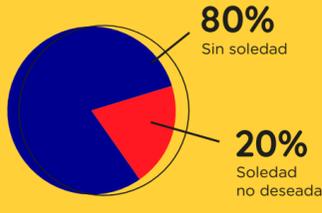


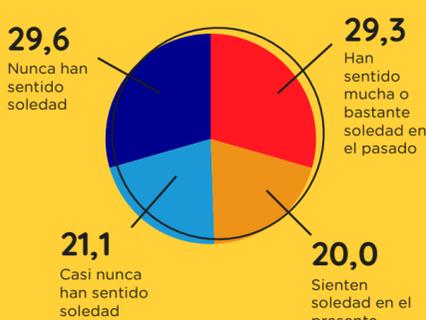
Barómetro de la soledad no deseada en España 2024

La soledad es un problema extendido y persistente

Una de cada cinco personas (20,0%) sufre soledad no deseada en España



La mitad de la población (49,2%) sufre soledad no deseada en el presente o ha sufrido soledad de manera intensa en el pasado. De las personas que actualmente no se sienten solas, más de una de cada tres (36,6%) se ha sentido sola en algún momento de su vida. **Dos de cada tres personas (67,7%) que sufren soledad llevan en esta situación más de 2 años. Un 59% desde hace más de tres años.**



Es algo más frecuente entre mujeres (21,8%) que entre hombres (18,0%).

La soledad tiene forma de U: está especialmente extendida entre la juventud, va decreciendo con la edad hasta alcanzar el valor mínimo en la franja de 55 a 74 años y vuelve a subir en las personas de 75 años y más.



Relación de la soledad con otros factores

Relaciones sociales

La satisfacción con la cantidad y calidad de relaciones es un factor clave

Mundo digital

Quienes sufren soledad tienden a relacionarse más online que de forma presencial. Sin embargo, en algunas relaciones la comunicación digital es la única opción.

Vivir solo

Las personas que viven solas tienen mayor soledad (25,5%), sobre todo si viven solas sin elegirlo (62,2%).

Rural y urbano

Las personas mayores tienen más soledad en las grandes urbes que en las zonas rurales. Con la juventud sucede a la inversa.

Dificultades económicas

La soledad no deseada es más del doble en la población que vive en hogares que llegan con dificultad a fin de mes (30,1%) que en los que llegan con facilidad (13,3%).

Sentimiento de discriminación

La orientación sexual o el origen guardan una importante relación con la soledad no deseada

Educación

La soledad está inversamente relacionada con el nivel educativo: a mayor nivel educativo menor soledad

Empleo

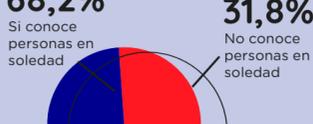
Las personas en situación de desempleo tienen una tasa de soledad más del doble que las personas ocupadas (36,3% frente a 16,2%).

Salud

Las personas que valoran su estado de salud como malo o muy malo tienen seis veces más soledad que las personas con buen estado de salud

Discapacidad

Más de la mitad de las personas con discapacidad sufren soledad no deseada (50,6%)



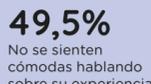
¿Qué piensa la sociedad sobre la soledad?

Es un problema social muy importante

Las personas piensan que la soledad no deseada es un problema extendido en la sociedad y que es un problema social cada vez más importante (95,1%).

La mayoría de las personas, algo más de dos de cada tres (68,2%), conocen a otras que puedan sentirse solas sin desearlo.

- Casi la unanimidad de la sociedad (98,8% de la población) considera que cualquier persona es vulnerable a la soledad
- Sin embargo, la gran mayoría (93,3%) considera que la soledad es un problema invisible.



Todavía sigue habiendo estigma

La mitad de las personas que se sienten solas (49,5%) no se encuentran cómodas hablando sobre su experiencia de soledad y menos aun pidiendo ayuda.



Responsabilidad de las Administraciones Públicas

- La gran mayoría de la sociedad (90,1%) cree que la lucha contra la soledad debe ser una cuestión prioritaria para las administraciones públicas.
- Actualmente, la población percibe a las ONG como la institución que hace mayores esfuerzos (57,9%) de cara a la lucha contra la soledad, muy por delante de todos los niveles de Administración Pública.
- Sin embargo, se señala que el Gobierno nacional (47,3%), seguido por el gobierno municipal (26,3%) y autonómico (16,2%) son las instituciones que tienen una mayor responsabilidad ante la soledad no deseada.

También existe un claro consenso en que la lucha contra la soledad es una responsabilidad compartida por el conjunto de la sociedad.

Así, la mayoría de la sociedad afirma realizar acciones que ayudan a combatir la soledad (79,1% de la población).

Aun así, a la mayoría de la población le gustaría poder realizar más acciones para combatir la soledad (82,0%).

Conclusiones

01

La soledad se considera un problema muy relevante para nuestra sociedad

02

La mayor parte de la sociedad ha experimentado la soledad no deseada

03

La soledad tiene solución, aunque en otros casos puede ser crónica

04

La soledad es multifactorial y el riesgo aumenta cuando se relaciona con otros problemas

05

La calidad, cantidad y presencialidad de las relaciones son muy relevantes

06

El núcleo de convivencia influye: se tiene menos soledad si se vive acompañado, especialmente en pareja

07

La salud y mental es un factor clave en la lucha contra la soledad

08

La educación previene contra la soledad

09

La soledad está especialmente extendida entre la juventud

10

El medio en el que se vive (urbano o rural) afecta a la soledad según la edad

11

Está aumentando la sensibilidad hacia la soledad como problema social

12

Existe consenso en que es necesario reforzar las acciones frente a la soledad

