

OBSERVATORIO DE LA SOLEDAD NO DESEADA

Fundación Amigos de los Mayores

[Calle de Grassot, 3, 08025 Barcelona]

[93 207 67 73] | [info@amigosdelosmayores.org]

**Fundación Amigos
de los Mayores**

2026



1. RESUMEN BUENA PRÁCTICA

El Observatorio de la Soledad No Deseada de Amigos de los Mayores es una plataforma pionera de generación y difusión de conocimiento en torno a la soledad no deseada, especialmente en personas mayores, con impacto social, sanitario y comunitario. Creado en 2017, su función principal es comprender las variables que interactúan con la soledad, sistematizar datos e investigaciones y ofrecer herramientas formativas y estratégicas de intervención que puedan ser utilizadas por administraciones públicas, organizaciones sociales y agentes comunitarios.

El observatorio aborda la soledad no deseada como un fenómeno complejo que se intensifica con la edad y que no se confunde con el aislamiento social o la exclusión social. A través de proyectos de investigación social aplicada, formación a entidades y administraciones y asesoría técnica para diseñar planes y servicios, contribuye a mejorar el diseño de políticas públicas y programas de acompañamiento.

Además, ofrece diagnósticos de necesidades, desarrollo de estrategias y acompañamiento en la adaptación de servicios para abordar la soledad en su diversidad de manifestaciones. Su enfoque metodológico combina investigación, acción participativa y participación activa de las personas mayores.

2. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

La soledad no deseada se ha convertido en uno de los principales desafíos sociales asociados al envejecimiento poblacional en España y en muchos países occidentales. Aunque coexiste con variables como el aislamiento social o la exclusión de redes comunitarias, su naturaleza subjetiva la hace particularmente compleja: no se trata simplemente de estar físicamente solo, sino de percibir una carencia de relaciones significativas que impacta negativamente en el bienestar, la salud emocional y la participación social.

El **Observatorio de la Soledad No Deseada** fue creado por Amigos de los Mayores en 2017 para aportar luz, datos y conocimiento sistematizado sobre este fenómeno. Es la primera plataforma en España centrada en la generación de evidencia, análisis y recursos formativos dedicados a entender y abordar la soledad desde múltiples dimensiones, con especial atención al envejecimiento y al impacto en personas mayores.

Marco conceptual y propósito

El observatorio parte del reconocimiento de que la soledad no deseada es un fenómeno complejo, diverso y plural que tiene efectos directos en la salud, la calidad de vida y el bienestar de las personas mayores. No es un estado homogéneo ni fácilmente medible solo con indicadores demográficos, ya que involucra percepciones personales, redes de apoyo y estructuras sociales que pueden variar significativamente según el contexto.

El propósito del observatorio es múltiple:

- Comprender qué variables influyen en la percepción de soledad no deseada.
- Generar investigación aplicada que permita elaborar diagnósticos rigurosos.
- Producir recursos formativos que faciliten la intervención de organizaciones públicas y privadas.
- Apoyar el diseño de políticas y programas eficaces para identificar y paliar la soledad en personas mayores.

Este enfoque responde a la necesidad de situar la soledad no deseada como un tema de política pública y acción social, no solo como una condición individual. El observatorio articula el conocimiento con la acción para orientar respuestas eficaces desde distintos niveles institucionales y comunitarios.

Estrategias de trabajo

La práctica del observatorio se desarrolla a través de varias estrategias interconectadas:

1. Investigación Social Aplicada

Se llevan a cabo estudios cualitativos y cuantitativos que ayudan a comprender mejor cómo y por qué se manifiesta la soledad no deseada en distintos grupos demográficos, especialmente mayores. Utiliza metodologías participativas que integran a las personas mayores como sujetos activos en la producción de conocimiento.

Estos proyectos no solo generan datos descriptivos, sino que permiten identificar factores de riesgo, correlatos psicosociales y patrones de vulnerabilidad que orientan las decisiones de intervención y formulación de estrategias.

2. Formación especializada

El observatorio ofrece formación adaptada a las necesidades de administraciones públicas, entidades locales y tercer sector. Los programas formativos abordan:

- ⇒ La soledad como fenómeno complejo y su diferenciación de otros conceptos afines.
- ⇒ Herramientas prácticas para la intervención comunitaria.
- ⇒ Capacitación en voluntariado y acompañamiento emocional.

Esta formación busca dotar a los agentes sociales de competencias técnicas y metodológicas para intervenir de manera eficaz y sensible, ajustándose a los contextos específicos de cada territorio o colectivo.

3. Asesoría estratégica

El observatorio acompaña a administraciones y organizaciones en el diseño, desarrollo y evaluación de programas, servicios y acciones contra la soledad. Esto incluye:

- Diagnósticos de necesidades mediante metodologías cuantitativas y cualitativas.
- Definición de planes de acción, objetivos e indicadores.
- Apoyo en la adaptación de servicios existentes para responder mejor a la soledad no deseada.

Este componente de asesoría profesional contribuye a que los programas no solo sean bien intencionados, sino eficaces y evaluables, con objetivos claros y metodologías fundamentadas.

Utilización de conocimiento para políticas públicas

Una de las funciones esenciales del observatorio es trasladar el conocimiento generado a los espacios de toma de decisiones públicas. Dado que la soledad no deseada impacta en múltiples dimensiones sociales —salud, bienestar, cohesión social—, es fundamental que las políticas tengan base empírica.

El observatorio facilita este puente entre evidencia y acción, no solo con informes, sino también con eventos, publicaciones y recursos que alimentan la agenda pública y sensibilizan a responsables políticos y gestores sociales sobre la urgencia de abordar este problema.

Participación de personas mayores

Un valor metodológico añadido es la inclusión de personas mayores en el proceso de generación de conocimiento, no solo como objeto de estudio sino como participantes activos. Esta perspectiva crítica y participativa respeta la subjetividad del fenómeno y permite explorar experiencias diversas que de otra manera quedarían invisibilizadas.

Resultados e impacto

Aunque no se detallan cifras concretas en la página del observatorio, su trayectoria desde 2017 indica un impacto continuo en términos de sensibilización, formación y apoyo técnico a entidades y administraciones. La evidencia generada ha sido utilizada por organizaciones del tercer sector y por responsables públicos interesados en diseñar estrategias más eficaces contra la soledad en la vejez.

El conocimiento producido ha permitido conceptualizar mejor la soledad no deseada, diferenciándola de otros fenómenos como el aislamiento social o la exclusión, y ha contribuido a visibilizarla como un problema social, no individual, que requiere acciones colectivas e institucionales.

Lecciones aprendidas y sostenibilidad

Entre las lecciones más relevantes destaca la importancia de combinar análisis riguroso con acción participativa; no basta con medir, sino que hay que implicar a las personas mayores en la interpretación y uso de ese conocimiento. Asimismo, la colaboración entre entidades del tercer sector y administraciones locales permite ampliar la cobertura y la eficacia de las intervenciones.

El observatorio se sostiene como un recurso estratégico para seguir alimentando políticas, programas y acciones que respondan a la soledad no deseada con enfoques integrales y sensibles a la diversidad de experiencias de vida.

3. ÁMBITO TERRITORIAL Y RURALIZACIÓN

Local	
Provincial	
Autonómico y regional:	
Estatal	X
Unión Europea/ Internacional	
Indique el lugar/es en los que se desarrolla la buena práctica: El observatorio actúa principalmente en España, aportando conocimiento que puede aplicarse a diversas comunidades autónomas y territorios rurales dentro del país.	
TERRITORIAL Y RURALIDAD El conocimiento sistematizado por el observatorio es aplicable a contextos rurales porque identifica factores de soledad no deseada que no dependen exclusivamente de densidades urbanas. Las herramientas y diagnósticos pueden adaptarse a realidades de municipios pequeños o dispersos, facilitando el diseño de políticas de intervención acordes a estas poblaciones.	Sí

4. JUSTIFICACIÓN

El envejecimiento demográfico en España ha generado transformaciones profundas en las estructuras familiares, comunitarias y relacionales. El aumento de la esperanza de vida, los cambios en los modelos de convivencia y la movilidad territorial han reducido, en muchos casos, la densidad de redes sociales significativas en la vejez. En este contexto, la soledad no deseada se consolida como una problemática social compleja que no puede abordarse únicamente desde la intuición o la buena voluntad, sino que requiere análisis riguroso, evidencia empírica y estrategias fundamentadas.

El Observatorio de la Soledad No Deseada de Amigos de los Mayores responde precisamente a esa necesidad estructural: generar conocimiento sistematizado que permita comprender el fenómeno en su profundidad y orientar intervenciones eficaces. La ausencia de marcos conceptuales claros y de datos comparables ha dificultado históricamente la formulación de políticas públicas coherentes en este ámbito. Muchas iniciativas han surgido de forma fragmentada, sin indicadores comunes ni evaluación de impacto, lo que limita su sostenibilidad y replicabilidad.

La justificación de esta buena práctica se fundamenta en tres dimensiones principales. En primer lugar, la necesidad de diferenciar la soledad no deseada de otros conceptos como aislamiento social, exclusión o falta de convivencia. Esta distinción conceptual permite diseñar respuestas ajustadas a la experiencia subjetiva de las personas mayores y no únicamente a su situación objetiva. En segundo lugar, la importancia de incorporar la voz de las propias personas mayores en la producción de conocimiento, evitando enfoques paternalistas o interpretaciones externas desconectadas de la vivencia real. En tercer lugar, la urgencia de trasladar el conocimiento científico al diseño operativo de programas y políticas públicas.

El observatorio no interviene directamente en acompañamiento individual, sino que actúa en un nivel estratégico superior: influye en la calidad de las intervenciones que posteriormente desarrollan administraciones y entidades sociales. Este posicionamiento es clave, porque mejora la eficiencia del sistema en su conjunto. Al proporcionar diagnósticos precisos, metodologías de evaluación y herramientas formativas, contribuye a que los recursos disponibles se utilicen de forma más eficaz y con mayor impacto social.

Además, el enfoque del observatorio permite reducir desigualdades territoriales. Al ofrecer asesoría y formación adaptada a distintos contextos, facilita que municipios con menos recursos técnicos puedan diseñar estrategias fundamentadas. Esto es especialmente relevante en zonas con menor capacidad institucional, donde la ausencia de datos locales puede dificultar la planificación.

La soledad no deseada tiene implicaciones en salud física, salud mental, participación comunitaria y calidad de vida. Generar conocimiento estructurado sobre sus causas, factores asociados y manifestaciones permite anticipar riesgos y actuar de forma preventiva. En este sentido, el observatorio contribuye indirectamente a fortalecer la autonomía personal y la participación social de las personas mayores, al mejorar la calidad de las respuestas institucionales.

Otra dimensión que justifica la práctica es su contribución a la agenda pública. Visibilizar la soledad no deseada como fenómeno social evita su trivialización y la sitúa en el debate político y social. La evidencia generada favorece decisiones basadas en datos, promueve estrategias integrales y fomenta la cooperación intersectorial.

En síntesis, el Observatorio de la Soledad No Deseada se justifica por su capacidad de generar conocimiento aplicado, fortalecer la planificación estratégica, mejorar la calidad de las intervenciones y contribuir a una comprensión más rigurosa y humana de la experiencia de soledad en la vejez.

5. RECURSOS

Personal necesario para llevar a cabo la experiencia:

- Equipo técnico multidisciplinar compuesto por profesionales de investigación social, análisis de datos, sociología, trabajo social y gerontología.
- Personal formador especializado en soledad no deseada; profesionales de asesoría estratégica y coordinación de proyectos.
- Equipo de comunicación para difusión de resultados.

Recursos materiales necesarios para llevar a cabo la experiencia:

- Herramientas de recogida y análisis de datos (cuestionarios, software estadístico, plataformas de análisis cualitativo).
- Espacios para formación presencial y virtual, recursos digitales para publicación de informes, materiales didácticos, infraestructura tecnológica para gestión de proyectos y difusión de conocimiento.



6. PERFIL DEL DESTINATARIO

Personas mayores	X
Personas con discapacidad	
Familias	
Profesionales	X
Sociedad en general	X
Otro/s	
El Observatorio se dirige principalmente a profesionales, administraciones públicas y organizaciones del tercer sector que diseñan e implementan políticas y programas vinculados a la soledad no deseada. De forma indirecta, beneficia a personas mayores al mejorar la calidad técnica de las intervenciones que se desarrollan para ellas. También impacta en la sociedad en general al contribuir a la sensibilización y comprensión del fenómeno.	



7. INNOVACIÓN

La innovación del Observatorio de la Soledad No Deseada reside en su posicionamiento estratégico como plataforma especializada de generación de conocimiento aplicado en un ámbito tradicionalmente abordado desde perspectivas asistenciales. En lugar de centrarse exclusivamente en la intervención directa, el observatorio actúa sobre el diseño estructural de políticas y programas, fortaleciendo el sistema desde la base metodológica.

Uno de sus elementos innovadores es la combinación de investigación rigurosa con participación activa de personas mayores, integrando experiencias vivenciales en el análisis científico. Esta aproximación reduce la distancia entre teoría y práctica, generando conocimiento contextualizado y útil para la toma de decisiones.

Asimismo, introduce metodologías de diagnóstico y evaluación que permiten medir la soledad no deseada con mayor precisión conceptual, diferenciándola de fenómenos próximos. Esto favorece intervenciones más ajustadas y evita soluciones generalistas que no responden a la diversidad de situaciones.

El observatorio también destaca por su función de transferencia: convierte resultados de investigación en herramientas operativas para entidades y administraciones. La capacidad de traducir evidencia en recomendaciones prácticas fortalece su carácter innovador y replicable.

Además, su enfoque preventivo anticipa riesgos y promueve estrategias integrales, contribuyendo a consolidar una cultura institucional basada en datos y evaluación continua.

8. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

Resultados cualitativos:

- Consolidación de un marco conceptual claro sobre soledad no deseada.
- Mayor sensibilización institucional y social sobre el fenómeno.
- Mejora en la calidad técnica de programas diseñados por entidades asesoradas.

Resultados cuantitativos:

- Elaboración de estudios e informes especializados desde 2017.
- Desarrollo de formaciones y asesorías técnicas a entidades públicas y privadas.
- Implementación de diagnósticos en distintos territorios.

LINKS DE INTERÉS

- Recursos para Personas Mayores:
<https://www.amigosdelosmayores.org/comunidad/recursos/>
- Video:
<https://www.youtube.com/watch?v=vYn9qMvWJ8k>