



Resumen ejecutivo  
**Barómetro de la  
soledad no deseada  
en España  
2024**

Un estudio realizado por Fundación ONCE y Fundación AXA



fundación  
AXA

Elaborado por:

fresno  
the right link



# Índice

<b>1.</b> Objetivo y alcance del estudio .....	<b>3</b>
<b>2.</b> Prevalencia de la soledad .....	<b>6</b>
<b>2.1</b> Soledad y relaciones con otras personas .....	<b>8</b>
<b>2.2</b> Soledad y mundo digital .....	<b>10</b>
<b>2.3</b> Soledad y educación .....	<b>11</b>
<b>2.4</b> Soledad y vulnerabilidad social .....	<b>12</b>
<b>2.5</b> Soledad y hábitat .....	<b>14</b>
<b>2.6</b> Soledad y hogar .....	<b>15</b>
<b>2.7</b> Soledad y salud .....	<b>16</b>
<b>2.8</b> Soledad y sentimiento de discriminación.....	<b>17</b>
<b>3.</b> Análisis multivariante .....	<b>18</b>
<b>4.</b> Percepción de la soledad no deseada .....	<b>19</b>
<b>5.</b> Conclusiones .....	<b>22</b>

---

## **Autores**

Raúl Ruiz Villafranca, Adrián Tuñón Jiménez, José Manuel Fresno García, Fernando del Río Hernández, Duygu Sonat

# 1. Objetivo y alcance del estudio

Este informe tiene como objetivo **identificar la incidencia de la soledad no deseada en España, indagando en las posibles causas o correlaciones. Además, busca conocer la opinión de la población sobre el fenómeno de la soledad.** Se trata de un estudio que sigue la senda de investigación sobre soledad no deseada recorrida por estudios realizados por el Observatorio SoledadES con anterioridad, como el Informe de percepción social de la soledad no deseada, o el estudio El coste de la soledad en España, así como el estudio de La soledad en España, publicado en 2015 por Fundación ONCE y Fundación AXA.

El estudio busca estudiar las **relaciones de la soledad con el sexo y la edad, así como con otros hechos clave**:

## Relaciones con otras personas

- Cantidad de relaciones en el ámbito familiar y amistoso
- Calidad de las relaciones
- Sentimiento de apoyo

## Mundo digital

- Relaciones con otras personas en el ámbito familiar, amistoso y de trabajo o estudio a través de medios digitales
- Uso de redes sociales

## Vulnerabilidad social

- Nivel educativo, abandono escolar, rendimiento escolar
- Situación de desempleo
- Inclusión social

## Educación

- Soledad por nivel educativo

## Hábitat

- Soledad rural y soledad urbana
- Diferencias por sexo y edad entre el entorno urbano y rural

## Hogar

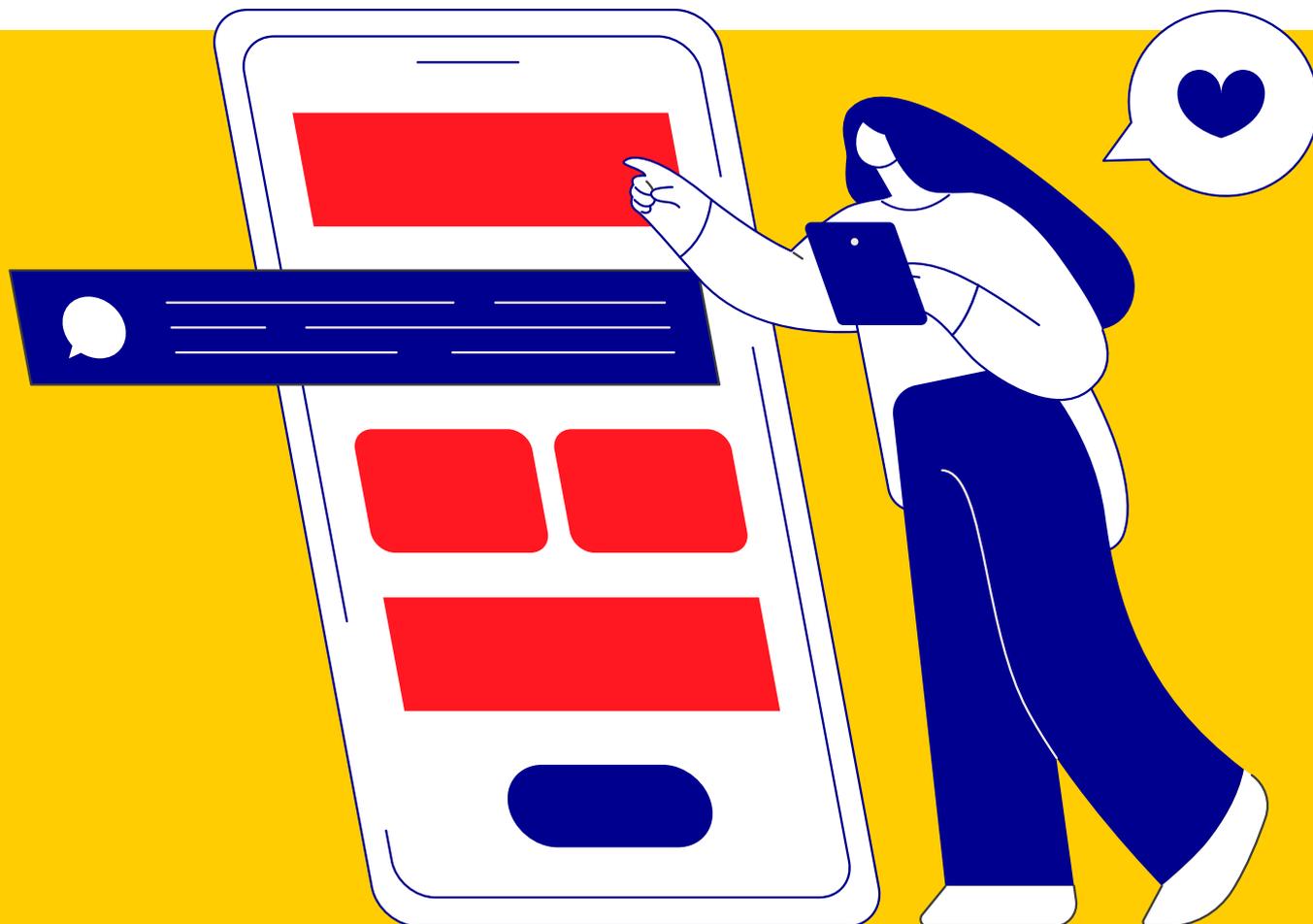
- Soledad entre personas que viven solas o acompañadas
- Soledad por tipo de hogar

## Salud

- Salud física
- Salud mental

## Sentimiento de discriminación

- Discapacidad
- Origen
- Orientación sexual



Además, el estudio busca comprender mejor el modo en que la sociedad percibe el fenómeno de la soledad no deseada.

## Prevalencia

- ¿La soledad es un problema extendido en la sociedad?

## Apertura hacia la soledad

- ¿La soledad es un tema del que resulta fácil hablar?
- Las personas que sufren soledad se sienten cómodas al hablar de su propia soledad y pedir ayuda?

## Causas de la soledad

- ¿Qué causa la soledad en opinión de las personas que la sufren o la han sufrido en el pasado?

## Notoriedad del problema y responsabilidad

- ¿Debe la administración realizar acciones para reducir la soledad no deseada?
- ¿Quién debe realizar estas acciones? ¿Quién realiza más acciones en la actualidad?

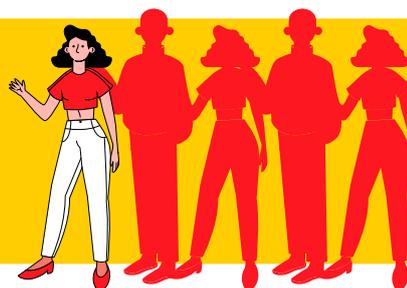
## Muestra y metodología

El estudio se basa en una encuesta realizada a 2.900 personas de entre 18 y más años mediante una encuesta telefónica. En la encuesta se obtienen las prevalencias de soledad y se incluyen una amplia diversidad de preguntas sobre el perfil y la situación vital de la persona (sexo, edad, nivel educativo, situación laboral, hábitat, estado de salud, discapacidad u otras cuestiones), lo que permite comparar los resultados de las personas que se sienten solas con las que no sienten soledad en a través de los factores antes mencionados.



## 2. Prevalencia de la soledad

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



La soledad es además un problema persistente. **Dos de cada tres personas (67,7%)** que sufren soledad **llevan en esta situación desde hace más de 2 años** y un 59% desde hace más de tres. Así, en España la soledad crónica (personas que sufren soledad desde dos o más años) se sitúa por tanto en el 13,5% de la población.

Gráfico 1. Soledad no deseada en España, 2024

De las personas que actualmente no se sienten solas, más de una de cada tres (36,6%) tuvo una etapa en la que se sintió bastante o muy sola. **De esta manera, la mitad de la población (49,3%) sufre soledad no deseada en el presente o ha sufrido soledad de manera intensa en el pasado**

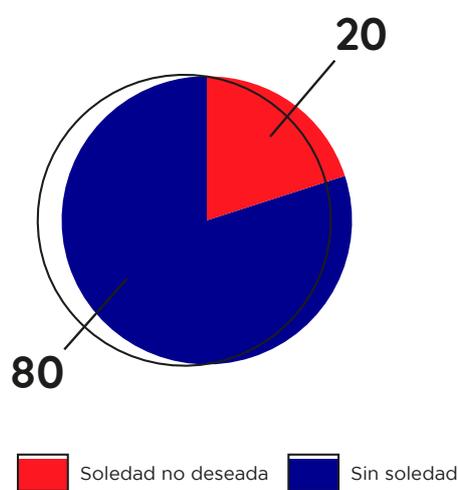
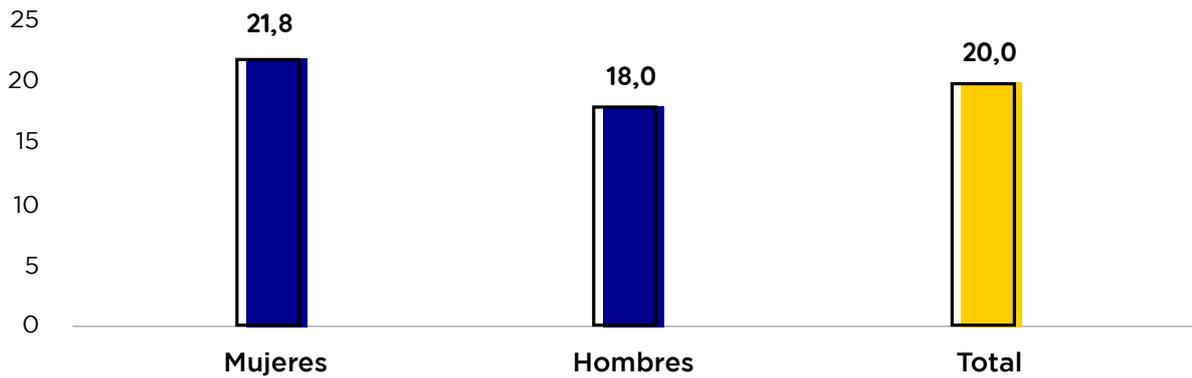


Gráfico 2. Sentimiento de soledad no deseada en el momento actual o en otras etapas del pasado



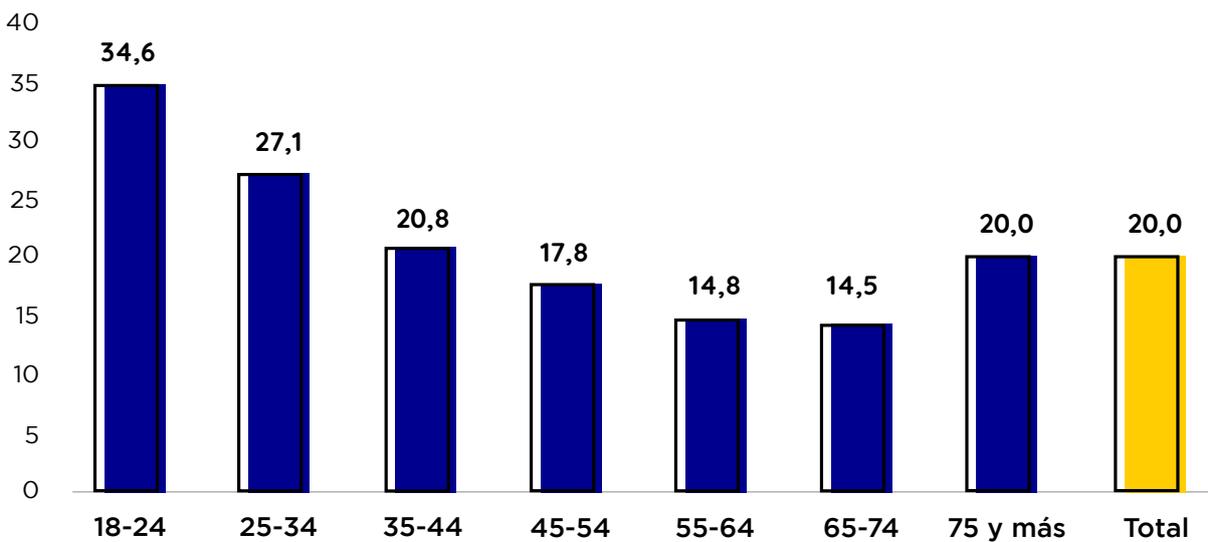
**La soledad no deseada es algo más frecuente entre mujeres que entre hombres:** algo más de 1 de cada 5 mujeres (21,8%) afirman sentirse solas, frente al 18,0% en hombres.

Gráfico 3. Prevalencia de la soledad no deseada en España por sexo, 2024

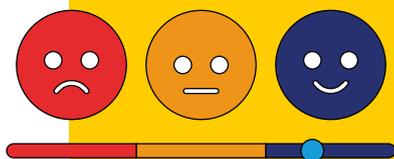


Por edad, la soledad no deseada **está especialmente extendida entre la juventud** y va decreciendo con la edad hasta alcanzar el valor mínimo en la franja de 55 a 74 años. La soledad **vuelve a subir en las personas de 75 años y más.**

Gráfico 4. Prevalencia de la soledad no deseada en España por edad, 2024



## 2.1 Soledad y relaciones con otras personas

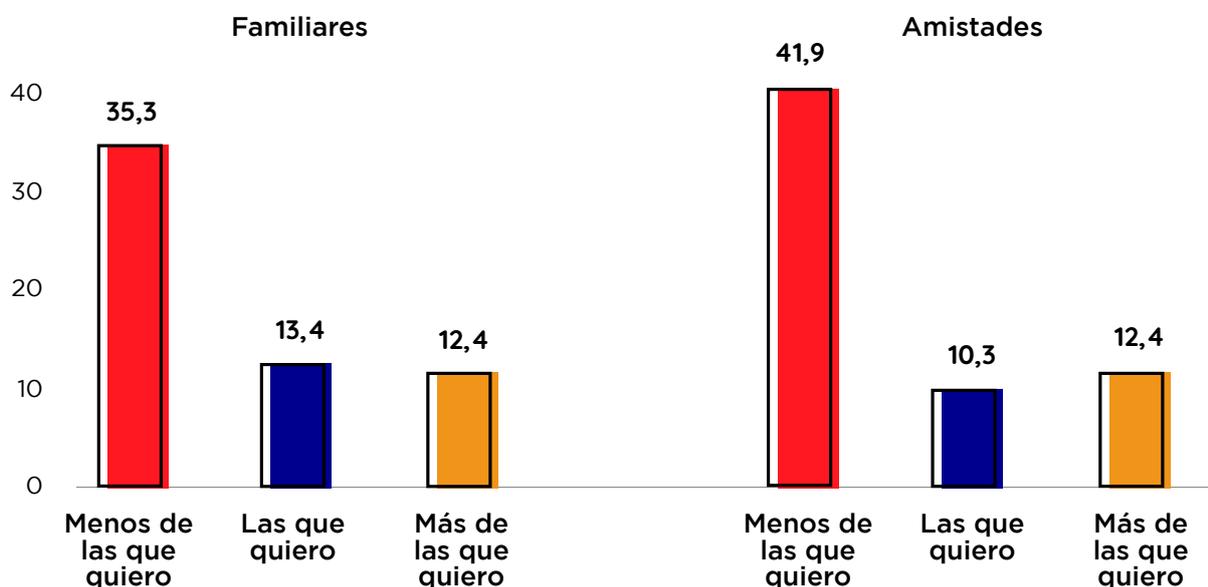


**El grado de satisfacción con la cantidad de relaciones familiares y de amistad es un factor clave para la soledad no deseada.**

Más de la mitad de las personas que sufren soledad no deseada afirman tener menos relaciones familiares y de amistad de las que desean, un 53,3% y un 63,2% respectivamente. En comparación, entre las personas que no sufren soledad no deseada este porcentaje no llega a la cuarta parte, al 24,3% y al 21,7% respectivamente.

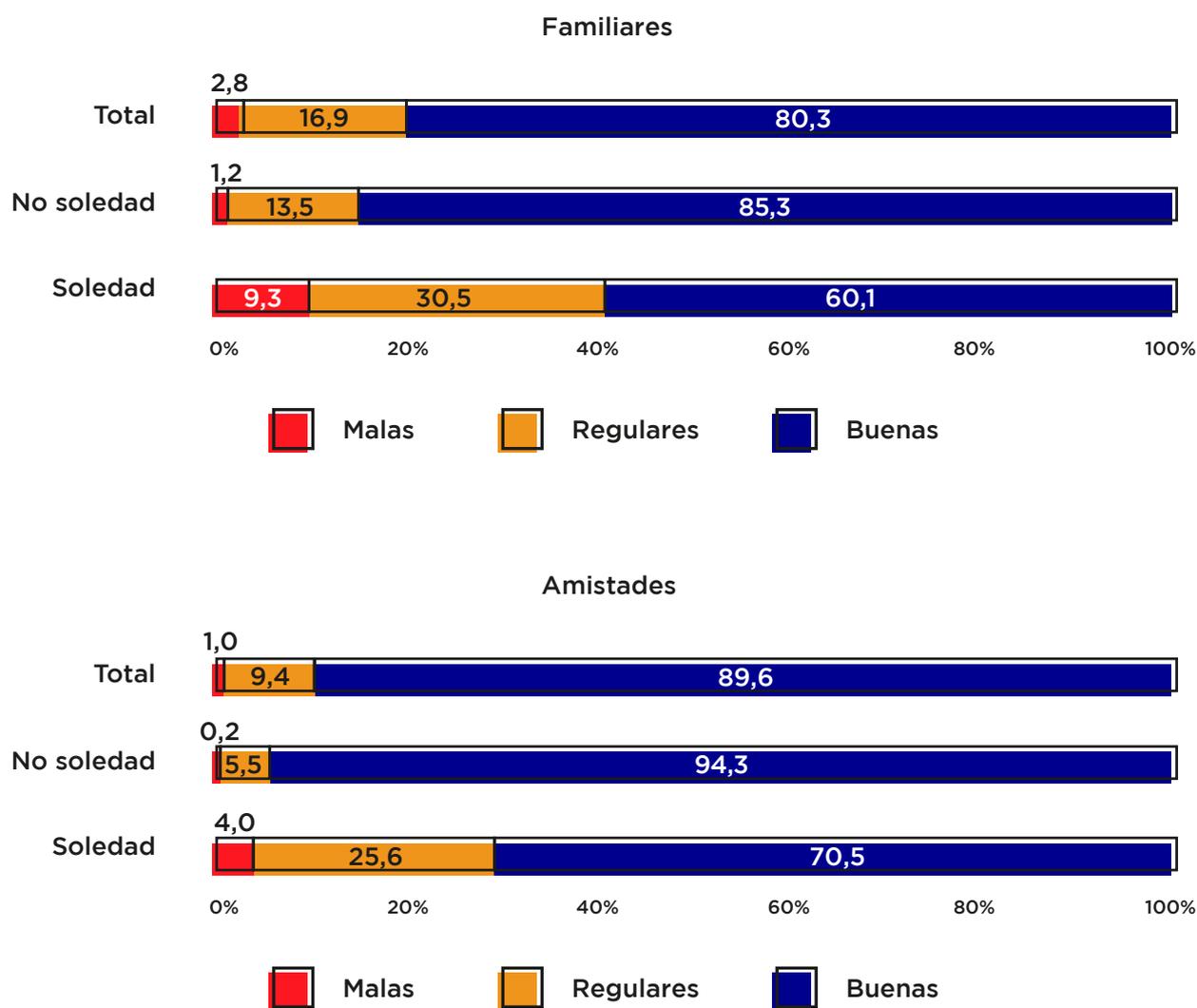
Las personas que tienen una menor cantidad de relaciones de amistad que las deseadas tienen una mayor prevalencia de soledad (41,9%) que las personas que tienen una menor cantidad de relaciones familiares (35,3%).

Gráfico 5. Prevalencia de la soledad no deseada según el grado de satisfacción con la cantidad de relaciones familiares y de amistad, 2024



La calidad de las relaciones familiares y sociales es también un factor clave para la soledad no deseada. Mientras cuatro de cada diez personas que sufren soledad (39,9%) consideran que la calidad de sus relaciones familiares es mala o regular, este porcentaje no supera el 15% (14,7%) entre las personas que no sufren soledad.

Gráfico 6. Grado de satisfacción con la calidad de relaciones familiares y de amistad según el sentimiento de soledad de la persona.



La proporción de personas que no cuentan con apoyo en caso de necesitarlo es el triple entre quienes sufren soledad no deseada que entre quienes no la sufren (17,9% frente a 6,6%).

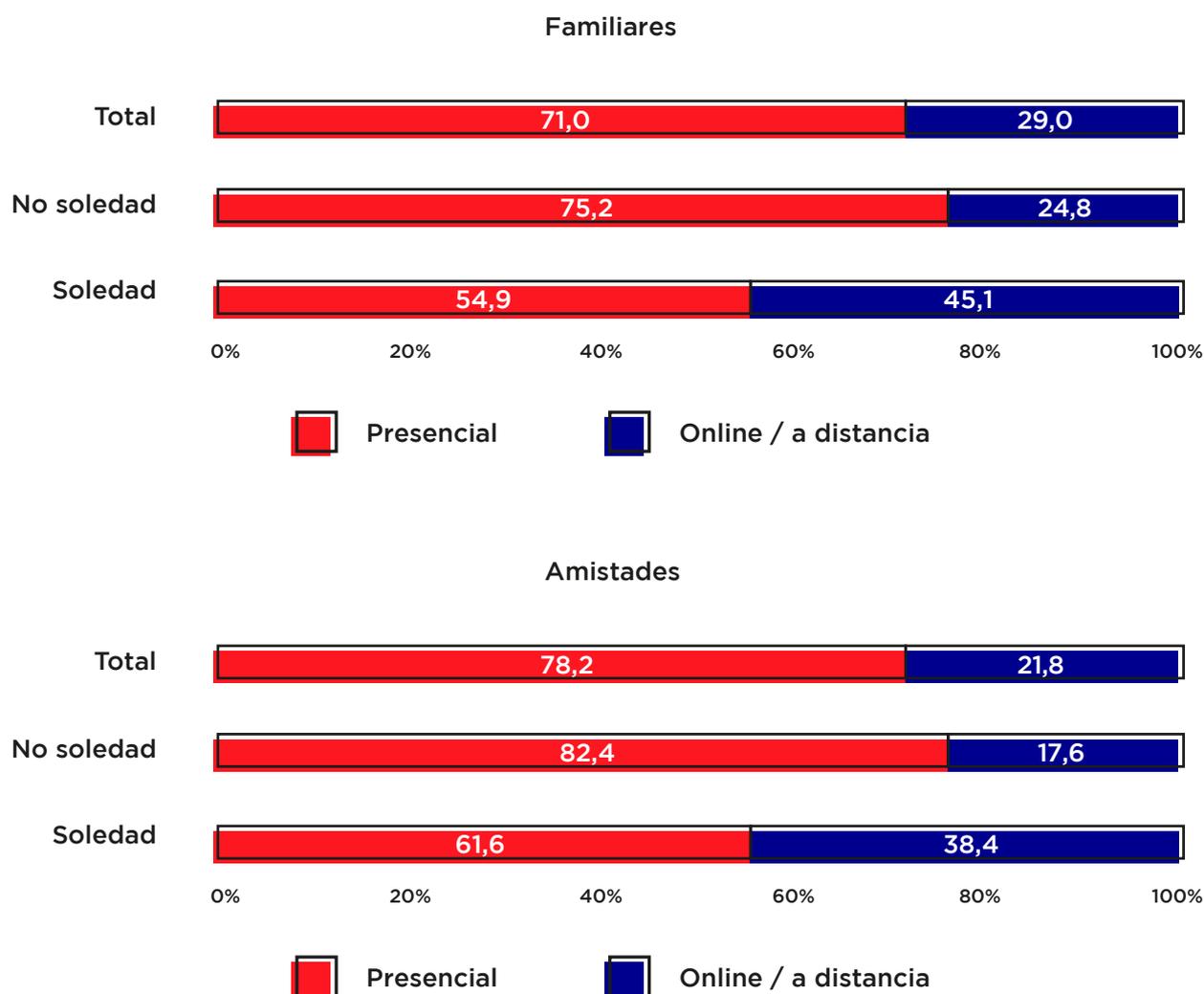


## 2.2 Soledad y mundo digital

La sociedad se ha digitalizado de manera considerable en los últimos años. La gran mayoría de las personas de entre 16 y 74 años (90%) usan internet a diario.

Las relaciones sociales online son más frecuentes entre las personas que sufren soledad que entre las que no sufren soledad. El porcentaje de personas que se relacionan principalmente online con su familia es del 45,1% entre las personas que sufren soledad frente al 24,8% entre quienes no la sufren. El 38,4% de las personas que sufren soledad se relaciona con sus amistades principalmente online, en comparación con solo un 17,6% de las personas que no sufren soledad.

Gráfico 7. Formas de relación más frecuentes por ámbito y sentimiento de soledad de la persona.

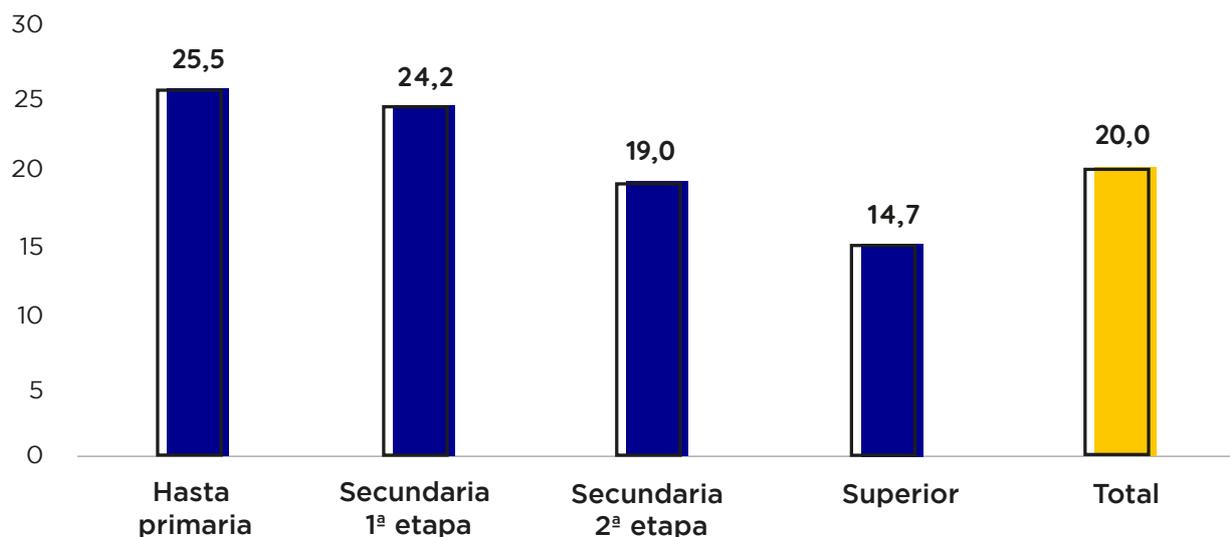


Sin embargo, en algunas relaciones entre personas la comunicación digital no es una alternativa a la presencial, sino la única opción. Internet ha permitido superar barreras geográficas y físicas, lo que es muy relevante para las personas migrantes, con discapacidad o con edad avanzada.

## 2.3 Soledad y educación

La soledad está inversamente relacionada con el nivel educativo. Entre las personas que tienen un nivel educativo inferior a educación primaria encontramos una prevalencia de soledad más de diez puntos superior a las personas con educación superior.

Gráfico 8. Prevalencia de la soledad no deseada en España por nivel educativo (agrupado), 2024



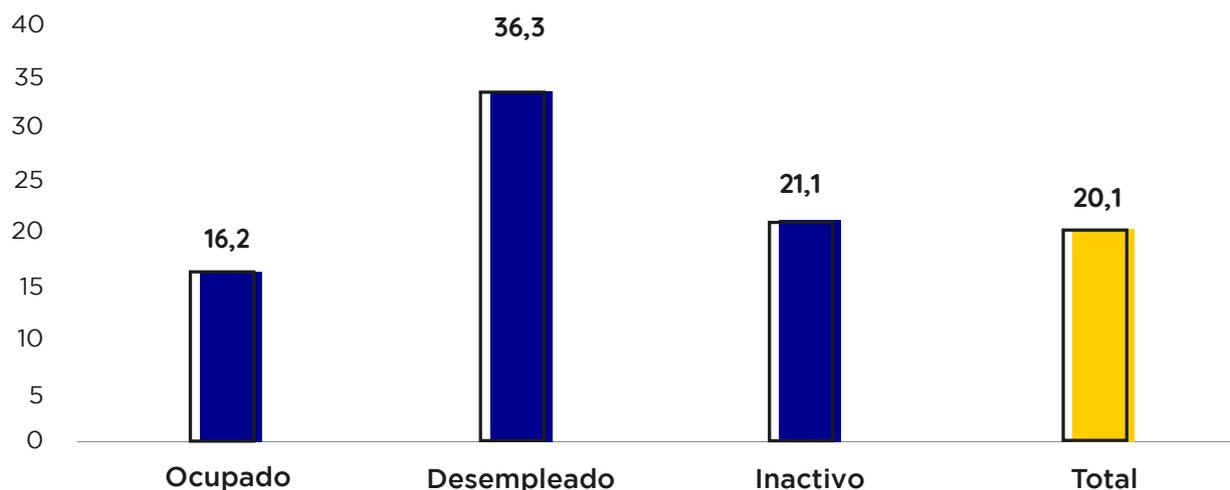
La literatura por lo general considera que un nivel educativo alto es un factor protector para la soledad, pero existen dudas sobre la causalidad directa. El efecto favorable de la educación en la soledad está relacionado con otros factores asociados, como una mejor inserción laboral e ingresos, y quizás sea este el factor determinante de la causalidad. En este estudio se muestra que carecer de educación superior es un factor significativo para explicar la soledad.



## 2.4 Soledad y vulnerabilidad social

Las personas en situación de desempleo tienen una tasa de soledad más del doble que las personas ocupadas (36,3% frente a 16,2%). Por sexos, la principal diferencia se observa entre la población inactiva, entre quienes las mujeres tienen una prevalencia de soledad de 9 puntos porcentuales superior a la de los hombres (24,9% frente a 15,9%).

Gráfico 9. Prevalencia de la soledad no deseada en España por relación con la actividad, 2024



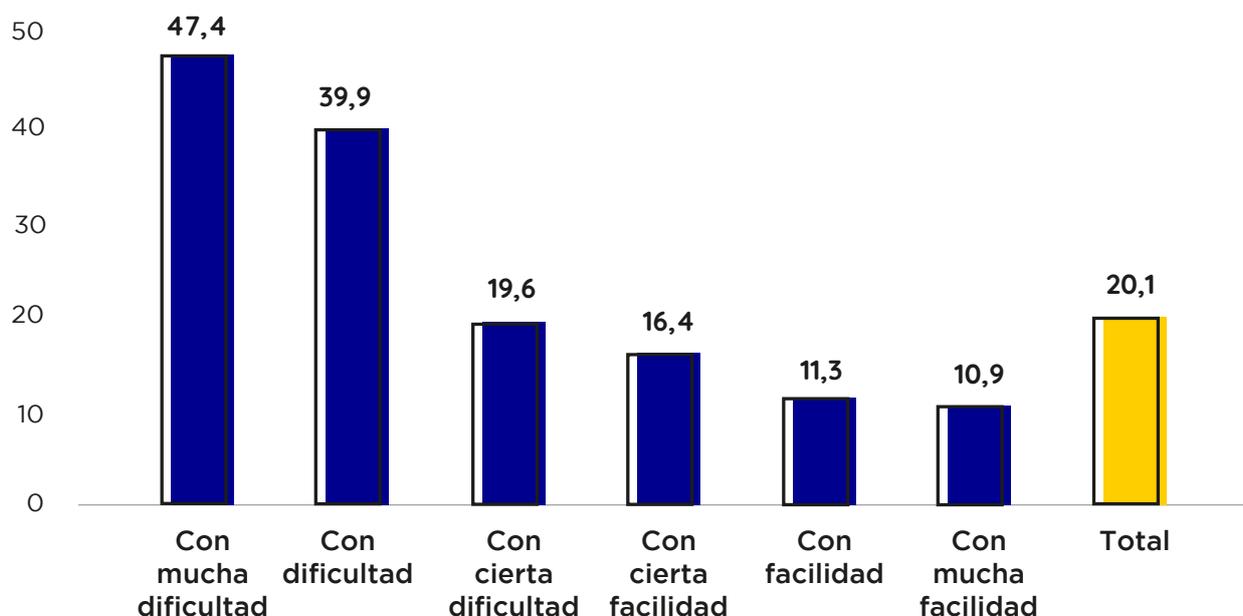
El efecto de la situación profesional en la soledad es radicalmente diferente según la edad. La diferencia de la prevalencia de la soledad entre las personas ocupadas y desocupadas en la juventud es muy leve. Sin embargo, entre 30 y 55 años la prevalencia de la soledad entre las personas en desempleo es el triple que entre las ocupadas. Esto es debido a que cumplir con las expectativas vitales para en cada etapa de la vida tiene un efecto sobre la soledad. Esto es muy relevante, dado que se trata de un factor que no está relacionado con una mayor o menor compañía, sino como una consecuencia de la vulnerabilidad social de las personas.

Tabla 1. Prevalencia de la soledad no deseada por situación profesional y rango de edad, 2024

	18-29	30-44	45-54	55-64	65 y mas	Total
<b>Ocupado</b>	31,0%	14,3%	11,4%	13,3%	22,3%	16,2%
<b>Desocupado</b>	35,6%	46,6%	40,3%	19,3%	0,0%	36,3%
<b>Inactivo</b>	36,7%	32,1%	34,2%	15,5%	16,2%	21,1%
<b>Total</b>	33,5%	20,7%	17,8%	14,8%	16,3%	20,1%

De hecho, **la soledad está muy relacionada con la capacidad económica.** La prevalencia de la soledad no deseada es más del doble dos veces más frecuente en la población que viven en los hogares que llegan con dificultad a fin de mes (30,1%) que en los que llegan con facilidad (13,3%).

Gráfico 10. Prevalencia de la soledad no deseada según la dificultad o facilidad con la que llega el hogar de residencia a fin de mes (seis categorías)



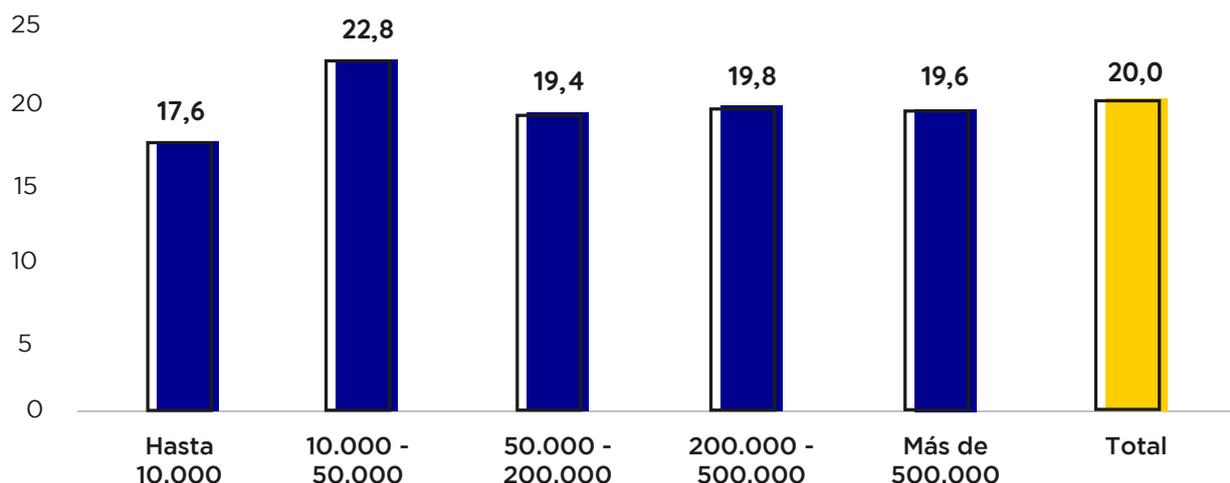
La disponibilidad o carencia de medios económicos es importante en el sentido que implica una mayor o menor **capacidad de participar en actividades sociales** en las que relacionarse. Además, los ingresos del hogar se asocian con una **mejor salud**, factor que protege contra la soledad. Desde otra perspectiva, los ingresos pueden ser especialmente relevantes para las personas con mala situación de salud.



## 2.5 Soledad rural y urbana

A pesar de la menor dotación de servicios y los problemas de despoblación del medio rural, la prevalencia de la soledad no varía notablemente entre el entorno urbano y el rural. De hecho, la menor prevalencia de la soledad se observa en los municipios de menor tamaño (menos de 10.000 habitantes) y la mayor en tamaños de hábitat intermedios (municipios de 10.000 a 50.000 habitantes).

Gráfico 11. Prevalencia de la soledad no deseada por tamaño de municipio, 2024



Una de las claves para explicar que la ruralidad no parece tener un efecto significativo sobre la soledad es su composición demográfica, ya que las personas mayores tienen una menor prevalencia de soledad que las jóvenes.

Tabla 2. Prevalencia de la soledad no deseada por tamaño de municipio y rango de edad, 2024

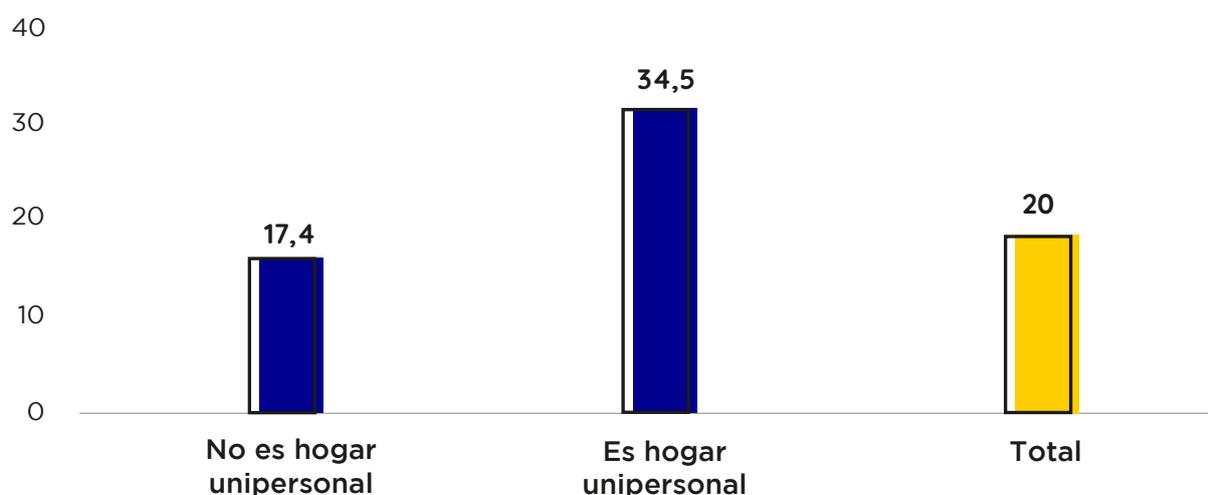
	18-29	30-44	45-54	55-64	65 y mas
Hasta 20.000	37,2%	19,7%	17,7%	17,3%	12,7%
20.000-100.000	39,7%	25,6%	16,7%	11,3%	13,4%
100.000-500.000	29,8%	16,6%	20,2%	11,9%	20,5%
Más de 500.000	21,8%	15,9%	16,0%	18,4%	25,1%

La soledad en la juventud es muy elevada en las zonas rurales y disminuye en las grandes urbes. Sin embargo, entre las personas mayores sucede a la inversa, la soledad es mucho mayor en las grandes urbes que en las zonas rurales. Este hallazgo tiene implicaciones sobre el análisis y las políticas del fenómeno de la despoblación y el envejecimiento de la población de la España rural. Las mayores tasas de soledad entre las mujeres se encuentran los núcleos urbanos.

## 2.6 Soledad y hogar

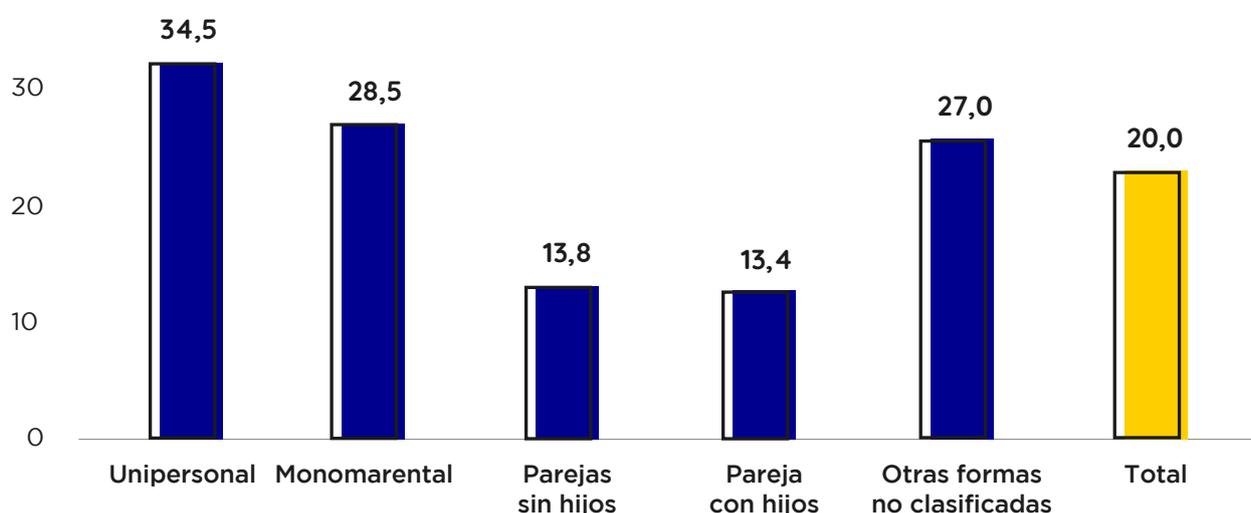
El núcleo de convivencia juega un papel muy relevante en la soledad. **La prevalencia de la soledad no deseada es el doble entre las personas que viven solas (34,5%) que entre las que viven acompañadas.** Además, la prevalencia de soledad entre las personas que viven solas por no contar con nadie que pueda o quiera vivir con ellas es más del doble que entre las personas que viven solas por elección (62,2% frente a 25,4%). No obstante, la prevalencia de la soledad no deseada entre las personas que viven solas por elección propia es mayor que la media (25,4% frente a 20,0%).

Gráfico 12. Prevalencia de la soledad no deseada entre las personas que viven solas y las que no viven solas, 2024



Las personas que viven en pareja, con o sin hijos, son las que tienen una menor prevalencia de soledad. Sin embargo, las familias monomarentales, u otras formas de convivencia, como pisos compartidos o vivir con otros familiares, sufren una prevalencia de soledad muy por encima de la media, aunque inferior a las personas que viven solas.

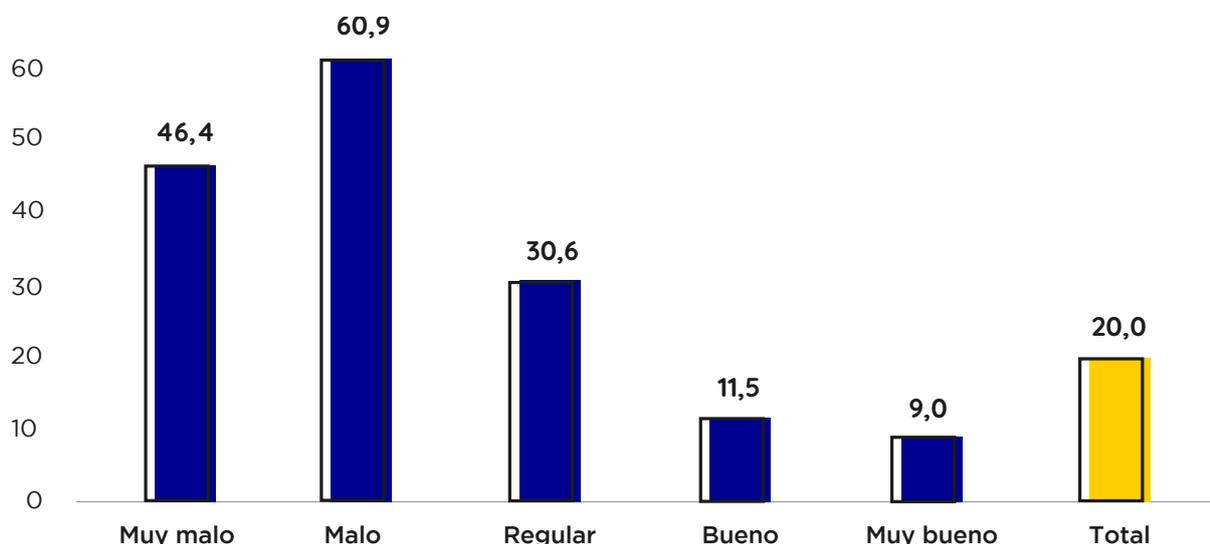
Gráfico 13. Prevalencia de la soledad no deseada según el tipo de hogar, 2024



## 2.7 Soledad y salud

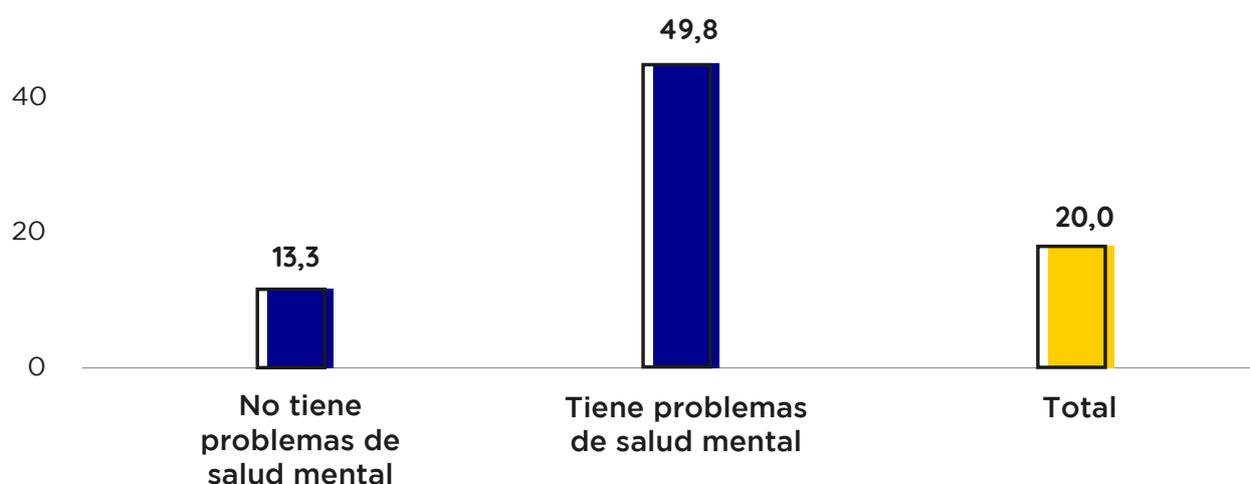
El estado de salud guarda una clara relación con la soledad. La prevalencia de la soledad no deseada entre las personas que perciben su estado de salud como malo o muy malo ronda o supera la mitad y es seis veces superior a las personas con buen estado de salud

Gráfico 14. Prevalencia de la soledad no deseada según el estado de salud percibido, 2024



Por su parte, la salud mental está claramente relacionada con la soledad no deseada. La mitad de las personas con problemas de salud mental sufren soledad no deseada, entre tres y cuatro veces más que las personas sin problemas de salud mental.

Gráfico 15. Prevalencia de la soledad no deseada según la situación de la salud mental, 2024

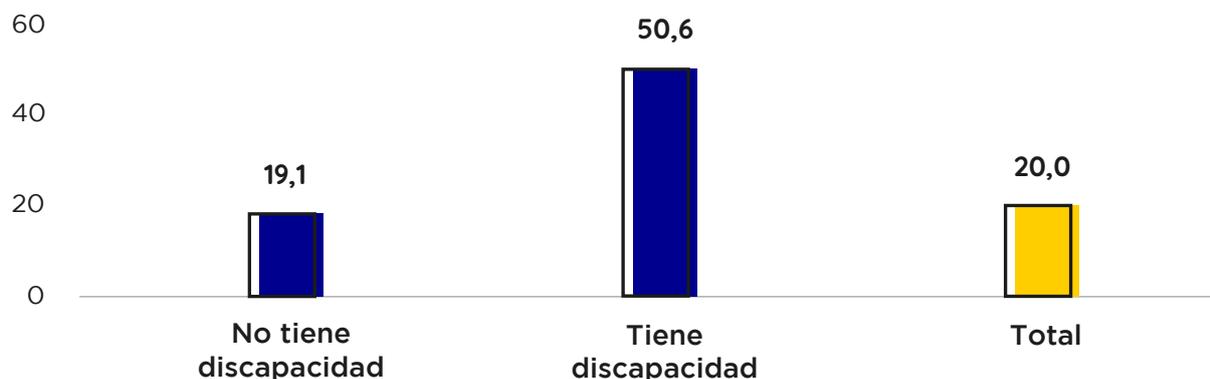


Cerca de la mitad (43%) de la población que sufre soledad ha tenido pensamientos suicidas o autolesivos. Este porcentaje de personas que han tenido pensamientos suicidas o autolesivos entre la población que sufre soledad es casi cuatro veces superior que entre la que no sufre soledad.

## 2.8 Soledad y sentimiento de discriminación

Las personas con discapacidad sufren una prevalencia de soledad no deseada 30 puntos superior a las personas sin discapacidad (50,6% frente a 19,1%). Las mujeres con discapacidad afirman sufrir soledad no deseada en mayor proporción que los hombres (54,3% de las mujeres frente al 45,7% de los hombres).

Gráfico 16. Prevalencia de la soledad no deseada en España por discapacidad, 2024



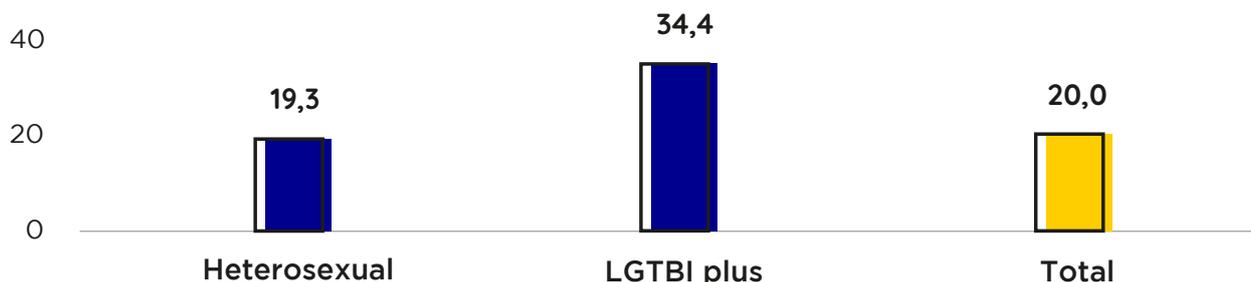
La prevalencia de la soledad no deseada entre las personas que han nacido en el extranjero, o que su padre o su madre ha nacido en el extranjero, es casi el doble a la prevalencia entre la población nacida en España y que su padre y madre han nacido también en España (32,5% frente a 17,8%).

Gráfico 17. Prevalencia de la soledad no deseada por origen personal y familiar, 2024



Las personas LGTBI plus sufren una tasa de soledad no deseada 15 puntos superior a las personas heterosexuales (34,4% frente a 19,3%).

Gráfico 18. Prevalencia de la soledad no deseada en España por orientación sexual, 2024



### 3. Análisis multivariante

La soledad está relacionada con una amplia variedad de factores. Sin embargo, una mayor prevalencia no tiene porqué significar que ese factor sea la causa de la soledad. Por tanto, **¿es posible conocer si algunos factores tienen a priori una mayor influencia que otros?** Para responder a esta pregunta se ha llevado a cabo un análisis multivariante. Los resultados muestran que 17 de las 30 variables analizadas son significativas para predecir la soledad.

Tabla 3. Variables significativas de la soledad

Factor	Incremento en número de veces de la probabilidad de sufrir soledad no deseada
Amistades: tener menos relaciones de las deseadas	3,97
Hogar unipersonal no elegido	3,15
No tener personas para pedir ayuda	2,97
Problemas de salud mental con o sin diagnóstico	2,97
Tener 18-29 años	2,78
Hogar unipersonal	2,73
Salud muy mala, mala o regular	2,68
30-54 años no ocupado	2,33
Amistades: regular o malas relaciones	2,26
18-29 años en hábitat menos de 20 mil	2,18
Origen extranjero	1,77
Amistades: canal mayoritario online/distancia	1,60
Familiares: menos relaciones de las deseadas	1,60
No tener educación superior	1,55
Ha asistido a terapia psicológica	1,43
Dificultades económicas	1,38
Familiares: regular o malas relaciones	1,36

**Existen factores que además de estar asociados a una mayor prevalencia sí son significativos para explicar la soledad,** como la salud física y mental, vivir solo, especialmente si se desea vivir acompañado, el origen extranjero, las dificultades económicas, tener una cantidad y calidad de amistades menor que las deseadas y, en menor medida, una cantidad y calidad insuficiente de las relaciones con la familia.

**Otros de los factores que están asociados a una mayor prevalencia no son significativos** para explicar la soledad, es decir, por sí solos no generan una mayor probabilidad de sufrir soledad. Entre estos factores se encuentra ser mujer, tener 65 o más años, estar en situación de desempleo, sufrir una discapacidad o la orientación sexual.

# 4. Percepción de la soledad no deseada

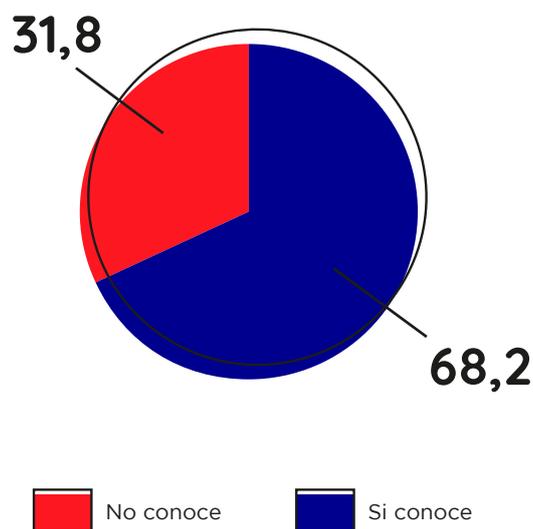
## Percepción sobre la prevalencia

La percepción general es que la soledad no deseada es un problema extendido en la sociedad.

Más de dos de cada tres (68,2%), conocen a otras personas que puedan sentirse solas sin desearlo. Entre las personas que se sienten solas es más frecuente conocer a otras personas que pudieran sentirse también solas.

Casi la unanimidad de la sociedad (98,8% de la población) considera que cualquier persona es vulnerable a la soledad y existe una percepción generalizada de que la soledad es un problema social cada vez más importante. Sin embargo, la gran mayoría de la sociedad (93,3%) considera que la soledad es un problema invisible.

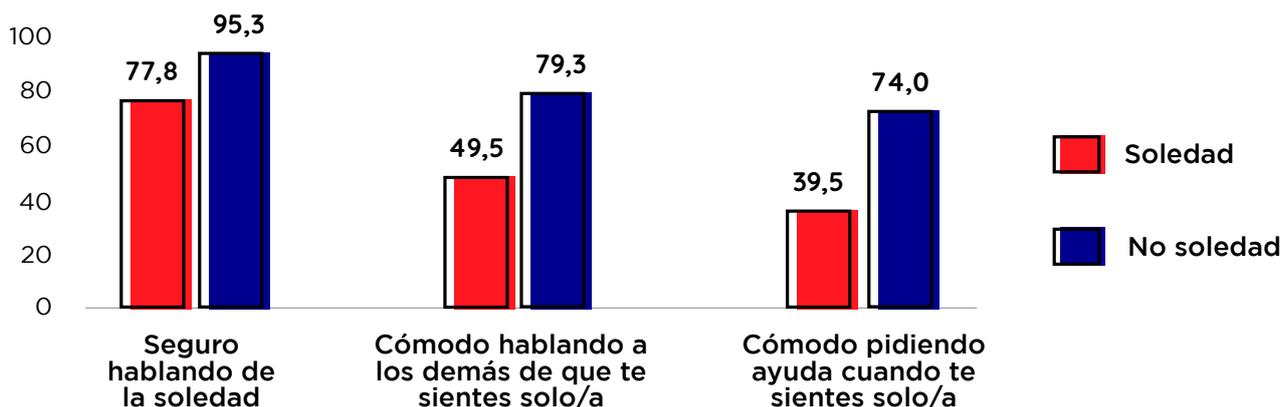
Gráfico 19. Conocimiento de otras personas puedan sentirse solas sin desearlo en el entorno, 2024



## Sobre la percepción de la apertura de la sociedad hacia la soledad

La inmensa mayoría de la población que no se siente sola no encuentra problema en hablar de la soledad como un tema de conversación. Sin embargo, la mitad de las personas que se sienten solas no se encuentran en realidad cómodas hablando sobre su propia experiencia de soledad y menos aun pidiendo ayuda.

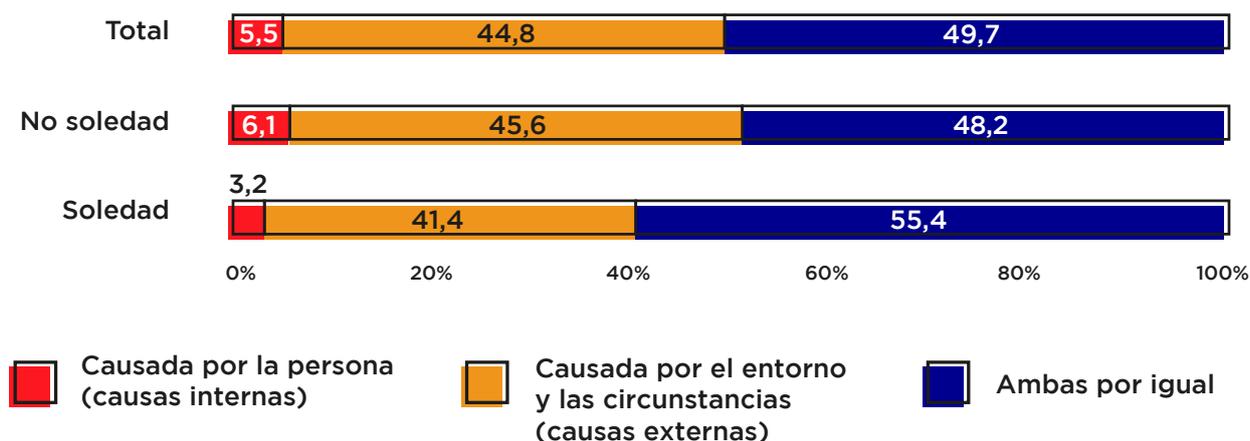
Gráfico 21. Diferencias en los sentimientos al hablar sobre la soledad y pedir ayuda ante la soledad, según la persona experimente o no soledad no deseada, 2024



## Sobre la percepción de las causas

Solo una minoría de la sociedad considera que la causa de la soledad no deseada es únicamente el comportamiento de las personas que la sufren. La opinión más extendida (especialmente entre quienes sufren soledad) es que la soledad es causada por una combinación de factores, tanto internos como externos, es decir, tanto a factores y circunstancias fuera del control de una persona como a actitudes de las propias personas.

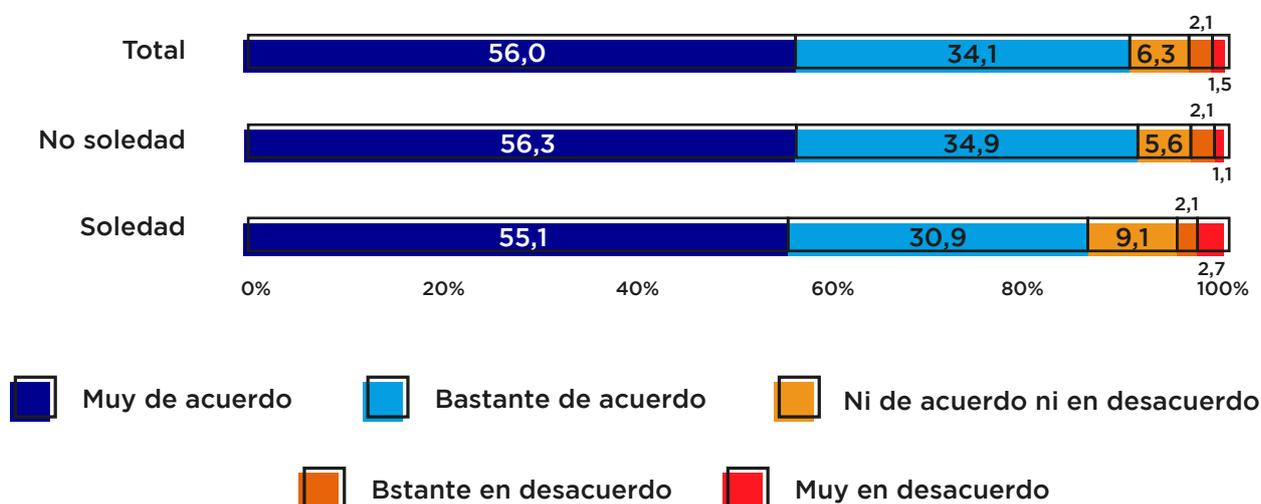
Gráfico 22. Percepción de las causas de la soledad no deseada, por situación de soledad, 2024



## Sobre la notoriedad del problema y responsabilidades

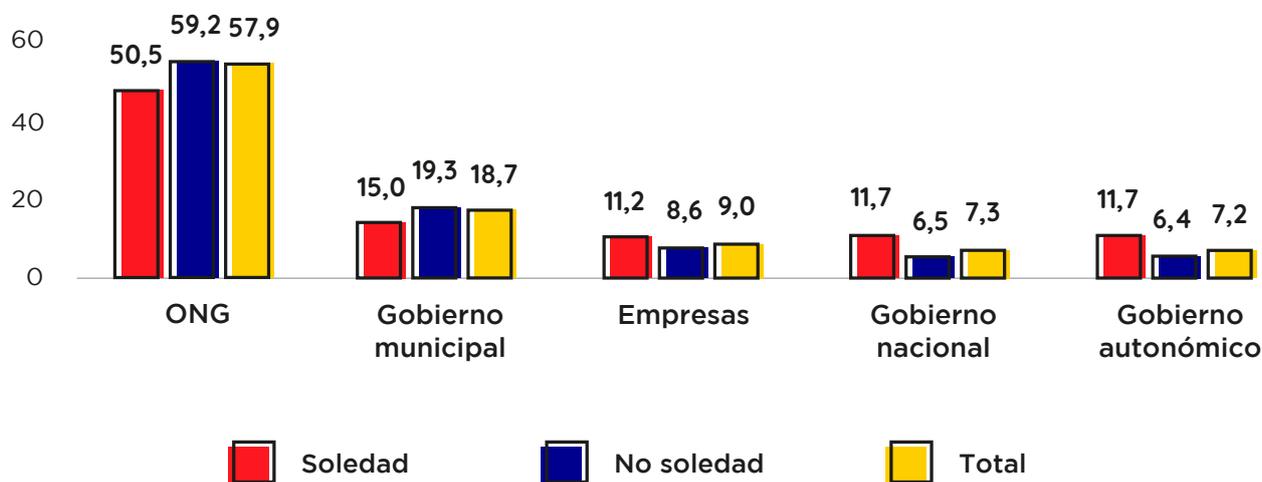
La gran mayoría de la sociedad considera que la lucha contra la soledad debe ser una cuestión prioritaria para las administraciones públicas.

Gráfico 23. Opinión sobre si la lucha contra la soledad debe ser una cuestión prioritaria para las Administraciones, por situación de soledad, 2024



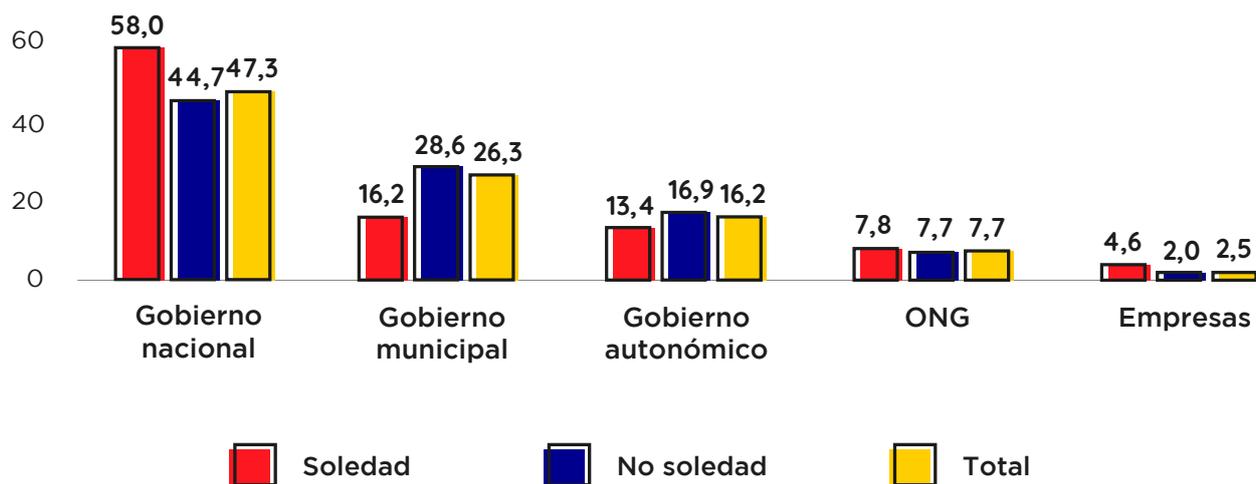
Las ONG son la institución más valorada de cara a la lucha contra la soledad en la actualidad, muy por delante de las entidades locales y considerablemente por encima de los gobiernos autonómico y nacional.

Gráfico 23.2. Opinión sobre qué institución hace mayores esfuerzos para combatir la soledad no deseada, según situación de soledad, 2024



La institución que tiene una mayor responsabilidad ante la soledad no deseada es el Gobierno nacional, seguida por el gobierno municipal o autonómico.

Gráfico 24. Opinión sobre qué institución se debería encargar de que nadie se sienta sola sin desearlo según situación de soledad, 2024



Más allá del papel de la administración, existe igualmente un claro consenso en que la lucha contra la soledad es una responsabilidad compartida por el conjunto de la sociedad. En coherencia con esta opinión, la gran mayoría de la sociedad afirma realizar acciones que ayudan a combatir la soledad (79,1%) y a la gran mayoría de la población le gustaría poder realizar más acciones para combatir la soledad (82%).

# 5. Conclusiones

El Barómetro Soledad España 2024 permite identificar las siguientes conclusiones.

## 01

### La soledad se considera un problema muy relevante por parte de la sociedad

La percepción general es que la soledad no deseada es un problema social cada vez más importante.

## 02

### La soledad tiene solución en muchos casos

El 29,3% de la población se ha sentido sola en alguna etapa de su vida pero no se siente sola en el momento presente. Este dato muestra también que en muchos casos la soledad es un problema reversible y que tiene solución.

## 03

### La mayor parte de la sociedad ha experimentado la soledad no deseada, en el presente o en el pasado

La soledad no deseada afecta en la actualidad a la quinta parte de la población en España y más de una de cada tres personas (36,6%) que actualmente no se sienten solas han sufrido soledad en el pasado.

## 04

### Sin embargo, los datos muestran que existe también una soledad crónica o de larga duración

Dos de cada tres personas (67,7%) que sufren soledad llevan en esta situación desde hace más de 2 años y un 59% desde hace más de tres.



## 05

### La soledad, más allá de la experiencia subjetiva de sufrimiento, está relacionada con muchos otros problemas

La prevalencia de la soledad no deseada es mucho más elevada entre las personas que sufren problemas en otras áreas, como las personas que llegan con dificultad a fin de mes, están en situación de desempleo, sufren problemas de salud física o mental o tienen discapacidad.

## 06

### Algunos factores son significativos para explicar la soledad, mientras que otros simplemente tienen una relación con la soledad, pero no necesariamente causal

Muchos de estos factores de vulnerabilidad además de una mayor prevalencia son significativos, es decir, implican una mayor probabilidad de sufrir soledad no deseada, como sufrir dificultades económicas, tener origen extranjero, sufrir un problema de salud mental, ser joven o estar en desempleo teniendo entre 30 y 54 años. Sin embargo no siempre es así, existen factores que a pesar de estar asociados a una mayor prevalencia no implican una mayor probabilidad de sufrir soledad.

07

## La cantidad, la calidad y la presencialidad de las relaciones, especialmente de amistad, y también de familia, son muy relevantes para la soledad

Las personas que tienen una menor cantidad de relaciones de amistad que las deseadas tienen una mayor prevalencia de soledad (41,9%) que las personas que tienen una menor cantidad de relaciones familiares (35,3%) y cuatro veces superior a las personas que están satisfechas con la cantidad de relaciones de amistad (10,3%).

10

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

Tener una salud muy mala, mala o regular implica una probabilidad 2,7 veces mayor de sufrir soledad no deseada y sufrir un problema de salud mental, diagnosticado o no, 3 veces superior.

08

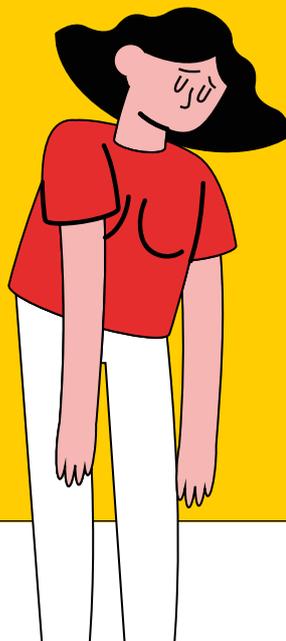
## Vivir acompañado, especialmente con la pareja, también juega un papel clave en la soledad

Independientemente de la vida social el núcleo de convivencia es clave. La prevalencia de la soledad no deseada es el doble entre las personas que viven solas que entre las que viven acompañadas.

11

## La educación previene contra la soledad

La soledad es mucho menos frecuente entre las personas con mejor nivel educativo, y además, carecer de estudios superiores implica una probabilidad de sufrir soledad 1,5 veces superior.



09

## Las expectativas vitales tienen un efecto en la soledad

La diferencia en la prevalencia de la soledad entre personas ocupadas o desempleadas es enorme en las etapas centrales de la vida pero insignificante en la juventud.

12

## La soledad no deseada está algo más extendida entre mujeres que entre hombres, si bien las diferencias se observan principalmente en determinados perfiles

La prevalencia de la soledad entre mujeres se sitúa en el 21,8%, valor superior pero cercano a la prevalencia entre los hombres (18,0%). Sin embargo, detrás de esta media se observa que las diferencias entre hombres y mujeres son especialmente amplias a partir de los 55 años, en los niveles educativos más bajos y en los núcleos urbanos.

# 13

## La soledad está especialmente extendida entre la juventud

La juventud sufre los niveles más elevados de soledad en ambos sexos, cifra que va disminuyendo a medida que aumenta la edad, hasta el grupo de 75 y más años, donde la prevalencia vuelve a aumentar. Además, tener entre 18 y 29 años implica una probabilidad 2,8 veces superior de sufrir soledad no deseada.

# 16

## Está aumentando la sensibilidad hacia la soledad como problema social

Los resultados del Barómetro España 2024 muestran una mayor concienciación hacia la soledad como problema social en comparación con el Estudio sobre la percepción de la soledad no deseada, publicado dos años antes en 2022.



# 14

## No existen diferencias amplias entre el medio urbano y el rural, pero sí en el modo que el medio afecta según la edad

La prevalencia de la soledad no varía notablemente entre el entorno urbano y el rural a pesar de la menor dotación de servicios y los problemas de despoblación del medio rural. Sin embargo, en el medio rural la juventud experimenta niveles muy elevados de soledad (y la población mayor muy reducidos), mientras que en el medio urbano sucede a la inversa, las personas mayores sufren más soledad.

# 17

## El voluntariado es importante para reducir la soledad

La mayoría de la sociedad no solo considera que la lucha contra la soledad es una responsabilidad compartida por el conjunto de la sociedad, sino que además declara que le gustaría poder realizar más acciones para combatir la soledad (82,0% de la población).

# 15

## Existe un consenso acerca de la necesidad de reforzar las acciones para reducir la soledad no deseada

La gran mayoría de la sociedad considera que la lucha contra la soledad debe ser una cuestión prioritaria para las administraciones públicas así como una responsabilidad compartida por el conjunto de la sociedad.

# 18

## La investigación sirve para acercarse a las personas que sufren soledad en silencio

Una parte importante de las personas que sufren soledad, más de la mitad, no se sienten cómodas pidiendo ayuda, razón por lo que es importante ofrecérsela aunque no la pidan. La investigación permite identificar una serie de perfiles en los que la soledad es especialmente frecuente, lo que sirve para canalizar esta oferta de ayuda, no necesariamente explícita, a determinados perfiles que tienen una mayor prevalencia de soledad no deseada.

## Es importante continuar con la investigación en el campo de la soledad no deseada en España

La investigación, poner números a la extensión de la soledad, es el primer paso para su visibilización, al tiempo que la regularidad en el estudio es esencial para conocer la evolución del fenómeno y por tanto aproximarse poco a poco a un conocimiento más profundo sobre el mismo.





# Barómetro de soledad no deseada en España 2024

---

[www.soledades.es](http://www.soledades.es)

En el marco de:



Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada