

Soledad y resiliencia comunitaria ante desastres naturales y situaciones de emergencia

Autoría: Unión Profesional

La elaboración de este contenido se enmarca en la Alianza para el Conocimiento del Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada, una red de investigadores y expertos que impulsa la reflexión académica sobre este fenómeno y la transferencia de conocimiento.

Sus autores participan del ecosistema del Observatorio a través del Comité Consultivo y el Grupo de Trabajo de Políticas Públicas, contribuyendo al intercambio de conocimiento y experiencias en torno a la prevención y el abordaje de la soledad no deseada.

Este artículo cuenta con el apoyo de Unión Profesional para promover la reflexión conjunta y la difusión de conocimiento en ámbitos de interés compartido.

Resumen

Las catástrofes y situaciones de emergencia no solo provocan daños materiales, económicos o ambientales, sino que también pueden fracturar los vínculos sociales que sostienen el bienestar de las personas. A medida que desaparece la atención mediática e institucional, muchas personas afectadas experimentan un sentimiento creciente de aislamiento, incertidumbre y pérdida de apoyo social que puede desembocar en situaciones de soledad no deseada. La pérdida de la vivienda, los desplazamientos forzosos, la interrupción de las rutinas, la separación de entornos familiares y la ruptura de redes vecinales tienen un impacto profundo en la salud emocional, la autonomía y el sentido de pertenencia.

Ante esta realidad, el artículo defiende que la gestión de emergencias debe incorporar una perspectiva relacional, entendiendo que la recuperación no consiste únicamente en reconstruir infraestructuras, sino también en restaurar los vínculos comunitarios, garantizar el acompañamiento psicológico y reforzar las redes de apoyo. Para ello, plantea una respuesta coordinada entre administraciones públicas, sociedad civil y profesiones colegiadas que permita identificar situaciones de vulnerabilidad, proteger derechos, mantener la cohesión social y fortalecer la resiliencia comunitaria durante todas las fases de una emergencia: anticipación, prevención, planificación, respuesta y recuperación.

Ideas principales que se abordan en el artículo

- **Las emergencias también son acontecimientos relacionales:** además de los daños materiales, pueden romper vínculos, desorganizar las redes de apoyo y aumentar la soledad no deseada.
- **Perder la vivienda implica mucho más que perder un espacio físico:** supone perder rutinas, autonomía, identidad, seguridad y conexión con la comunidad. Por ello, la reconstrucción debe incluir acompañamiento psicosocial y medidas que eviten la dispersión de las redes vecinales.
- **Las vulnerabilidades previas pueden agravarse durante una crisis,** especialmente entre personas mayores, personas con discapacidad o enfermedades crónicas, hogares unipersonales, personas con movilidad reducida y población que vive en entornos rurales o cuenta con redes de apoyo limitadas.
- **Los vínculos y las redes comunitarias actúan como una infraestructura de emergencia:** la confianza, el apoyo vecinal, la proximidad y la participación comunitaria favorecen la protección, la recuperación y la resiliencia de las personas y los territorios.
- **La prevención debe incorporar la perspectiva de la soledad no deseada,** identificando situaciones de aislamiento, desarrollando indicadores relacionales y fortaleciendo las redes de apoyo antes, durante y después de una emergencia.
- **La respuesta requiere coordinación y conocimiento profesional transversal:** las profesiones sanitarias, sociales, jurídicas, científicas y técnicas pueden contribuir a detectar vulnerabilidades, garantizar derechos, mantener servicios esenciales y acompañar la recuperación en todas las fases de la emergencia.

1. Redes profesionales como respuesta ante la emergencia

En los últimos años se han registrado una serie de fenómenos graves y globales que requieren de una actuación coordinada por parte de la sociedad en su conjunto. Situaciones de crisis como la pandemia de la COVID-19, la erupción del volcán de Cumbre Vieja en la Palma, la DANA de 2024 o los incendios que azotaron la Península Ibérica el pasado verano, son solo una pequeña muestra de las catástrofes a las que nos enfrentamos. Circunstancias todas ellas complejas que, en ocasiones, dejan una huella imborrable entre quienes las sufren.

Ante la magnitud que rodea a los acontecimientos que vienen sucediendo toda ayuda es poca, siendo preciso ofrecer una respuesta lo más completa posible, a través de la intervención de las administraciones públicas, la sociedad civil o las profesiones colegiadas, para que sean parte, en la medida de lo posible, de la solución, gracias a una adecuada coordinación y colaboración.

En lo que respecta a las emergencias, mientras en los primeros momentos las personas afectadas pueden sentirse acompañadas, este sentimiento se va transformando en muchas ocasiones en soledad, entendida por la RAE como aquella «carencia voluntaria e involuntaria de compañía» a medida que el foco mediático e institucional va tornándose hacia otra coyuntura.

La soledad no deseada es un fenómeno complejo muy extendido en las sociedades actuales, que afecta a una de cada cinco personas en España¹, y que perdura en el tiempo, al menos dos de cada tres personas manifiestan sentirse solas desde hace más de dos años. Aunque existen diversos factores que intervienen en su aparición, sufrir una discapacidad, vivir en soledad, tener problemas de salud física y mental, atravesar dificultades económicas o la ausencia de una red de conexiones fuerte y estable pueden favorecer en gran medida la aparición de este sentimiento. Un hecho que, en ocasiones, se ve acrecentado ante fenómenos adversos como los anteriormente señalados, en los que, sin previo aviso, una persona experimenta cómo su vida cambia por completo de la noche a la mañana.

El objetivo de este artículo es, en primer lugar, dar voz a esa soledad que experimentan muchas personas durante el transcurso de una emergencia como, también, identificar, gracias al criterio profesional transversal, aquellas situaciones que pueden favorecer la aparición o el incremento de este sentimiento. En este sentido, se introduce el informe elaborado por la Comisión Especial de Desastres Naturales de Gran Magnitud, constituida en el año 2025 por Unión Profesional, asociación más representativa de las profesiones colegiadas en España, bajo el fin último de ofrecer una respuesta coordinada de las profesiones ante fenómenos graves y globales. A lo largo del artículo se recogen las aportaciones de diferentes profesiones aunadas en Unión Profesional que, tomando como referencia su conocimiento y experiencia antes diversas casuísticas, tratan de ofrecer una respuesta lo más completa posible a la problemática de la soledad no deseada antes, durante y tras una crisis.

2. Las catástrofes como acontecimientos relacionales

La soledad no deseada responde a un conjunto de factores que dan lugar a la aparición de este sentimiento. No existe una única soledad, de la misma manera que no hay una única forma de abordar dicha situación. La complejidad que envuelve a este fenómeno, precisa la intervención de varias disciplinas que, contemplen diferentes prismas, a fin de ofrecer una respuesta lo más certera posible y adaptada a la realidad de cada persona, más aún en situaciones excepcionales.

En este sentido, se hace necesario «integrar la perspectiva de las soledades en los protocolos de emergencia y gestión de crisis, asegurando la coordinación entre áreas y

¹ Barómetro de la soledad no deseada en España 2024

atención a los grupos con mayor riesgo relacional», tal como recoge explícitamente el Marco Estratégico Estatal de Soledades 2026-2023. No solo basta con dar respuesta a cuestiones de carácter sanitario, material o de seguridad, sino que, según se indica, es importante no dejar de lado la desconexión social, resaltando la importancia de las redes de apoyo. Si echamos la vista a la situación vivida durante la COVID-19, fruto de ese aislamiento que sufrieron muchas personas la soledad no deseada se incrementó en nuestro país, pasando del 11,6% en 2016 al 18,8% en el segundo trimestre 2021².

2.1. Del realojo a la soledad

En el transcurso de una emergencia, las personas pueden experimentar diferentes situaciones que dan lugar a un sentimiento de abandono e indefensión. Además de lamentar pérdidas económicas y materiales, animales y, en el peor de los casos, verse forzadas a despedir a sus seres queridos, determinados sucesos impactan directamente en la pérdida de rutinas de las personas afectadas. El realojamiento es un claro ejemplo de cómo ese sentimiento de soledad puede aumentar, más aún cuando esa previsible temporalidad, en ocasiones, perdure en el tiempo. Un ejemplo de ello, son las consecuencias del volcán de la Palma, cuya erupción tuvo lugar en 2021 y, cinco años más tarde del acontecimiento, aproximadamente medio centenar de familias siguen residiendo actualmente en viviendas-contenedor. La incertidumbre que acompaña en muchas ocasiones a estas situaciones contribuye a que una persona se sienta sola. Tras una emergencia, muchas personas no llegan a recuperar nunca su vida pasada, ocasionando que ese sentimiento de soledad se cronifique.

Desde el Consejo General de la Arquitectura Técnica indican como la pérdida de la vivienda tras un desastre natural trasciende la mera destrucción de la infraestructura material; constituyendo una de las rupturas psicosociales más profundas y complejas que puede experimentar un individuo y su comunidad. Este evento no se cataloga simplemente como un daño económico, sino como la mutilación de un ecosistema emocional y social vital. Un desarraigo.

El hogar opera como nuestra principal ancla identitaria y nuestro locus de control. La psicología ambiental estudia el apego al lugar (place attachment), un vínculo afectivo crítico para la estabilidad mental. Cuando este refugio desaparece de forma súbita y violenta, las personas enfrentan un trauma agudo y un proceso de duelo severo por la pérdida del espacio vital.

La solastalgia, este concepto, desarrollado por el filósofo Glenn Albrecht, describe la profunda angustia existencial causada por la destrucción del entorno familiar. Es el dolor de sentir nostalgia por el hogar sin haber migrado, permaneciendo frente a sus escombros.

² Barómetro de la soledad no deseada en España 2024

En este sentido, abordar el impacto epidemiológico, también se posiciona como una cuestión necesaria. Los datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) evidencian que, tras desastres naturales de gran magnitud, la prevalencia de trastornos mentales (como el trastorno de Estrés Postraumático, la ansiedad aguda y la depresión) suele duplicarse en las poblaciones que pierden su vivienda, pasando de una media basal del 10% a superar el 20%.

Sin embargo, investigadores como Daniel Aldrich, expertos en resiliencia post-desastre, han demostrado mediante estudios cuantitativos que la supervivencia y recuperación de una comunidad no dependen tanto de la infraestructura física como de su "capital social" (redes de confianza, reciprocidad y apoyo vecinal). Al perderse las viviendas y dispersarse a los damnificados en refugios o ciudades distintas, este tejido colapsa y como consecuencia aparece una pérdida de capital social.

Por tanto, en el ciclo de una emergencia es necesario tener en cuenta el impacto que tiene sobre el entorno y las personas el desplazamiento y la marginación. La pérdida del hogar genera un desplazamiento forzado que exacerba las desigualdades previas. Las dinámicas de poder cambian, y los grupos vulnerables a menudo sufren un proceso de gentrificación post-desastre, esto es, proceso de transformación, aumento de nivel adquisitivo, de una zona urbana tras la llegada de nuevas inversiones, donde son incapaces de costear el retorno a sus lugares de origen una vez que estos son reconstruidos.

La literatura científica es concluyente: reconstruir paredes y techos es insuficiente. Un abordaje efectivo en la gestión de desastres exige políticas públicas que comprendan que restituir una vivienda significa, fundamentalmente, reconstruir un andamiaje psicológico y un tejido comunitario, requiriendo acompañamiento psicosocial a largo plazo y estrategias que eviten la dispersión de las redes vecinales afectadas.

3. Vulnerabilidades que se acumulan en la emergencia: las mil caras de la soledad

3.1. Soledad y territorio

Las personas de edad avanzada, con ciertas condiciones físicas o psíquicas pueden experimentar cómo aquellas barreras a las que hacen frente durante su día a día, se acrecientan ante determinadas emergencias. En este mismo punto, también se encuentran las personas mayores, los hogares unipersonales, quienes no cuentan con redes de apoyo de proximidad o aquellas que viven en entornos rurales. En lo que respecta a esto último, el aislamiento de algunos territorios y las dificultades para acceder a ellos ocasiona que el envío de ayuda pueda verse entorpecido durante un desastre natural. La soledad no deseada constituye una dimensión relevante de la vulnerabilidad social y adquiere una especial importancia cuando se analiza desde el

principio geoético (rama de la Geología que estudia los principios y valores éticos) de la seguridad humana, tal y como considera el Ilustre Colegio Oficial de Geólogos. Este principio sitúa a las personas y a sus necesidades básicas en el centro de la gestión del territorio y de los riesgos, destacando la responsabilidad colectiva de reducir las situaciones que amenazan su bienestar y su dignidad.

Las catástrofes naturales pueden intensificar considerablemente la soledad no deseada, entre colectivos como los anteriormente señalados. La destrucción de viviendas, infraestructuras y medios de vida provoca desplazamientos, aislamiento y pérdida de vínculos sociales. Al mismo tiempo, la pobreza generada o agravada por un desastre limita la capacidad de las personas para acceder a recursos, reconstruir sus hogares o recuperar sus relaciones sociales, creando un círculo de vulnerabilidad.

Desde una perspectiva geoética, la gestión integral de los riesgos es fundamental para mejorar la resiliencia. Las políticas de prevención deben tener en cuenta a los colectivos más vulnerables, siendo las mujeres las más afectadas. Las consecuencias de los desastres serán económicas, ambientales, pero también sociales.

Asimismo, las catástrofes medioambientales también generan un impacto importante en la fisionomía del territorio, tal y como recuerdan desde el Colegio Oficial de Ingeniería Geomática y Topográfica. Espacios geográficos completos arrasados, vías de comunicación desaparecidas, cambios en la orografía que tienen como resultado una absoluta desolación en el espacio social que físicamente a pesar de suponer un coste económico altísimo es fácil recomponer con la tecnología actual. Lo que hoy se hace incuantificable es el coste emocional de la devastación de un espacio vital y de la pérdida de seres queridos que tienen lugar en todas y cada una de las catástrofes que se están produciendo en todo el mundo.

Desde la geomática y la topografía se pueden elaborar herramientas de apoyo que podrían facilitar la actuación de los equipos de primera intervención en caso de emergencia, “mapas de localización de vulnerabilidad y soledad social”, en coordenadas geográficas X,Y y Z; las personas mayores y con discapacidad tienen a habitar en viviendas de cota 0 con referencia a vías urbanas y rurales dada su movilidad reducida lo que en casos de inundaciones y riadas aumenta su vulnerabilidad convirtiéndolas en víctimas desde el minuto uno de la catástrofe. Otra herramienta podría ser la elaboración de un SIG con diferentes capas: nº de personas de la vivienda, rango de edad, grado de discapacidad, cota de la vivienda, medicalización y cualquier otro dato que aportara información relevante que dibujara un tejido social con capacidad para autosostenerse. La situación se torna predecible y el análisis necesario.

Por tanto, desde el Colegio de Ingenieros Técnicos de Obras Públicas recuerdan que detrás de cada infraestructura dañada, hay algo mucho más importante: las personas.

Porque una carretera no es solamente una carretera. Es el camino que permite a alguien llegar a su trabajo, visitar a su familia o acceder a un hospital. Un puente no es únicamente una estructura que salva un río o un valle; es la unión entre dos lugares que antes estaban separados. Una línea ferroviaria no son solo vías y estaciones: son oportunidades, encuentros y posibilidades de futuro.

Las emergencias no solo dañan infraestructuras: también pueden romper vínculos, aislar territorios y agravar situaciones de soledad no deseada. Una carretera cortada, un puente inutilizado, la interrupción del transporte público o la pérdida temporal de suministros básicos pueden aumentar especialmente la vulnerabilidad de personas mayores, hogares unipersonales o población residente en entornos rurales, entre otros.

El verdadero éxito de una obra no debería medirse únicamente por sus metros cúbicos de hormigón, sus kilómetros de carretera o sus toneladas de acero. También debemos preguntarnos qué ha conseguido esa infraestructura para las personas. La prevención debe incorporar, por tanto, una dimensión social. Mantener conectado un territorio significa también reducir el riesgo de aislamiento de quienes lo habitan, especialmente de las personas más vulnerables. En la recuperación, reconstruir mejor implica restablecer los servicios esenciales en condiciones más seguras y reforzar la resiliencia ante futuras crisis.

La Ingeniería Civil construye infraestructuras, pero su verdadero objetivo es construir conexiones, oportunidades y futuro.

3.2. Perspectiva jurídica ante la crisis

Como hemos ido viendo a lo largo del artículo, las situaciones de emergencia provocadas por incendios, inundaciones, terremotos, apagones o cualquier otra catástrofe generan efectos que van más allá de los daños materiales. Entre sus consecuencias más preocupantes se encuentra el aumento de la soledad no deseada, especialmente entre las personas mayores, vulnerables o que han perdido temporalmente sus redes de apoyo. En estos contextos, la protección de los derechos de la ciudadanía adquiere una dimensión esencial.

El Consejo General de Graduados Sociales por su proximidad a trabajadores, pensionistas, autónomos, empresas y familias, pueden desempeñar un papel especialmente relevante en la detección temprana de situaciones de vulnerabilidad y en el acompañamiento para garantizar el acceso efectivo a derechos laborales, prestaciones de Seguridad Social y mecanismos de protección pública.

Las emergencias evidencian que la prevención y la coordinación entre administraciones, profesionales y entidades sociales son esenciales. Combatir la soledad no deseada exige también identificar a quienes pueden quedar fuera de los canales habituales de información, asistencia y protección cuando más los necesitan.

En este sentido, El Consejo General de la Abogacía desempeña un papel fundamental para evitar que la emergencia se transforme también en una situación de exclusión jurídica o pérdida de derechos. La paralización de la actividad administrativa y judicial puede generar inseguridad, desprotección y una sensación de abandono en quienes necesitan reclamar ayudas, defender sus derechos o resolver conflictos derivados de la catástrofe. Por ello, resulta imprescindible establecer mecanismos automáticos de suspensión de plazos procesales y administrativos que impidan que los afectados vean perjudicadas sus posiciones jurídicas.

Asimismo, la creación de Servicios de Orientación Jurídica frente a desastres naturales, especializados en la mejor atención y acompañamiento a las personas afectadas, permitiría ofrecer una respuesta inmediata, cercana y accesible a los damnificados. Estos servicios no solo facilitarían el acceso a la justicia y a la asistencia jurídica gratuita, sino que también contribuirían a reducir el aislamiento social, proporcionando información, acompañamiento y confianza en momentos de especial vulnerabilidad.

La experiencia demuestra que una justicia accesible y una abogacía comprometida constituyen herramientas indispensables para reforzar la cohesión social y combatir la soledad no deseada en escenarios de emergencia. La participación activa de la abogacía en la planificación y gestión de estas situaciones debe considerarse, por tanto, una prioridad de interés público.

3.3. Protección de la salud mental

Como se viene apuntada, las catástrofes generan en ocasiones importantes daños físicos, pero también un profundo impacto psicológico, especialmente en aquellas personas que previamente experimentan soledad no deseada. Cuando una catástrofe provoca la pérdida de la vivienda, el desplazamiento del lugar habitual de residencia, la separación de familiares o la interrupción de las rutinas y redes sociales, las personas pueden experimentar una pérdida simultánea de seguridad, estabilidad y pertenencia. Para quienes ya se encuentran en una situación de aislamiento o cuentan con redes de apoyo limitadas, estas circunstancias pueden resultar especialmente devastadoras, tal y como indican desde el Consejo General de la Psicología.

La pérdida del hogar no supone únicamente la pérdida de un espacio físico, sino también de un lugar asociado a la identidad, los recuerdos, la autonomía y la sensación de protección, lo hemos apuntado unas líneas más arriba. A ello puede añadirse la percepción de no disponer de personas cercanas a las que recurrir, incrementando sentimientos de indefensión, abandono y desamparo. Desde una perspectiva psicológica, esta combinación de adversidad y aislamiento puede intensificar el sufrimiento emocional y aumentar el riesgo de desarrollar o agravar sintomatología como ansiedad, tristeza, miedo, desesperanza, insomnio, retraimiento social o síntomas relacionados con el estrés postraumático.

Por ello, la atención psicológica en contextos de catástrofe debe considerar la soledad no deseada como un posible factor de vulnerabilidad, incorporando estrategias específicas dirigidas a restablecer los vínculos, favorecer el sentimiento de pertenencia y reconstruir las redes de apoyo social durante las diferentes fases de la emergencia.

La prevención psicológica debe contemplar la identificación de personas especialmente vulnerables y el fortalecimiento de sus recursos personales, familiares y comunitarios. La detección temprana de la soledad no deseada permite intervenir antes de una emergencia sobre factores de riesgo como el aislamiento, la baja autoestima o la ausencia de redes de apoyo. Asimismo, deben considerarse indicadores como tristeza, ansiedad, irritabilidad, alteraciones del sueño, apatía o sentimientos de desesperanza.

Durante la emergencia, la intervención debe centrarse en la seguridad psicológica, estabilización emocional, escucha activa y recuperación de los vínculos sociales. La valoración inicial debe identificar sintomatología aguda —ansiedad intensa, miedo, confusión, bloqueo, retraimiento o desregulación emocional— y detectar posibles factores de riesgo. Facilitar el contacto con personas significativas y recursos comunitarios constituye una intervención protectora.

La recuperación requiere seguimiento y apoyo psicológico, especialmente cuando persisten síntomas depresivos, ansiedad, insomnio, aislamiento, sentimientos de desesperanza o sintomatología relacionada con el estrés postraumático. La reconstrucción de las redes sociales, la recuperación de la autonomía y la participación comunitaria favorecen la resiliencia y reducen el riesgo de cronificación de la soledad no deseada, pero requiere del desarrollo de un diagnóstico y de contar con los medios y recursos necesarios para favorecer una adecuada recuperación.

En este sentido, las situaciones de emergencia pueden intensificar situaciones preexistentes de soledad no deseada y generar nuevas formas de aislamiento, especialmente entre personas mayores, con enfermedades crónicas, discapacidad, movilidad reducida o que viven solas. La evacuación o desplazamiento, la interrupción de las redes habituales de apoyo, las dificultades de comunicación y transporte o la alteración del acceso a los servicios sanitarios pueden incrementar esta vulnerabilidad.

3.4. Redes profesionales para frenar el aislamiento y favorecer la autonomía

En lo que respecta al aislamiento, además de cuidar desde la psicología la salud mental de la persona, la red de farmacias comunitarias, por su capilaridad, accesibilidad y proximidad a la población, puede desempeñar un papel relevante a lo largo del ciclo de la emergencia, tal y como indican desde el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos. En las fases de anticipación, prevención y planificación, puede contribuir a identificar situaciones de vulnerabilidad y reforzar las redes comunitarias de apoyo,

en coordinación con los recursos sanitarios y sociales. Durante la respuesta, además de contribuir a garantizar la continuidad de los tratamientos y el acceso a los medicamentos, el contacto con el farmacéutico puede facilitar la detección de personas aisladas o con necesidades sobrevenidas, proporcionar información sanitaria fiable y favorecer su derivación hacia los recursos disponibles. En la recuperación, mantener esta capacidad de detección y acompañamiento resulta especialmente relevante, ya que las consecuencias sociales y emocionales de una emergencia pueden persistir una vez superada su fase aguda.

Por su parte, la autonomía es una cuestión que influye en cierta medida en la aparición de la soledad no deseada. Según indican desde el Consejo General de Colegios de Ópticos Optometristas, sus profesionales contribuyen a identificar situaciones de vulnerabilidad visual que comprometan la autonomía personal, la movilidad segura, el acceso a la información o la comunicación durante una emergencia. Asimismo, la amplia red de establecimientos sanitarios de óptica y de profesionales sanitarios distribuidos por todo el territorio constituye un recurso de proximidad con capacidad para detectar necesidades en la salud visual, orientar a las personas hacia otros recursos sanitarios o sociales y colaborar en la continuidad asistencial.

En la fase de recuperación, resulta especialmente relevante favorecer el restablecimiento de la autonomía visual y funcional, facilitar la reconexión de las personas con su entorno cotidiano y reforzar la coordinación entre profesionales sanitarios y sociales. Todo ello puede contribuir desde la perspectiva de la salud visual a reducir situaciones de aislamiento, dependencia y desconexión social que, tras una emergencia, pueden intensificar la soledad no deseada.

4. EL vínculo como infraestructura de emergencia

4.1. Redes de apoyo vecinales

Durante los primeros momentos de una emergencia, las redes vecinales juegan un importante papel, demostrando la importancia que las personas cuentan con un vínculo previo a la crisis. La ola de solidaridad que emana en el inicio hace que muchas personas reciban el primer gesto de ayuda por parte de sus vecinos.

Según el IX Informe FOESSA, los desastres pueden agravar las desigualdades y generar un estado de permanente incertidumbre, afectando especialmente a las personas con mayor vulnerabilidad.

En este contexto, estudios recientes indicaron que el aislamiento social y la soledad no deseada dificultaron la disponibilidad de los recursos de apoyo y primeros auxilios, comprometiendo la integridad física, psicológica y moral de las personas afectadas y

limitando su acceso a información confiable. Dicha evidencia debe servir para establecer medidas preventivas que mejoren el impacto de estas situaciones.

Además, el desplazamiento temporal y el confinamiento debilitaron las redes de apoyo y la autonomía personal para actividades cotidianas, como alimentarse, asearse o vestirse, provocando aislamiento como consecuencia de la crisis. De manera concreta, algunas personas mayores reportaron un escaso seguimiento ajustado a sus necesidades.

Desde el Consejo General de Enfermería se propone promover la acción comunitaria orientada a la preparación y actuación ante desastres, basada en la evidencia y experiencias previas, fortaleciendo las redes de apoyo mutuo, a través de la concienciación social y la identificación activa de personas en situación de aislamiento social y soledad no deseada. Es importante asegurar que todas las personas tengan un papel activo en el diseño, el desarrollo y la evaluación de estas medidas.

El proceso de reconstrucción no solo implica lo material si no también, la comunidad, siendo preciso incorporar el criterio de accesibilidad universal en la toma de decisiones de los poderes públicos.

4.2. Los animales de compañía ante una emergencia

En una sociedad en la que la soledad no deseada es ya un problema, los animales de compañía cumplen una función sustitutiva que es necesario tener en cuenta a todos los niveles, incluidos, por supuesto, su lugar en las situaciones de emergencia, según apuntan desde el Consejo General de Colegios de Veterinarios.

Todos tenemos ya claro que los animales de compañía son parte de la familia, pero para muchas personas solas, sus mascotas son además un factor a tener en cuenta para minimizar los efectos de la soledad no deseada. Estos animales cumplen una función de acompañamiento y de apoyo emocional, lo que mejora de manera clara la vida de los responsables de los animales. Cuando estas personas se enfrentan a una situación de emergencia, si en ella no está incluido su animal de compañía, puede pasar que se nieguen a la evacuación, provocando situaciones complejas que ponen en peligro no solo la vida de estas personas, sino también la de los intervinientes en la emergencia. Tener en cuenta este factor y aplicar unos protocolos de rescate que incluyan a los animales de compañía resulta fundamental para que no se produzcan las situaciones mencionadas. Es algo sencillo de implementar, pero que requiere la actuación de los veterinarios, a través del Consejo General de Colegios de Veterinarios, como garantes del bienestar animal y de medios suficientes para llevarlos a cabo.

5. Hacia comunidades preparadas y conectadas

5.1. Prevención ante la adversidad

La prevención supone la medida más eficaz a la hora de hacer frente a una emergencia. También, en lo que respecta a la soledad no deseada. La coordinación entre las administraciones públicas, las profesiones y la sociedad civil permite reducir vulnerabilidades y definir una mejor forma de actuación ante determinadas emergencias.

Las políticas públicas deben incluir protocolos de actuación de acuerdo con el Marco Estratégico Estatal de SoledadES 2026-2030 que incorpora la soledad no deseada en los protocolos de crisis. De esta manera es necesario introducir indicadores relacionales, en la fase de recuperación, siendo necesario reforzar las redes comunitarias, antes, durante y después de una emergencia.

Una medida preventiva es la que, por ejemplo, están trabajando desde el Consejo General de Colegios de Administradores de Fincas (CGCAFE) y corporaciones locales como el Ayuntamiento de Madrid, en colaboración con el Colegio de Administradores de Fincas de Madrid, a través del desarrollo de guías y convenios, para impulsar el rol de estos profesionales como “radares” idóneos para coordinar la detección y la respuesta rápida ante una soledad no deseada.

En este sentido, la relación de las comunidades de propietarios con la soledad no deseada constituye un nexo fundamental que debe fortalecerse ante situaciones de emergencia, como se puso de manifiesto con la COVID-19, fenómenos meteorológicos, como las DANA o la Filomena, o terremotos, como los recientemente acontecidos en Granada. Estas circunstancias pueden limitar la autonomía de las personas, dificultar el acceso a servicios esenciales y dejar especialmente desprotegidas a aquellas que carecen de redes de apoyo familiar o social.

Ante estas situaciones, los administradores de fincas colegiados desempeñan un papel relevante por su proximidad a las comunidades. Aunque la atención social y la respuesta ante emergencias corresponden a los organismos competentes, su posición puede facilitar la detección temprana de situaciones de vulnerabilidad en los vecinos, ya sean propietarios o inquilinos.

Por ello, desde el CGCAFE consideran fundamental incorporar la soledad no deseada en todas las fases del ciclo de una emergencia: anticipación, prevención, planificación, respuesta y recuperación. Y para conseguirlo, resulta esencial fomentar las redes vecinales de apoyo voluntario, promover canales de comunicación accesibles y establecer mecanismos de coordinación con los servicios sociales y de protección civil.

5.2. Tecnología que conecta

Las telecomunicaciones desempeñan un papel cada vez más importante ante situaciones de emergencia y también pueden convertirse en una herramienta para combatir la soledad no deseada. En momentos críticos, como catástrofes naturales, accidentes o situaciones de aislamiento, disponer de redes de comunicación fiables permite transmitir información rápidamente, coordinar los servicios de emergencia y mantener el contacto con familiares y personas cercanas.

Sin embargo, su impacto va más allá de las situaciones de crisis. La soledad no deseada afecta especialmente a personas mayores, personas con movilidad reducida o quienes viven solas. Las llamadas telefónicas, las videollamadas y otros servicios digitales pueden facilitar el contacto cotidiano y reducir la sensación de aislamiento.

En este contexto, el Colegio Oficial de Ingenieros Técnicos de Telecomunicación desempeña un papel esencial. Son responsables de diseñar, desarrollar y mantener infraestructuras y servicios que hacen posible una sociedad conectada: redes móviles, sistemas de comunicación de emergencia, fibra óptica y nuevas tecnologías digitales. Su trabajo permite transformar la innovación tecnológica en servicios capaces de responder a necesidades sociales reales.

Para avanzar hacia una sociedad más conectada, es fundamental que estas tecnologías sean accesibles, seguras y resilientes. Las telecomunicaciones no sustituyen el contacto humano, pero pueden actuar como un puente hacia él y contribuir a que nadie quede incomunicado, especialmente en momentos de emergencia o soledad.

6. La propuesta de las profesiones colegiadas

6.1. Criterio profesional ante la emergencia

Ante las diversas problemáticas que, como vemos, emanan de una emergencia, Unión Profesional, constituía en agosto de 2025 la Comisión Especial de Desastres Naturales de Gran Magnitud (CEDN), enmarcada en la Conferencia Multiprofesional, órgano centrado en la previsión, prevención y solución de situaciones de crisis graves y globales. La citada Comisión busca, por tanto, poner a disposición de los poderes públicos y de la ciudadanía el conocimiento experto de los y las profesionales para prevenir o, llegado el caso, mitigar los efectos derivados de situaciones de crisis. En este sentido, las profesiones identifican que, en su conjunto, de manera coordinada y organizadas pueden ofrecer una visión integral, complementaria al papel desarrollado por los Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del Estado, en favor de una mitigación del impacto generado por la emergencia, o una óptima recuperación social, económica y territorial.

Organizada en cuatro grupos de trabajo, la Comisión adopta una perspectiva científica técnica; sanitaria; jurídica; y social. Resultado de este trabajo colaborativo es el informe La intervención de las profesiones en el ciclo de vida integral de una emergencia (2026), cuyo resumen ejecutivo está disponible³. El citado informe, toma como punto de partida la Estrategia Nacional de Protección Civil (2024) y tiene presente en todo momento el enfoque One Health (Una sola salud), que reconoce la interdependencia entre la salud humana, animal y ambiental. La Comisión aboga por la aplicación del criterio profesional transversal en lo que considera las cinco fases de una emergencia: anticipación; prevención; planificación; respuesta; y recuperación. De esta manera, se propone una respuesta coordinada mediante la actuación de las profesiones colegiadas para cubrir todos los aspectos que, en el marco de su capacidad y competencias, implica la emergencia. El propio informe atribuye a las corporaciones colegiales como redes organizadas, cercanas a la ciudadanía y capaces de coordinarse eficazmente con las administraciones públicas.

En lo que se refiere a la soledad no deseada, la vulnerabilidad a la que se ven expuestas muchas personas en el transcurso de una emergencia conlleva a considerar esta problemática como una cuestión prioritaria durante la gestión de una crisis.

La experiencia determina que, si bien, nadie está exento de sufrir en su propia piel los efectos de la soledad no deseada, determinadas situaciones pueden agravar sus efectos y acrecentar las probabilidades de sufrir sus consecuencias.

Como se ha venido apuntando a lo largo del artículo, la interrupción de servicios, los desplazamientos forzosos, la pérdida de rutinas y la reducción del contacto social o la incertidumbre, pueden aumentar el aislamiento y dificultar el acceso a recursos sanitarios y comunitarios. El enfoque propuesto por la CEDN, basado en la aportación de conocimiento y la asunción de posibles funciones durante el ciclo de una emergencia: anticipación, prevención, planificación, respuesta y recuperación; permite integrar estas necesidades de forma transversal.

7. Bibliografía

Abbasian, M., Ghojazadeh, M., Sarbazi, E., Safaralipour, M., Hamishehkar, H., & Soleimanpour, H. (2023). Challenges of older people experienced after an earthquake disaster situation: A neglected issue. *Journal of Research in Clinical Medicine*, 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.34172/jrcm.2023.33339>

Bolstad, P. (2019). *GIS Fundamentals: A First Text on Geographic Information Systems* (6th ed.). XanEdu.

³ La intervención de las profesiones en el ciclo de vida integral de una emergencia (2026) https://www.unionprofesional.com/estudios/Resumenejecutivo_CEDN_julio2026.pdf

Di Fazio, N., Morena, D., Delogu, G., Volonnino, G., Manetti, F., Padovano, M., Scopetti, M., Frati, P., & Fineschi, V. (2022). Mental Health Consequences of COVID-19 Pandemic Period in the European Population: An Institutional Challenge. *International journal of environmental research and public health*, 19(15), 9347. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159347>

Flores Martos, R. (Coord.). (2025). IX Informe sobre exclusión y desarrollo social en España. Cáritas Española; Fundación FOESSA. <https://www.foessa.es/ix-informe/>

Herdman, T. H., Kamitsuru, S., & Lopes, C. T. (Eds.). (2024). *NANDA International nursing diagnoses: Definitions and classification, 2024-2026 (13th ed.)*. Thieme Medical Publishers.

Ilgaz, A., Demir Avci, Y., & Gözü, S. (2026). Experiences of Nursing Home Older People Who Had to Change Places After the 2023 Türkiye Earthquake: A Phenomenological Study.

Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030 — Marco Estratégico Estatal de las Soledades 2026-2030. Incluye la integración de la perspectiva de las soledades en los protocolos de emergencia y gestión de crisis. dscg.gob.es

Narcisa G. Pricope, Joanne N. Halls, Lauren M. Rosul. (2019). Modeling residential coastal flood vulnerability using finished-floor elevations and socio-economic characteristics. *Journal of Environmental Management*, (219), 387-398.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0301479719302294>

Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada – SoledadES, Fundación ONCE y Fundación AXA — Barómetro de la soledad no deseada en España 2024.

8. Sobre quienes firman este artículo

El artículo ha sido coordinado por Miriam Benavides, de Unión Profesional, y reúne aportaciones de representantes del Colegio Oficial de Ingeniería Geomática y Topográfica; los consejos generales de Graduados Sociales, Administradores de Fincas, Psicología, Arquitectura Técnica, Abogacía, Enfermería, Veterinarios, Ópticos-Optometristas y Farmacéuticos; el Ilustre Colegio Oficial de Geólogos; el Colegio Oficial de Ingenieros Técnicos de Telecomunicación; y el Colegio de Ingenieros Técnicos de Obras Públicas.