

¿Ciudades que Cuidan? o como poner el cuidado como eje central de la actuación del municipio frente a sus ciudadanos

¿Cuál es el principal foco de acción y misión de Fundación M@hora?

Nuestra misión es proporcionar ayuda a la sociedad, dando soporte y mejorando la atención a las personas y a sus familias en situaciones relacionadas con el final de la vida, y apoyando a los profesionales que las atienden. Lo hacemos desde unos valores muy claros: respeto, confianza, innovación, responsabilidad y compromiso social. Nuestra actividad se articula en cuatro ejes: sensibilización, formación, innovación y acción social.

A estos ejes se añade el proyecto transversal: ¿Ciudades que Cuidan?, con la voluntad de poner el cuidado como eje central de la actuación del municipio frente a sus ciudadanos, resaltando la atención en el final de vida y específicamente tratando de evitar y de prevenir, en lo posible, la muerte en vulnerabilidad y en soledad de las personas.

¿Cómo surgió la idea de poner en marcha Fundación?

La Fundación nace a finales de 2016 como vehículo de responsabilidad social del grupo M@hora: después de muchos años acompañando a familias, constatamos la necesidad de normalizar el diálogo sobre la muerte, mejorar el apoyo al duelo y fortalecer a los profesionales que cuidan. Se creó como una forma de dar un nuevo impulso al trabajo que el grupo ya venía desarrollando en ámbitos como la sensibilización, la formación y el acompañamiento en el final de la vida. Esa experiencia directa con las personas y su entorno inspiró la creación de un espacio específico ¿la Fundación? para transformar ese conocimiento en impacto social sostenido.

¿Cuáles son los principales retos sociales a los que se enfrentan las ciudades y la sociedad y qué soluciones se ofrecen desde la entidad?

Los cambios demográficos y el envejecimiento de la población conllevan una serie de retos, que abarcan desde la aparición de patologías crónicas y situaciones de dependencia, hasta la dolorosa realidad de la soledad no deseada, y a los que se suman crisis globales como la migratoria, los efectos del cambio climático o el impacto disruptivo de las nuevas tecnologías. Frente a estos desafíos, las ciudades están llamadas a desempeñar un papel clave como motores de transformación social, convirtiéndose en espacios pensados desde y para el cuidado.

Conscientes de ello, desde su creación en 2019, el proyecto ¿Ciudades que cuidan? de Fundación M@hora busca impulsar un nuevo modelo que pone el foco en la importancia de los cuidados como elemento vertebrador de todas las políticas y acciones que se desarrollan en los municipios para hacerlos más amigables con las personas mayores, luchar contra la soledad no deseada y humanizar el final de la vida. Este modelo promueve entornos donde envejecer activamente sea posible, y donde las personas puedan afrontar las últimas etapas de la vida con respeto, acompañamiento y sentido de comunidad.

A través de este programa, Fundación Mómora promueve iniciativas de sensibilización, formación y acción comunitaria que involucran a ayuntamientos, universidades, profesionales de la salud y del ámbito social, así como a entidades del tercer sector.

¿Cómo impacta la soledad no deseada en la sociedad?

En la era de la hiperconectividad, muchas personas sufren las consecuencias de la soledad no deseada, una cuestión que afecta tanto al colectivo más joven como a los más jóvenes y que presenta graves consecuencias para su salud. En nuestro último informe del observatorio de Ciudades que Cuidan presentado el año pasado pudimos detectar algunas de las consecuencias que conlleva este sentimiento de soledad, como es el aumento en un 26% de las posibilidades de morir prematuramente. Por eso, y junto al envejecimiento activo, para nosotros es muy importante el desarrollo y la puesta en marcha de proyectos como el de "Ciudades que Cuidan", centrado en hacer frente a estas problemáticas.

En plena era de revolución tecnológica, ¿qué importancia tiene para vosotros la utilización de esta para contribuir en problemáticas sociales como la soledad no deseada o el acompañamiento en los procesos de duelo?

Es clave y ya la estamos aplicando en tres planos:

1. **Herramienta de autoevaluación de la "Ciudad que Cuida"**. Sistema de evaluación estructurado en 9 categorías y 78 indicadores incorporando el desarrollo de un **portal web de autoevaluación** para que los ayuntamientos midan y puedan ver la evolución en el tiempo de su "Índice de ciudad que cuida".
2. **Conocimiento abierto**: el Observatorio usa analítica cualitativa para identificar tendencias, buenas prácticas y brechas en soledad y final de vida, aportando evidencia a las políticas locales.
3. **Acompañamiento emocional**: en duelo ofrecemos "Tu apoyo en red" y estamos evolucionando hacia un **Programa de Soporte Emocional** que combina atención telefónica 24/7, grupos y recursos digitales, además de itinerarios específicos para duelo perinatal.

¿Qué supone para Fundación Mómora llevar a cabo acuerdos de colaboración con otras entidades o instituciones?

Es estratégico: **multiplica el impacto y acelera cambios estructurales**. Algunos ejemplos recientes:

- Con la **FEMP** impulsamos la **metodología y el Sello de Calidad "Ciudad que Cuida"**, hoy en despliegue con varias ciudades.
- Con **Fundación "la Caixa"** hemos renovado convenio trienal para el **Observatorio de Ciudades que Cuidan (2025-2027)**, que tiene el propósito de generar conocimiento y divulgación sobre el envejecimiento, la soledad, el final de vida y la muerte en soledad.
- Con **ayuntamientos en el proyecto Ciudades que Cuidan** (Logroño, Jerez, Santander, Las Palmas de Gran Canaria, entre otros) avanzamos en evaluaciones y planes de acción locales.
- Con **sociedades y colegios profesionales** desarrollamos jornadas y cursos donde incrementa el nivel de formación en materias relacionadas con el acompañamiento del final de vida.

¿Qué estrategias ponéis en marcha para promover el envejecimiento activo?

Tres líneas muy visibles:

- **Aulas Mémora** y talleres comunitarios (musicoterapia, risoterapia, actividades asistidas con animales, educación sanitaria?). **Anualmente** realizamos más de 500 sesiones con más de 10.000 asistentes en toda España.
- **Formación acreditada** a profesionales sanitarios y sociales
- **Innovación psicosocial** en hospitales (arteterapia, musicoterapia, soporte al duelo perinatal, "Espacios de Palabra") para mejorar bienestar y autonomía.

¿Qué propuestas de mejora proponéis para hacer de las ciudades donde se garantiza el bienestar y cuidado de sus ciudadanos?

Algunas de ellas están contenidas en lo compartido hasta ahora. Destaco la propuesta que realizamos desde la Fundación Mémora sobre el modelo de "Ciudad que Cuida" con dos acciones: sensibilizar sobre poner el cuidado en el centro de todas las políticas locales y medir su avance con un Sello de Calidad basado en 78 indicadores agrupados en 9 categorías "hogar, servicios de proximidad, movilidad, ambiente, salud, participación, comunicación, igualdad de oportunidades y final de vida". Con la FEMP estamos impulsando este sello para que los ayuntamientos puedan autoevaluarse, priorizar mejoras y compartir buenas prácticas. Así garantizamos el bienestar y el cuidado de la ciudadanía con resultados verificables.

Mensaje final:

Fieles a nuestro propósito, nuestro compromiso se centra en situar a las personas en el centro, acompañarlas en los momentos más delicados y contribuir a construir comunidades más cuidadoras, inclusivas y humanas. Creemos que solo así podremos responder a los grandes retos sociales de nuestro tiempo y avanzar hacia una sociedad donde el cuidado, respeto y comprensión estén siempre presentes.



Fundación Memora es una de las empresas y entidades que forman parte de la [Asociación Bilbao Urban & Cities Design](#), que surge como resultado de una intensa labor para crear una iniciativa en común, aprovechando la reputación de nuestros modelos de transformación urbana, formada por un grupo de profesionales y empresas en diferentes campos como el urbanismo, arquitectura, ingeniería, eficiencia energética, medioambiente, movilidad e innovación social.

*El objetivo de la misma es el de agrupar a una serie de profesionales a modo de **Think Tank**, apostando por nuevos modelos de ciudades más inclusivos y sostenibles, así como por nuevos*

modelos de crecimiento y participación, y poder atraer proyectos urbanos con los que trabajar.

*Y con sus empresas asociadas formar una **Plataforma de Soluciones Urbanas** con capacidad de dar respuesta a los retos actuales de las ciudades y entornos urbanos.*

*Bajo el lema de **«Reimaginar, Repensar y Rediseñar Ciudades y sus Áreas Metropolitanas desde un punto de vista urbano, sostenible, económico, cultural y social»**, la Asociación cuenta una serie de servicios orientados tanto al ámbito local, como internacional.*

Date

2026/04/20