GUIAIE DE RECURSOS PARA PERSONAS MAYORES

ARTISTAS INTÉRPRETES O EJECUTANTES, EGDPI.
2026

CATÁLOGO DE RECURSOS GERONTOLÓGICOS AIE

CATÁLOGO DE SERVICIOS GERONTOLÓGICOS AIE

2026

CONTENIDOS

1 PRESENTACIÓN.

2 PRINCIPALES SERVICIOS Y RECURSOS.

- 2.1 Ayuda a Domicilio.
- 2.2 Tele - asistencia.
- 2.3 Ayudas económicas para mejora de condiciones de habitabilidad.
- 2.4 Comidas/Catering a domicilio.
- 2.5 Servicio de Estancias Diurnas.
- 2.6 Residencias y estancias temporales socio- sanitarias.
- 2.7 Viviendas Tuteladas.
- 2.8. Viviendas colaborativas.
- 2.9. Centros de participación/ centros de personas mayores.

3 PRINCIPALES EMPRESAS DEL SECTOR.

4 WEBS ESPECIALIZADAS Y ENLACES DE INTERÉS.

5 RECOMENDACIONES PRÁCTICAS.

1. AIE, UNA SOCIEDAD DE GESTIÓN PARA TODAS LAS EDADES.

La evolución demográfica encamina a nuestra sociedad hacia un proceso de envejecimiento progresivo.

Nuestro país presenta una de las esperanzas de vida más altas del entorno europeo. La vejez es percibida como una etapa de mayor vulnerabilidad por ser un sector de población especialmente expuesto a limitaciones físicas y enfermedades. Por otro lado, la pérdida de capacidad económica que se produce tras abandonar la vida laboral supone un gran condicionante a la hora de participar de forma activa en la vida social.

En las últimas décadas se están promoviendo políticas de "envejecimiento activo" que tratan de reforzar el mensaje inclusivo que reconoce la vejez como una etapa llena de potencialidades; se fomenta, por tanto, la visión de una ancianidad más activa y participativa, promoviendo hábitos de vida saludables y ofreciendo recursos de apoyo que permitan el mayor grado de autonomía de las personas en su entorno habitual. Además, llegado el caso, si la persona mayor precisa un ingreso residencial se ofrecen diversos formatos de estancias que tratan de responder a las diversas necesidades que pueden surgir en esta etapa de la vida.

Según la Organización Mundial de la Salud el "Envejecimiento Activo" es el proceso de optimización de oportunidades de salud, participación y seguridad con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas que envejecen.

2.- PRINCIPALES SERVICIOS Y RECURSOS:

Tanto a nivel público como privado, existen numerosos servicios y prestaciones específicamente dirigidos a nuestros mayores que ofrecen desde apoyos puntuales hasta alojamientos definitivos.

El acceso a estos servicios no siempre es sencillo, la persona mayor y su familia encuentran diferentes opciones en el mercado, siendo especialmente delicado elegir la mejor opción para cada situación. Por ello, el presente catálogo pretende ofrecer una visión práctica y cercana sobre los recursos dirigidos específicamente para la población mayor y/o dependiente (se requiere gestionar la Ley de Dependencia para gestionar estos servicios).

2.1.- Servicios de Ayuda a Domicilio (SAD):

Como su nombre indica, este tipo de servicios ofrecen apoyos en el propio domicilio de la persona mayor. Esto facilita la permanencia de la persona en su entorno habitual, evitando el desarraigo. Este tipo de servicios se diseñan de forma individualizada, tratando de responder a las necesidades específicas de cada persona o familia. Su **objetivo** es facilitar la autonomía personal en domicilio del mayor, evitando así un posible internamiento, potenciando la autonomía del beneficiario del servicio.

¿A quién va dirigido? Los beneficiarios prioritarios son: - Personas Mayores con limitaciones en su autonomía personal o que vivan solas y requieran apoyo para permanecer en su hogar. - Personas con discapacidad, de cualquier edad, con limitaciones importantes de autonomía personal.

¿En qué consisten? Los Servicios de Ayuda a Domicilio son prestados por auxiliares titulados que se desplazan a los domicilios de las personas mayores de forma puntual y pueden incluir las siguientes prestaciones: - Movilización, aseo personal y vestido. - Apoyo tareas de limpieza de la vivienda, lavado y planchado de ropa. - Realización de compras, preparación o servicio de comidas. – Acompañamiento en su entorno: compras, visitas médicas.

¿Dónde se tramita? Estos servicios están disponibles tanto a nivel público (con copago en función de los ingresos de la unidad familiar) como privado. Para más información pueden dirigirse al Centro de Servicios Sociales que le corresponda por empadronamiento y pedir cita con un trabajador social para que pueda valorar la idoneidad del recurso.

2.2.- Servicios de Tele - asistencia (TELAS):

Es un recurso de carácter preventivo, que facilita la permanencia de los beneficiarios en su domicilio habitual, asegurando una intervención adecuada e inmediata en caso de urgencias sociales o médicas.

¿A quién va dirigido?: A personas mayores y/o personas con discapacidad que viven solas o conviven con personas dependientes.

¿En qué consiste? Se trata de un dispositivo que, mediante un sistema de altavoces, permite entrar en contacto verbal con una centralita de atención especializada 24 horas. Basta con que la persona mayor pulse un botón que deben llevar puesto dentro del domicilio, para contactar con la centralita, desde allí tendrán acceso a la ficha con los datos más relevantes de la situación de la persona (familiares de contacto, antecedentes médicos, etc.) para poner en funcionamiento el recurso más adecuado.

¿Dónde se solicita? Estos servicios están disponibles tanto a nivel público (con copago en función de los ingresos de la unidad familiar) como privado. Para más información pueden dirigirse al Centro de Servicios Sociales que le corresponda por empadronamiento y pedir cita con un trabajador social para que pueda valorar la idoneidad del recurso.

2.3.- Ayudas económicas para mejora de condiciones de habitabilidad:

¿En qué consisten? Son ayudas económicas individuales de pago único, destinadas a mejorar las condiciones de habitabilidad de las viviendas que faciliten, a través de obras menores o medidas de accesibilidad, una adaptación funcional en su domicilio habitual, favoreciendo la permanencia de la persona en su entorno.

¿A quién van dirigidos? Personas mayores de 65 años cuando presenten problemas de movilidad, personas en situación de dependencia o personas con discapacidad (en ambos casos reconocidos por el organismo competente)

¿Como acceder? Solicitando una cita con la trabajadora social en las Unidades de Trabajo Social (UTS) según empadronamiento actualizado y presentando la documentación solicitada.



2.4.- Comidas/Catering a domicilio:

¿En qué consisten? En la entrega de comida preparada a domicilio, de manera periódica, con el fin de proporcionar una dieta completa y equilibrada.

¿A quién van dirigidos? A personas que, debido a su edad, enfermedad, discapacidad, dependencia, aislamiento social se encuentran en una situación temporal de crisis, de riesgo o de vulnerabilidad.

¿Como acceder? Concertando una cita con la Trabajadora Social en las Unidades de Trabajo Social (UTS) correspondiente por zona de residencia y presentando la documentación requerida en cada caso.

2.5.- Centros de día: servicios de estancias diurnas (SED).

Se trata de recursos dirigidos a personas mayores de 65 años con una **doble finalidad**: por un lado, ofrecer a la persona mayor una serie de servicios especializados que promuevan un envejecimiento activo, previniendo situaciones de aislamiento y deterioro social; y por otro, supone un tiempo de respiro para los cuidadores principales, ya que, durante el día, la persona mayor recibe todos los cuidados y atenciones que precisa. El horario en el que suelen funcionar es de 9 a 17 horas, ofreciendo en muchos casos servicio de transporte adaptado.

¿En qué consisten? Los centros de día son espacios adaptados a las necesidades de las personas mayores: cuentan con un equipo profesional multidisciplinar formado por trabajadores sociales, psicólogos, terapeutas ocupacionales y personal sanitario. Los centros de día ofrecen una programación estable de actividades de ocio orientadas a promover la autonomía de las personas mayores y la interacción con otras personas. Durante su estancia, en el centro el personal se ocupa de administrar la medicación que sea necesaria, supervisar comida y hábitos de higiene.

¿Qué servicios ofrece?: La oferta actual de este tipo de recursos es muy amplia, buscando ofrecer atención integral a las necesidades de las personas mayores: atención sanitaria, psico-social y rehabilitadora, información y orientación sobre recursos, atención y cuidados personales, servicio de comidas, servicio de transporte adaptado, podología, peluquería, talleres de actividades y charlas.

¿Dónde se solicita? Estos servicios están disponibles tanto a nivel público (con copago en función de los ingresos de la unidad familiar) como privado. Para más información pueden dirigirse al Centro de Servicios Sociales que le corresponda por empadronamiento y pedir cita con un trabajador social para que pueda valorar la idoneidad del recurso.

2.6.- Residencias:

Los centros residenciales para personas mayores son recursos destinados a la vivienda habitual del mayor. Su objetivo es proporcionar todos los cuidados que la persona necesita, adaptándose a sus niveles de autonomía.

¿En qué consisten? Alojamientos con instalaciones libres de barreras arquitectónicas y dotadas de un equipo multidisciplinar compuesto por: médico geriatra, enfermeras, auxiliares de clínica, trabajador social, terapeutas, personal auxiliar y de oficios. Ofrecen asistencia las 24 horas del día y por periodos indefinidos.

Tipología:
Las residencias han ido evolucionando para ofrecer cada vez mayores servicios y una atención individualizada y profesional. Podemos identificar diferentes tipos de residencias, clasificados en función del grado de dependencia que presente el mayor, así encontramos:

- Residencias para personas mayores autónomas: su funcionamiento es similar a un hotel, ofrecen instalaciones abiertas y adaptadas a personas con limitaciones físicas leves. Además, tienen servicio de lavandería, limpieza de habitaciones y comedor.

- Residencias para personas mayores dependientes: ofrecen asistencia especializada para personas con mayor grado de dependencia que precisan ayuda y supervisión para las actividades básicas de la vida diaria (aseo personal, vestido, comida…etc.).

- Psico-geriátricos: Ofrecen asistencia a personas mayores afectadas por patologías de carácter psiquiátrico que requieren supervisión permanente, ya que sus trastornos de comportamiento no permiten el ingreso en centros residenciales ordinarios (Alzheimer, Demencias, etc.).

- Residencias mixtas: Se trata de centros organizados por módulos concentrados en un mismo edificio, de este modo se agrupan a los residentes en función de su nivel de autonomía, permitiendo que en función de su deterioro sigan recibiendo los cuidados que precisen.

2.6.1.- ESTANCIAS TEMPORALES SOCIO- SANITARIAS:

En ocasiones, nuestros mayores precisan cuidados específicos durante un periodo determinado, especialmente tras algún problema médico grave (ingreso hospitalario, accidente, etc.) que les impide desenvolverse con normalidad en sus domicilios. Este tipo de servicios están diseñados para ofrecer un entorno y unos cuidados adecuados durante estos periodos de recuperación, se prestan dentro de las residencias antes referidas, pero con un carácter temporal.

La finalidad de este tipo de servicios es doble: por un lado, procurar la recuperación de las capacidades del mayor y por otro, ofrecer un tiempo de respiro a los familiares.

2.7- Viviendas tuteladas:

¿En qué consisten? Este tipo de servicios dan respuesta al derecho a una vivienda digna. Ofrecen una alternativa cuando el domicilio de la persona mayor no reúne las condiciones adecuadas. Cuentan con servicios comunes, tele -asistencia y supervisión a través de auxiliares de ayuda a domicilio.

¿A quién va dirigido? A personas mayores que aún mantienen un buen grado de autonomía personal. Este tipo de alojamientos posibilitan el desarrollo de una vida autónoma, manteniendo sus actividades y aficiones, y evitando la institucionalización de aquellos mayores que pueden desenvolverse por sí mismos.

¿Dónde se solicita? Estos servicios están disponibles tanto a nivel público (con copago en función de los ingresos de la unidad familiar) como privado. Para más información pueden dirigirse al Centro de Servicios Sociales que le corresponda por empadronamiento y pedir cita con un trabajador social para que pueda valorar la idoneidad del recurso.

Más información pinchando aquí

2.8.- "Cohousing": Viviendas colaborativas.

¿En qué consiste? Se trata de una alternativa residencial en régimen de comunidad autogestionado y formado por viviendas independientes, en el que conviven personas mayores. Se diseña y se gestiona de forma privada por sus residentes, según el modelo que ellos mismos deciden, lo que les permite definir el proyecto según sus necesidades específicas. Además, colaboran conjuntamente para costearlo, mantenerlo y conservarlo.

¿A quién va dirigido? A personas mayores que aún mantienen un buen grado de autonomía personal.

¿Cómo solicitarlo? El principal modelo de gestión es la cooperativa de cesión de uso, es decir, las viviendas son propiedad de la cooperativa y el residente tiene derecho al uso indefinido de la vivienda. Sólo cuando el socio, o fallece o deja el centro, se liquida a favor de sus herederos la inversión entregada o se venden sus derechos a un nuevo socio.

- **Entidades sin ánimo de lucro:** Asociación Jubilares

- **Empresas de proyectos de cohousing en España:** Ecohousing, livingcohousing y trabensol.

2.9.- Centros de personas mayores/ Centros de participación activa (el nombre puede variar dependiendo de la Comunidad Autónoma).

¿En qué consisten? Son centros de promoción del bienestar de las personas mayores que fomentan la convivencia, la integración, la participación, la solidaridad y la relación con el medio social mediante actividades físicas, intelectuales, culturales, artísticas, de ocio y tiempo libre.

¿A quién va dirigido? Están dirigidos a personas mayores con buen nivel de autonomía, que conviven en su entorno comunitario habitual.

¿Como acceder? En el propio centro de personas mayores se pueden informar del procedimiento a seguir. Son totalmente gratuitos.

3.-PRINCIPALES EMPRESAS DEL SECTOR:

La atención a las personas mayores ha ido experimentando importantes cambios en las últimas décadas, no solo por la mejora cualitativa de los recursos y por la gran diversidad de alternativas, sino también por el enfoque humano e integral que los orienta.

En nuestro país existen numerosas empresas y entidades que ofrecen este tipo de servicios. A continuación, presentamos una síntesis de las más relevantes, pero no sin antes hacer una reflexión previa: cada persona mayor es única, igual que sus circunstancias y necesidades, por ello esta tabla es únicamente orientativa.

EMPRESA	AMBITO DE ACTUACIÓN	TIPOS DE SERVICIO						
		TELAS	SAD	RESID	APTOS.	C. DIA	C. NOCHE	E.T.
ORPEA 914 260 952	Nacional			X	x	X		X
EDADES 684 64 44 94	Madrid / Andalucía/ Castilla y León/ Cataluña/ Baleares/ Extremadura/ Castilla la Mancha/ País Vasco/ Cantabria/ Galicia/ Canarias/ Valencia/ Asturias		X					
AMAVIR 901 302 010	Madrid / Cataluña / Castilla La Mancha / Castilla León / Region de Murcia / Navarra / Canarias			X		X		
BALLESOL 900 24 24 25	Nacional			X	X	X	X	X
DOMUSVI 900 456 585	Nacional	X	X	X	X	X	X	X
ASISPA 911 950 095	Madrid/ Canarias / Toledo	X	X	X		X		
CASER RESIDENCIAL 900 103 348	Nacional	x	X	X		x		X
SENNIORS 911 31 27 27	Nacional		X					
QIDA	Nacional		X					

La inclusión de estas entidades es meramente informativa y no supone recomendación expresa por parte de AIE

4.- WEBS ESPECIALIZADAS Y ENLACES DE INTERÉS:

Internet se convierte en una interesante herramienta para facilitarnos la difícil tarea de elegir el recurso más adecuado para cada situación, pero es tanta la información que se nos ofrece que no siempre es sencillo identificar lo verdaderamente útil. A continuación, presentamos un breve listado de webs especializadas en el sector de personas mayores y sus familias, en ellos re recoge información útil práctica y actualizada:

4.1. SERVICIOS GRATUITOS DE INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO SOBRE RECURSOS GERONTOLÓGICOS:

- **MIMA** Asociación Benéfica Geriátrica Ibérica. Desde 2015 AIE cuenta con un acuerdo de colaboración con la entidad MIMA para ofrecer gratuitamente este servicio a todos nuestros socios de Madrid y provincias limítrofes**. Mas información aquí.**
- **ESSIP** Desde 2016, AIE cuenta con un acuerdo de colaboración con esta entidad para ofrecer de forma gratuita a los socios de todo el territorio nacional información sobre recursos geriátricos. Mas información aquí.
- **ASESMAYOR:** Desarrollan actividades y servicios de apoyo orientados al bienestar, la participación y el acompañamiento de las personas mayores. Su labor se centra asesoramiento sobre residencias y otros recursos para las personas mayores. **Más información aquí**.
- **PENSIUM:** Pensium es una empresa que ofrece un programa de financiación para que las familias puedan pagar la plaza en una residencia o los cuidados asistenciales de una persona mayor sin vender ni hipotecar la vivienda familiar, anticipando hasta el doble del alquiler de la propiedad para cubrir esos gastos. Su modelo mantiene la propiedad del inmueble en manos de la familia, gestiona el alquiler profesionalmente y permite disponer de aportaciones periódicas que ayudan a costear la asistencia necesaria. **Más información aquí**.

PROGRAMAS DE SOLEDAD NO DESEADA

- SoledadES
- Nadiesolo
- 'Júntate' (Andalucía): Portal web con todos los recursos de la Junta para combatir la soledad no deseada en mayores, incluyendo

actividades, grupos y un **teléfono gratuito 900 100 300** con atención personalizada para orientar y derivar a quien lo necesite.

• "Cuídame" (Comunidad de Madrid): Programa piloto dirigido a mayores en municipios pequeños para fomentar el envejecimiento activo y prevenir la soledad no deseada mediante actividades, apoyo comunitario y permanencia en su entorno.

- Jovesólides: Programa de voluntariado en Valencia, una iniciativa que busca voluntarios para acompañar a mayores en actividades socio-culturales, encuentros y salidas para romper el aislamiento

4.2. ADMINISTRACIÓN PÚBLICA:

- IMSERSO: Instituto de Mayores y Servicios sociales.

- Envejecimiento activo. También existe la posibilidad de utilizar la App para el Turismo social del IMSERSO para IOS y Android disponible en Play Store de forma gratuita.

- Portal del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD) del IMSERSO.

- Para la tramitación de PNC de jubilación, invalidez y prestaciones para personas con discapacidad, tenéis la información y requisitos en nuestras **GuiasAIE de pensiones y recursos sociales.**

4.3. PORTALES PARA MAYORES:

Incluyen interesantes herramientas de búsqueda para localizar en todo el territorio nacional residencias, centros de día, empresas de ayuda a domicilio y teleasistencia. Ofrecen, además, contenidos de gran utilidad para las personas mayores y sus familias con relación a tramitaciones, ayudas técnicas, subvenciones y artículos de actualidad.

- http://cuidadores.unir.net/
- www.inforesidencias.com
- https://www.mundomayor.com/
- https://www.infoelder.com/
- Vida independiente | Discapnet

4.4. APOYOS PARA LOS CUIDADORES:

Los cuidadores de personas dependientes sufren un importante desgaste emocional y físico por el agotamiento que supone su tarea diaria, por ello es fundamental que las familias tengan acceso a servicios de respiro, con el fin de evitar sobrecargas:

- **Dónde acudir ante una situación de dependencia.**
- **Consejos de autocuidado para el cuidador principal.**
- **Servicios de orientación para cuidadores**: Cruz Roja ser cuidador, asociación Acufade

4.5. RECURSOS ESPECIALIZADOS SOBRE ENFERMEDADES DEGENERATIVAS

- **Federación Española de Parkinson.** Encuentra aquí la asociación más cercana a tu domicilio.
- **CEAFA Confederación española de asociaciones de familiares de personas con Alzheimer**: interesantes contenidos para localizar la asociación más cercana a tu domicilio, información sobre la enfermedad, consejos y cuidados.

4.6. INFORMACIÓN SOBRE LA DECLARACIÓN DE VOLUNTADES ANTICIPADAS.

En la actualidad, cada vez son más personas las que se preocupan por establecer medidas y cuidados médicos a tener en cuenta en los momentos finales de su vida. Aunque es un proceso doloroso, puede suponer una tranquilidad y un alivio para la persona y su familia. Es por ello por lo que se adjunta información útil sobre como elaborar un testamento vital y el proceso a seguir dependiendo del territorio en el que resida la persona. Mas información aquí.

5.- RECOMENDACIONES GENERALES:

➢ BUSCA ASESORAMIENTO PROFESIONAL.

➢ COMPARA SERVICIOS Y COMPRUEBA REFERENCIAS.

➢ DESCONFÍA DE LOS RECURSOS EXTREMADAMENTE BARATOS: Los servicios gerontológicos son costosos porque requieren numeroso personal especializado para su óptimo funcionamiento.

➢ MANTÉN CONTACTO FRECUENTE CON EL MAYOR Y CON EL PERSONAL QUE LO ATIENDA.