



Mapeando y escalando iniciativas eficaces contra la soledad no deseada en España

INDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	4
1.1 Antecedentes y Objetivos Generales del Proyecto.....	4
1.2 Objetivos Específicos, Metodología y Diseño Metodológico del Estudio.....	6
1.3 Estructura del Informe.....	10
2. ESTADO DEL ARTE: SOLEDADES	12
2.1 Introducción.....	12
2.2 La soledad y sus manifestaciones	13
2.3 La soledad no deseada en las personas mayores.....	14
2.4 Prevalencia de la soledad y contexto demográfico	15
2.5 Investigaciones en los últimos años	17
2.6 Intervenciones contra la soledad no deseada en España.....	19
2.7 Programas Municipales y Autonómicos	20
2.8 Programas de entidades del Tercer Sector.....	20
2.9 Intervenciones Comunitarias.....	22
2.10 Estrategias y políticas nacionales: El Marco Estratégico Nacional	22
de Soledades.....	22
2.11 Principales recomendaciones derivadas de las intervenciones	24
2.12 Principales líneas de acción sobre la soledad no deseada	24
2.13 Limitaciones Identificadas	26
2.14 Glosario sobre soledad no deseada en personas mayores	27
2.15 Siglas y Acrónimos	35
3. INICIATIVAS EFICACES EN EL ABORDAJE DE LA SOLEDAD NO DESEADA DE PERSONAS MAYORES: MAPinSOL	37
3.1 Mapa Digital de Iniciativas Eficaces para el abordaje de la soledad no deseada en personas mayores	39
3.2 Análisis de las iniciativas del Mapa Digital MAPinSOL.....	65
4 LAS PERSONAS MAYORES: CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DE RELACIÓN CON EL ENTORNO Y APOYOS COMUNITARIOS.....	89
5. Relación entre los resultados del estudio realizado a personas mayores de 65 o más y el Marco Estratégico Estatal de las Soledades	110
6. CONSTRUCCIÓN, SOSTENIBILIDAD Y TRANSFERENCIA DE ACTUACIONES SOBRE SOLEDAD NO DESEADA DE PERSONAS MAYORES. ENTREVISTAS A EXPERTOS E INFORMANTES CLAVE DE INICIATIVAS.....	119
6.1 Introducción, objetivos y diseño.....	119
metodológico Introducción.....	119
6.2 Reconstrucción del escenario de intervención frente a la soledad no deseada en personas mayores	123
Financiación	

Realización

6.3	La construcción del sujeto de intervención: la persona mayor	129
6.4	Modelos de intervención frente a la soledad no deseada en personas mayores: Modelos, Dimensiones Transversales y Evolución	133
6.5	Condiciones estructurales del escenario en el que operan las intervenciones frente a la soledad no deseada en personas mayores.....	138
6.6	Nudos críticos que atraviesan el campo de intervención frente a la soledad no deseada en personas mayores.....	143
6.7	Evaluación de las intervenciones frente a la soledad no deseada: prácticas, condiciones, límites y conocimiento generado	146
6.8	Condiciones asociadas a iniciativas con mayor potencial de eficacia	152
6.9	Conclusiones y Recomendaciones Estratégicas emergentes	155
7.	Conclusión general.....	164
7.1	Síntesis ejecutiva	164
7.2	Lo que nos dice la evidencia: puntos de convergencia	164
7.3	Marco Integrado de Intervención: de la evidencia a la acción.....	165
7.4	Tabla de alineación: de hallazgos a recomendaciones.....	167
7.5	Líneas de trabajo futuro	168
7.6	Cierre	168
8.		170

Financiación



Realización





1

INTRODUCCIÓN



1. INTRODUCCIÓN

1.1 Antecedentes y Objetivos Generales del Proyecto

La Fundación Padrinos de la Vejez es una organización privada de naturaleza fundacional, sin ánimo de lucro y de ámbito estatal, constituida en 2014 con el propósito de **dar una respuesta integral a las necesidades y demandas de las personas mayores en el contexto del siglo XXI**. El envejecimiento de la población actual presenta características diferentes a las de generaciones anteriores: por un lado, se prolonga durante más tiempo la autonomía personal y la capacidad funcional; por otro, aumentan fenómenos como la soledad no deseada y la necesidad de sistemas de cuidados que permitan a las personas permanecer en su hogar cuando aparecen situaciones de discapacidad o dependencia. En este sentido, se demandan apoyos personales, profesionales y tecnológicos que garanticen una atención de calidad, pero también cercana y humana.

Las actuaciones de la Fundación tienen alcance nacional y se dirigen a personas mayores que se encuentran en situaciones de vulnerabilidad, discriminación, fragilidad, marginalidad, carencia, estrés, dependencia o soledad, prestando especial atención a quienes viven solas o en territorios afectados por la despoblación. Aunque su acción se dirige a cualquier ámbito territorial, la organización prioriza el medio rural, dado que en estos contextos las personas mayores suelen enfrentar mayores dificultades de acceso a recursos, servicios y redes de apoyo.

Para el desarrollo de sus actividades, la Fundación cuenta con una amplia estructura territorial gracias a la colaboración con entidades con amplia experiencia en el ámbito social y rural, como **Solidaridad Intergeneracional**, especializada en servicios sociales dirigidos a personas mayores, y **COAG**, organización agraria con una extensa implantación en el medio rural.

En este marco de actuación, la Fundación ha puesto en marcha el **proyecto MAPinSOL: Mapeando y escalando iniciativas eficaces contra la soledad no deseada en personas mayores en España** como respuesta a la creciente preocupación social y sanitaria por incidencia de la soledad no deseada en la población mayor.

Se estima que cerca de tres millones de personas mayores en España experimentan situaciones de soledad no elegida, de las cuales aproximadamente el 72 % son mujeres. Diversos estudios han evidenciado que esta situación tiene importantes repercusiones en la salud física y mental. El informe *El coste de la soledad no deseada en España* (2023) señala que la soledad incrementa la prevalencia de problemas como la depresión, la ansiedad crónica y las

Financiación



Realización



enfermedades cardiovasculares, además de reducir la calidad de vida de las personas afectadas.

Por su parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha catalogado la soledad como una amenaza urgente para la salud pública.

Ante esta realidad, se hace necesario impulsar intervenciones integrales y adaptadas a las necesidades específicas de las personas de 60 años o más. En distintos territorios ya se han puesto en marcha **iniciativas que han demostrado ser eficaces para prevenir o reducir la soledad no deseada**. Sin embargo, muchas de estas experiencias permanecen **dispersas y poco sistematizadas**. La **identificación, análisis y recopilación** de estas prácticas permite conocer los factores que contribuyen a su éxito, facilitando su replicabilidad y adaptación a otros contextos.

En este escenario, el proyecto MAPinSOL, **se propone avanzar en el conocimiento y la difusión de iniciativas eficaces frente a la soledad no deseada en personas mayores mediante la creación de un mapa o biblioteca digital de iniciativas eficaces, concebido como un recurso de referencia para compartir conocimiento, visibilizar buenas prácticas y promover la adopción de estrategias exitosas en distintos territorios del país**. Recurso que se plantea como una **herramienta accesible, comprensible y útil para entidades públicas, privadas y organizaciones de la sociedad civil**.

Para poder generar esta herramienta, el proyecto contemplaba la realización de una **investigación que permitiese identificar, analizar y documentar aquellas experiencias que han demostrado ser eficaces**, adoptando un enfoque innovador que no se limita a estudiar los factores de riesgo asociados a la soledad, sino que pone el foco en los elementos que favorecen el bienestar relacional y la conexión social.

A través del **análisis de experiencias locales y buenas prácticas desarrolladas en España**, el proyecto ha buscado **identificar aprendizajes transferibles** que favorezcan la creación de redes intergeneracionales sostenibles, el empoderamiento de las personas mayores, la participación comunitaria y el uso significativo del tiempo propio.

El proyecto, finalmente, contempla la **difusión del recurso (MAPA DIGITAL) y el conocimiento generado del proyecto MAPinSOL** mediante diferentes canales (portales web, redes sociales, boletines informativos y seminarios en línea) con el fin de **garantizar que la información sea accesible, comprensible y utilizable por administraciones públicas, organizaciones sociales y otros actores implicados en la mejora del bienestar de las personas mayores**.

Financiación



Realización



1.2 Objetivos Específicos, Metodología y Diseño Metodológico del Estudio

En el marco del Proyecto MAPinSOL se ha desarrollado un **estudio a nivel estatal** orientado a **identificar, analizar, evaluar y documentar actuaciones eficaces para abordar la soledad no deseada en personas mayores, con el fin de proporcionar soluciones escalables y transferibles a otros contextos y territorios, contribuyendo así al bienestar de la población mayor en España.**

Para alcanzar este objetivo general, se ha llevado a cabo una investigación articulada en torno a las siguientes **líneas de acción y objetivos específicos**:

1. Realizar una revisión exhaustiva de iniciativas con el fin de **identificar intervenciones eficaces** en la reducción de la soledad no deseada en personas mayores, considerando diferentes contextos (rural, urbano e institucional) y distintos subgrupos de edad.
2. Analizar las intervenciones identificadas con el fin de **conocer su impacto** en la reducción de la soledad no deseada y en la mejora de la calidad de vida de las personas mayores, e identificar los factores que contribuyen a su éxito.
3. Evaluar la **escalabilidad y transferibilidad** de las intervenciones analizadas, identificando aquellas que presentan mayor potencial para ser adaptadas e implementadas en diferentes contextos geográficos y sociales.
4. Desarrollar un **marco de conocimiento** que documente las mejores prácticas y ofrezca orientaciones prácticas para su implementación, facilitando su adopción por parte de entidades y territorios interesados en abordar la soledad no deseada.

La metodología del estudio se fundamenta en un **enfoque multimétodo**, que combina distintas técnicas de recogida y análisis de información con el fin de obtener una comprensión amplia y rigurosa del fenómeno analizado. En concreto, se integran técnicas **documentales, cualitativas y cuantitativas**, incluyendo la revisión sistemática de fuentes documentales, la realización de entrevistas semiestructuradas a expertos e informantes clave y la aplicación de encuestas en línea. La utilización complementaria de estas técnicas permite triangular la información obtenida, enriquecer el análisis de las actuaciones identificadas y fortalecer la validez de los resultados, facilitando la identificación de factores de éxito y de elementos transferibles a distintos contextos territoriales y sociales.

Dado el carácter dinámico del fenómeno de la soledad no deseada y la constante aparición de nuevas estrategias de intervención, el contenido del estudio se plantea

Financiación

Realización

como un proceso abierto susceptible de ampliación y actualización a medida que se disponga de nuevos datos o evidencias científicas.

Para dar respuesta a los objetivos planteados, se ha diseñado un **estudio estructurado en cuatro fases que permiten avanzar de manera progresiva desde la definición del marco conceptual hasta la generación y difusión del conocimiento obtenido.**

Fase 1: Preparación del estudio

Con el fin de definir de manera precisa el objeto del estudio y la construcción del marco conceptual que guiará el desarrollo de la investigación, en la fase inicial se ha llevado a cabo una revisión exhaustiva de la literatura académica, informes institucionales y otros documentos relevantes. Entre las principales actuaciones de esta fase se incluyen:

- Elaboración del diseño general del estudio y definición de la metodología de investigación.
- Revisión bibliográfica y construcción del marco teórico.
- Delimitación de las actuaciones objeto de estudio:
 - a) Población destinataria: Intervenciones dirigidas a personas mayores de 60 años.
 - b) Ámbito geográfico: actuaciones desarrolladas en España, en distintos contextos territoriales.
 - c) Criterio de eficacia: las actuaciones deben contemplar algún tipo de evaluación documentada o evidencia que permita valorar su eficacia.

Fase 2: Recopilación de la información e identificación de las actuaciones

En esta segunda fase, se llevó a cabo la búsqueda, identificación y documentación de actuaciones eficaces dirigidas a abordar la soledad no deseada en personas mayores en España, mediante la utilización de dos aproximaciones metodológicas complementarias: documental y cualitativa.

- a) Revisión documental: Se ha llevado a cabo una revisión documental exhaustiva orientada a localizar, identificar y documentar actuaciones eficaces en el campo de la soledad no deseada en personas mayores.
Como resultado de esta revisión, se han identificado, clasificado y documentado **33 iniciativas** eficaces que han pasado a integrar la herramienta MAPinSOL.
- b) Entrevistas semiestructuradas a informantes clave representantes de entidades públicas, privadas y del tercer sector, expertos en personas mayores y/o que desarrollen intervenciones relacionadas con la soledad no deseada en personas mayores.

Financiación

Realización

El proceso se ha apoyado en **dos estrategias metodológicas** principales:

- El método de bola de nieve para identificar expertos, informantes clave y actuaciones consideradas eficaces por estos actores;
- Y el diseño en cascada que permite incorporar los resultados obtenidos en cada etapa para mejorar las herramientas y procesos de análisis posteriores.

En el diseño del proyecto se contemplaba la realización de encuestas en línea que permitieran recopilar información sobre prácticas que abordaran la soledad no deseada en personas mayores en distintos contextos territoriales y sociales. Pero debido al grado de saturación y redundancia obtenidos con la revisión documental y las entrevistas realizadas, se decidió modificar el objetivo de esta herramienta incorporando la perspectiva de las personas mayores de 65 años.

Fase 3: Análisis y valoración sistemática de las actuaciones que abordan la soledad no deseada

En esta etapa de la investigación se ha llevado a cabo el procesamiento y análisis de la información recopilada y generada en las fases anteriores del estudio, con el objetivo de elaborar el presente informe técnico en el que se recogen los resultados, conclusiones y recomendaciones derivadas del mismo.

Fase 4: Generación y difusión del conocimiento.

El proyecto MAPinSOL ha generado **dos tipos de conocimiento**. Por un lado, las **iniciativas eficaces identificadas y documentadas**; por otro, los resultados y conclusiones de **la investigación** realizada que, además de sustentar el proceso de identificación y valoración de las prácticas que abordan la soledad no deseada en España, ha aportado conocimiento y aprendizajes sobre:

- El marco conceptual y contextual necesario para comprender el fenómeno de la soledad no deseada en personas mayores: las principales definiciones y enfoques analíticos, factores asociados y consecuencias para la salud y el bienestar, así como algunas de las líneas de intervención desarrollada en España desde el ámbito público, comunitario y del tercer sector.
- Diferentes modelos de intervención y las estrategias utilizadas para abordar este fenómeno. Así como, la identificación de patrones comunes en las formas de intervención y conocer los factores que parecen contribuir a la eficacia, sostenibilidad y transferibilidad de las iniciativas.
- Los hábitos de relación y apoyos comunitarios de las personas de 65 y más años (Cuestionario)
- La reconstrucción del escenario en el que se construyen y desarrollan las intervenciones en este campo: las dimensiones que articulan la comprensión del

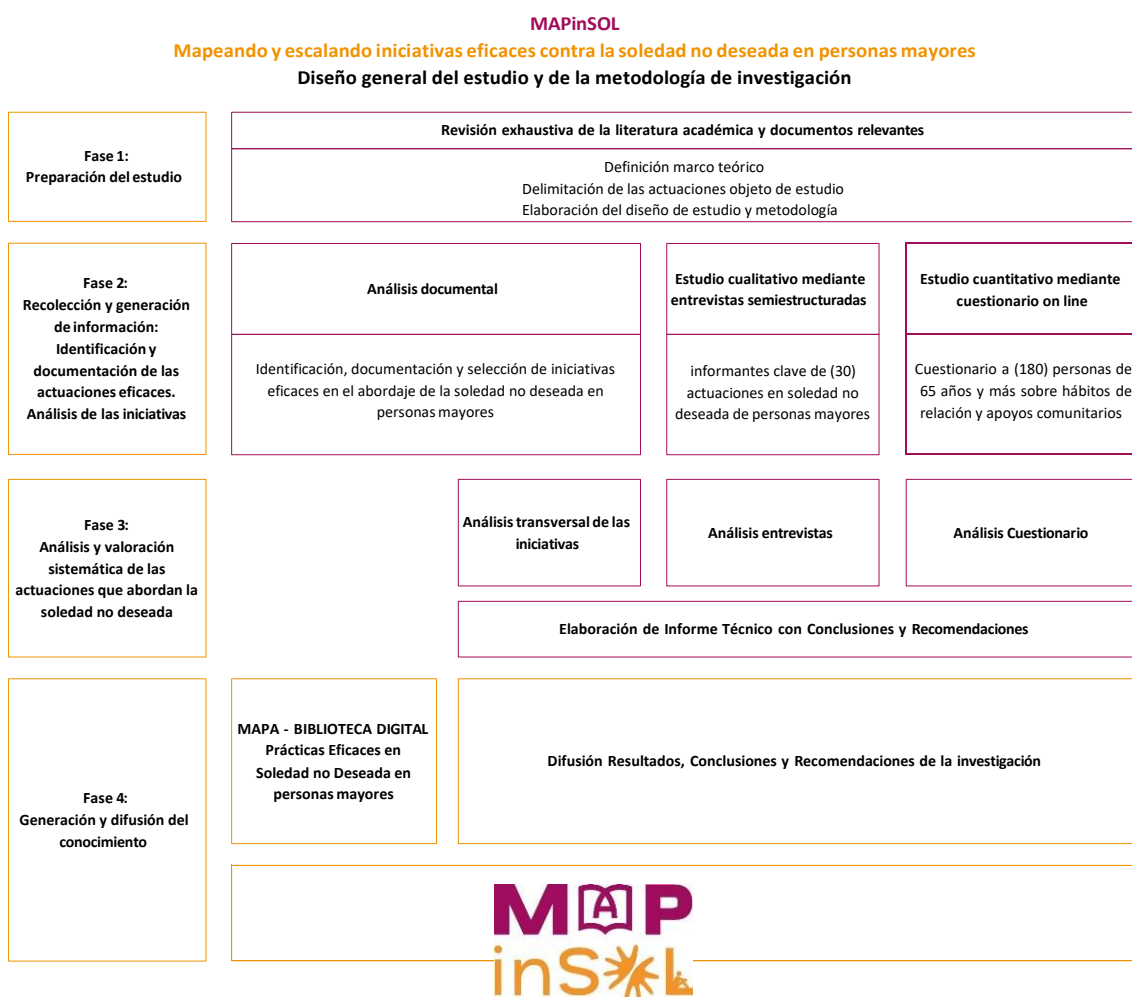
Financiación

Realización

fenómeno, cómo se constituye el sujeto de intervención, los principales modelos de actuación,... así como la dimensiones transversales que los caracterizan y las condiciones estructurales del ecosistema y las condiciones asociadas a iniciativas con mayor potencial de eficacia.

Estos conocimientos, se han incorporado a la web MAPinSOL y nutren la elaboración de materiales para su difusión en diferentes formatos y canales, con el objetivo de facilitar la transferencia de estos y la promoción de la adopción de prácticas eficaces en diferentes territorios.

El siguiente esquema recoge de manera resumida el **diseño metodológico del proyecto**.



Financiación

Realización

1.3 Estructura del Informe

El presente informe técnico recoge los principales resultados del estudio desarrollado en el marco del proyecto MAPinSOL. Tras este capítulo inicial, dedicado a contextualizar el estudio y a presentar sus antecedentes, objetivos, metodología y diseño metodológico, el documento se estructura en cinco capítulos que abordan las distintas partes y enfoques adoptados en la investigación y los resultados obtenidos.

El **capítulo segundo** presenta el **estado del arte**, a partir de la revisión de la literatura académica y de los principales estudios e informes existentes en relación con la soledad no deseada en personas mayores. Este apartado permite situar el fenómeno en su contexto social y conceptual, identificar las principales líneas de análisis desarrolladas hasta el momento y establecer el marco de referencia del estudio.

El **capítulo tercero** presenta el proceso de **identificación, análisis y sistematización de las iniciativas** incorporadas al mapa digital desarrollado en el proyecto MAPinSOL. A continuación, se propone una **tipología de modelos de intervención** que permite clasificarlas. El capítulo incluye un **análisis transversal** de las experiencias recopiladas, en el que se examinan distintas dimensiones relevantes para la intervención frente a la soledad no deseada, como los resultados reportados, los perfiles de las personas destinatarias, los contextos territoriales o las estrategias de detección y acompañamiento. Finalmente, se presentan una serie de **claves para la intervención, así como conclusiones y recomendaciones** orientadas a orientar el diseño y desarrollo de futuras iniciativas en este ámbito.

El **capítulo cuarto** presenta el **análisis de los resultados obtenidos a través del cuestionario sobre hábitos de relación y apoyos comunitario**, incorporando la perspectiva de las personas mayores de 65 años al proyecto.

El **capítulo quinto** recoge el **análisis de las entrevistas realizadas a expertos e informantes clave** en las que han aportado su conocimiento y experiencia acerca de este tema, así como de distintas iniciativas que abordan la soledad no deseada en personas mayores.

Con el fin de facilitar la lectura y la consulta del informe, **cada capítulo se ha elaborado de manera que pueda leerse de forma independiente**. Para ello, se ha incluido en cada uno de ellos una breve introducción en la que se contextualiza su contenido dentro del marco general del estudio, se describen los objetivos específicos que orientan la parte que aborda y la metodología utilizada, antes de presentar los resultados y las correspondientes **conclusiones y recomendaciones emergentes del análisis**.

Financiación

Realización



2

ESTADO DEL ARTE:
SOLEDADES

2. ESTADO DEL ARTE: SOLEDADES

2.1 Introducción

El presente capítulo forma parte del estudio desarrollado en el marco del proyecto **MAPinSOL (Mapeando y escalando iniciativas eficaces contra la soledad no deseada en personas mayores en España)**, impulsado por la Fundación Padrinos de la Vejez. El estudio tiene como objetivo identificar, analizar y documentar iniciativas eficaces dirigidas a prevenir o reducir la soledad no deseada en personas mayores, con el fin de generar conocimiento útil que permita mejorar las intervenciones existentes y favorecer su transferencia a distintos contextos territoriales y sociales.

En este contexto, el análisis del **estado de la literatura** constituye una fase clave del estudio, ya que permite contextualizar el fenómeno de la soledad no deseada en personas mayores desde una perspectiva conceptual, empírica e institucional. La revisión de investigaciones, informes y documentos especializados permite identificar **los principales enfoques analíticos desarrollados en este ámbito, así como los factores que influyen en la aparición de la soledad y aquellos que contribuyen al bienestar relacional y a la conexión social en la población mayor.**

Desde el punto de vista metodológico, el capítulo se basa en una **revisión documental sistemática**, realizada a partir de la consulta de fuentes académicas e institucionales relevantes. Entre ellas se incluyen artículos científicos, informes de investigación, documentos de organismos públicos y publicaciones de entidades especializadas en envejecimiento, políticas sociales y soledad no deseada. La búsqueda de información se ha realizado mediante el uso de palabras clave y descriptores relacionados con la soledad no deseada, el envejecimiento, las redes sociales y comunitarias y las intervenciones orientadas a prevenir o reducir la soledad en personas mayores.

Este análisis proporciona el contexto necesario para comprender y situar las iniciativas analizadas posteriormente en el estudio.

La revisión realizada permite identificar los principales conceptos utilizados para abordar la soledad no deseada, los factores asociados a su aparición o prevención y las principales líneas de intervención desarrolladas en este ámbito. Este análisis proporciona el marco conceptual y analítico que orienta el conjunto del estudio y facilita comprender los resultados obtenidos en las fases posteriores de la investigación.

Financiación



Realización



2.2 La soledad y sus manifestaciones

El estudio de la soledad ha sido abordado desde diferentes disciplinas, entre ellas la psicología, la sociología y la gerontología. Uno de los primeros enfoques teóricos relevantes fue desarrollado por Sullivan (1952) quien definió la soledad como “la experiencia extremadamente desagradable y motriz conectada con la descarga inadecuada de la necesidad de intimidad humana y de intimidad interpersonal” (Sullivan, 1953: 290).

Posteriormente, diversos autores ampliaron esta perspectiva conceptual. Robert Weiss, uno de los pioneros en el estudio de la soledad, distinguió dos tipos. Por un lado, la soledad de aislamiento emocional, que ocurre ante la ausencia de un apego emocional cercano y solamente puede remediarse por la incorporación de otro apego emocional o por la reintegración del que se había perdido. Por otro lado, la soledad de aislamiento social, vinculada con la ausencia de una red social que sólo puede remediarse por el acceso a dicha red (Weiss, 1973). Otros autores la conciben como una respuesta ante la ausencia de una provisión de relación particular (Montero et al., 2001; Weiss, 1973).

Actualmente, una de las definiciones más ampliamente aceptadas es la de Peplau y Perlman (1981), quienes la definen como “una experiencia displacentera que ocurre cuando la red de relaciones sociales de una persona es deficiente en algún sentido importante, ya sea cualitativa o cuantitativamente” (Peplau & Perlman, 1981: 31), situación que puede venir acompañada por manifestaciones de malestar psicológico (Asher & Paquette, 2003; Heinrich & Gullone, 2006; Montero & López, 2020; Young, 1982).

Dentro del concepto soledad, algunos autores identifican distintas dimensiones. Así, Coca Barbado y Gómez González (2015) proponen diferenciar las siguientes: soledad física, soledad emocional y soledad intencional. La soledad física sería la situación que se presenta cuando hay ruptura física con otros, es decir, la ausencia objetiva de compañía o contacto presencial con otras personas (Coca Barbado y Gómez González, 2015). La soledad emocional surgiría ante la carencia o pérdida de una relación íntima con otra persona, hace referencia a una sensación de vacío que nos invade cuando alguien muy importante para nosotros desaparece de nuestra vida (Peplau y Perlman, 1979). La soledad social aparecería cuando no tenemos una red de relaciones sociales de la que nos sentimos parte y con la que podamos compartir intereses y actividades (Peplau & Perlman, 1979). El término de soledad social guarda una relación directa con la soledad no deseada, el foco de esta revisión, o “la experiencia personal negativa en la que un individuo tiene la necesidad de comunicarse con otros y percibe carencias en sus relaciones sociales, bien sea porque tiene menos relación de la que le gustaría o porque

Financiación

Realización

las relaciones que tiene no le ofrecen el apoyo emocional que desea” (Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada [SoledadES], s.f.).

En este sentido, es preciso diferenciar el aislamiento social de la soledad, dado que a veces ambos términos son utilizados indistintamente o como sinónimos (Perlman y Peplau, 1981). Mientras que el aislamiento social se refiere a las características objetivas, tales como el número o la proximidad de los contactos sociales que uno tiene, la soledad es una experiencia inherentemente subjetiva (Perlman y Peplau, 1981).

En los últimos años la investigación ha avanzado hacia una conceptualización más amplia del fenómeno que integra dimensiones individuales, sociales y estructurales. Desde esta perspectiva, la soledad no debe entenderse únicamente como una experiencia psicológica individual, sino también como un **fenómeno influido por factores sociales, territoriales y comunitarios** (Donovan & Blazer, 2020; Dahlberg et al., 2022).

Además, la literatura reciente subraya la creciente relevancia de la soledad como **determinante social de la salud**, debido a su asociación con diversos problemas físicos, cognitivos y emocionales. Diversos estudios han demostrado que la soledad persistente puede aumentar el riesgo de depresión, deterioro cognitivo, enfermedades cardiovasculares y mortalidad prematura (Cacioppo et al., 2006; Park et al., 2020; Freak-Poli et al., 2022).

Este reconocimiento ha contribuido a situar la soledad no deseada en la agenda de las políticas públicas, impulsando el desarrollo de estrategias institucionales orientadas a prevenir y abordar este fenómeno y a hacerlo desde políticas integrales que combinan intervenciones sociales, comunitarias y sanitarias.

2.3 La soledad no deseada en las personas mayores

Aunque las definiciones conceptuales de la soledad se mantienen consistentes a lo largo del ciclo vital, la soledad como proceso presenta características particulares entre las personas mayores, siendo considerada como uno de los principales determinantes de su salud en los países desarrollados (Peplau y Perlman, 1981; Fakoya et al., 2020).

La etapa de la vejez suele estar marcada por una serie de cambios vitales que pueden afectar a las redes sociales y a las relaciones interpersonales. Entre los que destacan una sucesión de pérdidas tales como el trabajo por jubilación, el estatus social al ocupar un rol distinto en la comunidad, el cónyuge, los amigos y algunas capacidades físicas (Álvarez-Aguirre-Aguirre, 2009; Chaparro Díaz et al., 2019) Todos estos cambios pueden provocar experiencias desagradables y estresantes asociadas con un importante impacto emocional que se manifiesta en sensaciones de nerviosismo, angustia, temor, sentimientos de tristeza, irritabilidad, mal humor, distancia social, creencias de ser

Financiación

Realización

rechazado o de no pertenecer a la comunidad (Álvarez-Aguirre-Aguirre, 2009; Chaparro Díaz et al., 2019).

En este contexto, entre las personas mayores la soledad se manifiesta principalmente en dos dimensiones: la soledad emocional y la soledad social (no deseada). Por un lado, la soledad emocional puede emerger tras de la pérdida de un ser querido o debido a la ausencia de los valores o costumbres familiares formados durante la juventud. Habitualmente este tipo de emociones se relacionan con sintomatologías depresivas, estrés, pesimismo, ansiedad y baja autoestima (Weiss, 1973; Chaparro Díaz et al., 2019). Por su parte, la soledad social (no deseada) es una de las manifestaciones más mencionadas en la literatura y se relaciona con un estado en el que la persona mayor carece de un sentido de pertenencia social, carece de compromisos con otras personas, experimenta una disminución en sus contactos con grupos sociales y las relaciones en las que se involucra son deficientes e insatisfactorias (Weiss, 1973; Chaparro Díaz et al., 2019).

Más allá, la soledad también puede distinguirse entre objetiva y subjetiva (Weiss, 1973; Chaparro Díaz et al., 2019). La soledad objetiva es circunstancial, hace referencia a la falta de compañía y no siempre implica una vivencia desagradable, ya que puede ser una experiencia buscada y enriquecedora. La soledad subjetiva es una condición, que padecen las personas que se sienten solas, constituyendo un sentimiento doloroso y temido que nunca es una situación buscada (Rodríguez, 2009). En cierto modo, la soledad no deseada anuda en un mismo paraguas la carencia o limitación de las relaciones e interacciones social (soledad social), con un padecimiento subjetivo, que puede ser doloroso para la persona que la experimenta (soledad subjetiva).

2.4 Prevalencia de la soledad y contexto demográfico

En términos cuantitativos, la prevalencia de soledad entre las personas mayores varía según los estudios, en función de: la herramienta de medida utilizada, las poblaciones estudiadas, el grupo de edad y los tamaños de muestra considerados (Peplau y Perlman, 1981; Fakoya et al., 2020). En el caso de Europa la prevalencia de soledad oscila entre el 10% en Dinamarca y el 33,4% en Italia, con España en torno al 21,4% (Arsenijevic y Groot, 2016; Palma-Ayllón et al., 2021).

A pesar de esto, puede ser útil recoger aquí algunos datos que permitan disponer de una visión panorámica sobre su prevalencia en el contexto español.

La soledad de las personas mayores debe analizarse en el contexto del envejecimiento demográfico. España es uno de los países europeos con mayor esperanza de vida, lo que ha contribuido a un aumento sostenido del peso demográfico de la población mayor.

Financiación

Realización

Según los datos del **Instituto Nacional de Estadística (INE)**, en 2024 aproximadamente **el 20,1 % de la población española tenía 65 años o más**, y las proyecciones demográficas indican que este porcentaje podría superar el **30 % en 2050** (INE, 2024). Este proceso de envejecimiento poblacional se acompaña de un aumento significativo de los hogares unipersonales.

En España, más de **4,7 millones de personas viven solas**, de las cuales cerca de **2,1 millones tienen más de 65 años**. Dentro de este grupo, las mujeres mayores presentan una mayor probabilidad de vivir solas debido a su mayor esperanza de vida y a la mayor prevalencia de viudedad.

Diversos estudios han analizado la prevalencia de la soledad no deseada en la población española. El **Barómetro de la Soledad No Deseada en España**, elaborado por el Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada, estima que aproximadamente **una de cada cinco personas en España experimenta sentimientos de soledad con cierta frecuencia** (Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada, 2024).

En concreto, el informe señala que:

- **el 20 % de la población afirma sentirse sola de forma frecuente o muy frecuente**
- **cerca de 4,7 millones de personas experimentan soledad no deseada**
- **aproximadamente 2 millones de personas la sufren de manera intensa o persistente**

El estudio también muestra que la soledad no deseada afecta a diferentes grupos de edad, aunque presenta características específicas en el caso de las personas mayores.

En el caso de las personas mayores, la soledad puede estar relacionada con factores como la viudedad, el deterioro de la salud, la reducción de las redes sociales o las limitaciones de movilidad.

Según el Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada (2024), aproximadamente **el 21 % de las personas mayores de 65 años experimenta sentimientos de soledad**, aunque la intensidad y frecuencia varían en función de factores sociales, económicos y territoriales.

Asimismo, los estudios muestran que la prevalencia de la soledad aumenta en edades más avanzadas, especialmente a partir de los **75 años**, etapa en la que suelen producirse mayores pérdidas relacionales y mayores limitaciones funcionales.

Diversas investigaciones han señalado la existencia de **diferencias de género en la experiencia de la soledad**.

Financiación

Realización

Las mujeres mayores presentan una mayor probabilidad de experimentar soledad debido a varios factores:

- mayor esperanza de vida
- mayor prevalencia de viudedad
- mayor probabilidad de vivir solas en edades avanzadas.

Sin embargo, algunos estudios sugieren que los hombres mayores pueden experimentar mayores dificultades para reconstruir sus redes sociales tras la pérdida de la pareja, lo que también puede incrementar el riesgo de soledad.

La evidencia empírica muestra que la soledad no deseada también se encuentra asociada a **factores socioeconómicos**.

Las personas con menores ingresos, menor nivel educativo o mayores dificultades de acceso a recursos sociales presentan una mayor probabilidad de experimentar soledad. Asimismo, la falta de accesibilidad a servicios comunitarios o la limitada movilidad pueden contribuir al aislamiento social en determinadas zonas rurales o periféricas.

2.5 Investigaciones en los últimos años

En los últimos años se aprecia un aumento significativo de estudios sobre la soledad no deseada en la población general y, específicamente, en personas mayores. Entre estos estudios destacan los de la Organización Mundial de la Salud (OMS), que afirma que las relaciones sociales de alta calidad son esenciales para la salud mental y física, así como para el bienestar de las personas mayores, incorporando de manera explícita la intervención política y jurídica de los problemas de la soledad no deseada y el aislamiento social para el Decenio de las Naciones Unidas para el Envejecimiento Saludable (2021-2030) (Gallardo-Peralta et al., 2023).

Una revisión sistemática que examinó los estudios sobre la soledad no deseada en las personas mayores en Europa (Gallardo-Peralta et al., 2023) encontró que los países que más estudios habían realizado eran Países Bajos y España, siendo la mayoría de las investigaciones cuantitativas y utilizando las escalas De Jong *Gierveld Loneliness Scale* (DJGLS) y *University of California at Los Angeles* (UCLA) Loneliness Scale (Gallardo-Peralta et al., 2023). Esta revisión identificó que las variables más analizadas en dichos estudios fueron: estado civil, estructura del hogar, redes de apoyo social, participación social, depresión, problemas de salud, comorbilidad y funcionalidad física (Gallardo-Peralta et al., 2023).

Con el recuerdo de la pandemia de COVID-19 aún presente, algunas investigaciones revelan que las medidas de cuarentena tuvieron un impacto directo en el aislamiento

Financiación

Realización

social por la reducción del contacto social (Ballesteros & Tizón, 2021; Einav y Margalit, 2023; Su et al., 2023). En consecuencia, distintos estudios constataron que la soledad no deseada de las personas mayores, intensificada por el aislamiento social derivado, se relacionada con un incremento de los niveles de depresión, ansiedad, preocupaciones sobre el coronavirus y su salud general (Vázquez Blanco et al., ; Einav y Margalit, 2023; Su et al., 2023). En 2023, se estimó que, a consecuencia de la pandemia, la prevalencia de la soledad no deseada en las personas mayores era del 28,6% y el aislamiento social del 31,2%, siendo valores muy superiores a los que reportan otros grupos de edad (Su et al., 2023). Pese a estos hallazgos, otros estudios sugieren que las personas mayores fueron más resilientes a la soledad no deseada durante la pandemia de COVID-19, que las personas más jóvenes (Einav y Margalit, 2023), sobre todo porque sus condiciones socioeconómicas son mejores que las de las personas más jóvenes en promedio.

En 2022, Dahlberg y sus colegas, en su revisión sistemática, observaron que los principales factores de riesgo para la soledad no deseada en personas mayores incluían: el estado civil (viudedad, separación o divorcio); la intensidad de las redes sociales (un bajo nivel de actividad social); el estado de salud auto percibida (mala salud autopercebida); o algunos trastornos mentales (depresión, bajo estado de ánimo o sintomatología depresiva) (Dahlberg et al., 2022). Investigaciones cualitativas han confirmado estos hallazgos añadiendo que las dificultades socioeconómicas, así como la brecha digital podrían exacerbar el sentimiento de soledad (Vélez et al., 2024). Existen distintas evidencias sobre en qué forma la exclusión digital de las personas mayores, que no pueden acceder a muchos servicios que ahora se ofrecen solo en línea, afecta negativamente a su salud mental y emocional (AEPD, 2024).

Asimismo, investigaciones longitudinales recientes han puesto de manifiesto la relación entre la soledad y el deterioro cognitivo en personas mayores. Un estudio realizado en quince países europeos identificó que la soledad se asocia con un mayor riesgo de pérdida de funciones cognitivas, incluso cuando se controlan otros factores como el aislamiento social o el estado de salud (Cachón-Alonso et al., 2023).

De manera similar, revisiones sistemáticas han evidenciado que la soledad puede actuar como un factor de riesgo independiente para el desarrollo de deterioro cognitivo, demencia y enfermedad de Alzheimer, ya que también puede aumentar el riesgo de depresión, ansiedad y otros trastornos mentales; para un peor funcionamiento social y un deterioro de calidad de vida en general (Boss et al., 2015; Luchetti et al., 2020; Cacioppo et al., 2006; Park et al., 2020; Freak-Poli et al., 2022).

En paralelo, distintos estudios han destacado el papel de la participación social, el capital social comunitario y el apoyo familiar como factores protectores frente a la soledad en la vejez (Vélez et al., 2024). La promoción de redes comunitarias, la participación en

Financiación

Realización

actividades sociales y el fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales se consideran elementos clave para reducir el riesgo de aislamiento social en las personas mayores.

Como bien indican los autores en este campo, considerando el volumen demográfico de esta población en cualquier país europeo, la soledad no deseada no es únicamente un problema individual o subjetivo, sino que tiene un impacto significativo en la salud mental de un gran grupo de la población, especialmente en lo que respecta a los trastornos neurodegenerativos.

En este contexto tienen mucha vigencia trabajos como los de Rial Vázquez y sus colegas (2024), quienes, en su revisión de los planes de salud dirigidos a las personas mayores, plantearon la necesidad de incluir medidas específicas sobre la fragilidad, dependencia y, particularmente, soledad no deseada (Rial-Vázquez et al., 2024). Adicionalmente, estos autores arguyen a la necesidad de incluir una dimensión geográfica lo más amplia posible en este sentido para comprender y atender todas las particularidades de la soledad no deseada en España (Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada, 2024). La dimensión geográfica cobra relevancia en nuestro país si consideramos tanto la prevalencia rural de la soledad como la despoblación y recortes en los servicios públicos que enfrentan estas regiones. Al tradicional desfavorable acceso a servicios y recursos de las zonas rurales con respecto a las zonas urbanas, aparece la despoblación como un elemento acelerador de estas diferencias y como potenciador de las realidades de soledad, al ser sobre todo las personas mayores quienes permanecen en estos entornos.

Estas investigaciones han reforzado la consideración de la soledad no deseada como un problema relevante para la salud pública y han impulsado el desarrollo de estrategias preventivas dirigidas a fomentar las redes de apoyo social y la participación comunitaria de las personas mayores.

2.6 Intervenciones contra la soledad no deseada en España

En España, las intervenciones frente a la soledad no deseada se han desarrollado principalmente a nivel municipal, autonómico y desde el tercer sector. Programas de acompañamiento social, iniciativas de envejecimiento activo, redes comunitarias o proyectos tecnológicos han contribuido a abordar este fenómeno desde diferentes perspectivas.

Más recientemente, el **Marco Estratégico Estatal de las Soledades 2026-2030** ha establecido un marco de referencia para el desarrollo de políticas públicas coordinadas en este ámbito. Este documento reconoce la soledad como un fenómeno complejo y multidimensional que requiere respuestas integrales basadas en la colaboración entre administraciones públicas, entidades sociales y comunidad.

Financiación

Realización

A continuación, se recogen algunas de ellas, a título de primera aproximación al tema, dado que el presente proyecto tiene por objetivo precisamente identificar y visibilizar iniciativas eficaces que afrontan la soledad no deseada en personas mayores.

2.7 Programas Municipales y Autonómicos

Ayuntamiento de Madrid

El Ayuntamiento de Madrid ha desarrollado una estrategia municipal contra la soledad no deseada estructurada en cuatro ejes: (1) el eje de envejecimiento activo, que optimiza las oportunidades de bienestar físico, social y mental; (2) el eje de prevención y sensibilización, centrado en potenciar las relaciones sociales y concienciar sobre la importancia de la ayuda mutua; (3) el eje de detección e intervención, con todos los programas y servicios enfocados en la identificación temprana; y (4) el eje de tecnología, que permite abordar la identificación de personas en riesgo con una aproximación innovadora (Ayuntamiento de Madrid, 2024). Entre las acciones específicas implementadas dentro de este programa se encuentran:

- Talleres grupales para combatir la soledad con una duración de una hora y media de periodicidad semanal durante ocho semanas, realizándose 60 talleres anuales;
- El programa de ejercicio al aire libre “Moverse es cuidarse”, destinado a favorecer el envejecimiento activo a través de la práctica de ejercicio físico; y
- Programas de acompañamiento a la integración social de las personas mayores que se sienten solas (Ayuntamiento de Madrid, 2024).

La estrategia de Madrid incluye teleasistencia y acompañamiento telefónico como método efectivo de bajo coste, así como intervenciones psicológicas para trabajar sobre pensamientos sociales desadaptativos, destacando la importancia de la detección desde Atención Social Primaria, los recursos domiciliarios (SAD, TAD, Comida a Domicilio), los centros comunitarios y otros recursos como la Mesa de Vulnerabilidad o los programas de atención a la vulnerabilidad de las personas mayores (Ayuntamiento de Madrid, 2019).

2.8 Programas de entidades del Tercer Sector

Cruz Roja Española

El Área de Personas Mayores, con Discapacidad y Cuidadoras de Cruz Roja atiende a cerca de 260.000 personas al año. Han creado nuevos proyectos de acompañamiento y reforzado las líneas de asistencia a raíz de la pandemia. Asimismo, han establecido hasta ocho líneas de acción que atienden problemas distintos desde combatir la soledad no deseada hasta erradicar el maltrato, complementándose con estrategias transversales

Financiación

Realización

como la cooperación, la perspectiva de género y la defensa de la comunidad (Cruz Roja, 2021).

La Fundación La Caixa junto con Cruz Roja Cataluña pusieron en marcha en el año 2013 el programa “Sempre Acompanyats” (Siempre acompañados), diseñado para responder a las situaciones de soledad no deseada. Este programa contiene intervenciones adaptadas a las diferentes situaciones y contextos, incluyendo intervenciones individuales, grupales, basadas en las TIC, o centradas en la mejora del capital social y la participación ciudadana (Fundación La Caixa, 2013).

Iniciativas Innovadoras con Tecnología

El programa “Proyectando vidas, uniendo almas” de la Fundación Personas para paliar la soledad no deseada y la distancia social está dirigido a personas mayores que viven en pueblos rurales de Castilla y León, pretende mitigar el sentimiento de soledad con actividades grupales telemáticas (Fundació iSocial, 2024).

Otras iniciativas como Vincles (Fundación iSocial) utilizan sistemas tecnológicos que permiten recopilar información territorial estandarizada para detectar situaciones de soledad de manera actualizada, inmediata y veraz, inspirándose en Auzosare, un programa innovador que combina tecnología, activación comunitaria e intervención socioeducativa para prevenir y mejorar la calidad de vida de las personas en situación frágil de soledad (Fundació iSocial, 2024).

El Grupo Saltó diseñó el Asistente Robótico Inteligente (ARI), que acompaña a personas mayores que viven en Barcelona, como ejemplo de robot que supone un complemento para la labor de los profesionales (Fundació iSocial, 2024).

Desde la inteligencia artificial hasta la realidad virtual, pasando por las redes sociales y aplicaciones de comunicación, diversas soluciones tecnológicas ya están transformando la manera en que las personas mayores interactúan con el mundo y con los demás, aunque es fundamental desarrollar herramientas más inclusivas, humanas y que proporcionen apoyo continuado (VIU, 2025).

Comunidades Compasivas

En 2003, Carrascosa Pujalte et al. desarrollaron y promocionaron el programa “Comunidades Compasivas: intervención comunitaria para la prevención del duelo complicado. Modelo implantado por Madrid Salud”, dando lugar a diferentes talleres compasivos en la ciudad de Madrid, creando espacios donde se facilita la expresión de sentimientos y emociones para promover el cuidado (Carrascosa Pujalte et al., 2003).

Financiación

Realización

2.9 Intervenciones Comunitarias

En otros lugares del contexto español, la respuesta a la soledad no deseada en personas mayores se ha caracterizado por la puesta en marcha de programas innovadores con una perspectiva comunitaria, integral y de trabajo en red, que incluyen talleres de envejecimiento activo, gimnasia, arte, música o teatro; grupos de apoyo mutuo y encuentros intergeneracionales; espacios comunitarios (centros de mayores, bibliotecas, huertos urbanos) diseñados como puntos de encuentro social; conjuntamente con acompañamiento individual que ofrecen apoyo emocional, práctico y social mediante visitas domiciliarias, llamadas telefónicas periódicas o programas de mentoría (Báguena et al., 2025).

País Vasco

En el País Vasco se han implementado iniciativas de registro de personas mayores en riesgo de soledad, sistemas de alerta para detectar diversas situaciones desfavorables. Igualmente se han desplegado proyectos de teleasistencia en la atención continuada, destacando la colaboración entre Hidralia y Cruz Roja para desarrollar sistemas de alerta ante cambios de rutina controlados por los niveles de consumo de agua de las personas mayores usando para ello los contadores inteligentes a distancia (Nagusi Intelligence Center, 2020).

2.10 Estrategias y políticas nacionales: El Marco Estratégico Nacional de Soledades

En los últimos años, el reconocimiento institucional de la soledad no deseada como problema social y de salud pública ha impulsado el desarrollo de iniciativas de carácter estratégico en diferentes países. En España, este proceso ha culminado con la elaboración del **Marco Estratégico Nacional de las Soledades 2026-2030**, promovido por el Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030.

Este marco estratégico constituye el primer impulsado por el Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO) en colaboración con comunidades autónomas, entidades locales, organizaciones del tercer sector y expertos académicos.

Este marco estratégico constituye el primer documento de referencia a nivel estatal destinado a orientar las políticas públicas frente a las soledades desde una perspectiva integral y a lo largo del ciclo vital, que reconoce que la soledad no deseada es un fenómeno complejo, multidimensional y transversal, que afecta a distintos grupos de población y que requiere respuestas coordinadas entre administraciones públicas, entidades sociales y comunidad y en ámbitos como los servicios sociales, la salud, el

Financiación

Realización

urbanismo, la participación comunitaria y la transformación digital.

El marco reconoce además que la soledad tiene implicaciones económicas y sociales relevantes, que pueden traducirse en mayores costes sanitarios, la reducción de la productividad y el deterioro del bienestar social. De acuerdo con las estimaciones citadas en el documento, la soledad se asocia con una reducción significativa de la calidad de vida y con un incremento de la utilización de los servicios sanitarios y sociales.

El documento propone además un cambio de enfoque en las políticas públicas, pasando de intervenciones centradas exclusivamente en la atención individual a estrategias orientadas a **transformar las condiciones sociales que producen o agravan las situaciones de soledad**. Desde esta perspectiva, el marco enfatiza la importancia de fortalecer los vínculos sociales, promover la participación comunitaria y desarrollar entornos inclusivos que faciliten la conexión social.

Entre los principios que orientan el Marco Estratégico destacan:

- la consideración de la soledad como un fenómeno social que requiere respuestas colectivas;
- la necesidad de incorporar la perspectiva de los vínculos y las relaciones sociales en el diseño de las políticas públicas;
- el reconocimiento de la diversidad de experiencias de soledad a lo largo del ciclo vital;
- la promoción de la participación comunitaria y el fortalecimiento del tejido social;
- y la coordinación entre administraciones públicas, entidades sociales y ciudadanía.

Además, el documento subraya que la soledad se produce a partir de **procesos sociales complejos**, en los que intervienen factores estructurales como el envejecimiento de la población, la transformación de las estructuras familiares, los cambios en el mercado laboral, las desigualdades socioeconómicas o la accesibilidad a los servicios y recursos comunitarios.

En este sentido, el marco identifica distintos ámbitos que influyen en la producción de la soledad, entre los que se incluyen:

- las condiciones socioeconómicas y laborales;
- las transformaciones en las redes familiares y comunitarias;
- las desigualdades territoriales entre entornos urbanos y rurales;
- la accesibilidad a servicios, transporte y espacios de participación social;

Financiación

Realización

- y las brechas digitales que limitan la interacción social en contextos cada vez más digitalizados.

El Marco Estratégico también subraya el papel fundamental del tejido comunitario y del tercer sector como actores clave en la prevención y abordaje de las soledades. En este sentido, reconoce la importancia de las redes de apoyo comunitario, el voluntariado, las iniciativas de participación social y las experiencias de innovación social desarrolladas en distintos territorios.

Además, el documento subraya la necesidad de adoptar una perspectiva territorial que tenga en cuenta las diferencias entre contextos urbanos y rurales, así como las desigualdades sociales que pueden incrementar el riesgo de aislamiento.

Por último, el documento plantea la necesidad de reforzar la coordinación entre administraciones públicas y mejorar los sistemas de conocimiento y evaluación sobre la soledad, con el fin de diseñar políticas basadas en evidencia y garantizar la eficacia de las intervenciones.

La incorporación del Marco Estratégico Estatal de las Soledades supone, por tanto, un avance significativo en la institucionalización de la respuesta pública frente a la soledad no deseada en España, proporcionando un marco de referencia para el desarrollo de estrategias, programas e intervenciones en los distintos niveles de gobierno.

2.11 Principales recomendaciones derivadas de las intervenciones

Rial-Vázquez et al. (2024) revisaron sistemáticamente 16 planes de salud de 10 comunidades autónomas españolas entre 2010 y 2023. De ellos, doce incorporaban medidas de intervención en fragilidad, catorce en dependencia y solo ocho en soledad no deseada (Rial-Vázquez et al., 2024). Las comunidades autónomas con objetivos en los tres ámbitos (fragilidad, dependencia y soledad) fueron Aragón, Castilla-La Mancha, Cataluña, Extremadura, País Vasco, el Principado de Asturias, Comunidad Foral de Navarra y la Comunitat Valenciana (Rial-Vázquez et al., 2024).

2.12 Principales líneas de acción sobre la soledad no deseada

1. Detección y Valoración

Las intervenciones deben incluir la detección precoz de las personas mayores que se encuentran en situación de soledad no deseada, registrándolas, conociendo su entorno vital y sus preferencias para intervenir de la manera más adecuada. En esta línea se recomiendan dos enfoques: (1) iniciativas encauzadas a registrar y censar personas en riesgo y (2) sistemas de alerta temprana para detectar diversas situaciones desfavorables (Nagusi Intelligence Center, 2020).

Financiación

Realización

2. Prevención y sensibilización

La prevención de la fragilidad, la dependencia (preservar la autonomía) y la soledad no deseada, el fomento del buen trato y la no discriminación por la edad o el género son líneas básicas del Programa de Promoción de la Salud de las Personas Mayores (Comunidad Madrid, 2022).

Las recomendaciones incluyen estimular la participación de las personas mayores en proyectos intergeneracionales, potenciar la atención de proximidad, apoyo a los cuidadores directos y evaluación sistemática del riesgo social, mejorar los recursos sociosanitarios para apoyar a las familias e impulsar redes de detección y apoyo vecinal para evitar el aislamiento (Plan de Salud de Aragón, 2030).

3. Intervención Multidimensional

El programa regional debe abordar el problema de la soledad mediante la construcción de una red de instituciones, entidades y profesionales con enfoque de intervención con elementos consensuados, comunes y coordinados, priorizando un modelo basado en las relaciones de igual a igual entre los diferentes agentes, siendo de especial relevancia la participación de las personas mayores en todo este proceso (Comunidad de Madrid, 2023).

4. Envejecimiento Activo y Saludable

Las medidas incluyen programas de envejecimiento saludable y autonomía personal, establecer redes de apoyo comunitarias para su atención, programas de entrenamiento físico en coordinación con los ayuntamientos para prevenir la fragilidad, las caídas y el deterioro cognitivo, y potenciar el aprendizaje sobre habilidades sociales y cultura emocional (Plan de Salud de Aragón, 2030).

5. Atención Integral en el Domicilio

Entre las medidas sobre dependencia extraídas de los planes se encuentra el desarrollo de sistemas de atención integrada en el domicilio, la mejora de los procesos de valoración de dependencia y la historia clínica social y sanitaria compartida con las residencias (Rial-Vázquez et al., 2024).

6. Objetivos Específicos: Caso de Andalucía

El I Plan Estratégico Integral para Personas Mayores en Andalucía 2020-2023 estableció como objetivo reducir el número de personas mayores que sufren soledad no deseada, ofreciendo servicios de teleasistencia, ayuda a domicilio, centro de día y noche, atención residencial, promoción de la autonomía personal y Encuentros de Personas Mayores; además de formar al personal de las entidades bancarias con presencia en Andalucía

Financiación

Realización

para que colaboren en la detección de posibles casos de soledad no deseada (Junta de Andalucía, 2020-2023).

7. Coordinación Interdepartamental

Las recomendaciones incluyen crear una comisión interdepartamental de coordinación de recursos sociales y sanitarios, mejorar la imagen de este colectivo y el proceso de envejecimiento, y contribuyan a reducir desigualdades en salud según edad, género, clase social, etnia y territorio (Plan de Salud de Aragón, 2030).

2.13 Limitaciones Identificadas

En España, durante años las iniciativas para abordar la soledad no deseada se desarrollaron principalmente a nivel autonómico y local, mediante programas municipales, planes autonómicos de envejecimiento activo o iniciativas impulsadas por entidades del tercer sector. Sin embargo, recientemente se ha producido un avance significativo con el desarrollo del **Marco Estratégico Nacional de Soledades**, impulsado por el IMSERSO, que pretende articular una respuesta coordinada a nivel estatal (Martínez Agorreta, 2025).

A pesar de estos avances, diversos autores señalan que todavía existen desafíos importantes en la implementación de políticas integrales contra la soledad, especialmente en lo que respecta a la evaluación sistemática de los programas, la coordinación interinstitucional y la incorporación de evidencias científicas en el diseño de intervenciones (Rial-Vázquez et al., 2024).

Financiación



Realización



2.14 Glosario sobre soledad no deseada en personas mayores

A

Acompañamiento telefónico: Método de intervención de bajo coste que consiste en establecer contacto regular con personas mayores mediante llamadas telefónicas para reducir el sentimiento de soledad y mantener vínculos sociales.

Aislamiento social: Falta sustancial de contactos sociales que puede medirse de manera objetiva. Es el hecho objetivo de contar con mínimo contacto con otras personas. Se diferencia de la soledad en que esta última es una experiencia subjetiva (Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada, s.f.).

Aislamiento Social Objetivo (OSI, siglas en inglés): Se refiere a la falta de relaciones significativas con otras personas, medible mediante indicadores objetivos como el número de contactos sociales o la frecuencia de interacción (De Jong Gierveld et al., 2016).

Alfabetización digital: Conjunto de competencias y habilidades necesarias para utilizar las tecnologías de la información y comunicación, especialmente relevante para reducir la brecha digital en personas mayores.

Apoyo social: Espacio de intercambio de apoyo emocional, tareas instrumentales y apoyo informacional que contribuye a disminuir las situaciones de soledad no deseada.

Atención Social Primaria (ASP): Primer nivel de intervención de los servicios sociales donde se realiza la detección de situaciones de soledad no deseada.

Auzosare: Programa innovador que combina tecnología, activación comunitaria e intervención socioeducativa para prevenir y mejorar la calidad de vida de las personas en situación frágil de soledad.

B

Brecha digital: Desigualdad en el acceso, uso y conocimiento de las tecnologías de la información y comunicación. En personas mayores, constituye un factor agravante de la soledad no deseada, ya que la exclusión digital aumenta la soledad y marginación (AEPD, 2024).

C

Capital social: Conjunto de recursos disponibles a través de las redes sociales de una persona, fundamentales para la integración en redes y el sentido de pertenencia comunitaria.

Financiación

Realización

Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores: Proyectos promovidos por la OMS que incluyen talleres, acompañamiento, actividades intergeneracionales y transformación del entorno físico para prevenir la soledad.

Ciudades y Comunidades Compasivas (CCC): Movimiento de intervención comunitaria orientado a crear espacios donde se facilita la expresión de sentimientos y emociones para promover el cuidado, especialmente al final de la vida (Carrascosa et al., 2003).

Comorbilidad: Presencia simultánea de dos o más enfermedades o trastornos en una persona. Variable frecuentemente analizada en estudios sobre soledad en personas mayores.

Crisis de adaptación: También denominada soledad existencial, es uno de los constructos evaluados en la escala ESTE para medir la soledad en personas mayores.

D

De Jong Gierveld Loneliness Scale (DJGLS, siglas en inglés): Una de las escalas más utilizadas en Europa para medir la soledad en personas mayores, que permite evaluar tanto la soledad emocional como la social.

Dependencia: Situación en la que una persona necesita ayuda para realizar las actividades básicas de la vida diaria. Frecuentemente abordada junto con la fragilidad y la soledad en los planes de salud autonómicos.

Deterioro cognitivo: Disminución de las capacidades mentales como la memoria, atención o razonamiento. La soledad persistente es un factor de riesgo independiente de deterioro cognitivo, demencia o enfermedad de Alzheimer (Luchetti et al., 2020).

Discrepancia cognitiva: Según el Modelo de Discrepancia Cognitiva de Gierveld, la soledad se manifiesta cuando surge una disconformidad entre las relaciones que se tienen y las que se desearían tener, tanto en términos de cantidad como de calidad (Gierveld, 1998).

E

Envejecimiento activo: Según la OMS, proceso de optimización de las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida, para ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en las personas mayores.

Envejecimiento saludable: Proceso de fomentar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez, priorizando la autonomía y la participación social.

Escala ESTE: Escala validada en población española para medir el sentimiento de soledad en personas mayores, que evalúa cuatro constructos: soledad familiar, soledad conyugal,

Financiación

Realización

soledad social y crisis de adaptación o soledad existencial (Cerquera Córdoba et al., 2013).

Estrategias de afrontamiento: Conjunto de recursos cognitivos, emocionales y conductuales que las personas utilizan para manejar situaciones de soledad. La participación social, el apoyo familiar y la resiliencia mitigan de forma significativa la soledad (Vélez et al., 2024).

F

Factores de riesgo: Incluyen no estar casado ni viviendo en pareja o la pérdida de la pareja; una red social limitada; un bajo nivel de actividad social; una mala salud autopercebida; presencia de depresión o estado de ánimo deprimido; dificultades socioeconómicas y un aumento de la sintomatología depresiva (Dahlberg et al., 2022).

Factores protectores: Elementos que reducen la probabilidad de experimentar soledad no deseada, como mantener redes sociales activas, participación comunitaria, buena salud física y mental, y apoyo familiar.

Fragilidad: Deterioro progresivo de la funcionalidad del cuerpo humano debido a la edad que hace a las personas más vulnerables a las enfermedades y problemas de salud. Frecuentemente abordada junto con la soledad en los planes de salud.

G

Grupos de apoyo mutuo: Espacios donde personas mayores comparten experiencias y se brindan apoyo emocional recíproco, constituyendo una estrategia efectiva contra la soledad.

H

Habilidades sociales: Capacidades para manifestar sentimientos y opiniones, establecer y mantener relaciones interpersonales. Su carencia está correlacionada con mayores niveles de soledad.

Hortoterapia: Intervención terapéutica que utiliza actividades relacionadas con plantas y jardinería para mejorar el bienestar físico, mental y social, implementada en residencias de mayores para combatir la soledad.

I

IMSERSO: Instituto de Mayores y Servicios Sociales, organismo español que está liderando la creación de una estrategia nacional contra la soledad no deseada.

Financiación

Realización

Inteligencia Artificial (IA): Tecnología utilizada en algunos programas innovadores para detectar y abordar situaciones de soledad, como en algoritmos de detección de riesgo o asistentes robóticos.

Intervención comunitaria: Actuaciones llevadas a cabo en el ámbito local que implican la participación de diversos actores sociales (administraciones, entidades, ciudadanía) para prevenir y abordar la soledad.

Intervención grupal: Programas que incluyen a múltiples personas en actividades compartidas. Son más eficaces que las intervenciones individuales para reducir la soledad, especialmente cuando incluyen componentes educativos y de apoyo.

Intervención psicológica: Técnicas dirigidas a trabajar sobre pensamientos sociales desadaptativos relacionados con la soledad, modificando patrones cognitivos negativos.

L

Loneliness: Término en inglés para referirse a la soledad no deseada, entendida como una experiencia subjetiva negativa de carencia en las relaciones sociales.

M

Maltrato: Situación de violencia o negligencia hacia personas mayores, que puede estar relacionada con situaciones de soledad y aislamiento social.

Modelo de Atención Centrado en la Persona (ACP): Enfoque de atención que sitúa a la persona mayor como protagonista de su proceso de cuidado, respetando su autonomía, preferencias y dignidad.

N

Necesidad de intimidad: Según Sullivan, la soledad es la experiencia extremadamente desagradable y motriz conectada con la descarga inadecuada de la necesidad de intimidad humana, de intimidad interpersonal (Sullivan, 1953, p. 290).

O

Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada (SoledadES): Iniciativa de la Fundación ONCE para informar y movilizar a la sociedad civil en torno a la problemática de la soledad, proporcionando datos, estudios y recomendaciones.

P

Pandemia COVID-19: Las medidas de cuarentena junto con el aislamiento redujeron el contacto social y aumentaron la soledad de las personas mayores, también la ansiedad generalizada y la depresión mayor (Vázquez Blanco et al.).

Financiación

Realización

Participación social: Implicación en actividades formales e informales que vinculan a la persona con su comunidad. Variable clave para prevenir la soledad no deseada.

Percepción subjetiva: Característica fundamental de la soledad, que se refiere a cómo la persona valora y experimenta sus relaciones sociales, independientemente de indicadores objetivos.

Prevalencia: Proporción de individuos de una población que presentan una característica o condición determinada (en este caso, soledad no deseada) en un momento específico o durante un período de tiempo establecido. La prevalencia de soledad entre las personas mayores varía en Europa entre el 10% en Dinamarca y el 33,4% en Italia, con España situándose en torno al 21,4% (Arsenijevic & Groot, 2016).

Programa "Sempre Acompanyats": Programa diseñado por la Fundación La Caixa y Cruz Roja Cataluña en 2013 para responder a las situaciones de soledad no deseada abordándolas desde su complejidad.

R

Red de Atención a Mayores en Soledad: Programa regional de la Comunidad de Madrid que cuenta con la colaboración de 198 entidades para abordar el problema de la soledad mediante fórmulas de intervención consensuadas, comunes y coordinadas (Comunidad de Madrid, 2023).

Red de relaciones sociales: Conjunto de vínculos interpersonales de una persona. Según Peplau y Perlman, la soledad es una experiencia desagradable que ocurre cuando esta red es deficiente en su cantidad y calidad (Perlman & Peplau, 1981).

Redes de apoyo social: Conjunto de personas y recursos que proporcionan ayuda emocional, instrumental e informacional, constituyendo un factor protector fundamental contra la soledad.

Resiliencia: Capacidad de las personas para adaptarse positivamente a situaciones adversas. Constituye un factor protector frente a la soledad no deseada.

Robótica social: Aplicación de robots diseñados para interactuar con personas, como el Asistente Robótico Inteligente (ARI) del Grupo Saltó, que acompaña a personas mayores (Fundació iSocial, 2024).

S

Salud mental: Concepto que involucra el equilibrio emocional, conductual, cognoscitivo, el bienestar subjetivo, la capacidad de afrontar adecuadamente el estrés, la autonomía, la autorrealización de las capacidades intelectuales y la capacidad de convivir armoniosamente con los semejantes (Montero & López, 2020).

Financiación

Realización

Sensibilización social: Estrategias y políticas que contribuyen a un mayor conocimiento de la problemática de la soledad no deseada por parte de la ciudadanía.

SHARE (*Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe*, siglas en inglés): Encuesta de Salud, Envejecimiento y Jubilación en Europa, fuente importante de datos sobre soledad en personas mayores europeas.

Síndrome de la soledad: Estado psicológico que sucede a consecuencia de pérdidas en el sistema de soporte individual, disminución de la participación de las actividades dentro de la sociedad a la que pertenece y sensación de fracaso en su vida (Álvarez-Aguirre, 2009).

Sistema de alerta: Herramientas tecnológicas o protocolos diseñados para detectar situaciones de riesgo o cambios en las rutinas de personas mayores que puedan indicar soledad o necesidad de apoyo.

Sobreenvejecimiento: Incremento progresivo de la población de edad más avanzada (generalmente mayores de 80 años) dentro del grupo de personas mayores, fenómeno relevante para comprender la evolución de la soledad.

Soledad: Fenómeno psicológico multidimensional, esencialmente subjetivo y potencialmente estresante producto de deficiencias afectivas, sociales y/o físicas, reales o percibidas (Montero & López, 2020).

Soledad conyugal: Una de las dimensiones de la soledad evaluada en la escala ESTE, referida al sentimiento de vacío tras la pérdida o ausencia de la pareja.

Soledad crónica: Soledad permanente que no se supera fácilmente y que tiene consecuencias devastadoras para la salud física y mental (Donovan y Blazer, 2020).

Soledad de aislamiento emocional: Según Weiss, ocurre ante la ausencia de un apego emocional cercano y solamente puede remediarse por la incorporación de otro apego emocional o por la reintegración del que se había perdido (Weiss, 1973).

Soledad de aislamiento social: Según Weiss, está vinculada con la ausencia de una red social y sólo puede remediarse por el acceso a dicha red (Weiss, 1973).

Soledad emocional: Se refiere a los sentimientos por pérdida de un ser querido con el que la persona compartía, ausencia de los valores o costumbres familiares que el adulto mayor formó durante su juventud. Este tipo de soledad se relaciona con la presencia de sintomatología depresiva, estrés, pesimismo, ansiedad y baja autoestima (Chaparro Díaz et al., 2019).

Soledad existencial: Hace alusión a la experiencia íntima y personal de cada persona, es una parte ineludible de la vida humana en la que esta emoción se mezcla con la duda existencial.

Soledad familiar: Dimensión de la soledad evaluada en la escala ESTE que se refiere a la carencia de relaciones satisfactorias con miembros de la familia.

Soledad física: Es la situación que se presenta cuando hay ruptura física con otros. Es uno de los tres factores que componen el constructo de soledad junto con la soledad emocional y la soledad intencional (Coca Barbado y Gómez González, 2015).

Soledad intencional: Factor del constructo de soledad relacionado con la elección voluntaria de estar solo, diferenciándose de la soledad no deseada.

Soledad involuntaria: Situación de soledad que no supone una elección del individuo, sino que obedece a imposiciones o circunstancias no deseadas.

Soledad negativa: Es el resultado de carencias afectivas, sociales y/o físicas, y tiene un impacto sobre la salud del individuo (Montero & López, 2020).

Soledad no deseada: Sentimiento subjetivo de no tener la cantidad/calidad deseada de relaciones sociales o, de forma más concreta, "la experiencia personal negativa en la que un individuo tiene la necesidad de comunicarse con otros y percibe carencias en sus relaciones sociales, bien sea porque tiene menos relación de la que le gustaría o porque las relaciones que tiene no le ofrecen el apoyo emocional que desea" (Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada, s.f.).

Soledad objetiva: Hace referencia a la falta de compañía y no siempre implica una vivencia desagradable, ya que puede ser una experiencia buscada y enriquecedora (Rodríguez, 2009).

Soledad pasajera: Tipo de soledad transitoria que se experimenta de manera temporal y puede superarse más fácilmente que la soledad crónica (Donovan y Blazer, 2020).

Soledad positiva: También llamada "solitud", se refiere a los periodos de soledad buscados conscientemente que permiten el crecimiento personal, la reflexión y el autoconocimiento.

Soledad social: Es la característica que más se reporta en la literatura, y está relacionada con un estado en el que el adulto mayor carece de un sentido de pertenencia social, carece de compromisos con otras personas, aparece una disminución en sus contactos con grupos sociales y las relaciones establecidas son deficientes e insatisfactorias (Chaparro Díaz et al., 2019).

Soledad subjetiva: Es padecida por las personas que se sienten solas. Es un sentimiento doloroso y temido que nunca es una situación buscada (Rodríguez, 2009).

Soledad voluntaria: Situación en la que la persona elige apartarse, temporal o definitivamente, de la compañía de otras personas por múltiples causas, siendo una experiencia gratificante y enriquecedora.

Solitud: Término utilizado para referirse a la soledad positiva, aquella buscada conscientemente que permite la autorrealización y el desarrollo personal.

T

Talleres de envejecimiento activo: Actividades grupales que incluyen gimnasia, arte, música, teatro u otras disciplinas orientadas a promover el envejecimiento saludable y prevenir la soledad.

Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC): Herramientas digitales que favorecen la comunicación con familiares y núcleos sociales, generan mayor independencia y autonomía, fomentan las relaciones intergeneracionales y facilitan el acceso a información y educación (INAPAM, 2020).

Teleasistencia: Servicio de acompañamiento telefónico, método efectivo de bajo coste para prevenir y atender situaciones de soledad no deseada (Ayuntamiento de Madrid, 2019).

Terapia asistida con animales: Intervención terapéutica que utiliza la interacción con animales para mejorar el bienestar emocional y reducir la soledad en personas mayores.

U

UCLA Loneliness Scale: Una de las escalas más utilizadas para la medición del sentimiento de soledad como estructura unidimensional, compuesta por 2 factores: "intimidad con otros" y "sociabilidad", con 20 ítems tipo likert en su versión 3 (Russell, 1996).

V

Videoconferencia: Herramienta tecnológica utilizada para mantener contacto visual y verbal a distancia, especialmente relevante para personas mayores con movilidad reducida o que viven lejos de sus seres queridos.

Vincles: Iniciativa de la Fundación iSocial que utiliza sistemas tecnológicos para recopilar información territorial estandarizada y detectar situaciones de soledad de manera actualizada, inmediata y veraz (Fundació iSocial, 2024).

Viudedad: Principal desencadenante del sentimiento de soledad en las edades avanzadas, cuando el anciano se encuentra sin la compañía y la afectividad que tenía con su pareja (Rodríguez, 2009).

Voluntariado intergeneracional: Programas que conectan a personas de diferentes generaciones para realizar actividades conjuntas, beneficiando especialmente a las personas mayores al aumentar sus redes sociales y hacerles sentir útiles.

2.15 Siglas y Acrónimos

ACP: Atención Centrada en la Persona

AEPD: Agencia Española de Protección de Datos

ARI: Asistente Robótico Inteligente

ASP: Atención Social Primaria

CC.AA.: Comunidades Autónomas

CCC: Ciudades y Comunidades Compasivas

DJGLS: De Jong Gierveld Loneliness Scale

IMSERSO: Instituto de Mayores y Servicios Sociales

INE: Instituto Nacional de Estadística

OMS: Organización Mundial de la Salud

OSI: Objetivo Social Isolation (Aislamiento Social Objetivo)

PSI: Perceived Social Isolation (Aislamiento Social Percibido)

SAD: Servicio de Ayuda a Domicilio

SHARE: Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe

SND: Soledad No Deseada

TAD: Teleasistencia a Domicilio

TIC: Tecnologías de la Información y Comunicación

UCLA: University of California at Los Angeles

Financiación

Realización



3

INICIATIVAS EFICACES EN EL
ABORDAJE DE LA SOLEDAD NO
DESEADA DE PERSONAS
MAYORES: MAPinSOL



3. INICIATIVAS EFICACES EN EL ABORDAJE DE LA SOLEDAD NO DESEADA DE PERSONAS MAYORES: MAPinSOL

Ante el creciente impacto de la soledad no deseada en las personas mayores, el análisis de fuentes académicas e institucionales relevantes pone de relieve la importancia de impulsar intervenciones integrales y adaptadas a las necesidades específicas de las personas de 60 años o más. En distintos territorios ya se han puesto en marcha **iniciativas que han demostrado ser eficaces para prevenir o reducir la soledad no deseada**. Sin embargo, muchas de estas experiencias permanecen **dispersas y poco sistematizadas**.

La **identificación, análisis** y recopilación de estas prácticas permite no solo visibilizarlas, sino comprender los factores que contribuyen a su éxito y facilitar su replicabilidad y adaptación a otros contextos.

En este escenario, el proyecto MAPinSOL, se propone avanzar en el conocimiento y la difusión de iniciativas eficaces frente a la soledad no deseada en personas mayores mediante la creación de un **mapa o biblioteca digital** de iniciativas. Este recurso se concibe como una herramienta de referencia destinada a reunir, sistematizar y compartir experiencias que han demostrado ser eficaces, favoreciendo su visibilización, el aprendizaje colectivo y la adopción de estrategias exitosas en distintos territorios del país.

Esta biblioteca digital se plantea como una herramienta accesible, comprensible y útil para entidades públicas, privadas y organizaciones de la sociedad civil.



Financiación

Realización

Para la construcción de esta herramienta, el proyecto ha desarrollado una **investigación orientada a identificar, analizar y documentar experiencias eficaces**, adoptando un enfoque innovador que no se limita a estudiar los factores de riesgo asociados a la soledad, sino que pone el foco en los elementos que favorecen el bienestar relacional y la conexión social.

A partir del **análisis de experiencias locales y buenas prácticas desarrolladas en España**, el proyecto ha buscado **identificar aprendizajes transferibles** que contribuyan a fortalecer las redes de apoyo, promover la participación comunitaria, favorecer el empoderamiento de las personas mayores y fomentar el uso significativo del tiempo propio.

El proyecto, finalmente, contempla la **difusión del Mapa Digital de Iniciativas frente a la Soledad no Deseada y el conocimiento generado** en el marco de **MAPinSOL** mediante distintos canales de comunicación como portales web, redes sociales, boletines informativos y seminarios en línea. El objetivo último de esta estrategia es **garantizar que la información sea accesible, comprensible y utilizable por administraciones públicas, organizaciones sociales y otros actores implicados en la mejora del bienestar de las personas mayores**.



El presente capítulo **se estructura en dos apartados**.

En la primera parte se describe el **proceso metodológico** seguido para identificar, analizar y documentar las prácticas incluidas en el mapa digital, seguido de una **breve presentación de cada una de ellas**.

La segunda parte, recoge el **resultado del análisis transversal** de estas iniciativas enfocado en identificar los **factores que contribuyen a su eficacia y los aprendizajes que pueden facilitar su replicabilidad**.

3.1 Mapa Digital de Iniciativas Eficaces para el abordaje de la soledad no deseada en personas mayores

3.2.1 Metodología de selección de Buenas Prácticas

El Banco de Buenas Prácticas (BBPP) de MAPINSOL constituye un eje estratégico y estructural dentro de la plataforma digital impulsada por la *Fundación Padrinos de la Vejez*. Su finalidad es identificar, analiza, evalúa y documenta actuaciones eficaces que abordan la soledad no deseada en personas mayores promoviendo su difusión de manera fácil y accesible.



La iniciativa se concibe como una plataforma digital completa, accesible y organizada, creada para reunir en un solo espacio virtual información científica actualizada, materiales normativos y jurídicos, soluciones tecnológicas orientadas a dar apoyo, propuestas formativas especializadas, redes de colaboración entre sectores y un área dedicada al apoyo e intercambio entre personas cuidadoras. Este planteamiento integral busca fortalecer un nuevo ecosistema de conocimiento,

acompañamiento y ayuda mutua en torno a la soledad no deseada, con un énfasis particular en los entornos rurales y en territorios donde la disponibilidad de recursos es limitada y las desigualdades en el acceso a servicios y apoyos se hacen más evidentes.

En este escenario, el Banco de Buenas Prácticas se presenta como un repositorio organizado, sistemático y evaluado técnicamente que reúne experiencias exitosas vinculadas a la soledad no deseada. Cada iniciativa incluida es previamente estudiada, documentada y contrastada siguiendo criterios de calidad, impacto, posibilidad de réplica y sostenibilidad, con el fin de facilitar su adaptación y aplicación en distintos territorios y entidades. Las prácticas que forman parte de este banco se ajustan a principios clave como la equidad territorial, la innovación social y la eficiencia en el uso de recursos, entre otros.

"Según el estudio *El coste de la soledad no deseada en España* (2023), la soledad afecta negativamente la salud física y mental, reduciendo la calidad de vida y

Financiación

Realización

umentando la prevalencia de trastornos como la depresión, la ansiedad crónica y las enfermedades cardiovasculares, siendo catalogada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una amenaza urgente para la salud pública."

Este desafío requiere de intervenciones integrales y adaptadas a las necesidades concretas de las personas de 60 y más años. Algunas acciones ya están puestas en marcha con eficacia demostrada, y tenerlas recopiladas identificando los factores que contribuyen a su éxito, permite replicarlas o adaptarlas a otros contextos y así avanzar más rápido y aprender a evitar esta soledad.

El presente capítulo tiene por objetivo describir en detalle la metodología oficial para la creación, gestión, evaluación y actualización continua del Banco de Buenas Prácticas de MAPINSOL. En él se definen los criterios técnicos, los procedimientos operativos y los mecanismos de revisión necesarios para asegurar la calidad, coherencia y sostenibilidad del repositorio. Esta metodología incorpora y adapta estándares reconocidos en modelos de referencia nacionales e internacionales, ajustándolos a las necesidades específicas del proyecto, a su naturaleza digital y a su orientación innovadora. Con ello se garantiza la pertinencia, escalabilidad y adecuada respuesta del Banco de Buenas Prácticas ante los desafíos actuales vinculados a la soledad no deseada.

3.2.2 Objetivos del Banco de Buenas Prácticas

Objetivo general

Identificar, analizar, sistematizar y difundir experiencias de éxito que previenen la Soledad No deseada, que contribuyan a mejorar la calidad de vida de las personas mayores, fortaleciendo un ecosistema nacional de conocimiento accesible y basado en evidencia.

Objetivos específicos

- Identificar, recopilar y evaluar prácticas innovadoras, efectivas y transferibles que contribuyan a prevenir, reducir o abordar la soledad no deseada en personas mayores, garantizando su validez técnica y aplicabilidad en diversos contextos.
- Dar visibilidad y reconocimiento a iniciativas con impacto demostrado en la lucha contra la soledad no deseada, tanto en entornos urbanos como en áreas rurales, atendiendo a las particularidades y desigualdades territoriales.
- Impulsar la replicabilidad de metodologías, modelos organizativos, herramientas tecnológicas y estrategias comunitarias que hayan demostrado mejorar el acompañamiento social, el vínculo comunitario y la participación activa de las personas mayores.
- Promover enfoques basados en Atención Centrada en la Persona (ACP) y en la integralidad, alineados con los principios presentes en la normativa vigente y la Financiación

Realización

evidencia internacional sobre soledad no deseada, bienestar y envejecimiento activo.

- Consolidar un espacio digital integrado, abierto, accesible y multidisciplinar dentro de la plataforma MAPINSOL, que facilite la consulta, intercambio y uso de conocimiento especializado sobre intervenciones frente a la soledad no deseada.
- Favorecer la articulación de redes colaborativas entre entidades sociales, profesionales, cuidadores, administraciones públicas y otros actores clave, para fortalecer un ecosistema común de aprendizaje y acción contra la soledad no deseada.
- Respalda la toma de decisiones basada en evidencia, proporcionando información estructurada, actualizada y relevante que fomente programas y actuaciones comunitarias e institucionales dirigidas a prevenir la soledad no deseada en las personas mayores.

3.2.3 Alcance del Banco de Buenas Prácticas

El Banco de Buenas Prácticas tendrá un alcance de carácter estatal y reunirá intervenciones desarrolladas en todo el territorio español que contribuyan a la prevención, reducción o abordaje de la soledad no deseada en personas mayores. Asimismo, cuando sea pertinente y aporte valor estratégico, se incluirán experiencias internacionales reconocidas por su excelencia técnica, su capacidad innovadora o su impacto demostrado en la lucha contra la soledad no deseada. Esta apertura permitirá incorporar enfoques comparados, facilitar el aprendizaje transnacional y enriquecer el ecosistema mediante la transferencia de conocimientos validados en distintos marcos normativos, culturales y organizativos.

Las experiencias seleccionadas deben cumplir criterios objetivos relacionados con su impacto social, sostenibilidad en el tiempo, escalabilidad operativa y adaptabilidad a diversas realidades territoriales, con especial atención a zonas con menor disponibilidad de recursos o mayores desafíos demográficos, como ocurre en muchos entornos rurales. El propósito no es solo visibilizar estrategias eficaces frente a la soledad no deseada, sino convertirlas en referencias prácticas que orienten la toma de decisiones, la planificación estratégica y la mejora continua de los servicios públicos y privados. Esto permitirá apoyar el trabajo de profesionales, entidades gestoras, administraciones públicas, organizaciones del tercer sector que intervienen en ámbitos relacionados con la soledad no deseada.

Las iniciativas susceptibles de incorporarse al Banco podrán proceder, entre otros ámbitos, de:

- Entidades públicas de ámbito estatal, autonómico o local.

Financiación

Realización

- Organizaciones privadas vinculadas al sector social o a la innovación aplicada en ámbitos del sector.
- Entidades del tercer sector y organizaciones sin ánimo de lucro con trayectoria acreditada en intervención social y comunitaria.
- Proyectos comunitarios o municipales orientados a los cuidados de larga duración, la promoción de la autonomía personal y el envejecimiento activo como vía de prevención de la soledad no deseada.
- Ecosistemas tecnológicos, startups y empresas de base tecnológica que desarrollen soluciones digitales aplicadas a la soledad no deseada.
- Proyectos impulsados en el entorno rural, especialmente aquellos desarrollados en colaboración con otras iniciativas orientadas a la cohesión territorial y la lucha contra la despoblación y la Soledad no deseada.

El Banco de Buenas Prácticas pondrá énfasis en la documentación rigurosa de modelos de intervención consolidados, metodologías de trabajo sistematizadas y actuaciones que hayan demostrado resultados verificables en la prevención o reducción de la soledad no deseada. Cada iniciativa incorporada deberá incluir una descripción completa de su contexto de aplicación, sus objetivos, la población a la que se dirige, los recursos utilizados, los resultados alcanzados y las principales lecciones aprendidas, facilitando así su análisis comparativo y su posible adaptación a otros territorios o realidades sociales.

Asimismo, el repositorio se concibe como una herramienta dinámica orientada al aprendizaje colectivo y a la mejora continua, sustentada en la colaboración y en el uso de evidencias. La inclusión de nuevas prácticas estará sujeta a un proceso de revisión técnica que garantice su alineación con los principios fundamentales del proyecto, especialmente aquellos relacionados con la dignidad, la autonomía personal, la equidad territorial y el enfoque de Atención Integral Centrada en la Persona, claves en las intervenciones frente a la soledad no deseada.

Quedarán excluidas del Banco aquellas iniciativas que no dispongan de una documentación mínima que avale su implementación, experiencias preliminares sin resultados evaluables o propuestas que no superen los requisitos básicos de calidad. Tampoco se admitirán prácticas que contravengan los valores esenciales para prevenir o intervenir en situaciones de SOLEDAD NO DESEADA o que vulneren principios éticos, derechos fundamentales o estándares profesionales propios del ámbito social. Con ello se garantiza la solidez técnica, la coherencia metodológica y la credibilidad institucional del Banco de Buenas Prácticas como herramienta estratégica para avanzar en la respuesta efectiva a la soledad no deseada.

Financiación

Realización

3.2.4 Categorías del Banco de Buenas Prácticas

Las categorías del Banco de Buenas Prácticas se organizan y actualizan en función de las temáticas que emergen de las experiencias orientadas al abordaje de la soledad no deseada. Su finalidad es ordenar el conocimiento disponible y facilitar su consulta, análisis y transferencia. Esta clasificación se sustenta en criterios técnicos y estratégicos que permiten vincular cada iniciativa con las dimensiones clave de MAPINSOL, asegurando coherencia con sus ejes prioritarios —como la Atención Integral Centrada en la Persona, la equidad territorial, la innovación y la sostenibilidad—, manteniendo además la flexibilidad necesaria para incorporar nuevas áreas a medida que evolucionan las necesidades del ecosistema y las formas de enfrentar la soledad no deseada.

1. Personalización, Integración y Coordinación
Prácticas que fortalecen la autonomía, la participación social, la continuidad asistencial y la coordinación entre servicios sociales, sanitarios y comunitarios, como vía para prevenir la soledad no deseada desde un enfoque AICP.
2. Innovación Tecnológica y Productos de Apoyo
Incluye soluciones tecnológicas —IA aplicada al cuidado, teleasistencia avanzada, domótica, robótica social, dispositivos asistidos— orientadas a mejorar la autonomía, la conectividad social y el bienestar para reducir situaciones de aislamiento no deseado.
3. Entorno Físico, Vivienda y Comunidad
Acciones vinculadas a entornos habitables y comunitarios que faciliten la vida en compañía y la participación: adaptaciones arquitectónicas, unidades de convivencia, cohousing, proyectos comunitarios y medidas de accesibilidad universal.
4. Desarrollo Organizativo y Profesional
Propuestas que transforman la cultura organizacional y los modelos de gestión, promueven liderazgos orientados al cuidado y favorecen profesionales capaces de detectar, prevenir y actuar frente a la soledad no deseada.
5. Comunicación y Sensibilización Social
Iniciativas que combaten estigmas, promueven una visión positiva y realista del envejecimiento y fomentan una mayor conciencia social sobre la soledad no deseada y sus consecuencias.

Financiación



Realización



6. Formación, Investigación y Generación de Conocimiento

Programas formativos, investigaciones aplicadas, evaluaciones de impacto y metodologías basadas en evidencia que fortalecen la capacidad de identificar, abordar y prevenir la soledad no deseada desde diferentes disciplinas.

3.2.5 Proceso metodológico del Banco de Buenas Prácticas

El proceso metodológico se organiza en cinco fases, plenamente alineadas con el ecosistema digital y accesible de MAPINSOL, orientado a identificar, evaluar y difundir prácticas que contribuyan a prevenir o reducir la *soledad no deseada*.

Fase I Recepción de Prácticas

Canales de recepción. Las propuestas dirigidas al abordaje de la soledad no deseada podrán llegar a través de:

El formulario digital habilitado en www.mapinsol.es.

Convocatorias periódicas impulsadas por la entidad.

Redes colaboradoras y plataformas territoriales, especialmente aquellas vinculadas al medio rural.

Envíos directos por parte de entidades, profesionales o equipos que desarrollen iniciativas relevantes.

Documentación requerida

Toda práctica debe presentarse mediante la Ficha Técnica SOCIEDADORA, en su versión digital, que incluye:

Descripción detallada de la intervención.

- Objetivos vinculados a la reducción de la soledad no deseada.
- Población destinataria.
- Justificación y fundamentación.
- Resultados preliminares.
- Evidencias, anexos y materiales de apoyo.
- Datos de contacto de la entidad responsable.

El uso exclusivo de esta ficha garantiza la homogeneidad, trazabilidad y comparabilidad del proceso.

Financiación

Realización

Fase II Clasificación

Una vez recibida la práctica, se procede a:

Asignar una categoría temática.

Incorporar etiquetas analíticas como: Enfoque AICP, Nivel de madurez, Innovación, Relación con los ODS (cuando aplique), Revisar la coherencia y consistencia de la información aportada,

Esta clasificación permite integrarlas adecuadamente en el metabuscador digital del Banco, diseñado para optimizar la búsqueda y consulta dentro del entorno de MAPINSOL.

Fase III Evaluación

La evaluación se realiza considerando criterios adaptados al contexto del proyecto y su orientación a la soledad no deseada.

1) Criterios básicos (obligatorios)

Las prácticas deben cumplir indicadores vinculados a:

- Autonomía.
- Individualidad.
- Independencia.
- Integralidad.
- Participación.
- Inclusión social.
- Entornos facilitadores.

2) Criterios complementarios

- Innovación y creatividad.
- Transferibilidad y escalabilidad.
- Evaluación, medición y evidencia disponible.
- Uso de tecnologías cuando sean pertinentes.

Puntuación mínima requerida:

- 80% en criterios básicos.
- 50% en criterios complementarios.

Las prácticas que no alcancen estos valores se clasificarán como:

- Buenas prácticas emergentes.
- Prácticas en desarrollo.
- Prácticas documentales.

Financiación

Realización

Esta diferenciación permite reconocer su valor sin comprometer los estándares del Banco de Buenas Prácticas.

Fase IV Retroalimentación con la entidad

El equipo de MAPINSOL establece un proceso de diálogo con la entidad responsable para solicitar aclaraciones adicionales, requerir más evidencias si fuera necesario.

Durante este intercambio se revisan fortalezas de la práctica, áreas susceptibles de mejora, recomendaciones para su replicabilidad, potencial de impacto frente a la soledad no deseada.

Fase V Publicación y Seguimiento

Las prácticas aprobadas se incorporan al Banco Digital de Buenas Prácticas de MAPINSOL. Este banco digital dispone de un buscador avanzado por categorías, etiquetas, perfiles y tipos de recurso; materiales descargables (documentos, vídeos, guías técnicas, etc.).

Seguimiento anual: las entidades responsables responderán un breve cuestionario sobre:

- Continuidad de la práctica.
- Nuevos aprendizajes obtenidos.
- Resultados medidos en el último periodo.
- Casos de replicación en otros entornos o territorios.

Si una práctica no se actualiza en cuatro años, pasará automáticamente al Histórico del Banco, manteniendo accesible su documentación, pero diferenciada de las prácticas vigentes.

3.2.6 Roles y Responsabilidades (en el marco del abordaje de la Soledad No Deseada)

Comité Técnico de MAPINSOL

Este comité actúa como el órgano experto responsable de asegurar que todas las prácticas orientadas a prevenir o reducir la soledad no deseada cumplan con los estándares del proyecto. Sus funciones son:

- Definir los criterios, metodologías y parámetros de calidad utilizados en el Banco de Buenas Prácticas.

Financiación

Realización

- Evaluar las prácticas recibidas y elaborar los informes técnicos correspondientes.
- Velar por la coherencia del repositorio con los principios de la Atención Integral Centrada en la Persona (AICP) y con los valores rectores de MAPINSOL, fundamentales para enfrentar la soledad no deseada.

Equipo de Documentación

Este equipo garantiza la correcta organización y sistematización del conocimiento generado sobre iniciativas contra la soledad no deseada. Entre sus responsabilidades se encuentran:

- Clasificar las prácticas y revisar la información contenida en las fichas técnicas.
- Sistematizar los contenidos y asegurar la consistencia conceptual.
- Administrar el repositorio digital y el metabuscador, facilitando la consulta y el acceso público al conocimiento.

Equipo de Innovación y Tecnología

Su labor consiste en asegurar que el Banco de Buenas Prácticas funcione dentro de un entorno digital moderno y accesible, clave para llegar a todo el territorio (incluido el rural) y apoyar intervenciones frente a la soledad no deseada. Sus responsabilidades incluyen:

- Integrar las prácticas validadas en la plataforma MAPINSOL
- Mejorar continuamente las funcionalidades del sistema, especialmente las herramientas de búsqueda, etiquetado inteligente y consulta accesible.

Entidades participantes

- Son los agentes que implementan iniciativas para combatir la soledad no deseada y que contribuyen al fortalecimiento del Banco. Su papel implica:
- Presentar sus prácticas mediante los canales oficiales establecidos.
- Mantener actualizada la información aportada para asegurar la vigencia y utilidad del repositorio.
- Colaborar activamente en los procesos de evaluación, retroalimentación y seguimiento anual.

3.2.7 Estrategia de Comunicación del Banco

La estrategia de comunicación del Banco de Buenas Prácticas se articula en coherencia con la línea comunicativa global de MAPINSOL, con el propósito de dar visibilidad a las iniciativas que contribuyen a prevenir y reducir la *soledad no deseada* en las personas

Financiación

Realización

mayores.

Las principales acciones comunicativas incluyen:

- Difusión periódica de novedades en redes sociales, destacando prácticas innovadoras y resultados significativos en la lucha contra la soledad no deseada.
- Campañas específicas de captación, como *“Comparte tu Buena Práctica”*, dirigidas a entidades, profesionales y comunidades que desarrollan intervenciones relevantes.
- Lanzamiento de convocatorias anuales o temáticas, orientadas a identificar nuevas experiencias que aborden la soledad no deseada desde diferentes enfoques.

Asimismo, se contempla el uso de canales complementarios de comunicación —eventos, boletines digitales, materiales audiovisuales o colaboraciones con redes territoriales— con el fin de seguir amplificando la visibilidad del Banco, fomentar la participación y fortalecer la sensibilización social respecto a la soledad no deseada y sus implicaciones.

3.2.8 MAPinSOL: Iniciativas eficaces en el abordaje de la soledad no deseada en personas mayores

A continuación, se recogen las iniciativas identificadas e incorporadas al mapa digital de experiencias eficaces frente a la soledad no deseada en personas mayores MAPinSOL. Estas iniciativas han sido seleccionadas a partir del proceso de identificación, análisis y documentación descrito anteriormente, y representan ejemplos de intervenciones desarrolladas en distintos territorios que han demostrado contribuir a prevenir o reducir situaciones de soledad. Cada una de ellas se presenta mediante una breve reseña y algunos enlaces seleccionados.

La descripción completa puede encontrarse en

<https://www.mapinsol.es/>

<https://fundacionpadrinodelavejez.es/mapinsol/>

Financiación



Realización



La Buena Vecindad

La Buena Vecindad busca reducir la soledad y el aislamiento social de las personas mayores mediante el fortalecimiento de redes sociales y la sensibilización comunitaria. A través de actividades de información, encuentros comunitarios, experiencias que fomentan la solidaridad y seguimiento continuo, se pretende construir un modelo de comunidad más conectado y solidario. Además, se realiza un estudio anual para evaluar el impacto de estas intervenciones en la percepción de soledad de los participantes antes y después del programa.



Video: https://www.youtube.com/watch?v=xP_tD6CiffQ
Web: <https://fpcruzroja.com/>



Radars es una iniciativa comunitaria liderada por los Servicios Sociales Básicos del Ayuntamiento de Barcelona, que tiene como principales objetivos la **lucha contra la soledad no deseada** de las personas mayores y la detección y prevención de riesgos que puedan sufrir.

Para conseguirlo, administraciones, entidades, servicios, equipamientos, comercios, farmacias y vecinos/as trabajan conjuntamente **para volver a vincular a las personas mayores con su entorno** y hacer de los barrios espacios más seguros y atentos a sus necesidades.

Instituto Municipal de
Servicios Sociales
Ayuntamiento de
Barcelona

Video: https://www.youtube.com/watch?v=ZZLlcUkDb7Q&list=PL-LinyLOWiHGw_L6GCC24waLpSEBX_tGt&index=1
Díptico: https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/arxius-documents/radars_contribuir_trencar-solitud.pdf

Dando Vida a los Años

Asociación
GudCan



GudCan

“Dando vida a los años” se consolida como un programa de envejecimiento activo de vanguardia, fundamentado en procesos de **Terapia Asistida con Perros (TAA)**. Su metodología se distingue por el empleo de una programación de caso único, diseñada específicamente para alinearse con el proyecto vital de cada persona mayor y la idiosincrasia particular de cada vivienda.

Bajo la premisa de que **cada individuo y cada hogar son realidades únicas**, el programa adopta una visión de trabajo sistémica que trasciende la atención convencional. Este enfoque permite integrar los centros de interés del residente, su núcleo familiar y las pautas relacionales existentes, analizando cómo estas dinámicas influyen en la convivencia dentro de la vivienda.

La iniciativa utiliza la TAA como una herramienta transformadora para elevar la calidad de vida de aquellas personas que transitan por situaciones de fragilidad o soledad no deseada. Mediante visitas programadas con perros de terapia, se despliega una intervención integral que no solo activa estímulos físicos y cognitivos, sino que también constituye un **espacio de acompañamiento emocional y social** profundamente humano.

En todo momento, el proceso garantiza el respeto a la autonomía y a los deseos expresos de la persona, situándola como protagonista de su propio cuidado.

Finalmente, el proyecto trasciende las paredes del hogar para integrarse en la filosofía de los **"Vecindarios Compasivos"**.

Esta perspectiva busca la corresponsabilidad social, involucrando activamente a la comunidad en el cuidado integral de sus mayores y transformando el entorno urbano en una red de apoyo sólida, empática y respetuosa con la etapa final de la vida.

Web: <https://gudcan.com/terapia-asistida-con-perros-personas-mayores-y-discapacidad/>

Financiación



Realización



Redes sociales: https://www.instagram.com/gudcan_/
<https://www.facebook.com/p/Gudcan-100051069025727>



Conecta Corella es un programa de intervención de personas, asociaciones y servicios que se ponen a disposición de las personas mayores de Corella para dar respuesta a sus necesidades detectando así situaciones de soledad no deseada. Supone la implicación de la comunidad para impulsar y desarrollar la corresponsabilidad por el cuidado y se construya una ciudad más humana, solidaria e inclusiva.



Ayuntamiento
de Corella

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=ULcjFfQ3pE8>

Información del programa en la Web: <https://www.corella.es/corella-apuesta-por-el-cuidado-en-conexion-conectacorella/>



“Cerca de ti” es un servicio telefónico gratuito promovido por la Junta de Castilla y León dirigido a personas que experimentan soledad no deseada o situaciones de aislamiento social. Se trata de una intervención accesible, confidencial y profesional que ofrece escucha activa, orientación personalizada e información sobre recursos disponibles en el entorno comunitario. El programa nace como respuesta estructurada ante el incremento de personas que viven solas, especialmente en territorios con elevada dispersión poblacional y envejecimiento demográfico.

El servicio funciona mediante una línea gratuita atendida por profesionales especializados en intervención social, que valoran cada situación de forma individualizada. Además de ofrecer apoyo emocional inmediato, el equipo identifica necesidades específicas y facilita la conexión con servicios sociales, actividades comunitarias o recursos de apoyo existentes en la zona de residencia.

La iniciativa destaca por su enfoque preventivo, cercano y no invasivo. No sustituye otros recursos, sino que actúa como puerta de entrada al sistema de apoyos públicos, favoreciendo que las personas recuperen vínculos sociales y accedan a servicios que mejoren su bienestar. Su diseño sencillo, de bajo coste estructural y alcance autonómico lo convierte en una práctica eficaz y replicable.



Video explicativo:

<https://www.youtube.com/watch?v=fw1OnN9f3AE&list=PLioFRIUGiBq-bppGPAgcH0SivBXLQzVx&index=37>

Herramientas online:

https://www.cercadetiicyl.org/enlaces/?_gl=1*rg8cg0*_up*MQ..*_ga*MTgzNzUxNjA5NS4xNzcxNTc4NDg4*_ga_ZE3V5066MZ*_czE3NzE1Nzg0ODckbzEkZzAkdDE3NzE1Nzg0ODckajYwJGwwJGgw

**Compartiendo
experiencias
intergeneracionales
frente a la soledad
no deseada**

Compartiendo experiencias intergeneracionales frente a la soledad no deseada” es un programa impulsado por Fundación Gerón, cuyo propósito es promover encuentros intergeneracionales entre personas mayores residentes en centros gerontológicos y grupos procedentes de centros educativos, entidades locales o asociaciones del entorno comunitario. El programa surge para dar respuesta a la necesidad de mantener la

Financiación

Realización

participación social de las personas mayores, facilitar su interacción con la comunidad y reducir la soledad no deseada mediante vínculos significativos, actividades compartidas y el reconocimiento de los mayores como agentes activos dentro del tejido social.

La esencia del programa reside en generar espacios de convivencia y aprendizaje mutuo donde mayores y jóvenes puedan compartir experiencias, conocimientos, intereses y emociones. Cada encuentro se adapta a los perfiles, preferencias y capacidades de los grupos participantes, de modo que las actividades pueden abarcar desde talleres creativos, música, narración de historias, huertos, juegos cooperativos o dinámicas culturales. Estas interacciones permiten que las personas mayores continúen ejerciendo roles socialmente valorados, fortaleciendo su autoestima, evitando el aislamiento relacional y reforzando el sentimiento de pertenencia tanto al centro residencial como a la comunidad local.

El programa no se limita a la actividad puntual, sino que propone una continuidad temporal que consolida la relación intergeneracional, favoreciendo la creación de vínculos estables y un impacto emocional positivo. Asimismo, facilita que las entidades educativas y sociales incorporen la mirada gerontológica en su práctica, sensibilizando a las generaciones más jóvenes sobre el valor del encuentro, la diversidad y el apoyo comunitario. Se trata, por tanto, de una buena práctica replicable en diferentes territorios y contextos institucionales, al basarse en una metodología flexible, centrada en la persona y orientada a crear comunidades más inclusivas.



FUNDACIÓN GERÓN

Video explicativo: <https://www.youtube.com/watch?v=QxHgv5N3mvA>

Desoledad

El Proyecto **Desoledad** es la iniciativa estatal de Fundación Verisure orientada a comprender, visibilizar y reducir la soledad no deseada en personas mayores. Surge ante la creciente preocupación social por el aislamiento relacional y emocional que afecta a miles de personas en España, especialmente en entornos urbanos donde el anonimato, los ritmos de vida y la debilidad de las redes comunitarias intensifican este problema.

El proyecto se articula en torno a dos ejes principales:

(1) la creación de Desoledad 2025, un informe que es una herramienta cualitativa que permite escuchar, interpretar y narrar las experiencias reales de personas mayores que viven situaciones de desconexión social, y (2) el diseño de intervenciones de acompañamiento emocional y comunitario con entidades sociales especializadas.

Desoledad combina investigación, sensibilización y acción directa, generando conocimiento riguroso y accesible, fomentando la implicación social y promoviendo nuevas formas de conexión intergeneracional. El proyecto ha permitido consolidar alianzas con organizaciones sociales, administraciones y expertos en envejecimiento, convirtiéndose en una referencia dentro del tercer sector.

A través de una metodología basada en la escucha activa, el vínculo y la presencia, Desoledad impulsa una respuesta humanizada y sostenible frente a uno de los grandes retos sociales de nuestro tiempo: garantizar que ninguna persona mayor se sienta sola ni invisible.



Web del proyecto: <https://desoledad.org/>

Estudio Completo file:///C:/Users/pilar/Downloads/Informe_Desoledad_2025.pdf

Financiación



Realización



Ilumina una Vida

Fundación Vivofácil

Fundación Vivofácil
antes Alares

El programa Ilumina una Vida, promovido por Fundación Vivofácil (anteriormente Fundación Alares), es una iniciativa nacional integral para combatir la soledad no deseada en personas mayores mediante acompañamiento social, telefónico y presencial. Su objetivo principal es mejorar el bienestar emocional y la participación social de personas mayores en situación de aislamiento o desconexión social, entendido no simplemente como ausencia de personas, sino como una experiencia persistente de falta de relaciones significativas.

El programa opera en dos modalidades:

Teléfono gratuito y anónimo 24 h (900 877 037) que facilita escucha activa, apoyo emocional y conexión humana a través de voluntariado formados.

Acompañamiento presencial mediante visitas semanales de voluntariado en pareja al domicilio de la persona mayor.

Ambas modalidades están diseñadas para fomentar vínculos significativos, estimulación cognitiva, participación comunitaria y aprendizaje de nuevas tecnologías. Ilumina Una Vida ha atendido decenas de miles de llamadas y ha servido de plataforma para sensibilizar sobre la soledad no deseada como problema social, constituyéndose en un modelo de voluntariado activo centrado en la dignidad y autonomía de las personas mayores.

Video explicativo: <https://www.youtube.com/watch?v=q1jHsv-6UeE>

Documental “La sociedad de la Soledad”

<https://www.youtube.com/watch?v=edk1oBap4yg>

Seniors en Red

SENIORS EN RED 

“Seniors en Red” es una asociación sin ánimo de lucro fundada en Zaragoza con el fin de ofrecer cauces de solidaridad y apoyo social que permitan a las personas mayores sentirse vinculadas, valoradas y partícipes activos de la sociedad. La buena práctica consiste en un programa integral de acompañamiento social y voluntariado intergeneracional que combate la soledad no deseada y el aislamiento de mayores, tanto en residencias como en domicilios u otros entornos comunitarios. Mediante la acción decidida de voluntariado activo, Seniors en Red organiza acompañamientos presenciales semanales, actividades de conversación, juegos y uso de tecnologías para favorecer conexiones personales. Su enfoque impulsa la participación social de mayores, el diálogo intergeneracional y la creación de redes comunitarias fuertes, contribuyendo a que las personas mayores no sólo dejen de estar solas, sino que mantengan un rol activo y reconocido en la vida social.

Video explicativo: <https://www.youtube.com/watch?v=llPrZGEVX3Y&t=7s>

Redes sociales del programa:

Instagram: <https://www.instagram.com/seniorsenred/>

Facebook: <https://www.facebook.com/SeniorsEnRed>

Youtube: [https://www.youtube.com/channel/UC2WLMjnSK -](https://www.youtube.com/channel/UC2WLMjnSK-4pni7EeNxUJw?view_as=subscriber)

[4pni7EeNxUJw?view_as=subscriber](https://www.youtube.com/channel/UC2WLMjnSK-4pni7EeNxUJw?view_as=subscriber)

Financiación

Realización

Programa de Atención Integral en Crisis, Prevención del Suicidio y Promoción de la Salud Emocional



El Programa de Atención Integral en Crisis, Prevención del Suicidio y Promoción de Salud Emocional del Teléfono de la Esperanza es una iniciativa de intervención psicosocial que ofrece atención gratuita, confidencial y especializada a personas en situación de sufrimiento emocional, crisis vital, soledad no deseada o riesgo suicida. A través de líneas telefónicas disponibles 24 horas, atención online, intervención psicológica presencial y programas formativos, la entidad proporciona acompañamiento inmediato y continuado basado en la escucha activa, la empatía y la profesionalidad.

El programa integra voluntariado formado y profesionales de la psicología, desarrollando una respuesta accesible que elimina barreras geográficas, económicas y sociales. Además de la intervención directa en crisis, promueve la prevención mediante talleres, acciones comunitarias y formación en habilidades emocionales. Esta buena práctica destaca por su alcance estatal, su capacidad de adaptación a contextos rurales y urbanos, y su impacto en la reducción del aislamiento y la desesperanza. Constituye un modelo consolidado de intervención comunitaria en salud emocional con alta sostenibilidad y replicabilidad.

Videos explicativos:

<https://www.youtube.com/watch?v=O3IXw7wtWvc>

<https://www.youtube.com/watch?v=fDadJrEzFPM>

Guías gratuitas de promoción de salud:

<https://telefonodelaesperanza.org/materiales-descarga>

Redes Sociales

Facebook: <https://www.facebook.com/telefonodelaesperanzaoficial>

Instagram: https://www.instagram.com/tfdelaesperanza_717003717

Intergeneracionalidad contra la Soledad no Deseada y la Brecha Digital



El programa INTERGENERACIONALIDAD CONTRA LA SOLEDAD NO DESEADA Y LA BRECHA DIGITAL busca facilitar el desarrollo integral y el proceso de inclusión social de las personas mayores, potenciando su participación en la comunidad, favoreciendo la igualdad de oportunidades y fortaleciendo las redes de apoyo.

Para ello, desde el programa se fomentan y crean espacios participativos intergeneracionales en los que reflexionar acerca de las necesidades y problemas relacionados con la brecha digital y el aislamiento de personas mayores que provoca situaciones de soledad no deseada.

Una vez acabada esta fase de diagnóstico con personas mayores, tejido asociativo y otros agentes comunitarios, se diseñan y realizan acciones intergeneracionales, incluyendo la capacitación digital, que faciliten el acceso al conocimiento y su proceso de empoderamiento.

La brecha digital deja a muchas personas mayores fuera del acceso a los recursos esenciales vinculados con el acceso a la atención sociosanitaria, y otras gestiones cotidianas que se han digitalizado a un ritmo abrupto. Además, merma su posibilidad de acceso al ocio, al esparcimiento y a la comunicación (y relaciones sociales).

Escuchar a las personas mayores y poner sus deseos y aficiones en relación con la del resto de generaciones contribuye al fortalecimiento del capital social comunitario. En la medida en que las personas pueden mantenerse activas, informadas y participar, suponen un enriquecimiento para toda la comunidad.

Video explicativo: <https://www.youtube.com/watch?v=xxBbuUM66KA>

¡PLÁNTALE CARA A LA BRECHA DIGITAL!: <https://www.youtube.com/watch?v=9xyDJq-th00>

Financiación

Realización

SOÑAR MI PROPIA VIDA: <https://www.youtube.com/watch?v=-9SuQxg8vHI>
 Historias compartidas: Más allá de la brecha digital emocional
<https://www.youtube.com/watch?v=6cwjmwfQ48E>



Asociación MAP

Vivir con Voz Propia desarrolla y trabaja en proyectos comprometidos con el cuidado de las personas en situación de vulnerabilidad, con enfermedad avanzada, situación de final de vida y/o soledad no deseada:

- Buscando una atención global de la persona.
- Que respete sus decisiones y favorezca el desarrollo de los proyectos de vida.
- Procurando involucrar en su cuidado y apoyo a su red más próxima, sin sustituir la labor profesional.

Está compuesto por un equipo en el que colaboran profesionales del ámbito sociosanitario y una amplia red de voluntarios y voluntarias.

La finalidad de Vivir con Voz Propia se centra en aprender a cuidar y cuidarse, atender a todas las dimensiones de la persona y aportar apoyo, asesoramiento, formación y recursos para adaptarse a las nuevas situaciones.

Se plantea, además, fortalecer la red familiar, extender una red comunitaria cuidadora y compasiva, formar a profesionales con una actitud centrada en la persona (no en el servicio) y atender a la persona en sus necesidades y respetando sus decisiones.

Para ello, desarrollamos tareas de acompañamiento individual, asesoramiento, formación especializada y otras actividades que favorezcan el cuidado y la atención en los diversos ámbitos de las personas mayores, con enfermedad avanzada, situación de final de vida y/o soledad no deseada.

Fomentando y promoviendo el compromiso altruista y compasivo de los y las ciudadanas, de modo que se avance en una red de comunidades concienciadas de las necesidades de cuidado de todas las personas, buscando una sociedad más sostenible, compasiva y respetuosa con la persona.

Soledad no deseada



FUNDACIÓN GERÓN

Se trata de un programa que pretende mejorar la calidad de vida de las personas mayores de Tacoronte (Santa Cruz de Tenerife), evitando la soledad y el aislamiento social, a través de actividades personalizadas, dentro y fuera del domicilio, paliando posibles síntomas emocionales, como la ansiedad y la depresión, potenciando la convivencia y las relaciones familiares y sociales de la persona mayor, así como los hábitos de vida saludable, todo ello desde el modelo AICP.

Dossier Técnico: <https://www.fundacionpilares.org/wp-content/uploads/2024/08/DOSSIER-TECNICO-SOLEDAD-NO-DESEADA.pdf>
 Video: <https://www.youtube.com/watch?v=hiPw2abP1N4>

Financiación



Realización



Acompañando-T



Federación de
Asociaciones Vecinales
y Culturales de Teruel
(FAVCT)

Acompañando-T es un programa de voluntariado técnico-dirigido diseñado para prevenir, detectar e intervenir en situaciones de soledad no deseada y aislamiento social. Centrado en la ciudad y provincia de Teruel, ofrece acompañamiento social, emocional y de ocio a personas vulnerables, mayoritariamente mayores. A través de una metodología que combina el apoyo individualizado con actividades grupales, el proyecto fomenta la buena vecindad y la creación de vínculos afectivos intergeneracionales. Su enfoque integral busca normalizar la soledad como un reto social, sensibilizando a la población y promoviendo la autonomía personal para que los usuarios puedan permanecer en sus hogares con una mejor calidad de vida.

https://www.facebook.com/p/Acompa%C3%B1andoteruel-100064815608286/?locale=es_ES

<https://gobiernoabierto.aragon.es/agoab/voluntariado/programas/232477500150>

Cuidem Junts

Cuidem Junts es un programa de atención comunitaria, centrado en la persona, que previene y reduce la soledad no deseada en personas mayores mediante gestión de casos y activación de redes locales de apoyo. Implementado por la Residencia San Francisco y San Vicente desde 2020, articula un ecosistema de profesionales, voluntariado, comercios, farmacias y entidades sociales que conforman la Red Centinela, orientada a la detección precoz, derivación y seguimiento de situaciones de riesgo psicosocial.

El modelo combina visitas domiciliarias estructuradas, acompañamientos sanitarios y sociales, apoyo instrumental (compras esenciales) y preparación/supervisión de medicación, asegurando continuidad asistencial y adherencia terapéutica. La intervención se soporta en Planes de Atención y Vida (PAIV), con revisión periódica y coordinación sociosanitaria.

En 2024 se atendieron 73 personas (53 activas), se ampliaron 29 nodos de la Red Centinela, se gestionaron 59 PAIV y se realizaron 70 préstamos desde el Banco Solidario de Ayudas Técnicas (camas articuladas, grúas, sillas de ruedas, salvaescaleras), además de 88 asistencias a actividades comunitarias. La combinación de proximidad, coordinación y participación comunitaria consolida a Cuidem Junts como práctica transferible, sostenible y de alto impacto social.

Residencia San Francisco y San
Vicente
Sistema Público Valenciano de
Servicios Sociales
Generalitat Valenciana



Video explicativo: “Cuidem Junts: una red que sigue creciendo”

Folleto del programa: https://magick-cluster01.s3.amazonaws.com/LaresSanFranciscoSanVicente/var/pool/pdf/news-doc_url-67-cuidem-junts-un-programa-para-luchar-contra-la-soledad-en-el-envejecimientoLaresSanFranciscoSanVicente.pdf

soledad de las
personas mayores

Esta propuesta se fundamenta en el estudio elaborado por la Fundación Pilares para la Autonomía Personal sobre la soledad no deseada en las personas mayores, un fenómeno creciente y de alto impacto social en el contexto del envejecimiento poblacional. El estudio ofrece un marco conceptual sólido que permite comprender la soledad como una experiencia

Financiación



Realización





subjetiva, diferenciándola del aislamiento social objetivo y del hecho de vivir solo. A través de una revisión exhaustiva de la literatura científica, el documento identifica factores de riesgo, perfiles de especial vulnerabilidad y consecuencias de la soledad sobre la salud física, mental y social de las personas mayores. Asimismo, recopila y analiza instrumentos de medición validados y evidencia sobre intervenciones eficaces, especialmente aquellas de carácter comunitario y centradas en la persona. Esta buena práctica constituye una herramienta clave para orientar políticas públicas, programas sociales y actuaciones profesionales dirigidas a la prevención, detección y abordaje de la soledad no deseada, con especial potencial de aplicación en entornos rurales y en territorios en riesgo de despoblación.

<https://www.fundacionpilares.org/publicacion/la-soledad-de-las-personas-mayores-conceptualizacion-valoracion-e-intervencion/>



El Programa Viernes es una iniciativa del Gobierno de Cantabria de prevención del aislamiento social y la soledad no deseada en municipios en riesgo de despoblamiento con el objetivo de reducir la soledad no deseada, mejorar el bienestar emocional de las personas y las comunidades en las que viven y aumentar las relaciones sociales y la cohesión social.

El Programa Viernes es una iniciativa de la Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad del Gobierno de Cantabria, cofinanciada por la Unión Europea, de prevención del aislamiento social y la soledad no deseada en municipios en riesgo de despoblamiento.

Se caracteriza por ser un programa rural, intergeneracional y con vocación comunitaria, dirigido a toda la población, y especialmente a aquellos colectivos con mayor riesgo de encontrarse situación de soledad de los 41 municipios de Cantabria en riesgo de despoblamiento.

Página web del Programa Viernes: <https://programaviernes.com/>

Canal de Youtube: <https://www.youtube.com/@ProgramaViernes>

Canal de X: <https://x.com/programaviernes>

Instagram: <https://www.instagram.com/programaviernes/>

Estrategia para la Prevención y el Abordaje de la Soledad No Deseada del Gobierno de Cantabria: <https://soledadnodedeacantabria.com/>

Cohousing Senior Una opción de Vida



Llars Compartides es una iniciativa desarrollada en Cataluña para ofrecer una alternativa habitacional digna, asequible y acompañada a personas mayores con bajos ingresos y capacidad de autonomía. El proyecto se basa en un modelo de convivencias compartidas, donde varias personas mayores cohabitan en un mismo hogar, gestionado por la entidad impulsora, con un enfoque centrado en promover el envejecimiento activo, la vida independiente y la reducción de situaciones de soledad no deseada. Esta iniciativa surge como respuesta a la creciente dificultad de acceso a la vivienda por parte de las personas mayores con pensiones reducidas, así como a la falta de opciones habitacionales que combinen autonomía, acompañamiento y un coste asumible.

El funcionamiento de Llars Compartides se basa en que la entidad actúa como arrendataria de los inmuebles y las personas residentes aportan una cuota proporcional a sus ingresos, sin superar nunca un tercio de su pensión, lo que

Financiación



Realización



facilita la sostenibilidad parcial del modelo. La convivencia se estructura a través de normas consensuadas y un modelo participativo que impulsa la corresponsabilidad y el apoyo mutuo en la vida cotidiana. Las viviendas gestionadas tienen un tamaño familiar y permiten que las personas residentes organicen su vida diaria con libertad, respetando un entorno comunitario que fomenta vínculos y bienestar emocional.

Llars Compartides se presenta, así como una buena práctica que aborda el acceso a vivienda, la soledad, la autonomía personal y el envejecimiento en comunidad, ofreciendo una alternativa replicable en distintos territorios.

Video explicativo: <https://www.youtube.com/watch?v=ANrbQMRWb2E>

Programa Salvia

El Programa Salvia es una iniciativa comunitaria dirigida a personas mayores de 65 años orientada a prevenir la soledad no deseada, reducir el aislamiento social y digital y promover un envejecimiento activo y saludable. Se desarrolla a través de itinerarios formativos presenciales organizados en pequeños grupos que favorecen la participación, el aprendizaje compartido y la creación de redes de apoyo entre iguales.

El programa combina alfabetización digital, estimulación cognitiva, promoción de hábitos saludables y fortalecimiento de habilidades sociales, proporcionando a las personas mayores herramientas prácticas para desenvolverse con mayor autonomía en su vida cotidiana.

La intervención tiene una duración aproximada de tres meses y se basa en una metodología participativa que sitúa a las personas participantes como protagonistas de su propio aprendizaje. Con el acompañamiento de profesionales especializados, se generan espacios seguros de encuentro que fomentan la socialización, la autoestima y el sentimiento de pertenencia a la comunidad.

Fundación Santa María la Real

Desarrollado en colaboración con administraciones públicas y privadas, el programa contribuye a mejorar la calidad de vida de las personas mayores, reforzar su integración social y promover comunidades más cohesionadas e inclusivas.

Folleto del programa: <https://areaempleofsmr.es/proyectos/personas-mayores/>

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=vAUhgVVgVic>

Redes Sociales:

Facebook <https://www.facebook.com/TerceraActividad/>

Instagram <https://www.instagram.com/terceraactividad/>

Youtube <https://www.youtube.com/channel/UCBk-HAtgQzlvJl1cnirxng>

Silverce Plataforma Europea de Homesharing para Mayores de 50



Silverce es una plataforma europea de homesharing dirigida a personas mayores de 50 años que buscan una convivencia segura, compatible y accesible. Su objetivo principal es ofrecer alternativas habitacionales flexibles y humanas, centradas en el bienestar emocional, la compañía diaria y la seguridad residencial. La iniciativa surge en respuesta al incremento de la soledad no deseada y al encarecimiento de la vivienda, situaciones que afectan de forma creciente a las personas de más de 50 años en Europa. Basada en un enfoque tecnológico y social, Silverce combina una plataforma web y aplicación móvil con un sistema de doble afinidad impulsado por inteligencia artificial para emparejar perfiles compatibles. Esto garantiza que las convivencias se desarrollen en un entorno de confianza, reduciendo así conflictos y aumentando la satisfacción de las personas usuarias.

Financiación



Realización



La propuesta de Silverce también responde a una transformación demográfica en Europa, donde un alto porcentaje de la población supera los 50 años y busca nuevas formas de conexión social. La convivencia compartida se presenta como una solución que contribuye al bienestar emocional, reduce riesgos de aislamiento, ofrece estabilidad económica y promueve la participación activa en la comunidad. En este sentido, Silverce se posiciona como un modelo innovador y eficaz para afrontar desafíos contemporáneos relacionados con el envejecimiento, la vivienda y la calidad de vida, aportando un impacto social relevante y sostenible.

Danza para el Parkinson

Asociación de Profesionales de la Danza en la Comunidad de Madrid



Danza para el Parkinson es una buena práctica de arte comunitario que contribuye positivamente a un abordaje integral de las vulnerabilidades asociadas a vivir con la enfermedad de Parkinson, especialmente la soledad no deseada. Se fundamenta en la evidencia científica sobre los beneficios de la danza en la movilidad, el equilibrio, la función cognitiva, el estado emocional y la construcción de vínculos significativos. El programa propone un espacio grupal estructurado, accesible e inclusivo, en el que personas con Parkinson, familiares y cuidadores participan activamente en sesiones diseñadas por profesionales de la danza formados específicamente en esta metodología. La práctica favorece la autonomía personal, fortalece la identidad más allá del diagnóstico y mejora la calidad de vida mediante la conexión entre movimiento, creatividad, música y comunidad. Asimismo, genera un entorno seguro y estable de encuentro que reduce el aislamiento, promueve la participación social y fomenta relaciones horizontales. Su enfoque puramente artístico pone en práctica una combinación de dimensiones físicas, emocionales, sociales y expresivas, abordando simultáneamente tanto los efectos motores de la enfermedad como las consecuencias psicosociales del aislamiento. El carácter transformador y replicable del programa lo convierte en un recurso valioso para la mejora del bienestar y la cohesión comunitaria en diferentes territorios y asociaciones.

Video explicativo: [You Belong Here en Vimeo](#)

Documental Danza para el Parkinson (APDCM): QUE NOS TRASPASE EL AIRE subtítulos castellano [QUE NOS TRASPASE EL AIRE v 10 1 sbt esp](#)

Celebración del Día Mundial del Parkinson de las personas que participan en el Programa Danza para el Parkinson con las compañías nacionales: Ballet Nacional de España y Compañía Nacional de España [Danza para el Parkinson – Compañía Nacional de Danza](#)

Radares



RADARES es un programa piloto impulsado por CODISA Impulsa Igualdad Andalucía para detectar, acompañar y fortalecer el apoyo comunitario a personas mayores que viven situaciones de soledad no deseada, especialmente aquellas con discapacidad o dependencia. Se basa en una red de radares ciudadanos formada por comercios de proximidad, entidades sociales, farmacias, voluntariado y agentes comunitarios que observan señales de aislamiento y activan protocolos de aviso, permitiendo una intervención temprana y coordinada.

En su segundo año, RADARES cuenta con más de 50 establecimientos colaboradores distribuidos en siete provincias de Andalucía, consolidando un modelo comunitario de prevención del aislamiento y fortalecimiento de la red social de apoyo.

El programa ofrece detección proactiva, atención personalizada, seguimiento de casos, apoyo en tareas esenciales y acompañamiento emocional, incluyendo gestión de recursos y derivaciones a servicios sociales cuando se requiere.

Financiación



Realización



El modelo ha demostrado gran eficacia en municipios como Guadalcanal, Jerez, Granada u Huelva, donde la implicación de comercios locales y profesionales ha convertido los barrios en entornos más seguros, atentos y solidarios.

RADARES promueve la participación ciudadana, impulsa el compromiso de negocios de cercanía y fomenta la creación de comunidades que velan por sus mayores

Video explicativo: <https://www.youtube.com/watch?v=-cEWphnWR5k>

CREARED



El proyecto **CREARED** es una iniciativa de **Cruz Roja Española** desarrollada en la Comunidad de Madrid con el objetivo de reducir la soledad no deseada y el aislamiento social de personas mayores de 65 años en municipios rurales (menos de 20.000 habitantes) mediante la combinación de acompañamiento social integral, inclusión digital y dinamización comunitaria. El proyecto, financiado por la Dirección General de Evaluación, Calidad e Innovación de la Consejería de Familia, Juventud y Asuntos Sociales con fondos NextGenerationEU, articula una respuesta innovadora que integra voluntariado, tecnología accesible, formación digital y actividades comunitarias para fortalecer la conexión social de las personas mayores.

CREARED trabaja desde un modelo de acompañamiento social centrado en la persona, promoviendo la promoción del tejido comunitario y el desarrollo de competencias digitales para que las personas mayores accedan a herramientas tecnológicas que faciliten su comunicación familiar y social. Además de intervención directa, incorpora investigación y evaluación para conocer el impacto de la soledad en este colectivo y diseñar mejores respuestas. La experiencia se extiende a más de 90 municipios rurales de la Comunidad de Madrid, con el apoyo de voluntariado local y campañas de sensibilización que activan entornos comunitarios en torno a la problemática de la soledad no deseada.

Video explicativo: https://www.youtube.com/watch?v=Q2Kw_jmQAzY

Protocolo para detectar y prevenir la soledad: https://contigocruzrojamadrid.com/wp-content/uploads/2025/06/Protocolo_Deteccion.pdf

Hilo de Plata



Hilo de Plata es un programa de acompañamiento telefónico gratuito dirigido a personas mayores que experimentan soledad no deseada. El servicio, impulsado por Nagusilan, se basa en conversaciones regulares realizadas por personas voluntarias formadas específicamente para ofrecer apoyo emocional, escucha activa y compañía. A través de llamadas organizadas por turnos, el programa crea un espacio cálido en el que las personas mayores pueden compartir intereses, emociones y vivencias cotidianas, mitigando el aislamiento que muchas experimentan en sus hogares.

El voluntariado, compuesto en gran parte por personas mayores activas, fortalece vínculos intergeneracionales y comunitarios mediante relaciones de confianza que se desarrollan a lo largo del tiempo. Gracias a su enfoque accesible, el servicio llega tanto a quienes no desean acompañamiento presencial como a quienes, por distintas circunstancias, no pueden recibirlo. Las llamadas se gestionan desde centralitas y, actualmente, mediante una aplicación móvil (que sólo es necesaria que utilicen las personas voluntarias) la cuál facilita coordinación, seguridad y la gratuidad de las llamadas.

Financiación



Realización



El programa ha sido clave en la reducción del sentimiento de soledad y en la mejora del estado emocional de sus participantes, convirtiéndose en un complemento significativo para los servicios sociales y sanitarios públicos. Hilo de Plata es replicable, sostenible y adaptable a diversos entornos, incluidos aquellos rurales donde la soledad suele ser más intensa.

Vídeo explicativo: [Nagusilan Legazpi, Vicky eta Juliana bakardadeari aurre egiten](#)

Manuales de formación Nagusilan: [nagusilan-formacion-4.indd](#)

Relatos sobre Soledad: [Relatos ganadores y finalistas | Nagusilan](#)

Estrategias de cuidados y soledad no deseada en zonas rurales: [Nagusilan-Araba Conclusiones-de-la-Jornada-sobre-la-soledad-no-deseada-en-entornos-rurales.pdf](#)

Acompañamiento Telefónico

El programa de Acompañamiento Telefónico de Amigos de los Mayores surge como una respuesta esencial para atender la soledad no deseada de personas mayores que, por diversas circunstancias, no pueden mantener encuentros presenciales de manera regular. Esta modalidad de acompañamiento mantiene el mismo objetivo que la intervención presencial: crear una amistad significativa entre la persona mayor y la persona voluntaria, dedicando aproximadamente dos horas semanales a conversaciones que fortalecen el vínculo afectivo y promueven el bienestar emocional. Todo el proceso se realiza mediante llamadas telefónicas, convirtiendo al teléfono en un recurso accesible y cercano que permite compartir el día a día, escuchar, conversar y acompañar desde la distancia.



Este formato ofrece una alternativa flexible para personas voluntarias que disponen de menos tiempo o que encuentran dificultades para desplazarse, garantizando a su vez un apoyo constante a quienes viven solas. Las entrevistas previas aseguran que cada emparejamiento responda a afinidades reales, mientras que el seguimiento técnico supervisa la continuidad y calidad del acompañamiento. Las llamadas regulares ayudan a aliviar el aislamiento, refuerzan la conexión con el entorno y permiten detectar cambios en el estado emocional o en las necesidades de la persona mayor, convirtiendo este programa en una herramienta efectiva y humana contra la soledad.

Video explicativo: [Mediaset - 12 meses 12 causas en Vimeo](#)

Programa de Acompañamiento

El programa de **Acompañamiento Presencial de Amigos de los Mayores** se centra en ofrecer apoyo emocional y social a personas mayores que experimentan soledad no deseada. Su propósito es crear vínculos de amistad estables entre una persona mayor y una persona voluntaria, fomentando relaciones humanas significativas que mejoran la calidad de vida de ambas partes. El acompañamiento consiste en dedicar aproximadamente dos horas semanales a actividades como conversar, pasear, compartir una merienda o disfrutar de actividades culturales, siempre adaptadas a los intereses y preferencias de la persona mayor.

El programa incluye un proceso de selección y entrevistas, tanto para las personas mayores como para las voluntarias, garantizando afinidad y seguridad en la relación.

Financiación

Realización

Colaboración



Asimismo, el equipo técnico realiza un seguimiento continuado para asegurar el bienestar y la continuidad del vínculo generado. El modelo incorpora, además, del seguimiento técnico profesional, la formación continua del voluntariado y evaluación periódica de cada relación de acompañamiento.

Este acompañamiento contribuye a mejorar el estado emocional, la autoestima y la participación social de las personas mayores, promoviendo estilos de vida más activos y saludables. También permite detectar cambios en su situación personal o necesidades emergentes, reforzando su seguridad y su permanencia en su entorno habitual. Al mismo tiempo, fortalece la red comunitaria, impulsa la sensibilización social y ofrece una experiencia de voluntariado transformadora y enriquecedora para quienes participan.

Las visitas, generalmente semanales, se realizan en el domicilio o en el entorno comunitario, y tienen como objetivo compartir tiempo de calidad, conversación, actividades sencillas o paseos que favorezcan la conexión social y el bienestar emocional. El programa no busca sustituir redes familiares ni cubrir necesidades asistenciales, sino ofrecer un espacio relacional continuo que genere confianza, pertenencia y reconocimiento.

Video explicativo: <https://www.youtube.com/watch?v=qO9we1cl2mU>

Estudio sobre Soledad no Deseada en Entornos Rurales

Cruz Roja Española



El estudio “Soledad en personas mayores de entornos rurales de la Comunidad de Madrid” analiza la magnitud, factores y respuestas potenciales frente a la soledad no deseada en municipios de menos de 20.000 habitantes de la región, aportando evidencia específica para orientar la acción pública y social. Se trata de un trabajo promovido por Cruz Roja Madrid que compila revisión documental, trabajo cualitativo y encuesta a población mayor, con un Resumen Ejecutivo (2024) y un Informe Final (2024) que detallan metodología, hallazgos, conclusiones y recomendaciones operativas para el territorio. El estudio constata el rápido envejecimiento en el medio rural madrileño y la necesidad de enfoques diferenciados por tamaño de municipio, edad y género, así como la influencia de factores socioeconómicos, de salud y de red comunitaria en la vivencia de soledad. La propuesta de valor de esta “buena práctica de investigación” reside en: (1) ofrecer un diagnóstico riguroso y actualizado que visibiliza la realidad rural; (2) sistematizar factores de riesgo/protección y sus interacciones; (3) traducir evidencia en recomendaciones de intervención, incluyendo líneas de acción comunitaria, actividades, dotación presupuestaria y enfoques territoriales; y (4) aportar insumos para políticas regionales y proyectos del tercer sector, con posibles sinergias con iniciativas autonómicas como CREARED orientadas a brecha digital y vínculos sociales en el medio rural. Así, el estudio se configura como base metodológica y estratégica para el diseño de intervenciones replicables que prevengan y aborden la soledad no deseada en áreas rurales, optimizando la asignación de recursos y la coordinación interinstitucional en la Comunidad de Madrid.

Estudio completo: [https://contigocruzrojamadrid.com/wp-content/uploads/2025/06/Resumen Ejecutivo Soledad Rural.pdf](https://contigocruzrojamadrid.com/wp-content/uploads/2025/06/Resumen_Ejecutivo_Soledad_Rural.pdf)

Video [Conectamos personas en el entorno rural Proyecto CREARED - Cruz Roja en la Comunidad de Madrid](#)

Financiación



Realización



Observatorio de la Soledad no Deseada



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 estrategias 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.

Recursos para Personas Mayores:

<https://www.amigosdelosmayores.org/comunidad/recursos/>

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=vYn9qMvWJ8k>

Teléfono de Escucha para prevenir la soledad de las personas mayores

Cáritas Diocesana de Madrid



El “Teléfono de Escucha para prevenir la soledad de las personas mayores” es una iniciativa impulsada por Cáritas Diocesana de Madrid y el Arzobispado de Madrid, diseñada para dar respuesta a una creciente realidad social: el aislamiento y la soledad no deseada que afecta de manera directa a una parte significativa de la población mayor. En la Comunidad de Madrid, 276.000 personas mayores de 65 años viven solas, lo que equivale al 25 % de la población mayor. En la capital, la proporción es aún más preocupante: una de cada cuatro personas mayores se encuentra en situación de soledad, lo que impacta de manera negativa en el bienestar emocional, cognitivo y físico.

Frente a este escenario, Cáritas Madrid pone en marcha el Teléfono de Escucha 696 987 885, un recurso gratuito, accesible y atendido por personal formado que ofrece escucha activa, acompañamiento humano y detección temprana de situaciones de vulnerabilidad. A través de la conversación telefónica, las personas mayores pueden expresar emociones, aliviar sentimientos de soledad y recibir orientación hacia otros recursos sociales o pastorales cuando es necesario. Este tipo de apoyo contribuye a reducir el aislamiento y a prevenir el deterioro emocional asociado a la desconexión social.

El programa complementa la amplia red de atención a mayores de Cáritas Madrid, que incluye 33 proyectos específicos y un total de 378 personas voluntarias que cada año acompañan a cerca de mil personas mayores mediante diversas modalidades: orientación, acogida, acompañamiento a domicilio, actividades grupales y espacios comunitarios.

La buena práctica destaca por su accesibilidad, su capacidad de respuesta inmediata y su potencial para llegar a personas mayores con dificultades de movilidad, limitaciones económicas o falta de redes familiares. Su enfoque centrado en la persona y apoyado en la escucha activa lo convierte en un modelo eficaz, replicable y coherente con las necesidades actuales del envejecimiento en la región.

Financiación



Realización



Programa de Acompañamiento Digital

Cáritas Diocesana de
Madrid



El programa de acompañamiento digital mediante tablets está dirigido a personas mayores que viven en situación de soledad no deseada o con escasa red de apoyo. A través de un equipo de voluntariado formado y supervisado por el Área de Mayores, se proporciona un acompañamiento telemático estable que combina llamadas por videoconferencia, actividades grupales online y apoyo emocional continuado. El uso de las tablets facilita la comunicación con familiares, amistades y la comunidad, a la vez que ofrece contenidos accesibles que promueven la estimulación cognitiva, el entretenimiento y la participación social.

El acceso al servicio se realiza mediante derivación interna desde equipos parroquiales o recursos de Cáritas, con una valoración previa que identifica necesidades, nivel de soledad y condiciones de movilidad o accesibilidad. El acompañamiento individual se complementa con sesiones grupales breves orientadas al bienestar emocional, el movimiento adaptado, la memoria y la conversación significativa.

La intervención permite superar barreras físicas y digitales que impiden a las personas mayores participar en actividades presenciales. A través de un modelo sencillo y flexible, el programa refuerza vínculos, mejora el estado emocional y favorece hábitos de autonomía. Su diseño escalable y de bajo coste lo convierte en una buena práctica replicable en otros territorios.

CÓDIGO NES – NO ESTÁS SOLO



Excelentísimo
AYUNTAMIENTO
— de ELCHE —

El programa “Código NES – No Estás Solo”, impulsado por el Ayuntamiento de Elche a través de la Concejalía de Infancia, Familia y Mayores, es una iniciativa municipal pionera orientada a prevenir, detectar y reducir la soledad no deseada en personas mayores de 70 años. Este programa surge ante la creciente preocupación social por el incremento de personas mayores que viven en aislamiento involuntario, cuyo impacto se expresa en deterioro emocional, cognitivo y físico. Código NES busca garantizar que ninguna persona mayor del municipio quede sin apoyo social, acompañamiento humano o participación comunitaria.

El programa dispone de una inversión anual de 495.324 euros, lo que permite ofrecer un servicio estructurado basado en itinerarios personalizados, diseñados en función del nivel de movilidad, preferencias, entorno vecinal y necesidades específicas de cada persona. Las intervenciones combinan acompañamiento humano, tecnología accesible y movilidad adaptada, integrando componentes como visitas domiciliarias, apoyo presencial, seguimiento telefónico, uso de dispositivos con asistentes de voz, videollamadas y rutas de integración social en el barrio.

Código NES incorpora además elementos que eliminan barreras físicas y sociales: transporte adaptado, salvaescaleras y asistencia para retomar actividades comunitarias, especialmente destinado a personas con movilidad reducida. El programa cuenta actualmente con 25 usuarios activos, y trabaja en su expansión con apoyo de Cruz Roja y la colaboración de profesionales sanitarios, quienes juegan un rol clave en la detección temprana de la soledad no deseada.

El proyecto destaca por su enfoque híbrido —humano y tecnológico—, que permite acompañar a las personas mayores tanto en el hogar como en su entorno comunitario, reforzando sus vínculos sociales y promoviendo autonomía. Para muchas personas beneficiarias, Código NES representa “una recuperación de su identidad y pertenencia a la comunidad”, ofreciendo apoyo emocional, seguridad y motivación para participar nuevamente en la vida social del municipio.

Financiación



Realización



Talleres de Prevención y Acompañamiento a Personas Mayores en Soledad

Cáritas Diocesana de Madrid



El Servicio de Talleres de Prevención y Acompañamiento a Personas Mayores en Soledad nace como un apoyo directo a la red territorial de Cáritas Diocesana de Madrid, con el objetivo de ofrecer espacios grupales estables destinados a personas mayores que presentan una escasa red social y familiar. Mediante talleres estructurados, el programa pretende prevenir y reducir el sentimiento de soledad no deseada, promoviendo la creación de vínculos, el fortalecimiento de relaciones y el desarrollo de hábitos saludables que contribuyan al bienestar emocional.

Los talleres, diseñados desde el Área de Mayores y Cuidado de la Vida, se basan en contenidos elaborados por Cáritas Española sobre la soledad, sus causas y sus consecuencias, integrando estrategias prácticas para afrontarla y favorecer la participación comunitaria. Cada ciclo de trabajo incluye sesiones de identificación de la soledad, reflexión guiada, dinámicas grupales y actividades que facilitan la expresión personal y el apoyo mutuo.

El programa se apoya en un equipo de voluntariado previamente formado, cuyo acompañamiento resulta esencial para sostener los grupos y reforzar la continuidad del proceso. La coordinación con las vicarías garantiza la adaptación territorial de los talleres y permite responder de forma coherente a las necesidades detectadas. En conjunto, el servicio constituye una herramienta eficaz para generar comunidad, reducir el aislamiento y promover encuentros significativos entre personas mayores.

Programa Escucha y Acompaña



El programa AcompañArte es una iniciativa orientada a prevenir y reducir la soledad no deseada en personas mayores mediante una intervención comunitaria que combina acompañamiento social, participación comunitaria y actividades artísticas.

La propuesta sitúa a la persona mayor en el centro del proceso, promoviendo su participación activa, el fortalecimiento de vínculos sociales y la mejora del bienestar emocional. A través del acompañamiento por parte de voluntariado y profesionales, el programa genera espacios de encuentro, creatividad y relación que favorecen la integración social y la construcción de redes de apoyo.

La iniciativa se desarrolla en colaboración con entidades sociales, administraciones públicas y recursos comunitarios del territorio, facilitando la detección de situaciones de soledad y promoviendo respuestas coordinadas desde el ámbito social y comunitario.

El programa combina acompañamiento individual, actividades grupales de carácter artístico y cultural, acciones de sensibilización social y trabajo en red con diferentes agentes del entorno. Este enfoque integral permite no solo intervenir en situaciones de soledad ya existentes, sino también prevenir su aparición y fortalecer la cohesión comunitaria.

Los resultados esperados incluyen la mejora del bienestar emocional de las personas mayores, el incremento de su participación social y el fortalecimiento de sus redes de apoyo, contribuyendo a la construcción de comunidades más inclusivas y solidarias.

Video explicativo: <https://www.youtube.com/watch?v=v6dCUyTkfpY>

Financiación



Realización



3.2 Análisis de las iniciativas del Mapa Digital MAPinSOL

3.2.1. Introducción

Una vez identificadas y recopiladas las iniciativas orientadas a prevenir o reducir la soledad no deseada en personas mayores, el siguiente paso consiste en analizar de forma transversal estas experiencias con el fin de comprender cómo se están abordando las situaciones de soledad no deseada en los distintos contextos y extraer aprendizajes relevantes para el diseño de futuras intervenciones. Este capítulo se centra precisamente en el análisis del conjunto de iniciativas incorporadas al mapa digital desarrollado en el marco del proyecto MAPinSOL.

A partir de la información recogida en las fichas de las iniciativas, se han examinado diferentes dimensiones de las intervenciones, como los resultados reportados, los perfiles de las personas mayores destinatarias, los contextos territoriales en los que se desarrollan o el papel de los distintos actores implicados. Este análisis permite identificar patrones comunes en las formas de abordar la soledad no deseada y reconocer elementos que pueden contribuir al desarrollo de iniciativas eficaces, sostenibles y transferibles a otros contextos.

3.2.2. Metodología de análisis

Con el objetivo de identificar y analizar iniciativas orientadas a prevenir o reducir la soledad no deseada en personas mayores, el proyecto desarrolló un proceso metodológico que combinó dos fases de trabajo complementarias. En primer lugar, se llevó a cabo la identificación y recopilación de experiencias desarrolladas en distintos territorios (*corpus*). En segundo lugar, se realizó un análisis comparado de las iniciativas seleccionadas con el fin de identificar patrones de intervención, factores de eficacia y elementos que favorecen su sostenibilidad y transferibilidad.

Identificación y selección de iniciativas del CORPUS de análisis

La identificación y sistematización de iniciativas eficaces frente a la soledad no deseada en personas mayores se desarrolló mediante un proceso de investigación orientado a recopilar, analizar y documentar experiencias implementadas en distintos contextos territoriales y con enfoques diversos de intervención. Este proceso, descrito detalladamente en páginas anteriores, permitió reunir un conjunto de prácticas que han demostrado contribuir a la prevención o reducción de situaciones de soledad no deseada.

Una vez identificadas las iniciativas, se aplicaron una serie de criterios de selección con el fin de garantizar la pertinencia de las experiencias analizadas. Entre estos criterios se incluyeron que las iniciativas estuvieran orientadas específicamente a prevenir o reducir

Financiación

Realización

la soledad no deseada en personas mayores, que se encontraran en fase de implementación o hubieran sido desarrolladas recientemente y que dispusieran de información suficiente para permitir su análisis y documentación.

A partir de este proceso se identificó un conjunto amplio de experiencias, de las cuales se seleccionaron aquellas que cumplían los criterios establecidos y que presentaban un potencial relevante para generar aprendizajes transferibles.

El **corpus sobre el que se ha realizado el análisis incluye 31 iniciativas de intervención**. Se han excluido aquellas experiencias centradas exclusivamente en la investigación o generación de conocimiento sobre el fenómeno de la soledad.

Cada una de las iniciativas seleccionadas fue **documentada** mediante una ficha descriptiva común, lo que permitió recoger **información comparable** sobre sus características principales, objetivos, metodología de intervención, población destinataria y resultados reportados.

Finalmente, se llevó a cabo un análisis transversal del conjunto de iniciativas con el fin de identificar patrones de intervención, factores que contribuyen a su eficacia y elementos que favorecen su sostenibilidad y replicabilidad en distintos contextos territoriales.

Marco analítico y metodología de análisis

Con el fin de realizar una estudio comparado y transversal de las diferentes formas de intervención frente a la soledad no deseada en personas mayores, el análisis se ha desarrollado a partir de un **marco analítico común** que permite examinar de forma sistemática sus principales características y resultados.

Este marco analítico parte de la consideración de que la soledad no deseada es un fenómeno complejo y multidimensional, que puede abordarse desde **diferentes enfoques de intervención**. Por ello, el análisis se orienta no solo a describir las iniciativas existentes, sino también a identificar los mecanismos de actuación que utilizan, los resultados que reportan y los factores que parecen contribuir a su eficacia.

Para llevar a cabo este proceso se elaboró una **matriz de análisis** que permitió recoger información comparable sobre las distintas iniciativas. Esta matriz incorpora varias dimensiones de análisis que permiten examinar las experiencias desde una perspectiva transversal (ANEXO). Entre las **principales dimensiones** consideradas se incluyen:

- El tipo de intervención desarrollada.
- La población destinataria y el contexto territorial en el que se implementa la iniciativa.

Financiación

Realización

- Los mecanismos de actuación utilizados para abordar la soledad no deseada.
- Los actores implicados en el desarrollo de las iniciativas, incluyendo administraciones públicas, entidades sociales, voluntariado y redes comunitarias.
- Los resultados reportados por las iniciativas y los mecanismos de evaluación utilizados.

Asimismo, el análisis consideró elementos relacionados con la sostenibilidad de las iniciativas y su potencial de transferencia a otros contextos.

A partir de este proceso se ha llevado a cabo un **análisis transversal del conjunto de iniciativas que conforman el corpus**. Este proceso ha permitido **identificar diferentes modelos (clasificación) y estrategias (mecanismos) de intervención, analizar dimensiones relevantes y reconocer aquellos elementos que parecen contribuir a la eficacia, sostenibilidad y transferibilidad de las experiencias objetivo del estudio**.

En los apartados siguientes, se presentan los principales resultados de este análisis.

3.2.1 Tipología de modelos de intervención en las iniciativas de abordaje de la soledad no deseada en personas mayores

El análisis de las iniciativas identificadas permite observar una notable diversidad de enfoques para abordar la soledad no deseada en personas mayores. Aunque cada experiencia presenta características propias y responde a contextos territoriales y organizativos distintos, es posible identificar varios modelos de intervención comparten objetivos y formas de actuación similares.

La clasificación de las iniciativas en estos modelos permite comprender mejor las diferentes maneras de abordar la soledad no deseada y facilita el análisis comparado de las experiencias recopiladas.

A partir del estudio de las prácticas incluidas en el mapa digital, se han identificado **seis grandes modelos de intervención** que representan las principales formas de actuación desarrolladas para prevenir o reducir situaciones de soledad en la población mayor.

Acompañamiento social individual

Este modelo se basa en la creación de una relación continuada de acompañamiento entre una persona mayor y una persona voluntaria o profesional. El objetivo principal es reducir el sentimiento de soledad mediante la construcción de vínculos personales significativos que se mantienen en el tiempo.

Financiación



Realización



El acompañamiento puede realizarse mediante visitas domiciliarias, encuentros presenciales o llamadas telefónicas periódicas, y suele centrarse en la conversación, la escucha activa y el apoyo emocional. Este tipo de intervención resulta especialmente relevante para personas mayores con redes sociales muy limitadas o con dificultades de movilidad que restringen su participación en actividades comunitarias.

Apoyo emocional accesible

Las iniciativas incluidas en este modelo ofrecen espacios de escucha y apoyo emocional a través de canales accesibles, principalmente telefónicos. Estos servicios permiten a las personas mayores expresar emociones, compartir preocupaciones o simplemente conversar con otra persona, contribuyendo a aliviar el sentimiento de aislamiento.

La accesibilidad de estos recursos facilita que puedan llegar a personas que, por motivos de salud, movilidad o preferencia personal, no participan en actividades presenciales. Además, estos servicios pueden actuar como una puerta de entrada a otros recursos sociales o comunitarios.

Activación comunitaria y redes vecinales

Este modelo se basa en la implicación del entorno comunitario en la prevención y detección de situaciones de soledad. Las iniciativas que siguen este enfoque promueven la participación de vecinos, comercios de proximidad, asociaciones y otros actores locales que actúan como red de apoyo informal.

El objetivo es crear comunidades más atentas y solidarias, capaces de identificar de forma temprana situaciones de aislamiento y activar mecanismos de acompañamiento o derivación a recursos sociales cuando sea necesario.

Participación social y envejecimiento activo

Las iniciativas agrupadas en este modelo se orientan a promover la participación social de las personas mayores mediante actividades grupales, espacios de encuentro y programas de dinamización comunitaria.

Estas intervenciones buscan generar oportunidades de interacción social, fomentar la creación de nuevas relaciones y reforzar el sentido de pertenencia a la comunidad. Además de contribuir a reducir la soledad, estas actividades favorecen el bienestar emocional, la autoestima y el desarrollo personal de las personas participantes.

Financiación



Realización



En algunas de las iniciativas analizadas, la participación social se articula también a través de **actividades intergeneracionales**, que promueven el encuentro y la colaboración entre personas mayores y otros grupos de edad, especialmente jóvenes y estudiantes. Este tipo de experiencias permite ampliar las redes sociales de las personas mayores más allá de su grupo generacional y generar espacios de intercambio de conocimientos, experiencias y apoyos mutuos. Además de favorecer la creación de nuevos vínculos sociales, estas iniciativas contribuyen a reducir estereotipos asociados a la edad y a reforzar el reconocimiento del papel social de las personas mayores en la comunidad.

Intervenciones digitales y reducción de la brecha tecnológica

Algunas iniciativas incorporan herramientas tecnológicas como medio para facilitar la comunicación, el acompañamiento y la participación social de las personas mayores. Estas intervenciones suelen combinar el uso de dispositivos digitales con procesos de formación y apoyo que permiten superar las barreras tecnológicas.

El objetivo es aprovechar el potencial de la tecnología para ampliar las oportunidades de relación social, mejorar la autonomía personal y facilitar el acceso a recursos y servicios.

Modelos de convivencia y soluciones habitacionales

Finalmente, algunas iniciativas abordan la soledad no deseada desde el ámbito residencial, promoviendo fórmulas de convivencia compartida entre personas mayores. Estos modelos buscan ofrecer alternativas habitacionales que combinen autonomía personal con la posibilidad de compartir la vida cotidiana con otras personas.

La convivencia compartida permite generar vínculos sociales estables, reforzar el apoyo mutuo y mejorar la sensación de seguridad y bienestar en la vida diaria.

La tipología presentada **permite clasificar las iniciativas analizadas según su enfoque principal de intervención y facilita la comprensión de la diversidad de respuestas** que se están desarrollando frente a la soledad no deseada en personas mayores. No obstante, más allá de esta diversidad de modelos, muchas de las experiencias comparten elementos comunes en su forma de abordar el problema.

Con el fin de comprender mejor cómo funcionan estas intervenciones en la práctica, el apartado siguiente presenta un análisis transversal del conjunto de iniciativas, que examina distintos aspectos como los resultados reportados, los perfiles de las personas mayores destinatarias, los contextos territoriales en los que se desarrollan o el papel de

Financiación

Realización

los distintos actores implicados. Este análisis permitirá, además, identificar algunas claves para la intervención frente a la soledad no deseada en personas mayores.

3.2.2 Análisis transversal de las iniciativas de abordaje de la soledad no deseada en personas mayores

Resultados y Evaluación de la Iniciativas

Las iniciativas analizadas reportan diferentes tipos de resultados en relación con la prevención o reducción de la soledad no deseada en personas mayores. Aunque **el grado de sistematización de la evaluación varía entre las distintas experiencias**, el análisis de la información disponible **permite identificar algunos efectos recurrentes** asociados a las intervenciones.

En primer lugar, muchas iniciativas señalan mejoras en el **bienestar emocional de las personas mayores participantes**. El acompañamiento social, los espacios de conversación y las actividades grupales contribuyen a reducir el sentimiento de soledad y a generar una mayor sensación de apoyo y pertenencia. En particular, las intervenciones basadas en relaciones continuadas de acompañamiento suelen destacar el valor de la escucha activa y del establecimiento de vínculos personales significativos.

En segundo lugar, varias experiencias destacan la **ampliación o fortalecimiento de las redes sociales** de las personas mayores. Las actividades grupales, los programas de participación social y las iniciativas comunitarias permiten generar nuevos vínculos entre participantes y favorecer la integración en espacios de relación social. En algunos casos, estas actividades facilitan también la recuperación de relaciones sociales previamente debilitadas o interrumpidas.

Otro resultado relevante identificado en las intervenciones analizadas es el **incremento de la participación social** de las personas mayores. La participación en talleres, encuentros comunitarios o actividades culturales contribuye a reforzar el sentido de pertenencia a la comunidad y a promover un envejecimiento activo. Estas experiencias pueden actuar además como puerta de entrada a otras formas de participación o implicación social.

Asimismo, algunas iniciativas destacan mejoras en la **autonomía y en las competencias personales**, especialmente en aquellas intervenciones que incluyen procesos de acompañamiento tecnológico o formación digital. En estos casos, el acceso a herramientas de comunicación digital permite ampliar las oportunidades de relación social y facilitar el contacto con familiares, amistades y redes comunitarias.

Finalmente, varias experiencias señalan efectos positivos en el **fortalecimiento del tejido comunitario**. Las iniciativas que implican a actores del entorno local, como asociaciones

Financiación

Realización

vecinales, comercios o servicios del territorio, contribuyen a generar comunidades más sensibles a las situaciones de aislamiento y más capaces de activar redes de apoyo informal.

En relación con la evaluación de los resultados, el análisis muestra que muchas iniciativas se apoyan principalmente en **indicadores de seguimiento de la actividad**, como el número de personas participantes, el número de encuentros realizados o la participación en actividades. En otros casos, la evaluación se basa en **información cualitativa**, como testimonios de las personas participantes, observaciones de los equipos profesionales o valoraciones del voluntariado.

Aunque algunas iniciativas incorporan herramientas de medición más estructuradas, como encuestas de satisfacción o escalas de bienestar, el análisis pone de manifiesto que la evaluación sistemática del impacto sigue siendo limitada en muchos programas. Esta situación refleja una tendencia habitual en intervenciones sociales de carácter comunitario, donde los recursos disponibles para la evaluación suelen ser reducidos.

En conjunto, la información disponible sugiere que las iniciativas analizadas generan resultados positivos en diferentes dimensiones relacionadas con la reducción de la soledad y el fortalecimiento de las redes sociales de las personas mayores. No obstante, también pone de relieve la importancia de seguir avanzando en el desarrollo de mecanismos de evaluación más sistemáticos que permitan medir con mayor precisión el impacto de estas intervenciones.

Diversidad de perfiles de personas mayores destinatarias

El análisis de las iniciativas pone de manifiesto que la soledad no deseada en personas mayores no afecta a un único tipo de población, sino que se manifiesta en situaciones y contextos diversos. En consecuencia, las intervenciones desarrolladas se dirigen a perfiles heterogéneos de personas mayores, cuyas necesidades y condiciones de vida pueden diferir significativamente.

Uno de los perfiles más frecuentes en las iniciativas analizadas es el de **personas mayores que viven solas y cuentan con redes sociales limitadas o poco activas**. En estos casos, la ausencia o debilidad de relaciones sociales significativas incrementa el riesgo de aislamiento emocional. Las iniciativas dirigidas a este colectivo suelen centrarse en estrategias de acompañamiento social individual o en servicios de escucha que permiten establecer vínculos personales continuados.

Otro perfil relevante es el de **personas mayores con limitaciones de movilidad o problemas de salud** que dificultan su participación en actividades sociales o comunitarias. En estos casos, la soledad puede verse agravada por la dificultad para desplazarse o mantener una vida social activa. Las intervenciones orientadas a este

Financiación

Realización

colectivo suelen incluir acompañamiento domiciliario, programas de apoyo telefónico o el uso de herramientas digitales que faciliten el contacto social.

También se identifican iniciativas dirigidas a **personas mayores que mantienen un buen nivel de autonomía pero que experimentan procesos de aislamiento social progresivo**, a menudo asociados a cambios en su ciclo vital, como la jubilación, la pérdida de la pareja o la reducción de las redes sociales. En estos casos, las intervenciones se orientan principalmente a promover la participación social mediante actividades grupales, espacios de encuentro y programas de dinamización comunitaria.

Asimismo, algunas iniciativas prestan especial atención a **personas mayores en contextos de vulnerabilidad social**, donde la soledad se combina con otras dificultades relacionadas con la situación económica, el acceso a recursos o la ausencia de redes de apoyo familiar. En estas situaciones, las intervenciones suelen adoptar un enfoque más integral que combina acompañamiento social, orientación y acceso a recursos comunitarios.

Finalmente, el análisis también muestra la existencia de iniciativas dirigidas a **personas mayores afectadas por la brecha digital**, cuya falta de acceso o habilidades en el uso de tecnologías de la comunicación puede limitar sus oportunidades de relación social. En estos casos, las intervenciones se centran en el acompañamiento tecnológico y la formación digital, con el objetivo de ampliar las posibilidades de comunicación y participación social.

En conjunto, la diversidad de perfiles identificados pone de relieve que la soledad no deseada en personas mayores responde a situaciones muy diversas y requiere de respuestas adaptadas a **las características y necesidades específicas de los distintos colectivos**, combinando diferentes formas de intervención según el grado de autonomía, las redes sociales disponibles y el contexto de vida de las personas mayores.

Contextos territoriales: diferencias entre entornos rurales y urbanos

El análisis de las iniciativas también permite identificar algunas diferencias en las estrategias de intervención según el contexto territorial en el que se desarrollan. Aunque los objetivos de las iniciativas suelen ser similares —prevenir o reducir la soledad no deseada y fortalecer las redes sociales de las personas mayores—, las características del entorno rural y urbano influyen en la forma en que se diseñan y aplican las intervenciones.

En los entornos urbanos, las iniciativas suelen desarrollarse en contextos caracterizados por una mayor densidad de población, una mayor disponibilidad de recursos institucionales y una mayor diversidad de servicios y entidades sociales. Sin embargo, estos contextos también pueden presentar niveles elevados de anonimato y relaciones

Financiación

Realización

vecinales más débiles, lo que dificulta la detección temprana de situaciones de aislamiento. En este tipo de contextos, muchas iniciativas desarrollan **estrategias estructuradas de detección y acompañamiento**, implicando a diferentes actores del entorno local, como asociaciones vecinales, comercios de proximidad, farmacias o servicios sociales, con el objetivo de identificar situaciones de soledad que de otro modo podrían pasar desapercibidas.

En los entornos rurales, por el contrario, las comunidades suelen caracterizarse por relaciones sociales más cercanas y por un mayor conocimiento mutuo entre vecinos. Estas características pueden facilitar la detección informal de situaciones de aislamiento, ya que los cambios en los hábitos o en la presencia de una persona mayor en la vida comunitaria pueden ser más fácilmente percibidos por el entorno. Sin embargo, los entornos rurales presentan también desafíos específicos, como la dispersión geográfica, las dificultades de movilidad o la menor disponibilidad de recursos y servicios especializados.

En este contexto, las iniciativas desarrolladas en zonas rurales suelen apoyarse con mayor intensidad en **las redes comunitarias existentes y en la participación de actores locales**, como asociaciones, ayuntamientos o redes de voluntariado. Asimismo, en algunos casos se incorporan herramientas de acompañamiento telefónico o digital que permiten mantener el contacto con personas mayores que viven en zonas aisladas o con dificultades de desplazamiento.

En conjunto, el análisis sugiere que las diferencias entre contextos rurales y urbanos no radican tanto en los objetivos de las intervenciones como en **las estrategias utilizadas para alcanzarlos**. Mientras que en entornos urbanos se observa una mayor institucionalización de los programas y una mayor diversidad de recursos disponibles, en contextos rurales las intervenciones tienden a apoyarse más intensamente en las redes comunitarias y en las relaciones sociales existentes.

Estas diferencias ponen de manifiesto la importancia de adaptar las intervenciones a las características del territorio, teniendo en cuenta tanto la disponibilidad de recursos como la estructura de las redes sociales y comunitarias existentes.

Estrategias para identificar y llegar a las personas mayores más aisladas e invisibles al sistema

Uno de los principales retos en la prevención y reducción de la soledad no deseada consiste en identificar y contactar con aquellas personas mayores que se encuentran en situaciones de aislamiento más severo. Se trata de personas que, en muchos casos, no participan en actividades comunitarias, mantienen escaso contacto con redes sociales o

Financiación

Realización

familiares y tampoco recurren a los servicios sociales o a los recursos disponibles en su entorno.

Las iniciativas analizadas muestran que llegar a este colectivo requiere **estrategias proactivas de detección y aproximación**, ya que las personas más aisladas suelen permanecer fuera del alcance de los canales habituales de intervención social. En este sentido, varias experiencias desarrollan mecanismos específicos orientados a identificar situaciones de aislamiento que no han sido previamente detectadas por los servicios sociales.

Una de las estrategias más frecuentes consiste en **activar redes comunitarias de detección**, implicando a actores del entorno cotidiano de las personas mayores, como comercios de proximidad, farmacias, asociaciones vecinales o entidades comunitarias. Estos actores, al mantener un contacto habitual con la población del barrio o del municipio, pueden detectar señales de aislamiento o cambios en los hábitos de personas mayores que viven solas, facilitando así la identificación temprana de situaciones de vulnerabilidad.

Otra estrategia relevante es la **colaboración con profesionales del territorio**, como trabajadores sociales, personal sanitario, servicios de atención domiciliaria o entidades del tercer sector. La coordinación entre estos actores permite compartir información y mejorar la capacidad de detección de situaciones de soledad que requieren una intervención específica.

Además, algunas iniciativas contemplan **estrategias de aproximación progresiva** a las personas mayores en situación de aislamiento. Este proceso puede incluir visitas iniciales de carácter exploratorio, llamadas telefónicas de seguimiento o encuentros informales que permitan generar confianza antes de incorporar a la persona a otras actividades o programas de apoyo.

Finalmente, varias iniciativas utilizan **canales accesibles de contacto**, como líneas telefónicas de escucha o programas de acompañamiento telefónico, que pueden resultar especialmente adecuados para personas que presentan dificultades de movilidad o que muestran reticencias iniciales a participar en actividades presenciales.

En conjunto, el análisis de las iniciativas pone de relieve que la identificación de las personas mayores más aisladas requiere una combinación de estrategias que integren la participación del entorno comunitario, la coordinación entre distintos profesionales del territorio y la creación de canales de contacto accesibles que permitan establecer relaciones de confianza con las personas mayores.

Financiación



Realización



Papel del voluntariado y del tercer sector en la Iniciativas

El análisis de las iniciativas pone de manifiesto el papel central que desempeñan el voluntariado y las organizaciones del tercer sector en el desarrollo de muchas intervenciones orientadas a prevenir o reducir la soledad no deseada en personas mayores. En numerosas experiencias, el voluntariado constituye un elemento clave para el desarrollo de actividades de acompañamiento social, dinamización comunitaria o apoyo en actividades grupales.

La participación de personas voluntarias permite establecer relaciones sociales cercanas y menos institucionalizadas con las personas mayores, lo que facilita la creación de vínculos personales significativos. Estas relaciones pueden desarrollarse a través de diferentes modalidades, como visitas domiciliarias, llamadas telefónicas periódicas, acompañamiento a actividades o participación conjunta en espacios comunitarios.

Además de su papel en el acompañamiento directo, el voluntariado también contribuye en algunos casos a la **detección de situaciones de aislamiento**, ya que las personas voluntarias pueden identificar cambios en la situación personal o social de las personas mayores con las que mantienen contacto regular. Esta función resulta especialmente relevante en iniciativas que desarrollan seguimiento continuado de las personas participantes.

El análisis de las experiencias muestra asimismo la importancia de combinar la participación del voluntariado con la coordinación de equipos profesionales. En muchas iniciativas, los profesionales se encargan de tareas como la planificación de las intervenciones, la formación y el acompañamiento del voluntariado, la gestión de los casos o la coordinación con otros recursos del territorio. Este modelo mixto permite aprovechar el potencial relacional del voluntariado al tiempo que se garantiza la calidad y continuidad de las intervenciones.

Por otro lado, el tercer sector desempeña un papel relevante en el impulso y desarrollo de muchas de las iniciativas analizadas. Organizaciones sociales, asociaciones y fundaciones actúan frecuentemente como entidades promotoras o gestoras de programas, aportando experiencia en la intervención social, capacidad de movilización de voluntariado y conocimiento del contexto comunitario.

En conjunto, el análisis sugiere que la combinación de **voluntariado, entidades sociales y coordinación profesional** constituye uno de los elementos característicos de muchas iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada en personas mayores, permitiendo ampliar el alcance de las intervenciones y reforzar su dimensión relacional y comunitaria.

Financiación

Realización

Intergeneracionalidad y generación de vínculos sociales más allá de las redes entre personas mayores

El análisis de las iniciativas pone de manifiesto que algunas experiencias incorporan la **dimensión intergeneracional** como elemento relevante para prevenir o reducir la soledad no deseada en personas mayores. Estas iniciativas promueven espacios de encuentro y colaboración entre personas de diferentes generaciones, con el objetivo de favorecer el intercambio de conocimientos, experiencias y apoyos mutuos.

Las actividades intergeneracionales pueden adoptar formas diversas, como programas de mentoría entre personas mayores y jóvenes, proyectos educativos desarrollados en colaboración con centros escolares, actividades culturales o comunitarias compartidas, o iniciativas que promueven el intercambio de habilidades entre generaciones. Este tipo de experiencias contribuye a generar relaciones sociales significativas que trascienden los círculos habituales de relación de las personas mayores.

Además de ampliar las oportunidades de interacción social, las iniciativas intergeneracionales pueden contribuir a **reducir estereotipos asociados a la edad** y a fortalecer el reconocimiento del papel social de las personas mayores dentro de la comunidad. La participación en actividades compartidas permite visibilizar sus conocimientos, trayectorias y capacidades, favoreciendo relaciones basadas en el respeto y el aprendizaje mutuo.

Desde la perspectiva de la prevención de la soledad no deseada, estas iniciativas pueden desempeñar un papel relevante al **diversificar las redes sociales de las personas mayores** y generar nuevos espacios de relación. Al mismo tiempo, contribuyen a fortalecer la cohesión social y a promover comunidades más inclusivas en las que el diálogo entre generaciones se convierte en un elemento central de la vida comunitaria.

Prevención y atención a situaciones de soledad severa

El análisis de las iniciativas permite distinguir entre intervenciones orientadas principalmente a la **prevención de la soledad no deseada** y aquellas dirigidas a abordar **situaciones de aislamiento social más severo**. Esta distinción resulta relevante para comprender la diversidad de estrategias existentes y los diferentes niveles de intervención que se desarrollan en este ámbito.

Las iniciativas de carácter preventivo suelen dirigirse a personas mayores que mantienen cierto nivel de autonomía y participación social, pero que pueden encontrarse en riesgo de aislamiento debido a cambios en su situación vital, como la jubilación, la pérdida de la pareja o la reducción progresiva de sus redes sociales. En estos casos, las

Financiación

Realización

intervenciones se centran en promover la participación social, facilitar el acceso a actividades comunitarias y generar oportunidades para la creación de nuevas relaciones.

Este tipo de iniciativas suele incluir talleres, actividades grupales, encuentros comunitarios o programas de dinamización social que fomentan la interacción entre personas mayores y refuerzan su vinculación con la comunidad.

Por otro lado, algunas iniciativas se orientan específicamente a personas que ya se encuentran en **situaciones de soledad intensa o aislamiento social significativo**. En estos casos, las intervenciones suelen ser más intensivas e incluyen estrategias de acompañamiento individual, seguimiento personalizado o apoyo emocional continuado. Estas intervenciones buscan ofrecer un apoyo más directo y sostenido a personas que presentan redes sociales muy limitadas o que experimentan dificultades para participar en actividades comunitarias.

La coexistencia de estos dos tipos de intervención pone de relieve la importancia de desarrollar **estrategias complementarias** que permitan actuar tanto en la prevención del aislamiento como en la atención a situaciones de mayor vulnerabilidad. En muchos casos, las iniciativas más completas combinan ambos enfoques, ofreciendo actividades abiertas de participación social junto con programas específicos de acompañamiento dirigidos a personas en situación de mayor aislamiento.

En conjunto, el análisis sugiere que la combinación de estrategias preventivas y de intervención directa constituye un elemento clave para abordar de manera integral la soledad no deseada en personas mayores.

Con el fin de sintetizar los principales aprendizajes derivados del análisis de las iniciativas, la siguiente tabla recoge de manera resumida los elementos más relevantes identificados en las distintas dimensiones analizadas.

Financiación



Realización



PRINCIPALES APRENDIZAJES DEL ANÁLISIS TRANSVERSAL DE LAS INICIATIVAS EFICACES

MAPinSOL

Dimensión analizada	Principales hallazgos	Implicaciones para la intervención
Estrategias de intervención	Las iniciativas combinan distintos tipos de actuaciones: acompañamiento individual, participación social y activación comunitaria.	Las intervenciones más completas integran diferentes niveles de actuación (individual, relacional y comunitario).
Resultados observados	Se reportan mejoras en bienestar emocional, ampliación de redes sociales y aumento de la participación social.	Las intervenciones deben centrarse en fortalecer vínculos sociales significativos y oportunidades de interacción.
Perfiles de personas destinatarias	Las iniciativas se dirigen a perfiles diversos: personas que viven solas, con movilidad reducida, en riesgo de aislamiento o con redes sociales limitadas.	Es necesario adaptar las intervenciones a distintos grados de autonomía y situaciones de vulnerabilidad.
Contexto territorial	Las iniciativas urbanas suelen apoyarse en estructuras institucionales más amplias, mientras que en entornos rurales destacan las redes comunitarias informales.	Las intervenciones deben adaptarse a las características sociales y territoriales de cada contexto.
Detección de situaciones de soledad	Las personas más aisladas suelen quedar fuera de los canales habituales de intervención.	Es necesario desarrollar estrategias proactivas de detección que impliquen a la comunidad y a profesionales del territorio.
Redes comunitarias	La implicación de asociaciones, comercios y vecinos facilita la identificación y el acompañamiento de personas mayores en situación de aislamiento.	Fortalecer las redes comunitarias mejora la capacidad de respuesta frente a la soledad no deseada.
Intergeneracionalidad	Algunas iniciativas promueven el encuentro entre generaciones como forma de ampliar las redes sociales y fortalecer la cohesión social.	Los programas intergeneracionales pueden contribuir a diversificar las relaciones sociales de las personas mayores.
Inclusión digital	La brecha digital puede limitar las oportunidades de relación social y acceso a recursos.	Incorporar acciones de alfabetización digital y acompañamiento tecnológico puede ampliar las oportunidades de comunicación.
Sostenibilidad de las iniciativas	La continuidad suele depender de la coordinación entre entidades, el apoyo institucional y la movilización de voluntariado.	Integrar las iniciativas en redes institucionales y comunitarias favorece su estabilidad en el tiempo.
Transferibilidad	Muchas iniciativas presentan metodologías relativamente sencillas que pueden adaptarse a distintos contextos territoriales.	La sistematización y difusión de buenas prácticas facilita la replicación de experiencias exitosas.

Financiación

Realización

3.2.3 Estrategias de intervención frente a la soledad no deseada: un enfoque por niveles

El análisis transversal de las iniciativas permite ir más allá de la clasificación de modelos de intervención presentada anteriormente y observar que, a pesar de la diversidad de programas existentes, muchas de las experiencias analizadas comparten formas de actuación similares frente a la soledad no deseada.

Estas formas de intervención pueden entenderse como **estrategias que atraviesan los distintos modelos identificados**, y que permiten abordar el fenómeno de la soledad desde diferentes ámbitos de la vida social de las personas mayores. A partir del análisis comparado de las iniciativas, estas estrategias pueden organizarse en **tres niveles de intervención complementarios: individual, relacional y comunitario**

Intervenciones a nivel individual

Las intervenciones situadas en este nivel se dirigen directamente a la persona mayor con el objetivo de ofrecer apoyo emocional y reducir el sentimiento de soledad mediante relaciones personales continuadas.

Entre las actuaciones más frecuentes se encuentran los programas de acompañamiento social individual, que pueden desarrollarse mediante visitas domiciliarias, encuentros presenciales o llamadas telefónicas periódicas. Estas intervenciones suelen centrarse en la escucha activa, la conversación y la construcción de vínculos personales significativos.

Este tipo de actuaciones resulta especialmente relevante para personas mayores con redes sociales muy limitadas o con dificultades de movilidad que restringen su participación en actividades comunitarias.

Intervenciones a nivel relacional

El segundo nivel de intervención se orienta a fortalecer las relaciones sociales de las personas mayores y facilitar la creación de nuevos vínculos. En este ámbito se sitúan las iniciativas que promueven la participación social mediante actividades grupales, espacios de encuentro o programas de dinamización comunitaria.

Asimismo, algunas intervenciones incorporan actuaciones orientadas a reducir la brecha digital y facilitar el uso de herramientas tecnológicas que permitan ampliar las oportunidades de comunicación y relación social. La formación en el uso de estas herramientas puede facilitar el contacto con familiares, amistades y redes comunitarias.

Financiación

Realización

Estas actuaciones contribuyen a ampliar las redes sociales de las personas mayores y a reforzar su participación en la vida comunitaria.

Intervenciones a nivel comunitario

Finalmente, algunas iniciativas actúan sobre el entorno social y comunitario con el objetivo de fortalecer las redes de apoyo del territorio y mejorar la capacidad de detección de situaciones de aislamiento.

En este nivel se sitúan las iniciativas que implican a actores del entorno local — como asociaciones vecinales, comercios de proximidad, farmacias o entidades comunitarias— con el fin de generar comunidades más atentas a las situaciones de soledad y capaces de activar mecanismos de apoyo cuando es necesario.

Este enfoque reconoce que la soledad no deseada no es únicamente un problema individual, sino también un fenómeno relacionado con el funcionamiento de las redes sociales y comunitarias del territorio.

Este enfoque por niveles permite comprender cómo distintas actuaciones pueden complementarse entre sí y contribuir conjuntamente a la prevención o reducción de la soledad no deseada.

La consideración conjunta de estos tres niveles permite comprender de forma más amplia las formas en que se está abordando la soledad no deseada en personas mayores.

Las iniciativas analizadas suelen combinar diferentes tipos de intervención, articulando actuaciones dirigidas a la persona, acciones orientadas a fortalecer las relaciones sociales y mecanismos destinados a activar el entorno comunitario.

A partir de este análisis es posible identificar una serie de **claves para la intervención frente a la soledad no deseada**, que se presentan en el apartado siguiente y que recogen los principales aprendizajes derivados del estudio de las iniciativas analizadas.

3.2.4 Claves para la intervención frente a la soledad no deseada en personas mayores

A partir del conjunto de evidencias recogidas en el análisis transversal, es posible identificar algunas claves que pueden orientar el diseño y desarrollo de iniciativas dirigidas a prevenir o reducir la soledad no deseada en personas mayores.

El análisis transversal de las iniciativas permite identificar una serie de elementos que parecen contribuir de manera significativa al desarrollo y consolidación de intervenciones orientadas a prevenir o reducir la soledad no deseada en personas mayores. Aunque las experiencias analizadas presentan enfoques diversos y se desarrollan en contextos territoriales distintos, es posible reconocer algunos factores

Financiación

Realización

comunes que ayudan a comprender qué características comparten las iniciativas que muestran resultados positivos.

Estas claves deben entenderse como **orientaciones que pueden contribuir a mejorar el diseño y la implementación de programas dirigidos a abordar la soledad no deseada**, teniendo en cuenta las características del territorio, los recursos disponibles y las necesidades de las personas mayores.

Elementos asociados a la eficacia de las iniciativas

El análisis de las experiencias recopiladas sugiere que algunas características aparecen con mayor frecuencia en aquellas iniciativas que reportan resultados positivos en términos de reducción del sentimiento de soledad o fortalecimiento de las redes sociales de las personas mayores.

Uno de los elementos más relevantes es la **continuidad de las relaciones de acompañamiento**. Las intervenciones que promueven vínculos estables en el tiempo, ya sea mediante acompañamiento individual o mediante la participación continuada en actividades grupales, parecen favorecer la generación de relaciones significativas y la construcción de redes de apoyo duraderas.

Otro elemento importante es la **combinación de diferentes tipos de intervención**. Muchas iniciativas integran actuaciones dirigidas a la persona mayor con actividades grupales o acciones comunitarias, lo que permite abordar distintas dimensiones de la soledad no deseada y ampliar las oportunidades de relación social. La incorporación de actuaciones dirigidas a desarrollar las competencias digitales de las personas mayores contribuyen a ampliar las oportunidades de interacción social, especialmente en situaciones en las que las limitaciones de movilidad dificultan la participación en actividades presenciales.

Asimismo, las iniciativas que facilitan **espacios de participación activa de las personas mayores** suelen mostrar resultados positivos en términos de bienestar emocional y fortalecimiento de las redes sociales. La posibilidad de participar en actividades significativas y de establecer relaciones en contextos de confianza contribuye a reforzar el sentido de pertenencia y la autoestima.

Financiación



Realización



Factores que contribuyen al éxito de las intervenciones

Además de las características asociadas a la eficacia de las intervenciones, el análisis permite identificar algunos factores que parecen facilitar el desarrollo y la consolidación de las iniciativas.

Uno de los factores más relevantes es la **implicación de diferentes actores del territorio**. Muchas iniciativas se desarrollan mediante la colaboración entre administraciones públicas, organizaciones del tercer sector, redes de voluntariado y otros agentes comunitarios. Esta cooperación permite movilizar recursos diversos, mejorar la detección de situaciones de aislamiento y ampliar el alcance de las intervenciones.

Otro factor importante es la **combinación de intervención profesional y participación del voluntariado**. Los equipos profesionales aportan conocimiento técnico, capacidad de coordinación y seguimiento de las intervenciones, mientras que el voluntariado contribuye a generar relaciones sociales cercanas y a ampliar las oportunidades de acompañamiento.

Asimismo, el **conocimiento del contexto local** y la adaptación de las intervenciones a las características del territorio y de la población destinataria aparecen como elementos relevantes para el desarrollo de iniciativas eficaces.

Sostenibilidad de las iniciativas

El análisis de las experiencias también permite identificar algunos factores que contribuyen a la continuidad de las iniciativas en el tiempo.

Entre ellos destaca la **integración de las intervenciones en redes institucionales o comunitarias existentes**, lo que facilita la coordinación entre recursos y contribuye a consolidar los programas dentro de las políticas locales de atención a las personas mayores.

La **flexibilidad en el diseño de las intervenciones** constituye también un elemento relevante para su sostenibilidad. Las iniciativas que permiten adaptarse a las necesidades cambiantes de las personas mayores y a las características del territorio suelen mostrar mayor capacidad de continuidad.

Asimismo, la existencia de **estructuras de coordinación claras y de mecanismos de seguimiento** contribuye a mejorar la organización de las iniciativas y a fortalecer su estabilidad a medio y largo plazo.

Financiación

Realización

Transferencia y replicabilidad

Finalmente, el análisis pone de manifiesto que muchas de las iniciativas analizadas presentan características que facilitan su adaptación a otros contextos territoriales.

Entre los elementos que favorecen la transferibilidad de estas experiencias se encuentran la **claridad en la definición de los objetivos y de las metodologías de intervención**, la existencia de modelos organizativos relativamente sencillos y la posibilidad de implicar a actores del entorno comunitario.

Además, la utilización de mecanismos de intervención accesibles —como el acompañamiento social, las actividades grupales o los programas de apoyo telefónico— permite que estas iniciativas puedan adaptarse a distintos contextos con recursos relativamente limitados.

En conjunto, la sistematización y difusión de estas experiencias a través del mapa digital desarrollado en el proyecto MAPinSOL contribuye a facilitar el intercambio de conocimiento y a promover la adopción de iniciativas que han mostrado resultados positivos en la prevención o reducción de la soledad no deseada en personas mayores.

3.2.5 Conclusiones, recomendaciones y oportunidades de mejora

Conclusiones principales

El análisis de las iniciativas recopiladas en el marco del proyecto MAPinSOL pone de manifiesto la diversidad de respuestas que se están desarrollando en distintos territorios para abordar la soledad no deseada en personas mayores. A pesar de esta diversidad, el estudio permite identificar algunos elementos comunes que ayudan a comprender cómo se están configurando las intervenciones en este ámbito.

En primer lugar, el análisis confirma que **la soledad no deseada es un fenómeno complejo y multidimensional**, que requiere respuestas igualmente diversas. Las iniciativas analizadas muestran que no existe una única forma de intervención, sino una combinación de enfoques que actúan sobre diferentes dimensiones del bienestar relacional de las personas mayores.

En segundo lugar, las experiencias estudiadas evidencian la importancia de **articular intervenciones que combinen distintos niveles de actuación**. Las iniciativas más completas integran acciones dirigidas a la persona mayor —como el acompañamiento social— con actuaciones orientadas a fortalecer las relaciones sociales y con iniciativas destinadas a activar el entorno comunitario.

En tercer lugar, el análisis pone de relieve el papel central que desempeñan **las redes comunitarias y el voluntariado** en muchas de las intervenciones. La implicación de

Financiación

Realización

actores del territorio —organizaciones sociales, asociaciones vecinales, comercios o profesionales de distintos ámbitos— permite ampliar la capacidad de detección de situaciones de aislamiento y fortalecer las redes de apoyo social.

Asimismo, el estudio pone de manifiesto la importancia de desarrollar **estrategias específicas para identificar y llegar a las personas mayores más aisladas**, que en muchos casos permanecen fuera del alcance de los recursos sociales convencionales. La activación de redes comunitarias, la coordinación entre profesionales del territorio y la utilización de canales accesibles de contacto aparecen como elementos clave para abordar este reto.

Finalmente, el análisis revela que, aunque muchas iniciativas reportan resultados positivos en términos de bienestar emocional y fortalecimiento de las redes sociales, **la evaluación sistemática del impacto sigue siendo limitada** en numerosos programas. Avanzar en el desarrollo de mecanismos de evaluación más estructurados constituye, por tanto, un desafío relevante para mejorar el conocimiento sobre la eficacia de las intervenciones.

Recomendaciones para la intervención

A partir del análisis realizado, es posible identificar una serie de orientaciones que pueden contribuir al diseño y desarrollo de intervenciones dirigidas a prevenir o reducir la soledad no deseada en personas mayores.

En primer lugar, resulta recomendable **promover enfoques de intervención integrales**, que combinen actuaciones dirigidas a la persona mayor con iniciativas orientadas a fortalecer las relaciones sociales y a activar el entorno comunitario. La combinación de diferentes tipos de intervención permite abordar de manera más completa las distintas dimensiones de la soledad.

En este sentido, el desarrollo de iniciativas que favorezcan el encuentro entre generaciones puede contribuir a ampliar las redes sociales de las personas mayores y reforzar la cohesión social en la comunidad. La promoción de espacios de intercambio y colaboración entre personas de distintas edades —por ejemplo, a través de proyectos comunitarios, educativos o culturales— puede favorecer la creación de vínculos significativos, la superación de prejuicios y diversificar las oportunidades de relación social.

En esta misma línea, incorporar acciones de alfabetización digital y acompañamiento tecnológico que favorezcan el acceso a herramientas digitales y el desarrollo de competencias para su uso pueden contribuir a ampliar las oportunidades de comunicación, participación social y acceso a recursos comunitarios.

Financiación

Realización

En segundo lugar, es importante **reforzar las estrategias de detección temprana de situaciones de aislamiento**, especialmente en el caso de personas mayores que no participan en actividades comunitarias o que no mantienen contacto habitual con los servicios sociales. En este sentido, la implicación de actores del entorno cotidiano — como comercios, farmacias, asociaciones o profesionales de atención primaria— puede contribuir a mejorar la identificación de situaciones de vulnerabilidad.

Asimismo, resulta conveniente **fomentar la participación activa de las personas mayores en el diseño y desarrollo de las iniciativas**, favoreciendo su protagonismo en la creación de espacios de encuentro y en la dinamización de actividades comunitarias. Este enfoque contribuye a fortalecer el sentido de pertenencia y a generar relaciones sociales más significativas.

Otra recomendación relevante es **reforzar la colaboración entre administraciones públicas, organizaciones del tercer sector y redes comunitarias**, con el fin de mejorar la coordinación de recursos y ampliar el alcance de las intervenciones.

Por último, se recomienda **incorporar mecanismos de evaluación más sistemáticos en las iniciativas**, que permitan medir de forma más precisa los efectos de las intervenciones y generar conocimiento útil para mejorar el diseño de programas futuros.

Oportunidades de mejora y líneas futuras

El análisis realizado permite identificar también algunas oportunidades de mejora que pueden orientar el desarrollo de futuras iniciativas en este ámbito.

En primer lugar, sería deseable avanzar en **la sistematización y evaluación de las intervenciones**, incorporando herramientas que permitan medir de forma más precisa los cambios en el bienestar relacional y en las redes sociales de las personas mayores.

En segundo lugar, resulta necesario seguir explorando **estrategias innovadoras para llegar a las personas mayores más aisladas**, especialmente aquellas que no participan en actividades comunitarias ni mantienen contacto habitual con los servicios sociales.

Asimismo, el desarrollo de **iniciativas que integren el uso significativo de herramientas digitales** puede contribuir a ampliar las oportunidades de relación social, siempre que estas intervenciones se acompañen de procesos de formación y apoyo que permitan superar las barreras asociadas a la brecha digital.

Otra línea de mejora se relaciona con la necesidad de **fortalecer las redes comunitarias de apoyo**, promoviendo entornos sociales más atentos a las situaciones de aislamiento y capaces de activar mecanismos de acompañamiento cuando sea necesario.

Financiación

Realización

La sistematización de las iniciativas analizadas y su incorporación al mapa digital desarrollado en el marco del proyecto MAPinSOL contribuye a visibilizar experiencias relevantes y a facilitar el intercambio de conocimiento entre territorios.

De este modo, el proyecto **no solo permite identificar prácticas existentes, sino también generar un recurso que puede apoyar el diseño y desarrollo de nuevas intervenciones** orientadas a prevenir o reducir la soledad no deseada en personas mayores. La difusión de estas experiencias y de los aprendizajes derivados de su análisis puede contribuir a fortalecer las políticas y programas dirigidos a mejorar el bienestar relacional de las personas mayores y a promover comunidades más inclusivas y conectadas.

Financiación



Realización



ANEXO: MATRIZ ANÁLISIS INICIATIVAS EFICACES MAPinSOL

Dimensión de análisis	Variables consideradas
Identificación de la iniciativa	Nombre de la iniciativa, entidad promotora, ámbito territorial (local, autonómico, estatal)
Contexto territorial	Entorno urbano o rural, ámbito de intervención (barrio, municipio, comunidad)
Modelo de intervención	Acompañamiento social, participación social, activación comunitaria, apoyo emocional accesible, inclusión digital, convivencia
Objetivos de la iniciativa	Prevención de la soledad, reducción del aislamiento social, fortalecimiento de redes sociales, bienestar emocional
Perfil de las personas destinatarias	Personas mayores que viven solas, personas con limitaciones de movilidad, personas en riesgo de aislamiento social, otros perfiles específicos
Nivel de intervención	Individual, relacional, comunitario
Estrategias de actuación	Acompañamiento individual, actividades grupales, redes vecinales, participación comunitaria, apoyo telefónico, alfabetización digital
Actores implicados	Administraciones públicas, organizaciones del tercer sector, voluntariado, comunidad local
Dimensión intergeneracional	Presencia o ausencia de actividades intergeneracionales
Inclusión digital	Acciones dirigidas a reducir la brecha digital o facilitar el acceso a herramientas tecnológicas
Estrategias de detección	Identificación a través de servicios sociales, redes comunitarias, profesionales del territorio o voluntariado
Resultados reportados	Bienestar emocional, ampliación de redes sociales, participación social, acceso a recursos
Evaluación de la iniciativa	Tipo de evaluación (indicadores cuantitativos, testimonios cualitativos, encuestas, etc.)
Sostenibilidad	Continuidad en el tiempo, financiación, integración en políticas o redes locales
Transferibilidad	Posibilidad de adaptación o replicación en otros territorios

Financiación

Realización



4

LAS PERSONAS MAYORES: CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DE RELACIÓN CON EL ENTORNO Y APOYOS COMUNITARIOS



4 LAS PERSONAS MAYORES: CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DE RELACIÓN CON EL ENTORNO Y APOYOS COMUNITARIOS

4.1 introducción: Objetivos y metodología

Objetivos

El estudio tiene como finalidad analizar los hábitos de relación social y el grado de vinculación con su entorno comunitario de las personas de 65 años o más, así como identificar qué tipos de apoyos o iniciativas consideran más útiles para mantener el contacto social y participar en la vida de su comunidad. En definitiva, se trata de conocer la valoración del tipo de iniciativas y apoyos sociales que son más valorados por este grupo de personas para paliar o evitar la Soledad No Deseada (SND), lógicamente sin mencionarla de manera directa.

La investigación se ha dirigido a las personas que en los próximos años pueden verse más expuestas a situaciones donde el contacto social se reduce como consecuencia de cambios vitales propios de esta etapa, como la jubilación, la reorganización de la vida familiar o el fallecimiento de la pareja o de personas próximas con las que se mantiene una estrecha relación.

La soledad no deseada en personas mayores es un fenómeno complejo que requiere ser analizado desde diferentes perspectivas. Además del análisis de iniciativas existentes y del conocimiento aportado por expertos y profesionales, resulta fundamental incorporar la visión de las propias personas mayores.

El presente capítulo se enmarca en el estudio desarrollado dentro del proyecto MAPinSOL (Mapeando y escalando iniciativas eficaces contra la soledad no deseada en personas mayores en España), impulsado por la Fundación Padrinos de la Vejez. Este proyecto tiene como objetivo identificar, analizar y documentar iniciativas eficaces dirigidas a abordar la soledad no deseada en personas mayores, con el propósito de generar conocimiento que contribuya a mejorar las estrategias de intervención y a facilitar su adaptación y replicabilidad en distintos contextos territoriales y sociales.

En este contexto, la investigación ha incorporado la perspectiva directa de las personas mayores mediante una encuesta orientada a conocer cómo se relacionan las personas de 65 años o más con su entorno y qué acciones o apoyos consideran más útiles para mantenerse en contacto con su medio social y sentirse acompañadas.

Los resultados presentados en este capítulo permiten complementar la información obtenida mediante otras técnicas de investigación utilizadas en la investigación, contribuyendo a ofrecer una visión más amplia y diversa del fenómeno de la soledad no deseada y de las estrategias que pueden resultar más adecuadas para abordarla.

Financiación

Realización

En los apartados siguientes se presentan los principales resultados y conclusiones derivados del análisis del cuestionario, organizados en torno a las principales dimensiones analizadas. En un apartado posterior, estos resultados en relación con los ejes y retos recogidos en el Marco Estratégico Estatal de las Soledades 2026-2030, recientemente aprobado.

Metodología

El estudio se ha desarrollado a través de una encuesta online, de una duración de unos 6 minutos mediante plataforma web a población de 65 o más años. El tamaño de la muestra ha sido de 180 personas. El margen de error muestral es del $\pm 7,3\%$ para un nivel de confianza del 95% y en el supuesto de máxima indeterminación ($p=q=0,5$).

El perfil sociodemográfico es el indicado en el correspondiente apartado del punto 2. Resultados.

El cuestionario incluye 9 preguntas cerradas (algunas se ellas con opción abierta final) y 2 preguntas abiertas. Asimismo, incluye 4 preguntas de clasificación sociodemográfica.

4.2 Resultados

A continuación, se detallan los principales resultados y conclusiones del estudio.

El primer apartado hace referencia al contacto que mantiene la persona mayor con su entorno y los cambios recientes que hayan podido producirse: frecuencia, cambios en la vida social, motivos de la disminución del contacto social, etc.

Pregunta 1. Frecuencia de la relación con otras personas

La pregunta realizada fue P1. Pensando en un mes normal, ¿con qué frecuencia se relaciona personalmente con personas de fuera de su hogar (vecinos, amistades, familia, actividades, etc.)?

Las opciones de respuesta fueron:

- Casi todos los días
- Varias veces a la semana
- Una vez a la semana
- Varias veces al mes
- De manera puntual

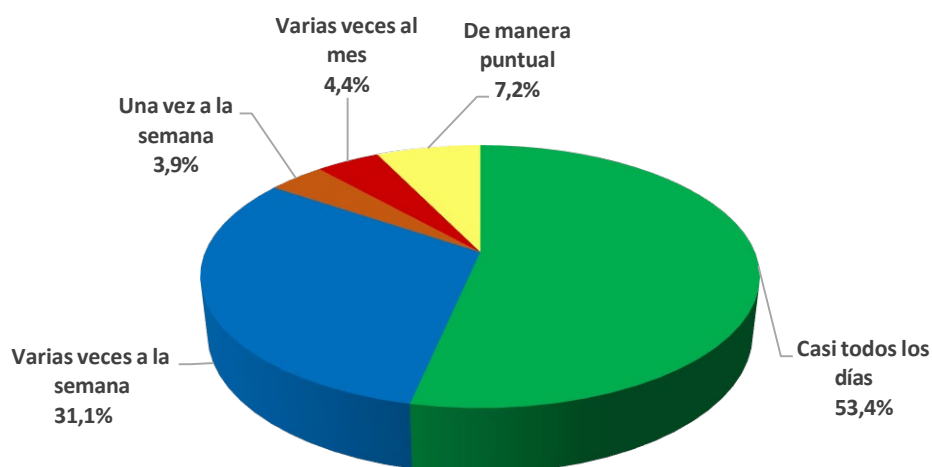
Financiación

Realización

Resultados

La tabla siguiente muestra los resultados globales:

Frecuencia contacto otras personas	%
Casi todos los días	53,3%
Varias veces a la semana	31,1%
Una vez a la semana	3,9%
Varias veces al mes	4,4%
De manera puntual	7,2%



Conclusión

El análisis de los resultados muestra que la frecuencia de relación con personas es alta, más del 84,5% relaciona casi todos los días o varias veces a la semana con estas personas. Las personas que conviven con otras personas que no son su familia, son los que presentan un porcentaje más elevado en esta frecuencia de contacto: el 100% tienen ese contacto casi todos los días o varias veces a la semana.

Financiación

Realización

Pregunta 2. Cambios en la vida social

La pregunta planteada fue: P2. En los últimos 3 años, ¿diría que su vida social presencial ...?

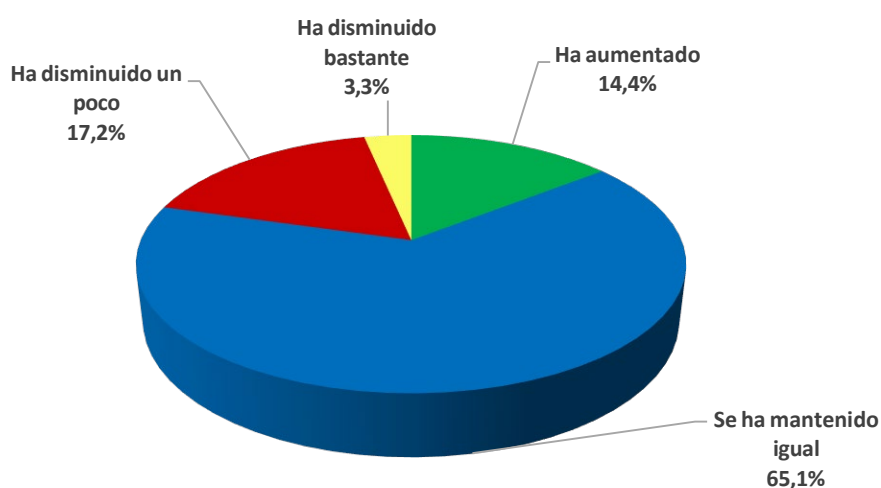
Las opciones de respuesta han sido:

- Ha aumentado
- Se ha mantenido igual
- Ha disminuido un poco
- Ha disminuido bastante

Resultados

La tabla siguiente muestra los resultados:

Cambio vida social	%
Ha aumentado	14,4%
Se ha mantenido igual	65,1%
Ha disminuido un poco	17,2%
Ha disminuido bastante	3,3%



Financiación

Realización

Conclusión

El análisis de los resultados muestra que un 20,5% de los encuestados han disminuido algo o bastante su vida social presencial. Esa disminución se da de manera más intensa en la gente más joven, sin duda ocasionado por el cambio de rol vital (abandono de la etapa laboral activa), abandono de los hijos del hogar paterno, etc. Así las personas menores de 70 años afirman que su vida social presencial ha disminuido bastante o un poco, en un 25,5% de los casos, frente al 16,1% de las personas de 70 a 75 años o el 11,2% de las personas mayores de 70 años.

Pregunta 3. Motivos en la disminución de la vida social

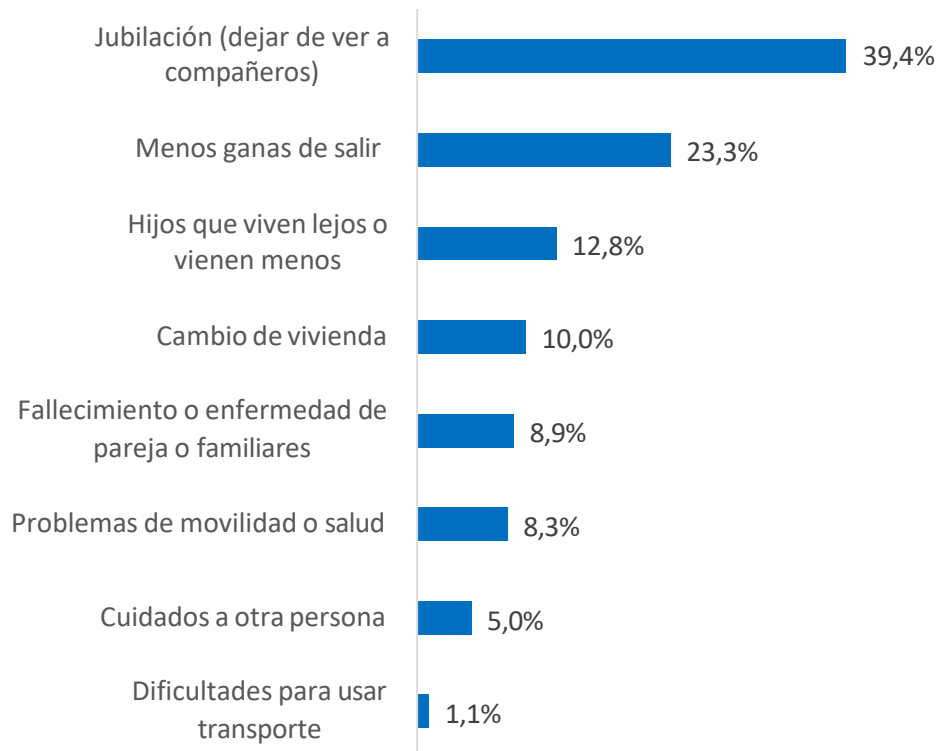
La pregunta planteada fue: P3. ¿Qué motivos han influido más en ese cambio (si lo ha habido)? (respuesta múltiple).

Los resultados son:

Motivos disminución vida social	%
Jubilación (dejar de ver a compañeros)	39,4%
Menos ganas de salir	23,3%
Hijos que viven lejos o vienen menos	12,8%
Cambio de vivienda	10,0%
Fallecimiento o enfermedad de pareja o familiares	8,9%
Problemas de movilidad o salud	8,3%
Cuidados a otra persona	5,0%
Dificultades para usar transporte	1,1%

Financiación

Realización



Conclusión

El análisis de los resultados muestra que la causa más importante para disminuir la vida social es el cambio de rol laboral que supone la jubilación. Esta causa es mencionada por casi uno de cada cuatro encuestados que han disminuido su vida social presencial. La segunda causa es “tener menos ganas de salir”, con un 23.3% que, sin duda, de alguna forma también está relacionada con el cambio de roles o tareas en el hogar (hijos que abandonan la casa de los progenitores) o la finalización de la vida laboral activa. Ambas causas suponen que la “obligación” diaria de salir a la calle: para trabajar, comprar, acompañar a los hijos, etc. desaparece resulta más difícil mantener una rutina de relación social con el entorno.

El segundo apartado del estudio analiza las barreras o dificultades para mantener las relaciones sociales, así como los posibles factores que los facilitarían

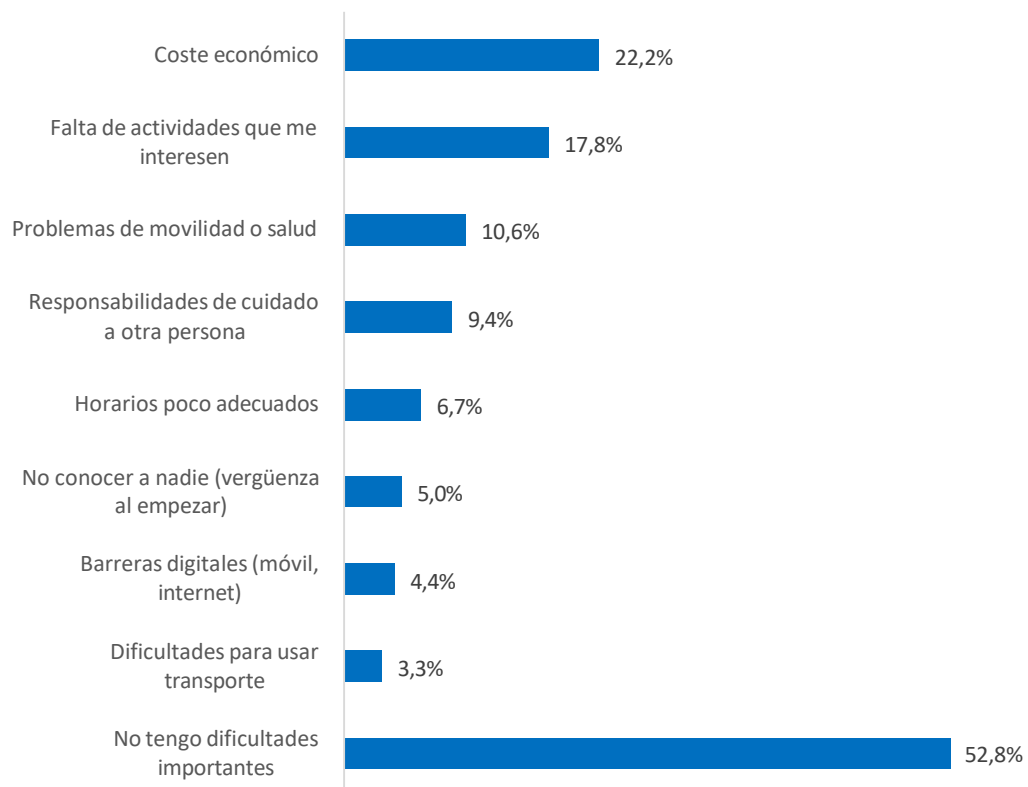
P4. Barreras o dificultades para relacionarse

La pregunta planteada fue: P4. ¿Qué cosas le dificultan más relacionarse o participar en actividades fuera de casa? (respuesta múltiple)

Financiación

Realización

Barreras o dificultades para relacionarse	%
Coste económico	22,2%
Falta de actividades que me interesen	17,8%
Problemas de movilidad o salud	10,6%
Responsabilidades de cuidado a otra persona	9,4%
Horarios poco adecuados	6,7%
No conocer a nadie (vergüenza al empezar)	5,0%
Barreras digitales (móvil, internet)	4,4%
Dificultades para usar transporte	3,3%
No tengo dificultades importantes	52,8%



Financiación

Realización

Conclusión

El 52,8% de los encuestados manifiesta que no tiene dificultades importantes para relacionarse o participar en actividades fuera de casa, lo que sin duda alguna es positivo. Si no tenemos en cuenta este ítem la primera causa para no participar en actividades comunitarias es el coste económico con un 22,2% y la ausencia de actividades que le interesen con un 17,8%. Este resultado habla de la importancia de que las actividades que se organizan a nivel comunitario para las personas mayores resulten significativas para sus intereses y que su coste sea nulo o lo más bajo posible. A continuación, la siguiente dificultad o barrera son las que tienen que ver con los problemas de salud o movilidad de las propias personas o las responsabilidades de cuidado a otras personas que aparecen en estas etapas de la vida, con un total de 20,0% de personas que aducen una u otra de estas causas.

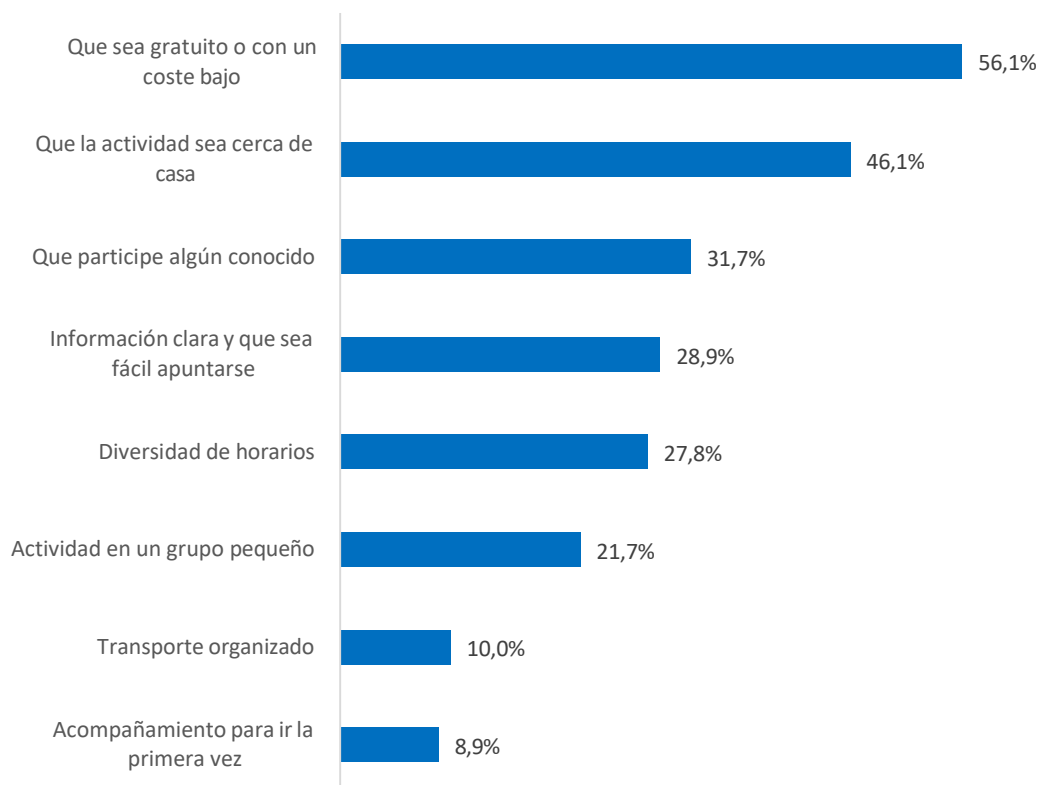
P5. Facilidades para relacionarse

La pregunta que se realizó fue: P5. ¿Qué cosas le ayudarían más a participar? (Puede seleccionar hasta 3 opciones)

Facilidades para relacionarse	%
Que sea gratuito o con un coste bajo	56,1%
Que la actividad sea cerca de casa	46,1%
Que participe algún conocido	31,7%
Información clara y que sea fácil apuntarse	28,9%
Diversidad de horarios	27,8%
Actividad en un grupo pequeño	21,7%
Transporte organizado	10,0%
Acompañamiento para ir la primera vez	8,9%

Financiación

Realización



Conclusión

El 56,1 % de los encuestados declara que las actividades sean gratuitas o con coste muy bajo es la principal facilidad para que participen en las actividades sociales. Asimismo, destaca con un 46,1 % que la actividad se desarrolle cerca de casa, concretamente es la segunda facilidad demandada. En tercer lugar, aparece una demanda que consiste que en la actividad organizada participa algún conocido, con un 31,7%.

El tercer apartado del estudio valora las acciones o apoyos que los encuestados ven más interesantes para mantener sus relaciones sociales, así como el tipo de actividades que les ayudarían a sentirse más acompañados.

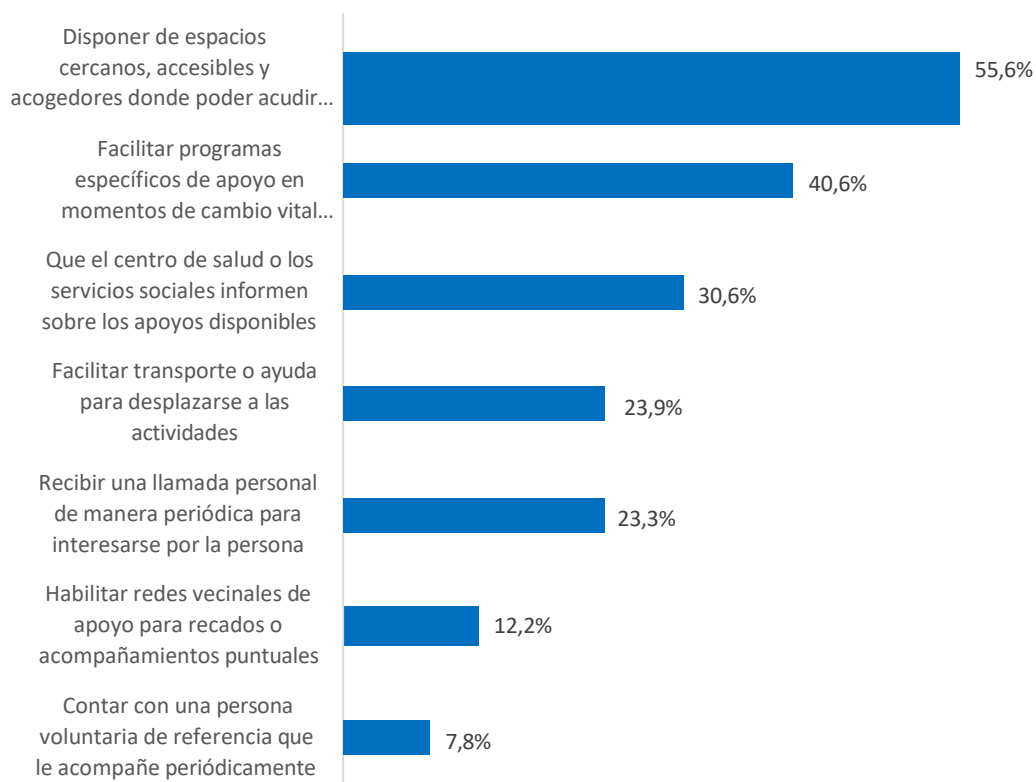
P6. Apoyos o medidas más eficaces

La pregunta planteada ha sido: P6. ¿Qué tipo de medidas o apoyos cree usted que son más eficaces para mantener el contacto con su entorno? (Puede marcar hasta 3 opciones)

Financiación

Realización

Apoyos o medidas más eficaces	%
Disponer de espacios cercanos, accesibles y acogedores donde poder acudir sin compromiso alguno	55,6%
Facilitar programas específicos de apoyo en momentos de cambio vital (jubilación, duelo, etc.)	40,6%
Que el centro de salud o los servicios sociales informen sobre los apoyos disponibles	30,6%
Facilitar transporte o ayuda para desplazarse a las actividades	23,9%
Recibir una llamada personal de manera periódica para interesarse por la persona	23,3%
Habilitar redes vecinales de apoyo para recados o acompañamientos puntuales	12,2%
Contar con una persona voluntaria de referencia que le acompañe periódicamente	7,8%



Financiación

Realización

Conclusión

El 55,6 % de los encuestados afirma que la principal medida es *Disponer de espacios cercanos, accesibles y acogedores donde poder acudir*, mientras que la segunda medida más citada es *Facilitar programas específicos de apoyo en momentos de cambio vital*, con un 40,6%. El tercer apoyo más citado es *Que el centro de salud o los servicios sociales informen sobre los apoyos disponibles* con un 30,6%. Curiosamente, por otro lado, la medida menos citada es *Contar con una persona voluntaria de referencia que le acompañe periódicamente*, con solo un 7,8%.

P7. Actividades que le ayudarían a sentirse más acompañados

La pregunta que se ha planteado ha sido: P7. De las siguientes actividades, cuáles cree que le ayudarían más a sentirse acompañado/a y a relacionarse con otras personas? (Puede marcar hasta 3 opciones)

Actividades que le ayudarían a sentirme acompañado y relacionarse con otras personas	%
Salidas organizadas cercanas al domicilio (salir a caminar, visitas culturales, etc.)	58,9%
Participar en talleres o grupos sobre temas de interés	46,1%
Acudir a encuentros informales en un entorno cercano (por ejemplo, café en el barrio)	39,4%
Recibir formación práctica para usar el móvil o las nuevas tecnologías (Internet, etc.), hacer videollamadas o gestionar citas médicas	21,7%
Poder participar en grupos de apoyo tras momentos importantes (viudedad, jubilación, duelo)	19,4%
Realizar actividades de voluntariado o colaboración comunitaria	17,2%
Participar en actividades con personas jóvenes	13,9%

Financiación

Realización



Conclusión

Las actividades que se considera por los encuestados que pueden contribuir más a que se sientan acompañados y relacionarse con otras personas son en primer lugar las salidas organizadas cercanas al domicilio, con un 58,9%. En segundo lugar, aparecen la participación en talleres o grupos sobre temas de interés con un 46,1% y, en tercer lugar, acudir a encuentros informales en un entorno cercano, con un 39,4%. Todas estas actividades ponen de manifiesto el interés de los encuestados en participar en encuentros sociales, en definitiva, en socializar en su entorno cercano con otras personas similares a ellos.

Otras actividades de apoyo puntual: talleres de digitalización, grupos de apoyo en momentos de cambio vital importante o la participación en actividades intergeneracionales, alcanzan un interés menor por parte de las personas entrevistadas.

Financiación



Realización



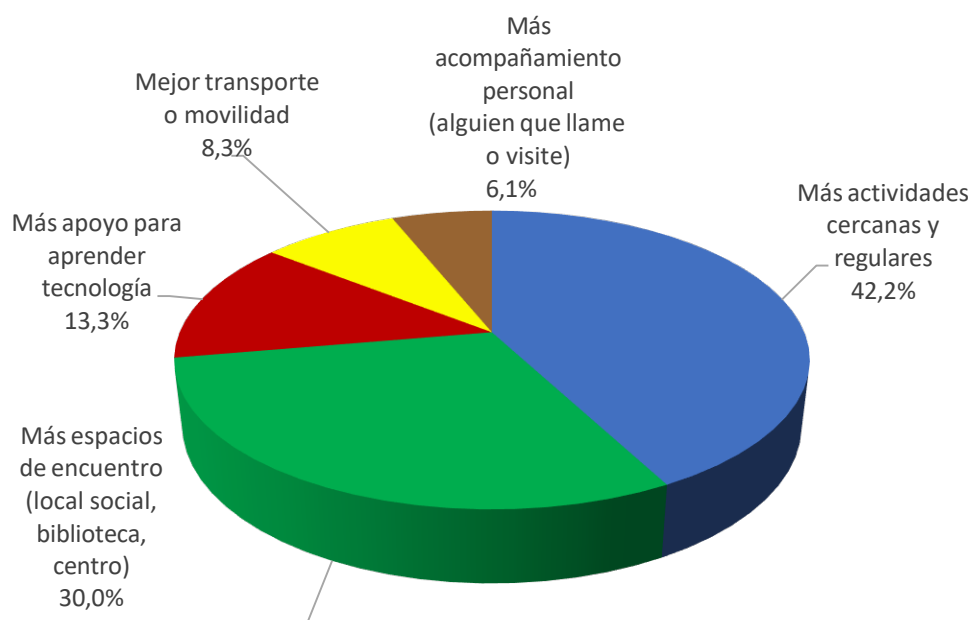
Por último, el cuarto apartado del estudio hace referencia a la prioridad que según el encuestado debería establecerse en su entorno cercano y por su disposición a participar en las actividades. En él se les preguntó a los entrevistados sobre su experiencia personal (tipo) para mantenerse socialmente conectado

P8. Prioridad para su entorno cercano (municipio, barrio, etc.)

La pregunta que se planteó fue P8. Si tuviera que elegir UNA prioridad para su municipio/barrio, ¿cuál sería?

Las respuestas tuvieron las siguientes valoraciones:

Prioridad para su municipio/barrio	%
Más actividades cercanas y regulares	42,2%
Más espacios de encuentro (local social, biblioteca, centro)	30,0%
Más apoyo para aprender tecnología	13,3%
Mejor transporte o movilidad	8,3%



Financiación

Realización

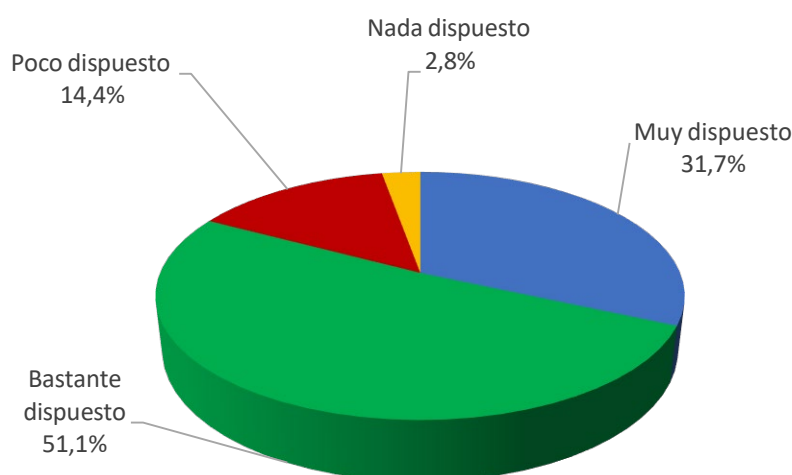
Conclusión

La prioridad más demandada por los encuestados para su entorno cercano (municipio, barrio) es la oferta de actividades cercanas y regulares con un 42,2%. Por su parte, la segunda prioridad es la de disponer de más espacios de encuentro (Local social, centro, etc.) con un 30,0%. Esto supone que más de 7 de cada 10 encuestados solicitan actividades y lugares para socializar mejor. En el extremo opuesto se encuentra el acompañamiento personal (alguien que llame o visite a las personas mayores) con un 6,1%.

P9. Disposición a participar en las actividades

La pregunta que se ha planteado es P9. ¿Hasta qué punto estaría dispuesto a participar en alguna actividad nueva en los próximos 3 meses si le encajara el tema y el horario?

Disposición a participar en las actividades	%
Muy dispuesto	31,7%
Bastante dispuesto	51,1%
Poco dispuesto	14,4%
Nada dispuesto	2,8%



Financiación

Realización

Conclusión

La disposición a participar es muy elevada: un 82,8% se declara muy o bastante dispuesto a tomar parte en alguna actividad nueva en los próximos 3 meses, frente a un 17,2% que se declara poco o nada dispuesto a participar.

P10. ¿Participa o ha participado en alguna actividad para mantener el contacto con otras personas como, por ejemplo, quedar a andar en grupo o actuar como voluntario de alguna organización? ¿Nos podría indicar en cuál/es? (respuesta en abierto)

Como parte final de la encuesta se incluyeron dos cuestiones abiertas, la primera para conocer si las personas encuestadas participaban en alguna actividad informal para mantener el contacto social. Se han codificado las respuestas abiertas y estos son los resultados para las respuestas incluidas, 165 en total:

Otras actividades para mantener el contacto con otras personas	%
Actividad física informal (caminar/pasear)	12,1%
Voluntariado / participación solidaria	5,5%
Talleres / formación	4,2%
Centro de mayores / asociaciones	3,0%
Actividad física organizada	3,0%
Relación informal con amistades	1,8%
Ámbito religioso	1,2%
Actividades culturales	0,6%
Otras formas de relación: Sí indican contacto o actividad con otras personas, pero no encajan claramente en categorías estructuradas como caminar, voluntariado, etc. A modo de ejemplo: “Salir con conocidos”, “Reuniones familiares”, “Visitar a vecinos”, “Quedar sin actividad concreta”, etc.	23,6%
No participa	44,8%

Financiación

Realización

P11. Para terminar: ¿Hay alguna acción o idea que a usted le haya ayudado (o cree que le ayudaría) a mantener el contacto con otras personas y que no hayamos mencionado? (respuesta en abierto)

Como pregunta final se ha planteado a los encuestados si podrían aportar alguna acción o idea que a ellos personalmente les hay ayudado a mantener el contacto con otras personas. Se han codificado las respuestas abiertas y estos son los resultados para las respuestas incluidas, 161 en total:

¿Acciones o ideas que a usted le haya ayudado a mantener el contacto con otras personas y que no hayamos mencionado?	%
Más actividades organizadas	8,1%
Más espacios de encuentro	3,7%
Reducir coste / gratuidad	0,6%
Otras propuestas	46,0%
Ninguna / No aporta ideas	41,6%

Como comentarios generales:

- Alta ausencia de nuevas propuestas

Un 41,6% declara explícitamente que no tiene ninguna acción adicional que aportar. Esto puede interpretarse como: Satisfacción con lo ya mencionado en el cuestionario, una falta de nuevas ideas concretas o una baja expectativa de cambio.

- Propuestas poco estructuradas

El 46% queda agrupado como “Otras propuestas”, lo que indica respuestas muy heterogéneas, generalmente: Comentarios generales o reiteraciones de ideas ya mencionadas o Propuestas poco concretas.

Entre quienes sí aportan algo concreto, la principal idea es: Más actividades organizadas (8,1%) y Más espacios de encuentro (3,7%)

Como conclusión:

- No existe una gran demanda de medidas radicalmente nuevas.

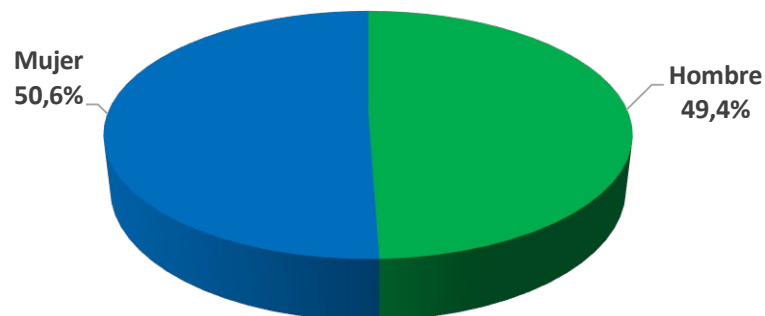
Financiación

Realización

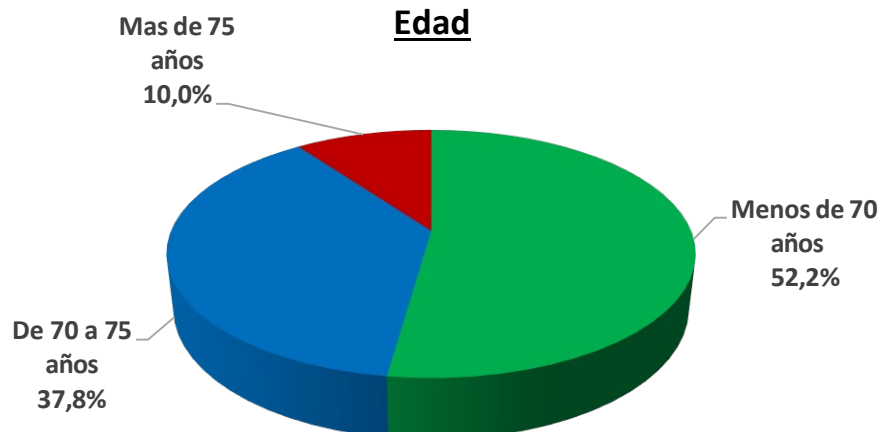
- Las necesidades ya detectadas en las preguntas cerradas (actividades cercanas, espacios de encuentro) son coherentes con las pocas propuestas espontáneas.
- La prioridad no parece ser innovar, sino implementar mejor lo ya identificado como necesario.

Perfil sociodemográfico de la muestra

Sexo

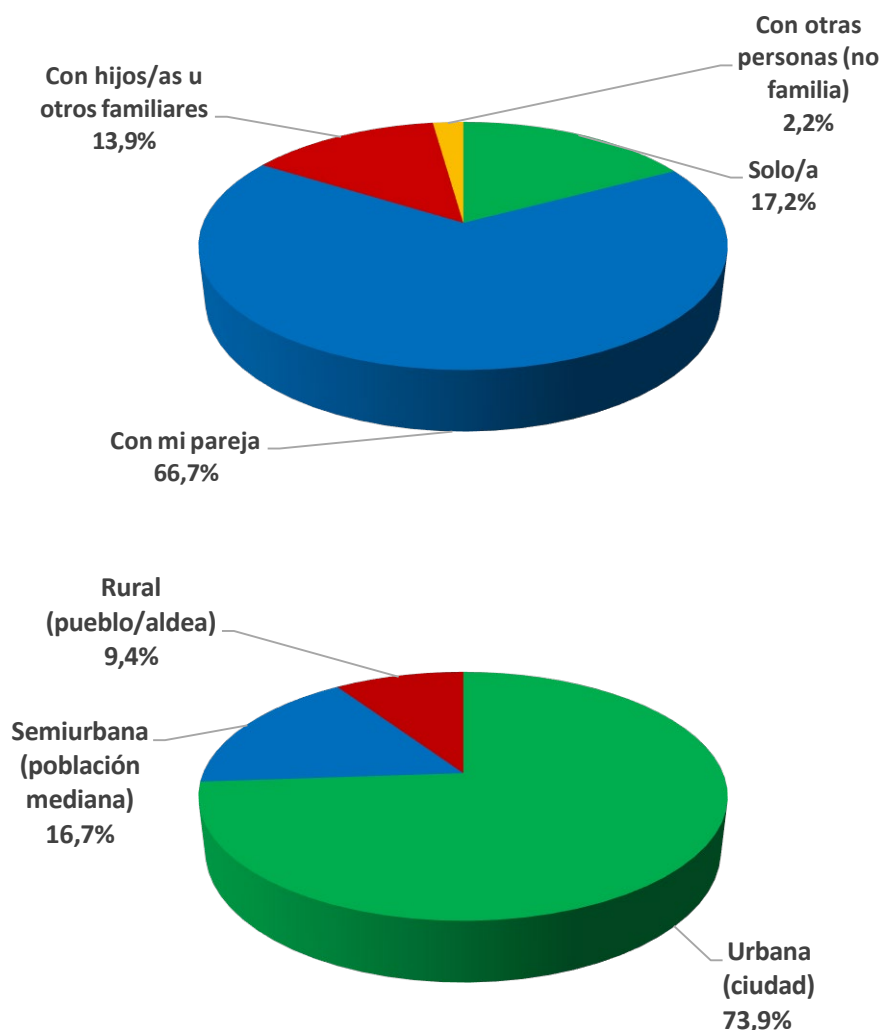


Edad



Financiación

Realización



V.3. Conclusiones y recomendaciones

El estudio llevado a cabo con personas de 65 años o más ofrece la visión sobre su relación con el entorno y los apoyos comunitarios. En términos generales, la población encuestada mantiene una vida social activa y relativamente frecuente. Más del 84% declara relacionarse casi todos los días o varias veces por semana con personas de fuera de su hogar.

Sin embargo, el estudio también destaca como una parte significativa de los encuestados afirman que su vida social presencial ha disminuido en los últimos tres años. Esta disminución es más acusada en los menores de 70 años y tiene como principal factor explicativo la jubilación. La desaparición de las obligaciones cotidianas reduce las oportunidades naturales de interacción con otras personas. A esto se suman las menores ganas de salir de algunas personas mayores y los cambios en la familia, como la emancipación de los hijos.

Financiación

Realización

En cuanto a las barreras para relacionarse con otras personas fuera de casa, más de la mitad afirma no tener dificultades importantes para relacionarse, lo que supone un nivel significativo de autonomía social. No obstante, entre quienes sí encuentran obstáculos para relacionarse o participar en actividades fuera de casa, destacan que el principal inconveniente es el coste económico. En este sentido también destacan la falta de actividades que resulten verdaderamente interesantes. Las limitaciones de movilidad o salud ocupan un lugar secundario pero relevante, al igual que las responsabilidades de cuidado de otras personas.

Respecto a los factores facilitadores de las relaciones sociales, el precio ocupa un lugar destacado: una mayoría participaría más si las actividades fueran gratuitas o de bajo coste. La proximidad al domicilio es el segundo factor clave, ya que reduce el esfuerzo, el coste y la logística para participar en las actividades sociales. También se destaca, de manera positiva, que participe algún conocido. La información clara y la facilidad para inscribirse son elementos que se valoran, aunque en menor medida, así como la flexibilidad horaria y la organización en grupos pequeños.

En relación con las medidas o apoyos más eficaces, se priorizan los espacios accesibles y acogedores donde poder acudir sin compromiso previo. Asimismo, se demandan programas específicos para momentos de cambio vital como la jubilación o el duelo. El papel de los centros de salud y los servicios sociales como agentes informantes es destacado por los entrevistados. Los programas de acompañamiento individual tienen menor apoyo por parte de los encuestados, lo que indica una preferencia general por soluciones comunitarias más que asistenciales.

Las salidas organizadas cercanas al domicilio lideran las preferencias de las actividades para sentirse acompañado y relacionarse con otras personas. También se valoran la organización de talleres y de grupos de interés temáticos, así como encuentros informales en el entorno cercano. Las actividades intergeneracionales o de voluntariado generan un menor interés, lo que sugiere que se prioriza socializar con iguales en entornos conocidos y de proximidad.

A nivel municipal o de barrio, se solicitan la organización de más actividades regulares y disponer de más espacios físicos de encuentro comunitario. Finalmente, destaca la elevada disposición a participar: una amplia mayoría se muestra muy o bastante dispuesta a integrarse en nuevas actividades si encajan con sus intereses y horarios.

En conclusión, el estudio evidencia una población mayor activa, con una buena base relacional, pero que necesita estructuras comunitarias accesibles, cercanas y asequibles para sostener y reforzar su vida social. Existe un importante potencial de activación comunitaria que puede aprovecharse mediante políticas locales centradas en la

Financiación

Realización

proximidad, la accesibilidad económica y la generación de espacios significativos de encuentro.

Financiación



Realización





5

RELACIÓN ENTRE LOS RESULTADOS
DEL ESTUDIO REALIZADO A
PERSONAS MAYORES DE 65 O MÁS
Y EL MARCO ESTRATÉGICO ESTATAL
DE LAS SOLEDADES



5. Relación entre los resultados del estudio realizado a personas mayores de 65 o más y el Marco Estratégico Estatal de las Soledades

Los resultados del estudio realizado con personas de 65 años o más permiten situar la realidad observada dentro del enfoque planteado por el Marco Estratégico Estatal de las Soledades 2026-2030, que concibe la soledad como un fenómeno social complejo, vinculado tanto a factores individuales como a condiciones relacionales, comunitarias y estructurales.

En términos generales, la información recogida muestra que la población participante mantiene una base relacional relativamente sólida. Una amplia mayoría de las personas encuestadas declara relacionarse con otras personas de manera frecuente, lo que indica la existencia de redes comunitarias activas y de interacciones sociales regulares. Este dato resulta relevante desde una perspectiva de política pública, ya que sugiere que la intervención en este contexto debe orientarse principalmente hacia la prevención y el refuerzo de los vínculos comunitarios, más que hacia unas respuestas asistenciales dirigidas a resolver situaciones de aislamiento severo.

El estudio también identifica situaciones de debilitamiento progresivo de las relaciones sociales. Una parte significativa de las personas encuestadas afirma que su vida social presencial ha disminuido en los últimos años, siendo la jubilación el factor más mencionado como origen de este cambio. Este resultado coincide con el enfoque del marco estratégico estatal, que subraya la importancia de las transiciones vitales —como la jubilación, la viudedad o los cambios en la estructura familiar— como situaciones donde suele aparecer la soledad no deseada, en sus diversas formas o se reducen los vínculos sociales. Desde esta perspectiva, los resultados refuerzan la necesidad de desarrollar intervenciones preventivas y terapéuticas, dirigidas específicamente a estos momentos de cambio en la trayectoria vital de las personas.

Otro aspecto relevante del estudio es la identificación de barreras que dificultan la participación social en el entorno comunitario. Aunque más de la mitad de las personas encuestadas no percibe dificultades significativas para relacionarse, entre quienes sí las identifican destacan factores de carácter estructural, como el coste económico de las actividades o la ausencia de propuestas que resulten verdaderamente atractivas para sus intereses. Estas dificultades se complementan con otras relacionadas con la movilidad o la salud, situaciones habituales en etapas avanzadas del ciclo vital. Estos resultados ponen de relieve la importancia de que las políticas orientadas a prevenir la soledad incorporen una perspectiva de accesibilidad económica y territorial, asegurando

Financiación



Realización



que las actividades comunitarias sean asequibles y estén disponibles en entornos próximos al domicilio.

En esta misma línea, los factores que las personas encuestadas identifican como facilitadores de la participación social refuerzan claramente la importancia de la proximidad y del entorno comunitario. La gratuidad o el bajo coste de las actividades, su cercanía al domicilio y la posibilidad de compartirlas con personas conocidas aparecen como los elementos más valorados para favorecer la participación. Asimismo, cuando se pregunta por las medidas más eficaces para mantener el contacto con el entorno social, las respuestas se concentran principalmente en la necesidad de disponer de espacios cercanos, accesibles y acogedores donde poder acudir sin compromiso previo, así como en la organización de actividades regulares en el barrio o municipio.

Este conjunto de resultados muestra una clara preferencia por soluciones de carácter comunitario frente a enfoques centrados en el acompañamiento individual. Aunque algunas personas identifican como útil recibir llamadas periódicas o contar con apoyos personalizados, estas medidas reciben un apoyo significativamente menor que aquellas relacionadas con la creación de espacios de encuentro y con la dinamización de actividades colectivas. Esta tendencia es coherente con el enfoque del Marco Estratégico Estatal de las Soledades, que sitúa el fortalecimiento del tejido social y de la participación comunitaria como uno de los ejes centrales de la acción pública.

Por otra parte, el estudio revela un elevado potencial de participación en iniciativas comunitarias. Más de ocho de cada diez personas encuestadas se muestran dispuestas a participar en nuevas actividades si estas se ajustan a sus intereses y horarios. Este dato sugiere que existe una importante capacidad de activación comunitaria que puede ser aprovechada mediante políticas públicas orientadas a facilitar oportunidades de encuentro, interacción y participación social.

A partir de estos resultados, pueden identificarse varias orientaciones que coinciden y se encuentran alineadas con las estrategias planteadas en el Marco Estratégico Estatal de las Soledades 2026-2030.

En primer lugar, se observa la conveniencia de reforzar las infraestructuras sociales de proximidad, mediante la creación o dinamización de espacios comunitarios accesibles que permitan la interacción informal en un entorno cercano. Este tipo de espacios actúa como soporte físico para la construcción de vínculos sociales y favorece la participación de las personas mayores en la vida comunitaria.

En segundo lugar, los resultados apuntan a la necesidad de desarrollar programas específicos dirigidos a acompañar las transiciones vitales que pueden afectar a la vida social de las personas, como el paso a la jubilación. Este tipo de iniciativas podría incluir

Financiación

Realización

programas de preparación para la jubilación desde una perspectiva relacional o grupos de apoyo en momentos de cambio vital, como el fallecimiento de la pareja o de las personas que constituyen el núcleo social más próximo.

Finalmente, el estudio subraya la importancia de promover una oferta estable de actividades comunitarias cercanas al domicilio, con un coste reducido o nulo y diseñadas a partir de los intereses reales de la población mayor. Este tipo de iniciativas no solo contribuye a mantener y ampliar las redes sociales existentes, sino que también facilita la creación de nuevos vínculos en el entorno comunitario.

En conjunto, los resultados del estudio evidencian que la prevención de la soledad en la población mayor requiere una combinación de políticas públicas orientadas a fortalecer el tejido comunitario, reducir las barreras estructurales a la participación social y generar oportunidades significativas de encuentro en el entorno cercano. Este enfoque coincide plenamente con la orientación del Marco Estratégico Estatal de las Soledades, que propone abordar este fenómeno desde una perspectiva integral, preventiva y centrada en la comunidad.

Financiación



Realización



Anexo Cuestionario (65+) sobre hábitos de relación y apoyos comunitarios

Instrucciones

Este estudio busca conocer cómo se relacionan las personas mayores de 65 años con su entorno y qué acciones o apoyos consideran más útiles para mantenerse en contacto con su medio social y sentirse acompañadas. La entrevista dura aproximadamente 4-5 minutos.

Datos de clasificación

PA. ¿Qué edad tiene?

PB. Sexo

- ☐ Hombre
- ☐ Mujer

PC. ¿Con quién vive actualmente?

- ☐ Solo/a
- ☐ Con mi pareja
- ☐ Con hijos/as u otros familiares
- ☐ Con otras personas (no familia)
- ☐ En residencia u otro recurso
- ☐ Otros (especificar)

PD. ¿En qué zona vive?

- ☐ Urbana (ciudad)
- ☐ Semiurbana (población mediana)
- ☐ Rural (pueblo/aldea)

PE. En su día a día, ¿tiene alguna dificultad importante para salir de casa o desplazarse?

- ☐ No
- ☐ Sí, ligera
- ☐ Sí, moderada
- ☐ Sí, importante

Financiación



Realización



Contacto con el entorno y cambios recientes

P1. Pensando en un mes normal, ¿con qué frecuencia se relaciona personalmente con personas de fuera de su hogar (vecinos, amistades, familia, actividades, etc.)?

- ☐ Casi todos los días
- ☐ Varias veces a la semana
- ☐ Una vez a la semana
- ☐ Varias veces al mes
- ☐ De manera puntual

P2. En los últimos 3 años, ¿diría que su vida social presencial ...?

- ☐ Ha aumentado
- ☐ Se ha mantenido igual
- ☐ Ha disminuido un poco
- ☐ Ha disminuido bastante

P3. ¿Qué motivos han influido más en ese cambio (si lo ha habido)? *(respuesta múltiple)*

- ☐ Jubilación (dejar de ver a compañeros)
- ☐ Fallecimiento o enfermedad de pareja o familiares
- ☐ Hijos que viven lejos o vienen menos
- ☐ Cambio de vivienda
- ☐ Problemas de movilidad o salud
- ☐ Dificultades para usar transporte
- ☐ Menos ganas de salir
- ☐ Cuidados a otra persona
- ☐ Otro (especificar)
- ☐ No he notado cambios

Barreras y facilidades para relacionarse

P4. ¿Qué cosas le dificultan más relacionarse o participar en actividades fuera de casa? *(respuesta múltiple)*

- ☐ Problemas de movilidad o salud
- ☐ Dificultades para usar transporte
- ☐ Coste económico
- ☐ Horarios poco adecuados
- ☐ No conocer a nadie (vergüenza al empezar)
- ☐ Falta de actividades que me interesen

Financiación

Realización

- ☐ Responsabilidades de cuidado a otra persona
- ☐ Barreras digitales (móvil, internet)
- ☐ Otra (especificar)
- ☐ No tengo dificultades importantes

P5. ¿Qué cosas le ayudarían más a participar?

(Puede seleccionar hasta 3 opciones)

- ☐ Que la actividad sea cerca de casa
- ☐ Que sea gratuito o con un coste bajo
- ☐ Acompañamiento para ir la primera vez
- ☐ Transporte organizado
- ☐ Diversidad de horarios
- ☐ Actividad en un grupo pequeño
- ☐ Que participe algún conocido
- ☐ Información clara y que sea fácil apuntarse
- ☐ Otra (especificar)

Acciones y apoyos que ve más interesantes

P6. ¿Qué tipo de medidas o apoyos cree usted que son más eficaces para mantener el contacto con su entorno?

(Puede marcar hasta 3 opciones)

- ☐ Recibir una llamada personal de manera periódica para interesarse por la persona
- ☐ Contar con una persona voluntaria de referencia que le acompañe periódicamente
- ☐ Facilitar transporte o ayuda para desplazarse a las actividades
- ☐ Que el centro de salud o los servicios sociales informen sobre los apoyos disponibles
- ☐ Disponer de espacios cercanos, accesibles y acogedores donde poder acudir sin compromiso alguno
- ☐ Habilitar redes vecinales de apoyo para recados o acompañamientos puntuales
- ☐ Facilitar programas específicos de apoyo en momentos de cambio vital (jubilación, duelo, etc.)
- ☐ Otra (especificar)

Financiación

Realización

P7. De las siguientes actividades, cuáles cree que le ayudarían más a sentirse acompañado/a y a relacionarse con otras personas?

(Puede marcar hasta 3 opciones)

- ☐ Participar en talleres o grupos sobre temas de interés
- ☐ Acudir a encuentros informales en un entorno cercano (por ejemplo, café en el barrio)
- ☐ Participar en actividades con personas jóvenes
- ☐ Recibir formación práctica para usar el móvil o las nuevas tecnologías (Internet, etc.), hacer videollamadas o gestionar citas médicas
- ☐ Realizar actividades de voluntariado o colaboración comunitaria
- ☐ Poder participar en grupos de apoyo tras momentos importantes (viudedad, jubilación, duelo)
- ☐ Salidas organizadas cercanas al domicilio (salir a caminar, visitas culturales, etc.)
- ☐ Otra (especificar)

P8. Si tuviera que elegir UNA prioridad para su municipio/barrio, ¿cuál sería?

- ☐ Más actividades cercanas y regulares
- ☐ Más acompañamiento personal (alguien que llame o visite)
- ☐ Mejor transporte o movilidad
- ☐ Más apoyo para aprender tecnología
- ☐ Más espacios de encuentro (local social, biblioteca, centro)
- ☐ Otra (especificar)

P9. ¿Hasta qué punto estaría dispuesto a participar en alguna actividad nueva en los próximos 3 meses si le encajara el tema y el horario?

- ☐ Muy dispuesto
- ☐ Bastante dispuesto
- ☐ Poco dispuesto
- ☐ Nada dispuesto

P10. ¿Participa o ha participado en alguna actividad para mantener el contacto con otras personas como, por ejemplo, quedar a andar en grupo o actuar como voluntario de alguna organización? ¿Nos podría indicar en cuál/es? *(respuesta en abierto)*

Financiación

Realización

P11. Para terminar: ¿Hay alguna acción o idea que a usted le haya ayudado (o cree que le ayudaría) a mantener el contacto con otras personas y que no hayamos mencionado?
(respuesta en abierto)

Financiación



Realización





6

CONSTRUCCIÓN, SOSTENIBILIDAD Y
TRANSFERENCIA DE ACTUACIONES
SOBRE SOLEDAD NO DESEADA DE
PERSONAS MAYORES. ENTREVISTAS
A EXPERTOS E INFORMANTES CLAVE
DE INICIATIVAS



6. CONSTRUCCIÓN, SOSTENIBILIDAD Y TRANSFERENCIA DE ACTUACIONES SOBRE SOLEDAD NO DESEADA DE PERSONAS MAYORES. ENTREVISTAS A EXPERTOS E INFORMANTES CLAVE DE INICIATIVAS

6.1 Introducción, objetivos y diseño

metodológico Introducción

En los últimos años la soledad no deseada ha adquirido una creciente visibilidad en el debate social y en la agenda de las políticas públicas, especialmente en relación con el envejecimiento de la población. Diversos procesos sociales —como el aumento de la esperanza de vida, la transformación de las estructuras familiares, el incremento de los hogares unipersonales o los cambios en las formas de relación comunitaria— han contribuido a que la soledad sea reconocida cada vez más como un fenómeno con implicaciones sociales, sanitarias y comunitarias relevantes.

En este contexto, el proyecto **MAPinSOL** se propone avanzar en el conocimiento y la difusión de iniciativas eficaces frente a la soledad no deseada en personas mayores mediante la creación de un **mapa o biblioteca digital de iniciativas eficaces**. Este recurso se concibe como una herramienta de referencia orientada a compartir conocimiento, visibilizar buenas prácticas y promover la adopción de estrategias exitosas en distintos territorios del país. El mapa digital se plantea, además, como un instrumento accesible, comprensible y útil para entidades públicas, organizaciones privadas y actores de la sociedad civil implicados en la mejora del bienestar de las personas mayores.

Para la construcción de este recurso, el proyecto contemplaba la realización de una investigación orientada a **identificar, analizar y documentar experiencias que han demostrado ser eficaces en el abordaje de la soledad no deseada**. Esta aproximación adopta un enfoque que no se limita a estudiar los factores de riesgo asociados a la soledad, sino que pone el foco en los **elementos que favorecen el bienestar relacional y la conexión social**.

A través del análisis de experiencias locales y buenas prácticas desarrolladas en España, el proyecto busca identificar **aprendizajes transferibles** que contribuyan a fortalecer la creación de redes comunitarias sostenibles, el empoderamiento de las personas mayores, la participación social y el uso significativo del tiempo propio.

En este marco, el presente capítulo recoge **una de las aproximaciones metodológicas desarrolladas en el proyecto**, basada en el **análisis cualitativo de iniciativas mediante entrevistas a expertos e informadores claves vinculados a dichas experiencias**. Este análisis permite explorar en profundidad las características de las intervenciones, los

Financiación

Realización

modelos de actuación desplegados, los resultados obtenidos y los aprendizajes generados a partir de su implementación.

Objetivos específicos

El objetivo general de esta parte del proyecto es **analizar diversas iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada en personas mayores con el fin de identificar aprendizajes relevantes para su desarrollo, evaluación y posible adaptación a distintos contextos territoriales y sociales.**

A partir de este objetivo general, el estudio se plantea los siguientes objetivos específicos:

1. Analizar el origen y las características de las iniciativas

- Identificar los motivos y contextos que han dado lugar a la puesta en marcha de las iniciativas analizadas.
- Describir en qué consisten estas experiencias, incluyendo sus objetivos, acciones desarrolladas, metodologías de intervención, perfiles de participantes y recursos movilizados.

2. Comprender cómo se conceptualiza la soledad no deseada en las intervenciones

- Analizar cómo se define y se interpreta la soledad no deseada en personas mayores en el marco de las iniciativas estudiadas.
- Explorar los supuestos y marcos de interpretación que orientan las estrategias de intervención.

3. Analizar los resultados y los criterios de evaluación de las prácticas

- Examinar los cambios o resultados que las iniciativas consideran haber generado.
- Identificar las dimensiones que se consideran relevantes para evaluar las prácticas orientadas a abordar la soledad no deseada.
- Analizar los criterios que utilizan los actores implicados para considerar que una práctica puede ser eficaz.

4. Identificar aprendizajes derivados de la implementación de las iniciativas

- Analizar los elementos clave que han facilitado la puesta en marcha, implementación y desarrollo de las intervenciones.
- Identificar dificultades, obstáculos y necesidades detectadas durante su desarrollo.
- Explorar los factores que favorecen o dificultan la adaptación de estas iniciativas a distintos contextos territoriales y sociales.

Financiación

Realización

5. Explorar el potencial de adaptación, sostenibilidad y transferencia de las iniciativas

- Analizar el potencial de adaptación e implementación de las iniciativas en diferentes contextos geográficos y sociales.
- Identificar elementos relevantes para la sostenibilidad, escalabilidad y transferibilidad de las intervenciones.
- Recoger recomendaciones orientadas a la replicación y adaptación de iniciativas en distintos entornos territoriales y con diferentes colectivos de personas mayores.

Diseño metodológico

En esta parte de la investigación llevada a cabo en el marco del proyecto MAPinSOL, se ha adoptado un enfoque cualitativo, socio-semiológico y estructural-comparado orientado a analizar las experiencias desarrolladas para abordar la soledad no deseada en personas mayores, así como las concepciones, prácticas y aprendizajes que se generan en torno a estas intervenciones.

Desde una perspectiva socio-semiológica, las entrevistas analizadas se consideran no únicamente como fuentes de información descriptiva, sino también como producciones discursivas que reflejan determinadas formas de comprender la soledad no deseada, de definir a las personas mayores como sujetos de intervención y de legitimar distintas estrategias de actuación. El análisis presta atención, por tanto, tanto a los contenidos de las experiencias descritas como a los marcos interpretativos desde los que los distintos actores explican el fenómeno y las respuestas desarrolladas.

El enfoque estructural-comparativo permite, por su parte, identificar patrones recurrentes y elementos diferenciales entre las iniciativas analizadas, atendiendo a dimensiones como los modelos de intervención, las concepciones de la soledad que orientan las prácticas, el papel del territorio, la configuración de actores implicados o los criterios utilizados para valorar la eficacia de las iniciativas.

Corpus de análisis

El corpus del estudio está compuesto por 3 entrevistas a expertos y 31 a informadores clave vinculados a las iniciativas objeto de análisis. Estas entrevistas incluyen tanto a responsables y profesionales directamente implicados en el desarrollo de las intervenciones como a personas con una trayectoria relevante de conocimiento y experiencia en el ámbito de la soledad no deseada en personas mayores.

La selección de los casos responde a un **muestreo intencional** orientado a **capturar la diversidad de experiencias existentes**, más que a lograr representatividad estadística,

Financiación

Realización

con el fin de que el análisis permita identificar aprendizajes relevantes para el desarrollo de prácticas que aborden la soledad no deseada en personas mayores. Los criterios que se han tenido en cuenta han sido:

- Tipo de organización promotora: administraciones públicas, entidades privadas y del tercer sector.
- Tipo de iniciativa y enfoques de intervención.
- Escalas territoriales de actuación: local/barrio, municipal, regional, autonómico, nacional.
- Contextos territoriales: rural y urbano
- Perfiles de población destinataria

Las entrevistas se realizaron a través de una plataforma virtual y fueron dirigidas por personas expertas en este tipo de herramientas con el apoyo de una guía de objetivos diseñada con este propósito. Tuvieron una duración de entre 60 – 90 minutos y fueron grabadas para su transcripción y análisis.

Estrategia de análisis

El análisis de las entrevistas se ha desarrollado a partir de un enfoque socio-semiológico orientado a reconstruir los marcos interpretativos, las lógicas de intervención y las configuraciones de actores que estructuran el campo de actuación frente a la soledad no deseada en personas mayores.

Desde esta perspectiva, las entrevistas se analizan no únicamente como relatos descriptivos sobre iniciativas concretas, sino como **discursos que expresan determinadas formas de comprender el fenómeno de la soledad, de definir los problemas que se pretenden abordar y de legitimar determinadas estrategias de intervención**. El análisis se orienta, por tanto, a identificar las categorías de sentido, los supuestos implícitos y las posiciones desde las que los distintos actores interpretan y organizan su acción.

A partir de una lectura comparativa del corpus, el análisis se ha estructurado en varias etapas. En primer lugar, se ha procedido a **reconstruir el escenario en el que se desarrolla la intervención frente a la soledad no deseada**, atendiendo a los procesos sociales, institucionales y políticos que han contribuido a la visibilización del fenómeno y a la emergencia de iniciativas orientadas a abordarlo.

En segundo lugar, se han identificado las **principales dimensiones que articulan los discursos de los actores entrevistados**, analizando cómo se conceptualiza la soledad no deseada, qué factores se consideran relevantes para explicarla y qué problemas se entiende que deben ser abordados desde la intervención social.

Financiación

Realización

En tercer lugar, el análisis se ha centrado en las **posiciones desde las que los distintos actores interpretan y desarrollan las intervenciones**, prestando atención a las formas en que se definen los objetivos de las iniciativas, los resultados esperados y los criterios utilizados para valorar su eficacia.

A partir de estas dimensiones discursivas, se ha procedido posteriormente a analizar **los modelos de intervención que emergen en las prácticas analizadas**, así como el papel que desempeñan diferentes factores que condicionan su desarrollo, entre ellos el contexto territorial, la construcción de la figura de la persona mayor como sujeto de intervención y los actores implicados en las iniciativas.

Finalmente, el análisis comparativo del conjunto de experiencias ha permitido identificar **tensiones, limitaciones y nudos críticos que atraviesan el campo de intervención**, así como **condiciones estructurales que parecen favorecer una mayor capacidad de respuesta frente a la soledad no deseada**, incluyendo factores relacionados con la articulación territorial de las iniciativas, la cooperación entre actores, la continuidad organizativa o las formas de participación de las personas mayores.

Esta estrategia analítica permite abordar las iniciativas no solo como experiencias aisladas, sino como parte de **un campo de intervención en proceso de configuración**, en el que distintos actores, discursos y prácticas contribuyen a definir tanto el problema de la soledad como las formas legítimas de abordarlo.

6.2 Reconstrucción del escenario de intervención frente a la soledad no deseada en personas mayores

Contexto

El análisis de las entrevistas realizadas permite reconstruir el **contexto social e institucional** en el que se construyen y desarrollan las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada en personas mayores. Lejos de aparecer como intervenciones aisladas o coyunturales, las experiencias analizadas se sitúan en un escenario caracterizado por una **creciente visibilización del fenómeno de la soledad y por la progresiva articulación de respuestas desde distintos ámbitos institucionales y sociales**.

En los discursos de los actores entrevistados, la soledad no deseada aparece **vinculada a una serie de transformaciones sociales y estructurales** más amplias que han afectado a las formas de convivencia, a la organización de las redes familiares y a la configuración de los vínculos comunitarios: el aumento de la esperanza de vida y el envejecimiento demográfico asociado y su feminización, la fragilidad asociada a la dependencia y enfermedad, el edadismo estructural, el debilitamiento de las redes familiares

Financiación

Realización

tradicionales y la proliferación de hogares unipersonales, la movilidad territorial de las generaciones más jóvenes y la brecha digital. La soledad no deseada se configura así, desde la perspectiva de las personas entrevistadas:

- **No como un fenómeno coyuntural sino como resultado de una reorganización profunda de los sistemas de apoyo.**
- **No solo asociada a situaciones individuales de aislamiento, sino también a procesos sociales** más amplios de transformación de los vínculos y de las formas de convivencia. En este sentido, varios entrevistados subrayan que la soledad no deseada debe entenderse como un **fenómeno complejo** que no puede reducirse únicamente a la ausencia de compañía, sino que se relaciona también con la pérdida de roles sociales, la disminución de las oportunidades de participación o la fragilidad de los vínculos comunitarios.

En algunos casos, los entrevistados señalan también como **activadores políticos y comunitarios** el impacto que determinados acontecimientos recientes —como la pandemia de COVID-19— o los episodios de fallecimientos en domicilios sin detección previa.

En este marco, las intervenciones que abordan la soledad no deseada en personas mayores, encuentra distintos argumentos que la legitiman entre los que destacan la emergencia moral y la evidencia estructural. A la que se suma la experiencia relacional directa, en algunas de las iniciativas.

Paralelamente, las entrevistas muestran que en los últimos años se ha producido una **mayor visibilización institucional del problema**, lo que ha favorecido la aparición de iniciativas específicas orientadas a abordarlo. Administraciones públicas, entidades sociales, fundaciones y organizaciones comunitarias han comenzado a desarrollar programas y proyectos dirigidos a prevenir o mitigar situaciones de soledad, especialmente entre la población mayor.

Este proceso de visibilización se ha visto reforzado por la **creciente presencia del tema en el debate público, así como por el desarrollo de estrategias y políticas específicas en distintos niveles territoriales** y la reciente aprobación del **Marco Estratégico Estatal de las Soledades 2026-2030**.

En este escenario, las iniciativas analizadas surgen en **contextos organizativos diversos** —administraciones públicas, entidades del tercer sector, fundaciones, redes comunitarias o proyectos innovadores— y responden a motivaciones distintas. Algunas experiencias nacen como respuesta directa a la identificación de situaciones de soledad en un territorio concreto, mientras que otras se desarrollan en el marco de programas

Financiación



Realización



más amplios de intervención social, participación comunitaria o atención a colectivos vulnerables.

A pesar de la diversidad de contextos organizativos en los que se desarrollan, las iniciativas **analizadas comparten un rasgo común: la intervención frente a la soledad no se plantea desde una lógica asistencial o se observa la tendencia a distanciarse de ella.** En los discursos de los actores entrevistados, el objetivo principal no se sitúa en la provisión de ayuda o atención a una carencia individual, sino en la **generación o el fortalecimiento de vínculos sociales que permitan prevenir o reducir situaciones de aislamiento.** Y es desde ahí, desde donde se incorporan la provisión de ayudas, apoyos, etc. Desde esta perspectiva, la intervención se orienta hacia la activación de redes sociales, la creación de espacios de relación y el fortalecimiento de la participación comunitaria de las personas mayores.

La reconstrucción de este escenario permite comprender que el campo de intervención frente a la soledad no deseada se encuentra actualmente **en un proceso de consolidación y expansión, en el que las iniciativas no solo se desarrollan, sino que también se construyen, se redefinen y evolucionan en interacción con distintos actores, discursos y prácticas que configuran este ámbito de intervención.**

6.2.1 Los discursos sobre la soledad no deseada en personas mayores

El análisis de las entrevistas permite identificar varias **dimensiones** discursivas que **estructuran la forma en que los actores interpretan la soledad no deseada y orientan sus intervenciones.** Estas dimensiones se refieren fundamentalmente a cuatro cuestiones: **cómo se define la soledad, qué explicaciones se ofrecen sobre su aparición, qué problema se considera prioritario abordar y qué tipo de intervención se considera adecuada.**

Dependiendo de cómo se articulen estas dimensiones, se observan **distintas posiciones** discursivas. Las iniciativas analizadas no se sitúan siempre de forma exclusiva en una sola posición, pero sí tienden a aproximarse a una u otra.

Dimensiones

Detengámonos brevemente en cada una de las dimensiones identificadas:

a) La definición de la soledad: entre experiencia subjetiva y debilitamiento de los vínculos

En las entrevistas aparece con bastante claridad que la soledad no se define únicamente como el hecho de vivir solo o carecer de compañía, sino como una experiencia vinculada al **debilitamiento de los vínculos sociales significativos.**

Financiación

Realización

Muchos actores subrayan que la soledad tiene una **dimensión subjetiva** importante: una persona puede estar rodeada de gente y sentirse sola, mientras que otra puede vivir sola sin experimentar esa sensación. Esto introduce una distinción clave:

- **Soledad objetiva** (aislamiento social)
- **Soledad subjetiva** (experiencia de desconexión)

Esta dimensión discursiva es importante porque influye directamente en **cómo se conciben las intervenciones**.

b) Explicaciones del fenómeno: transformaciones sociales y fragilidad relacional

Una segunda dimensión aparece cuando las personas entrevistadas ofrecen explicaciones sobre las causas de la soledad. Las entrevistas suelen situar el fenómeno en procesos sociales más amplios:

- Cambios en las estructuras familiares
- Mayor movilidad territorial
- Debilitamiento de redes comunitarias tradicionales
- Envejecimiento de la población
- Aumento de hogares unipersonales

La soledad se interpreta no solo como un problema individual, sino como **un fenómeno asociado a transformaciones estructurales en las formas de relación social**.

c) El problema que se pretende abordar: aislamiento, pérdida de vínculos y falta de participación

Una tercera dimensión aparece en la forma en que los actores definen **qué problema concreto se intenta resolver**. En las entrevistas aparecen distintas formulaciones:

- Aislamiento social
- Pérdida de vínculos significativos
- Reducción de redes sociales
- Falta de oportunidades de participación
- Invisibilidad social de algunas personas mayores

Aunque las formulaciones varían, la mayoría de los discursos convergen en una idea central: la necesidad de **reconstruir o fortalecer las redes relacionales de las personas mayores**.

Financiación

Realización

d) Orientaciones de la intervención: vínculos, comunidad y participación

La última dimensión tiene que ver con **qué tipo de respuesta se considera adecuada frente a la soledad**. En contraste con enfoques asistenciales clásicos, las iniciativas analizadas tienden a orientarse hacia estrategias que buscan:

- Generar espacios de relación
- Fortalecer redes comunitarias
- Promover la participación social de las personas mayores
- Activar vínculos de proximidad

En este marco, la intervención frente a la soledad se plantea fundamentalmente como una **estrategia de reconstrucción relacional**, más que como una respuesta centrada en la provisión de servicios o ayudas.

Posiciones discursivas en torno a la soledad y su intervención

El análisis de las entrevistas muestra que **estas dimensiones discursivas se articulan en torno a distintas posiciones sobre la soledad y las formas de intervenir frente a ella**. En concreto, el análisis ha permitido identificar tres posiciones:

Posición 1 - Soledad como debilitamiento de vínculos comunitarios

En esta posición, la soledad se define fundamentalmente como una consecuencia del debilitamiento de las redes sociales de proximidad.

- **Definición de la soledad:** pérdida o fragilidad de vínculos comunitarios.
- **Explicación del fenómeno:** transformaciones sociales y territoriales que han reducido la vida comunitaria y la interacción cotidiana.
- **Problema identificado:** debilitamiento de las redes sociales y del tejido comunitario.
- **Orientación de la intervención:** reconstruir espacios de relación y fortalecer redes comunitarias.

Las iniciativas que se aproximan a esta posición suelen poner el énfasis en:

- Participación social
- Dinamización comunitaria
- Actividades colectivas
- Redes vecinales o territoriales.

Posición 2 - Soledad como situación de aislamiento social

En esta segunda posición, la soledad se interpreta principalmente como **una situación de aislamiento que afecta a determinadas personas mayores**.

Financiación

Realización

- **Definición de la soledad:** ausencia o reducción significativa de contactos sociales.
- **Explicación del fenómeno:** trayectorias vitales marcadas por pérdidas, cambios familiares o limitaciones de movilidad.
- **Problema identificado:** desconexión social de personas concretas que quedan fuera de las redes de relación.
- **Orientación de la intervención:** restablecer vínculos sociales y ofrecer acompañamiento.

En este marco adquieren mayor peso intervenciones como:

- Acompañamiento individual
- Visitas domiciliarias
- Programas de voluntariado
- Seguimiento personalizado.

Posición 3 - Soledad como experiencia relacional compleja

Una tercera posición introduce una mirada más centrada en la **dimensión subjetiva y cualitativa de las relaciones**.

- **Definición de la soledad:** experiencia subjetiva vinculada a la ausencia de vínculos significativos.
- **Explicación del fenómeno:** fragilidad o insatisfacción en las relaciones existentes.
- **Problema identificado:** falta de relaciones que generen sentido de pertenencia o reconocimiento.
- **Orientación de la intervención:** favorecer relaciones significativas y vínculos estables.

Desde esta perspectiva, las iniciativas tienden a centrarse en:

- Construcción de relaciones de confianza
- Acompañamientos relacionales prolongados
- Espacios de encuentro que favorezcan vínculos significativos.

La siguiente tabla sintetiza estas posiciones discursivas, mostrando cómo se combinan los diferentes componentes identificados en las entrevistas que constituyen el corpus de análisis.

Financiación

Realización

**DISCURSOS SOBRE LA SOLEDAD NO DESEADA EN PERSONAS MAYORES:
DIMENSIONES, POSICIONES Y TIPOS DE ACCIONES PREDOMINANTES ASOCIADAS**

Dimensión discursiva	Posición 1: Debilitamiento comunitario	Posición 2: Aislamiento social	Posición 3: Experiencia relacional
Definición de la soledad	Fragilidad o pérdida de redes comunitarias	Falta de contactos sociales o aislamiento	Experiencia subjetiva de desconexión
Explicación del fenómeno	Transformaciones sociales que debilitan la comunidad	Trayectorias vitales marcadas por pérdidas o limitaciones	Relaciones existentes poco significativas
Problema identificado	Debilitamiento del tejido social y de los espacios de relación	Personas concretas que quedan fuera de las redes sociales	Ausencia de vínculos significativos o de reconocimiento
Orientación de la intervención	Reconstrucción de redes comunitarias	Restablecimiento de contactos y acompañamiento	Generación de relaciones significativas
Tipos de acciones predominantes	Actividades comunitarias, participación social, redes vecinales	Acompañamiento individual, visitas, voluntariado	Relación de confianza, acompañamiento prolongado, espacios relacionales

Aunque estas posiciones permiten identificar **orientaciones diferenciadas** en la forma de comprender la soledad y de organizar la intervención, el análisis de las entrevistas muestra que **muchas iniciativas combinan elementos de varias de ellas**. Esta coexistencia refleja que el **campo de intervención** frente a la soledad no deseada se encuentra en proceso de **configuración, adaptación y evolución**, en el que distintos marcos interpretativos conviven y se articulan en la práctica.

6.3 La construcción del sujeto de intervención: la persona mayor

Las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada **no solo definen un problema social sobre el que intervenir, sino que también construyen implícitamente una determinada imagen de las personas mayores a las que se dirigen**. En este sentido, las iniciativas no se limitan a identificar situaciones de soledad, sino que también configuran una determinada representación del sujeto de la intervención, atribuyéndole necesidades, capacidades y formas de participación específicas.

Las representaciones de la persona mayor que aparecen en las entrevistas no son homogéneas, sino que **varían en función de la forma en que se interpreta el fenómeno de la soledad y de los objetivos que orientan las iniciativas**. A pesar de esta diversidad, el análisis del corpus permite identificar formas recurrentes de representar a las personas mayores, sujeto de intervención, que influyen tanto en el diseño de las actuaciones como en el tipo de relación que se establecen con las personas participantes.

Financiación

Realización

a) La persona mayor como participante activa

En muchas iniciativas la persona mayor aparece representada como **un sujeto con capacidades y recursos**, capaz de implicarse en actividades sociales, establecer nuevas relaciones y participar en la vida comunitaria.

Desde esta perspectiva, la intervención frente a la soledad se orienta a **generar oportunidades de relación y participación**, facilitando espacios donde las personas mayores puedan ampliar sus redes sociales y desarrollar nuevas formas de interacción.

Este enfoque aparece especialmente en iniciativas centradas en la participación social o en la dinamización comunitaria, en las que las personas mayores no son concebidas únicamente como destinatarias de la intervención, sino también como **agentes capaces de contribuir a la creación de vínculos y a la dinamización del entorno social**.

b) La persona mayor como persona en situación de aislamiento

En otras iniciativas la persona mayor aparece definida fundamentalmente como **una persona que experimenta una situación de aislamiento social**.

En estos casos, el foco se sitúa en la reducción o ausencia de relaciones sociales, lo que conduce a intervenciones orientadas a restablecer el contacto social y acompañar a las personas en su vida cotidiana.

Esta representación pone el acento en la **situación de vulnerabilidad relacional**, aunque muchas iniciativas buscan evitar un enfoque estrictamente asistencial, priorizando la construcción de relaciones de confianza y apoyo mutuo.

Esta representación se vincula especialmente con programas de acompañamiento individual o visitas domiciliarias.

c) La persona mayor como sujeto relacional

Una tercera representación introduce un matiz importante: la soledad no se interpreta únicamente como ausencia de contacto social, sino como **falta de vínculos significativos**. Desde esta perspectiva, el problema no se sitúa tanto en la cantidad de relaciones como en su calidad.

La persona mayor aparece entonces como un **sujeto relacional**, cuyas necesidades se vinculan con la posibilidad de construir relaciones de confianza, de reconocimiento y de pertenencia y con sentido.

Las iniciativas que se aproximan a esta mirada tienden a priorizar la continuidad de las relaciones y la creación de vínculos estables en el tiempo en acciones de acompañamiento o espacios de encuentro prolongados en el tiempo.

Financiación

Realización

d) La persona mayor en soledad como sujeto difícil de identificar

Finalmente, las entrevistas ponen de relieve una preocupación recurrente por aquellas personas mayores que permanecen **fuera del alcance de las redes institucionales o comunitarias**.

En este contexto aparece la figura de la persona mayor como **sujeto difícil de identificar o detectar**, especialmente en situaciones de aislamiento prolongado, limitaciones de movilidad o ausencia de vínculos familiares o comunitarios.

Esta representación se vincula con iniciativas que desarrollan estrategias de detección a través de redes territoriales que incluyen servicios públicos, entidades sociales, comercios de proximidad o redes vecinales.

El análisis de estas representaciones permite observar que las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada no parten de una única definición de la persona mayor a la que se dirigen. Por el contrario, el sujeto de la intervención aparece construido de formas diversas en función de cómo se interpreta el fenómeno de la soledad y de los objetivos que orientan las distintas iniciativas.

En algunos casos, las personas mayores son concebidas principalmente como **sujetos con capacidades y potencial de participación**, a quienes se trata de ofrecer oportunidades para ampliar sus redes sociales y reforzar su integración en la comunidad. En otros, el foco se sitúa en **situaciones de aislamiento o vulnerabilidad relacional**, lo que conduce a intervenciones orientadas al acompañamiento o al restablecimiento de vínculos sociales. Finalmente, algunas iniciativas ponen el acento en la **dimensión cualitativa de las relaciones**, priorizando la creación de vínculos significativos o el sostenimiento de relaciones de confianza a lo largo del tiempo.

Estas distintas formas de construir el sujeto de la intervención muestran que el campo de actuación frente a la soledad no deseada se sitúa en un espacio intermedio entre **estrategias de activación social, acompañamiento relacional y fortalecimiento de redes comunitarias**. Al mismo tiempo, el análisis pone de relieve la existencia de un **desafío transversal: la dificultad para identificar y alcanzar a aquellas personas mayores que permanecen fuera de las redes sociales, comunitarias o institucionales**.

En este sentido, el sujeto de la intervención no aparece como una categoría fija o previamente definida, sino como una construcción que se configura en la práctica de las iniciativas y **que puede transformarse a lo largo del tiempo en función de las trayectorias vitales de las personas participantes y de la evolución de las propias intervenciones**.

Por otro lado, el análisis también muestra que la forma en que define el sujeto de la intervención **no permanece necesariamente estable a lo largo del tiempo**. Muchas

Financiación

Realización

iniciativas se dirigen inicialmente a personas mayores con niveles relativamente altos de autonomía, capaces de participar en actividades sociales o comunitarias.

Sin embargo, la continuidad de las relaciones establecidas en el marco de estas iniciativas hace que, en algunos casos, las organizaciones deban adaptarse a **procesos de deterioro progresivo, aparición de situaciones de dependencia o enfermedad**, que transforman las necesidades de las personas participantes.

En estos contextos, algunas iniciativas optan por mantener el vínculo relacional durante estas transiciones, acompañando a las personas mayores a lo largo del tiempo o articulando su intervención con otros recursos cuando la situación lo requiere. Esto pone de relieve que el sujeto de la intervención no constituye una categoría fija, sino que **se redefine a lo largo de las trayectorias vitales de las personas participantes**.

En resumen, las distintas representaciones de la persona mayor que aparecen en las entrevistas no pueden entenderse de forma aislada, sino en relación con las interpretaciones del fenómeno de la soledad y con los modelos de intervención que orientan las iniciativas. La siguiente tabla sintetiza esta **articulación entre posiciones discursivas, modelos de intervención y formas de construcción del sujeto mayor**.

ARTICULACIÓN ENTRE COMPRENSIONES DE LA SOLEDAD, MODELOS DE INTERVENCIÓN Y CONSTRUCCIÓN DEL SUJETO

Interpretación de la soledad	Modelo de intervención predominante	Construcción del sujeto
Soledad como aislamiento social	Acompañamiento individual	Persona mayor como persona aislada que requiere apoyo relacional
Soledad como pérdida o debilitamiento de redes sociales	Activación social y participación	Persona mayor como participante activa capaz de generar nuevas relaciones
Soledad como debilitamiento de los vínculos comunitarios	Intervención comunitaria	Persona mayor como miembro de la comunidad y agente de participación social
Soledad como invisibilidad o aislamiento oculto	Detección y articulación de recursos	Persona mayor como sujeto difícil de identificar que requiere estrategias de detección

Este análisis pone de relieve que las intervenciones frente a la soledad no deseada no solo responden a diferentes formas de interpretar el fenómeno, sino que también

Financiación

Realización

construyen distintas formas de concebir a las personas mayores y su papel en las iniciativas. Estas representaciones influyen en el diseño de las intervenciones y en las estrategias que se desarrollan para abordar las situaciones de soledad.

6.4 Modelos de intervención frente a la soledad no deseada en personas mayores: Modelos, Dimensiones Transversales y Evolución

6.4.1 Modelos de intervención frente a la soledad no deseada en personas mayores

El análisis de las dimensiones y posiciones discursivas identificadas en el epígrafe anterior permite comprender que las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada se sustentan en diferentes formas de entender la soledad y de orientar la intervención. Estas no se limitan al plano del discurso, sino que **se traducen en distintas orientaciones prácticas que influyen en el diseño de las actuaciones, en el tipo de acciones que se desarrollan y en la manera en que se concibe el papel de las personas mayores en las intervenciones.**

A partir de estos enfoques, las iniciativas tienden a organizarse en torno a distintos **modelos de intervención**, que articulan de manera específica estrategias de acompañamiento, activación social, participación comunitaria o generación de vínculos.

a) Intervenciones centradas en el acompañamiento individual

Un primer modelo de intervención se organiza en torno al **acompañamiento individualizado de personas mayores en situación de soledad o aislamiento**. En estas iniciativas, el objetivo principal es restablecer o fortalecer vínculos sociales mediante relaciones de apoyo continuadas, que pueden desarrollarse a través de voluntariado, visitas domiciliarias o contactos periódicos.

Estas intervenciones suelen dirigirse a personas que presentan **una reducción significativa de su red social**, y buscan generar relaciones de confianza que permitan romper situaciones de aislamiento prolongado. En muchos casos, el acompañamiento se plantea como una relación estable que puede mantenerse durante largos periodos de tiempo.

Este modelo aparece con frecuencia en iniciativas impulsadas por **entidades sociales o redes de voluntariado**, y suele apoyarse en dispositivos organizativos relativamente flexibles que permiten adaptar la intervención a las necesidades de cada persona.

Financiación

Realización

b) Intervenciones de activación social y participación

Un segundo modelo pone el acento en la **promoción de la participación social y la generación de espacios de encuentro entre personas mayores**.

En estas iniciativas, la intervención frente a la soledad se orienta hacia la creación de oportunidades de relación a través de:

- Actividades grupales
- Talleres
- Espacios de convivencia
- Proyectos de participación social o cultural.

La lógica que subyace a este modelo es que la soledad puede prevenirse o reducirse **favoreciendo la participación en espacios colectivos que permitan ampliar las redes sociales y generar nuevas relaciones**.

Estas iniciativas suelen dirigirse a personas mayores con **niveles relativamente altos de autonomía**, capaces de implicarse en actividades sociales y comunitarias.

c) Intervenciones comunitarias y territoriales

Un tercer modelo se orienta hacia el **fortalecimiento de las redes comunitarias en el territorio**, partiendo de la idea de que la soledad no deseada no es únicamente un problema individual, sino también un fenómeno relacionado con la fragilidad de los vínculos comunitarios.

En este enfoque, las iniciativas buscan movilizar distintos actores del territorio — vecindario, comercios, asociaciones, servicios públicos— con el objetivo de crear entornos más atentos a las situaciones de aislamiento.

Las estrategias que aparecen en este modelo incluyen, entre otras:

- Redes comunitarias de apoyo
- Iniciativas de barrio
- Programas de dinamización comunitaria
- Proyectos intergeneracionales.

En estas intervenciones, el foco se desplaza desde la atención individual hacia la **construcción de entornos sociales más conectados y relacionales**.

d) Intervenciones centradas en la detección y la articulación de recursos

Un cuarto modelo pone el acento en la **identificación de situaciones de soledad y la articulación con otros recursos institucionales o sociales**.

Financiación

Realización

Las iniciativas que se aproximan a este enfoque desarrollan mecanismos para detectar situaciones de aislamiento que pueden permanecer invisibles para los sistemas de atención tradicionales. Para ello, se apoyan en redes territoriales que incluyen:

- Servicios sociales
- Centros de salud
- Entidades comunitarias
- Comercios de proximidad
- Redes vecinales.

Una vez identificadas estas situaciones, las iniciativas actúan como **dispositivos de enlace**, facilitando el acceso a recursos sociales, comunitarios o sociosanitarios.

Este modelo pone de relieve que uno de los principales desafíos del campo de intervención frente a la soledad no deseada es **la identificación de las personas que se encuentran en situaciones de mayor aislamiento**.

6.4.2 Dimensiones transversales a los modelos de intervención

El análisis de las entrevistas muestra que, más allá de las diferencias entre los modelos de intervención descritos, las iniciativas comparten una serie de características que atraviesan las distintas formas de actuación. Estas dimensiones transversales permiten comprender mejor cómo se desarrollan las intervenciones en la práctica y cómo evolucionan a lo largo del tiempo.

Centralidad del vínculo

Más allá de la diversidad de estrategias y actividades desarrolladas por las iniciativas analizadas, el análisis de las entrevistas sugiere que el **elemento central de muchas intervenciones no se encuentra tanto en la realización de actividades específicas como en la construcción de relaciones significativas y sostenidas en el tiempo**, en el vínculo.

Las iniciativas destacan con frecuencia la importancia de generar vínculos de confianza que permitan a las personas mayores reconstruir o ampliar sus redes sociales. Desde esta perspectiva, las actividades —talleres, encuentros, acompañamientos o proyectos comunitarios— funcionan en muchos casos como **dispositivos para facilitar la creación de relaciones**, más que como fines en sí mismos.

La continuidad de estas relaciones aparece como un factor especialmente relevante. La posibilidad de mantener vínculos estables permite acompañar a las personas mayores en distintos momentos de su trayectoria vital y adaptar la intervención a las transformaciones que se producen en sus condiciones de vida.

Financiación

Realización

La dimensión biográfica de las intervenciones: Acompañamiento de procesos vitales

El análisis de las entrevistas sugiere que muchas iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada incorporan, de manera explícita o implícita, una dimensión biográfica en su forma de intervención. La soledad aparece con frecuencia vinculada a determinados momentos de transición en las trayectorias vitales de las personas mayores, como la viudedad, el deterioro de la salud, los cambios residenciales o la pérdida progresiva de redes sociales.

En este contexto, las intervenciones no se limitan necesariamente a actuar sobre situaciones puntuales de aislamiento, sino que en muchos casos se orientan al **acompañamiento de procesos vitales que se desarrollan a lo largo del tiempo**. Se observa, que, si los límites organizativos y de actividad de las entidades se lo permiten, tienden a adaptarse a las transformaciones que se producen en las condiciones de vida de las personas participantes, ajustando sus formas de actuación a las necesidades que emergen en distintas etapas de estas trayectorias.

Esta dimensión biográfica se manifiesta, por ejemplo, en la continuidad de las relaciones establecidas en el marco de las intervenciones, en la adaptación progresiva de las actividades a las capacidades de las personas mayores o en la articulación con otros recursos cuando aparecen situaciones de mayor vulnerabilidad o dependencia. En algunos casos, las organizaciones mantienen el vínculo con las personas mayores incluso cuando sus necesidades superan el ámbito inicial de la intervención, acompañándolas hasta que resulta necesario activar otros recursos o servicios.

Desde esta perspectiva, la intervención frente a la soledad no se configura únicamente como una respuesta puntual a una situación de aislamiento, sino como **un proceso relacional que se inscribe en las trayectorias vitales de las personas mayores**. Esta dimensión biográfica atraviesa los distintos modelos de intervención identificados —acompañamiento individual, participación social, intervención comunitaria o estrategias de detección— y contribuye a explicar la continuidad de muchas iniciativas y su capacidad para adaptarse a las necesidades cambiantes de las personas participantes.

6.4.3 Iniciativas que evolucionan con las personas

El análisis de las entrevistas sugiere que muchas de las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada no funcionan como programas cerrados definidos de forma estable desde su origen. Por el contrario, se desarrollan como intervenciones que evolucionan a partir de la experiencia acumulada y del contacto continuado con las personas mayores a las que se dirigen. En este sentido, las iniciativas aparecen en los discursos como **procesos abiertos que se van ajustando progresivamente a las necesidades que se identifican en la práctica**, incorporando nuevas acciones,

Financiación

Realización

modificando sus estrategias de intervención o articulándose con otros recursos del entorno.

En muchos casos, las organizaciones parten de una acción concreta —por ejemplo, programas de acompañamiento individual, actividades grupales o proyectos de dinamización comunitaria— que constituye el punto de partida de la intervención. Sin embargo, a medida que se desarrolla la actividad y se establecen relaciones con las personas participantes, emergen necesidades que van más allá del objetivo inicial de la iniciativa. Esta situación lleva con frecuencia a las organizaciones a **ampliar progresivamente su repertorio de actuaciones**, incorporando nuevas actividades o desarrollando formas de intervención que inicialmente no estaban previstas.

Este proceso de evolución se encuentra estrechamente vinculado a la forma en que las iniciativas se relacionan con las personas mayores. En las entrevistas aparece con frecuencia la idea de que las intervenciones no se orientan únicamente a aplicar un programa previamente definido, sino a **escuchar y responder a las necesidades que las personas expresan o que se identifican a lo largo del proceso de acompañamiento**. La intervención se configura, así como un proceso relacional en el que las acciones se van ajustando a las situaciones concretas que se encuentran en la práctica.

En este contexto, muchas iniciativas terminan desarrollando **formas de intervención más amplias que las previstas inicialmente**, integrando estrategias que combinan distintos tipos de actuación. Programas centrados en el acompañamiento individual incorporan actividades grupales o espacios de encuentro, iniciativas orientadas a la participación social desarrollan mecanismos de detección de situaciones de aislamiento, y proyectos comunitarios incorporan formas de seguimiento o acompañamiento más personalizado.

Como resultado de estos procesos de adaptación, el análisis del corpus sugiere la existencia de una **tendencia a la convergencia entre iniciativas que inicialmente partían de modelos de intervención diferentes**. A medida que las organizaciones incorporan nuevas acciones para responder a las necesidades que identifican en la práctica, las intervenciones tienden a integrar estrategias que originalmente pertenecían a otros enfoques, dando lugar a configuraciones cada vez más híbridas que combinan acompañamiento, participación social, dinamización comunitaria y articulación con recursos del territorio.

Esta evolución de las iniciativas se encuentra también relacionada con el carácter procesual de muchas situaciones de soledad. Como se ha señalado anteriormente, la soledad no aparece únicamente como una situación estática, sino que con frecuencia se vincula a transiciones en las trayectorias vitales de las personas mayores, como la viudedad, el deterioro de la salud o la pérdida progresiva de redes sociales. En este

Financiación

Realización

contexto, algunas iniciativas no se limitan a intervenir sobre situaciones puntuales de aislamiento, sino que desarrollan formas de actuación orientadas al **acompañamiento de procesos vitales**, manteniendo relaciones de apoyo a lo largo del tiempo y adaptando sus intervenciones a las transformaciones que se producen en las condiciones de vida de las personas participantes.

En conjunto, estos elementos permiten entender las iniciativas frente a la soledad no deseada no solo como programas o dispositivos organizativos, sino como **procesos de intervención en evolución**, que se configuran progresivamente a partir de la interacción entre las necesidades de las personas mayores, las capacidades de las organizaciones y los recursos disponibles en el territorio.

6.5 Condiciones estructurales del escenario en el que operan las intervenciones frente a la soledad no deseada en personas mayores

Hasta aquí el análisis se ha centrado en las formas de intervención desarrolladas por las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada, así como en las dimensiones que atraviesan estas prácticas y en los procesos de evolución que experimentan en la práctica. Como se señaló en la reconstrucción inicial del escenario en el que se inscriben estas iniciativas, la intervención frente a la soledad no deseada se desarrolla en contexto social e institucional caracterizado por la creciente visibilización del problema y por la multiplicación de respuestas desde distintos ámbitos de actuación.

Las iniciativas se insertan así en un **ecosistema de intervención** configurado por contextos territoriales, recursos disponibles y redes de actores que influyen tanto en la identificación de las situaciones de soledad como en las estrategias que se ponen en marcha para abordarlas.

El análisis de las entrevistas permite identificar algunas **condiciones estructurales de este ecosistema**, relacionadas principalmente con la dimensión territorial de las intervenciones y con las redes de actores que participan en su desarrollo.

6.5.1 El territorio como condicionante las intervenciones frente a la soledad no deseada en personas mayores

El análisis de las entrevistas pone de relieve la importancia del territorio como uno de los elementos que configuran el ecosistema en el que se desarrollan las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada. Las características del entorno territorial influyen tanto en la forma en que se manifiestan las situaciones de soledad, como en las posibilidades de intervención de las organizaciones que desarrollan las iniciativas.

En este sentido, los contextos territoriales condicionan distintos aspectos de las
Financiación

Realización

intervenciones, como las estrategias de detección de situaciones de aislamiento, la disponibilidad de recursos sociales y comunitarios, las posibilidades de movilidad de las personas mayores o las formas de relación social existentes en el entorno. Las diferencias entre entornos urbanos y rurales, así como la escala territorial de las actuaciones —barrio, municipio o comunidad— aparecen en las entrevistas como factores que influyen en la configuración y el alcance de las iniciativas.

Las iniciativas analizadas se desarrollan en contextos territoriales diversos, que incluyen entornos urbanos de gran densidad poblacional, barrios de ciudades medias y áreas rurales caracterizadas por una mayor dispersión geográfica. Estas **diferencias territoriales condicionan las formas de relación social, la disponibilidad de recursos y las posibilidades de intervención de las organizaciones implicadas.**

Diferencias entre contextos urbanos y rurales

Las entrevistas muestran que las características del territorio influyen de manera significativa en las dinámicas de la soledad y en las respuestas que se desarrollan para abordarla.

En los entornos urbanos, la soledad aparece frecuentemente asociada a situaciones de **anonimato social, debilitamiento de las relaciones vecinales o fragmentación de las redes comunitarias**. A pesar de la mayor disponibilidad de recursos institucionales y de iniciativas sociales, los entrevistados señalan que en estos contextos puede resultar más difícil identificar situaciones de aislamiento, debido a la menor visibilidad de las relaciones cotidianas.

En contraste, en los entornos rurales las redes sociales suelen caracterizarse por una mayor proximidad y conocimiento mutuo entre las personas. Esta cercanía puede facilitar la identificación de situaciones de soledad o aislamiento. Sin embargo, estos contextos presentan también limitaciones relacionadas con la **dispersión territorial, la menor disponibilidad de servicios y las dificultades de movilidad**, que pueden dificultar el acceso a recursos o la participación en actividades.

El territorio como red de relaciones

Más allá de las diferencias entre entornos urbanos y rurales, las entrevistas ponen de relieve que el territorio no se define únicamente por sus características geográficas o administrativas, sino también por las **redes sociales y comunitarias que lo atraviesan**.

En este sentido, muchas iniciativas se apoyan en actores del entorno próximo —vecindario, comercios de proximidad, asociaciones locales o servicios públicos— para identificar situaciones de soledad y facilitar la creación de vínculos sociales.

Financiación

Realización

Desde esta perspectiva, el territorio aparece no solo **como un contexto** en el que se desarrollan las intervenciones, sino también como **un recurso para la acción**, en la medida en que permite activar redes de relación y generar espacios de interacción social.

Escala territorial de las iniciativas

Las entrevistas muestran también que las iniciativas pueden desarrollarse a diferentes escalas territoriales. Algunas experiencias se organizan a partir de **redes de proximidad muy localizadas**, centradas en barrios o comunidades concretas, mientras que otras se articulan a través de programas de ámbito municipal o regional.

La escala territorial influye en la forma en que se organizan las intervenciones y en el tipo de relaciones que se establecen entre los distintos actores implicados. En iniciativas de escala más local, el conocimiento directo del entorno y de las personas facilita la identificación de situaciones de soledad y la creación de vínculos de proximidad. En programas de mayor alcance territorial, en cambio, adquiere mayor importancia la coordinación entre organizaciones y la articulación con distintos recursos institucionales.

Territorio y capacidad de adaptación de las iniciativas

Finalmente, el análisis del corpus sugiere que la adaptación de las iniciativas a las características del territorio constituye un elemento clave para su desarrollo. Las entrevistas ponen de relieve que las intervenciones más consolidadas suelen ser aquellas capaces de **ajustar sus estrategias a las condiciones sociales y territoriales en las que se insertan**, teniendo en cuenta factores como la estructura de las redes comunitarias, la disponibilidad de recursos o las características de la población mayor del entorno.

En este sentido, el territorio aparece como un elemento que no solo condiciona las posibilidades de intervención, sino que también influye en la forma en que las iniciativas se diseñan, evolucionan y se articulan con otros actores del entorno.

6.5.2 Actores y relaciones entre actores en el escenario de intervención

Junto a la dimensión territorial, las entrevistas destacan la importancia de las redes de actores que participan en el desarrollo de las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada. Las intervenciones no se desarrollan de forma aislada, sino que se articulan a través de **relaciones de cooperación entre distintos tipos de organizaciones y agentes**.

Administraciones públicas, entidades del tercer sector, organizaciones comunitarias, redes de voluntariado y otros actores del entorno local participan, en distintos grados, en la identificación de situaciones de soledad, en el desarrollo de las actividades y en la articulación de recursos disponibles para apoyar a las personas mayores. **Esta diversidad**

Financiación

Realización

de actores configura un ecosistema relacional en el que la cooperación y la coordinación entre organizaciones se convierten en elementos clave para el desarrollo y la sostenibilidad de las iniciativas.

El análisis de las entrevistas muestra que las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada se desarrollan en un contexto caracterizado por la participación de una pluralidad de actores. Administraciones públicas, entidades del tercer sector, organizaciones comunitarias, redes de voluntariado y otros agentes del entorno local participan, en distintos grados, en el diseño y desarrollo de las intervenciones.

En este sentido, las iniciativas analizadas no pueden entenderse únicamente como programas impulsados por una organización concreta, sino como **configuraciones relacionales** en las que interactúan diferentes actores, cada uno con funciones, recursos y capacidades específicas.

Diversidad de actores implicados

Las entrevistas permiten identificar distintos tipos de actores que participan en el desarrollo de las iniciativas.

En primer lugar, las **administraciones públicas**, especialmente en el ámbito municipal y autonómico, desempeñan un papel relevante en la financiación, promoción o coordinación de muchas de las actuaciones. En algunos casos, las iniciativas se integran directamente en políticas públicas orientadas a la atención a las personas mayores o a la promoción de la participación comunitaria.

En segundo lugar, las **entidades del tercer sector** constituyen uno de los actores más presentes en el desarrollo de intervenciones frente a la soledad. Muchas organizaciones sociales impulsan programas de acompañamiento, dinamización comunitaria o creación de redes de apoyo, a menudo apoyándose en la participación de personas voluntarias.

Junto a estos actores, las entrevistas mencionan también la participación de **organizaciones comunitarias y redes de proximidad**, como asociaciones vecinales, centros sociales, comercios de barrio o iniciativas ciudadanas, que pueden desempeñar un papel relevante en la identificación de situaciones de soledad o en la generación de espacios de relación.

Finalmente, en algunas experiencias aparecen también **fundaciones, empresas o iniciativas privadas**, que contribuyen al desarrollo de proyectos específicos o al apoyo a determinadas actividades.

Financiación

Realización

El papel del voluntariado

En muchas de las iniciativas analizadas, el voluntariado constituye un elemento central en el desarrollo de las intervenciones, especialmente en aquellas orientadas al acompañamiento individual o a la creación de redes de apoyo social.

Las personas voluntarias participan en actividades como visitas domiciliarias, acompañamiento en actividades cotidianas o dinamización de espacios de encuentro. Su implicación permite ampliar la capacidad de intervención de las organizaciones y facilita la generación de relaciones de proximidad con las personas mayores participantes.

Al mismo tiempo, las entrevistas ponen de relieve que la participación del voluntariado requiere **procesos de formación, coordinación y acompañamiento**, que permitan garantizar la continuidad y la calidad de las intervenciones.

Relaciones de cooperación entre actores

Más allá de la diversidad de actores implicados, uno de los rasgos que emerge con mayor claridad en el análisis de las entrevistas es la importancia de las **relaciones de cooperación entre organizaciones**.

Muchas iniciativas se desarrollan a partir de redes de colaboración que articulan distintos recursos del territorio, como servicios sociales, centros de salud, entidades sociales u organizaciones comunitarias. Estas redes permiten compartir información, identificar situaciones de soledad y coordinar respuestas adaptadas a las necesidades de las personas mayores.

En algunos casos, estas relaciones se formalizan a través de acuerdos o estructuras de coordinación específicas, mientras que en otros se basan en **relaciones de colaboración más informales**, construidas a partir del conocimiento mutuo entre las organizaciones del territorio.

Iniciativas como dispositivos puente entre comunidad y sistema de servicios

El análisis de las entrevistas sugiere que muchas iniciativas frente a la soledad no deseada ocupan una posición intermedia entre las redes comunitarias informales y los sistemas institucionales de servicios sociales y sanitarios.

Por un lado, estas iniciativas se apoyan en relaciones de proximidad, redes vecinales, voluntariado y dinámicas comunitarias que facilitan la creación de vínculos sociales. Por otro, mantienen relaciones con servicios públicos y organizaciones formales que permiten canalizar recursos y derivar situaciones que requieren intervenciones especializadas.

Financiación

Realización

Desde esta perspectiva, las iniciativas pueden entenderse como **dispositivos de articulación entre comunidad y sistema de servicios**, capaces de conectar a las personas mayores con distintos recursos del entorno y de facilitar respuestas más integrales a las situaciones de soledad.

Tensiones y desafíos en la articulación de actores

Las entrevistas señalan también algunos desafíos asociados a la coordinación entre actores. Entre ellos se mencionan las dificultades para mantener una colaboración estable entre organizaciones con recursos y capacidades diferentes, así como la necesidad de mejorar los mecanismos de intercambio de información entre los distintos servicios implicados.

Asimismo, algunos entrevistados subrayan la importancia de evitar la fragmentación de las intervenciones, promoviendo formas de cooperación que permitan ofrecer respuestas más integrales a las situaciones de soledad.

En este sentido, el análisis del corpus sugiere que la capacidad de articular **redes de cooperación entre actores** constituye uno de los factores que pueden favorecer el desarrollo y la sostenibilidad de las iniciativas frente a la soledad no deseada.

El análisis de los actores implicados y de las relaciones que se establecen entre ellos permite comprender que la intervención frente a la soledad no deseada se configura como **un campo de acción colectivo**, en el que participan organizaciones y agentes con funciones complementarias. Esta diversidad de actores y la necesidad de articular sus intervenciones plantean, sin embargo, distintos desafíos relacionados con la coordinación, la sostenibilidad de las iniciativas y la capacidad para identificar y atender situaciones de soledad.

6.6 Nudos críticos que atraviesan el campo de intervención frente a la soledad no deseada en personas mayores

El análisis de las entrevistas pone de relieve que las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada se desarrollan en un contexto marcado por diferentes **desafíos estructurales**. Estos desafíos no se refieren únicamente a dificultades operativas de los programas concretos, sino que expresan **tensiones propias del campo de intervención**, que condicionan el alcance y las posibilidades de las iniciativas.

Entre los temas que aparecen con mayor frecuencia en las entrevistas destacan los relacionados con la **detección de situaciones de soledad**, **los perfiles de personas mayores a los que llegan las intervenciones**, **la coordinación entre actores**, **la sostenibilidad de las iniciativas** y **los límites de las intervenciones ante necesidades**

Financiación

Realización

complejas.

La dificultad de identificar las situaciones de soledad más invisibles

Uno de los temas que aparece con mayor claridad en las entrevistas es la dificultad para identificar a las personas mayores que se encuentran en situaciones de mayor aislamiento social.

Muchas iniciativas dependen de distintos mecanismos de detección, como:

- derivaciones desde servicios sociales o sanitarios
- conocimiento informal del territorio
- redes comunitarias
- avisos de vecinos o comercios de proximidad.

Sin embargo, estas estrategias no siempre permiten identificar a las personas que mantienen **niveles más altos de aislamiento o menor contacto con el entorno**, lo que hace que algunas situaciones de soledad permanezcan fuera del alcance de las iniciativas.

En este sentido, la detección aparece como uno de los principales retos del campo de intervención frente a la soledad no deseada.

2) Los perfiles de personas mayores a los que llegan las iniciativas

Las entrevistas sugieren que muchas iniciativas tienden a trabajar principalmente con personas mayores que conservan un cierto nivel de autonomía funcional y capacidad de participación social.

Esto se relaciona en parte con el tipo de actividades que desarrollan muchas intervenciones —participación en grupos, actividades comunitarias o espacios de encuentro— que requieren una cierta capacidad de movilidad o interacción social.

Como consecuencia, las personas que experimentan situaciones más complejas, como deterioro cognitivo avanzado, dependencia significativa o problemas de salud graves, pueden quedar parcialmente fuera del alcance de algunas iniciativas.

No obstante, algunas organizaciones han desarrollado estrategias para **adaptar sus intervenciones a estas situaciones**, manteniendo el vínculo con las personas mayores cuando aparecen procesos de deterioro o articulando su actuación con otros recursos del sistema de atención.

3) La coordinación entre actores y la fragmentación de las intervenciones

Otro de los desafíos señalados en las entrevistas se refiere a la coordinación entre

Financiación

Realización

los distintos actores implicados en la intervención frente a la soledad.

Aunque muchas iniciativas se desarrollan en colaboración con servicios públicos, entidades sociales y actores del territorio, los entrevistados señalan que la articulación entre estos recursos no siempre resulta sencilla. En algunos casos se mencionan dificultades relacionadas con:

- la fragmentación de programas y recursos
- la falta de canales estables de coordinación
- la diversidad de marcos institucionales o competenciales.

Estas dificultades pueden limitar la capacidad de ofrecer respuestas integrales a situaciones de soledad que, en muchos casos, se encuentran vinculadas a otros problemas sociales o de salud.

4) La sostenibilidad organizativa de las iniciativas

Las entrevistas señalan también la importancia de las condiciones organizativas que permiten sostener las iniciativas en el tiempo.

Muchas experiencias dependen de combinaciones variables de financiación pública, recursos propios de las organizaciones o participación de personas voluntarias. Esta situación puede generar incertidumbre sobre la continuidad de algunos proyectos o dificultar su consolidación a largo plazo.

En este contexto, algunos entrevistados subrayan la importancia de contar con **estructuras organizativas estables, recursos suficientes y equipos profesionales consolidados**, que permitan mantener las intervenciones y desarrollar procesos de aprendizaje a partir de la experiencia acumulada.

5) El desbordamiento de las iniciativas ante la complejidad de las necesidades

Las entrevistas ponen de relieve que las situaciones de soledad no deseada suelen aparecer vinculadas a **necesidades diversas y complejas** que van más allá de la dimensión estrictamente relacional.

En muchos casos, las personas mayores con las que trabajan las iniciativas presentan también necesidades relacionadas con:

- la salud
- la movilidad
- el acceso a recursos
- la participación en la vida comunitaria.

Financiación

Realización

Esta situación hace que las iniciativas se enfrenten con frecuencia a demandas que **exceden el alcance de las intervenciones inicialmente previstas**, lo que obliga a las organizaciones a adaptar sus estrategias, ampliar su repertorio de actuaciones o articular su trabajo con otros recursos del territorio.

Este desbordamiento de las iniciativas refleja la complejidad de las situaciones de soledad y pone de relieve la necesidad de enfoques de intervención que puedan integrar diferentes dimensiones del bienestar de las personas mayores.

6) La interrelación entre soledad y otras dimensiones del bienestar

Las entrevistas muestran que la soledad no deseada rara vez aparece como un fenómeno aislado. Con frecuencia se encuentra vinculada a otras dimensiones del bienestar en la vejez, como la salud, la movilidad, la autonomía funcional, las condiciones económicas o el acceso a recursos y servicios.

Esta interrelación hace que las situaciones de soledad se presenten a menudo como parte de **configuraciones más complejas de vulnerabilidad**, en las que distintos factores interactúan y se refuerzan mutuamente.

En este contexto, muchas iniciativas se enfrentan a situaciones que exceden el ámbito estrictamente relacional de sus actuaciones. Esto obliga a las organizaciones a articular su intervención con otros recursos del territorio o a ampliar sus formas de actuación para responder a necesidades diversas que aparecen en la práctica.

El análisis de estos nudos críticos permite comprender mejor los límites y desafíos que atraviesan el campo de intervención frente a la soledad no deseada. Al mismo tiempo, las entrevistas permiten identificar también algunos elementos que parecen favorecer el desarrollo de iniciativas más consolidadas y con mayor capacidad de adaptación a las necesidades de las personas mayores.

En el siguiente epígrafe se analizan precisamente las condiciones que parecen asociarse a iniciativas con mayor potencial de eficacia, a partir de las experiencias recogidas en las entrevistas.

6.7 Evaluación de las intervenciones frente a la soledad no deseada: prácticas, condiciones, límites y conocimiento generado

El análisis de las entrevistas pone de relieve que la evaluación de las intervenciones orientadas a abordar la soledad no deseada constituye una dimensión presente en muchas de las iniciativas analizadas, aunque se desarrolla con diferentes grados de

Financiación

Realización

formalización y con enfoques diversos. En este sentido, las entrevistas sugieren que la evaluación constituye todavía uno de los ámbitos menos consolidados dentro del campo de intervención frente a la soledad no deseada, en el que conviven distintas aproximaciones y prácticas de seguimiento.

Las prácticas de evaluación responden tanto a las necesidades internas de seguimiento de las organizaciones como a las exigencias de justificación asociadas a los programas de financiación o a las políticas públicas en las que se insertan. En este contexto, las organizaciones combinan distintos mecanismos de recogida de información que incluyen registros cuantitativos de actividad, recogida de información cualitativa y procesos más informales de observación y reflexión sobre la práctica.

Sin embargo, las entrevistas muestran también que las iniciativas se enfrentan a diversas limitaciones para desarrollar sistemas de evaluación más sistemáticos. Estas limitaciones se relacionan tanto con la forma en que la evaluación suele plantearse en los marcos institucionales como con el propio conocimiento disponible y con las condiciones organizativas en las que se desarrollan las intervenciones.

A partir de estas consideraciones, este apartado analiza las prácticas de evaluación identificadas en las iniciativas atendiendo, en primer lugar, a qué se evalúa, cómo se realizan los procesos de seguimiento y cuáles son las principales limitaciones que enfrentan las organizaciones. Posteriormente se propone una tipología de formas de evaluación presentes en las iniciativas, se examina el conocimiento situado que se genera en el desarrollo de las intervenciones y se identifican algunos retos y oportunidades de mejora para el fortalecimiento de los sistemas de evaluación en este ámbito.

6.7.1 Prácticas de evaluación de las iniciativas

Antes de analizar las diferentes formas de evaluación presentes en las iniciativas, resulta necesario examinar cómo se desarrollan en la práctica los procesos de seguimiento y valoración de las intervenciones. El análisis de las entrevistas permite identificar qué dimensiones suelen ser objeto de evaluación en las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada, qué herramientas o mecanismos utilizan las organizaciones para realizar este seguimiento y cuáles son las principales limitaciones que enfrentan en este ámbito. Este análisis permite comprender tanto las prácticas de evaluación actualmente existentes como las condiciones en las que se desarrollan.

Qué se evalúa en las iniciativas que afrontan la soledad no deseada en mayores

Las entrevistas muestran que las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada suelen prestar atención a diferentes dimensiones a la hora de valorar los resultados de Financiación

Realización

sus actuaciones. Entre los aspectos que aparecen con mayor frecuencia se encuentran la participación de las personas mayores en las actividades desarrolladas, la continuidad de su implicación en las iniciativas o la ampliación de sus redes de relación.

Junto a estos indicadores más fácilmente observables, muchos de los actores entrevistados destacan también la importancia de cambios de carácter más cualitativo relacionados con el bienestar de las personas mayores, la mejora de su estado emocional, la recuperación de la participación social o la construcción de nuevas relaciones significativas.

Estos resultados suelen identificarse a partir de la observación del desarrollo de las actividades, del contacto continuado con las personas participantes o de la valoración que realizan los propios profesionales y voluntarios implicados en las iniciativas. En este sentido, una parte importante de los cambios que las organizaciones consideran relevantes en sus intervenciones se relaciona con **procesos relacionales y experiencias subjetivas**, que no siempre resultan fáciles de captar mediante indicadores cuantitativos convencionales.

Cómo se evalúan las intervenciones

Las iniciativas analizadas desarrollan diferentes prácticas de evaluación que combinan distintos tipos de herramientas y procedimientos. En muchos casos, las organizaciones realizan un seguimiento básico de sus actividades a través de registros de participación, memorias de actividades o informes periódicos que recogen información sobre el número de personas participantes, las actividades realizadas o el alcance de las actuaciones.

Junto a estos mecanismos más formales, las entrevistas ponen de relieve la importancia de procesos de seguimiento más cualitativos basados en la observación directa, en las conversaciones con las personas participantes o en los espacios de reflexión interna de los equipos de trabajo. Estos procesos permiten recoger información relevante sobre el desarrollo de las intervenciones y sobre los cambios que se producen en las personas mayores, aunque no siempre se traducen en sistemas de evaluación formalizados.

En algunos casos, las organizaciones incorporan también cuestionarios de satisfacción u otras herramientas orientadas a recoger la valoración de las personas participantes sobre las actividades desarrolladas. Sin embargo, la utilización de metodologías de evaluación más sistemáticas o estructuradas aparece de manera relativamente limitada en el conjunto de experiencias analizadas.

Financiación

Realización

Limitaciones en la evaluación de las intervenciones

Las entrevistas ponen de relieve que las organizaciones se enfrentan a diversas limitaciones a la hora de desarrollar procesos de evaluación más sistemáticos. Una de las principales dificultades señaladas se relaciona con la forma en que la evaluación suele plantearse en muchos contextos institucionales, habitualmente asociada a indicadores cuantitativos centrados en el número de participantes, el volumen de actividades realizadas o el alcance de las iniciativas.

Este enfoque resulta útil para la justificación administrativa de los programas o para la rendición de cuentas ante las entidades financiadoras, pero presenta limitaciones para captar los cambios relacionales o subjetivos que muchas iniciativas consideran centrales en su trabajo frente a la soledad.

Esta dificultad se relaciona también con la propia naturaleza del fenómeno. La soledad no deseada constituye una experiencia subjetiva, relacional y cambiante, cuyo significado puede variar en función de la trayectoria vital y del contexto social de cada persona. Estas características hacen que su medición resulte compleja cuando se pretende reducirla a indicadores simples o exclusivamente cuantitativos.

Al mismo tiempo, las entrevistas muestran que, aunque muchas organizaciones reconocen el valor de la información cualitativa para comprender mejor los procesos que se desarrollan en las intervenciones, su incorporación sistemática en los procesos de evaluación plantea diversas dificultades. Entre ellas se mencionan el volumen de información que se genera en el trabajo cotidiano con las personas mayores, la falta de herramientas metodológicas para sistematizar y analizar esta información o la limitada disponibilidad de recursos para desarrollar procesos de evaluación más complejos.

A estas limitaciones se suman también los condicionamientos derivados de los sistemas de financiación de muchos programas, que suelen exigir indicadores cuantificables y comparables que faciliten la justificación administrativa de las intervenciones.

6.7.2 Formas de evaluación presentes en las iniciativas

A partir de las prácticas de seguimiento y evaluación descritas en el apartado anterior, el análisis de las entrevistas permite identificar distintas formas de aproximación a la evaluación de las intervenciones frente a la soledad no deseada presentes en las iniciativas. Estas formas no constituyen modelos cerrados ni excluyentes, sino orientaciones que aparecen combinadas en muchas iniciativas.

Una primera forma de evaluación está vinculada principalmente a los requisitos administrativos de los programas o a las exigencias de las entidades financiadoras. En estos casos, la evaluación se centra fundamentalmente en indicadores cuantitativos

Financiación

Realización

relacionados con el número de personas participantes, las actividades realizadas o el alcance de las actuaciones.

Una segunda forma de evaluación se desarrolla en el propio proceso de intervención y se basa en el seguimiento cotidiano de las personas participantes y de las actividades desarrolladas. Esta evaluación se apoya en la observación directa, en las conversaciones con las personas mayores o en los intercambios entre los equipos de trabajo y el voluntariado.

Finalmente, algunas iniciativas incorporan también espacios de reflexión más estructurados orientados a analizar el funcionamiento de las intervenciones y a extraer aprendizajes para su mejora. Estos procesos contribuyen a generar conocimiento sobre las prácticas desarrolladas y sobre los factores que favorecen o dificultan el desarrollo de las iniciativas.

A partir de las prácticas de evaluación descritas en el apartado anterior, el análisis de las entrevistas permite identificar distintas formas de aproximación a la evaluación presentes en las iniciativas.

La tabla siguiente sintetiza estas formas de evaluación y el tipo de conocimiento que generan en el desarrollo de las intervenciones.

FORMAS DE EVALUACIÓN Y TIPOS DE CONOCIMIENTO GENERADO DE LAS INICIATIVAS FRENTE A LA

Forma de evaluación	Características principales	Tipo de conocimiento generado	Principales limitaciones
Evaluación administrativa o de justificación	Registro de indicadores cuantitativos vinculados a la actividad de los programas (número de participantes, actividades realizadas, frecuencia de contactos).	Información sobre el alcance de las intervenciones y su cobertura.	Ofrece información limitada sobre los cambios relacionales o subjetivos asociados a la experiencia de soledad.
Evaluación práctica o de seguimiento de la intervención	Seguimiento cotidiano de las personas participantes mediante observación directa, conversaciones y contacto continuado entre profesionales, voluntariado y participantes.	Conocimiento práctico sobre la evolución de las personas participantes, su participación social y sus redes de relación.	La información generada suele permanecer en formas informales y no siempre se sistematiza.
Evaluación reflexiva o de aprendizaje organizativo	Espacios de reflexión interna orientados a analizar la experiencia acumulada y extraer aprendizajes para la mejora de las intervenciones.	Conocimiento organizativo sobre el funcionamiento de las iniciativas y los factores que favorecen o dificultan su desarrollo.	Su desarrollo depende de los recursos y capacidades disponibles en las organizaciones y no siempre se integra en sistemas formales de evaluación.

Financiación

Realización

6.7.3 Conocimiento situado producido en la práctica de intervención

Más allá de los mecanismos formales de evaluación, las entrevistas ponen de relieve que las iniciativas generan un volumen importante de conocimiento sobre las personas y las dinámicas relacionales que intervienen en las situaciones de soledad. Este conocimiento se produce fundamentalmente en el desarrollo cotidiano de las intervenciones y constituye un recurso relevante para orientar las prácticas y promover su mejora.

Las organizaciones desarrollan progresivamente un conocimiento sobre las personas mayores participantes en las iniciativas, que incluye aspectos relacionados con sus trayectorias vitales, sus redes de relación, sus formas de participación o las dificultades que experimentan en su vida cotidiana. Este conocimiento permite comprender mejor las situaciones de soledad y ajustar las intervenciones a las características y necesidades de cada persona.

Al mismo tiempo, las iniciativas generan también conocimiento sobre otros actores implicados en las intervenciones, como el voluntariado, los equipos técnicos, las familias o el entorno comunitario. A través de la experiencia acumulada, las organizaciones identifican los factores que facilitan o dificultan la construcción de vínculos, el desarrollo de las actividades o la continuidad de la participación de las personas mayores.

Este conocimiento se produce en distintos espacios del desarrollo de las iniciativas, como los procesos de acompañamiento, las propias intervenciones, las reuniones de equipo o los espacios de intercambio de experiencias entre profesionales y voluntariado. Se trata en muchos casos de un **conocimiento situado**, construido a partir de la interacción directa con las personas participantes y del contexto específico en el que se desarrollan las intervenciones.

Las personas entrevistadas otorgan un alto valor a este conocimiento para comprender el funcionamiento de las iniciativas y orientar la mejora de las prácticas. Sin embargo, por distintas razones —relacionadas con las exigencias administrativas de los sistemas de financiación, la dificultad de sistematizar la información cualitativa o la falta de herramientas metodológicas adecuadas— este conocimiento no siempre llega a incorporarse plenamente en los procesos formales de evaluación de las intervenciones.

6.7.4 Retos y oportunidades de mejora en la evaluación de las Iniciativas que abordan la soledad no deseada en personas mayores

El análisis realizado permite identificar algunos retos y oportunidades de mejora en relación con la evaluación de las intervenciones frente a la soledad no deseada.

En primer lugar, aparece la necesidad de desarrollar enfoques de evaluación capaces de **integrar información cuantitativa y cualitativa**, de modo que sea posible captar tanto el

Financiación

Realización

alcance de las iniciativas como los cambios relacionales y subjetivos que se producen en las personas participantes.

En segundo lugar, las entrevistas sugieren la conveniencia de **desarrollar herramientas que faciliten la sistematización del conocimiento generado en la práctica**, permitiendo organizar y analizar la información cualitativa que se produce en los procesos de intervención.

En tercer lugar, se identifica como una oportunidad de mejora la **articulación entre evaluación y aprendizaje organizativo**, de modo que los procesos de seguimiento de las intervenciones no se limiten a la justificación administrativa de las actividades, sino que contribuyan también a la mejora de las prácticas.

Finalmente, el análisis pone de relieve la importancia de **fortalecer las capacidades de evaluación en las organizaciones**, favoreciendo el acceso a metodologías y herramientas adaptadas a las características de las intervenciones relacionales que se desarrollan en este ámbito.

En conjunto, el análisis sugiere que las iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada generan un volumen significativo de conocimiento sobre los procesos y efectos de sus intervenciones, aunque este conocimiento se produce con frecuencia en formas vinculadas a la experiencia práctica y al aprendizaje organizativo más que a sistemas formales de evaluación. A partir de este conocimiento, los actores implicados identifican determinados elementos que consideran especialmente relevantes para el desarrollo de las intervenciones y para su capacidad de respuesta frente a situaciones de soledad. El análisis de las entrevistas permite, en este sentido, identificar algunas **condiciones que aparecen asociadas a iniciativas con mayor potencial de eficacia**, que se presentan en el apartado siguiente.

6.8 Condiciones asociadas a iniciativas con mayor potencial de eficacia

El análisis de las entrevistas permite identificar una serie de elementos que, según los actores implicados en el desarrollo de las iniciativas, contribuyen a reforzar la capacidad de las intervenciones para abordar situaciones de soledad no deseada en personas mayores.

Estas condiciones no deben interpretarse como factores que garanticen por sí mismos la eficacia de una iniciativa, sino como **rasgos que aparecen con mayor frecuencia en aquellas experiencias que los propios entrevistados consideran más consolidadas o con mayor capacidad para generar cambios significativos en la vida de las personas mayores**.

Financiación

Realización

A partir del análisis del corpus, es posible identificar varias dimensiones que parecen asociarse con este mayor potencial de eficacia, relacionadas con la construcción de vínculos relacionales significativos, la capacidad de las iniciativas para adaptarse a las necesidades de las personas mayores y del contexto, la articulación con redes de actores del territorio y la continuidad de las intervenciones en el tiempo.

1) Centralidad del vínculo relacional

Uno de los elementos que aparece con mayor frecuencia en las entrevistas es la importancia de la construcción de **relaciones significativas y sostenidas en el tiempo** con las personas mayores participantes.

Más allá de las actividades concretas que se desarrollan en el marco de las iniciativas, los entrevistados destacan que el impacto de las intervenciones se relaciona en gran medida con la posibilidad de generar vínculos de confianza que permitan a las personas mayores sentirse acompañadas, reconocidas y conectadas con otras personas.

En este sentido, las iniciativas que priorizan la continuidad de las relaciones y el establecimiento de vínculos estables tienden a ser percibidas como aquellas que tienen mayor capacidad para reducir situaciones de soledad o aislamiento social.

2) Adaptación a las necesidades de las personas mayores

Otro de los elementos que emerge con claridad en las entrevistas es la importancia de la capacidad de las iniciativas para **adaptar sus estrategias de intervención a las necesidades y situaciones concretas de las personas mayores**.

Como se ha señalado en apartados anteriores, muchas iniciativas no se desarrollan como programas cerrados definidos de forma estable desde su origen, sino como procesos abiertos que evolucionan a partir de la experiencia acumulada y del contacto continuado con las personas participantes. En la práctica, las intervenciones se van ajustando progresivamente a las necesidades que emergen a lo largo del desarrollo de la iniciativa, incorporando nuevas actividades, modificando sus formas de actuación o articulándose con otros recursos del entorno.

Esta capacidad de adaptación aparece como un rasgo especialmente relevante en aquellas iniciativas que logran mantener la participación de las personas mayores y responder a situaciones diversas. En este sentido, las experiencias más consolidadas tienden a combinar distintos tipos de actuación —acompañamiento individual, actividades grupales, dinamización comunitaria o articulación con recursos del territorio— en función de las características de las personas participantes y del contexto en el que se desarrollan.

Financiación

Realización

La adaptación de las intervenciones se relaciona también con la dimensión biográfica de muchas situaciones de soledad. Las necesidades de las personas mayores pueden transformarse a lo largo del tiempo debido a cambios en su situación personal, en su estado de salud o en sus redes sociales. En este contexto, las iniciativas que mantienen una cierta flexibilidad organizativa y metodológica pueden acompañar mejor estos procesos, ajustando sus formas de intervención a las distintas etapas de las trayectorias vitales de las personas participantes.

3) Articulación con redes de actores del territorio

Las entrevistas señalan también la importancia de la **articulación de las iniciativas con redes de actores del territorio**. La colaboración entre organizaciones permite ampliar la capacidad de intervención, facilitar la detección de situaciones de soledad y conectar a las personas mayores con distintos recursos disponibles en su entorno.

Las iniciativas que se desarrollan en colaboración con servicios sociales y, en ocasiones con servicios sociosanitarios, entidades comunitarias, organizaciones sociales o redes vecinales suelen disponer de mayores posibilidades para identificar situaciones de aislamiento y ofrecer respuestas más integrales a las necesidades de las personas mayores.

Esta articulación con redes de actores se vincula también con la capacidad de las iniciativas para actuar como **dispositivos de conexión entre las redes comunitarias y los sistemas institucionales de servicios**, facilitando la circulación de información y la coordinación entre distintos recursos del territorio.

4) Estrategias de detección de situaciones de soledad

La capacidad para identificar situaciones de soledad, especialmente aquellas menos visibles, aparece también como un elemento relevante en el análisis de las entrevistas.

Muchas iniciativas desarrollan estrategias específicas de detección que incluyen la colaboración con actores del territorio, el trabajo con redes comunitarias o la articulación con servicios públicos. Estas estrategias permiten identificar a personas mayores que no participan en actividades sociales o que permanecen fuera del alcance de las redes institucionales.

En este sentido, la detección aparece como una dimensión clave para ampliar el alcance de las intervenciones y para llegar a aquellas personas mayores que se encuentran en situaciones de mayor aislamiento.

Financiación



Realización



5) Continuidad y sostenibilidad de las intervenciones

Finalmente, las entrevistas destacan la importancia de la **continuidad de las iniciativas en el tiempo**. Las intervenciones frente a la soledad suelen requerir procesos prolongados de construcción de vínculos y de acompañamiento de las personas mayores, lo que hace especialmente relevante la estabilidad organizativa de las iniciativas.

La disponibilidad de recursos estables, la consolidación de equipos de trabajo y la continuidad de las redes de colaboración aparecen como factores que favorecen el desarrollo sostenido de las intervenciones y su capacidad para generar cambios significativos en las trayectorias de las personas mayores.

En conjunto, estos elementos sugieren que las iniciativas con mayor potencial para abordar situaciones de soledad no deseada tienden a combinar **relaciones de acompañamiento significativas, capacidad de adaptación a las necesidades de las personas mayores, articulación con redes de actores del territorio y continuidad en el tiempo**, configurando intervenciones flexibles y relacionales capaces de responder a la complejidad de las situaciones de soledad.

6.9 Conclusiones y Recomendaciones Estratégicas emergentes

6.9.1 Conclusiones

El análisis de las entrevistas a expertos e informantes clave de iniciativas orientadas a abordar la soledad no deseada en personas mayores permite identificar una serie de rasgos estructurales que caracterizan este campo de intervención. Más allá de la diversidad de programas, contextos territoriales y organizaciones implicadas, los discursos recogidos muestran la existencia de ciertas orientaciones comunes en la forma de comprender el fenómeno, diseñar las intervenciones y valorar sus resultados.

1. La intervención frente a la soledad se configura como un campo en construcción

Las entrevistas muestran que el abordaje de la soledad no deseada en personas mayores constituye un ámbito de intervención relativamente reciente que se encuentra todavía en proceso de consolidación. En los últimos años se ha producido un crecimiento significativo del número de iniciativas y programas orientados a abordar este fenómeno, impulsado tanto por el reconocimiento institucional del problema como por la preocupación social ante sus efectos sobre el bienestar de las personas mayores.

Este desarrollo se caracteriza por una cierta heterogeneidad en los modelos de intervención, en las formas de organización de las iniciativas y en los sistemas de

Financiación

Realización

evaluación utilizados.

En este contexto, muchas iniciativas se caracterizan por una lógica de experimentación y aprendizaje continuo, en la que las organizaciones adaptan sus actuaciones a partir de la experiencia acumulada y del conocimiento generado en el contacto directo con las personas mayores.

2. La soledad no deseada se interpreta fundamentalmente como un fenómeno relacional

Uno de los elementos que aparece de forma más consistente en las entrevistas es la comprensión de la soledad no deseada como un fenómeno que se relaciona principalmente con la debilidad o ruptura de las redes de relación social. Más allá de las condiciones individuales de las personas mayores, los discursos analizados sitúan el origen de la soledad en transformaciones más amplias de las dinámicas familiares, comunitarias y sociales.

Esta interpretación relacional del fenómeno tiene implicaciones directas en la forma de plantear las intervenciones, que tienden a orientarse hacia la reconstrucción de vínculos sociales y la creación de oportunidades de relación.

3. Las intervenciones se orientan hacia la reconstrucción de vínculos sociales

En coherencia con esta comprensión del fenómeno, las iniciativas tienden a situar la construcción o fortalecimiento de los vínculos sociales en el centro de sus intervenciones. Esto se traduce en el desarrollo de diferentes modelos de actuación que combinan acompañamiento individual, actividades de participación social, dinamización comunitaria y articulación con recursos del territorio.

Aunque estas iniciativas presentan diferencias organizativas y metodológicas, comparten la idea de que la superación de la soledad no deseada pasa fundamentalmente por facilitar relaciones significativas y favorecer la participación social de las personas mayores.

4. Las iniciativas muestran una tendencia a la adaptación y convergencia de modelos de intervención

El análisis de las entrevistas pone de relieve que muchas iniciativas no se desarrollan como modelos cerrados y estáticas, sino como intervenciones que evolucionan con el tiempo en función de las necesidades detectadas, de los territorios en los que trabajan y de la experiencia acumulada de las organizaciones.

A medida que las iniciativas se desarrollan, tienen de incorporar nuevas formas de actuación y a combinar distintos tipos de intervención.

Financiación

Realización

Este proceso genera una cierta convergencia entre distintos tipos de iniciativas, que progresivamente incorporan elementos característicos de otros modelos de intervención. Así, programas inicialmente centrados en el acompañamiento individual pueden incorporar actividades grupales o comunitarias, mientras que iniciativas de participación social pueden desarrollar mecanismos de detección o acompañamiento personalizado.

5. El territorio y las redes de actores constituyen condiciones estructurales de la intervención

Las entrevistas ponen de relieve que las iniciativas frente a la soledad no deseada se desarrollan en estrecha relación con las características del territorio y con las redes de actores presentes en cada contexto. Factores como las diferencias entre entornos urbanos y rurales, la disponibilidad de recursos comunitarios o el grado de articulación o cooperación entre organizaciones influyen de manera significativa en las posibilidades de desarrollo de las intervenciones.

En este sentido, muchas iniciativas se apoyan en redes de cooperación entre administraciones públicas, entidades del tercer sector, organizaciones comunitarias y actores del entorno local, que contribuyen a identificar situaciones de soledad, movilizar recursos y generar espacios de relación social.

6. Las iniciativas se dirigen principalmente en personas mayores con niveles moderados de autonomía

El análisis del corpus muestra que muchas iniciativas se dirigen prioritariamente a personas mayores que mantienen niveles moderados de autonomía y capacidad de participación social. Este perfil facilita la participación en actividades comunitarias o en programas de acompañamiento.

No obstante, las entrevistas muestran también que algunas iniciativas se enfrentan al reto de acompañar procesos de deterioro progresivo o situaciones de mayor vulnerabilidad, lo que plantea la necesidad de explorar formas de intervención que permitan mantener el vínculo con las personas participantes a lo largo del tiempo.

7. La detección de situaciones de soledad constituye uno de los principales retos del campo

Uno de los desafíos más mencionados por las personas entrevistadas es la dificultad para identificar a las personas mayores que viven situaciones de soledad o aislamiento social, especialmente cuando estas situaciones permanecen poco visibles para los servicios o para las redes comunitarias.

Financiación

Realización

Este reto pone de relieve la importancia de desarrollar estrategias de detección que combinen la actuación de los servicios públicos con la implicación de actores del entorno próximo, capaces de identificar situaciones de soledad y facilitar la conexión con las iniciativas existentes.

8. La evaluación constituye uno de los ámbitos menos consolidados del campo, aunque las iniciativas generan conocimiento relevante para orientar las prácticas

Las entrevistas sugieren que la evaluación de las intervenciones frente a la soledad no deseada presenta todavía importantes limitaciones. En muchos casos, los sistemas de seguimiento se centran en indicadores cuantitativos vinculados al número de participantes o las actividades realizadas, lo que dificulta captar los cambios relacionales o subjetivos asociados a las intervenciones.

Al mismo tiempo, las iniciativas generan un importante volumen de conocimiento a partir de la experiencia cotidiana de intervención. Este conocimiento —basado en la observación, el acompañamiento y la interacción directa con las personas mayores— constituye un recurso relevante para orientar la mejora de las prácticas, aunque no siempre se integra en sistemas formales de evaluación.

9. Los resultados del análisis muestran una clara convergencia con las orientaciones del Marco Estratégico de las Soledades 2026-2030

Los resultados obtenidos en el análisis de las entrevistas muestran una notable convergencia con las orientaciones recogidas en el Marco Estratégico de las Soledades impulsado por el Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030. En particular, la importancia otorgada en las iniciativas analizadas a la reconstrucción de vínculos sociales, a la participación comunitaria y a la articulación territorial de las intervenciones coincide con las líneas de acción planteadas en dicho marco.

Asimismo, el énfasis que las personas entrevistadas sitúan en la detección de situaciones de soledad, en el trabajo en red entre actores del territorio y en la necesidad de mejorar los sistemas de evaluación refleja algunos de los principales desafíos identificados en el desarrollo de las políticas públicas orientadas a abordar este fenómeno.

En este sentido, los aprendizajes derivados de las iniciativas analizadas pueden contribuir a enriquecer el desarrollo del Marco Estratégico, aportando conocimiento empírico sobre las condiciones de implementación de las intervenciones y sobre los factores que favorecen su adaptación a diferentes contextos territoriales y sociales.

Financiación



Realización



6.9.2 Recomendaciones Estratégicas emergentes

El análisis de las entrevistas realizadas a expertos e informantes clave permite identificar un conjunto de orientaciones que pueden contribuir al desarrollo, mejora y transferencia de intervenciones orientadas a abordar la soledad no deseada en personas mayores. Estas recomendaciones se formulan a partir de los aprendizajes derivados de las experiencias analizadas y se organizan en torno a distintas estrategias que atraviesan el conjunto de iniciativas examinadas.

1. Situar la construcción de vínculos sociales en el centro de las intervenciones

Las iniciativas analizadas coinciden en situar la creación o fortalecimiento de relaciones significativas como el elemento central de las intervenciones frente a la soledad no deseada. En este sentido, resulta recomendable que los programas orientados a abordar este fenómeno prioricen aquellas acciones que favorezcan la generación de vínculos sociales estables, más allá de la simple oferta de actividades o servicios.

Esto implica prestar atención tanto al diseño de actividades que faciliten la interacción social como a las condiciones que permiten construir relaciones de confianza entre las personas participantes, el voluntariado y los equipos profesionales.

2. Incorporar la dimensión biográfica en el acompañamiento

Las entrevistas ponen de relieve que la soledad no deseada se relaciona con trayectorias vitales, cambios en las redes de relación y procesos de transición que afectan a la vida de las personas mayores.

Por ello, resulta recomendable que las iniciativas integren enfoques de acompañamiento que permitan comprender las trayectorias vitales de las personas participantes y adaptar las intervenciones a sus contextos personales y sociales.

3. Diseñar intervenciones flexibles, adaptativas y capaces de evolucionar

El análisis de las iniciativas muestra que las intervenciones más consolidadas tienden a desarrollarse como programas abiertos y evolutivos, capaces de incorporar diferentes tipos de actuación en función de las necesidades de las personas mayores y de la experiencia acumulada por las organizaciones.

En este sentido, resulta recomendable evitar modelos excesivamente rígidos y favorecer diseños que permitan combinar distintas estrategias de actuación, como el acompañamiento individual, la participación en actividades grupales o la conexión con recursos comunitarios.

Financiación

Realización

4. Mantener la continuidad del vínculo en los procesos de cambio

Las personas mayores pueden atravesar procesos de cambio relacionados con su situación personal, su estado de salud o sus redes de apoyo. En estos contextos, la continuidad del vínculo construido a través de las iniciativas puede resultar especialmente relevante.

Por ello, los programas deberían prever mecanismos que permitan mantener la relación con las personas participantes cuando cambian sus condiciones de autonomía o su situación vital, facilitando en su caso la transición hacia otros recursos.

5. Reforzar las estrategias de detección de situaciones de soledad

Uno de los principales retos identificados en las entrevistas es la dificultad para identificar a las personas mayores que viven situaciones de soledad o aislamiento social, especialmente cuando estas permanecen invisibles para los sistemas de atención o para las redes comunitarias.

En este sentido, resulta recomendable desarrollar estrategias de detección proactiva que combinen la actuación de servicios públicos con la implicación de actores del entorno próximo —vecindario, comercios, asociaciones locales o redes comunitarias— capaces de identificar situaciones de soledad y facilitar la conexión con las iniciativas existentes.

6. Fortalecer la articulación territorial de las intervenciones

Las iniciativas frente a la soledad no deseada se desarrollan en contextos en los que intervienen múltiples actores, incluyendo administraciones públicas, entidades del tercer sector, organizaciones comunitarias y redes de proximidad.

Promover mecanismos de cooperación y coordinación entre estos actores puede favorecer la identificación de situaciones de soledad, mejorar la articulación de recursos y generar respuestas más integrales a las necesidades de las personas mayores.

7. Adaptar las intervenciones a las características del territorio

Las condiciones territoriales influyen de manera significativa en el desarrollo de las iniciativas. Factores como la dispersión geográfica, la disponibilidad de recursos comunitarios o la estructura de las redes sociales pueden condicionar las posibilidades de intervención.

Por ello, la transferencia o replicación de iniciativas debería contemplar procesos de adaptación que tengan en cuenta las características específicas de cada territorio.

Financiación



Realización



8. Reconocer y fortalecer el papel del voluntariado

El voluntariado constituye un elemento central en muchas de las iniciativas analizadas, especialmente en aquellas orientadas al acompañamiento individual o a la creación de redes de apoyo social.

Para garantizar la calidad y sostenibilidad de estas intervenciones, resulta recomendable reforzar los procesos de formación, coordinación y acompañamiento del voluntariado, así como reconocer el papel que desempeñan estas personas en el desarrollo de las iniciativas.

9. Favorecer la transferencia, adaptación y aprendizaje entre iniciativas

El análisis de las experiencias examinadas sugiere que la replicabilidad de las iniciativas no depende tanto de reproducir programas completos como de identificar aquellos elementos que resultan clave para su funcionamiento.

En este sentido, el desarrollo de espacios de intercambio entre organizaciones, redes de aprendizaje o plataformas de difusión de buenas prácticas puede facilitar la transferencia de conocimientos y la adaptación de iniciativas a distintos contextos territoriales y sociales.

10. Desarrollar sistemas de evaluación que integren el conocimiento generado en la práctica

La evaluación de las intervenciones frente a la soledad no deseada debería combinar indicadores cuantitativos de actividad con herramientas cualitativas capaces de captar los cambios relacionales y subjetivos que se producen en las personas participantes.

Asimismo, resulta recomendable incorporar en los procesos de evaluación el conocimiento generado en la práctica cotidiana de las iniciativas, favoreciendo su sistematización y su utilización en los procesos de aprendizaje organizativo.

11. Favorecer la articulación entre iniciativas locales y el desarrollo del Marco Estratégico de las Soledades

El desarrollo del Marco Estratégico de las Soledades ofrece una oportunidad para fortalecer la articulación entre las políticas públicas y las iniciativas que se desarrollan en el territorio. En este sentido, resulta recomendable promover mecanismos que faciliten el intercambio de información y aprendizaje entre las administraciones responsables del desarrollo del marco estratégico y las organizaciones que impulsan intervenciones frente a la soledad no deseada.

Financiación



Realización



Esta articulación puede contribuir a identificar prácticas eficaces, favorecer la transferencia de experiencias entre territorios y mejorar la implementación de las políticas públicas en este ámbito.

12. El análisis realizado sugiere finalmente la conveniencia de promover **enfoques de intervención abiertos y evolutivos**, capaces de adaptarse a las necesidades de las personas mayores y a las características de los territorios. Las iniciativas que muestran una mayor capacidad de adaptación, aprendizaje y articulación con su entorno tienden a desarrollar respuestas más ajustadas a la complejidad de las situaciones de soledad no deseada.

Financiación



Realización





7

CONCLUSIÓN GENERAL



7. Conclusión general

7.1 Síntesis ejecutiva

Este informe demuestra que la **soledad no deseada** en personas mayores es un **fenómeno complejo, multidimensional y relacional**, con **impacto en salud, bienestar y cohesión comunitaria**, y que exige respuestas **multinivel** que combinen **intervención individual, vínculos relacionales significativos y activación comunitaria/territorial**, coordinadas con servicios públicos y tercer sector. El **estado del arte** sitúa la soledad no deseada como determinante social de la salud y demanda políticas integrales; el **mapa digital** y el **análisis transversal** confirman que las iniciativas eficaces comparten patrones (acompañamiento continuado, detección proactiva, participación social, y apoyos tecnológicos inclusivos); el **cuestionario** añade la voz de las personas mayores sobre barreras y facilitadores; y las **entrevistas** explicitan **nudos críticos** (detección de la soledad invisible, sostenibilidad, coordinación) y **condiciones de eficacia** (centralidad del vínculo y adaptación biográfica). Todo ello converge en un conjunto de **recomendaciones** transferibles a distintos contextos.

7.2 Lo que nos dice la evidencia: puntos de convergencia

1. Estado del arte → Principios rectores

La literatura distingue soledades **emocional y social (no deseada)**, y enfatiza la soledad no deseada como **experiencia subjetiva** ligada a **déficits relacionales** (calidad y cantidad), con efectos en **depresión, deterioro cognitivo, salud cardiovascular y mortalidad**. Se reconoce como **prioridad de salud pública** y se recomienda actuar con **enfoques integrales** que incluyan **participación social, capital social comunitario y apoyos tecnológicos inclusivos**.

El **contexto demográfico** (envejecimiento, hogares unipersonales), las **diferencias de género**, las **desigualdades territoriales** (urbano/rural) y la **brecha digital** modulan riesgo y respuesta.

2. Mapa digital y análisis transversal → Qué funciona

- Se identifican **seis modelos** recurrentes: (i) acompañamiento social individual; (ii) apoyo emocional accesible (teléfono/escucha); (iii) activación comunitaria/redes vecinales; (iv) participación social/envejecimiento activo; (v) intervenciones digitales y reducción de brecha tecnológica; (vi) **soluciones habitacionales y de convivencia**. Muchos programas combinan **varios niveles** para reforzar el impacto.
- Resultados consistentes:** mejora del **bienestar emocional, ampliación de**

Financiación

Realización

redes, mayor participación y, cuando hay componente digital, **incremento de autonomía y competencias**; además, **fortalecimiento del tejido comunitario** allí donde se implican actores locales.

- Reto: evaluación de impacto **aún limitada** y heterogénea.

3. Resultados empíricos (cuestionario)

- La mayoría mantiene **contacto frecuente**, pero un **20,5%** reporta **reducción de vida social** por jubilación, falta de ganas o barreras. Factores que **facilitan** participar: **gratuidad/bajo coste, cercanía y ver a conocidos**; principales **barreras**: coste, falta de actividades “con sentido”, movilidad/salud y cuidados. **Preferencias**: salidas organizadas cercanas, talleres de interés y encuentros informales.
- **Alta disposición (82,8%)** a participar si se ajustan forma y contenido.

4. Entrevistas a expertos y responsables de iniciativas

- **Tres posiciones discursivas** sobre la soledad no deseada (debilitamiento comunitario; aislamiento social; experiencia relacional subjetiva) coexisten y condicionan el diseño de respuestas.
- **Condiciones de eficacia**: centralidad del **vínculo significativo y estable, acompañamiento biográfico** (que se adapta a cambios en la persona), **articulación territorial** en red, **detección proactiva** y **continuidad** de la intervención.
- **Nudos críticos**: **soledad invisible** (quien no llega a recursos), alcance limitado a perfiles más autónomos, **fragmentación** entre actores, sostenibilidad/financiación y gestión de **necesidades complejas**.
- **Conclusión de convergencia**: Las cuatro fuentes coinciden en que **la soledad no deseada se reduce cuando se reconstruyen vínculos significativos de forma continuada y se activan entornos** (barrios, pueblos, comercios, farmacias, parroquias, asociaciones) bajo una **coordinación sociosanitaria** que detecta, acompaña y evalúa.

7.3 Marco Integrado de Intervención: de la evidencia a la acción

Se propone un **Marco Integrado de Intervención** que organiza las respuestas en **cuatro niveles y siete palancas**. Es coherente con los hallazgos y facilita **diseño, gestión y evaluación**.

Financiación

Realización

Niveles de intervención

1. **Nivel Persona:** vínculo estable, acompañamiento individual (presencial/telefónico), apoyo emocional, alfabetización digital “con sentido” - para hablar con su gente y acceder a recursos- .
2. **Nivel Relación/Red:** grupos de interés, actividades intergeneracionales, pares mentores, redes de voluntariado formado.
3. **Nivel Comunidad/Territorio:** modelos “radar” con comercios/farmacias, entidades locales y servicios sociales, espacios cercanos y accesibles, transporte adaptado.
4. **Nivel Sistema:** coordinación sociosanitaria, integración con teleasistencia/SAD, criterios comunes de detección y evaluación y financiación estable.

Siete palancas operativas

- **P1. Detección proactiva** (radar comunitario + derivación ágil desde Atención Primaria).
- **P2. Vínculo continuado** (acompañamiento con seguimiento y planes personalizados).
- **P3. Participación con sentido** (actividades alineadas a intereses/biografías; cercanas, gratuitas o de bajo coste).
- **P4. Tecnología inclusiva** (tablet/voz, grupos online breves, soporte a distancia, enfoque de caso).
- **P5. Intergeneracionalidad** (programas escuela–residencia–barrio, mentorías cruzadas).
- **P6. Vivienda y convivencia** (cohousing y hogares compartidos para reducir SND estructural).
- **P7. Evaluación mixta y mejora continua** (indicadores de actividad + escalas de soledad/bienestar + relatos de cambio).

Financiación

Realización

7.4 Tabla de alineación: de hallazgos a recomendaciones

Evidencia clave	Implicación práctica	Recomendación
La Soledad no deseada es relacional, requiere vínculos estables	Priorizar tiempo relacional de calidad (no solo “actividades”)	Financiación y ratios que garanticen acompañamiento continuado por persona
Detección es el cuello de botella	Integrar redes radiales (comercios, farmacias) y protocolos	Sistemas “radar” municipales/comarcales con formación y canal de derivación
Barreras: coste, movilidad, falta de sentido	Ofrecer actividades gratuitas, cercanas, con conocidos presentes	Presupuestos participativos y programación por intereses del barrio
Brecha digital agrava soledad no deseada	Tecnología con acompañamiento y propósito relacional	Acompañamiento digital (tablet/voz) y grupos online guiados
Entorno rural: dispersión/movilidad	Voluntariado local, coordinación municipal y tele acompañamiento	Modelos híbridos (visita + teléfono/online) y transporte solidario
Evaluación fragmentada	Necesario medir cambio, no solo actividad	Evaluación mixta (UCLA/DJGLS/ESTE + historias de cambio)

Financiación

Realización

7.5 Líneas de trabajo futuro

1. **Sistemas de evaluación de impacto** estandarizados (mínimo pre-post con UCLA/DJGLS/ESTE y medidas de bienestar, más evaluación cualitativa).
2. **Algoritmos de detección ética e inclusiva** (salud primaria + servicios sociales + señales comunitarias), con supervisión humana.
3. **Modelos habitacionales** (cohousing, homesharing) integrados en la **planificación social y urbana**.
4. **Escalado rural**: paquetes híbridos (acompañamiento + teleasistencia avanzada), con **financiación específica** por dispersión.
5. **Intergeneracionalidad estructurada**: alianzas con centros educativos y universidades (aprendizaje-servicio).

7.6 Cierre

La soledad no deseada **en personas mayores** no se resuelve con una acción aislada ni con un único actor. La **evidencia** del estado del arte, el **mapa** de iniciativas, los **resultados** del cuestionario y el **conocimiento situado** de las entrevistas convergen en una **teoría de cambio** sencilla y exigente: **vínculos significativos sostenidos + activación comunitaria + coordinación sociosanitaria + evaluación y aprendizaje**. El **Marco Integrado de Intervención** y la **hoja de ruta** propuestos permiten **pasar de la evidencia a la práctica**, maximizando **impacto, sostenibilidad y transferibilidad** en distintos territorios.

Financiación



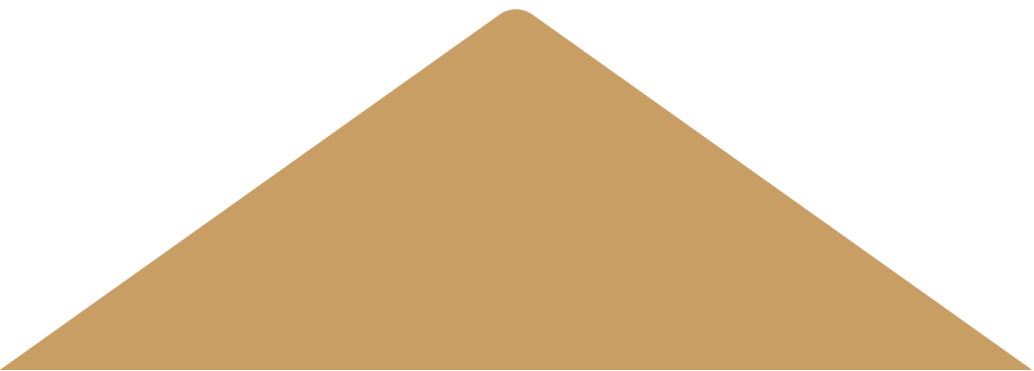
Realización





8

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS



8. Referencias bibliográficas

1. Fundamentos teóricos de la soledad

Coca Barbado, A., & Gómez González, J. L. (2015). Estudio de la compañía y la soledad a través de la lógica. *Gerokomos*, 26(1), 22–26.

Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695–718.

Montero, M., & López, M. (2020). *De la soledad a la soledad*. UNAM Global.

Montero López Lena, M., & Sánchez Sosa, J. J. (2001). La soledad como fenómeno psicológico: Un análisis conceptual. *Salud Mental*, 24(1), 19–27.

Peplau, L. A., & Perlman, D. (1981). Toward a social psychology of loneliness. En R. Gilmour & S. Duck (Eds.), *Personal relationships 3: Personal relationships in disorder* (pp. 31–56). Academic Press.

Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. W. W. Norton.

Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. MIT Press.

Young, J. E. (1982). Loneliness, depression, and cognitive therapy: Theory and application. En L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*. Wiley.

2. Soledad y envejecimiento

Álvarez-Aguirre-Aguirre, A., Casique-Casique, L., Morales-Jinez, A., & Trujillo-León, Y. I. (2009). La soledad en el adulto mayor: Análisis del concepto. *Eureka*, 20(4), 159–166.

Chaparro Díaz, L., Carreño Moreno, S., & Arias-Rojas, M. (2019). Soledad en el adulto mayor: implicaciones para el profesional de enfermería. *Revista Cuidarte*, 10(2), e633.

Palma-Ayllón, E., & Escarabajal-Arrieta, M. D. (2021). Efectos de la soledad en la salud de las personas mayores. *Gerokomos*, 32(1), 22–25.

Rodríguez, M. (2009). La soledad en el anciano. *Gerokomos*, 20(4), 159–166.

Vélez, M., Cáceres, C., & Menéndez, S. (2024). Personas mayores y soledad: Conocer para intervenir. *Análisis y Modificación de Conducta*, 50(182), 55–68.

3. Evidencia científica reciente

Boss, L., Kang, D. H., & Branson, S. (2015). Loneliness and cognitive function in the older adult: A systematic review. *International Psychogeriatrics*, 27(4), 541–553.

Financiación

Realización

Cacioppo, J. T., Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., & Thisted, R. A. (2006). Loneliness as a specific risk factor for depressive symptoms. *Psychology and Aging*, 21(1), 140–151.

Cachón-Alonso, L., Hakulinen, C., Jokela, M., Komulainen, K., & Elovainio, M. (2023). Loneliness and cognitive function in older adults: Longitudinal analysis in 15 countries. *Psychology and Aging*, 38(8), 778–789.

Dahlberg, L., McKee, K., Frank, A., & Naseer, M. (2022). A systematic review of longitudinal risk factors for loneliness in older adults. *Aging & Mental Health*, 26(2), 225–249.

Freak-Poli, R., Ryan, J., Neumann, J. T., et al. (2022). Social isolation, social support, and loneliness as predictors of cardiovascular disease. *BMC Geriatrics*, 22, 230.

Gallardo-Peralta, L., Sánchez-Moreno, E., Rodríguez Rodríguez, V., & García Martín, M. (2023). Investigación sobre soledad y redes de apoyo social en las personas mayores: revisión sistemática en Europa. *Revista Española de Salud Pública*, 97.

Luchetti, M., Terracciano, A., Aschwanden, D., et al. (2020). Loneliness is associated with risk of cognitive impairment. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 35(7), 794–801.

Park, C., Majeed, A., Gill, H., et al. (2020). The effect of loneliness on health outcomes: A comprehensive review and meta-analysis. *Psychiatry Research*, 294.

Su, Y., Rao, W., Li, M., et al. (2023). Prevalence of loneliness and social isolation among older adults during COVID-19. *International Psychogeriatrics*, 35(5), 229–241.

4. Políticas públicas y estrategias

Ayuntamiento de Madrid. (2019). *Bases para el abordaje de la soledad no querida en personas mayores*.

Ayuntamiento de Madrid. (2024). *Nueva estrategia municipal contra la soledad no deseada en las personas mayores*.

Junta de Andalucía. (2020). *I Plan Estratégico Integral para Personas Mayores en Andalucía 2020-2023*.

Martínez Agorreta, S. (2025). Políticas para abordar la soledad no deseada. *SOM Salud Mental* 360.

Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030. (2026). *Marco Estratégico Estatal de las Soledades 2026-2030*.

Financiación



Realización



Plan de Salud de Aragón. (2030). *Yayisanos – Plan de Salud de Aragón 2030*.

Rial-Vázquez, J., Pérez-Ríos, M., Varela-Lema, L., et al. (2024). Fragilidad, dependencia y soledad no deseada en personas mayores. *Revista Española de Salud Pública*, 98.

5. Intervenciones y programas

Báguena, L., Aragüés, N., Navarro, A. I., Pascual, S., & Yébenes, M. (2025). Personas mayores y soledad no deseada: intervención desde los servicios comunitarios. *Revista Sanitaria de Investigación*, 6(8).

Carrascosa Pujalte, E., Valero Herranz, E., Adán Pérez, E., et al. (2023). Comunidades Compasivas. *Psicooncología*, 20(1), 87–102.

Cruz Roja Española. (2021). *Contra la soledad y por la autonomía de las personas mayores*.

Fundación La Caixa. (2013). *Programa Sempre Acompanyats*.

Fundació iSocial. (2024). *Propuestas innovadoras para combatir la soledad no deseada en personas mayores*.

Nagusi Intelligence Center. (2020). *¿Cómo combatir la soledad no deseada en personas mayores?*

6. Informes e indicadores

Agencia Española de Protección de Datos. (2024). *Memoria anual 2024*.

Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada. (2024). *Barómetro de la soledad no deseada en España*.

Financiación



Realización





GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030

SECRETARÍA DE ESTADO
DE DERECHOS SOCIALES



MAP
inSOL

