

---

INFORME DE AMIGOS DE LOS MAYORES

---

# Un perfil de las personas mayores

---

# 2020

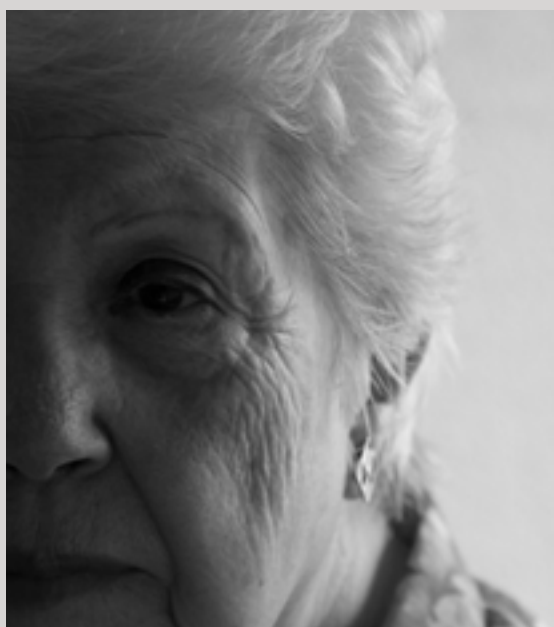
---

Una publicación de

observatorio de la  
soledad

Iniciativa de

 amigos de  
los mayores



Observatorio de la Soledad.  
Fundación Privada Amigos de los Mayores  
Diciembre de 2020, Barcelona

Autoría  
**Elisa Sala y Regina Martínez**

Con la colaboración de  
**Clara Riba y Montserrat Celdrán**

Coordinación editorial  
**Míriam Millán y Carles Barbero**

Diseño  
**Sonia Ciriza**

# Informe del perfil de personas mayores de Amigos de los Mayores

<b>1</b>	<b>Introducción</b>	<b>07</b>
<b>2</b>	<b>Características sociodemográficas y de salud de las personas mayores de Amigos de los Mayores (personas mayores activas a fecha 1 de enero de 2020)</b>	<b>11</b>
2.1	Distribución territorial y municipio de residencia	12
2.2	Sexo y edad	16
2.3	Estado civil	20
2.4	Estructura de hogares, convivencia e hijos/as	23
2.5	Lugar de nacimiento y lengua de referencia	27
2.6	Limitaciones en la autonomía personal	30
2.7	Estado de salud	36
<b>3</b>	<b>Relación de las personas mayores con Amigos de los Mayores</b>	<b>45</b>
3.1	Núcleo territorial y delegación	46
3.2	Lugar de residencia	48
3.3	Tipo de programa	50
3.4	Origen del contacto	52
3.5	Años de pertenencia	54
<b>4</b>	<b>Conclusiones y reflexiones</b>	<b>57</b>



# 1

## Introducción

Hoy la soledad es un fenómeno prevalente con un alto coste social y sanitario, creciente entre la población más mayor, y que presenta diferentes retos tanto desde una lógica de políticas públicas como desde el punto de vista de la acción social.

El Observatorio de la Soledad nació el año 2017 en el seno de Amigos de los Mayores, una organización sin ánimo de lucro, pionera en la lucha contra la soledad en España y en Cataluña. El objetivo de su creación como plataforma de investigación aplicada es, precisamente, explorar la soledad como fenómeno social y generar y sistematizar el conocimiento que facilite a los agentes (públicos y privados) que operen en este ámbito, así como desarrollar programas y adaptar los recursos para prevenirla.

Con la voluntad de aportar luz sobre la comprensión del fenómeno, y detectar elementos que ayuden a mejorar la intervención, por primera vez, se presenta un informe completo sobre el perfil de las personas mayores vinculadas a la entidad.

El contenido desarrollado se fundamenta en un análisis descriptivo de información proveniente de la entidad, realizado por el Observatorio de la Soledad. Agradecemos la colaboración del Centro de Estudios Demográficos de la Universidad Autónoma de Barcelona (CED), y en particular a su investigador Armand Blanes, por la explotación y análisis estadístico de la fuente de datos.

El informe consta de dos partes complementarias y no excluyentes: en la primera parte, se realiza una descripción de las características individuales de las personas mayores que participan en Amigos de los Mayores. El análisis realizado se fundamenta en la explotación de factores sociodemográficos y de salud, que se han relacionado con datos referentes a la población global (mayores de 65 años) procedentes del Instituto Nacional de Estadística (INE), del Instituto de Estadística de Cataluña (IDESCAT) y de la Encuesta de Salud de Cataluña (ESCA).

En cada uno de los apartados se hace una reflexión final vinculando los datos a la literatura empírica y factores de riesgo asociados a la soledad, así como al modelo de intervención de Amigos de los Mayores.

En la segunda parte, se lleva a cabo un análisis de la relación de las personas mayores vinculadas a la entidad Amigos de los Mayores profundizando sobre algunos factores como la delegación territorial a la cual pertenecen, el origen del contacto y los años de pertenencia.

Finalmente, se desarrolla un apartado de conclusiones y reflexiones generales que enlaza los elementos analizados y la contextualización realizada en cada apartado.

El total de personas mayores vinculadas a la entidad a fecha 1 de enero de 2020 es de 1.927 personas. La información de 597 de estas personas procede exclusivamente del fichero de personas, con un número limitado de variables, mientras que para el resto se dispone también de otra información suplementaria a partir de las entrevistas. En este sentido, es necesario recordar que desde Amigos de los Mayores, hasta el momento, se ha recogido aquella información estrictamente necesaria para el desarrollo de la acción voluntaria, poniendo siempre por delante el respeto a la intimidad de la persona y la preservación de un contexto, no en la realización de la entrevista, que garantice un ambiente cálido y facilitador del vínculo, tan necesario en un proceso de evaluación del sentimiento de soledad no deseada en el domicilio de la persona mayor.



# 2

## **Características sociodemográficas y de salud de las personas mayores de Amigos de los Mayores**

## 2.1

# Distribución territorial y municipio de residencia

Amigos de los Mayores nació en la ciudad de Barcelona en el año 1987 y, por este motivo, a pesar de su expansión territorial posterior, el grueso de las personas mayores que forman parte son de Barcelona, sumando un total de 1.400 personas en la provincia, 929 de las cuales viven en la ciudad.

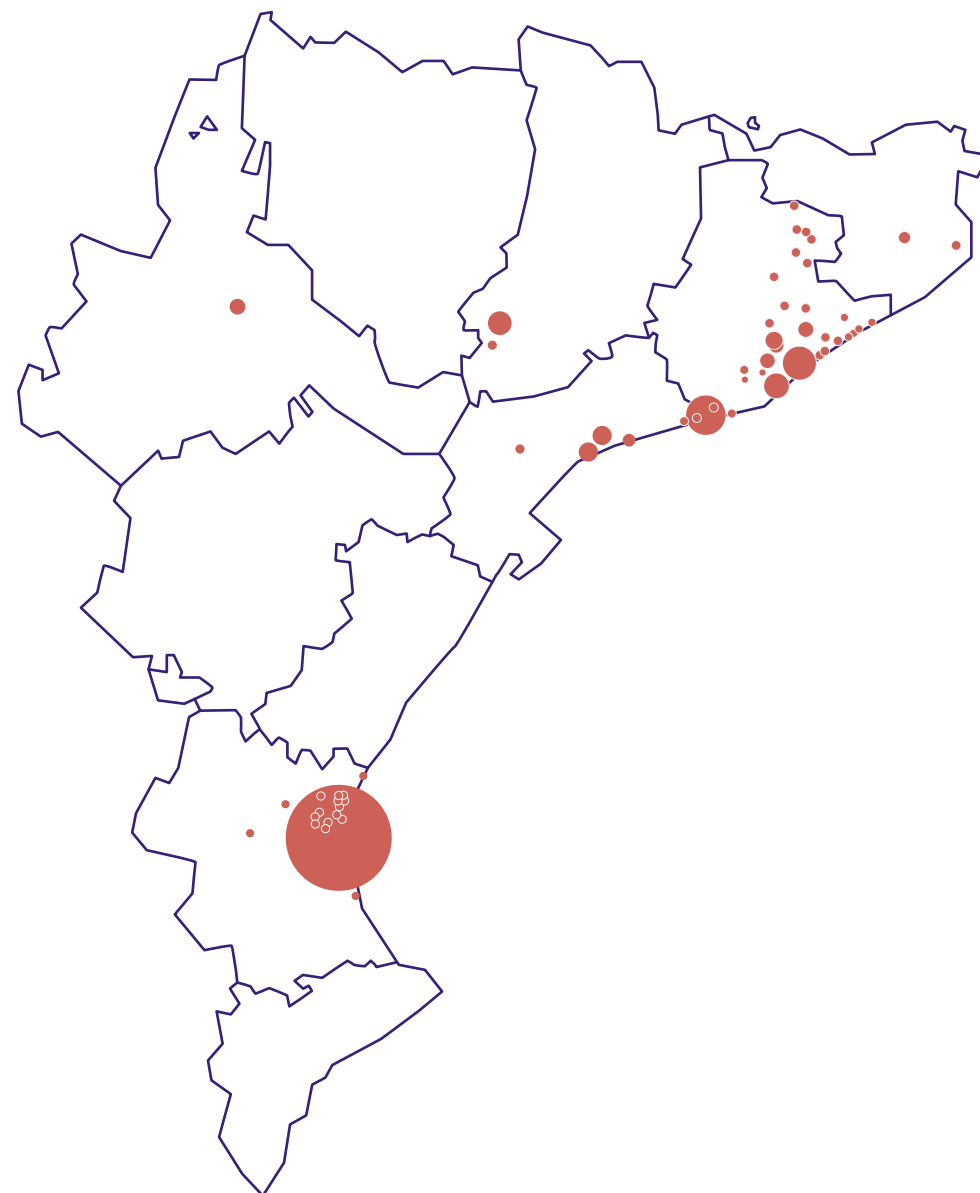
Según datos del Departamento de Estadística del Ayuntamiento de Barcelona (2019)<sup>1</sup>, Barcelona tiene una población total de 1.650.358 personas, el 21,3% de las cuales tiene 65 años o más (un total de 350.793 personas). El distrito donde viven más personas mayores de 65 años es el Eixample, con un total de 59.069 personas, que representan el 22% del conjunto de la población que allí vive. Sant Martí ocuparía el segundo lugar, con 48.947 personas mayores de 65 años (20,4%), y Horta Guinardó, el tercero, con 40.392 (23,4%). Por lo que respecta al distrito de Gracia, teniendo en cuenta que, en comparación con los otros tres, es un distrito bastante pequeño, no parece extraño que con un total de 26.356 personas mayores de 65 años, alcance el 21,5% del total de la población del distrito. Coincidiendo con los distritos donde hay un alto porcentaje de gente mayor, el Eixample es el distrito de la ciudad donde más personas mayores que pertenecen a la entidad residen (198 personas), seguido del distrito de Gracia (120 personas), el de Horta Guinardó y el de Sant Martí (con 116 personas cada uno).

Destaca el distrito de Les Corts donde hay comparativamente pocas personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores (únicamente 41) si se tiene en cuenta que, según datos oficiales, es el distrito más envejecido de la ciudad (un 26% de la población es mayor de 65 años). A pesar de este hecho, se trata también del distrito más pequeño de la ciudad y, por este motivo, si nos enfocamos en los números absolutos, la cifra de mayores de 65 años es bastante inferior (21.445 personas).

<sup>1</sup> <https://www.bcn.cat/estadistica/catala/dades/inf/lecpadro/lec19/lec2019.pdf>

## Gráfico 1

Distribución territorial de Amigos de los Mayores en Cataluña

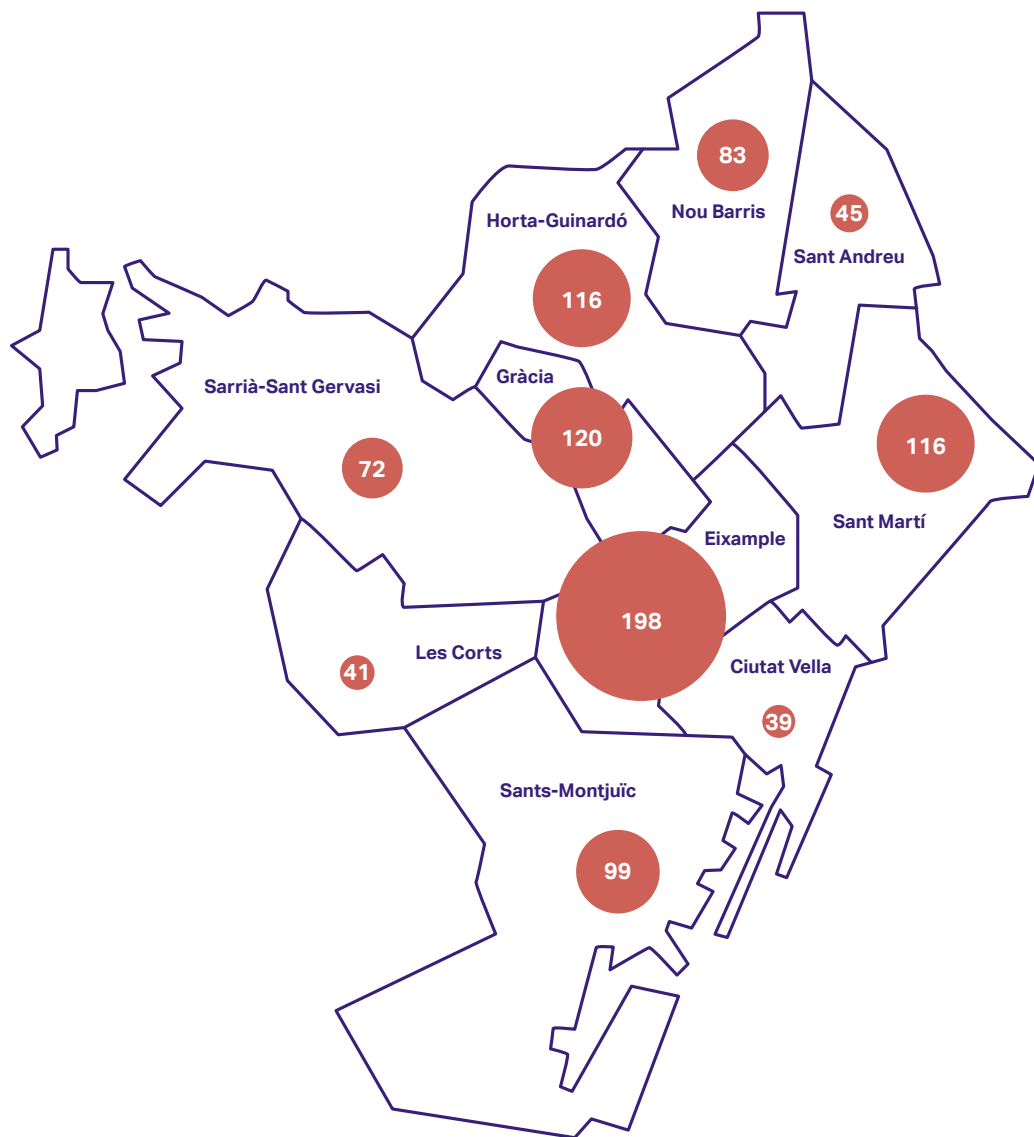


Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

Por lo que respecta al resto de Cataluña, el siguiente municipio después de Barcelona es Vilanova i la Geltrú, con un total de 93 personas vinculadas a Amigos de los Mayores, seguido de Badalona, con un total de 86 personas.

## Gráfico 2

Distribución territorial de Amigos de los Mayores en Barcelona



Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

En cuanto al resto del Estado Español, a continuación de Barcelona estaría Valencia, con un total de 367 personas vinculadas a Amigos de los Mayores.

## Tabla 1

Municipio de residencia de los activos a 1 de enero de 2020

Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

<b>Barcelona</b>	<b>1400</b>	<b>Gerona</b>	<b>15</b>
Barcelona	929	Gerona	15
Ciutat Vella	39		
Eixample	198	Lérida	<b>46</b>
Sants-Montjuïc	99	Lérida	45
Les Corts	41	Torres de Segre	1
Sarrià-Sant Gervasi	72		
Gràcia	120	<b>Tarragona</b>	<b>79</b>
Horta-Guinardó	116	Reus	28
Nou Barris	83	Cambrils	28
Sant Andreu	45	Tarragona	13
Sant Martí	116	Resto de municipios (3)	10
Vilanova i la Geltrú	93		
Badalona	86	<b>Valencia</b>	<b>367</b>
L'Hospitalet de Llobregat	60	Valencia	322
Santa Coloma de Gramenet	52	Mislata	8
Sabadell	40	Resto de municipios (17)	37
Sant Cugat del Vallès	34		
Granollers	23	Zaragoza	20
Sant Adrià del Besòs	16	Zaragoza	20
Resto de municipios (32)	67		



## 2.2 Sexo y edad

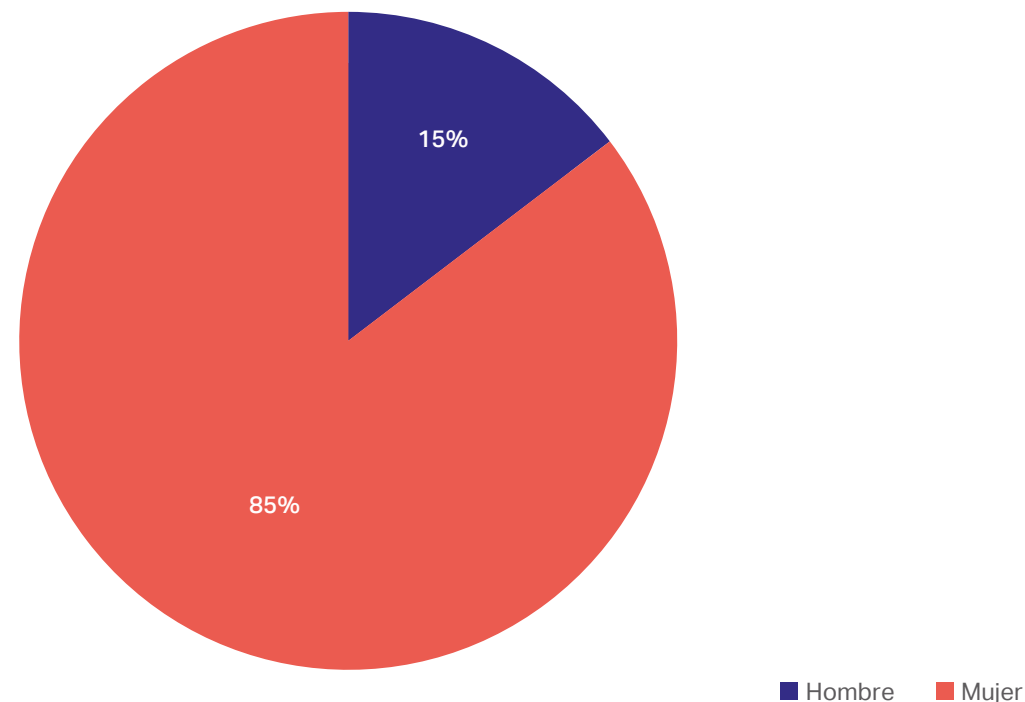
En el conjunto del Estado Español, según datos estadísticos del Padrón Continuo del INE, a fecha 1 de enero de 2019, de un total de 47.026.208 personas, 9.057.193 son mayores de 65 años (un 19,3% sobre el total de la población). Por lo que respecta a Cataluña, según datos del IDESCAT, de un total de población de 7.727.029 personas, 1.463.702 personas son mayores de 65 años, suponiendo este volumen el 18,9% del total de población. En general, continua creciendo la proporción de personas octogenarias, lo que supone, en el conjunto del Estado Español, un 6,1% del total de la población, y en Cataluña, un 5,8% (446.998 personas).

Las mujeres viven más que los hombres (una esperanza de vida de 86,5 años frente a los 81,1 años de los hombres). Como consecuencia, son mayoritarias durante la vejez. En el conjunto del Estado Español hay 5.145.437 mujeres mayores de 65 años frente a 3.911.756 hombres mayores de 65 años (Pérez Díaz et al. 2020). En el caso de Cataluña, concretamente, las mujeres conforman el 57% del total de la población mayor de 65 años (834.524 mujeres frente a 629.178 hombres). Esta característica se acentúa a medida que va aumentando la edad. Así, si escalamos hasta los 85 años, el porcentaje es de un 66,6% de mujeres (167.184) frente al 33,4% de hombres (83.661).

Entre las personas mayores que participan en Amigos de los Mayores, la proporción de mujeres es muy mayoritaria. De un total de 1.927 personas, 1.645 son mujeres (el 85%) y sólo 282 son hombres (el 15%).

**Gráfico 3**

Distribución por género de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores

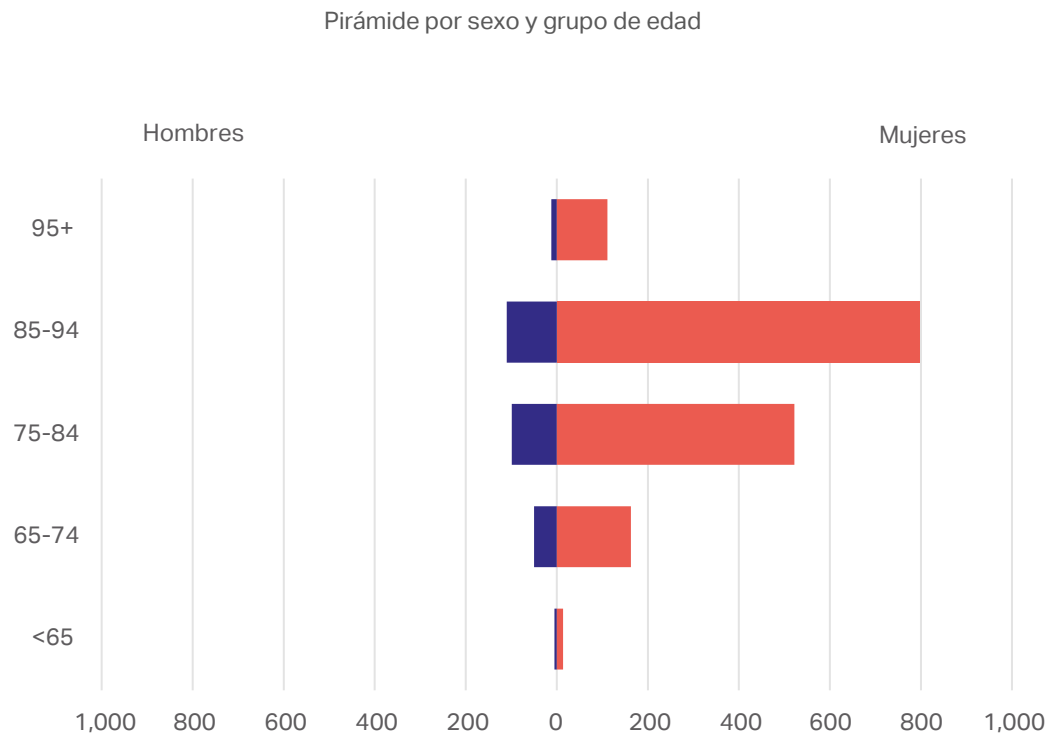


Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

Al analizar los datos en profundidad y por grupos de edad, podemos observar cómo son las personas octogenarias las que conforman el grupo con más peso en el seno de la entidad, siendo el grupo mayoritario el de las personas de entre 85 y 94 años (913), seguido del grupo de entre 75 y 84 (624). La media de edad global de la población mayor vinculada a la entidad (calculada a partir de datos agrupados) es de 84,4 años, siendo 84,7 para las mujeres, y 82,2 para los hombres.

#### Gráfico 4

Distribución por sexo y edad de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores



Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

También se observa que esta característica de las mujeres se acentúa a medida que aumentamos la edad: un total de 803 mujeres en el grupo de entre 85 y 94 años, y un total de 525 en el grupo de 75 a 84 años.

#### LOS DATOS EN CONTEXTO

Dado que muchos estudios apuntan que las personas mayores de 80 años se sienten solas con más frecuencia que las personas con menos edad (Piquart y Sörensen, 2001), hay una mayor prevalencia del sentimiento de soledad entre esta población, y éste puede ser uno de los factores explicativos de por qué la mayor parte de las personas vinculadas a la entidad son octogenarias. Sin embargo, también es cierto que, quizás, se debería de hacer una reflexión sobre los procesos de detección y modelo de intervención de la entidad para adivinar si verdaderamente éste es el único factor explicativo o si por el contrario, no estamos desarrollando los mecanismos adecuados (ni de detección ni de intervención) para llegar a la población mayor perteneciente a franjas más jóvenes.

La feminización de la vejez es uno de los retos a los que se debe hacer frente en las sociedades contemporáneas, y según muchos autores, el hecho de ser mujer implica un riesgo mayor de sufrir soledad no deseada (Piquart y Sörensen, 2001). Aunque éste podría ser uno de los factores explicativos del peso mayoritario de las mujeres entre la población que forma parte de Amigos de los Mayores, también debemos tener en cuenta que la evidencia empírica por lo que se refiere a este hecho es contradictoria, y que la asociación entre género y soledad es difusa. Algunos estudios evidencian que uno de los factores más relevantes en la relación entre el género y la soledad es la capacidad de reconocer sentimientos y emociones por parte de las mujeres, entre ellas, el hecho de sentir soledad (Donio-Bellegarde y Pinazo-Hernandis, 2014). El desarrollo de diversos estudios nos ha permitido comprobar cómo, según el tipo de preguntas que se realizan, cambia la prevalencia por sexo: al realizar preguntas directas, las mujeres responden a un mayor sentimiento de soledad no deseada, mientras que si se pregunta de forma indirecta, la prevalencia en el sentimiento de soledad puede ser mayor en los hombres. Como consecuencia, debemos preguntarnos si el peso de las mujeres en el sí de la entidad responde únicamente a la feminización de la vejez y al género como factor de riesgo asociado a la soledad, o si las vías de detección y modelos de atención a la soledad que desarrollamos son de ámbito directo y más adecuados al género femenino que al masculino, hecho que daría pie a la necesidad de incluir la perspectiva de género en el modelo de intervención.

## 2.3 Estado civil

Por lo que respecta al conjunto del Estado Español, el porcentaje de hombres casados supera al de las mujeres casadas en todos los grupos de edad a partir de los 65 años (un 77% de los hombres mayores de 65 años están casados frente al 49% de las mujeres). En cambio, entre las mujeres mayores, predominan las viudas (un 40% de las mujeres mayores de 65 años son viudas, frente al 11% de los hombres mayores de 65 años).

En el caso de Cataluña se mantiene la misma tendencia que en España. Así, entre los que tienen 65 años o más, un 77% de los hombres están casados frente a un 50% de las mujeres. Por contra, en este mismo grupo de edad, un 40% de las mujeres son viudas y sólo un 12% de los hombres lo son.

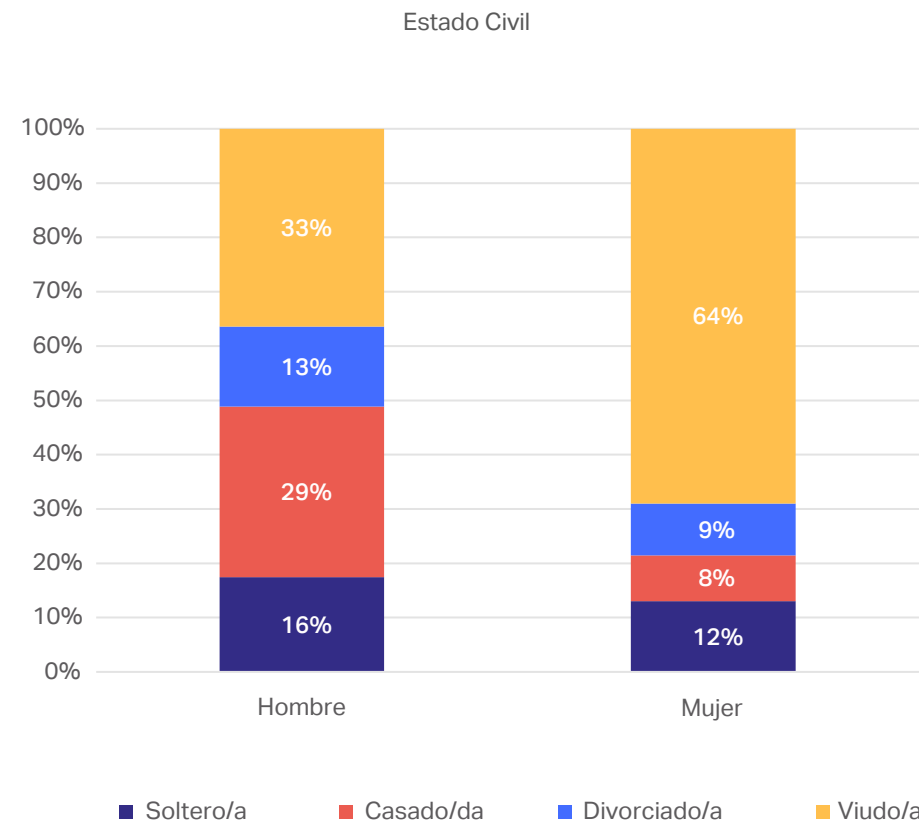
**Tabla 2**  
Estado civil de la población española y catalana mayor de 65 años (%)

	España		Cataluña	
	Hombres	Mujeres	Hombres	Mujeres
Soltero/a	6,9	6,2	4,1	4,9
Casado/a	76,9	48,9	77,2	49,8
Viudo/a	11,1	39,8	11,8	39,3
Separado/a	2	1,7	3,1	1,8
Divorciado/a	3,1	3,4	3,7	4,2

Fuente: Instituto Nacional de Estadística

Por lo que respecta a la población mayor de Amigos de los Mayores, tal y como se puede ver en el gráfico contiguo, las proporciones se separan un poco de las de la población general debido a que la mayoría de las personas atendidas se sitúan en edades avanzadas. Un total de 1.055 mujeres viudas (el 64%) frente a sólo 94 hombres que lo son (el 36%). Sin embargo, el 31% de los hombres están casados, mientras que sólo el 8% de las mujeres que forman parte de la entidad lo están.

**Gráfico 5**  
Estado civil de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores



Font: Base de datos de Amigos de los Mayores

Llama la atención cómo el porcentaje de hombres solteros y/o divorciados es superior al de las mujeres solteras y/o divorciadas; un 17% y 15%, respectivamente en el caso de los hombres, frente a un 13% y un 10%, respectivamente en el caso de las mujeres. No obstante, si atendemos a los números absolutos, como consecuencia del peso de las mujeres entre la población mayor vinculada a la entidad, podemos ver cómo las mujeres superan en volumen a los hombres en ambos casos (199 mujeres solteras frente 45 hombres solteros y 146 divorciadas frente 38 hombres divorciados).

## LOS DATOS EN CONTEXTO

Aunque una persona puede tener sentimientos de soledad no deseada viviendo acompañada y teniendo familia, la mayor parte de las investigaciones coinciden en el hecho de que tener pareja funciona como un factor protector contra la soledad, y el estatus de no casado/da (que generalmente incluye a personas solteras, divorciadas y viudas) ha estado asociado consistentemente como factor de riesgo de soledad (Cohen-Mansfield et al., 2016).

Entre las personas que no están en pareja, las solteras muestran niveles más bajos de soledad que las viudas, divorciadas o separadas. De hecho, la viudez se ha asociado con frecuencia con un mayor riesgo de soledad y aislamiento social (Pinazo-Bellagarde, 2018). Probablemente, son estos factores los que expliquen que la mayoría de las personas vinculadas a la entidad sean mujeres viudas.

Es necesario hacer un apunte en este punto ya que las pérdidas, entre ellas, la pérdida de la pareja, están vinculadas al hecho de estar solo/a, pero no necesariamente tienen que suponer un sentimiento de soledad. Algunas investigaciones cualitativas sugieren que será, precisamente, la forma en que las personas mayores gestionen sus pérdidas la que explicará su sentimiento de soledad. Según estos resultados, las personas superadas por la pérdida se sentirán más solas y les resultará más difícil encontrar actividades y significado, al mismo tiempo que tendrán más dificultades para mantener relaciones (Coll Planes, 2017). Este hecho nos lleva a valorar la posibilidad de introducir una visión de empoderamiento y dotación de herramientas para hacer frente al proceso de pérdidas en el modelo de intervención.

## 2.4 Estructura de hogares, convivencia e hijos/as

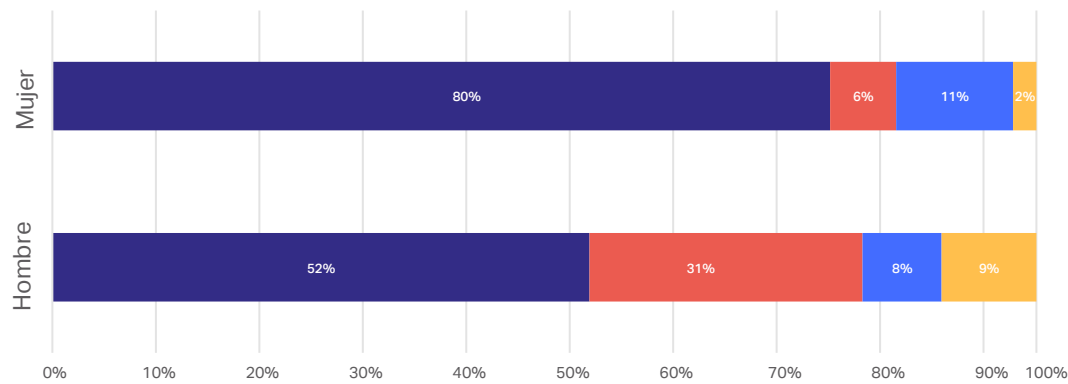
Según la Encuesta Continua de Hogares (ECH 2019), en el conjunto del Estado Español hay un total de 4.655.000 personas que viven solas, de las cuales más de 2.000.000 (el 42,5%) tienen más de 65 años. En Cataluña, la proporción es la misma; hay un total de 786.000 personas que viven solas, de las cuales 334.000 (el 42,2% del total) tienen 65 años o más.

Según la misma encuesta, la propensión a vivir en soledad difiere según el sexo y la edad. En edades de hasta 64 años es más elevada en los hombres, pero a partir de los 65 años esta propensión es mayor en las mujeres y aumenta en la medida en que también aumenta la edad. En España, de las 851.900 personas mayores de 80 años que viven solas, la mayoría, es decir, el 77,6% (660.900) son mujeres. En Cataluña, la proporción es muy similar: 140.700 personas mayores de 80 años viven solas y, de ellas, el 78,6% (110.600) son mujeres.

En el caso de las personas que participan en Amigos de los Mayores, las proporciones son más altas con bastante distancia de las de Cataluña y España: el 77% de las personas mayores vinculadas a la entidad viven solas y de éstas el 91% son mujeres. Así, como se puede ver en el gráfico contiguo, el 80% de las mujeres y el 52% de los hombres de los que tenemos datos y no viven en una residencia, viven solos/as.

**Gráfico 6**

Situación de convivencia de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores que no viven en una institución



Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

En cuanto a las personas que viven en pareja, destaca el 31% de los hombres en comparación con sólo el 6% de las mujeres. Seguido del porcentaje de personas que viven en pareja hay quienes viven con la familia, representando el 11% en el caso de las mujeres y el 8% en el caso de los hombres.

**Tabla 3**

Situación de convivencia de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores que no viven en una institución

	Hombre	Mujer	Total
Vive solo o sola	51,9	80,1	76,5
Con la pareja	31,3	6,4	9,6
Con la familia	7,6	11,3	10,8
Con un cuidador/a	0,8	0,9	0,9
Total	100	100	100

Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

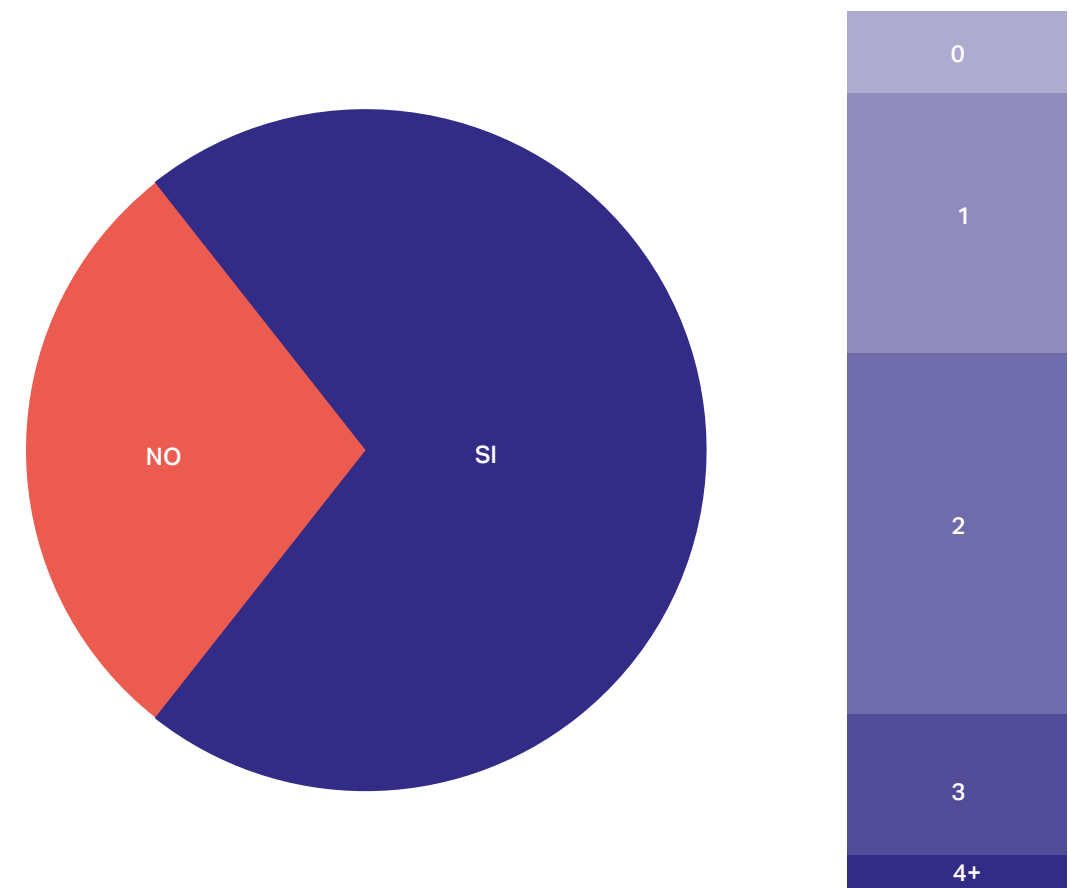
El 71,7% de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores ha tenido hijos/as. De entre las personas que han tenido hijos/as destacan aquellas con dos descendientes vivos, seguidas de las que tienen un descendiente vivo y, finalmente, 3 descendientes vivos. En cuarto lugar, estarían las personas que han perdido a todos los descendientes por defunción y, finalmente, estarían, con un porcentaje muy bajo, aquellas que tienen 4 o más hijos/as vivos/as.

**Gráfico 7**

Hijos de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores

¿Ha tenido hijos?

Hijos vivos



Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

## LOS DATOS EN CONTEXTO

Vivir solo responde sólo a una situación de soledad objetiva, y sólo en términos del aspecto residencial de la persona. Puede ser una situación deseada. A pesar de este hecho, en el caso de muchas personas mayores (especialmente mujeres), esta soledad residencial es a menudo una situación sobrevenida que responde a un proceso de pérdidas, como la viudez, la marcha de los hijos/as y/o la muerte de familiares o miembros de la red social más cercana y, por lo tanto, puede ser una de las causas del sentimiento de soledad y razón por la que la mayoría de las personas que forman parte de la entidad son mujeres que viven solas.

Por otra parte, es necesario tener en cuenta que el aislamiento social y el hecho de vivir solo/a están directamente vinculadas; según algunas investigaciones, prácticamente, la totalidad de las personas que sufren de aislamiento social viven solas. Esta relación, sin embargo, no se da en la dirección opuesta, es decir, no todas las personas que viven solas sufren aislamiento social (Victor et al.,2000; Wegner, Davies, Shahtahmasebi y Scott, 1996). Este planteamiento nos puede llevar a pensar en incluir el aislamiento social de forma directa, sistemática y estructurada en el modelo de intervención.

En cuanto a la relación entre haber tenido hijos y el sentimiento de soledad, aunque no hay mucha literatura científica al respecto, hay algunos fenómenos que deben tenerse en cuenta; "el síndrome del nido vacío" sería uno de ellos, es decir, la sensación de tristeza y soledad experimentada por los padres, madres y cuidadores en general cuando las personas de las cuales han cuidado se marchan. Este sentimiento no sólo tiene que ver con la ausencia en sí misma, sino que también se relaciona con la "pérdida del sentido", que viene determinada por el valor que se da al hecho de cuidar y ser cuidadora, y que está directamente relacionado con el sentimiento de soledad. El sentimiento de soledad vinculado al cuidado, las expectativas vinculadas al mismo y el posible duelo, son todavía una correlación sobre la cual no se ha profundizado y en relación a la cual se deberían aportar elementos desde el punto de vista de la intervención.

## 2.5

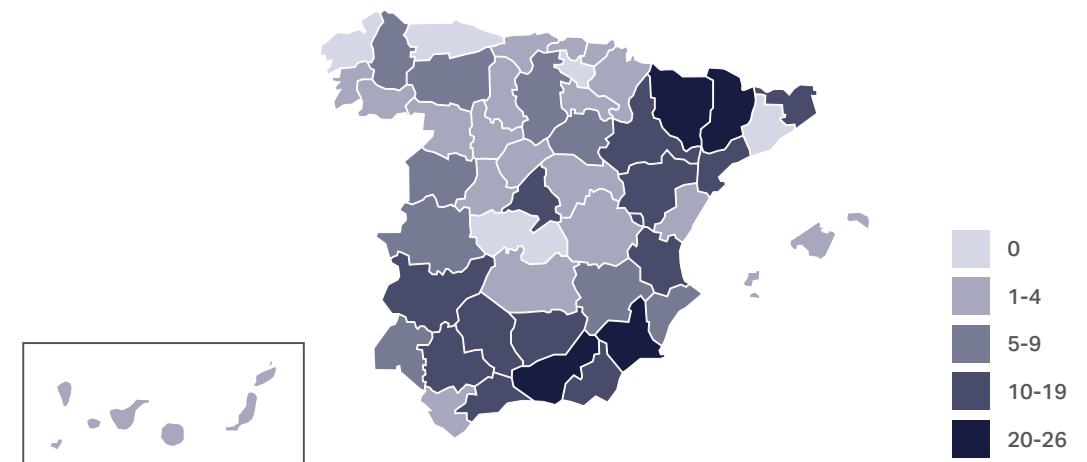
# Lugar de nacimiento y lengua de referencia de las personas mayores de Amigos de los Mayores

En cuanto a la procedencia de las personas mayores que forman parte de la entidad, debemos recordar que Amigos de los Mayores comenzó su lucha en la ciudad de Barcelona. Es por ello que la mayor parte de las personas nacieron en Cataluña (400), destacando la ciudad de Barcelona (349) por encima del resto de ciudades y/o provincias.

No obstante, posiblemente como consecuencia de los importantes contingentes migratorios recibidos en Cataluña durante el siglo XX, un volumen considerable de personas nació en el resto del Estado Español (332). Entre todas las personas nacidas en España, destaca la Comunidad Autónoma de Andalucía (113) seguida con mucha distancia por Aragón (51) y Castilla y León (41). Con una representatividad bastante inferior están las comunidades autónomas de Valencia (29) y Murcia (24).

### Gráfico 8

Provincia de nacimiento de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores (que no han nacido en Barcelona)



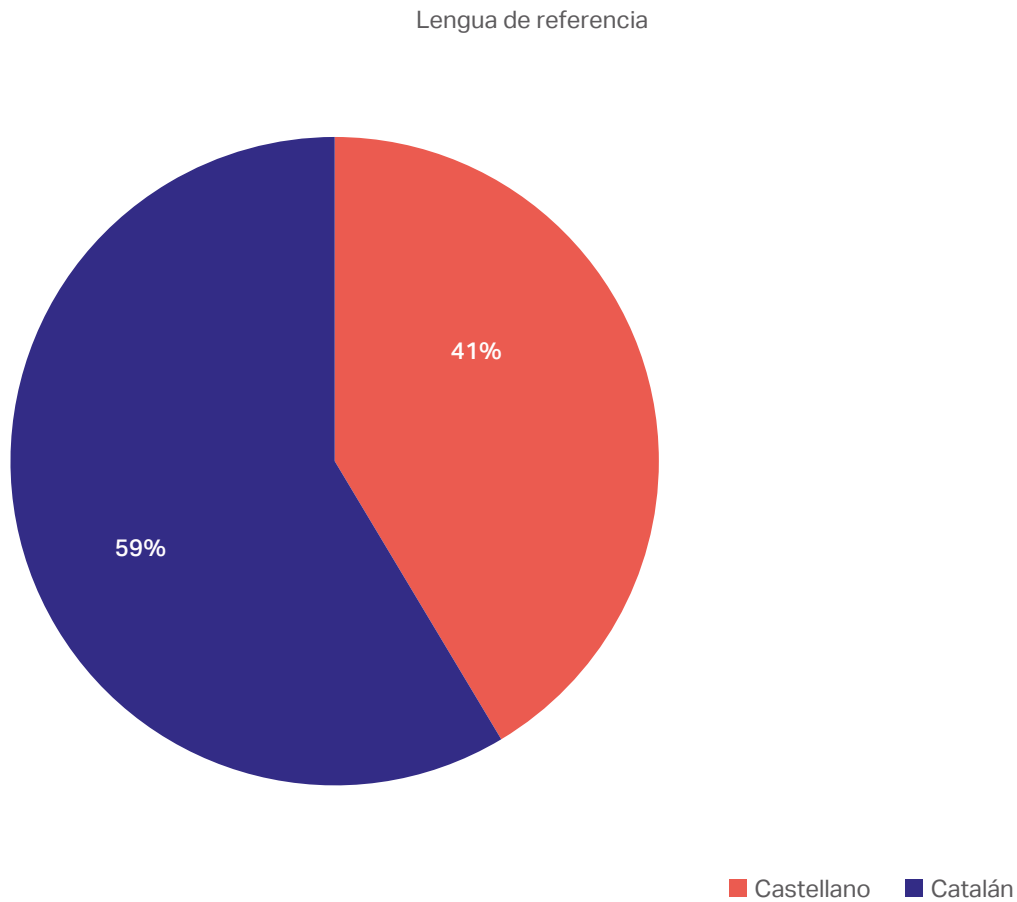
Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

Sólo 30 de las personas de las que tenemos información han nacido en el extranjero, 13 en Europa, otras 13 en América, y 4 provienen de África.

En cuanto a la lengua de referencia, teniendo en cuenta los datos descritos en los párrafos anteriores, no es de extrañar que el catalán destaque (58%) seguido del español (42%).

### Gráfico 9

Lengua de referencia de las personas vinculadas a Amigos de los Mayores (residentes en Cataluña y País Valenciano)



Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

### LOS DATOS EN CONTEXTO

El fenómeno migratorio implica mucha complejidad, su exploración bibliográfica es muy abrumadora y hay muchos enfoques que se han hecho al respecto. Sin embargo, hay algunos elementos sobre los cuales muchos autores muestran un acuerdo; siempre implica un desplazamiento y movilidad por parte de los sujetos, y puede ser intraestatal, interestatal (si es un país con más de un estado) e internacional.

La migración internacional tiene un impacto en la distribución por edades de un país, ya que rejuvenece el país receptor y envejece el país de origen, sobre todo si tenemos en cuenta que hoy en día, la mayoría de los migrantes son principalmente adultos jóvenes.

Al relacionar el envejecimiento y la soledad con la migración, es necesario reflexionar sobre la "fragilidad" que implica un nuevo contexto y la pérdida de red y apoyo social que el hecho migratorio supone. Por eso, es necesario investigar el impacto de la soledad no deseada en los migrantes de edad avanzada y cuál será el impacto en el futuro. Es cierto que España es un país con migraciones internacionales muy recientes y esto repercute en que hay menos envejecimiento de la población extranjera. A pesar de este hecho, también es cierto que muchas de las personas que han migrado a España como "jóvenes adultos", en pocos años serán personas mayores y será necesario ver cómo se aborda el sentimiento de soledad no deseada durante la vejez en un contexto de interculturalidad.

Sin embargo, también es cierto que hay culturas en las que el cuidado de las personas mayores sigue desempeñando un papel central en el seno de las familias y las comunidades, por lo tanto, es posible que este hecho tenga un impacto en la reducción riesgo de aislamiento social y soledad no deseada de estas personas mayores. Sin embargo, también es necesario reflexionar sobre el modelo de detección e intervención de Amigos de los Mayores y evaluar las diferentes opciones por las que la prevalencia de otras culturas entre las personas mayores que forman parte de la entidad es casi inexistente.

## 2.6. Limitaciones en la autonomía personal

La dependencia es la necesidad de ayuda que una persona tiene para llevar a cabo las Actividades Básicas e Instrumentales de la Vida Cotidiana (en adelante ABIVD), como resultado de situaciones asociadas con el proceso de envejecimiento, enfermedad y/o discapacidad, y vinculadas a la falta o pérdida de autonomía física, mental, intelectual o sensorial.

Desde la promulgación de la Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y la Atención a las Personas en Situación de Dependencia (LAPAD), un grado de dependencia reconocido y acreditado otorga el derecho a ciertas prestaciones para la realización del ABIVD. Si bien no tenemos la información sobre el grado de dependencia reconocido por la ley, sí disponemos de aquella información que se refiere a las limitaciones en la autonomía personal (física y/o sensorial) que tiene las personas mayores en el momento de realizar la entrevista. Como se puede ver en la siguiente tabla, el 68,4% de las personas que forman parte de la entidad tienen algún tipo de limitación física en su autonomía personal, y sólo el 31,6% son personas con plena autonomía. Específicamente, el 45,1% de las personas tenían una limitación moderada en el momento de registrar la entrevista, y sólo el 8% de las personas mayores tienen una limitación grave. Las limitaciones en la autonomía personal, a medida que aumentan, pueden dar lugar a la necesidad de apoyo para la realización de las Actividades Básicas e Instrumentales de la Vida Diaria (ABIVD).

**Tabla 4**  
Limitación física en la autonomía de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores

	Hombres	Mujeres	Total
No tiene. Es autónoma	35,1	31	31,6
Limitación leve	18,5	14,8	15,3
Limitación moderada	31,8	47,2	45,1
Limitación grave	14,6	6,9	8
Total	100	100	100

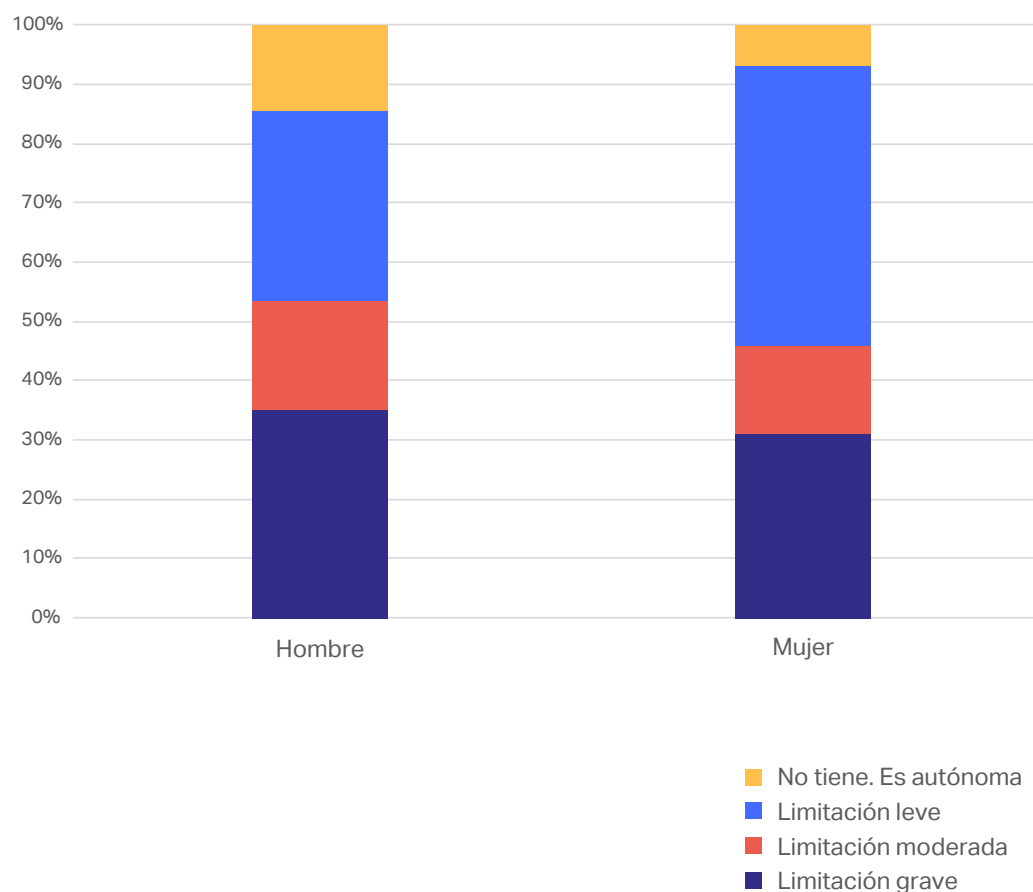
Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

Cabe recordar que las limitaciones en la autonomía de las personas durante el envejecimiento tienden a aumentar a medida que aumenta la edad y que, por lo tanto, es posible que para parte de la población que era autónoma en el momento de la entrevista, o presentaba una limitación leve o moderada, la situación haya cambiado, y por lo tanto, necesite apoyo para la realización de las ABIVD, o sea necesario aumentarlo.



**Gráfico 10**

Limitación física en la autonomía de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores



Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

Según los datos de la ESCA, entre las personas de 65 años o más, el 7,5% de los hombres y el 10,1% de las mujeres tienen un límite auditivo severo. Asimismo, el 3,8% de los hombres y el 5,5% de las mujeres tienen una limitación grave en la vista. En Amigos de los Mayores, las proporciones son mucho más altas. Como se puede ver en la tabla siguiente, más de la mitad de las personas mayores vinculadas a la entidad siguen estando libres de limitaciones auditivas, pero el 16% tiene una limitación severa. En cuanto a la visión, cabe señalar que la mitad de las personas tienen alguna limitación. En el 7% de los casos es grave.

**Tabla 5**

Limitaciones sensoriales en la autonomía de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores

Limitaciones de oído			
	Hombre	Mujer	Total
Ninguna	69,7	63,50	64,30
Leve	18,20	20,10	19,80
Grave	12,10	16,40	15,90
Total	100,00	100,00	100,00

Limitaciones de visión			
	Hombre	Mujer	Total
Ninguna	50,7	50,20	50,30
Leve	45,20	42,30	42,70
Grave	4,10	7,40	7,00
Total	100,00	100,00	100,00

Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

Como se ha mencionado en los párrafos anteriores, sufrir limitaciones en la autonomía personal puede conllevar la necesidad de algún tipo de apoyo para la realización de las AIBVD; este apoyo puede consistir en prestaciones y servicios como el Servicio de Atención Domiciliaria y/o en ayudas técnicas. En la tabla contigua se puede ver los diferentes tipos de apoyo técnico que necesitan las personas mayores que forman parte de la muestra.

**Tabla 6**

Ayudas en la movilidad necesaria de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores

<b>Ayudas movilidad interior</b>	<b>Hombres</b>	<b>Mujeres</b>	<b>Total</b>
Ninguna	35,6	42,9	41,6
Un acompañamiento	1,9	1,5	1,6
Un bastón	21,2	26,1	25,2
Una muleta	3,8	5,6	5,3
Un caminador	17,3	16,8	16,9
Una silla (sin transferencia)	10,6	4,6	5,6
Una silla (con transferencia)	9,6	2,5	3,7
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

<b>Ayudas movilidad exterior</b>	<b>Hombres</b>	<b>Mujeres</b>	<b>Total</b>
Ninguna	21,1	11,4	12,8
Un acompañamiento	6,5	9,5	9,1
Un bastón	25,2	37,6	35,9
Una muleta	6,5	11,4	10,7
Un caminador	20,3	17,1	17,5
Una silla (sin transferencia)	9,8	6	6,5
Una silla (con transferencia)	10,6	7	7,5
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

Como se puede ver en la tabla 5, la ayuda que las personas mayores necesitan principalmente es el bastón (36% en el exterior y 25% en el interior) seguido por el caminador (18% en el exterior y 17% en el interior). Sólo 112 personas, es decir, el 13% de la población que compone la muestra, no necesita ningún tipo de apoyo ni en el exterior ni en el interior.

## LOS DATOS EN CONTEXTO

La disminución funcional o la pérdida de autonomía personal es un factor que a menudo se asocia con una mayor prevalencia de soledad (se asocia directamente con el proceso de pérdidas que causa la crisis de autonomía, que está directamente relacionada con el sentimiento de soledad).

Sin embargo, las dificultades de movilidad también se consideran un factor de riesgo de soledad y, de hecho, la movilidad está directamente relacionada con el aislamiento social y el sentimiento de soledad: un alto grado de movilidad facilita la posibilidad de relación con otras personas y el entorno, mientras que a medida que disminuye la movilidad, también disminuyen las posibilidades de relación. Del mismo modo, las capacidades auditivas y visuales facilitan la comunicación con las personas y el entorno, y a medida que éstas se reducen, también se favorece el aislamiento y, en consecuencia, el riesgo de sufrir soledad. Desde el punto de vista persona-entorno, las dificultades de movilidad y/o las limitaciones sensoriales deben estar siempre relacionadas con el grado de accesibilidad, esto es, a medida que aumenta el grado de accesibilidad, también lo harán las posibilidades de relación en condiciones de seguridad y confort.

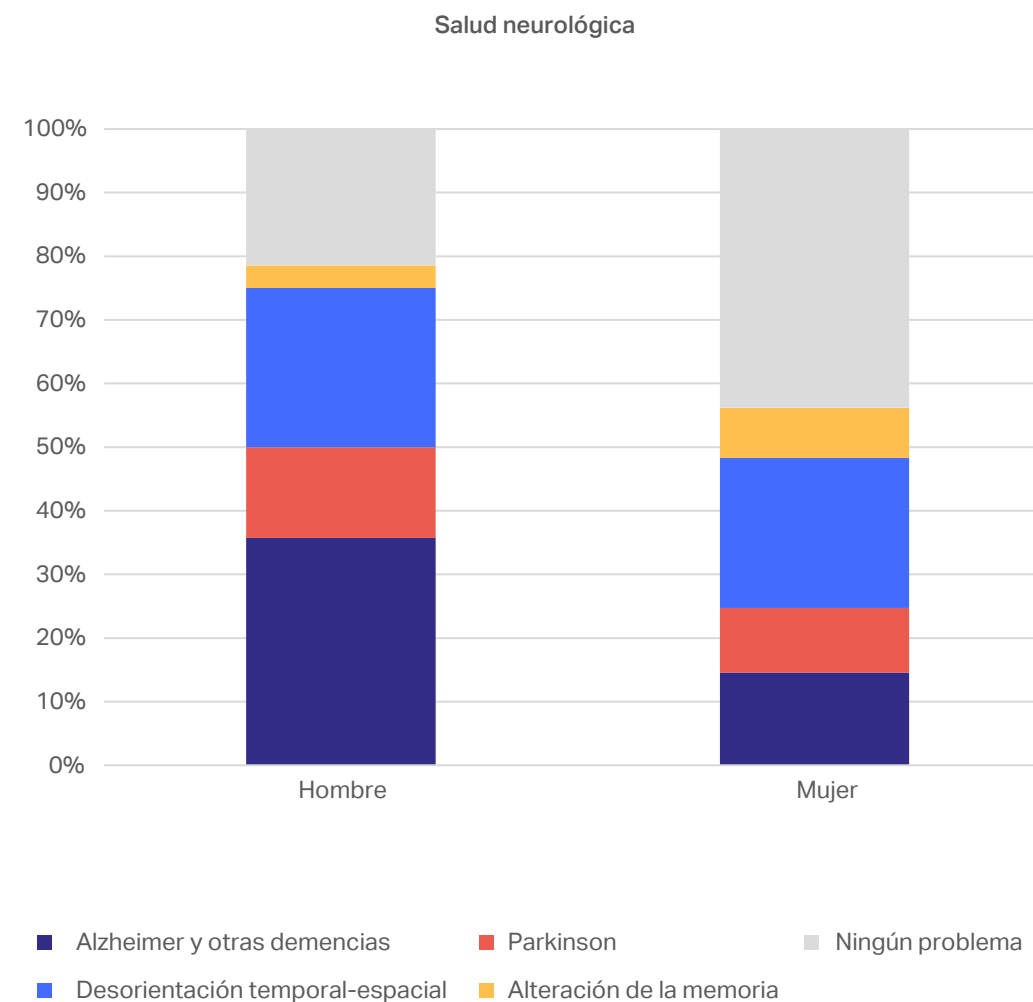
El grado de accesibilidad del entorno urbano, transporte, vivienda, servicios y productos es un factor transversal con una alta incidencia en el aislamiento social y sentimiento de soledad no deseada de las personas mayores. Por lo tanto, es necesario incluir políticas y programas para promover el diseño universal y la accesibilidad en términos de prevención en la agenda política, y estos aspectos deberían incluirse como parte fundamental la incidencia política a realizar.

## 2.7 Estado de salud

Los factores de salud también influyen en el sentimiento de soledad de las personas mayores.

En cuanto a la salud neurológica, sólo tenemos datos relativos al 6,1% de las personas que forman parte de la entidad (117 personas). Se supone que si este tipo de datos no se han recopilado, es precisamente porque en Amigos de los Mayores, en principio, no acompañamos a las personas que tienen deterioro cognitivo. En el caso de que las personas desarrollen deterioro cognitivo en una fecha posterior, el vínculo permanece. Por lo tanto, como se puede ver en el gráfico contiguo, el problema con una mayor prevalencia tanto en hombres como en mujeres, es la desorientación temporal y espacial, seguida por el Alzheimer y otro tipo de demencias; en tercer lugar, estaría el Parkinson y, finalmente, en un porcentaje muy bajo, la alteración de la memoria.

**Gráfico 11**  
Estado de salud neurológica de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores



Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

Es sorprendente cómo, en general, la proporción de mujeres sin ningún problema de salud neurológica es mucho mayor que la proporción de hombres que no lo tienen.

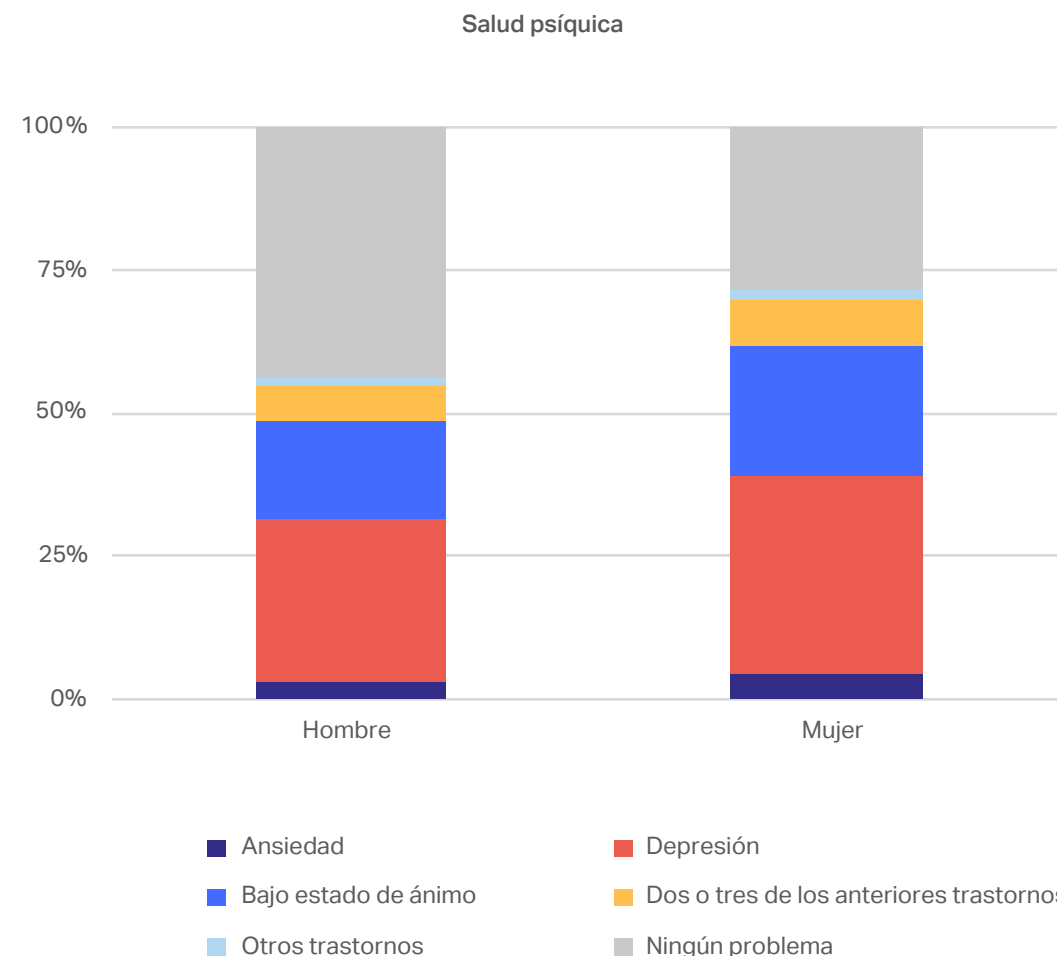
Según datos de la ESCA 2019, la prevalencia de problemas de **salud mental** entre la población mayor de 65 años es mayor entre las mujeres que entre

los hombres; el 20,5% de las mujeres con 65 años o más tienen problemas de ansiedad, en comparación con el 8,2% de los hombres. Del mismo modo, una cuarta parte de las mujeres con 65 años o más tienen problemas de depresión (25,1%) en comparación con el 7,6% de los hombres mayores de 65 años. En la encuesta se registra que el 10,4% de los hombres y el 25,5% de las mujeres con 65 años o más están ansiosos o deprimidos en diversos grados (de leve a grave) en el momento del registro. Otros tipos de trastornos mentales se registran en el 1,7% de las mujeres y el 2,4% de los hombres mayores de 65 años.

Al analizar la salud mental de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores, en comparación con los datos de la ESCA, las tendencias detectadas se consideran relevantes. Según los datos recogidos, el problema de salud mental con mayor prevalencia entre las personas mayores que forman parte de la muestra es la depresión (33,5%), seguido de un estado de ánimo bajo (22%). Al analizar la diferencia entre hombres y mujeres podemos ver cómo la proporción de mujeres con un problema de depresión, como en el caso del bajo estado de ánimo, es ligeramente superior a la de los hombres (proporción inferior a la registrada en la ESCA). Cabe señalar que también hay una alta prevalencia de personas sin ningún problema relacionado con la salud mental. En este caso, la proporción de hombres es mayor que la de las mujeres.

**Gráfico 12**

Salud mental de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores

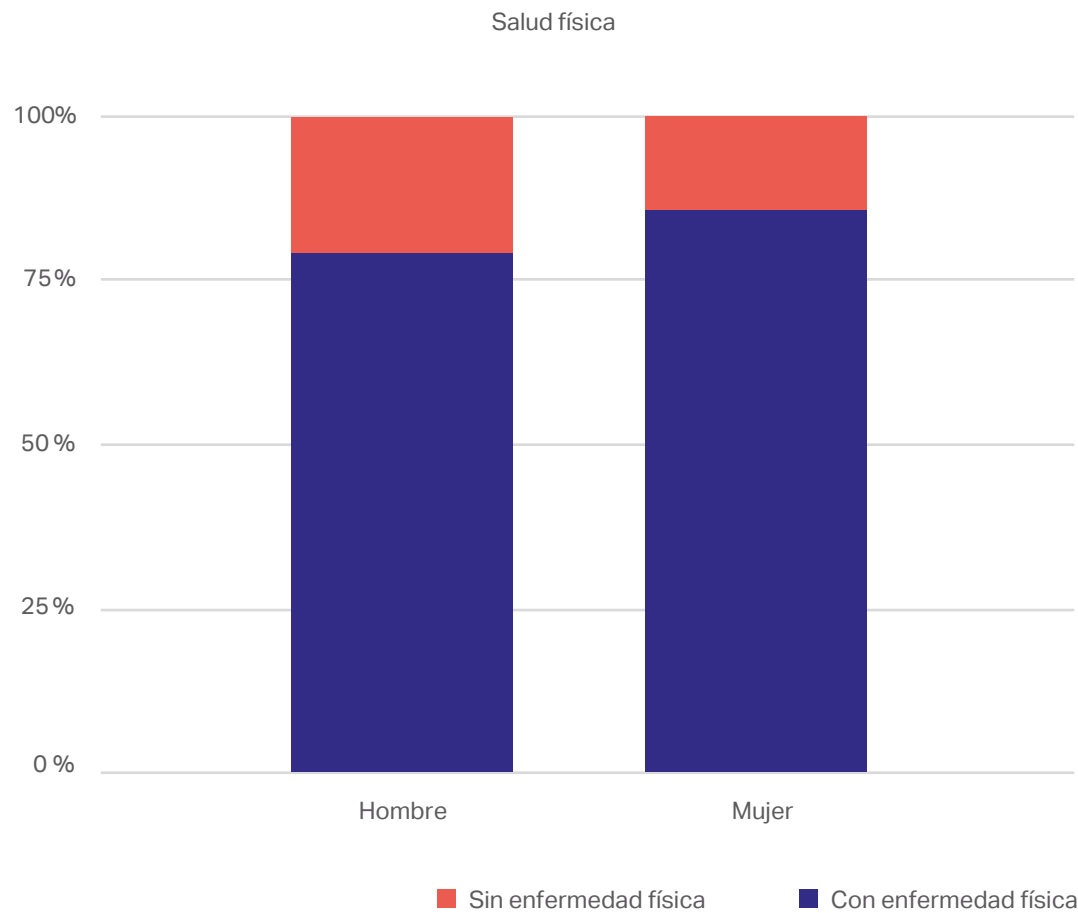


Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

Según los datos de la ESCA2019, el 67,6% de las personas de entre 65 y 74 años y el 71% de las personas mayores de 75 años tienen una enfermedad crónica o un problema de salud. En cuanto al estado de salud física de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores, como se puede ver en el gráfico de abajo, es sorprendente cómo la mayoría de las personas que forman parte de la muestra tienen un problema relacionado con la condición de salud física. En este caso, la proporción es similar entre hombres y mujeres, aunque ligeramente mayor en el caso de las mujeres.

### Gráfico 13

Estado de salud física de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores

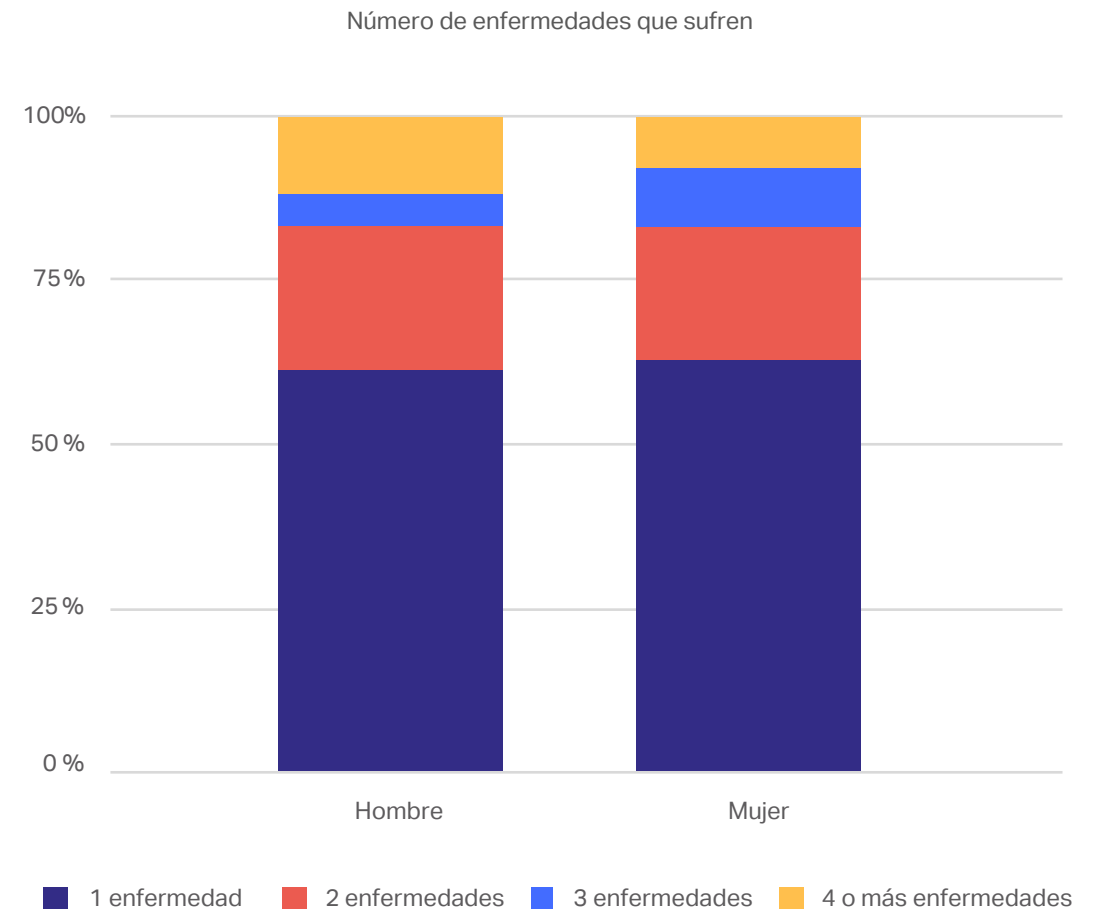


Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

La mayoría de las personas mayores (62,5%) que reportan tener una enfermedad tienen sólo una, seguida (con diferencia) de las personas que sufren dos (20%). Como se puede ver en el gráfico siguiente, la proporción es muy similar independientemente del género.

### Gráfico 14

Número de enfermedades que padecen las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores

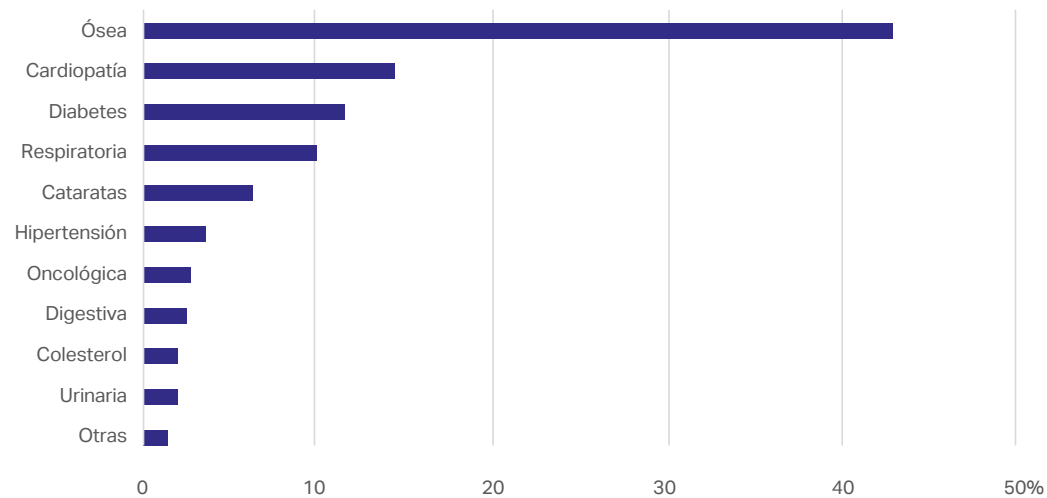


Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

El gráfico contiguo detalla el tipo de enfermedad que las personas mayores han reportado. Al realizar un análisis detallado, se puede ver cómo una gran parte de las personas que han reportado algún problema de salud física tienen una enfermedad ósea (43% tienen dolor de espalda, artritis reumatoide), el 14% tienen algún tipo de enfermedad cardíaca (como embolias y ataques cardíacos), el 12% tienen diabetes y el 10% tienen problemas respiratorios (como asma, bronquitis y efigie). Con una incidencia mucho menor, hay algunas personas mayores que indican que tienen cataratas (6%), hipertensión (4%) o algún problema oncológico (3%).

## Gráfico 15

Tipo de enfermedad que sufren las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores



## LOS DATOS EN CONTEXTO

Entre los factores psicológicos y de personalidad relacionados con el sentimiento de soledad no deseada es necesario recordar que la depresión es el problema de salud mental con el que más se ha relacionado. Del mismo modo, algunas de las variables que indican una mala salud mental, como el estrés psicológico o la baja satisfacción con la vida, están asociadas con niveles más altos de soledad (Cohen-Mansfield et al., 2016). Teniendo en cuenta estos datos, es lógico que el problema de salud mental con mayor prevalencia entre las personas mayores que forman parte de la entidad sea la depresión, seguido de un estado de ánimo bajo.

Por otro lado, aunque en muchos estudios, la comorbilidad, es decir, la coexistencia de dos o más enfermedades o trastornos en la misma persona, es un indicador asociado a el sentimiento de soledad no deseada directamente (Cohen y Mansfield et al., 2016), en el caso de las personas mayores de Amigos de los Mayores no es la situación mayoritaria.



# 3

## Relación de las personas mayores con Amigos de los Mayores

## 3.1

# Núcleo territorial, delegación y lugar de residencia

La mayoría de las personas mayores activas de Amigos de los Mayores, un total de 931, viven en la ciudad de Barcelona y, por tanto, forman parte de la delegación de la ciudad que se divide en 10 subdelegaciones correspondientes a los 10 distritos. Con una larga distancia, en segundo lugar, sería la delegación de Amigos de los Mayores en Valencia con un total de 367 personas, seguida por la delegación de Vilanova i la Geltrú con un total de 115 personas.



**Tabla 7**

Delegaciones de Amigos de los Mayores y número de personas mayores vinculadas

Barcelona	931
Valencia	367
Vilanova i la Geltrú	115
Badalona	87
L'Hospitalet	60
Santa Coloma de Gramenet	53
Lleida	46
Sabadell	46
Sant Cugat	35
Cambrils	28
Reus	28
Granollers	24
Zaragoza	20
Maresme	17
Sant Adrià	16
Osona	16
Girona	15
Tarragona	13
Móra la Nova	5
Baix Llobregat	4
Sin asignar	1
<b>Total</b>	<b>1.927</b>

Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores



## 3.2. Lugar de residencia

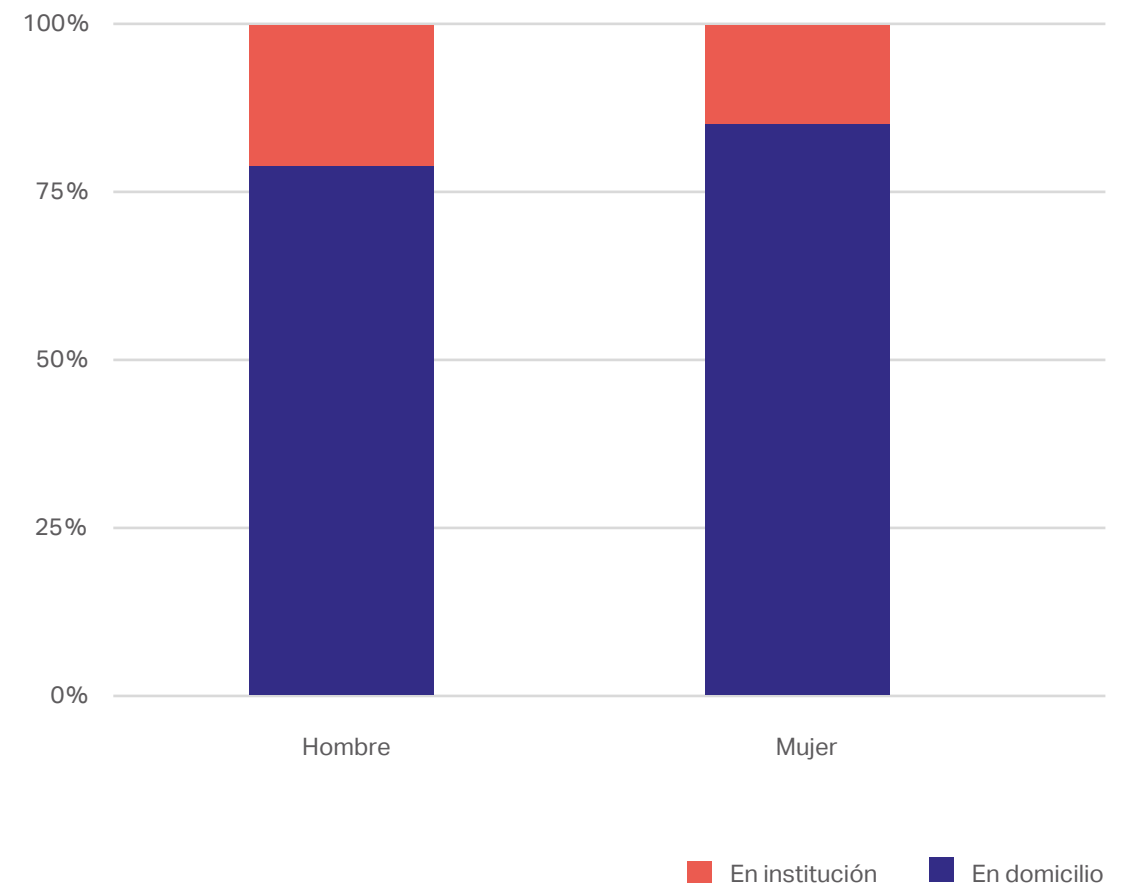
Una de las cuestiones que determina el tipo de relación de las personas mayores con la entidad es su lugar de residencia, ya que las mismas actividades y acciones no se llevan a cabo con aquellas personas que viven en sus hogares y con aquellos que viven en un entorno residencial. Como se puede ver en el gráfico de abajo, la gran mayoría de las personas mayores que pertenecen a la entidad viven en su hogar. En concreto, de un total de 1.927 personas, sólo 306 viven en un entorno



residencial. Este hecho responde a dos cuestiones básicas. Por un lado, es necesario tener en cuenta que Amigos de los Mayores acompaña a las personas mayores a lo largo de su proceso de vida, y si ello implica un proceso de institucionalización, se realizan los cambios pertinentes para acompañar a la persona en su nuevo entorno. Por otro lado, el programa de acompañamiento en residencias como tal se configuró hace 5 años. Así, el voluntariado está creciendo cada vez más en este entorno donde, como ya sabemos, el sentimiento de soledad emerge y, por tanto, el papel del amigo externo puede ser clave para conectar con el mundo.

### Gráfico 16

Atención a domicilio y en residencias de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores



Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

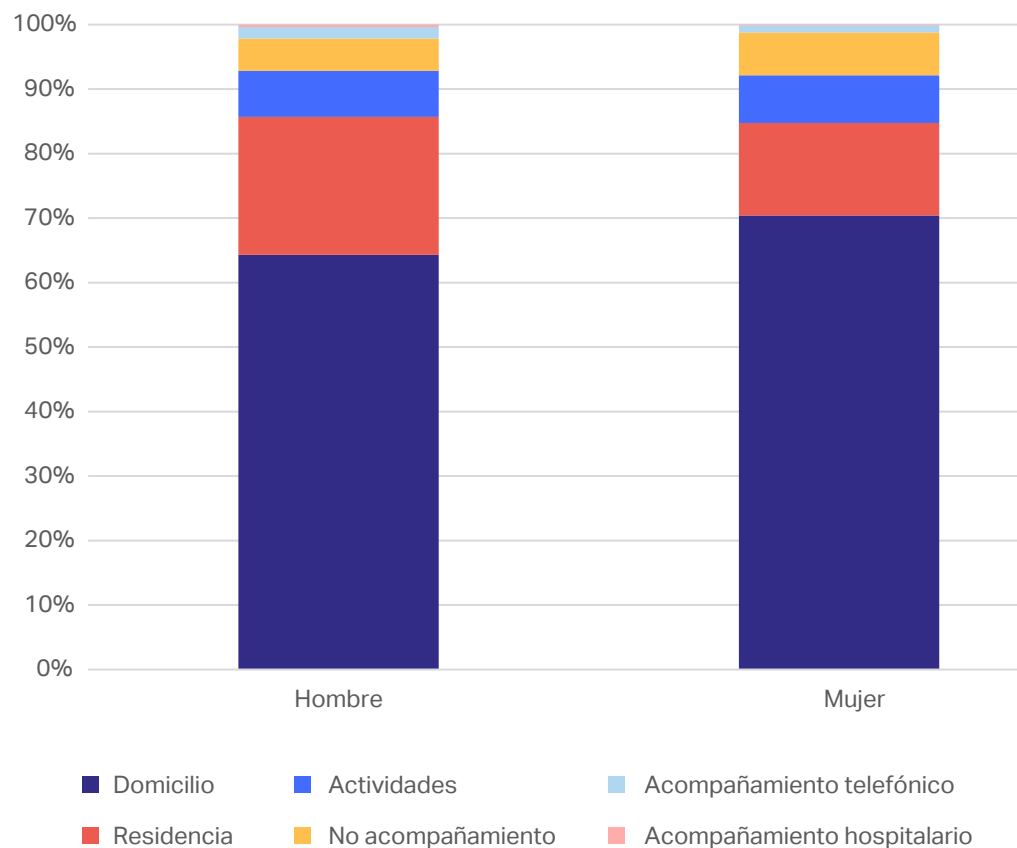
### 3.3

## Tipo de programa (1 de enero de 2020)

A partir del 1 de enero de 2020, el programa principal y mayoritario en el que participan las personas mayores que forman parte de la entidad es el programa de acompañamiento a domicilio (69%), seguido a una larga distancia del programa de acompañamiento en residencias (15,3%). En tercer lugar, las personas que sólo participan en actividades (7,3%).

#### Gráfico 17

Programa que siguen las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores



Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores

En este punto es necesario anotar que como resultado de la situación experimentada por el estado de alarma que hemos vivido en los últimos meses debido a la COVID19, se ha tenido que reforzar el programa de acompañamiento telefónico y se ha ampliado el Programa de Acompañamiento Telefónico (PAT). Estos datos, sin embargo, aún no se han registrado.

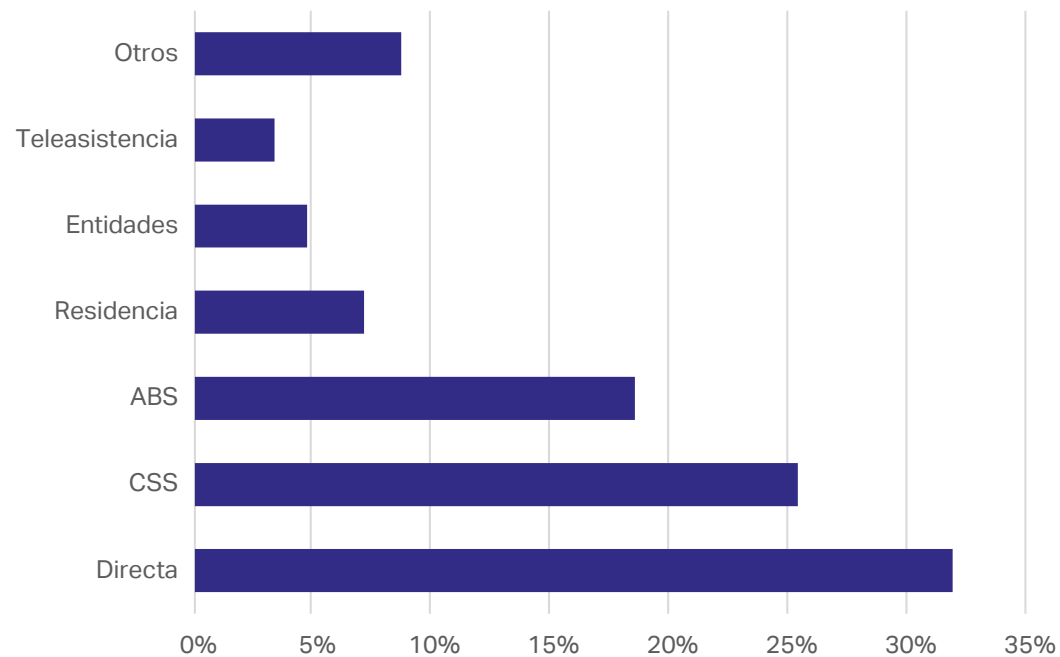


### 3.4.

## Origen del contacto (2017-2019)

El 32% de las personas a las que acompaña Amigos de los Mayores se han puesto en contacto directamente con la entidad por iniciativa propia, pero la mayoría han sido derivadas por otras entidades y servicios. Los que más han colaborado en esta tarea son los Centros de Servicios Sociales (CSS, 25,5%) y las Áreas Básicas de Salud (ABS, 18,6%).

**Gráfico 18**  
Origen del contacto con Amigos de los Mayores



Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores



## 3.5. Años de pertenencia

A partir de la fecha de activación (o la fecha de la demanda) ha sido posible calcular el número de años de afiliación en la entidad para aquellas personas mayores que estén activas a partir del 1 de enero de 2020.

Las personas que ahora forman parte de Amigos de los Mayores han estado vinculadas a ella durante un promedio de 3,06 años. Concretamente, los datos muestran que poco más de la mitad de las personas mayores llevan entre menos de un año y dos años vinculadas a la entidad. Pero también muestran otras dos cuestiones importantes: el largo tiempo de existencia de Amigos de los Mayores y su fuerte crecimiento en los últimos dos años. De hecho, los más de 30 años de existencia de la entidad hacen posible que algunas personas mayores hayan sido parte de ella durante más de 8 años, incluyendo una persona que ha sido acompañada durante 24 años y otra durante 21 años. En cuanto al reciente crecimiento, esto se ve en el hecho de que más de la mitad de las personas mayores actualmente vinculadas hace menos de dos años y medio que están vinculadas a la entidad y casi una cuarta parte pertenece desde hace menos de un año.



**Tabla 8**

Número de años de vinculación de las personas mayores con Amigos de los Mayores

Número de años de prestación del servicio para los activos a 1 de enero de 2020

	Hombre	Mujer	Total
Menos de un año	28,7	23,1	23,9
1 año	23,4	20,4	20,8
2 años	13,8	13,5	13,5
3 años	11,3	12,0	11,9
4 años	7,4	10,6	10,1
5 años	4,3	8,5	7,9
6 años	3,9	5,1	4,9
7 años	4,6	2,1	2,5
8 o más años	2,5	4,7	4,4
Total	100	100	100
Media en años	2,8	3,1	3,1

Fuente: Base de datos de Amigos de los Mayores



# 4

## Conclusiones y reflexiones

## 4.1

# Conclusiones generales

Según algunos autores (Coll Planes 2017, Pinazo Bellagarde 2018, Plquart y Sárensen 2001, Hawkley et al. 2008, Ferreira-Alves et al. 2014, Cohen-Mansfield et al. 2016, Cohen y Mansfield y Purpura y Gill 2007), hay una serie de **factores de riesgo asociados con el riesgo de sufrir soledad no deseada**. Estos factores se muestran en la tabla contigua.

Sociodemográficos	Salud y autonomía personal	Psicológicos y de personalidad	Interacción y participación social
Género	Salud autopercebida	Depresión	Composición del hogar
Edad	Declive funcional	Salud mental pobre y baja satisfacción vital	La red social
Estado civil	Dificultades de movilidad	Baja autoestima y autoeficacia	La cantidad y la cualidad de las relaciones sociales
Estatus socioeconómico	Deterioro de las Ningunaacidades funcionales	Comportamientos poco saludables	Grado de participación social
Lugar de residencia	Comorbilidad		El apoyo social

Fuente: Elaboración propia

**El perfil mayoritario de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores** coincide con muchos de los factores de riesgo asociados con el riesgo de sufrir soledad no deseada por la literatura científica. En su mayoría son mujeres, viudas, que viven solas, en sus hogares y en un entorno urbano. Las personas octogenarias son el grupo con más peso en la entidad y la edad promedio es de 84,4 años. La mayoría tiene algún tipo de enfermedad física y también tiene alguna limitación en su autonomía. Por esta razón, necesitan ayuda técnica (el bastón y/o el andador) para su movilidad. También existe una cierta prevalencia a la depresión o baja satisfacción vital.

**La gran mayoría de la población de mayor vinculada a la entidad vive en Barcelona.** Este hecho responde al largo recorrido de la entidad en la ciudad. El distrito en el que viven las personas más mayores que participan en la entidad corresponde al distrito con más personas mayores de la ciudad (El Eixample).

Aunque entre la población de edad avanzada, tanto en España como en Cataluña, **el peso de las mujeres es mayor**, la proporción de ellas en Amigos de los Mayores es aún mayor. La feminización de la vejez y el género como factor de riesgo se consideran los principales factores explicativos. La mayoría de ellas viven solas. Vivir solo/a no tiene que estar directamente relacionado con el sentimiento de soledad no deseada, sin embargo, se asocia con el aislamiento social. Según algunas investigaciones, prácticamente, todas las personas que sufren de aislamiento social viven solas. Esta relación, no obstante, no se da en la dirección opuesta y no todas las personas que viven solas sufren aislamiento social (Victor et al., 200; Wegner, Davies, Shahtahmasebi y Scott, 1996).

Una gran mayoría de personas mayores vinculadas a la entidad han tenido hijos, y algunas de ellas los han perdido por defunción. **El sentimiento de soledad ligado al cuidado, las expectativas vinculadas a ella y el posible duelo**, siguen siendo una correlación sobre la que no se ha profundizado y en relación a la cual sería necesario aportar elementos desde el punto de vista de la intervención. Relacionado con este aspecto hay que recordar que algunas investigaciones cualitativas sugieren que será, precisamente, la forma en que las personas mayores gestionen sus pérdidas la que explicará su sensación de soledad. Según estos resultados, las personas superadas por la pérdida se sentirán más solas y les resultará más difícil encontrar actividades y significado, al mismo tiempo que tienen más dificultades para mantener relaciones (Coll Planes, 2017).

En cuanto a la relación de las personas mayores vinculadas a Amigos de los Mayores con la propia entidad, hay que recordar que **la mayoría de las personas viven en su domicilio y forman parte del programa de acompañamiento a domicilio**. Este hecho no responde a la proporción de personas mayores que se sienten solas, pero tiene su causa en el propio proceso histórico de la entidad, que comenzó en el año 1987 como una entidad de acompañamiento emocional en el hogar.

En cuanto al **proceso de detección de situaciones de soledad no deseada y derivación** a la entidad, aunque la mayoría de las personas están vinculadas por iniciativa propia, sería necesario reflexionar sobre cómo llegar a todas aquellas personas a las que no llegamos y son derivadas desde otros servicios.



---

observatorio de la  
**soledad**

---

---

 amigos de  
los mayores

---