

Los contextos de la soledad en relación con la investigación y la intervención

Carmen Galán. Unidad de Coordinación de Estudios. Imserso



MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030



IMERSO



La soledad se experimenta de forma individual, pero requiere análisis que consideren los contextos comunitarios, colectivos y estructurales



Interés actual por la soledad:

-Entre septiembre de 2019 y octubre de 2020 la soledad apareció en los medios de comunicación españoles en 187 artículos

-Interés previo a la pandemia. Enero 2018 el Reino Unido consideró la soledad una materia de competencia ministerial. Jonh Cacciopo envía una carta a la revista The Lancet¹

-Prevalencia (1 de cada 5 personas sentía soledad en España en el año 2024 (20%)²

-Efectos negativos que puede producir sobre la salud

-Costes asociados estimados del 1,17% del PIB en España en 2021³



El conocimiento producido sobre la soledad participa en la construcción social de lo que entendemos por soledad

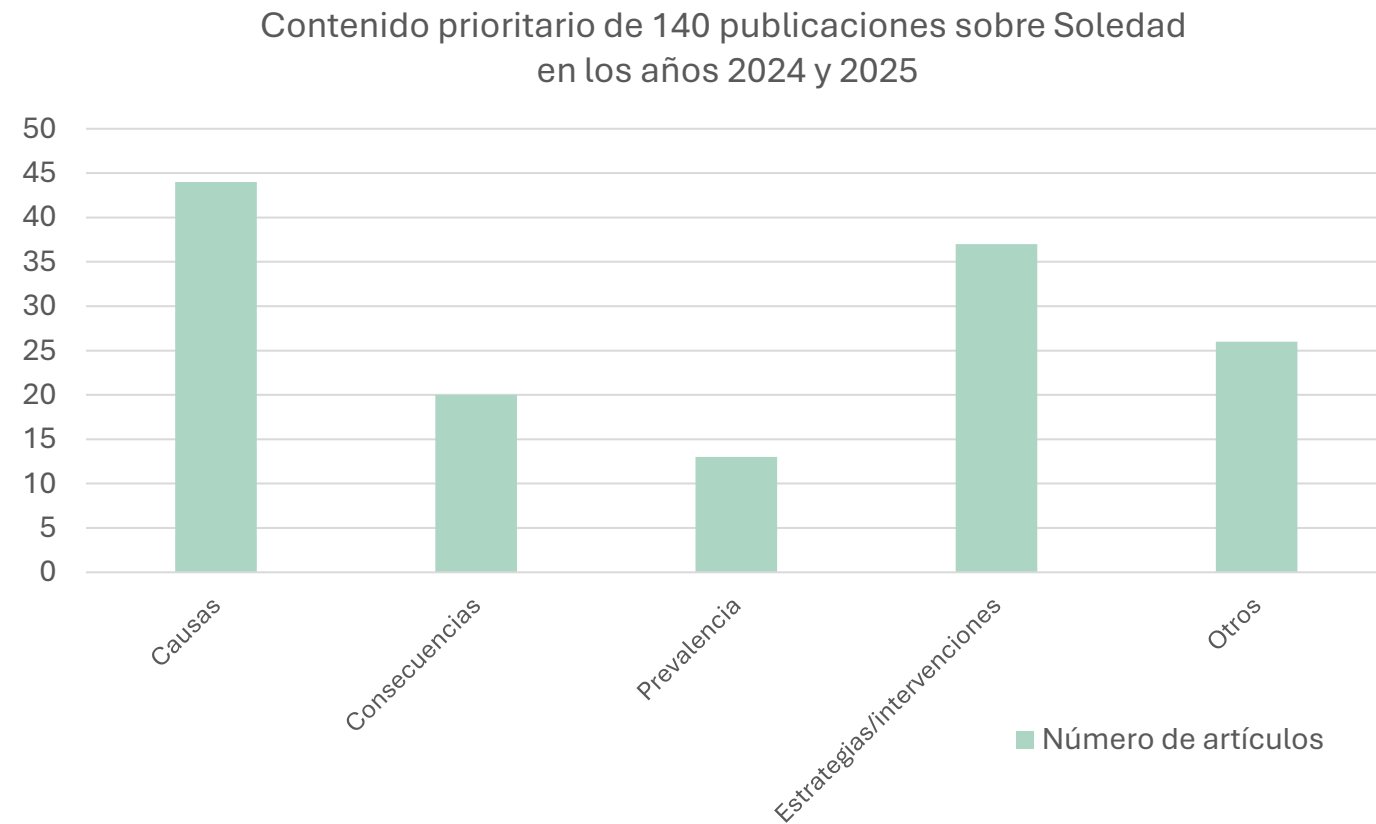
1. Rodríguez, M.D., de Rillo, F., Berenguer, J. (2020). *Informe del Observatorio Ciudades que Cuidan 2020. Impacto de la soledad en los medios de comunicación*. Fundación Mémora.

2. Datos del Barómetro del Observatorio estatal de la Soledad

3. Casal Rodríguez, B., Rivera Castiñeira, B., & Rodríguez-Míguez, E. (2023). El coste de la soledad no deseada en España. Observatorio Estatal de la Soledad



Interés por la soledad en el ámbito de la investigación:



Datos obtenidos de revisión bibliográfica de publicaciones sobre soledad y personas mayores a nivel internacional. CREDEI 2024 y 2025



Algunas dificultades y limitaciones de la investigación sobre la soledad

- La repercusión de los acuerdos y desacuerdos sobre la soledad
- La soledad como una realidad multifacética. La importancia del lugar desde el que se mira
- Lo observable y lo no observable de la soledad
- El estigma asociado a la soledad como barrera en la investigación



Algunas particularidades de la investigación cualitativa sobre la soledad. Fortalezas

- Las posibilidades de la etnografía en la investigación sobre soledad:
- Permite una mayor participación y diálogo con las personas
- Atiende a lo observable y lo no observable
- Permite acercarse a la soledad a través de una descripción densa
- Permite considerar la dimensión temporal
- La etnografía atiende a lo cotidiano
- Permite comprender la soledad desde una perspectiva encarnada
- Permite atender la situacionalidad de la soledad
- La etnografía permite considerar el espacio y los contextos materiales en los que se ancla la experiencia de la soledad en las personas
- Facilita la adaptabilidad y acoge lo emergente



La soledad como experiencia encarnada

- No existe la soledad en abstracto siempre tiene lugar en una persona
- Soledad encarnada como crisis de separación social y personal: corporalidad, intimidad y empatía
- Y como crisis de separación espiritual: vacío de sentido, vacío existencial y trascendental
- Insertada en unas características y condiciones desde un punto de vista amplio, en una historia vital desde una consideración dinámica
- Procesos propios de producir la soledad, de experimentarla, de situarse ante ella, y de actuar o no



La soledad como experiencia situada

- No existe la soledad en abstracto siempre tiene lugar en un contexto
- El contexto no se opone a la persona, permite trascender la individualidad de la experiencia de soledad: experiencia intersubjetiva
- El contexto no solo como un telón de fondo opera de una forma activa
- Contexto a distintas escalas:
 - Comunitaria: entendido como proceso en curso con valores compartidos
contexto del reconocimiento mutuo, la pertenencia y el cuidado



La soledad como experiencia situada

-Contexto a distintas escalas:

-Macro: Estructuras históricas, políticas y económicas crean y cronifican las condiciones de desconexión: desigualdades, violencia estructural

Ideologías que perpetúan

-Global: realidad continuum on line y off line



Algunas particularidades de la investigación cualitativa sobre la soledad. Limitaciones

- Limitaciones propias de la etnografía
- La presencia de la persona que observa en el campo
- La relación y el vínculo en la investigación. La asimetría y el estigma
- La convivencia con otras metodologías



Actuaciones en relación con la soledad. Aportaciones desde la perspectiva encarnada y situada

- Actuaciones: ¿intervenciones o mecanismos de afrontamiento?
El afrontamiento por parte de la propia persona
- Personalización y enfoque en lo próximo
- La relevancia de lo micro: la amabilidad, los microintercambios
- La importancia de las aportaciones y el reconocimiento
- La vida significativa
- Las posibilidades y limitaciones de lo virtual
- El papel de la evidencia



Marco estratégico estatal de las soledades

1 Transversalidad de las soledades en las políticas públicas

- 1.1. Promover un enfoque transversal y sostenible en las políticas públicas sobre las soledades, integrando su consideración en el ciclo completo de diseño, planificación, implementación y evaluación, y apoyándose en evidencias y aprendizajes que refuercen la coherencia y la continuidad de las respuestas públicas.
- 1.2. Activar y consolidar estructuras estables de gobernanza multinivel y multiactor que articulen liderazgos compartidos y aseguren la participación ciudadana (incluida la experiencia vivida) en la planificación, el seguimiento y la evaluación de las políticas sobre las soledades.
- 1.3. Establecer un sistema estatal de seguimiento, medición y evaluación de la Estrategia que aporte indicadores comunes, informes periódicos y mecanismos de aprendizaje, reforzando la coherencia interadministrativa y la orientación a resultados en la prevención y el abordaje de las soledades.



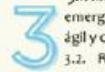
2 Tejido social y desarrollo comunitario



- 2.1. Promover entornos físicos, sociales y digitales inclusivos y accesibles que faciliten la participación, mejoren la interacción cotidiana y contribuyan a prevenir las soledades en todos los territorios.
- 2.2. Potenciar la comunidad como espacio cotidiano de encuentro, relación y participación, generando oportunidades accesibles y diversas para formar parte de la vida social y fortalecer el sentido de pertenencia.
- 2.3. Favorecer redes y estructuras comunitarias de apoyo mutuo (formales y convivenciales) que refuercen la solidaridad, la corresponsabilidad social y nuevas formas de convivencia, en complementariedad con los apoyos públicos y profesionales, con atención a que estas iniciativas no reproduzcan ni refuercen brechas de género.

2

3 Detección, acompañamiento relacional y apoyos de proximidad



- 3.1. Impulsar sistemas y estrategias de detección temprana que permitan identificar situaciones emergentes o desencadenantes de soledad a lo largo del ciclo vital, activando apoyos de forma ágil y coordinada.
- 3.2. Reforzar los modelos de acompañamiento relacional y afectivo en situaciones de soledad emergente o mantenida en el tiempo, promoviendo vínculos significativos, la recuperación de sentido y pertenencia y atendiendo a las distintas trayectorias a lo largo del ciclo vital.
- 3.3. Desarrollar servicios profesionales de proximidad, accesibles y adaptados al territorio, que apoyen la vida cotidiana, faciliten la permanencia en el entorno habitual y reduzcan el riesgo de desconexión social mediante apoyos continuos, personalizados y de base comunitaria.



4 Concienciación social, conocimiento e innovación



- 4.1. Impulsar la producción, análisis y difusión de conocimiento riguroso, inclusivo y socialmente responsable sobre las causas, consecuencias y abordajes eficaces de las soledades, integrando la evidencia científica, los datos de los sistemas públicos y las experiencias vividas para orientar el diseño y la evaluación de políticas.
- 4.2. Transformar la percepción social de las soledades en el debate público, promoviendo una narrativa desestigmatizante que visibilice su diversidad e impulse la corresponsabilidad social y una cultura de cuidado, incorporando enfoques intergeneracionales y de género que reconozcan el impacto de las desigualdades estructurales.
- 4.3. Impulsar un ecosistema conectado de aprendizaje, evaluación e innovación social, pública y tecnológica, que permita diseñar, experimentar y escalar soluciones eficaces para prevenir y abordar las soledades como un reto social complejo, apoyando infraestructuras, procesos y alianzas que sostengan cambios duraderos en los territorios.

4



Marco estratégico estatal de las soledades

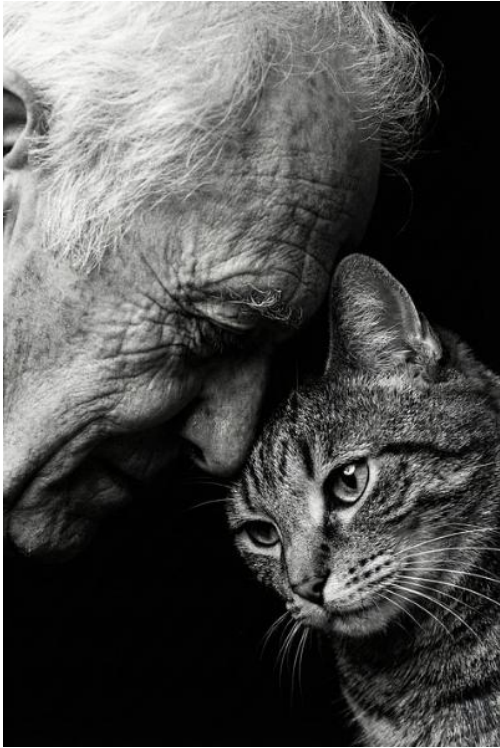
-Objetivos del Eje 4. Concienciación social, conocimiento e innovación

4.1. Impulsar la producción, análisis y acceso abierto al conocimiento riguroso, inclusivo y socialmente responsable sobre las causas, consecuencias y abordajes eficaces de las soledades, integrando la evidencia científica, los datos de los sistemas públicos y las experiencias vividas para orientar el diseño y la evaluación de políticas.

4.2. Transformar la percepción social de las soledades en el debate público, promoviendo una narrativa desestigmatizante que visibilice su diversidad e impulse la corresponsabilidad social y una cultura de cuidado, incorporando enfoques intergeneracionales y de género que reconozcan el impacto de las desigualdades estructurales

4.3. Impulsar un ecosistema conectado de aprendizaje, evaluación e innovación social, pública y tecnológica, que permita diseñar, experimentar y escalar soluciones eficaces para prevenir y abordar las soledades como un reto social complejo, apoyando infraestructuras, procesos y alianzas que sostengan cambios duraderos en los territorios.

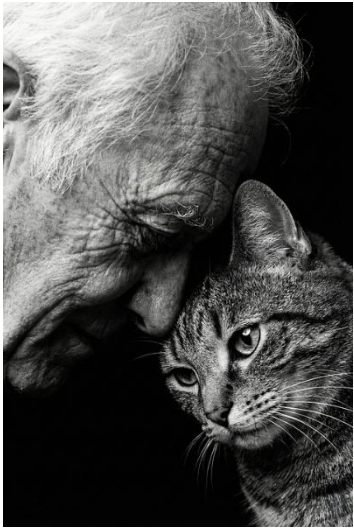




Algunas referencias bibliográficas

- Barrio Formoso, O. (2024). Hacia una cartografía teórica de la soledad: una revisión de los acercamientos teóricos a la soledad. *Papers. Revista De Sociología*, 109(1), e3207. <https://doi.org/10.5565/rev/papers.320>
- Hine, C. (2015). *Ethnography for the internet embedded, embodied and everyday*. Bloomsbury Academic.
- Ozawa-de Silva, C., Parsons, M. A., Jones, A. J., Richards, A., & Antoniou, R. (2026). The anthropology of loneliness: A multiscalar and ethnographic examination. *Annual Review of Anthropology*, 55. <https://doi.org/10.1146/annurev-anthro-041624-013830>
- Sancho, M. (coord.), Barrio, E. del, Díaz-Veiga, P., Marsillas, S., & Prieto, D. (2019). *Bakardadeak: Explorando soledades entre las personas mayores que envejecen en Gipuzkoa*. Donostia-San Sebastián: Instituto Matia. https://www.matiainstituto.net/sites/default/files/archivospdf/bakardadeak_informe_completo.pdf
- Tirkkonen, S. K. (2025). Phenomenological approaches to loneliness: A conceptual review. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 66, Article 101612. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2025.101612>
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. MIT Press.





Muchas gracias

