

Fundación ONCE y Fundación AXA presentan:



Barómetro de la **soledad no deseada** en Cataluña 2024

Realizado en el marco de:



Estudio realizado por:





¿Qué entendemos por soledad?

Diferencia entre Aislamiento y Soledad

- ✓ Estar ***socialmente aislado*** se corresponde con una situación objetiva (poco contacto social).
- ✓ ***Soledad no deseada***: sentimiento negativo, la situación de tener menos relaciones sociales, o de peor calidad que las que se desearía (Peplau y Perman, 1982).

Una persona podría tener mucho contacto social, pero sentirse sola





Índice

1. Objetivos y metodología
2. Prevalencia de la soledad
3. Relación de la soledad con factores clave
4. Percepción de la soledad no deseada
5. Conclusiones

1.

Objetivos y metodología



1. Objetivos y metodología del estudio

Objetivos:

- Identificar la **prevalencia de la soledad en Cataluña**
- Indagar en las **relaciones e interacciones sociales** de las personas
- Analizar la **notoriedad** del problema
- Conocer a **percepción sobre las soluciones** contra la soledad
- Comparar en qué medida la incidencia y la percepción de la soledad **difieren entre Cataluña y el conjunto de España**

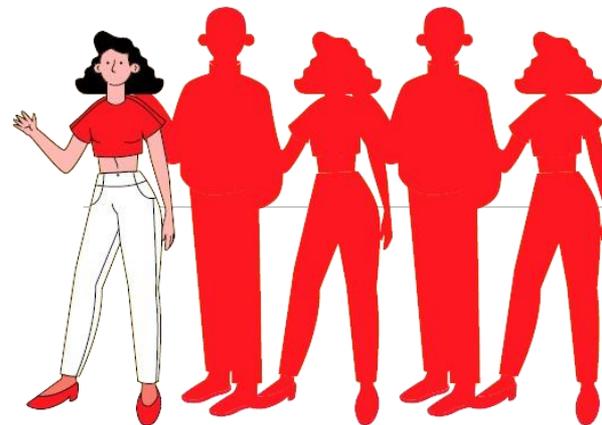


Metodología

- **Encuesta telefónica CATI**
- **Muestra**
 - Target: 18 y más años residente en Cataluña
 - 400 personas

2.

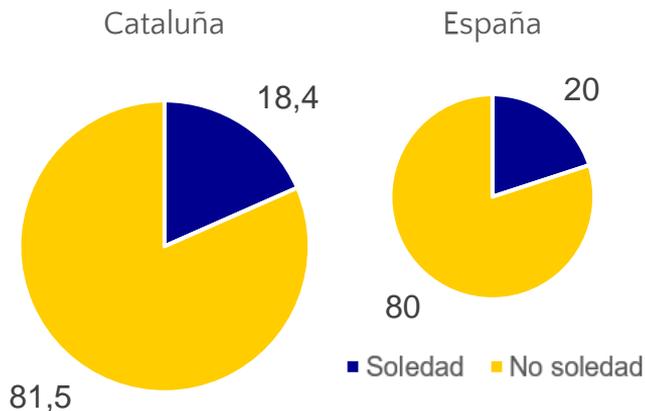
Prevalencia de la soledad



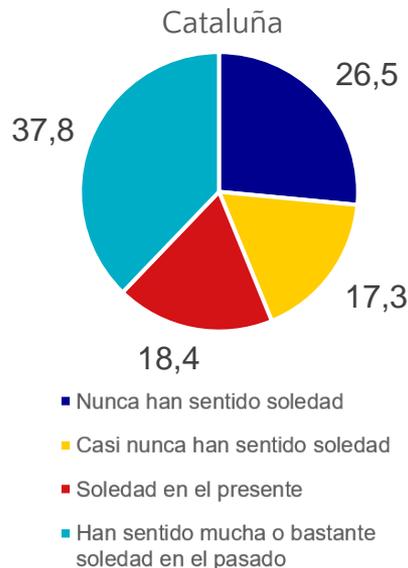
2. Prevalencia de la soledad

Casi una de cada cinco personas sufre soledad no deseada en Cataluña (18,4%)

Soledad no deseada en Cataluña en 2024



Sentimiento de soledad no deseada en el momento actual o en otras etapas del pasado

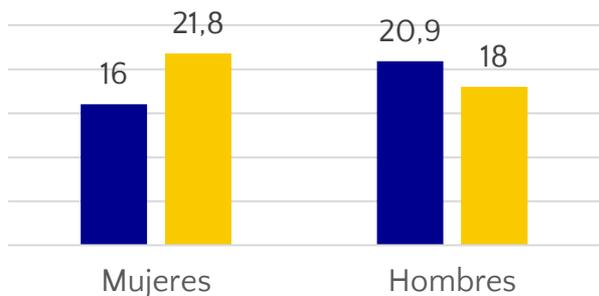


- ✓ La prevalencia de la soledad no deseada en Cataluña es algo inferior a la del conjunto de España
- ✓ Es un fenómeno extendido: más de la mitad de la población catalana (56,2%) ha sufrido soledad no deseada (49,3% en el conjunto del país)
- ✓ Es un fenómeno que dura en el tiempo: el 68,4% de las personas en Cataluña que sufren soledad llevan más de 2 años, cifra similar a la media nacional (67,7%)
- ✓ Así, la soledad crónica en Cataluña se sitúa en el 12,6%, por debajo de la media nacional (13,5%)

2. Prevalencia por sexo y edad

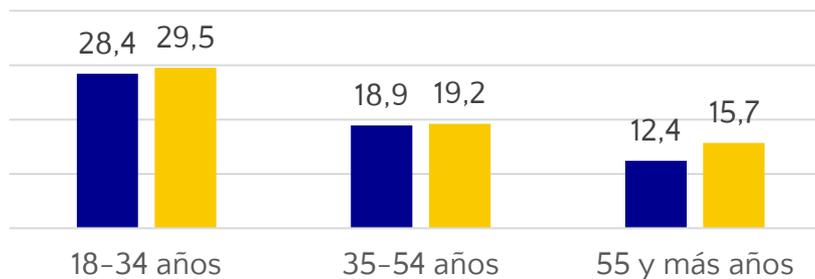
La soledad está **más extendida entre la juventud**, con una prevalencia mayor en Cataluña

Prevalencia de la soledad no deseada por sexo, 2024



■ Cataluña ■ España

Prevalencia de la soledad no deseada por edad, 2024



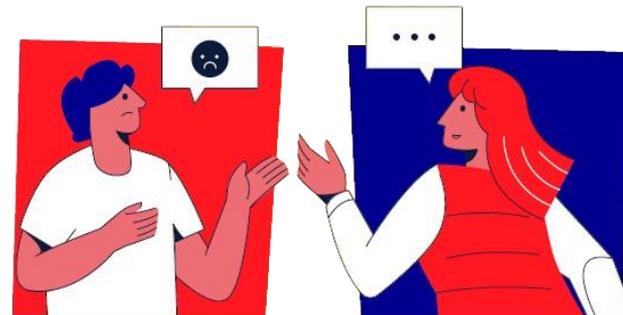
■ Cataluña ■ España



- ✓ **Los hombres catalanes presentan una mayor prevalencia de soledad** que las mujeres del territorio, al contrario de en la media nacional donde las mujeres son las más afectadas por la soledad.
- ✓ La relación entre edad y soledad no deseada es inversa, con una **prevalencia de la soledad en Cataluña más marcada en los jóvenes** y menos pronunciada entre las personas mayores.

3.

Relaciones de la soledad con factores clave

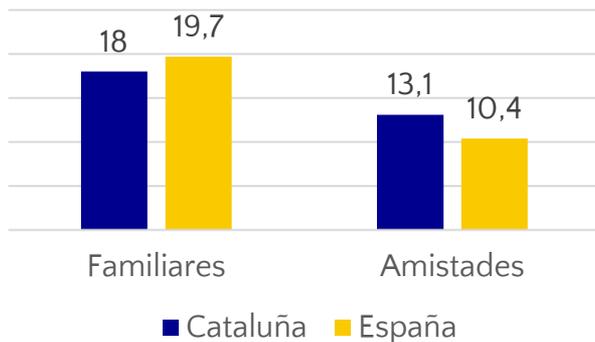


3.

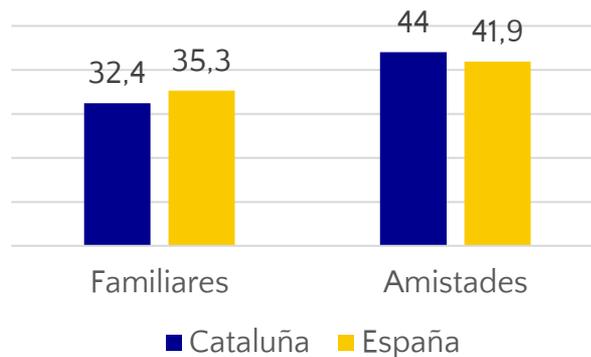
Soledad y relaciones con otras personas

Más del 40% de las personas en Cataluña que tienen **menos relaciones de amistad de las que desean sufren soledad**, datos similares a la media nacional

Valoración de la calidad de las relaciones como malas o regulares



Prevalencia de la soledad no deseada entre las personas que tienen menos relaciones de las que desean



✓ La calidad y cantidad de relaciones, especialmente de amistad, influye en la soledad tanto en Cataluña como en el conjunto nacional

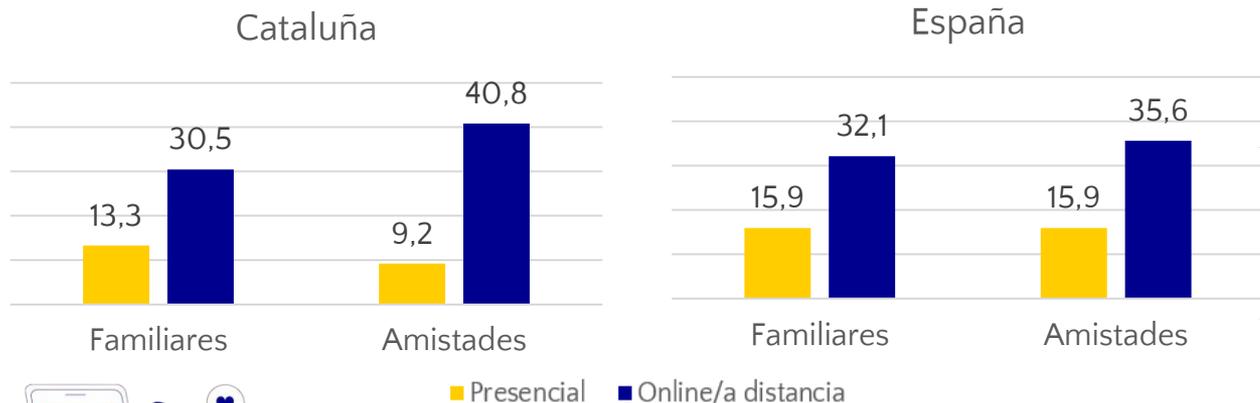
✓ Existe red de apoyo: La gran mayoría de la población de Cataluña (91,5%) considera que tiene a alguna persona que la pueda ayudar en caso de necesitarlo, dato similar a la media nacional (91,1%)



3. Soledad y mundo digital

En Cataluña el porcentaje de personas que sufren soledad es mucho más elevado entre quienes se **comunican principalmente a través de medios digitales**

Prevalencia de la soledad no deseada por forma de relación más frecuente

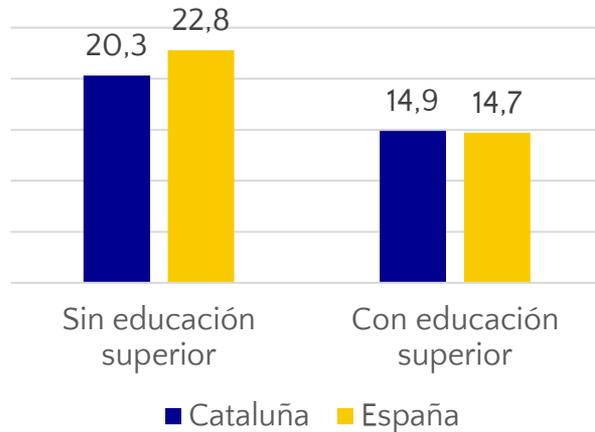


- ✓ La presencialidad es importante: quienes se comunican principalmente online con sus familiares y amistades tienen una prevalencia de soledad del 30,5% y 40,8% respectivamente
- ✓ El 90,7% considera que Internet y las redes sociales **han generado una sociedad cada vez más aislada** (similar a la nacional, 89,5%)
- ✓ Aun así, la mayoría (61%) de la población catalana considera que el uso de Internet y las redes sociales **no ha disminuido sus relaciones presenciales** (75,8% en España)

3. Soledad y educación

La brecha en el porcentaje de soledad **entre quienes tienen estudios superiores y no los tienen es algo menor en Cataluña que a nivel nacional**

Prevalencia de la soledad no deseada por nivel educativo



- ✓ Tener educación superior protege de la soledad: la prevalencia de la soledad entre personas con educación superior es inferior a la de personas sin educación superior, tanto en Cataluña como a nivel nacional
- ✓ En comparación con el conjunto del país **la prevalencia de la soledad en Cataluña es algo menor** tanto para las personas sin educación superior



3.

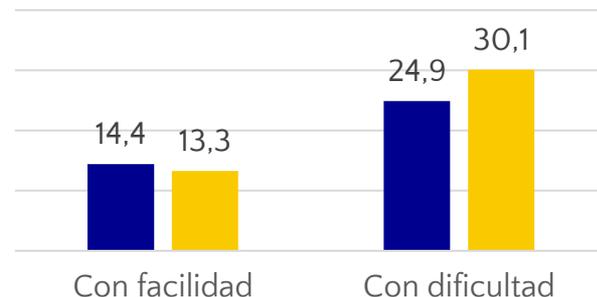
Soledad y vulnerabilidad social

La desigualdad económica tiene un **menor efecto sobre la soledad en Cataluña** que en el conjunto de España

Prevalencia de la soledad por relación con la actividad



Prevalencia de la soledad según la dificultad del hogar para llegar a fin de mes



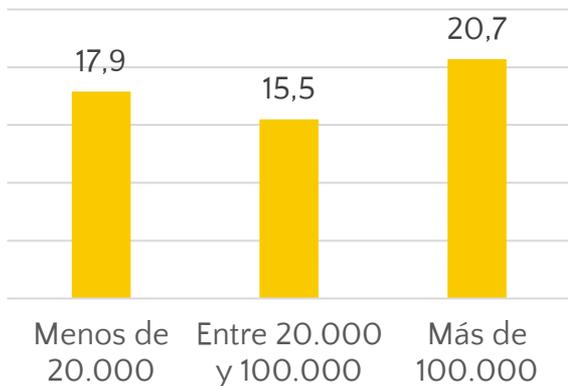
- ✓ **En relación con la actividad, la diferencia de prevalencia de la soledad** entre las personas ocupadas y no ocupadas **es mucho menor en Cataluña** que en el conjunto de España (2,8 p.p. frente a 19,9 p.p.)
- ✓ **Lo mismo ocurre en relación con los ingresos.** La diferencia de prevalencia de la soledad entre las personas que llegan con facilidad a final de mes y las que llegan con dificultad es menor en Cataluña que en el conjunto de España (10,5 p.p. frente a 16,8 p.p.)

3.

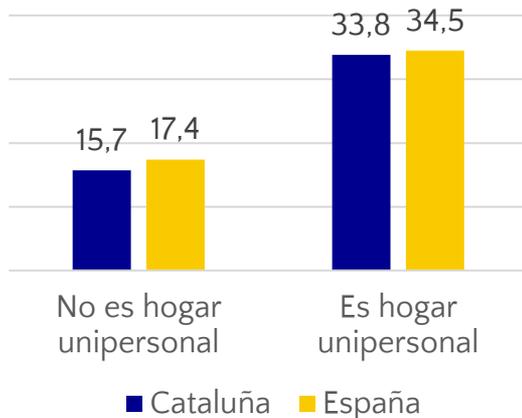
Soledad, hábitat y hogar

En Cataluña la soledad **en ciudades de mayor tamaño es mayor** que en el ámbito rural

Prevalencia de la soledad por tamaño del municipio en Cataluña



Prevalencia de la soledad por tipo de hogar



Mayor soledad urbana. Las personas de municipios más de 100.000 habitantes muestran una soledad mayor que la población rural



El porcentaje de personas que viven solas en Cataluña es muy similar a la media nacional, un 14,9% frente al 15,1% en el total nacional

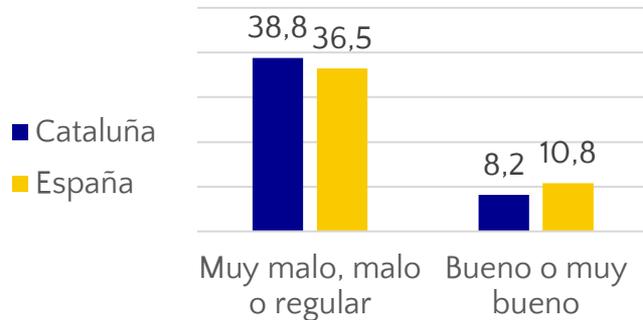


Mayor soledad de las personas que viven solas. En Cataluña la prevalencia de soledad es más del doble entre las personas que viven solas que entre las que viven acompañadas, una diferencia similar a la del conjunto del país

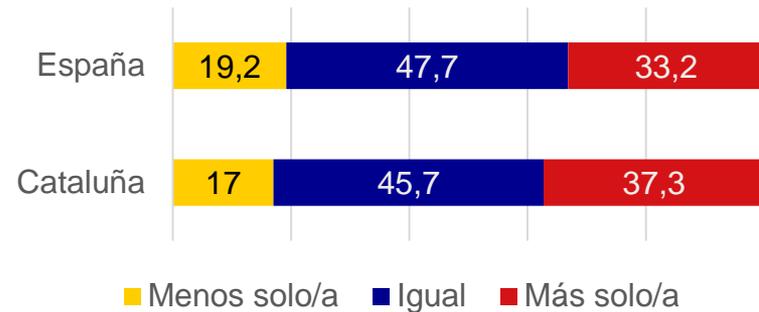
3. Soledad y salud

La población catalana con una mala salud autopercibida tiene una prevalencia de soledad cuatro veces mayor que aquella con buena salud

Prevalencia de la soledad según el estado de salud percibido



Percepción del efecto de un posible empeoramiento del estado de salud física sobre la soledad



En Cataluña existe una **percepción algo más marcada sobre los efectos de la mala salud en la soledad**



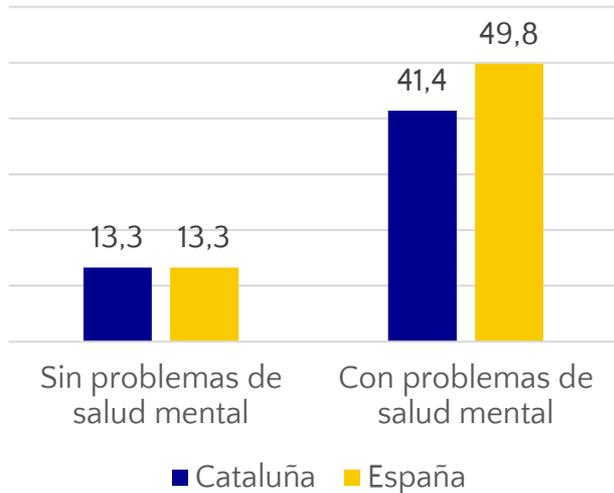
Paradójicamente, en Cataluña las personas mayores de 55 años perciben como menos importante que los jóvenes los efectos de un empeoramiento de la salud sobre la soledad

3.

Soledad y salud mental

En Cataluña la prevalencia de la soledad entre personas con problemas de salud mental **es algo inferior al conjunto del país**

Prevalencia de la soledad según la situación de salud mental



Más de 4 de cada 10 personas con problemas de salud mental en Cataluña sufre soledad, no obstante, la cifra es menor que en el conjunto del país



Sin embargo, en relación con los pensamientos autasuicidas los datos son mayores que en el conjunto del país: un 54,1% de la población que sufre soledad en Cataluña ha tenido pensamientos suicidas o autolesivos (43% a nivel nacional)



Lo mismo ocurre con el acoso: el 62,9% de los catalanes que sufren soledad han sufrido también acoso escolar o laboral, porcentaje inferior a nivel nacional (50,2%)

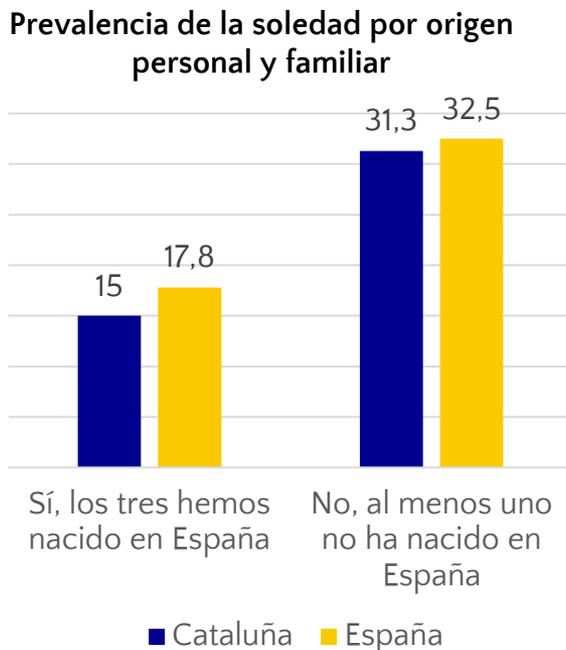


En Cataluña el porcentaje de personas que sufre soledad que ha asistido a terapia psicológica (71,3%) es superior que en el conjunto de España (61,8%)

3.

Soledad y origen

Un tercio de la población con origen extranjero de Cataluña sufre soledad no deseada



La relación del origen con la soledad es algo mayor intensa en Cataluña que en el conjunto del país: la brecha de soledad entre quienes tienen origen extranjero y no lo tienen es de 16,3 puntos porcentuales en Cataluña frente a 14,7 p.p. a nivel nacional



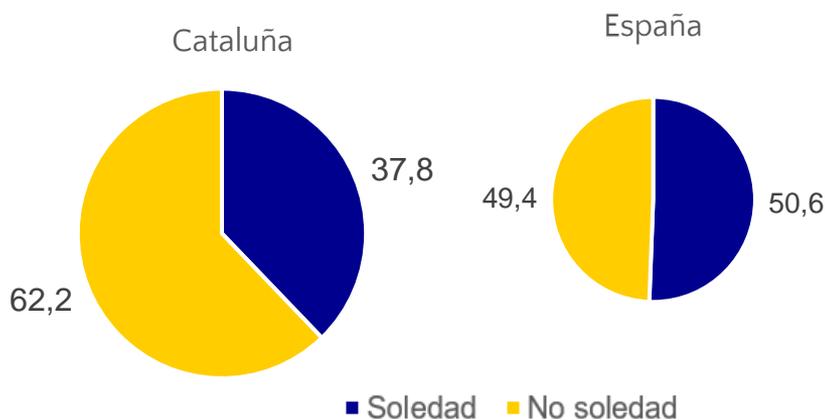
Esta mayor prevalencia de la soledad respecto al origen tiene lugar en Cataluña, que es un territorio más diverso en cuanto al origen de su población que el conjunto de España (datos INE)



3. Soledad y discapacidad

En Cataluña **casi 4 de cada 10 personas con discapacidad sufren soledad no deseada, menor que la media a nivel nacional**

Soledad no deseada en Cataluña en las personas con discapacidad en 2024



- ✓ La soledad afecta en mucha mayor medida a las personas con discapacidad
- ✓ En Cataluña la prevalencia de soledad en las personas con discapacidad es bastante menor que la media nacional: es 12,8 puntos inferior a la media nacional, un 37,8% frente a 50,6%.



4.

Percepción de la soledad no deseada

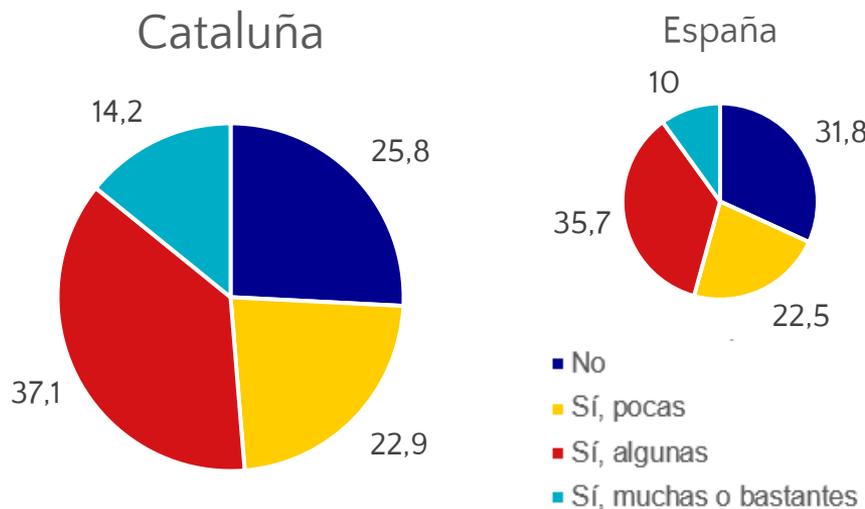


4.

Percepción sobre la prevalencia

En Cataluña casi la unanimidad de la sociedad (99,3%) considera que **cualquier persona es vulnerable a la soledad**

Conocimiento de otras personas puedan sentirse solas sin desearlo en el entorno



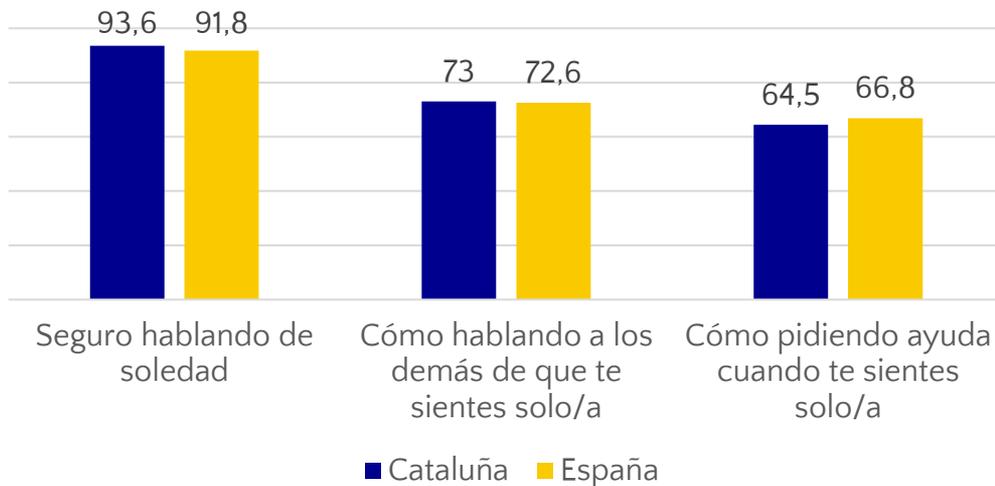
- ✓ En Cataluña tres de cada cuatro (74,2%) conocen a otras personas que pueden sentirse solas sin desearlo, resultado superior a la media nacional (68,2%)
- ✓ Existe una percepción generalizada (95,7%) de que la soledad es un problema social cada vez más importante, visión similar a la media nacional (95,1%)
- ✓ No obstante, la gran mayoría de la sociedad (95,3%) considera que la soledad es un problema invisible, opinión similar en el conjunto del país (93,3%)

4.

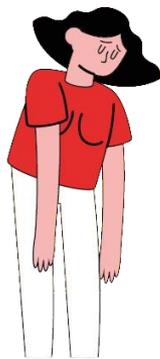
Percepción sobre la apertura de la sociedad

La **apertura de la sociedad hacia la soledad es similar** en Cataluña que en el conjunto de España

Diferencias en los sentimientos al hablar sobre la soledad y pedir ayuda ante la soledad



- ✓ La mayoría de la sociedad catalana se siente **segura** hablando de la soledad
- ✓ **Aun así, sigue habiendo estigma:** el porcentaje decrece cuando se trata de sentirse cómodo hablando a los demás de la propia soledad, y aún más al plantear pedir ayuda ante una situación de soledad
- ✓ Los jóvenes son los que menos cómodos se sienten

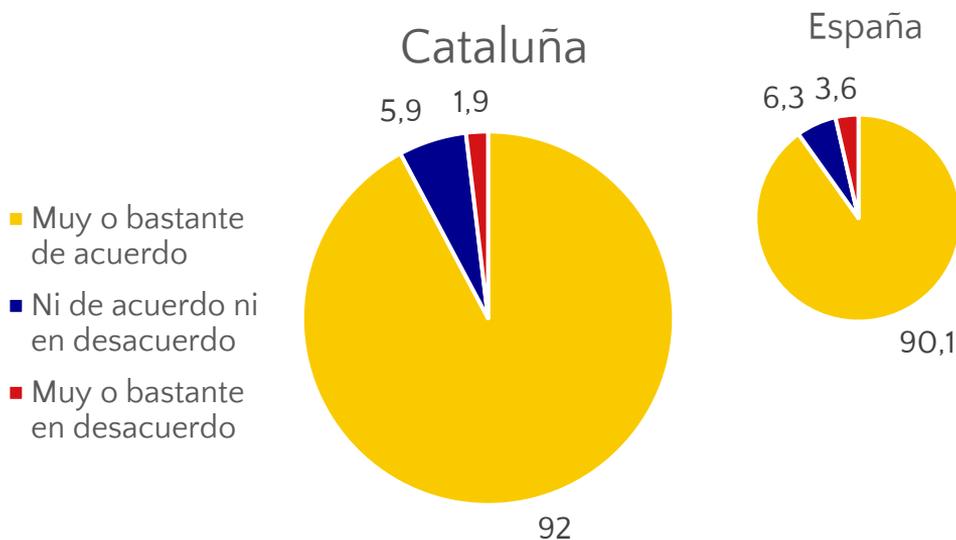


4.

Percepción sobre la notoriedad del problema

La gran mayoría de la sociedad catalana considera que la lucha contra la soledad debe ser **una cuestión prioritaria para las administraciones públicas**

Opinión sobre si la lucha contra la soledad debe ser una cuestión prioritaria para las administraciones públicas



✓ El 92% de la población catalana opina que la lucha contra la soledad debe ser una **cuestión prioritaria para las Administraciones**, datos similares al conjunto del país (90,1%).

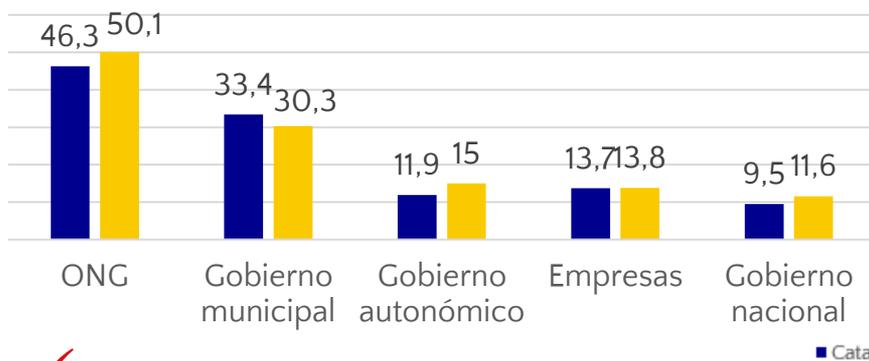
✓ En Cataluña opinión algo más extendida entre las mujeres (93,4%) que entre los hombres (90,9%); así como entre los adultos (96,8%) que entre los jóvenes (85,4%) y personas mayores (92%)



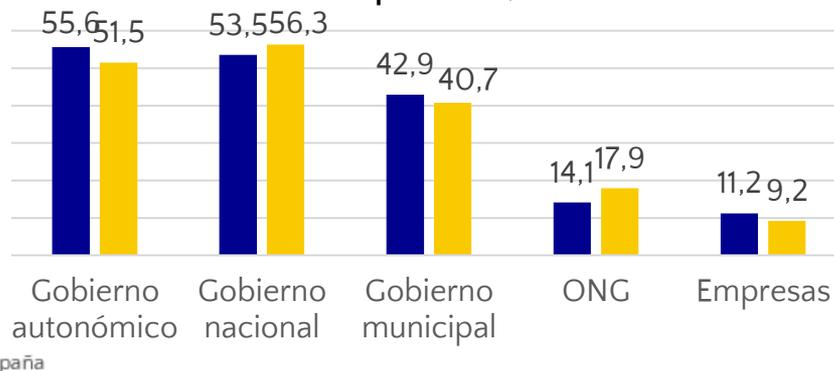
4. Percepción sobre las responsabilidades

En Cataluña el **Gobierno autonómico** se percibe como la institución que tiene una **mayor responsabilidad** ante la soledad no deseada

Opinión sobre qué institución hace mayores esfuerzos para combatir la soledad no deseada (dos instituciones más importantes)



Opinión sobre qué institución se deberían encargar de que nadie se sienta sola sin desearlo (dos más importantes)



Las **ONG son la institución más valorada** de cara a la lucha contra la soledad, seguida por los ayuntamientos.



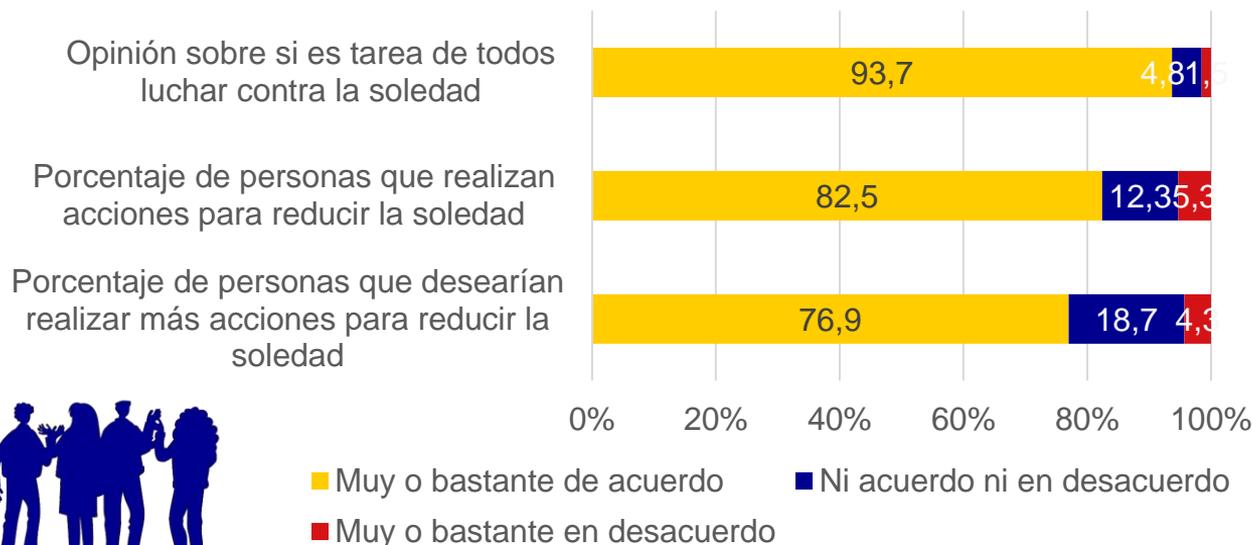
En Cataluña **el Gobierno autonómico se percibe como la institución con mayor responsabilidad**, a comparación del conjunto del país que atribuye esta mayor responsabilidad al Gobierno nacional. También se da un mayor peso al gobierno municipal.

4.

Percepción sobre el papel de la sociedad

En Cataluña existe un claro consenso (93,7%) en que la lucha contra la soledad es **una responsabilidad compartida por el conjunto de la sociedad**

Cataluña



- ✓ La mayoría de la sociedad catalana afirma **realizar acciones que ayudan a combatir la soledad** (82,5%), datos superiores a la media nacional (79,1%)
- ✓ Sin embargo, asimismo a un 76,9% de la población catalana **le gustaría poder realizar más acciones** para combatir la soledad, porcentaje algo inferior al conjunto del país (82%)

5.

Conclusiones



5. Conclusiones

1

La soledad no deseada es un fenómeno social extendido en Cataluña y que perdura en el tiempo

- ✓ 18,4% experimenta la soledad no deseada (12,6 puntos es soledad crónica)
- ✓ 46,3% ha sufrido soledad en algún momento de su vida
- ✓ 72,4% conocen a otras personas que pueden sentirse solas sin desearlo

2

Por edad, la prevalencia por edad describe una relación inversa y está más extendida entre la juventud

- ✓ 28,4% de los jóvenes catalanes está en situación de soledad no deseada y el 12,4% de los mayores de 55 años

3

Los hombres catalanes presentan mayor prevalencia de soledad

- ✓ Los hombres catalanes presentan una mayor prevalencia de soledad que las mujeres del territorio, al contrario de en la media nacional donde las mujeres son las más afectadas por la soledad.

5. Conclusiones

4

Tener menos relaciones de las deseadas, que sean de mala calidad, y la ausencia de contacto físico, factores determinantes para experimentar la soledad en Cataluña

- ✓ Más de un tercio de la población sola declara tener malas o regulares relaciones familiares y de amistades
- ✓ Las personas que se comunican principalmente online con sus familiares y amistades tienen mucha mayor soledad (30,5% y 40,8% respectivamente)

5

Existe una estrecha relación entre soledad y vulnerabilidad social, aunque menos marcada en Cataluña

- ✓ Las personas no ocupadas y las que llegan con dificultad a final de mes tienen mayor soledad

6

La soledad en ciudades de mayor tamaño es mayor que en el ámbito rural en Cataluña. También afecta especialmente a las personas que viven solas

- ✓ Las personas de municipios más de 100.000 habitantes muestran una soledad mayor que la población rural.
- ✓ 33,8% de los catalanes que viven solos sienten soledad no deseada

5. Conclusiones

7

Las personas con problemas de salud mental tienen más soledad, aunque es inferior en Cataluña que en el conjunto del país

- ✓ 4 de cada 10 personas con problemas de salud mental en Cataluña sufre soledad
- ✓ Un 62,9% de las personas que sufren soledad en Cataluña han sufrido acoso laboral o escolar

8

Casi 4 de cada 10 personas con discapacidad tiene soledad no deseada

- ✓ El porcentaje en Cataluña (37,8%) es bastante inferior a la media nacional (50,6%)

9

En Cataluña el Gobierno autonómico se percibe como la institución que tiene una mayor responsabilidad ante la soledad no deseada

- ✓ 92% de la población catalana opina que la lucha contra la soledad debe ser una cuestión prioritaria para las Administraciones Públicas
- ✓ Las ONG son percibidas como el actor que más labor hace frente a la soledad no deseada
- ✓ En Cataluña el Gobierno autonómico se percibe como la institución con mayor responsabilidad, seguido del gobierno nacional. También se da un mayor peso al gobierno municipal.
- ✓ 76,9% de la población catalana le gustaría poder realizar más acciones para combatir la soledad

Un estudio de Fundación ONCE y Fundación AXA:



Barómetro de la **soledad no deseada** en Cataluña 2024

Un estudio realizado en el marco de:

