



El 64,1% de les persones que assisteixen als centres de gent gran a Catalunya senten soledat, segons un estudi de la Fundació "la Caixa"

- L'informe *La soledat en les persones grans*, elaborat per la Fundació "la Caixa", determina que la taxa de prevalença de la soledat als centres de gent gran és del 68,5 %, del qual el 53,7 % correspon a soledat moderada; el 10,3 %, a soledat greu, i el 4,5 %, a soledat molt greu.
- A Catalunya, un 64,1% de les persones que assisteixen als centres de gent gran senten soledat. Aquesta dada s'extreu d'una mostra de 4.450 persones que van als 192 centres propis i els adherits en conveni amb les administracions públiques.
- La recerca posa en relleu la importància dels recursos emocionals a l'hora de reduir el sofriment que genera la soledat i destaca els beneficis d'una actitud més positiva i proactiva. Davant la crisi de la COVID-19, i amb dades derivades d'una recerca complementària, aquestes persones són les que han «resistit» millor el confinament.
- «La situació actual ha posat de manifest fins a quin punt la soledat és una realitat estesa i complexa, que ens interpel·la a tots com a societat. És per això que la nostra entitat dedica grans esforços perquè les persones grans disposin de les eines necessàries per viure una vida plena, amb sentit i significat», ha subratllat la directora del programa de Gent Gran de la Fundació "la Caixa", Cristina Segura.

Barcelona, 23 de juliol de 2020.- Un 64,1% de les persones que assisteixen als centres de gent gran a Catalunya senten soledat. En el conjunt d'Espanya, la xifra ascendeix fins al 68,5%, del qual el 53,7 % correspon a soledat moderada; el 10,3 %, a soledat greu, i el 4,5 %, a soledat molt greu. Aquesta és una de les conclusions principals que es desprenen de l'estudi *La soledat en les persones grans: prevalença, característiques i estratègies d'afrontament*, coordinat pel Dr. Javier Yanguas, director científic del Programa de Gent Gran de la Fundació "la Caixa".



La dada de Catalunya s'extreu d'una mostra de 4.450 persones usuàries dels 192 centres propis i els adherits en conveni amb les administracions públiques: amb la Generalitat de Catalunya; amb l'Ajuntament de Barcelona; l'Ajuntament de Lleida; l'Ajuntament de Badalona; així com diferents centres en ajuntaments de Catalunya, i amb altres entitats i centres amb els quals el programa de Gent Gran de la Fundació "la Caixa" col·labora puntualment.

L'objectiu de l'informe és saber quina és la prevalença i quines són les característiques de la soledat en les persones que assisteixen als centres de gent gran, i també aprofundir en les diferents estratègies que desenvolupen les persones a l'hora d'afrontar la seva pròpia soledat, amb l'objectiu de millorar les intervencions que tenen com a missió prevenir i reduir aquestes situacions.

L'estudi determina que la **soledat social (manca de connexió social i relacions de suport) és lleugerament més gran que la soledat emocional (sentiments d'abandó, buidor i absència de persones estimades). Tanmateix, la soledat emocional augmenta a mesura que la persona es va fent gran.** Pel que fa al gènere, la soledat afecta homes i dones de manera bastant similar: el 66,2 % dels homes i el 69,4 % de les dones pateixen soledat, però la manera d'experimentar-la i viure-la té alguns matisos. D'una banda, la soledat dels homes es caracteritza per un dèficit relacional focalitzat en l'absència de persones amb les quals relacionar-se (connexió social), i especialment en una manca de relacions de confiança. D'altra banda, la soledat de les dones afegeix, a aquests aspectes relacionals esmentats, sentiments de buidor i abandó, amb matisos essencials d'una soledat més complexa.

«La situació actual ha posat de manifest fins quin punt la soledat és una realitat estesa i complexa, que ens interpel·la a tots com a societat. És per això que la nostra societat dedica grans esforços perquè les persones grans disposin de les eines necessàries per viure una vida plena, amb sentit i significat», ha subratllat **la directora del programa de Gent Gran de la Fundació "la Caixa", Cristina Segura.**



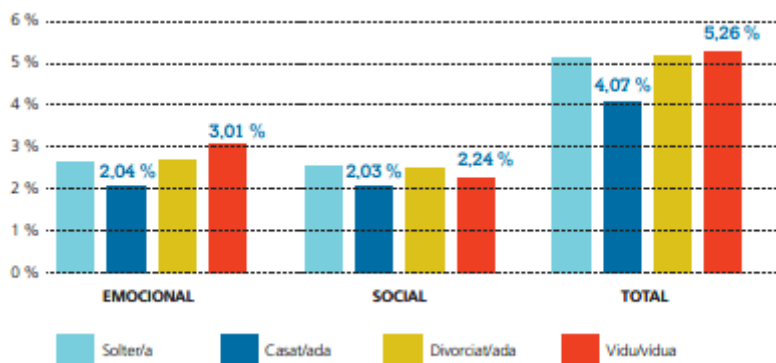
Diferències en la percepció de soledat entre homes (H) i dones (D)

	% D'AFECTATS ³	Dif. ⁴	p
Percepció de manca de suport	35,7 %	13,9 % H>D	,000
Sentiment de buidor	35,7 %	9,9 % D>H	,000
Absència de companyia	53,2 %	9,1 % D>H	,000
Trobar a faltar persones	42,6 %	5,7 % D>H	,000
Carència d'amics	40,8 %	5,4 % H>D	,000
Sentiment d'abandonament	21,2 %	4,3 % D>H	,000

Les **persones casades són les que refereixen menys soledat** en l'estudi, mentre que les persones **viudes** són les que informen d'una soledat més gran, amb diferències al voltant del 10 %; això reflecteix el paper rellevant que tenen les pèrdues tant en l'envelliment en general com en les persones en situació de soledat en particular. Pel que fa als modes de convivència, no hi ha un patró clarament definit de més o menys soledat pel fet de **viure sol o acompanyat**. D'altra banda, segons l'enquesta, com més baix és el **nivell educatiu**, més gran és la soledat emocional.

L'informe ressalta que la majoria de persones que assisteixen als centres de gent gran (al voltant del 65 %) manifesten que estan satisfetes amb la seva vida i que viuen **una vida amb sentit i significat**. Malgrat això, el 33,8 % dels enquestats creuen que no tenen una vida amb sentit i significat. Hi ha una altra correlació inversa entre la satisfacció vital i una vida amb sentit i significat i la soledat, de tal manera que incidir en el desenvolupament personal en la vellesa pot millorar la vivència de la soledat.

Tipologia de soledat segons l'estat civil de la persona



«La soledat ens interpel·la perquè està relacionada amb la interdependència, amb les cures, amb l'oportunitat de compartir projectes amb altres persones,



amb la participació en la nostra comunitat, amb la possibilitat d'obrir una finestra a l'autocomprensió personal i, per tant, de dotar la nostra vida de sentit i significat. Les relacions i la soledat matisen les nostres il·lusions, projectes, desitjos i interessos. Defineixen, encara que sigui per omissió, el que som», ha destacat el coordinador de l'informe, el **Dr. Javier Yanguas**.

La soledat de les persones grans en la pandèmia

Les dades recollides en aquesta investigació són anteriors a la pandèmia per COVID-19, quan a la soledat que ja patien moltes persones grans s'hi ha sumat l'aïllament social per confinament. D'aquesta manera, la conjuntura actual ha posat en relleu la importància dels recursos personals per fer front a l'aïllament i la soledat en qualsevol context.

Més enllà de l'enquesta, durant aquest període, el Programa de Gent Gran de la Fundació "la Caixa" ha fet el seguiment de persones usuàries de centres de gent gran de tot l'Estat confinades als seus domicilis per analitzar les seves fortaleses. Entre les conclusions extretes d'aquesta anàlisi qualitativa, cal destacar que són les persones amb **una visió més positiva i proactiva de la soledat** les que han «resistit» millor el confinament.

Estratègies d'afrontament de la soledat

L'informe conclou que les persones que no pateixen soledat afronten la vida de manera proactiva i s'han forjat una visió positiva d'aquesta; mentre que l'afrontament passiu (resignació, acceptació sense ànim de modificar la vivència de la soledat) és més propi de persones amb alts nivells de soledat. D'aquesta manera, **empoderar i capacitar les persones** per modificar aquestes estratègies és fonamental per a l'èxit de les intervencions per reduir les situacions de soledat.

Aquesta enquesta es va fer entre els mesos d'octubre i novembre del 2018, a 14.832 persones que assisteixen a la xarxa de més de 600 centres de persones grans propis de la Fundació "la Caixa" i en conveni amb les administracions públiques, de les quals el 31,1 % són homes i el 68,9 % són dones. El 40,89 % de les persones enquestades conviuen amb la seva parella, mentre que el 33,91 % viuen soles, i la resta, amb altres familiars o amics. El 49,2 % de les persones enquestades disposen d'estudis primaris i el 25 % del total tenen estudis secundaris.



L'escala utilitzada per mesurar la soledat és l'escala de soledat de De Jong Gierveld (1987), que es fonamenta en la idea que la soledat és la discrepància entre les relacions socials desitjades i les que efectivament es tenen, és a dir, en el model de la discrepància cognitiva, en el qual com més diferència hi ha entre el que s'espera i la realitat, més gran és la soledat experimentada.

Més de 100 anys compromesos amb la gent gran

El Programa de Gent Gran de la Fundació "la Caixa", amb més de cent anys d'història, té com a objectiu estratègic abordar els nous reptes que es presenten en la vellesa. En aquest sentit, es va posar en marxa «Sempre acompanyats», un programa per impulsar les relacions de suport i benestar entre les persones grans a través d'una intervenció que empoderi les persones, que comprometi la comunitat i que sensibilitzi la ciutadania. Actualment, és present en nou territoris, amb una xarxa de més de 150 institucions vinculades, i atén més de 400 persones.

Departament de Comunicació de la Fundació "la Caixa"

Paula Baldrich: 690 38 65 36 / pbaldrich@fundacionlacaixa.org

Sala de Premsa Multimèdia: <https://prensa.fundacionlacaixa.org/ca/>

 [@FundlaCaixaCAT](https://twitter.com/FundlaCaixaCAT)