soledad en el año 2020

En **2020**, la Estrategia se focalizó en [la soledad de las personas mayores con discapacidad](#). Una campaña dirigida a contribuir a paliar la soledad aportando diferentes soluciones de acompañamiento y empoderamiento en esferas de la vida cotidiana, que potencian a su vez el voluntariado activo de las personas con discapacidad, con un enfoque colaborativo intergeneracional y utilizando las TIC.

Dentro del trabajo del año 2020 se organizaron diversas jornadas, dedicadas a cinco puntos que afectan de manera significativa a las personas mayores con discapacidad que sufren soledad no deseada:

---

**SOS SOLEDAD en compañía**, sobre la violencia contra las mujeres con discapacidad en instituciones

---

**SOS SOLEDAD, tejiendo hilos en Twitter, tejiendo hilos que unen**, sobre las TIC digitales como elemento de participación activa en la sociedad

---

**SOS SOLEDAD, solo quedamos nosotras**, sobre las mujeres con discapacidad ante la despoblación del mundo rural

---

**SOS SOLEDAD, selfies sobre huellas de vida**

---

**SOS SOLEDAD, voces contra el silencio**, con historias de radio a través de podcast de inclusión

---

A través de la **colaboración entre sociedad civil organizada, administración pública, sociedad y medios de comunicación**, eliminar los estereotipos dirigidos a las personas mayores con discapacidad.

## SOS Soledad en el año 2021

En **2021**, la campaña siguió avanzando y se puso como prioridad la toma de conciencia sobre la **soledad no deseada de las personas con discapacidad institucionalizadas**, con un énfasis en las personas mayores en esta situación. El objetivo es avanzar hacia la desinstitucionalización y la defensa de la [Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad \(CDPD\)](#).

En el marco del trabajo de 2021, se puso especial énfasis en la obligación de **garantizar el derecho a envejecer dignamente**, a elegir libremente el lugar donde vivir, en un entorno facilitador y accesible, con los apoyos que cada persona necesite para evitar el aislamiento social. Promoviendo un **modelo de cuidados con base familiar**, programas de aprendizaje permanente y voluntariado activo de las personas con discapacidad mayores.

## Aprendizajes, reflexiones finales y buenas prácticas

---

- ▶ **La discapacidad es un elemento que se debe transversalizar a todos los servicios públicos** que se ofrecen, como son las acciones contra la soledad o los servicios sociales.
- ▶ Las **mujeres y niñas con discapacidad** representan el 60% de este colectivo y están expuestas a la doble exclusión, también por su género.
- ▶ La **estimulación del envejecimiento activo** sirve como método preventivo de la aparición de la soledad no deseada y también de ciertas situaciones de discapacidad. **Más del 60% de las personas con discapacidad son mayores de 65 años.**
- ▶ Los **niveles de soledad** no deseada detectados en personas con discapacidad tienen tendencia a ser más altos que los de la media de la población general.
- ▶ La **sensibilización y la accesibilidad** son dos de las grandes herramientas para abordar la soledad no deseada de las personas con discapacidad.
- ▶ Los proyectos y acciones que se pongan en marcha deben incorporar el **enfoque comunitario**. Contar con la comunidad es clave, también en la lucha contra la soledad de las personas con discapacidad.
- ▶ Hay **soledades y discapacidades**. La soledad no deseada no afecta de la misma manera a todas las personas con discapacidad, aunque sí las afecta con mayor frecuencia que a la población general.
- ▶ **Las personas con discapacidad están en mayor riesgo de exclusión**, están más expuestas a la soledad no deseada.
- ▶ Con la **implicación activa de la comunidad educativa**, se puede combatir la soledad forzosa que provoca el aislamiento del alumnado con discapacidad.

### Material de referencia

- ▶ Estrategia SOS Soledad: <https://www.soledades.es/inspiracion/iniciativas/sos-soledad>
- ▶ Manifiesto SOS Soledad, yo también cuento: <https://www.instituto-as.es/wp-content/uploads/2019/12/Manifiesto-CERMI-FCM-3-diciembre-2019-1.pdf>
- ▶ SOS Discapacidad: <https://consaludmental.org/tag/sos-discapacidad/>
- ▶ Campaña SOS Soledad 2019: <https://cermi.es/es/content/sos-soledad-en-redes-sociales>
- ▶ Campaña SOS Soledad 2020: <https://cermi.es/es/content/sos-soledad>
- ▶ Campaña SOS Soledad 2021, Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD): <https://www.boe.es/boe/dias/2008/04/21/pdfs/A20648-20659.pdf>
- ▶ CERMI: <https://cermi.es/>