



II Jornada Nacional de
Enfermería Geronto-Geriátrica. Santiago, 2015



La soledad en las personas mayores que viven solas: ¿Mito o realidad?.

Enf. Doris Sequeira Daza
Dra. en Gerontología
Social,
Universidad de Granada

Fundamentación

- Aumento de la población anciana en el país especialmente los mayores de 80 años.
- El envejecimiento de la población ha significado un cambio en la estructura familiar y en las redes sociales.
- Los problemas de salud mental representan la 2ª. causa de años de vida saludables perdidos.



- Asociación entre soledad y problemas de salud física y mental
- Existen antecedentes en el país que la soledad es una preocupación para las personas mayores.
- Susceptibilidad de atenuar o prevenir el impacto negativo de sus efectos desde la enfermería.
- Falta de estudios específicos sobre soledad en Chile desde la enfermería.

Soledad y ancianos

- Uno de los estereotipos sobre la vejez es la soledad,
- Se suele asociar la soledad a la vejez con más frecuencia que a otra etapa de vida, aunque se da en todas las edades
- No siempre es anormal (Jerome, 1983),
- Puede ser un sentimiento válido (Ebersole y Hess, 1990)



- No todas las personas mayores tienen las mismas necesidades con respecto a la soledad (Murphy y Kupshik, 1992).
- Weeks (1992) destaca el hecho de que la soledad no siempre tiene consecuencias negativas pero que donde se encuentre soledad, la intervención de enfermería debería dirigirse a su mitigación y prevención (Barrón, 1994).



La soledad en los mayores

- Involuntaria a veces
- No se reconoce espontáneamente
- Sub-registro
- Estigma social → “solitarios”
- Vergüenza
- Soledad familiar



- 13,2% vivían solo en el año 2006 (Casen)
- 60,2% mujeres y 38,8%

- 14% según Censo 2012



- 16% según la Política de Envejecimiento (2012)

Algunos estudios....

- 30% de la muestra declaró sentirse solitario frecuentemente,
- 35% casi todo el tiempo.
- mujeres (29,9%) expresaron sentirse más solitarias que los hombres (15,4%),
- las personas mayores de 75 años manifestaron sentirse más solitarios (33,6%)
- nivel socio-económico bajo (31,8%).

Barros, Avendaño y Fortes (2001) : Calidad de Vida en los ancianos.
Proyecto FONDECYT 1020643

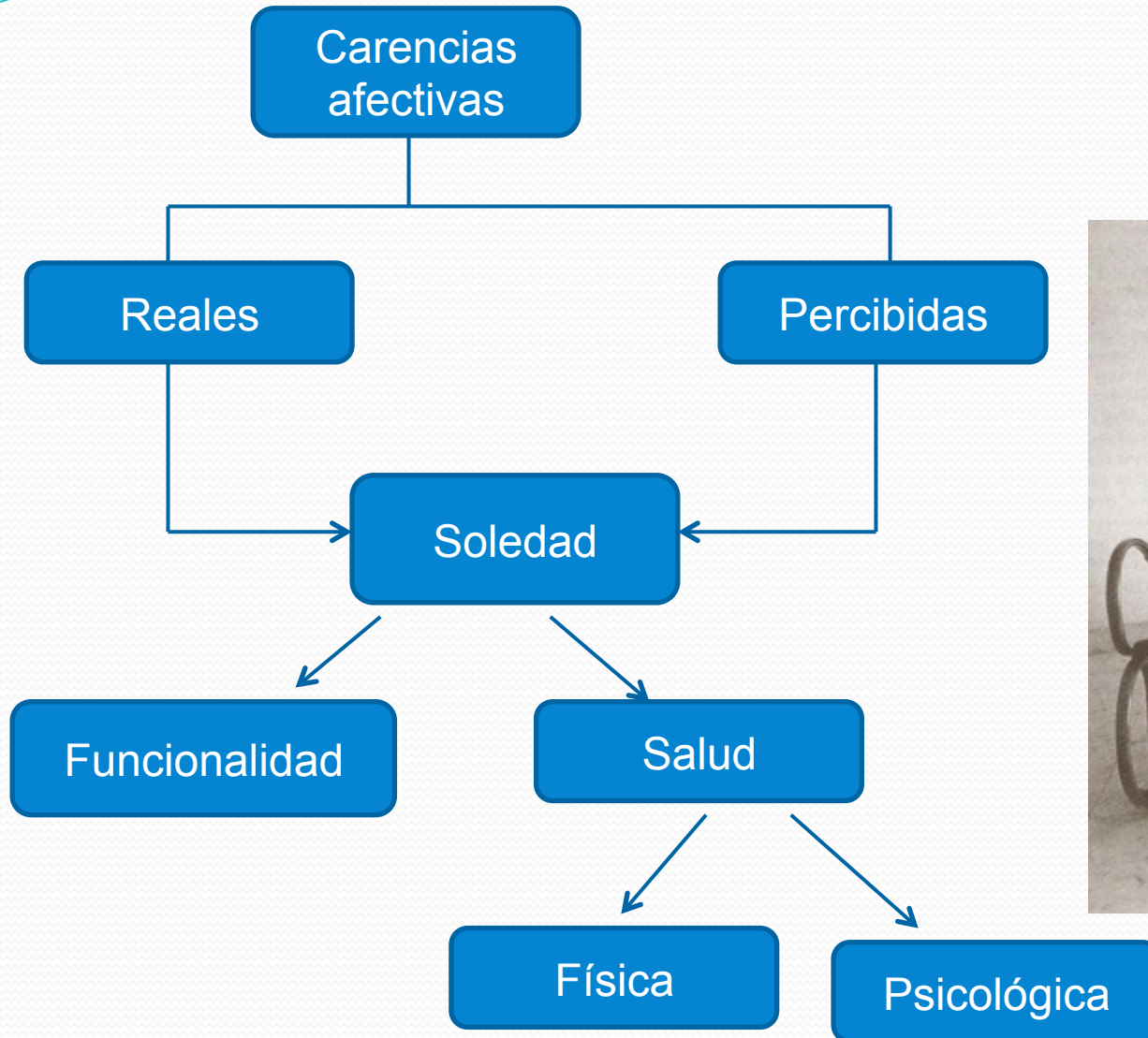
- 39% de los entrevistados se encontraba solo a menudo y siempre
- Mayor en las mujeres con un 24% que en los hombres que registraron un 17%;
- 60 años alcanzó al 20% para llegar al 26% en los mayores de 85 años.
- Entre las principales situaciones que preocupaban a los entrevistados estaba la soledad con un 17%, siendo mayor la preocupación en las mujeres (16%) y en los mayores de 80 años (26%)

Criteria, 2009

¿Cómo definen soledad las personas mayores?



Soledad



Montero y Sánchez-Soza
(2001)

Tipología de la soledad

Tipo de déficit relaciones sociales

Soledad emocional

(Weiss, 1973)

Soledad social

Soledad familiar

Soledad conyugal

(Rubio y Aleixandre, 1999)

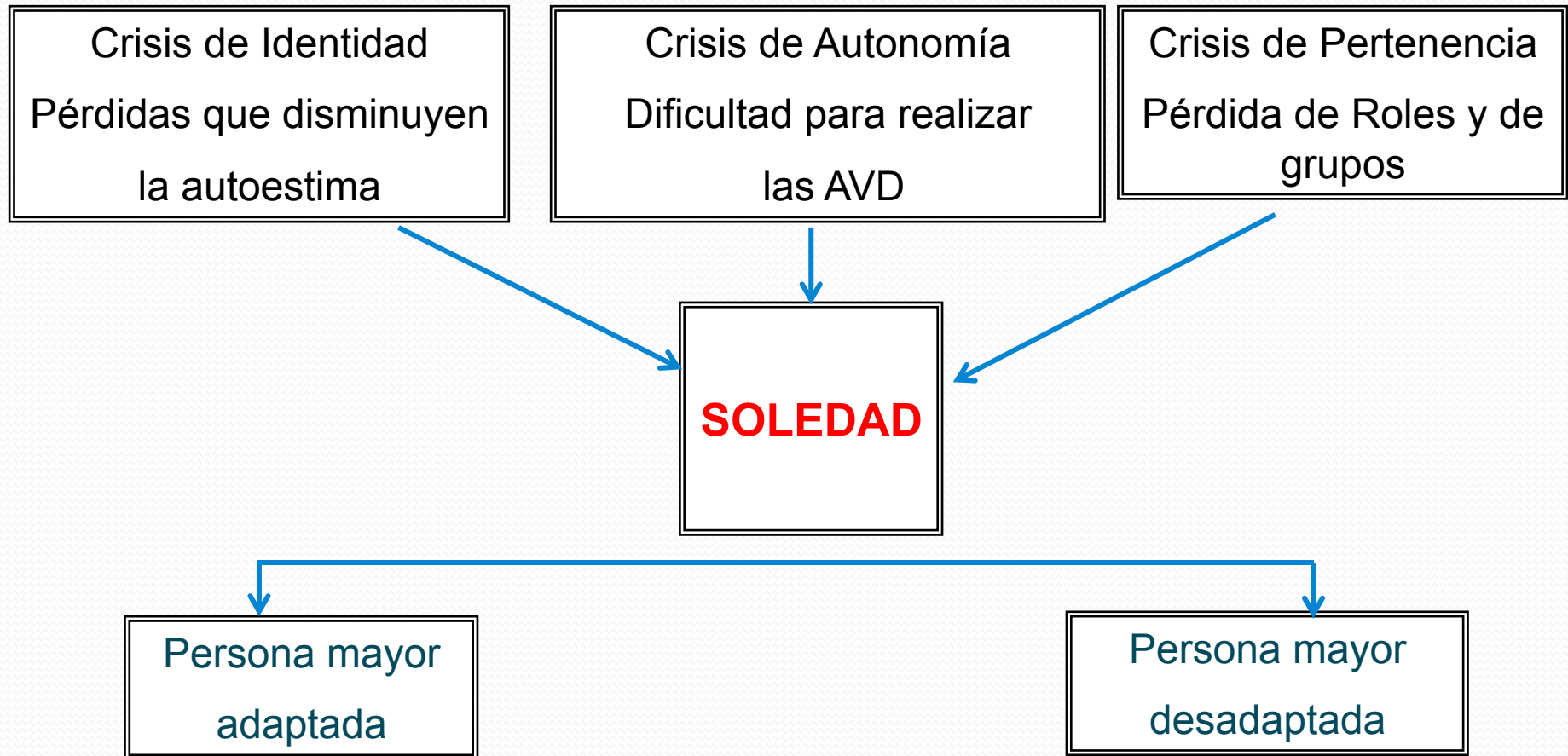
Según valoración

Soledad positiva

Soledad negativa

(Escotet, 2001)

Modelo de Soledad (Cabezas, 2001)



Causas que generan soledad

Internas o personales:

- Dificultad para estar solo;
- Habilidades sociales deficientes;
- Patrones cognitivos disfuncionales;
- Interrupción del proceso de socialización en la niñez;
- Sentimiento de insatisfacción frente a las relaciones sociales



Causas externas o situacionales:

- Carencia de recursos sociales, económicos, demográficos,
- Viudez,
- Condiciones de hacinamiento
- Hospitalización (Muchinik y Seidmann, 1998).



Factores de riesgo

- Escasa participación en actividades agradables
- Deterioro de las relaciones familiares
- Deficientes relaciones sociales
- Síndrome del nido vacío
- Aislamiento social
- Estado de salud
- La jubilación
- La viudez
- **Vivir solo**
- Depresión



Efectos físicos de la Soledad

- Disminución del sistema inmunológico
- Discapacidad,
- Enfermedades crónicas como la hipertensión arterial
- Aumento de la morbilidad
- Mayor incidencia de enfermedades cardíacas, infecciosas e inmunitarias;
- Mayor probabilidad de ser hospitalizados por descompensaciones de patologías crónicas.

Efectos emocionales de la Soledad

- Altos niveles de ansiedad;
- Sentimientos de hostilidad;
- Baja autoestima,
- Estados depresivos
- Disminución del optimismo;
- Problemas para dormir;
- Insatisfacción con la vida;
- Deterioro cognitivo;
- Consumo y abuso de sustancias tóxicas,



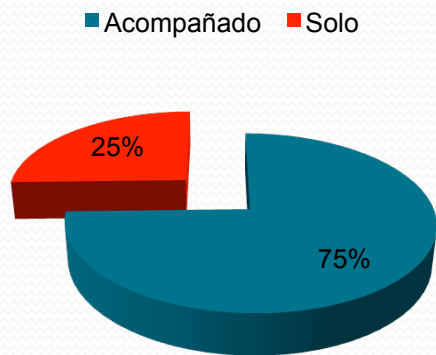
Estudios sobre soledad

- Soledad y conductas de afrontamiento a la soledad, 2009
- Muestra 185 personas que participan en actividades sociales.
- Muestra probabilística

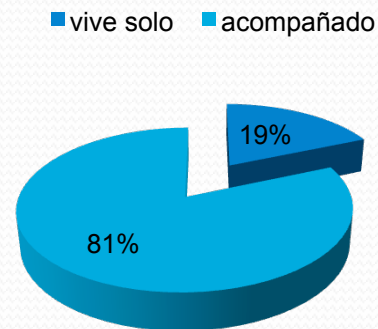


- La soledad en las personas mayores: Factores de riesgo y factores protectores, 2011
- Muestra: 350 personas mayores que se atienden en Centros de Salud de Valparaíso
- Muestra probabilística

Estudios sobre soledad en Valparaíso

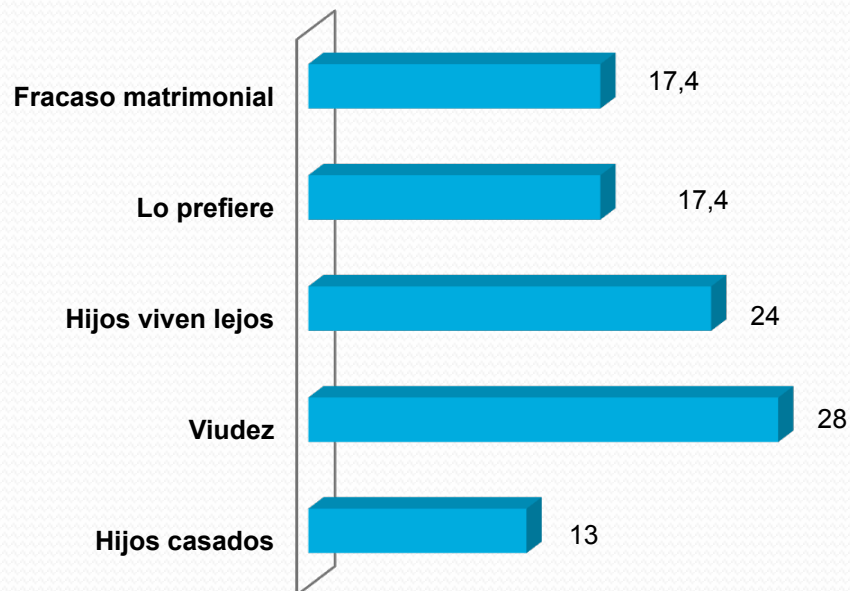


Porcentaje de Personas mayores que viven solas, 2009

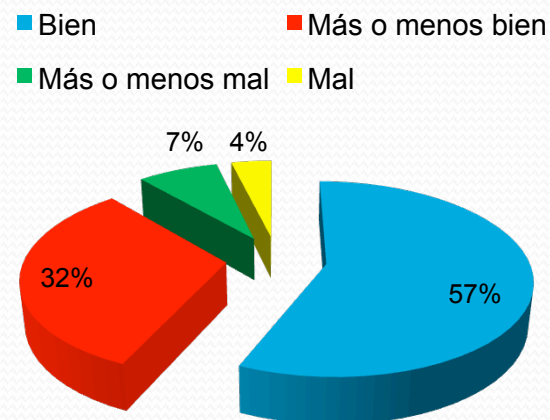


Porcentaje de Personas mayores que viven solas, 2011

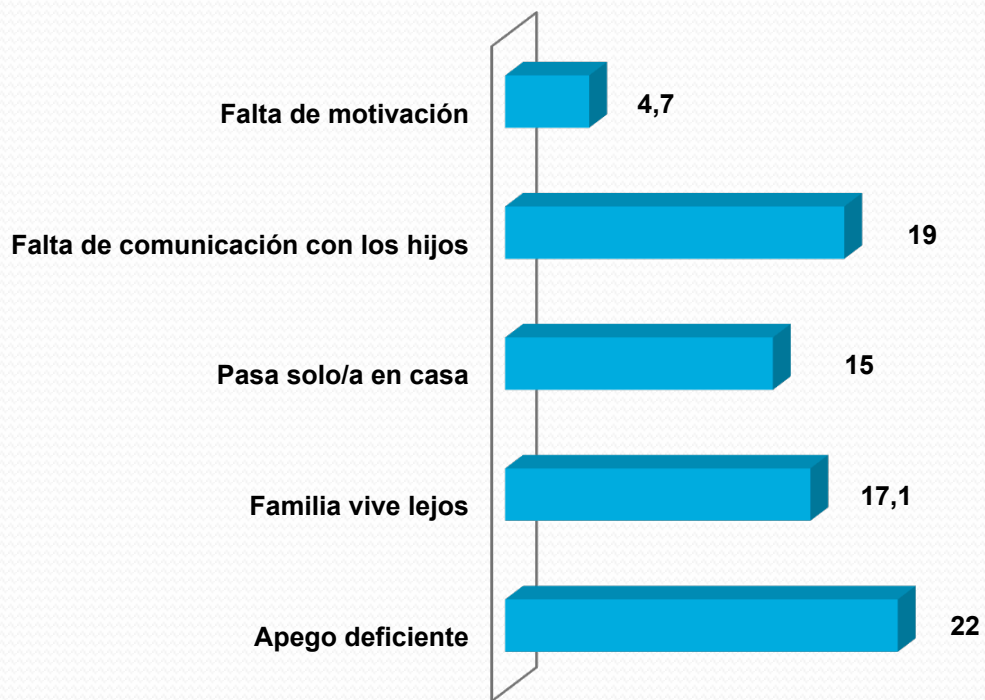
Distribución de la muestra según motivos por los que vive sola, 2009



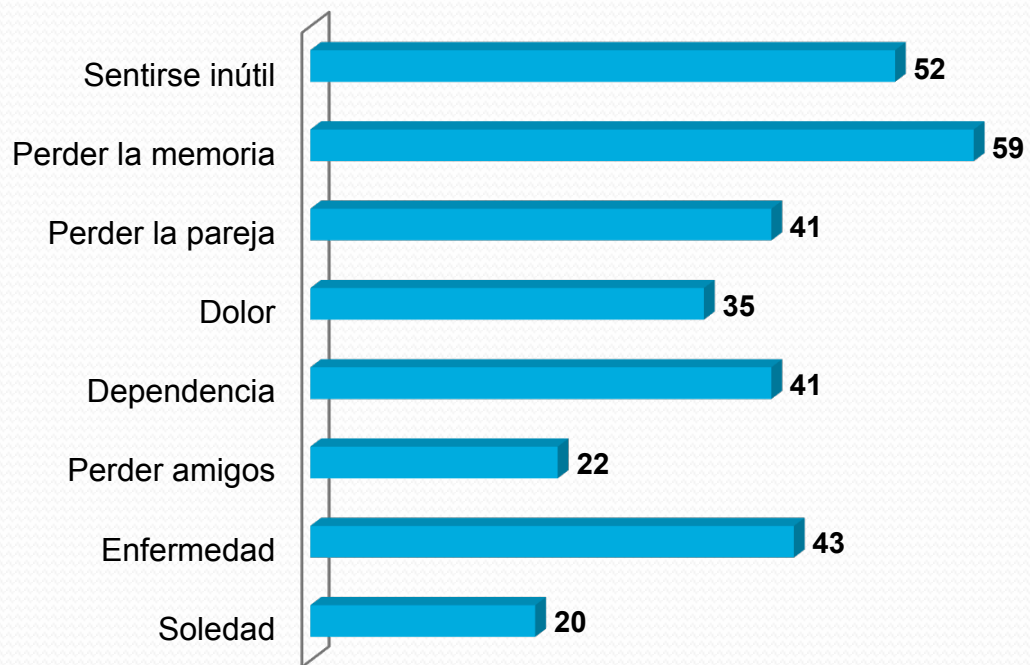
Distribución de la muestra según como se siente al vivir solo, 2009



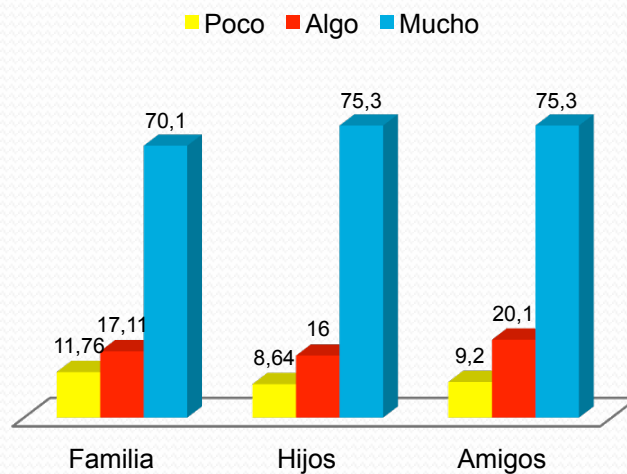
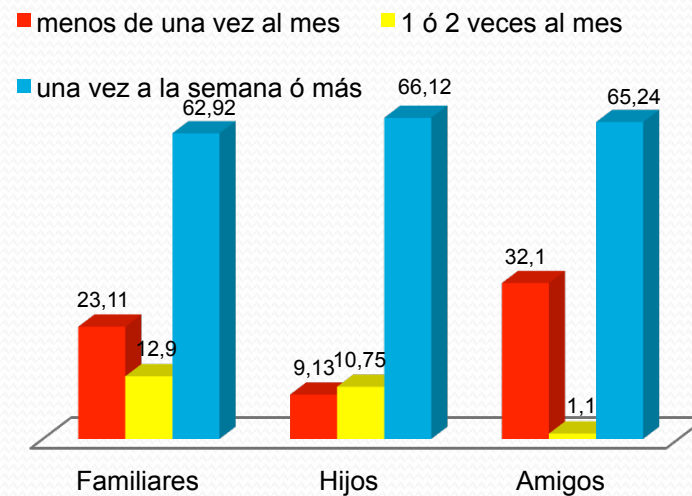
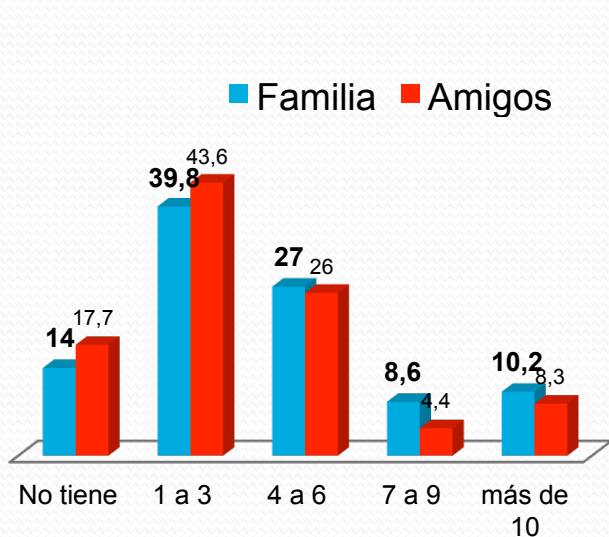
Motivos por los que la muestra se siente sola, 2009



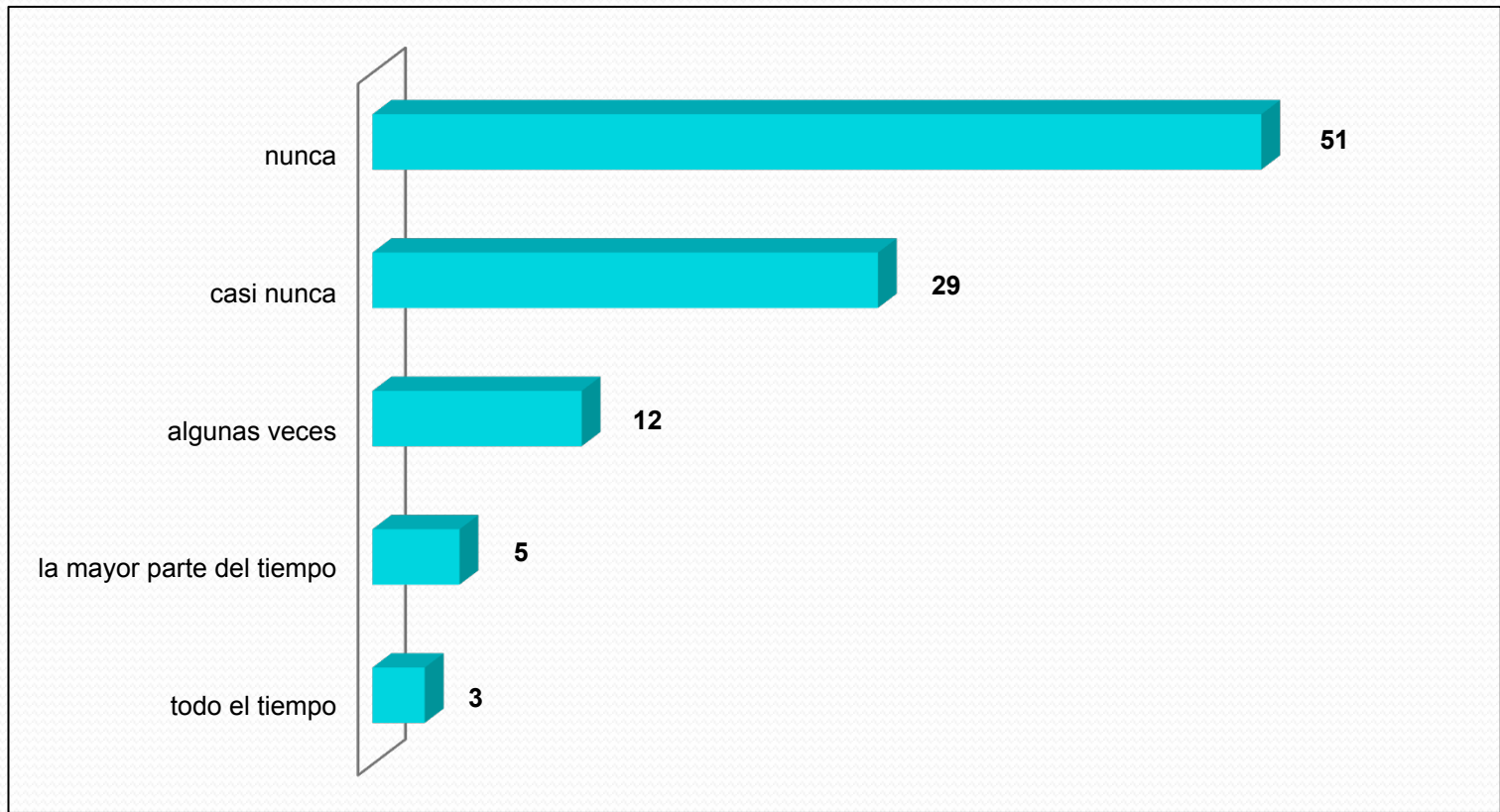
Distribución de la muestra según ,sus principales temores, 2009



Contactos sociales, 2009



Frecuencia de soledad según IMSOL-AM, 2011



Análisis bivariado de la variable soledad y las variables demográficas

| Variable | | Total N=350 | Soledad | | p |
|----------------------|---------------------|-------------|---------|------|--------------|
| | | | Si | No | |
| Sexo | Mujer | 206 | 34 | 66 | 0,130 |
| | Hombre | 144 | 26,4 | 73,6 | |
| Edad | Menores 80 a. | 290 | 27,9 | 72,1 | 0,009 |
| | Mayores 80a | 60 | 45 | 55 | |
| Estado civil | Soltero | 28 | 42,9 | 57,1 | 0,001 |
| | Viudo | 110 | 47,3 | 52,7 | |
| | Separado | 42 | 35,7 | 64,3 | |
| | Casado/con pareja | 170 | 17,1 | 82,9 | |
| Escolaridad | Enseñanza Básica | 264 | 30,3 | 69,7 | 0,355 |
| | Enseñanza Media | 66 | 36,4 | 63,6 | |
| | Estudios Superiores | 20 | 20 | 80 | |
| Forma de convivencia | Vive solo | 65 | 55,4 | 44,6 | 0,001 |
| | Vive acompañado | 285 | 25,3 | 74,7 | |

Análisis bivariado de la variable Soledad y las Variables Sociales

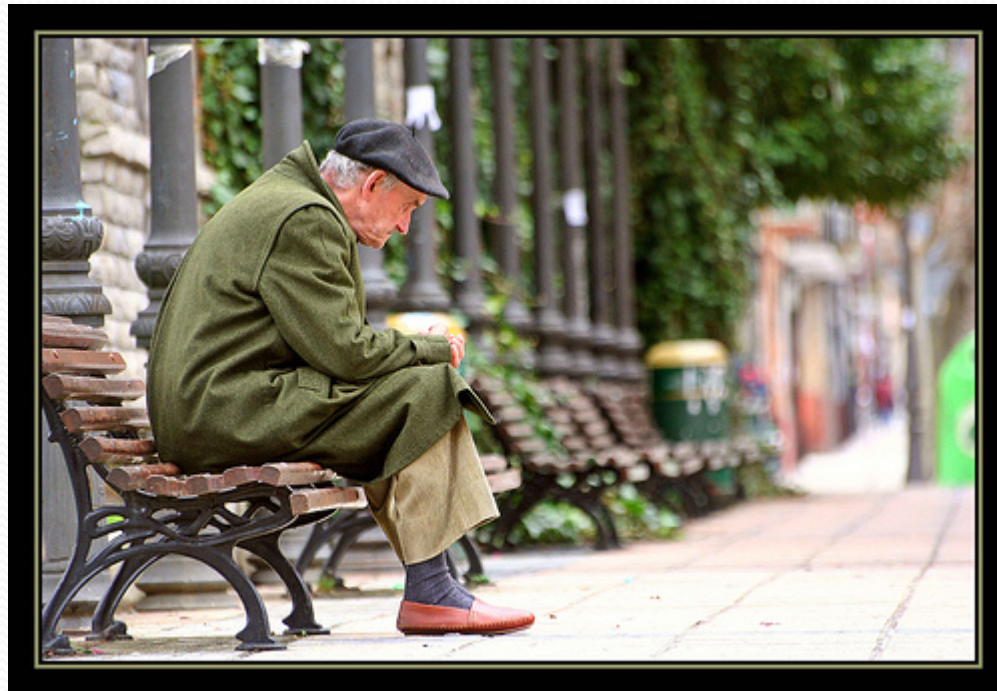
| Variable | | Total N=350 | Soledad | | p |
|--------------------------|----------|-------------|---------|------|--------------|
| | | | Si | No | |
| Tiene amigos*** | Si tiene | 193 | 24,4 | 75,6 | 0,003 |
| | No tiene | 157 | 38,9 | 61,1 | |
| Contacto con los vecinos | Nunca | 120 | 46,3 | 53,7 | 0,004 |
| | A veces | 88 | 24,1 | 75,9 | |
| | Siempre | 142 | 29,6 | 70,4 | |
| Familia | Si tiene | 278 | 24,8 | 75,2 | 0,001 |
| | No tiene | 72 | 54,2 | 45,8 | |
| Hijos | Si tiene | 324 | 28,1 | 71,9 | 0,001 |
| | No tiene | 26 | 65,4 | 34,6 | |
| Apoyo social | Si tiene | 218 | 23,1 | 76,9 | 0,001 |
| | No tiene | 132 | 79,8 | 20,2 | |

Las variables que se asociaron significativamente con la soledad fueron:

- Enfermedades crónicas ($p=0.036$)
- Edad ($p=0.009$),
- Tipo de convivencia ($p=0.001$),
- Satisfacción con la vida ($p=0.001$,
- Percepción del estado de salud ($p=0.004$)
- Percepción estado ánimo ($p=0.001$)
- Apoyo social ($p=0.001$),

Respondiendo...

- Sí, las personas mayores que viven solas, se sienten más solas



“Nacemos solos y morimos solos, y en el paréntesis es tan grande la soledad, que necesitamos compartir la vida para olvidarla”.

E. Fromm



Valparaíso, Patrimonio Cultural de la Humanidad



Gracias por su atención