Fundación ONCE y Fundación AXA presentan:

Barómetro de la soledad no deseada en la Comunidad de Madrid 2024

Realizado en el marco de:

soledadES
Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada

Estudio realizado por:

fresno
the right link

¿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

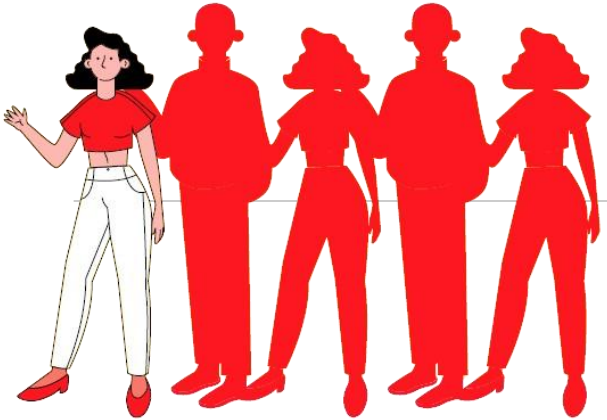
Objetivos:

- Identificar la **prevalencia de la soledad en la Comunidad de Madrid**
- 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 la Comunidad de Madrid y el conjunto de España**

Metodología

- **Encuesta telefónica CATI**
- **Muestra**
  - Target: 18 y más años residente en la Comunidad de Madrid
  - 400 personas

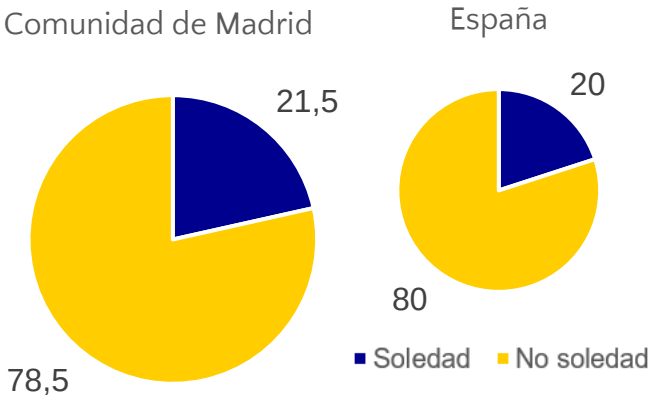
2. Prevalencia de la soledad



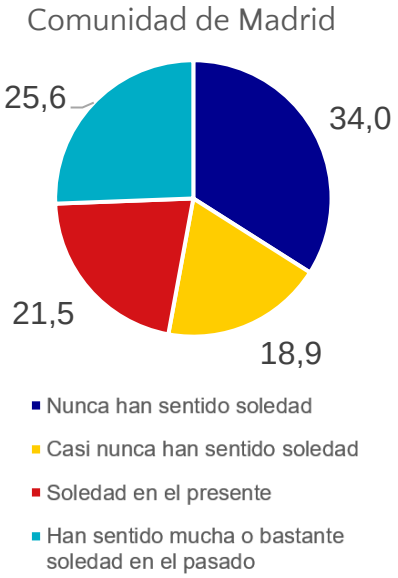
2. Prevalencia de la soledad

Una de cada cinco personas sufre soledad no deseada en la Comunidad de Madrid (21,5%)

Soledad no deseada en 2024



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

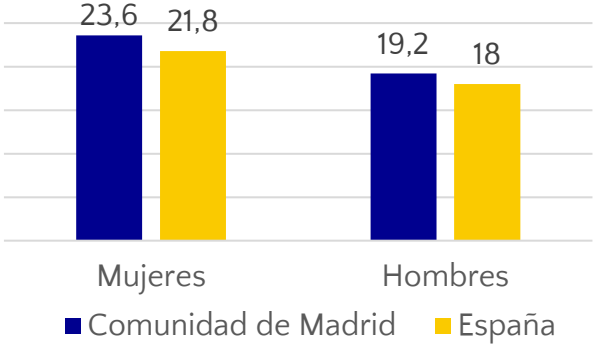


- **La prevalencia de la soledad** no deseada en la Comunidad de Madrid es similar a la media nacional
- **Es un fenómeno extendido:** casi la mitad de la población valenciana (47,1%) ha sufrido soledad no deseada (49,3% en el conjunto del país)
- Es un **fenómeno que dura en el tiempo**: el 55,2% de las personas en la Comunidad de Madrid que sufren soledad llevan más de 2 años, cifra inferior a la media nacional (67,7%)
- Así, la **soledad crónica** en la Comunidad de Madrid se sitúa en el 11,8%, por debajo de la media nacional (13,5%)

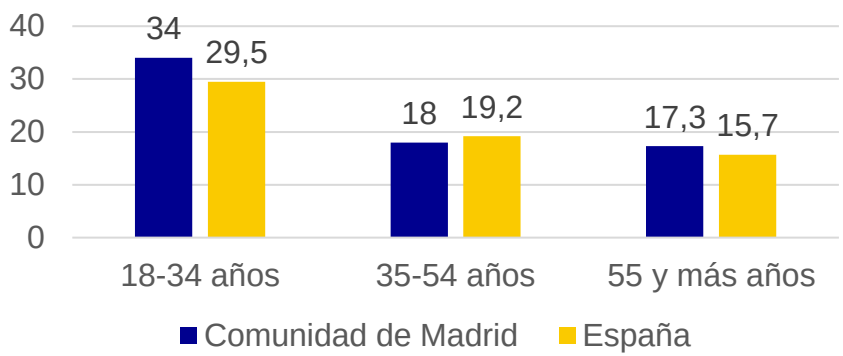
2. Prevalencia por sexo y edad

La soledad está más extendida entre la juventud, con una prevalencia mayor en la Comunidad de Madrid

Prevalencia de la soledad no deseada por sexo, 2024



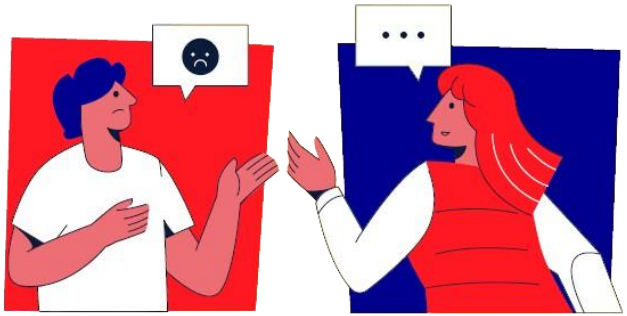
Prevalencia de la soledad no deseada por edad, 2024



- La brecha de soledad no deseada entre mujeres y hombres en la Comunidad de Madrid (4,5 puntos porcentuales), es **algo más amplia** que la brecha a nivel nacional (3,8 puntos porcentuales
- La soledad no deseada está especialmente extendida entre la juventud. Las personas de entre 18 y 34 años tienen una prevalencia que es **casi el doble** que los otros dos grupos de edad estudiados

3.

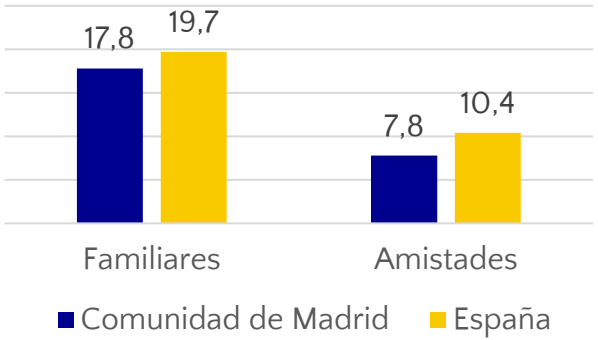
Relaciones de la soledad con factores clave



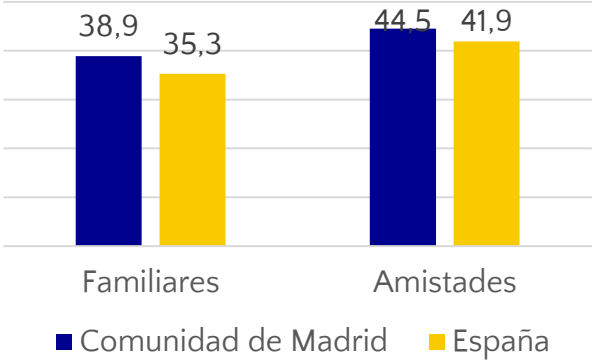
3. Soledad y relaciones con otras personas

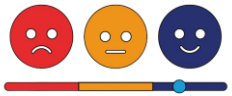
Casi el 40% de las personas en la Comunidad de Madrid que tienen menos relaciones de amistad y familia de las que desean sufren soledad

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





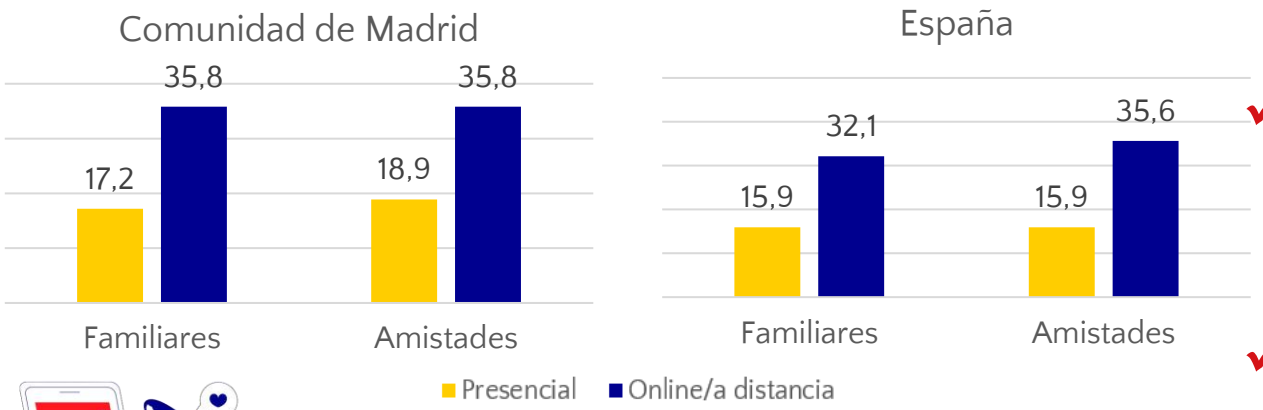
El **efecto de la carencia subjetiva de relaciones** en el plano familiar y amistoso es mayor en la Comunidad de Madrid que en el conjunto de España.

Existe red de apoyo: La gran mayoría de la población de la Comunidad de Madrid (90,9%) considera que tiene a alguna persona que la pueda ayudar en caso de necesitarlo, similar a la media nacional (91,1%)

3. Soledad y mundo digital

En la Comunidad de Madrid 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



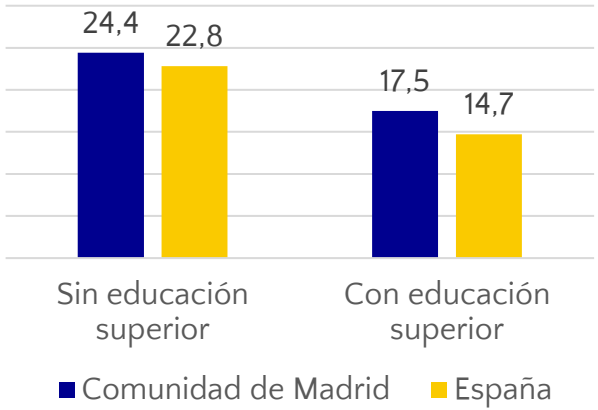
- **La presencialidad es importante**: quienes se comunican principalmente online con sus familiares y amistades tienen una prevalencia de soledad del 35,8%.
- La mayoría (76,2%%) de la población madrileña considera que el uso de Internet y las redes sociales **no ha disminuido las relaciones presenciales** (75,8% en España)
- Sin embargo, el 89,2% considera que Internet y las redes sociales **han generado una sociedad cada vez más aislada** (similar a la nacional, 89,5%)

soledadES
Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada

3. Soledad y educación

La brecha en el porcentaje de soledad entre quienes tienen estudios superiores y no los tienen es mayor en la Comunidad de Madrid que a nivel nacional

Prevalencia de la soledad no deseada por nivel educativo

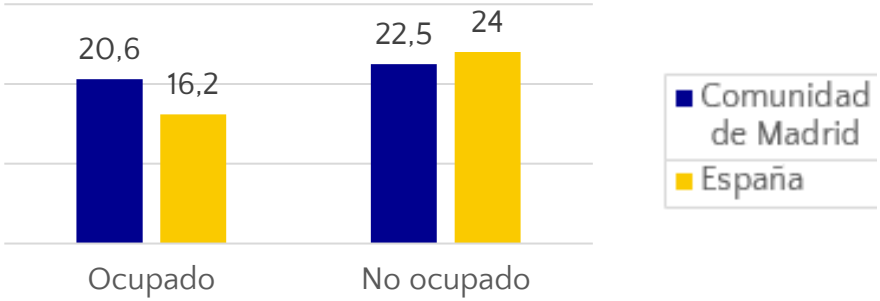


- **Tener educación superior protege de la soledad**: la prevalencia de la soledad entre personas con educación superior es inferior a la de personas sin educación superior, tanto en la Comunidad de Madrid como a nivel nacional
- En comparación con el conjunto del país **la prevalencia de la soledad en la Comunidad de Madrid es algo mayor,** especialmente entre aquellos sin educación superior

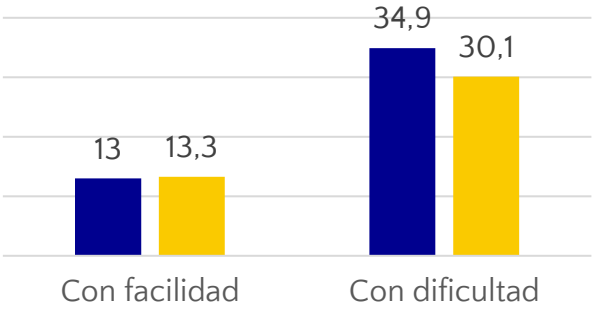
3. Soledad y vulnerabilidad social

La brecha de soledad no deseada entre aquellos que tienen y no tienen empleo es menos pronunciada en la Comunidad de Madrid que en la media nacional.

Prevalencia de la soledad por relación con la actividad



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



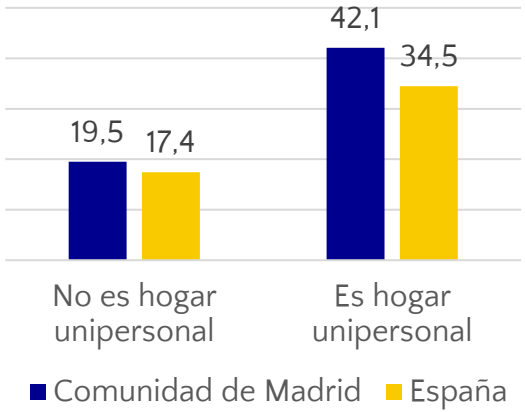
- **En relación con la actividad, la diferencia de prevalencia de la soledad** entre las personas ocupadas y no ocupadas **es menor en la Comunidad de Madrid** que en el conjunto de España (19,35 p.p. frente a 20,1 p.p.)
- No obstante, la diferencia de prevalencia de la soledad entre las personas que **llegan con facilidad a final de mes y las que llegan con dificultad es mayor en la Comunidad de Madrid** que en el conjunto de España (21,9 p.p. frente a 16,8 p.p.)

3. Soledad, hábitat y hogar

En la Comunidad de Madrid la soledad en ciudades de mayor tamaño es mucho menor que en entornos rurales o ciudades de menor

Prevalencia de la soledad por lugar de residencia

Prevalencia de la soledad por tipo de hogar

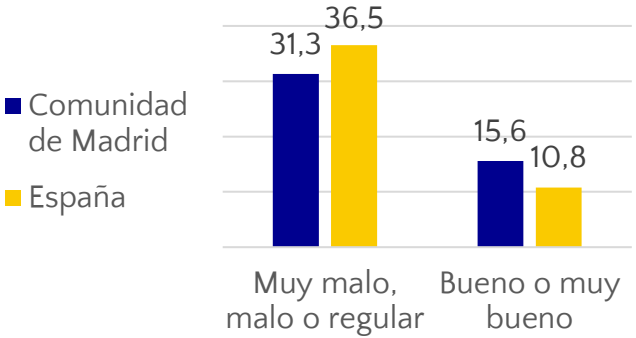


- No existen diferencias importantes en la prevalencia de la soledad no deseada entre la ciudad de Madrid y el resto de la Comunidad de Madrid.
- El porcentaje de personas que viven solas en la Comunidad de Madrid es menor, un 8,7% frente al 14,8% en el total nacional.
- **La prevalencia entre las personas que viven solas es bastante mayor en la Comunidad de Madrid** (42,1%) que en el conjunto del país (34,5%).

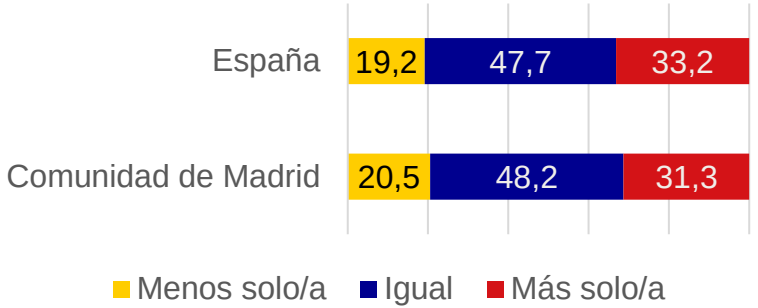
3. Soledad y salud

La población madrileña con una mala salud autopercibida tiene una prevalencia de soledad que duplica 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

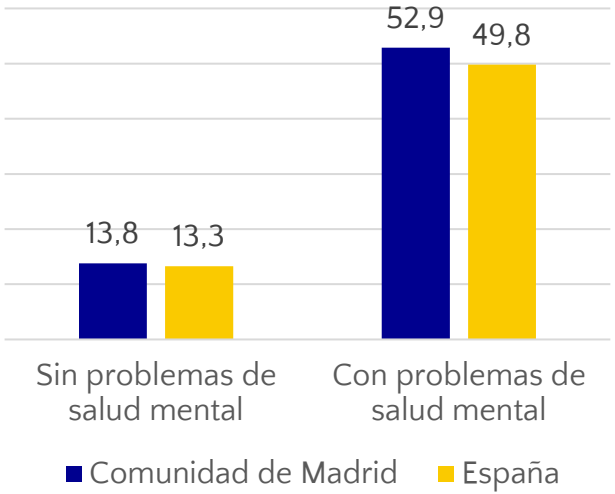


- En la Comunidad de Madrid existe una **percepción marcada sobre los efectos de la mala salud en la soledad**
- Por edad hay una menor valoración de los efectos de la salud sobre la soledad en el grupo de mayor edad, de 55 y más años, paradójicamente el que tiene un mayor riesgo de empeorar su salud (solo un 20,1% considera que un empeoramiento en su salud incrementaría su soledad).

3. Soledad y salud mental

Casi 1 de cada 2 personas con problemas de salud mental sufre soledad en la Comunidad de Madrid, similar a la media nacional

Prevalencia de la soledad según la situación de salud mental

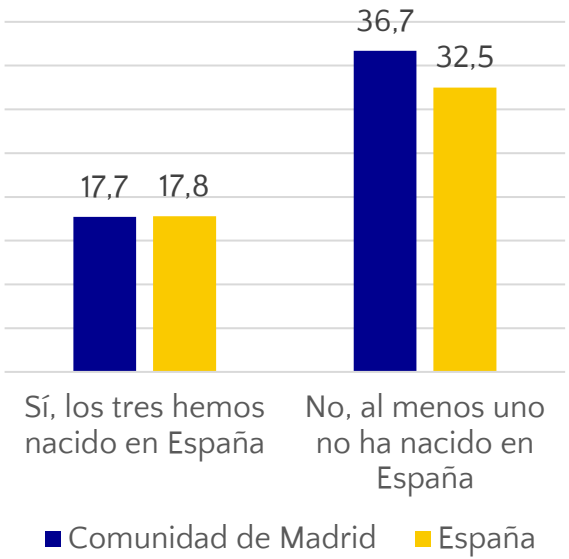


- La soledad no acompañada de problemas de salud mental es **levemente superior en la Comunidad de Madrid** que en el conjunto nacional
- **En relación con los pensamientos suicidas,** casi un tercio (32%) de la población madrileña que sufre soledad ha tenido este tipo de pensamientos, porcentaje superior a nivel nacional (43%)
- **Más de dos tercios de las personas (38,3%) que sufren soledad no deseada, han sufrido acoso**, ya sea escolar, laboral o de pareja; porcentaje inferior a la media nacional (50,2%)
- Sin embargo, en la Comunidad de Madrid el porcentaje de personas que sufre soledad que **ha asistido a terapia psicológica** (56,3%) es algo inferior que en el conjunto de España (61,8%)

3. Soledad y origen

En la Comunidad de Madrid más de 3 de cada 10 personas con origen extranjero sufre soledad

Prevalencia de la soledad por origen personal y familiar



- **La relación del origen con la soledad es más intensa en la Comunidad de Madrid que en el conjunto del país:** la prevalencia de la soledad no deseada en la Comunidad de Madrid de las personas con **origen extranjero es del 36,7%,** el doble a la de la población sin origen extranjero (17,7%)
- Esta mayor prevalencia de la soledad respecto al origen tiene lugar en la Comunidad de Madrid, que tiene una mayor diversidad en cuanto al origen de su población que en el conjunto del país (datos INE)

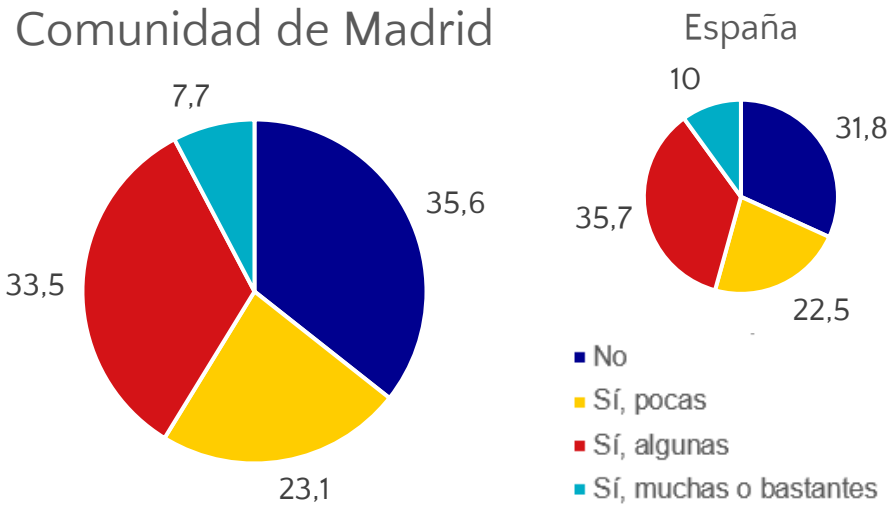
soledadES
Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada

4. Percepción de la soledad no deseada

4. Percepción sobre la prevalencia

En la Comunidad de Madrid casi la unanimidad de la sociedad (97,1%) considera que cualquier persona es vulnerable a la soledad

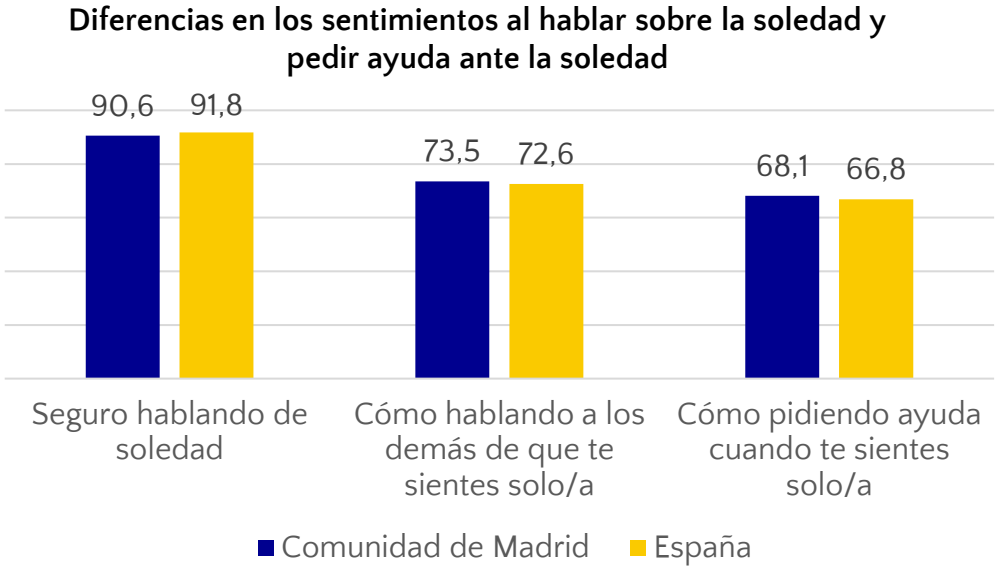
Conocimiento de otras personas puedan sentirse solas sin desearlo en el entorno

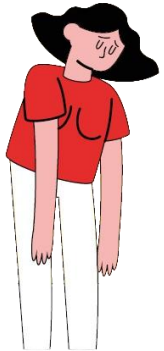


- En la Comunidad de Madrid **dos de cada tres (64,4%) conocen a otras personas que pueden sentirse solas sin desearlo**, resultado algo superior a la media nacional (68,2%)
- Existe una percepción generalizada (94,2%) de que la soledad **es un problema social cada vez más importante**, visión similar a la media nacional (95,1%)
- No obstante, la gran mayoría de la sociedad (92,1%) 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 algo muy similar en la Comunidad de Madrid que en el conjunto de España





- La mayoría de la sociedad madrileña se siente **segura hablando de 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
- Las mujeres madrileñas se sienten especialmente más seguras que los hombres pidiendo ayuda ante una situación de soledad (74,3% frente a 61,2%).

4. Percepción sobre la notoriedad del problema

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

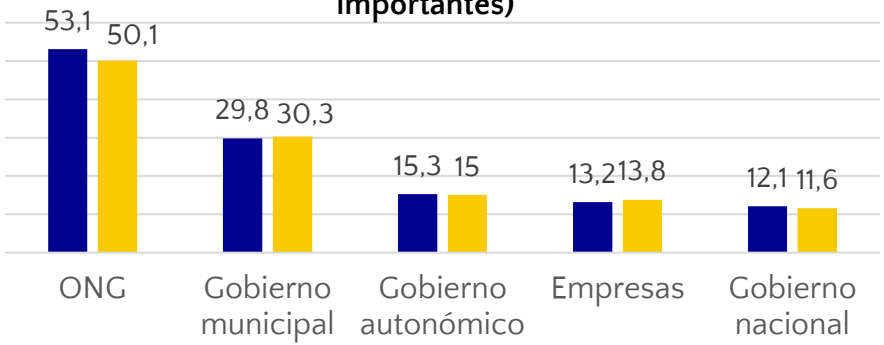
Opinión sobre si la lucha contra la soledad debe ser una cuestión prioritaria para las administraciones públicas

- El 88,9% de la población madrileña opina que la lucha contra la soledad debe ser una **cuestión prioritaria para las Administraciones**, datos similares al conjunto del país (90,1%).
- En la Comunidad de Madrid opinión algo más extendida entre las mujeres (91,3%) que entre los hombres (86,3%); así como entre la adultez (88,4%) y personas mayores (89,5%) que entre los jóvenes (88,9%)

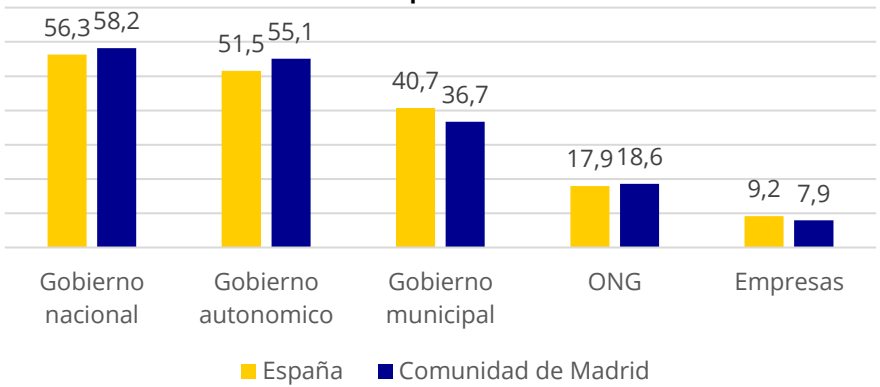
4. Percepción sobre las responsabilidades

En la Comunidad de Madrid el Gobierno Nacional 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)



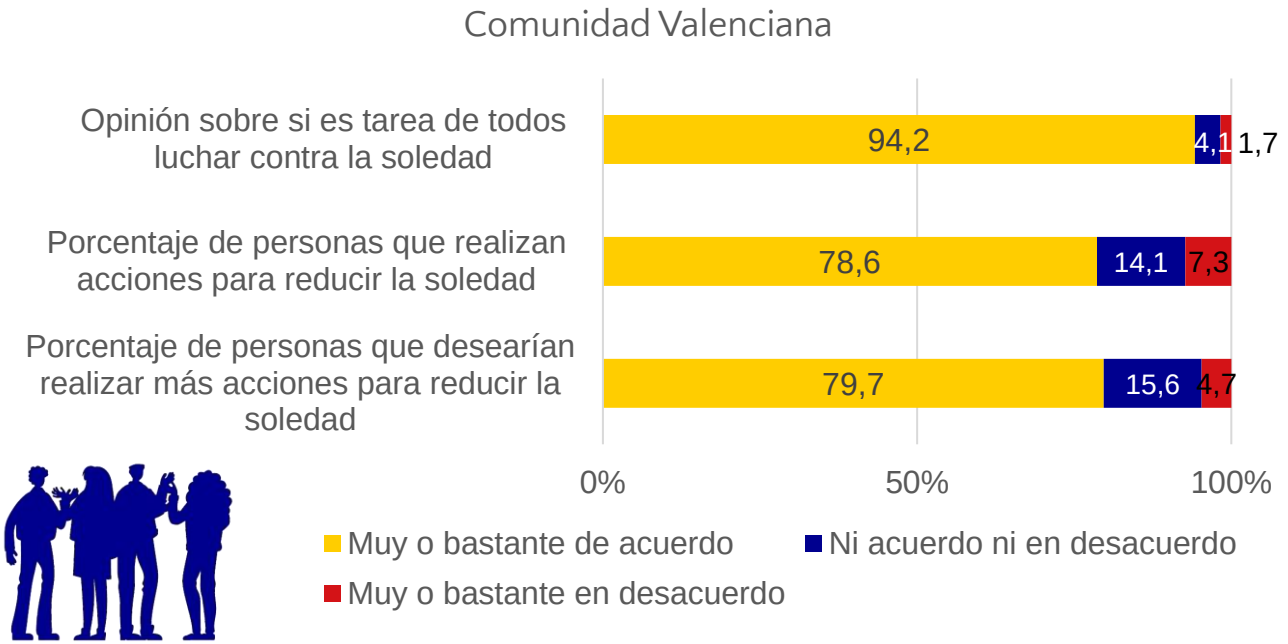
Opinión sobre qué institución se deberían encargar de que nadie se sienta sola sin desearlo (dos más importantes)



- Las **ONG son la institución más valorada** de cara a la lucha contra la soledad, seguida por los ayuntamientos. Respecto al papel de las empresas, se les da más peso que a nivel nacional
- En la Comunidad de Madrid **el Gobierno nacional se percibe como la institución con mayor responsabilidad**, seguido por el gobierno autonómico

4. Percepción sobre el papel de la sociedad

En la Comunidad de Madrid existe un claro consenso (94,2%) en que la lucha contra la soledad es una responsabilidad compartida por el conjunto de la sociedad



La mayoría de la sociedad madrileña afirma **realizar acciones que ayudan a combatir la soledad** (78,7%), datos algo inferiores a la media nacional (79,1%)

Sin embargo, asimismo a un 79,7% de la población madrileña **le gustaría poder realizar más acciones** para combatir la soledad, porcentaje similar al conjunto del país (82%)

5. Conclusiones

5. Conclusiones

1. La soledad no deseada es un fenómeno social extendido en la Comunidad de Madrid y que perdura en el tiempo
   - ✓ 21,5% experimenta la soledad no deseada (11,8 puntos es soledad crónica)
   - ✓ 32,6% ha sufrido soledad en algún momento de su vida
   - ✓ 2 de cada 3 personas conocen a otras personas que pueden sentirse solas sin desearlo

2. Casi la mitad de la población de la Comunidad de Madrid (44,6%) se ha sentido sola en alguna etapa de su vida, pero no se siente sola en el presente.
   - ✓ Este dato muestra que en muchos casos la soledad es un problema reversible y que tiene solución.

3. Tanto hombres como mujeres sufren mayor soledad en la Comunidad de Madrid
   - ✓ La prevalencia de la soledad entre mujeres se sitúa en el 23,6%, valor superior pero cercano a la prevalencia entre los hombres (19,2%). La diferencia es ligeramente mayor en la Comunidad de Madrid que en el conjunto del país.

5. Conclusiones

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

- ✓ La prevalencia entre quienes tienen menos amistades que las deseadas es del 44,5% y entre quienes tienen menos relaciones con la familia que las deseadas del 38,9%.
- ✓ El porcentaje de personas que sufren soledad es aproximadamente el doble entre quienes se comunican con sus familiares o amistades a través de medios digitales

5 La soledad está mucho más extendida entre la juventud, especialmente en la Comunidad de Madrid

- ✓ Los datos arrojan una nueva mirada sobre el problema de la soledad juvenil y cuestionan la percepción de la soledad como un fenómeno asociado principalmente a personas mayores.

6 No existen diferencias amplias entre la ciudad de Madrid y el resto de la Comunidad.

- ✓ La prevalencia de la soledad es casi la misma en la ciudad de Madrid que en el resto de la Comunidad de Madrid, 22,1% frente a 20,9%.
- ✓ La Comunidad de Madrid es una región principalmente urbana tanto dentro como fuera de la ciudad de Madrid, donde casi la mitad de la población (48,6%) reside en la ciudad de Madrid y un 37,4% en municipios de más de 50.000 habitantes.

5. Conclusiones

7 La soledad no deseada está algo más extendida entre mujeres que entre hombres.

- ✓ La prevalencia de la soledad entre mujeres se sitúa en el 23,6%, valor superior pero cercano a la prevalencia entre los hombres (19,2%).
- ✓ La diferencia es ligeramente mayor en la Comunidad de Madrid que en el conjunto del país.

8 La educación guarda una relación muy importante con la soledad no deseada, pero su efecto es menor en la Comunidad de Madrid

- ✓ La prevalencia de la soledad entre personas con educación superior en la Comunidad de Madrid es bastante inferior a la de personas sin educación superior (17,5% frente a 24,4%).
- ✓ Sin embargo, entre las personas con nivel educativo alto la prevalencia de la soledad es superior en la Comunidad de Madrid que en el conjunto de España.

9 La salud tiene un efecto relevante sobre la soledad, pero mucho más moderado en la Comunidad de Madrid que en el resto del país

- ✓ La prevalencia de la soledad no deseada entre las personas que perciben su estado de salud como malo o muy malo duplica la prevalencia de las personas que perciben su estado de salud como bueno o muy bueno.
- ✓ Sin embargo, en la Comunidad de Madrid esta diferencia es considerablemente menor que en el resto del país.

Un estudio de Fundación ONCE y Fundación AXA:

Barómetro de la soledad no deseada en la Comunidad de Madrid 2024

Un estudio realizado en el marco de:

soledadES
Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada