

ARTÍCULO

La soledad en las personas mayores españolas

Autor: Rubio Herrera, Ramona
Filiación: Univ. de Granada, España
Contacto: rrubioh@ugr.es
Fecha: 30-06-2004

Una iniciativa del IMSERSO y del CSIC © 2003

Para citar este documento:

RUBIO HERRERA, Ramona (2004). "La soledad en las personas mayores españolas". Madrid, Portal Mayores. [Fecha de publicación: 30/06/2004].
<<http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/rubio-soledad-01.pdf> >

La soledad en las personas mayores españolas

Dra. Ramona Rubio Herrera
Catedrática de Psicogerontología
Universidad de Granada

“El que siente todavía el dolor, no está solo”. L.Tieck.

INTRODUCCIÓN

- 1.- Acercamiento conceptual a la Soledad
- 2.- Concepto de soledad en la población mayor española
- 3.- Entre el estar y el sentirse solo
- 4.- Problemática de la medición
- 5.- Escalas de medición
 - Escalas internacionales
 - Escala “Este” de Granada
- 6.- Resultados de la Escala “Este”
- 7.- Escala de Soledad “Este”
- 8.- Bibliografía

Nota aclaratoria: Algunos de los datos empíricos que aparecen en este estudio van a citarse proceden de una investigación concedida por el IMSERSO a la Universidad de Granada, en colaboración con el CIS (Estudio nro. 2.279 IMSERSO/CIS, 1998-2000) coordinado por la Dra. Ramona Rubio Herrera de la Universidad de Granada y equipo de la Catedra de Psicogerontología de Granada, con la supervisión metodológica de Dn. Manuel Aleixandre Rico. Profesor Titular de esta Universidad. Estudio aplicado en una muestra de 2.500 mayores. De esta investigación se derivó la creación de una escala de Soledad también diseñada en la Universidad de

Granada y denominada “Escala Este” que adjuntamos en este estudio.

INTRODUCCIÓN

Dice un anónimo español que “la gente está sola porque construye paredes en lugar de puentes”, vamos a analizar en este documento el concepto de soledad, los niveles de soledad de nuestros mayores españoles, los materiales con los que están construidas esas paredes de soledad: paredes culturales, paredes de género, económicas, cronológicas, etc.,etc.

La soledad no es un patrimonio de generaciones pasadas ni presentes. La soledad es un problema real de todos los cohortes y generaciones. Hay mucho de soledad en nuestros niños del siglo XXI enganchados a la informática, hay mucho de soledad en los nuevos movimientos juveniles que se están gestando en las grandes urbes universitarias bajo el nombre de “movida”, y mucho saben de soledad las grandes ciudades de cemento vertical de la postmodernidad.

Hay mucha soledad en nuestros mayores porque existen en ellos paredes muy fuertes que impiden abrir una ventana a la luz de la esperanza, paredes de soledad familiar, conyugal, social, existencial. Hay hombres que se resignan a la soledad y permanecen pasivos en el centro de ese hogar llamado vida, mientras que otros, se dan contra las paredes, buscan salir, y algunos al final aprenden a crear puentes, puentes que en Psicología llamamos estrategias de afrontamiento. En esos puentes esta el punto de partida para comenzar, ahí están los fragmentos de un ADN de vivencias vitales que habrá que ordenar, habrá que analizar, pero por encima de todo habrá que tenerlos en cuenta para generar condiciones mediadoras capaces no de evitar la soledad, porque tal vez ella es parte inherente al ser humano, pero sí podemos intentar controlarla.

Decía E. Fromm: “Nacemos solos y morimos solos, y en el paréntesis es tan grande la soledad, que necesitamos compartir la vida para olvidarla”.

1.- ACERCAMIENTO CONCEPTUAL

Aunque el tema de soledad ha sido tratado por numerosos investigadores, desde la dimensión psicológica hasta los años 50 no se empieza a tener en cuenta, y es a partir de los 80 cuando comienzan los estudios empíricos.

El primer problema que plantea el estudio de la soledad es la falta de unanimidad entre los autores sobre su conceptualización pudiéndose ser considerada la Soledad bien como un constructo unidimensional o multidimensional.

A lo largo de estos últimos años la problemática de la soledad ha sufrido una importante evolución, hace 50 años la soledad hacía referencia a sujetos sin un grupo familiar definido y en muchas ocasiones pertenecientes a ambientes marginales, mientras que hoy se sabe que es un problema que afecta a todas las clases sociales, incluso a los mayores que viven con sus propias familias.

El tema ha preocupado a psicólogos y psiquiatras (Woodard, Gingles y Woodward, 1974)¹ y en el campo concreto de mayores se considera a ésta como uno de los problemas más importantes, de hecho se ha catalogado a la soledad como la enfermedad más devastadora que afecta a la vejez. (Toumier, 1961)².

Los estudios sobre la soledad en mayores ha oscilado desde planteamientos que analizan la soledad objetiva (solation) y sus consecuencias psíquicas (Seligman, 1975)³ o planteamientos que consideran a ésta como un mecanismo de defensa (Myerson, 1980)⁴, pasando por definiciones que entienden la soledad como consecuencia de la vida interna en instituciones, Silverstone y Miller (1980),⁵, mientras que otros autores insisten más en la soledad vivida, sentida "loneliness".

Weis (1973) por ejemplo, entiende que este constructo está compuesto por dos dimensiones : Soledad social y soledad emocional. La primera está referida a un déficit en las relaciones sociales, en la red social y en el soporte social, mientras que la soledad emocional indica una carencia de cercanía o intimidad con otro.

El sentimiento de soledad puede derivar en dos polos bien diferenciados, por un lado la autopercepción de desadaptación, que suele ir asociada con la pérdida de actividad y aislamiento social, aspectos que pueden desembocar en una serie de trastornos afectivos tales como ansiedad, depresión, etc., y por otro lado, la soledad puede tener una vertiente positiva, ser el móvil que genera una reestructuración adaptativa consistente en la puesta en marcha de estrategias lo suficientemente eficaces para afrontar la soledad con éxito, o incluso obtener rendimiento de la misma (pensemos en las grandes creaciones literarias o de arte que ha generado la soledad).

Una persona mayor que haya perdido su actividad y se encuentre aislada socialmente, acabará por presentar en la mayoría de los casos un deterioro funcional y físico, que se manifestará en última instancia en un *deterioro cognitivo y de la salud en general, mientras que la segunda opción de reestructuración adaptativa puede llevar a caminos tan positivos como el de la creatividad.*

¹ Woodward H. Gingles R. Y Woodward J. (1974): Loneliness and the elderly as related to housing. The Gerontologist, 14, pag. 349-351.

² Toumier P.(1961): Escape from loneliness. Philadelphia. Westminster Press.

³ Seligman M.E.P. (1975): Helplessness: On depression development and death. San Francisco. Freeman. (versión castellana, 1983, Indefensión. Madrid. Ed. Debate.

⁴ Myerson P.G. (1980): Discussion: intrapsychic Isolation in the elderly. Journal of Geriatric Psychiatry, 13, pag. 19-25.

⁵ Silverstone B. Y M. Y Miller S. (1980): The isolation of the community elderly from the informal social structure. Myth or reality? Journal of Geriatric Psychiatry. 13 (1), 27-47

2.- Concepto de Soledad en la población mayor española

Hasta ahora hemos analizado el concepto de soledad según algunos investigadores, pero a nivel popular ¿qué entienden por soledad los mayores españoles?

- un 48,8% la definen como un “sentimiento de vacío y tristeza”, como un sentimiento evidentemente subjetivo,
- mientras que por otro lado, un 42,3% afirman que la soledad es “El haber perdido a las personas queridas”, es decir, una pérdida mas o menos objetiva de los contactos sociales y/o familiares relevantes.
- Un 28,5% lo define como un no tener a nadie a quien acudir, lo que hace referencia a falta de contactos sociales y/o familiares
- Un 26,8% a no tener familia o tenerla lejos
- Un 17,3% a no sentirse útil para nadie

Estas cuatro últimas categorías están enfatizando especialmente nostalgias derivadas de ausencias, de falta de personas (incluso en la primera categoría en ese sentimiento de vacío o tristeza puede haber también sentimientos existenciales o bien también emanados por ausencias de personas),. La única categoría pura existencial es la que figura con un 6,4% bajo el enunciado de “Sentir que se ha acabado el tiempo para hacer proyectos”, denota esa percepción de la finitud del tiempo traducida en soledad existencial.

En síntesis las teorías implícitas focalizan preferentemente la soledad en la ausencia de personas, bien como pérdida de seres queridos, bien como no tener familia, como no tener a nadie a quien acudir, como no sentirse útil para nadie, lo cual nos hace meditar sobre la importancia del otro, sobre los postulados patrones fijos de conducta defendidos por los etólogos bajo el rótulo de “necesidad de apego”. Queremos decir en base a estos datos de las teorías implícitas que posiblemente la soledad, tal y como es entendida actualmente por las personas mayores en España, guarda una estrecha relación con “la compañía de otras personas” pero no personas en el sentido indiferenciado, sino de personas concretas “personas queridas”: padres, hijos, parejas, hermanos, etc. Con los que estuvieron unidos por profundos lazos afectivos.

DEFINICION POPULAR DE LA SOLEDAD

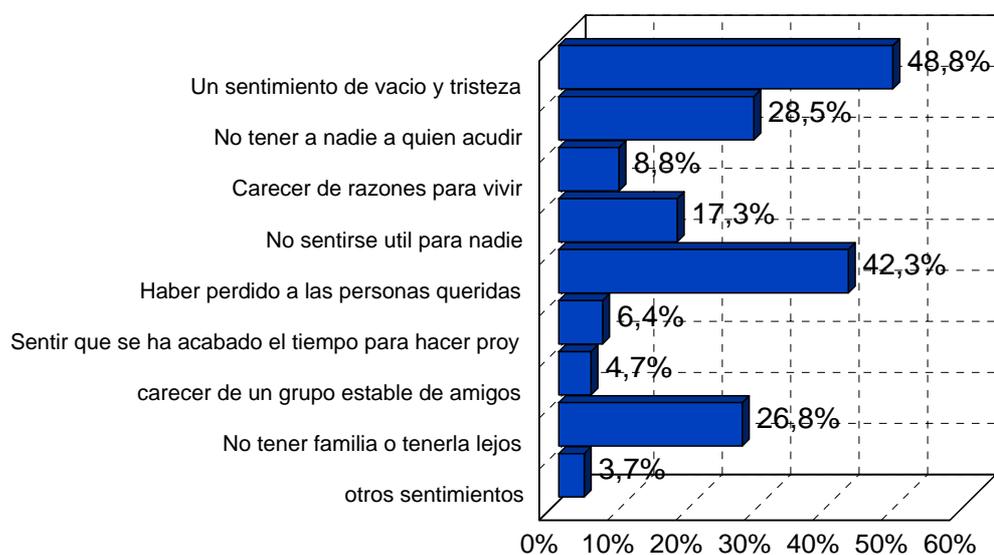


Gráfico 1 Definición popular de soledad

3.- Entre el estar y el sentirse solo

Hemos visto hasta ahora uno de los estados psíquicos que todo ser humano ha experimentado en alguna ocasión a lo largo de su vida es el de la SOLEDAD, la soledad esa gran generadora de distancia y paradójicamente, la soledad puede ser positiva. Es importante pues aquí diferenciar entre: el estar o el sentirse solo.

El SENTIRSE SOLO va asociado a melancolía, nostalgia, añoranza, tristeza, etc., mientras que el ESTAR SOLO: se asocia a aislamiento, desarraigo. Puede haber soledad en personas marginadas, en personas que viven en pequeños pueblos despoblados, en personas con escasas redes sociales, o como decía Gregorio Marañón las grandes poblaciones generan más soledad, se tiende en las grandes urbes.

Algunos investigadores han asociado el estar sólo a un sentido objetivo y el sentirse sólo a un subjetivo, pero tampoco ésta es una clara diferenciación, se puede estar sólo, aislado, marginado y no existir soledad, y viceversa. En esa línea Tunstall (1966)⁶ hace una diferencia entre “aislamiento” y “soledad”, mientras que el primer concepto hace alusión a la objetividad, a la carencia de contactos sociales, el segundo alude más bien a las vivencias subjetivas de soledad derivada de la estructura de las interacciones sociales. Y el sentimiento subjetivo de soledad no está determinado en modo alguno, por la frecuencia objetiva de los contactos.

⁶ Tunstall J. (1966): Old and alone: a sociological study of old people. Londres.

Peplau y Caldwell (1978)⁷ entienden que el sentimiento de soledad se da cuando las relaciones sociales logradas por una persona son menos numerosas o satisfactorias de lo que ella desearía. Para Klein (1982)⁸ es la falta de amor y la ruptura de relaciones las que provocan la sensación de abandono que lleva a la soledad. Tal vez cada autor enfatiza una parte de la soledad, un segmento de ese constructo que es tan amplio como la propia psique del hombre.

¿Si la persona busca para evadir la soledad la compañía de otros, los índices de satisfacción en las personas que viven solos debe ser inferior a los que viven acompañados?

Así, se aprecia que:

- el 9,6% de los mayores españoles que viven solos afirmar estar muy satisfechos con esta situación,
- y un 45,6% dicen estar satisfechos con su actual estado, de manera que únicamente un 28,6% de los mayores que viven solos manifestaría de una manera directa tener problemas con el hecho de vivir de este modo.

No obstante, aunque un 45,6% manifiesten estar satisfechos con su situación actual, cabe preguntarnos que tal vez exista aquí mucho de resignación, de entender esa situación como la mejor de las posibles, una vez que han ido perdiendo por ejemplo a la pareja o a personas queridas o hijos que se han emancipado.

Para dar respuesta al interrogante de si la personas que viven solos son los que se siente más solos, comparamos la puntuación media obtenida en la pregunta sentimiento de soledad para los grupos de sujetos que vivían y que no vivían solos. Y en segundo lugar, se realizó un análisis de distribución porcentual para ambas muestras.

En el gráfico siguiente, se puede observar cómo aquellos sujetos que viven solos tienen un menor sentimiento de integración social que aquellos que no viven solos.

⁷ Peplau I.A. y Caldwell M. (1978): Loneliness: A cognitive analysis. Essence, 2 (4), pag.207-230.

⁸ Klein S.B. (1982): Motivation.Biosocial approach. New York: McGraw Hill.

Sentimiento de "Integración Social"

en función de vivir o no solo.

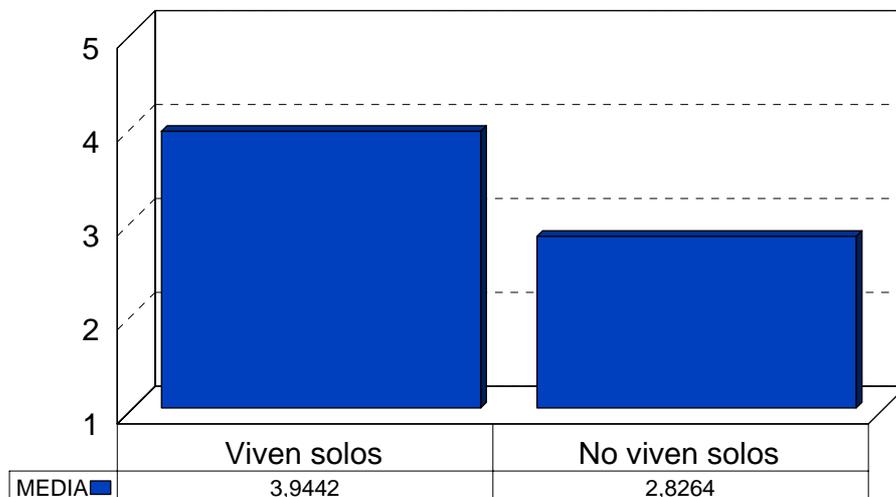


Gráfico 2 Sentimiento de integración social en función de vivir solo.

Pudimos comprobar que mientras que en el grupo de sujetos que viven solos nos encontramos con un 8,1% de mayores que afirman encontrarse muy solos, entre los sujetos que no viven solos este porcentaje se reduce al 1,1%. Igualmente entre los sujetos que firman vivir solos el porcentaje de mayores que dicen encontrarse bastante solos es del 30% frente al 6,4% entre aquellos mayores que no viven solos.

Es decir, entre los mayores que viven solos, 74% afirma encontrarse muy, bastantes o regularmente solos mientras que entre aquellos sujetos que no viven solos este porcentaje se reduce al 29.1%.

AUTOPERCEPCION DE LA INTEGRACION SOCIAL

EN FUNCION DE VIVIR O NO SOLOS

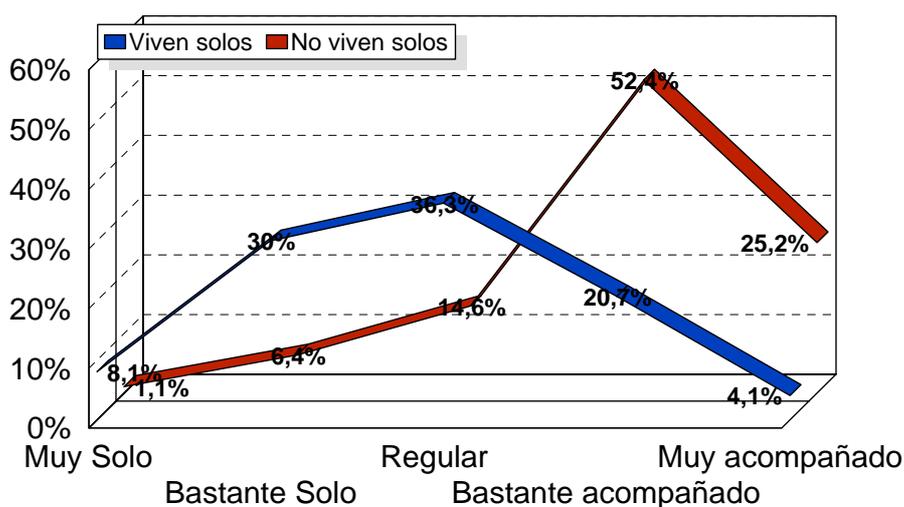


Gráfico 3 Autopercepción de la integración social, en función de vivir o no solo

Puede observarse como a tenor de nuestros datos e independientemente de todo lo expuesto anteriormente, hay una gran relación entre los sujetos que están solos (viven solos) y aquellos que se sienten solos.

Para intentar aclarar este problema, analizamos las causas por las que estos sujetos viven solos, podemos observar cómo un 59% de los mismos, afirman que "las circunstancias les han obligado, pero se han adaptado", es de señalar igualmente, que casi 13.6% de los sujetos que viven solos señalan es por qué "lo prefieren". Y tan sólo un 4,5% dicen que independientemente de vivir solos "les gustaría vivir con hijos u otros familiares".

AUTOPERCEPCION DE LA INTEGRACION SOCIAL

EN FUNCION DEL MOTIVO POR EL QUE SE VIVE SOLO

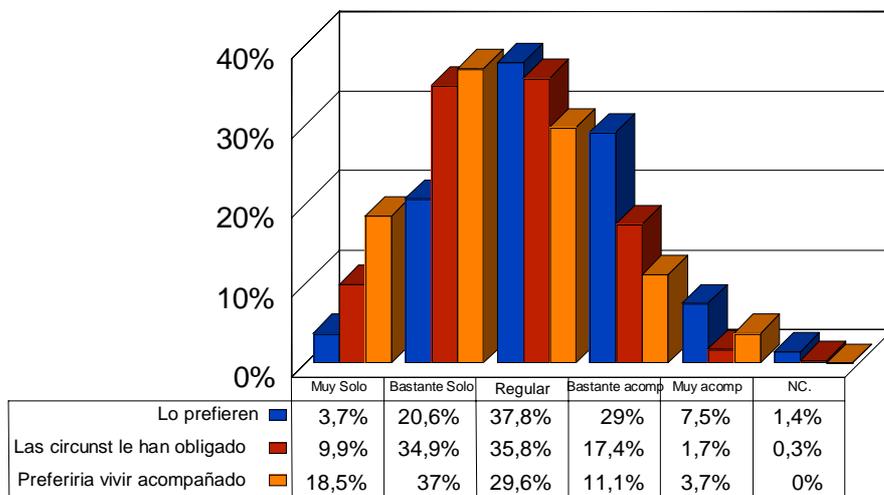


Gráfico 4 Autopercepción de la integración social e función del motivo por el que se vive solo.

Tal como puede observarse en gráfico anterior, merece destacarse el hecho de que entre aquellos sujetos que afirman que prefieren vivir solos, exista un menor porcentaje de sujetos que se encuentran muy o bastante solos (Sólo un 3.7% de los mayores que afirman que prefieren vivir solos afirman encontrarse solos frente al 18% de aquellos mayores que aunque viven solos preferirían no hacerlo). Siendo este menor porcentaje estadísticamente significativo si los comparamos con los resultados que se deberían haber obtenido si no existiese relación entre las variables.

Ello nos lleva a pensar que la diferencia entre aislamiento y soledad no se puede hacer a nivel general (isolation), sino que está directamente relacionada con la causa que ha provocado el aislamiento. Cuando la situación de falta de relación social es impuesta desde el exterior (las circunstancias, la falta de medios, problemas con la familia, la inexistencia de familia etc.) y obliga al mayor en contra

de sus deseos o mejor dicho y como luego veremos, en contra de sus expectativas a vivir solo, aparecería soledad subjetiva, en cambio, si el aislamiento es más o menos voluntario (o esperado, se ajusta a sus expectativas) (solitude, aloneness) no aparecería soledad (Lonnellinnes) .

4.- Problemática de la medición

El segundo problema con el que nos enfrentamos al estudiar la soledad es el de la medición tanto en relación a la metodología a utilizar como a las escalas más idóneas para medir este constructo. Además el tema se complica en función del periodo del ciclo vital en el que analicemos la soledad. En el segmento de mayores se da un proceso diferencial generado con la edad, un proceso que se da a lo largo de un dilatado tiempo y en esa medida va a hacer que intervengan un gran número de variables que irán modelando y configurando ese periodo vital a veces con efectos acumulativos y otros compensatorios, lo cual genera importantes dificultades a la hora de emplear las técnicas de investigación social habituales.

Hay también un aspecto específico importante a tener en cuenta en la evaluación de la Soledad, y es su alto componente subjetivo, lo que implica plantearnos previamente si los verdaderos indicadores de soledad deben ser objetivos o subjetivos. Así por ejemplo podemos basarnos en el número de contactos sociales, la frecuencia de dichos contactos, etc. o en los componentes subjetivos generados de la calidad de esos contactos sociales, en los niveles de satisfacción personal derivados de ellos, que pueden conducirnos a descubrir sujetos que operativamente pueden ser considerados como aislados (con pocas relaciones sociales aparentes), pero que subjetivamente no se consideren así y están plenamente satisfechos de unos contactos muy dilatados en tiempo pero intensos en vivencias, o a la inversa, sujetos que conviven en un medio familiar 'normal', pero que se sienten solos, (debido a la inexistencia de sujetos de su misma cohorte generacional, a un uso inadecuado de los canales de comunicación social, a meta-expectativas no logradas, etc.)

Un problema colateral al anterior y que dificulta el uso de indicadores externos, es el hecho de que en muchas ocasiones, la supuesta falta de contactos sociales viene dada por la existencia de una imposibilidad real en nuestra población objeto de mantener unas redes sociales adecuadas, bien por padecer algún tipo de enfermedad que le imposibilita, bien porque las redes sociales tradicionales del sujeto han desaparecido o están altamente dañadas, generalmente a causa de la muerte de amigos y familiares de su misma cohorte, etc. Este hecho hace que el sujeto asuma de una manera muy particular este sentimiento de soledad, y que lo vivencie de maneras muy diferentes (llegando en ocasiones incluso a aceptar el hecho de su dificultad real de relación social)

Además de lo anteriormente expuesto, nos encontramos con la dificultad añadida que supone la marcada deseabilidad social existente en las respuestas a las preguntas relacionadas con el tema. El admitir la existencia del problema al final de la vida, puede suponer para algunos sujetos reconocer que se ha fracasado social y/o familiarmente, lo que hace que sujetos que realmente se sienten solos, no manifiesten padecer tal problema, si se les pregunta de manera directa. Evidentemente, es muy complejo intentar determinar de forma precisa cómo estos factores de interacción social conectan con una serie de procesos psicológicos generando esos distintos tipos de soledad que iremos analizando. Pero lo que si queremos enfatizar, es el hecho de que la realidad social y la percepción que el sujeto tiene de sí mismo en ese contexto, añade una complejidad importante al estudio de la soledad.

5.- Escalas de medición

- Escalas internacionales

Las escalas internacionales más utilizadas para medir la soledad han sido:

- La escala UCLA : Se trata de una de las escalas más utilizadas para la medición global del sentimiento de soledad como estructura unidimensional. Esta compuesta por dos factores : “Intimidación con otros” y “Sociabilidad”. (Austin, B.A., 1983; Russell D., Peplau L. y Cutrona C.E. 1980).
- La escala SELSA : Es una escala formada por tres subescalas, subescala romántica, subescala de relaciones con la familia y subescala de relaciones con los amigos. (DiTommaso and Barry Spinner 1992)
- La escala ESLI : Esta formada por dos subescalas, la escala de soledad emocional y la escala de soledad Social. (Oshagan and Allen, 1992)..
- Escala de Satisfacción vital de Philadelphia. Fue diseñada por Lawton en 1972 y se trata de una escala basada en el concepto multidimensional de bienestar psicológico, que parte del supuesto de que un estado de ánimo elevado, se caracterizaría por la sensación de satisfacción con uno mismo, un sentimiento de que “uno tiene un sitio en esta vida” y la aceptación de lo que no se puede cambiar.

Basándonos en estos antecedentes, y complementando con una serie de indicadores subjetivos (de autopercepción) junto al análisis de las redes sociales que rodean al sujeto se diseñó en la Universidad de Granada la denominada “Escala Este de Soledad” que analizamos a continuación.

- Escala “Este” de Granada

La presente escala, surge como una necesidad ante las dificultades que a nivel de conceptualización y de medición presenta el constructo “Soledad”.

A nivel conceptual, este instrumento ha sido diseñado desde perspectivas que abordan la soledad como un constructo multidimensional, centrándose principalmente en los déficits existentes en el soporte social del sujeto (tanto familiar, conyugal como social), así como en el sentimiento que tales déficits pueden provocar.

Para ello, se seleccionaron los factores que componían los constructos de soledad más utilizados por la literatura al uso, y que conforman la base teórica desde la que se ha diseñado los instrumentos de evaluación mas importantes existentes en el actual mercado psicométrico.

Esta escala tiene en cuenta los siguientes factores (algunos de ellos extraídos de las escalas internacionales que hemos expuesto anteriormente):

F1	OTRO INTIMO (Escala UCLA)
F2	OTRO SOCIAL (Escala UCLA)
F3	FACTOR ROMANTICO (Escala SELSA)
F4	FACTOR FAMILIAR (Escala SELSA)
F5	FACTOR SOCIAL (Escala SELSA)
F6	SOLEDAD EMOCIONAL (Escala ESLI)
F7	SOLEDAD SOCIAL (Escala ESLI)
F8	ESCALA PHILADELPHIA
AP	INDICADOR APOYO SOCIAL RECIBIDO
SA	INDICADOR SATISFACCIÓN RELACIONES SOCIALES
SO	NUESTRO INDICADOR OBJETIVO DE SOLEDAD

Los ítems que componen el instrumento proceden de escalas objetivas y de probada eficacia tales como la UCLA, la ESLI, la SELSA y la escala de Satisfacción Vital de Philadelphia y fueron seleccionados en base a su capacidad para explicar la varianza de una serie de indicadores subjetivos de soledad como son la autopercepción del nivel de soledad ; la percepción del nivel de apoyo social recibido y el nivel de satisfacción con los contactos sociales.

La escala consta de 36 ítems que según el análisis factorial de componentes principales realizado, se agrupan en 4 factores que harían referencia a cuatro factores. La estructuración de esta escala surgida de los análisis factoriales realizados, hace referencia principalmente a cuatro factores :

- Soledad Familiar
- Soledad Conyugal
- Soledad Social
- Soledad Existencial

Igualmente la escala -ESTE- puede ser utilizada como un indicador global de soledad pues los ítems de la misma presentan una alta homogeneidad, medida por el coeficiente alfa de Crombach (0.9178).

Dado lo difícil y lo arriesgado que resulta poder operativizar el concepto de soledad mediante un sólo indicador, decidimos utilizar tres indicadores que en nuestra opinión aunque hacen referencia al mismo problema, cubren áreas diferentes del mismo.

Estos indicadores fueron:

A) Auto-percepción del nivel de soledad del encuestado, medido mediante la pregunta directa : “Puntúe de 0 a 10 su nivel de soledad”.

B) Nivel de apoyo recibido. Para determinar una medición objetiva de esta variable, se construyo un indicador proveniente de sumar las puntuaciones obtenidas en las siguientes preguntas del cuestionario de redes sociales de Díaz Veiga :

- ¿Que nivel de apoyo o ayuda le proporcionan las relaciones con sus hijos ?
- ¿Que nivel de apoyo o ayuda le proporcionan las relaciones con su cónyuge ?
- ¿Que nivel de apoyo o ayuda le proporcionan las relaciones con sus amigos ?
- ¿Que nivel de apoyo o ayuda le proporcionan las relaciones con sus familiares ?

C) Indicador de satisfacción con los contactos sociales. Independientemente del nivel de contactos sociales que tienen el sujeto, consideramos de vital importancia para determinar la soledad del mismo, la satisfacción que con sus relaciones sociales tiene el sujeto encuestado. Pues la satisfacción con las relaciones sociales dependerá más de la percepción subjetiva y de la satisfacción que le proporcionen estos contactos que del nivel de relación objetivo. Tal indicador es el resultado de sumar las puntuaciones obtenidas en las preguntas :

- ¿En que grado esta usted satisfecho de la relación que tiene con sus hijos ?
- ¿En que grado esta usted satisfecho de la relación que tiene con su cónyuge ?
- ¿En que grado esta usted satisfecho de la relación que tiene con sus amigos ?
- ¿En que grado esta usted satisfecho de la relación que tiene con sus familiares ?

Con los ítems de las escalas seleccionadas como variables independientes y con los anteriores indicadores como variables dependientes, se realizaron una serie de análisis de regresión múltiple a fin de averiguar que ítems eran los que mejor explicaban cada una de las variables analizadas.

6.- Resultados de la escala “ESTE”

A continuación vamos a presentar algunos resultados, partiendo del análisis del constructo de soledad como la AUTOPERCEPCION que los sujetos tienen de sí mismos. Analicemos la influencia de las siguientes variables sociodemográficas:

Variable edad y autopercepción de la soledad

Los niveles de soledad permanecen estables hasta el intervalo de los 85 y los 94 años, en el que se incrementa la media de soledad percibida muy superior, posiblemente en este último intervalo están ya presentes una serie de determinantes biológicos, cambios en los apoyos sociales, y el propio sentimiento de finitud que potencian la soledad.

ESTADO CIVIL Y SOLEDAD

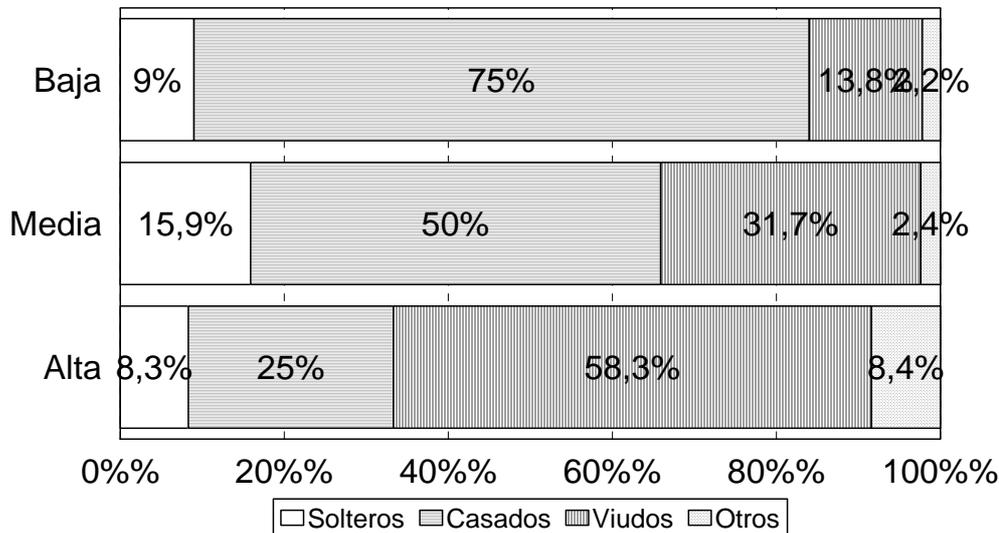
Respecto a la variable estado civil la primera conclusión importante es que los sujetos sin pareja obtienen puntuaciones más elevadas, de donde podemos deducir en principio que la ausencia de relaciones afectivas íntimas constituye un elemento importante. Evidentemente a éste evento habría que añadir la vivencia subjetiva que va a ser a última hora el desencadenante de esta percepción de la soledad como positiva o negativa, y también un elemento decisivo como lo es, analizar si se trata de una soledad ELEGIDA o IMPUESTA.

A tenor de los datos, se puede concluir que para la muestra analizada, los sujetos casados, presentan una puntuación media en soledad autopercebida significativamente menor que los grupos formados por “solteros”, viudos y separados. Y que los sujetos del grupo de separados presentan una media significativamente superior que el resto de los grupos analizados.

Dado que tenemos la certeza de que el Estado civil es una variable determinante en la autopercepción de la Soledad Percibida, presentamos la distribución porcentual de cada uno de los grupos en los que se dividió la variable analizada:

Perfil de estado civil

para cada nivel de autopercepción



Los datos obtenidos, básicamente coinciden con lo expuesto anteriormente ; así, lo primero que llama la atención, es el alto número de viudos que componen la muestra de los sujetos con una autopercepción de soledad alta (58,3%), puede observarse que esta cifra es casi el doble que el porcentaje de viudos existente entre los sujetos con autopercepción de soledad media y más de cuatro veces superior al porcentaje de viudos que componen la muestra de sujetos con baja soledad. Otra diferencia importante, aparece en el porcentaje de casados que componen el grupo de sujetos con una autopercepción de soledad alta, este porcentaje es la mitad que el existente en el grupo de autopercepción media y la tercera parte del porcentaje que suponen los casados entre los sujetos con percepción de la soledad baja.

Genero y autopercepción de la soledad

En general las mujeres presentan índices de soledad superiores y su evolución en función de la edad es diferente al del hombre, así acusa más soledad en el intervalo 65-74 años, tal vez porque concede en ese momento mayor importancia a las pérdidas familiares.

Nivel de estudios

La soledad autopercebida más elevada entre los sujetos pertenecientes al grupo con estudios “Universitarios superiores” comparada con el grupo de los que de “Sin estudios pero que saben leer y escribir”.

El nivel de estudios es un buen predictor de la variable autopercepción de la soledad.

Presentamos por último, el perfil porcentual en función del nivel de estudios de los tres niveles en que se dividió la variable “Autopercepción de la Soledad”.

	Autopercepción Baja	Autopercepción media	Autopercepción Alta
No leer ni escribir	4,3%	12,2%	4,2%
Sabe leer y escribir	22,3%	42,7%	45,8%
Estudios primarios	37,2%	19,5%	20,8%
Bachiller	19,7%	12,2%	,0%
Estudios Laborales	2,7%	1,2%	4,2%
Universi Medios	9,0%	2,4%	12,5%
Universit. Superio.	4,8%	9,8%	12,5%

Coincidiendo con lo anteriormente expuesto, el dato que mas llama la atención de la tabla anterior, es la polarización del nivel de estudios entre los sujetos con un nivel alto de soledad percibida, así observamos que por un lado el 25% de estos sujetos tienen estudios universitarios (medios o superiores), frente a un 13,8% de los sujetos con autopercepción baja, y por otro lado el 45,8% de los mismos tan sólo afirman saber leer y escribir, sin tener ningunos estudios reglados.

Podemos apreciar la importancia social que en la muestra de sujetos mayores tienen algunas de las características estudiadas, obsérvese como por ejemplo, el 30% de los sujetos mayores de la muestra, solo saben leer y escribir, 21 22% son viudos, etc. Etc.

Finalmente dos puntos queremos reseñar:

- 1.- Que en otros estudios realizados hemos podido constatar que no solo los mayores tienen soledad, también en otros segmentos del ciclo vital se da la soledad.
- 2.- Que el estudio de la soledad es un primer paso para iniciar una vez conocidos los índices y sus causas, un segundo nivel, el de estrategias de afrontamiento a la soledad. La soledad solo llega a ser un auténtico problema cuando la persona queda atrapada en ella sin encontrar el camino para salir de ella. Existen numerosas técnicas de intervención a nivel de micro y macroambiente para convertirla en un referente para el desarrollo personal. Como suelen decir algunos psicólogos, el tiempo en sí no es ni bueno ni malo, los atributos los pone el hombre.

7.- Escala de Soledad “ESTE”

ESCALA ESTE DE SOLEDAD: Un indicador para la medición de la soledad en mayores

Autores: Dra. Ramona Rubio Herrera y Manuel Aleixandre Rico
Master de Gerontología Social de Granada

NOMBRE	GENERO
FECHA DE NACIMIENTO	FECHA DE EVALUACION
INSTITUCIONALIZADO –si- -no-	HABITAT RURAL () URBANO()

Indique hasta que punto esta de acuerdo con las siguientes afirmaciones

- 1.- totalmente de acuerdo
- 2.- parcialmente de acuerdo
- 3.- No tiene una opinión definida o depende de las circunstancias
- 4.- Parcialmente de acuerdo
- 5.- Totalmente de acuerdo

Item	Afirmación	1	2	3	4	5
1	Me siento solo					
2	Ya no tengo a nadie cerca de mi					
3	Tengo a alguien que quiere compartir su vida conmigo					
4	Tengo un compañero sentimental que me da el apoyo y aliento que necesito					
5	Estoy enamorado de alguien que me ama					
6	Tengo a alguien que llena mis necesidades emocionales					
7	Contribuyo a que mi pareja sea feliz					
8	Me siento solo cuando esto con mi familia					
9	Nadie de mi familia se preocupa de mi					
10	No hay nadie en mi familia que me preste su apoyo aunque me gustaría que lo hubiera					
11	Realmente me preocupo por mi familia					
12	Realmente pertenezco a mi familia					

13	Me siento cercano a mi familia						
14	Lo que es importante para mi no parece importante para la gente que conozco						
15	No tengo amigos que compartan mis opiniones aunque me gustaría tenerlos						
16	Mis amigos entienden mis intenciones y 15opiniones						
17	Me encuentro a gusto con la gente						
18	Tengo amigos a los que recurrir cuando necesito consejo						
19	Me siento aislado						
20	Mis amigos y familiares raramente me entienden						
21	Mi familia es importante para mí						
22	Me gusta la gente con la que salgo						
23	Podría contar con mis amigos si necesitara recibir ayuda						
24	No me siento satisfecho con los amigos que tengo						
25	Tengo amigos con los que comparto mis opiniones						
26	Estoy preocupado porque no puedo confiar en nadie						
27	Me siento aislado/sin apoyo o comprensión cuando cuento mis problemas						
28	No me siento importante para nadie						
29	Siento que no soy interesante						
30	A medida que me voy haciendo mayor se ponen las cosas peor para mi						
31	Me molesta ahora las cosas pequeñas que antes						
32	Siento que conforme me voy haciendo mayor soy menos útil						
33	A veces siento que la vida no merece la pena ser vivida						
34	Tengo miedo de muchas cosas						

	Puntuación directa	Puntuación percentil
Factor 1: Soledad familiar		
Factor 2: Soledad Conyugal		

Factor 3: Soledad Social		
Factor 4: Crisis de adaptación		

Normas de corrección

Factor	Algoritmo	Puntuación
Factor 1 Soledad familiar	1-2-8-9-10-11-12-13-17-18-19-20-21-28	
Factor 2: soledad conyugal	3-4-5-6-7	
Factor 3: soledad social	15-16-18-22-23-24-25	
Factor 4 crisis de adaptación	14-26-27-29-30-31-32-33-34	

8.- REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

ABELES P.B. Y RILEY M.W. (1987):" Longevity,social structure and cognitive aging". In C.Schooler y K.W.Schaie (Eds) Cognitive functioning and social structure over the life course Norwood.NJ.Ablex.

AUSTIN B.A. (1983): Factorial structure of the UCLA loneliness scale. Psychological Reports, 53, pag. 883-889.

BALTES, CORNELIUS Y NESSELROADE (1978): Cohort effects in developmental psychology. En J. Nesselroade y P.Baltes (De.) longitudinal research in the behavioral sciences: Design and analysis. New York, Academic Press.

BALTES, P., DITTMANN-KOHLI F. y DIXON, R. (1984): "New Perspectives on the Development of intelligence in adulthood: Toward a Dual-Process Conception and a Model of Selective Optimization with Compensation". In P.Baltes y O.Brin (eds.). Life-span development and behavior. vol.6. New York: Academic Press.

BALTES,P.; BALTES M. (1986): "The Psychology of Control and Aging". New Jersey: Hillsdale,LEA.

BALTES,P.B. and WILLIS,S.L. (1982): "Enhancement (Plasticity) of intellectual functioning in old age: Penn State's Adult Development. In F.I.M.

BORTNER R. Y HULTSCH D. (1974): Patterns of subjective deprivation in adulthood. *Developmental Psychology*, 10, pag. 534-545.

CHAPMAN M.(1988): "Contextuality and Directionality of Cognitive Development". *Human Development*,vol.31,pág. 92-106.

CRAIK, S.E. Trehub,*Aging and Cognitive Process*. New York: Plenum Press.

DI TOMMASO, RNRICO, SPINNER, BARRY (1993) : The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adult SELSA. *Personality and individual Differences*, 1993, Jan vol. 14 (1), pag 127-134.

DITTMANN-KOHLI,F.; LACHMAN,M.E.; KLIEGL,R. Y BALTES P. (1991):" Effects of Cognitive Training and Testing on Intellectual Efficacy Beliefs in Elderly Adults"x *Journal of Gerontology*, 27, pag. 52-60.

HAYSLIP,B. and PANEK, K. (1989): *Adult Development and Aging*. New York: Harper & Row.

LAWTON M. (1975) : The Philadelphia Center Morale Scale : A revision. *Journal of Gerontology*, 30, pag. 85-89.

LAWTON M.P. (1972) : Assesing the competence of older people. En Kent, D. ; Kastenbaum, R. y Sherwood, S. (Eds.) : *Research Planning and Action for the Elderly*. New York : Behavioral Publications.

MARSHALL V.W. (1975): Age and awareness of initude in developmental gerontology. *Omega* 6, pag. 113-129.

OSHAGAN, HAYG, ALLAN, RICHARD, L. (1992) : Three loneliness scales : An assessment of their measurement properties. *Journal of Personality Assessment*. Oct. Vo 59 (2) pag. 380-409.

RUBIO HERRERA R. Y ALEIXANDRE RICO M. (1997): Prevención del aislamiento social en personas mayores. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 32, NM2, pag. 51-57.

Rubio Herrera R. Y Aleixandre Rico. M. (2001): Un estudio sobre la soledad en las personas mayores: entre estar solo y sentirse solo. Volumen 11, nro. 1. Enero-Marzo 2001. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*. Nexus Ed.

RUBIO HERRERA R. Y otros (1999): La escala "este", un indicador objetivo de soledad en la tercera edad. *Geriatrka. Revista Iberoamericana de Geriatría y Gerontología*. 9/1999, Octubre. Vol. 15, año XV, pag.26-35

Rubio Herrera R.(2003) ¿Cuándo comienza la dependencia en el mayor? Geriatrika volumen 19, nuro. 9-10 pags. 11 a 18.

RUSELL, D. PEPLAU L.A. y CUTRONA C.E. (1980): The revised UCLA loneliness scale: concurrent and discriminant validity evidence. Journal of Personality and Social Psychology, 39,, 472-480.

SAEZ NARRO, RUBIO HERRERA, DOSIL MACEIRA (1996): Tratado de Psicogerontología. De. Promolibro. Valencia.

SALTHOUSE, T.A. (1982): "Adult cognition". New York: Springer.

SCHAIE K.W. Y HERTZOG C.(1986):"Toward a comprehensive model of adult intellectual development: Contributions of the Seattle Longitudinal Study".In R.J.Sternberg (Ed) Advances in human intelligence (vol.3,pag. 79- 118) New York: Academic Press.

WEISS (1973) : The experience of emotional and social isolation. Cambridge. MIT Press.

WILLIS,S.L. (1985): "Towards and Educational Psychology of the Older Adult Learner: Intellectual and Cognitive Bases". In Birren and Schaie: Handbook of the psychology of Aging, NJ. Van Nostrand Reinhold, pág. 818-847.