



TRABAJO DE FIN DE GRADO EN TRABAJO SOCIAL

**“La soledad en personas mayores y
la influencia e impacto que las
nuevas tecnologías pueden tener
para paliarla: una visión desde el
Trabajo Social”**

Autor/a:

D./D^a. DIEGO RICO MASA

Tutor/a:

D./D^a. MARÍA TERESA DEL ÁLAMO MARTIN

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

CURSO 2020. – 2021.

FECHA DE ENTREGA: 25 de junio de 2021

RESUMEN

El envejecimiento y la soledad de la población española son dos factores muy presentes en nuestra sociedad y más actualmente con la llegada del COVID-19. En esta etapa de la vida, las personas mayores son propensas a desarrollar cambios en sus sentimientos, que pueden derivar en soledad y crear consecuencias muy graves en ellos.

Este trabajo, analiza la percepción del sentimiento de soledad y el uso de las nuevas tecnologías como mecanismo para paliarla, de 60 personas mayores que residen en la localidad de Toro, provincia de Zamora, en un entorno residencial y comunitario. De las cuales 35 viven en un entorno residencial y las otras 25 en un entorno comunitario.

Se trata de un estudio de carácter mixto en el que para identificar el sentimiento de soledad utilizamos la Escala Este II de Rubio y Pinel y para identificar el impacto y la influencia de las nuevas tecnologías hemos utilizado una entrevista cualitativa.

Finalmente, podemos destacar que la soledad está presente en nuestros mayores, aunque en ocasiones se oculte, dado que algunos mayores quieren mostrar que están perfectamente, reservando sus sentimientos y que las nuevas tecnologías son un gran apoyo para paliar la soledad y ofrecer un entretenimiento diferente.

PALABRAS CLAVE

Soledad, personas mayores, envejecimiento, Trabajo Social, nuevas tecnologías.

ABSTRACT

Ageing and loneliness are two big issues among the current Spanish population, specially with the ongoing covid-19 pandemic. At this stage of life, elderly people tend to develop changes on their emotions, which could lead to their loneliness, creating very severe consequences for them.

This work analyzes the perception of the feeling of loneliness and the use of new technologies as a mechanism to alleviate it, of 60 older people who reside in the town of Toro, province of Zamora, in a residential or community environment. Of which 35 live in a residential environment and the other 25 in a community environment.

It is a mixed study in which to identify the feeling of loneliness we used the Escala Este II by Rubio and Pinel and to identify the impact and influence of new technologies we used a qualitative interview.

Finally, it can also be highlighted that loneliness is present in elderly people, even though this is hidden in some instances. This is thought to be due to their fear of showing their true feelings. That is why new technologies have played a really important role to alleviate loneliness and offer an alternative way of entertainment

KEY WORDS

Loneliness, elderly, aging, Social Work, new technologies.

ÍNDICE

RESUMEN.....	2
PALABRAS CLAVE	2
ABSTRACT	2
KEY WORDS.....	2
1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN	6
2. MARCO TEÓRICO	8
2.1. Consecuencias de la soledad	12
2.2. Factores que provocan soledad en personas mayores	14
2.3. Escalas e instrumentos utilizados en la literatura para medir la soledad	16
2.4. Impacto de las nuevas tecnologías para combatir la soledad	17
2.5. Programas y proyectos sociales que ayudan a combatir la soledad actualmente	18
3. OBJETIVOS	20
4. METODOLOGÍA.....	21
4.1. Participantes	21
4.2. Diseño de la investigación	21
4.3. Variables de estudio	21
4.4. Instrumentos utilizados	22
4.5. Procedimiento.....	23
4.6. Análisis de los datos	23
5. RESULTADOS.....	24
5.1. Descriptivos sociodemográficos	24
5.2. Contactos con la red social de apoyo	26
5.3. Sentimiento de soledad	28
5.3.1. Descriptivos del total de la muestra referido a los sentimientos de soledad	28
5.3.2. Sentimientos de Soledad según la cantidad de visitas recibidas de familiares o amigos mediante la Escala Este II	29
5.3.3. Comparaciones entre variables mediante la Prueba de Levene y la Prueba T- Student para conocer el sentimiento de soledad según los participantes recibieran muchas visitas	30

5.3.4. Sentimientos de soledad según el lugar de residencia mediante la Escala Este II	32
5.3.5. Relación entre la percepción del apoyo social, uso de las nuevas tecnologías, índice de participación y nivel de soledad según el lugar de residencia mediante la prueba U de Mann-Whitney.	33
5.3.6. Sentimientos de Soledad de las personas que viven solas o no en su domicilio mediante la Escala Este II	34
5.3.7. Sentimiento de soledad medida con la Escala Este II y los participantes que manifestaron sentirse solos a pesar de estar acompañados.....	34
5.3.8. Sentimiento de soledad, percepción del apoyo social, uso de las tecnologías y participación social subjetiva de las personas que viven en residencia según la titularidad de la misma	36
5.4. Influencia e impacto de las nuevas tecnologías	38
5.4.1. Percepción de la soledad	38
5.4.2. Percepción del uso de nuevas tecnologías	38
5.4.3. Percepción acerca de la influencia de las nuevas tecnologías.....	39
5.4.4. Propuestas de mejora para la accesibilidad y el manejo de las nuevas tecnologías por parte de las personas mayores	40
5.4.5. Consejos acerca del uso de nuevas tecnologías	41
6. DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	41
7. CONCLUSIONES.....	45
8. BIBLIOGRAFÍA	48
9. ANEXOS.....	53

ÍNDICE DE GRÁFICAS

Gráfica 1. Evolución de la población de 65 y más años en España, entre 1900 y 2068... 8	8
Gráfica 2. Porcentajes de personas de 65 y más años, por comunidades autónomas, en 2019..... 10	10
Gráfica 3. Personas (en miles) que viven solas en España, por edad en 2019..... 11	11
Gráfica 4. Porcentajes por sexo de personas que viven solas en hogares unipersonales durante el confinamiento en España. 11	11
Gráfica 5. Factores de la soledad no deseada en personas mayores 14	14
Gráfica 6. Participación según género 24	24
Gráfica 7. Participación de las personas encuestadas según la edad. 25	25
Gráfica 8. Participación de las personas encuestadas según el domicilio. 25	25
Gráfica 9. Participación de las personas encuestadas según el estado civil. 26	26
Gráfica 10. Identificación de los contactos de la Red Social de Apoyo según el domicilio y la visita de familiares. 27	27
Gráfica 11. Identificación de los contactos de la Red Social de Apoyo según el lugar de domicilio específico y la visita de familiares. 27	27
Gráfica 12. Percepción del sentimiento de soledad..... 29	29

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población por grupo de edad y tamaño municipal en 2019..... 9	9
Tabla 2. Puntuación total de la muestra en la Escala Este II 28	28
Tabla 3. Sentimiento de soledad según la cantidad de visitas recibidas de familiares o amigos en la Escala Este II 30	30
Tabla 4. Comparaciones entre variables mediante la Prueba de Levene y la Prueba T-Student. 30	30
Tabla 5. Estadísticos de contraste dependiendo de si les visitan mucho o no 32	32
Tabla 6. Descriptivos de soledad dependiendo del lugar de residencia según la Escala Este II 33	33
Tabla 7. Relación entre la percepción del apoyo social, uso de las nuevas tecnologías, índice de participación y nivel de soledad según el lugar de residencia mediante la prueba U de Mann-Whitney. 33	33
Tabla 8. <i>Sentimiento de soledad dependiendo de si viven solos o no en su domicilio ...</i> 34	34
Tabla 9. Sentimientos de soledad a pesar de estar acompañado..... 35	35
Tabla 10. Sentimiento de soledad a pesar de estar acompañado mediante la prueba U Mann-Whitney 35	35
Tabla 11. Sentimiento de soledad, percepción del apoyo social, uso de las tecnologías y participación social subjetiva de las personas que viven en residencia según la titularidad de la misma 36	36

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

La declaración de estado de alarma en España y la adopción de medidas de aislamiento social debido a la pandemia por COVID-19 en nuestro país y en el resto de los países del mundo provocaron que el acceso de las personas, y en concreto de las personas mayores a los diferentes servicios quedase anulado. El aislamiento social y la soledad aumentaron de manera significativa en este colectivo. La imposibilidad de realizar actividades presenciales hizo necesario buscar otras alternativas para paliarlo. Principalmente las nuevas tecnologías han sido quienes han dado el primer paso para intervenir con las personas mayores en las diferentes etapas de su vida. A través de estas, se ha conseguido mejorar el bienestar de este sector de la población. Estas han permitido, por un lado, mantenerlos conectados con las familias y por otro, ha posibilitado el acceso a los diversos servicios.

Esta circunstancia nos ha animado a la realización de este TFG, en el que la soledad en personas mayores y el acceso a las TIC como medio para atender sus necesidades de relación e interacción se han situado en un tema central para atender las necesidades de relación e interacción se han situado en un tema central derivados de las restricciones y limitaciones que ha dejado el Covid-19, llevando aparejada el cierre de los centros de día de ocio, suspensión de actividades destinadas a promover el envejecimiento activo como termalismo social, club de los sesenta o la universidad de la experiencia, entre otros por el miedo que pudiera causarles la situación de pandemia en su salud o como les ha afectado en su bienestar social y emocional.

La Organización Mundial de la Salud (2018, OMS) define el envejecimiento como:

Proceso fisiológico que comienza en la concepción y ocasiona cambios en las características de las especies durante todo el ciclo de la vida; esos cambios producen una limitación de la adaptabilidad del organismo en relación con el medio. Los ritmos a que estos cambios se producen en los diversos órganos de un mismo individuo o en distintos individuos no son iguales. (p. 58)

Para Carrera-Hueso (2014) en su artículo “los aspectos positivos del envejecimiento”, el envejecimiento poblacional aporta un aumento de los niveles de educación, mayor productividad, mejor salud y calidad de vida, compartir la riqueza con las generaciones más jóvenes y provocar menores daños para el medio ambiente. Sin duda, el envejecimiento poblacional puede tener para la sociedad muchos efectos positivos. Visto desde otra perspectiva el envejecimiento puede acarrear también, y más en estos tiempos de pandemia mundial, un fuerte impacto del sentimiento de soledad e incluso llegar al aislamiento social en personas mayores, como consecuencia del miedo que provoca esta situación de riesgo. Este sentimiento de soledad puede aparecer como consecuencia de la ruptura o daño de los apoyos sociales, familiares y culturales del mayor y no solo puede desembocar en soledad, sino que también puede llegar a debilitar a la persona, ya que tiene una edad avanzada en la que las enfermedades y la delicadeza priman y pueden conllevar a inseguridades, a que la persona mayor se sienta desprotegida e incluso al fallecimiento (Kluge et al., 2014).

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

A lo largo del TFG veremos, como en los últimos años ha habido un incremento de la población mayor de 65 años, que nos permite predecir que los sentimientos de soledad se incrementarán.

Este estudio, como objetivo general, tratará de identificar la existencia del sentimiento de soledad de las personas mayores que viven en Toro tanto en residencias como en el entorno comunitario, así como de la influencia que tienen las nuevas tecnologías en su vida.

Mediante el papel del trabajador/a social, sería óptimo conseguir una “e-inclusión” de las personas mayores hacia las nuevas tecnologías de la información y la comunicación para paliar la soledad y el aislamiento social, además de terminar con la brecha digital que existe en este colectivo. (Puerma & de la Fuente, 2014). Aunque bien es cierto que, el/la trabajador/a social con las nuevas tecnologías no solo se centra en conseguir la inclusión de este colectivo, sino que “además, también desde la coordinación, la dirección, la evaluación, la gestión, la investigación, la planificación y todas y cada una de las funciones que desarrolla el trabajador social, se hace necesario que sepa implantar aquellos instrumentos tecnológicos propios para cada espacio y momento”. (Arredondo, 2012, p. 1). Por tanto, para Pavón (2000a, 2000b, 2000c), Casanova y Pavón (2002) y García y Sánchez (1998), (citados en Pino et al., 2015, p. 5), la utilización de internet, el teléfono móvil y otras tecnologías pueden tener un papel importante en la vida de las personas mayores ofreciéndoles entretenimiento para no sentirse solos e integrarse en la sociedad, comunicarse con sus familiares u otras personas de su entorno y un envejecimiento activo ofreciéndoles la posibilidad de poder acceder a nuevas informaciones, ayudar a superar el miedo a la soledad y al aislamiento social, aumentar su propio nivel de autoestima, poder interactuar y aumentar su autonomía personal y social fomentando las relaciones intergeneracionales.

2. MARCO TEÓRICO

Para Herrera (2009), el envejecimiento es considerado como un “proceso caracterizado por una serie de cambios fisiológicos, psicológicos y sociales que confieren una mayor vulnerabilidad en la esfera social, familiar y personal pero no alteran la condición y dignidad de “persona”, a pesar de la pérdida de ciertas facultades.” (p. 5).

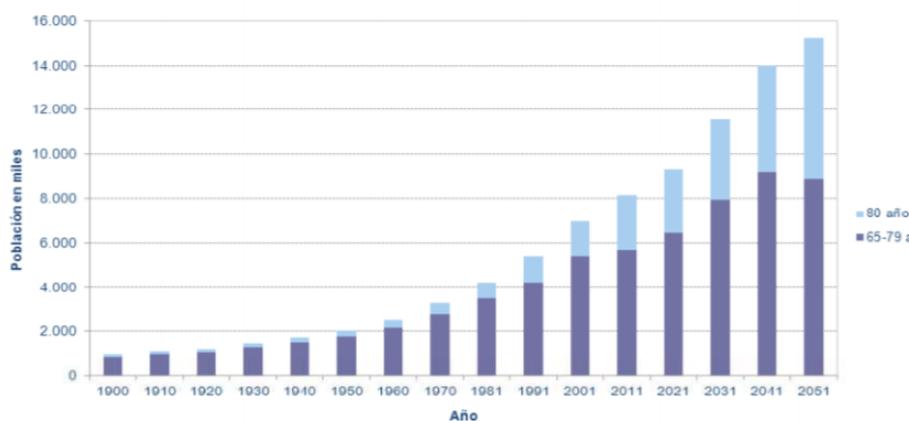
El envejecimiento demográfico se entiende como el aumento de la edad media de las personas que constituyen la población a lo largo de un tiempo, a pesar de que ambos autores manifiesten que “las poblaciones no tienen edad, no envejecen, eso lo hacen las personas.” (Pérez & Abellán, 2018, p. 12).

Uno de los factores más importantes por los que se está produciendo actualmente un cambio demográfico en nuestra sociedad es a causa del aumento de la población que llega a la vejez como consecuencia del aumento de la esperanza de vida. Otros factores influyentes son el descenso de la natalidad y las migraciones, debido a la salida de gente joven de España. (Abades & Rayón, 2012).

Los datos proporcionados el 1 de enero de 2019 por el Instituto Nacional de Estadística (INE) sobre población mayor de 65 años la sitúan en un 19,3% de la población total. En términos absolutos son 9.057.193 de personas mayores de 65 años, constituyendo, además el 6,1% del total las personas con 80 años o más. Estas cifras probables se verán alteradas para el 2020 y 2021 debido a la pandemia. Dichos datos no los hemos podido obtener.

La edad media de la población española es de 43,3 años mientras que si se compara con el año 1970 era de 32,7 años, Consejo Superior de Investigaciones Científicas (2020, CSIC). Como se puede observar en la Gráfica 1, si esto continúa en aumento, se prevé que en 2048 las personas mayores duplicarían al número de jóvenes y en 2068 podría haber un total de 14 millones de personas mayores de 65 años, representando casi un 30% de la población española.

Gráfica 1. Evolución de la población de 65 y más años en España, entre 1900 y 2068



Nota: de 1900 a 2018 los datos son reales; de 2021 a 2068 son proyecciones.

Fuente: Instituto Nacional de Estadística. Recuperado de “Informes de envejecimiento en red” (Abellán, Vilches & Pujol, Un perfil de las personas mayores en España, 2014. Indicadores estadísticos básicos, 2014)

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Según los datos proporcionados por el Instituto Nacional de Estadística (INE, 2019), el mayor número de personas mayores se concentra en las grandes ciudades de España como Madrid, Barcelona o Valencia, destacando así los grandes entornos urbanos, que cuentan con aproximadamente 1 millón de personas mayores entre sus habitantes, mostrándose a simple vista como un número mucho mayor que en todos los municipios rurales de España. En la Tabla 1, que muestra la población por grupo de edad y tamaño municipal en 2019, según los datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), se comprueba que el envejecimiento es, en proporción y con respecto al total de personas mayores, más determinante en los entornos rurales.

En 2019, según el Instituto Nacional de Estadística, viven en España 2.699.277 de personas en aquellos municipios rurales de 2.000 o menos personas, de las cuales un 28,5%, es decir, 770.580 son personas mayores. Los entornos rurales siguen en un proceso de despoblación actualmente, incluyendo la disminución del número de personas mayores que nos abandonan cada año, quienes forman un papel importante en los procesos de despoblación.

Tabla 1.

Población por grupo de edad y tamaño municipal en 2019

Tamaño municipal de la población	Número de municipios	Grupos de edad *						
		Valores absolutos y % horizontales						
		Total población	Jóvenes		Adultos		Mayores	
TOTAL	8.131	47.026.208	7.364.092	15,7	30.604.923	65,1	9.057.193	19,3
Rural	5.877	2.699.277	296.799	11,0	1.631.898	60,5	770.580	28,5
0 - 100	1.352	76.828	3.504	4,6	42.578	55,4	30.746	40,0
101 - 500	2.645	658.384	58.508	8,6	383.806	58,3	218.070	33,1
501 - 1.000	1.003	721.203	81.314	11,3	438.140	60,8	201.749	28,0
1.001 - 2.000	877	1.242.862	155.473	12,5	767.374	61,7	320.015	25,7
Intermedio	1.501	6.866.177	1.074.941	15,7	4.427.867	64,5	1.363.369	19,9
2.001 - 5.000	952	3.000.351	447.505	14,9	1.912.172	63,7	640.674	21,4
5.001 - 10.000	549	3.865.826	627.436	16,2	2.515.695	65,1	722.695	18,7
Urbano	753	37.460.754	5.992.352	16,0	24.545.158	65,5	6.923.244	18,5
10.001 - 20.000	340	4.787.781	796.323	16,6	3.128.832	65,4	862.626	18,0
20.001 - 50.000	265	7.765.329	1.314.491	16,9	5.146.107	66,3	1.304.731	16,8
50.001 - 100.000	85	6.075.765	1.035.629	17,0	4.012.834	66,0	1.027.302	16,9
100.001 - 500.000	57	11.196.460	1.743.518	15,6	7.280.413	65,0	2.172.529	19,4
>500.000	6	7.635.419	1.102.391	14,4	4.976.972	65,2	1.556.056	20,4

Nota: Grupos de edad: jóvenes: Población menor de 16 años. Adultos: Población de 16 a 64 años. Mayores: Población de 65 y más años.

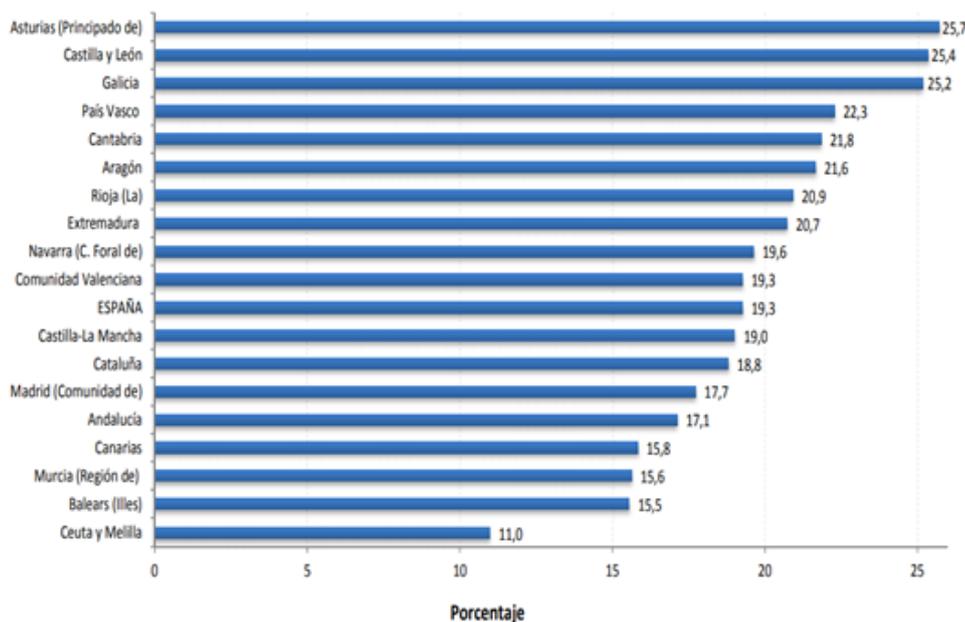
Fuente: Instituto Nacional de Estadística. Recuperada de Pérez et al. (2020, p. 9) [Tabla], [enred-indicadoresbasicos2020.pdf \(csic.es\)](#).

La misma fuente, nos indica el impacto del envejecimiento territorial, siendo, durante los últimos años, Castilla y León, la segunda comunidad autónoma con más envejecimiento de España por detrás del principado de Asturias. (Ver Gráfica 2)

Castilla y León cuentan con casi una cuarta parte de su población con personas de más de 65 años, muy por encima de la media europea, Castilla y León cuenta con un 25,4% de su población envejecida.

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Gráfica 2. Porcentajes de personas de 65 y más años, por comunidades autónomas, en 2019



Fuente: Instituto Nacional de Estadística (2019, INE).

A lo largo de estos últimos años, junto al envejecimiento, se le ha unido la problemática de la soledad, la que ha sufrido una importante evolución como podemos observar en la Gráfica 3, donde se ve que hay un incremento a partir de los 75 años de personas mayores que viven solas en nuestro país. Esta situación, como veremos en las próximas líneas, se ha agravado en la actualidad con la COVID-19. Hace 50 años, la soledad era identificada a sujetos sin un grupo familiar definido y en ciertos momentos pertenecientes a ambientes marginales, mientras que actualmente se sabe que la soledad es un problema que afecta a todas y cada una de las clases sociales, incluso a las personas mayores que viven con sus familias. (Herrera, 2004a).

“Hay mucha soledad en nuestros mayores porque existe en ellos paredes muy fuertes que impiden abrir una ventana a la luz de la esperanza, paredes de soledad familiar, conyugal, social y existencial.” (Herrera, 2004b, p. 3).

Según Bermejo (2005), la soledad es “una condición de malestar emocional que surge cuando una persona se siente incomprendida o rechazada por otros o carece de compañía para las actividades deseadas, tanto físicas como intelectuales o para lograr intimidad emocional” (p. 141). Además, Bermejo (2016), habla del “Síndrome de la Soledad”, destacando que la soledad es “un estado psicológico que sucede a consecuencia de pérdidas en el sistema de soporte individual, disminución de la participación de las actividades dentro de la sociedad a la que pertenece y sensación de fracaso en su vida.” (párr. 24).

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

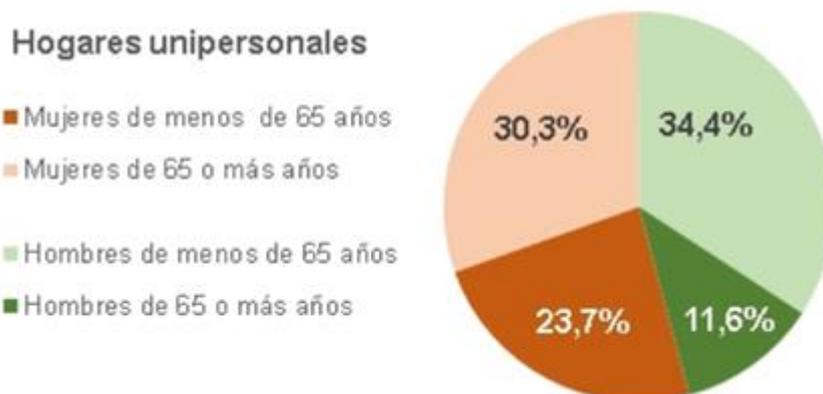
Gráfica 3. Personas (en miles) que viven solas en España, por edad en 2019.



Fuente: Elaboración propia con fuente de datos en Instituto Nacional de Estadística (2019, INE).

Durante el confinamiento, según los datos ofrecidos por el Instituto Nacional de Estadística (2020, INE) en la gráfica 4, existen un total de 4,8 millones de personas han pasado el confinamiento solas, en viviendas unipersonales, respecto a esas personas, 2.009.100 tienen más de 65 años, de las cuales un 64,7% son mujeres y un 35,3% son hombres. El 59% del total de las personas que viven solas, han demostrado sufrir soledad y el porcentaje total de los hogares formados por personas mayores que viven solas ha aumentado hasta el 16,2% en los municipios que tienen menos de 2.000 habitantes.

Gráfica 4. Porcentajes por sexo de personas que viven solas en hogares unipersonales durante el confinamiento en España.



Fuente: Instituto Nacional de Estadística (2020, INE)

Según diferentes estudios no existe una coincidencia exacta acerca de a quien le puede afectar más la soledad, si a hombres o a mujeres, por ejemplo, en investigaciones de Zebhauser no existen diferencias claras acerca de a que personas le afecta más la soledad, pero si puede conocerse que a partir de los 85 años la soledad afecta más y es mayor en hombres que en mujeres, sin en cambio, relacionado con los estudios de Tesch-Römer, la soledad afecta en mayor proporción a hombres que a mujeres. (Yanguas et al., 2018, p. 66).

La soledad es una experiencia que puede ocurrir durante cualquier momento de la vida de una persona, esta no afecta en la misma proporción a todos los estratos de la población y tampoco a una edad o espacio particular: la soledad compromete a muchas poblaciones, edades y espacios. A menudo se puede contemplar el estereotipo de que la soledad va unida a la vejez y sí, es cierto que tanto la soledad como el aislamiento social se desarrollan más con la edad, destacando en el colectivo de personas mayores, jubiladas debido a diferentes factores asociados o no a este momento de la vida, aunque esto no significa que sean las personas mayores los únicos que la puedan experimentar (Rubio et al., 2011).

Por ello, hay que tener claro que, no es lo mismo estar solo/a que sentirse solo/a, por lo que hay que saber diferenciar entre soledad subjetiva, de soledad objetiva:

La soledad subjetiva no es una situación buscada por la persona, es una soledad propiamente obligada por las circunstancias personales de la persona que la sufren (Díez & Morenos, 2015), mientras que la soledad objetiva, podría considerarse como la condición en la que se encuentra un individuo que vive solo, es decir, la vivencia de estar solo, sin una compañía física en su entorno domiciliario. (Bermejo, 2003).

Castro Blanco (2015) propuso una nueva división según los tipos de soledad, diferenciando entre soledad objetiva, soledad emocional y soledad social sintónica. Según esta autora, la soledad objetiva, se relaciona con los aspectos más objetivos del fenómeno soledad, es decir, con la presencia o la ausencia de relaciones sociales. En la soledad emocional se incluye la percepción sobre las prestaciones de ayuda y cuidado que uno recibe de su red social de apoyo. La soledad social sintónica viene dada por la falta de sintonía con otras personas.

A mayores, Victor et al. (2005), en su artículo, “La prevalencia y los factores de riesgo de la soledad en la vejez: una encuesta de personas mayores en Gran Bretaña”, figuran tres diferentes tipos de soledad en la última etapa de la vida de las personas:

- La soledad asentada, que sigue a un estado personal de la persona mayor ya establecido hace tiempo, influenciada además por factores de personalidad, relaciones interpersonales que se repiten a lo largo de la vida y patrones de conducta.
- La soledad de inicio tardío podría estar reflejada en la respuesta a las pérdidas normativas que se producen en la vejez como: la pérdida funcional en uno mismo o en la pareja o la viudedad.
- La soledad en descenso, serían los casos en los que se refleje que el nivel de soledad disminuyó en la vejez comparado con los años previos.

2.1. Consecuencias de la soledad

Rueda (2018a, p. 12) indica en su estudio “La soledad en las personas mayores en España. Una realidad invisible”, que la soledad en la vejez cuenta con las diferentes caras o aspectos:

- La soledad que las personas mayores viven en centros residenciales, aunque estas vivan rodeadas de otras personas mayores y de profesionales, estas situaciones pueden desembocar en un maltrato psicológico y emocional hacia la persona mayor ya que

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

pueden aparecer situaciones de aislamiento y soledad cuando no se trabaja la comunicación y la aceptación o cuando se produce el rechazo, un vacío y a veces la exclusión.

- La soledad que viven las personas mayores que viven en su domicilio y no cuentan con ninguna relación con el entorno social, se encuentran apartados y aislados de emociones, reconocimientos y aceptaciones por parte de otras personas.

- La soledad de aquellas personas mayores que viven con familiares cercanos a ellos que no les atienden correctamente. Ante esta situación pueden aparecer situaciones en las que los familiares les ignoran por lo que existe una falta de comunicación, se producen silencios ante sus necesidades, desprecios y se verbaliza la carga que lleva consigo cuidar a una persona mayor (destacando sobre todo si esta es dependiente), esto puede desembocar en el aislamiento social por parte de la persona mayor, el sentimiento de soledad y además la desvinculación y con ello llegar a un maltrato emocional y psicológico.

- La soledad de las personas mayores que viven en un entorno rural. La soledad de estas personas mayores que habitan en un entorno rural puede darse debido al envejecimiento del lugar en el que viven por pérdidas de familiares, vecinos o amigos, ya sea por causa de fallecimiento o de traslado hacia el entorno urbano u otro entorno rural. Esto puede traer como consecuencia que se vea afectada tanto las relaciones como las redes sociales de la persona mayor, aunque en el entorno rural siga predominando la convivencia entre vecinos y las relaciones personales, lo que beneficia a las personas mayores al sentirse acompañadas dándose una situación vecinal, cercana y solidaria capaz de disminuir el miedo e inseguridad que puedan tener las personas mayores a sentirse solas.

- La soledad de las personas mayores que viven en un entorno urbano es diferente. En las ciudades, aparecen diversas alternativas cuando las personas se encuentran en un proceso de envejecimiento ya que pueden optar más por quedarse en su hogar o en las residencias para poder ser atendidos de manera más específica por profesionales.

Las consecuencias de la soledad dependerán del grado del sentimiento de soledad que perciban y experimenten las personas mayores, de los diferentes tipos de soledad y de las diferentes circunstancias en las que se encuentre. Lo que si hay que reconocer es que la soledad puede provocar en nuestros mayores “efectos devastadores” como los que describe a continuación Yanguas et al. (2018):

- Desde el punto de vista físico: la soledad tiene efectos negativos y empeora el funcionamiento vascular, aumenta la presión sistólica, acrecienta la posibilidad de sufrir accidentes vasculares, acentúa la obesidad, empeora la nutrición y eleva las alteraciones del sistema inmune, entre otras cosas.
- Desde el punto de vista psicológico, la soledad afecta de manera negativa ya que la falta de red de contactos de apoyo se relaciona con la aparición de síntomas depresivos, con la enfermedad, aumenta el riesgo de padecer Alzheimer, aumenta problemas de sueño y empeora el funcionamiento cognitivo, provocando incluso mayor riesgo en problemas de salud mental, incrementa la

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

tasa de institucionalización y provoca mayor riesgo a sufrir la mortalidad entre otras consecuencias.

- Desde punto de vista social: las personas mayores si no tienen participación en su vida social esto puede empobrecer su realidad provocando un aislamiento físico del resto de la sociedad.
- Desde el punto de vista económico: la soledad conduce a un empobrecimiento económico de la sociedad, ya que si las personas se sienten solas no salen ni viajan y, por tanto, no participan económicamente en la sociedad.

2.2. Factores que provocan soledad en personas mayores

Existen evidencias de que la soledad no deseada en las personas mayores es factor de riesgo de: deterioro cognitivo, demencia, enfermedades cardiovasculares, hipertensión, pérdida de movilidad, pérdida de autoestima, depresión y mortalidad temprana (Díez & Morenos; Cardona, Villamil y Henao, 2013). En el siguiente gráfico se podrán observar los factores que más inciden en la soledad en personas mayores:

Gráfica 5. Factores de la soledad no deseada en personas mayores



Fuente: Amigos de los mayores (2018) [Gráfica], <https://amigosdelosmayores.org/es>

Cavia y López (2019a, p. 50-51) hacen referencia a diferentes factores relacionados con la Gráfica 5:

- Factores externos: estos se identifican con los factores de la vida relacionados con la pérdida de familiares, amigos, de estatus, como la jubilación y cambio de

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

roles. Esto implica aprender a vivir sin compañía y a la pérdida de apoyos afectivos.

- Factores internos: estos se identifican directamente con la persona, como los factores intrapersonales o las relaciones personales que tienen que ver con la cantidad que muestren, con el grado de participación existente y con la calidad y el significado de las propias relaciones personales.
- Factores estructurales, estos factores se identifican con la accesibilidad que tiene la propia persona y entre otras cosas con las barreras que ponga cada persona, siendo este un factor clave que perjudique al aislamiento social. Un ejemplo de esto puede ser el cambio de domicilio, con diversos motivos que conlleven salir de la situación donde existían vínculos vecinales para distanciarse de las personas con las que convive normalmente y así romper las barreras arquitectónicas.

A esta serie de factores se podría además añadir según Castro (2010) diferentes cambios sociales relacionados con el individualismo, la falta de tiempo, los cambios originados en una estructura familiar que ponen en riesgo el cambio de las relaciones familiares y sociales que ayudan a evitar la soledad, también a aquellos factores que hagan referencia al modo de ser de una persona, a su carácter, al modo de entender las situaciones, la pérdida de ilusión por la vida, su comportamiento, su interioridad y sobre todo la idea de que la soledad es algo propio de la persona y que viene con el paso del tiempo y la edad. Esto deja claro la actitud pasiva de la persona y la falta de ganas de afrontar los problemas normalizándolos. (p. 38).

Para Bermejo (1997) la soledad en las personas mayores puede producirse exactamente en tres momentos diferentes de la vida:

-La muerte del cónyuge: la viudedad. Según Ussel (2001), cuanto mayor sea la unión de una pareja, mayor será el impacto emocional de la muerte de cualquiera de ellos sin que la presencia de otras personas alivie sus sentimientos de tristeza y soledad. (p. 20)

-La salida del mercado laboral: pasada la jubilación, las personas disponen de mucho tiempo libre que, en muchas ocasiones, no saben cómo utilizarlo. A su vez, el trabajo normalmente permite mantener relaciones sociales con compañeros/as y después de jubilarse se provoca un vacío con la pausa y el deterioro de estas relaciones.

-El Síndrome del nido vacío: cuando los hijos e hijas se marchan de casa para comenzar su propia vida de manera independiente. Los padres tienen claro que, si en algún momento sufren situaciones de dependencia o enfermedad, sus hijos los ayudarán, pero cuando estas situaciones se dan y esto no pasa, es cuando pueden aparecer sentimientos de frustración y soledad.

2.3. Escalas e instrumentos utilizados en la literatura para medir la soledad

Tras haber revisado la literatura científica, se puede comprobar que existen diferentes escalas tanto nacionales como internacionales por las que se puede medir y ver el sentimiento de soledad que pueden tener las personas. A través de estas escalas, son muchos los aspectos y factores que pueden medirse con respecto a la soledad.

Escalas nacionales:

- Escala ESTE I: Esta escala fue diseñada para medir la soledad en las personas mayores. Está formada por 36 ítems de tipo Likert, donde la puntuación se encuentra de 1 a 5, con cinco alternativas de respuesta (Totalmente en desacuerdo= 1, Parcialmente en desacuerdo= 2, No tiene una opinión definida o depende de las circunstancias= 3, Parcialmente de acuerdo= 4, Totalmente de acuerdo= 5). Los propios ítems miden cuatro factores: soledad social, soledad familiar, soledad existencial y soledad conyugal. (Rubio & Aleixandre, 2001).
- ESCALA ESTE II: es la continuación de la escala ESTE I, es un instrumento diseñado para poder medir la soledad social, centrándose en profundidad en el factor de la soledad social. (Rubio & Pinel, 2010).

Esta escala está formada por 15 ítems con tres alternativas diferentes de respuesta: siempre/ a veces o nunca. Y esta se divide en tres factores:

- Factor 1: percepción del apoyo social.
- Factor 2: uso de las nuevas tecnologías.
- Factor 3: índice de participación social.

De estos factores, en función de unos parámetros delimitados, se obtiene una puntuación en soledad social que posteriormente hay que reflejar.

- La adaptación al castellano de la ESCALA SELSA: una escala de evaluación de soledad social y emocional en adultos SELSA-S (Yárnoz, 2008).

Escalas internacionales para medir la soledad más utilizadas:

- La escala ESLI: Esta formada por dos subescalas, la escala de soledad emocional y la escala de soledad social y se utiliza para medir la soledad dimensional. (Oshagan & Allen, 1992).
- La escala SELSA: Es una escala formada por tres subescalas con 37 ítems: subescala de relaciones con la familia, subescala de relaciones con los amigos y subescala romántica. Esta es utilizada para la medida multidimensional de la soledad. (Di Tommaso & Spinner, 1992).
- La escala UCLA: Se trata de una de las escalas más utilizadas para la medición global del sentimiento de soledad como estructura unidimensional. Mide el sentimiento global de soledad y tiene tres dimensiones: percepción subjetiva de soledad, apoyo familiar y apoyo social. Esta también está compuesta por dos

factores como: “La sociabilidad” y “La intimidad con otros”. (Austin, 1983; Russell, Peplau & Cutrona, 1980).

- Escala de Satisfacción vital de Philadelphia. Se trata de una escala que se basa en el concepto multidimensional de bienestar psicológico de la persona, que parte del supuesto de que un estado de ánimo elevado se caracterizaría por la sensación de satisfacción con uno mismo, de la aceptación de lo que no se puede cambiar y de un sentimiento de “tener un sitio en esta vida”. (Lawton, 1972).

2.4. Impacto de las nuevas tecnologías para combatir la soledad

Actualmente, vivimos en una sociedad donde todo y todas las personas estamos controlados. Para poder hablar de soledad en personas mayores, se necesitan datos actualizados que permitan controlar su propia edad, sexo, ubicación, además de conocer el detalle de si viven solas al igual que otras características que complementen a la mejora de la calidad de vida de este colectivo de la sociedad, a veces muy invisible. Sin estos datos, las nuevas tecnologías se verían incapaces de intervenir con personas mayores ya que se necesitan datos concretos en manos de los profesionales para poder llevar a cabo seguimientos y controles periódicamente, porque, actualmente, se dispone de diversos programas y recursos informáticos que pueden ser capaces de crear segmentos entre las personas de 80 a 90 años y al mismo tiempo disponer de unas bases de datos actualizadas para poder tener un control a cerca del riesgo de soledad o aislamiento social al que pueden estar sometidas estas personas. (Rueda, 2018b, p. 16).

No todas las personas mayores tienen la posibilidad de salir y poder relacionarse con el resto. En algunos casos, las personas se encuentran sin motivación para relacionarse con otras, es decir, pueden tener una depresión que las lleve a la soledad y al aislamiento social destacando también la posibilidad de que no tengan como o no sepan acceder a ciertos recursos sociales (Cavia & López, 2019b). Por ello, para que las nuevas tecnologías puedan tener un impacto positivo en cada una de las personas, independientemente de los recursos económicos que dispongan o de su situación actual, son necesarios unos presupuestos y principios que, con inversión en investigación, en nuevas tecnologías y en programas de innovación social encargados de mejorar la calidad de vida de las personas mayores consigan ofrecer oportunidades de todo tipo para prevenir la soledad en las mismas. La industria 4.0 está evolucionando hacia una digitalización cada vez más avanzada, que, al margen de ser un riesgo, en muchas ocasiones ofrece una serie de oportunidades para prevenir, atajar o paliar graves situaciones de soledad, aislamiento y abandono de las personas mayores, porque al igual que el resto, son personas con sentimientos, deseos y expectativas (Rueda, 2018c, p. 17).

2.5. Programas y proyectos sociales que ayudan a combatir la soledad actualmente

Actualmente, existen diferentes programas y proyectos sociales que intervienen en la soledad que sufren muchas de las personas mayores de nuestro país hoy en día. Algunos de los más importantes e innovadores son los siguientes:

- **Fundación mi grano de arena:** El programa “#2020SinSoledad” es un programa social que ha creado una campaña de crowdfunding para captación de fondos y poder trabajar durante el próximo año en contra de la soledad no deseada y la dependencia en personas mayores. La recaudación de este programa social se destina a mejorar las actividades en residencias.

Fuente: <https://www.migranodearena.org/>

- **La fundación Amigos de los Mayores** ha creado un programa social llamado “#LlamadasContraelSilencio” como consecuencia de la actual pandemia provocada por el Covid-19 que beneficia a aquellas personas mayores que están cerca de la vulnerabilidad y la soledad social por enfermedad o porque su red social de apoyo se ve afectada. Por ello cuentan con más de 2.000 voluntarios que realizan seguimientos mediante llamadas telefónicas a las personas mayores ofreciéndolas un espacio de confianza y apoyo emocional para paliar la soledad y la ansiedad que sufren ante esta situación.

Fuente: <https://amigosdelosmayores.org/es>

- **Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados (UDP):** creó un proyecto social muy interesante llamado “Contigo en casa”. Este proyecto trata de ofrecer a los hogares de las personas mayores beneficiarias, un receptor de TV adaptado y accesible con webcam y conexión a Internet, vía satélite, lo que les permite comunicarse por videoconferencia con sus amigos y familiares, así como con otros hogares de personas mayores participantes en el programa o con el centro de acompañamiento a personas mayores.

Fuente: <https://www.mayoresudp.org/contigo-en-casa/>

- **El Ayuntamiento de Valladolid** ha creado el programa social “El teléfono de las personas mayores”. El 983 07 08 99 será el Teléfono de las Personas Mayores, una iniciativa que proporciona a las personas mayores vallisoletanas una rápida, cómoda y fiable orientación que las sirva de ayuda para resolver sus dudas e inquietudes y atender a sus necesidades sociales.

Fuente: [Teléfono de las Personas Mayores](#)



- **Fundación TECSOS:** creó el programa social “**Enred@te**” que cuenta con una red social digital en la que personas mayores y los voluntarios/as de Cruz Roja interactúan para poder reforzar sus relaciones habituales en el contexto del cuidado y apoyo a las personas mayores para que estos no se sientan solos. Sin contar solo con los cuidadores, las familias de las personas mayores también podrán interactuar con ellos.

Fuente: <https://www.fundaciontecsos.es/es/proyectos/proyectos-realizados/enredte>

- **Obra social la Caixa:** Con el programa social “**Siempre acompañados**” ofrece intervenir en la soledad, detectándola y haciéndola visible mediante la participación de diferentes entidades y agentes. Ofreciendo oportunidades a las personas mayores para que se empoderen y para que sean capaces de establecer vínculos, gestionar sus relaciones y su propia soledad, promoviendo una red de apoyo social en el barrio que cuide a las personas mayores y las ofrezca seguridad.

Fuente: <https://fundacionlacaixa.org/es/programa-siempre-acompanados>

3. OBJETIVOS

El objetivo general de este estudio es conocer la existencia del sentimiento de soledad en las personas mayores durante la pandemia y la influencia e impacto que las nuevas tecnologías han tenido para paliar esta situación, diferenciando entre las personas mayores que viven en un entorno residencial y uno comunitario en Toro (Zamora).

Objetivos específicos:

- Conocer y determinar el perfil sociodemográfico de las personas mayores participantes en el estudio.
- Conocer y evaluar el grado de soledad social que presentan las personas mayores participantes en el estudio con la ayuda de la Escala ESTE II.
- Conocer la existencia de contactos de apoyo de los y las participantes, mediante su red de apoyo.
- Identificar los beneficios positivos y negativos de las nuevas tecnologías en el proceso de envejecimiento, así como en la red social de apoyo.
- Conocer la influencia de las nuevas tecnologías en la vida de las personas mayores participantes durante la pandemia.
- Estudiar la frecuencia con la que las personas mayores participantes utilizan las nuevas tecnologías.
- Conocer el apoyo social de las personas mayores implicadas en el estudio según su lugar de residencia.
- Conocer el nivel de participación social subjetiva de las personas mayores dependiendo de su lugar de residencia.

4. METODOLOGÍA

4.1. Participantes

En este estudio se invitó a participar a 60 personas de edad igual o mayor a 65 años que residan en la localidad de Toro (Zamora). Todas ellas aceptaron finalmente tras haberlas explicado la finalidad de este estudio. Se hicieron dos grupos por razón del lugar de residencia resultando que, 35 personas que residían en un entorno residencial y las otras 25 en un entorno comunitario.

Como criterio de inclusión en el estudio, además de participar voluntariamente, estas personas no debían tener diagnosticado deterioro cognitivo.

4.2. Diseño de la investigación

El diseño de la investigación fue de carácter mixto (CUAN+CUAL), en el que se utilizaron técnicas de investigación tanto cualitativas como cuantitativas, mediante una investigación descriptiva y comparativa, de modo que se pudieran observar si existía respecto al sentimiento de soledad en personas mayores que vivían en un entorno residencial y comunitario diferencias significativas.

El diseño utilizado ha sido el de grupo caso-control, que nos ha permitido realizar una observación analítica para evaluar los diferentes factores asociados entre sí, permitiéndonos formular una hipótesis mediante la asociación entre dos o más variables.

Este estudio también se complementó con la utilización de técnicas de investigación cualitativa como la entrevista cualitativa, para conocer la influencia e impacto que han tenido las nuevas tecnologías como herramienta para paliar la soledad social en personas mayores.

El tipo de muestra utilizado en este estudio fue incidental, de conveniencia y de bola de nieve, un tipo de muestreo no probabilístico. Este tipo de muestreo nos ha aportado rapidez y una mayor facilidad de acceso y disponibilidad de personas participantes.

4.3. Variables de estudio

Las variables que se han estudiado son:

- Sexo (Mujer, hombre u otro).
- Edad (años)
- Estado civil: casado/a, soltero/a (incluye divorciado/a, separado/a), viudo/a.
- Lugar donde vive: el vivir institucionalizado en un centro residencial o en el entorno comunitario.
- Medio en el que vive: Rural o urbano
- Con quién Vive categorizada del siguiente modo:
 - Vivo solo: Si o no
 - Vivo con familiares o amigos: Si o no

Percepción sobre las visitas de familiares:

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

- ¿Le visitan mucho?: sí o no.
- Sentimiento de Soledad social evaluada con la Escala Este II de (Rubio y Pinel, 2010).

A partir de las siguientes dimensiones:

- Percepción del apoyo social
- Uso de nuevas tecnologías
- Índice de participación social subjetiva

Percepción sobre su sentimiento de soledad: si/no

Influencia e impacto de las nuevas tecnologías (mediante método cualitativo, entrevista semi estructurada).

4.4. Instrumentos utilizados

El instrumento con el que se trabajará en este estudio empírico será la ESCALA ESTE II (Rubio y Pinel, 2010). Se trata de una escala multidimensional que se encarga de medir la soledad social en personas mayores. Esta escala fue construida, validada y revisada en el año 2009 por Rubio y Pinel y cuenta con 15 ítems con tres posibilidades de respuesta y se divide en tres factores:

-Primer factor: Percepción del Apoyo Social.

-Segundo factor: Uso que el mayor hace de las nuevas tecnologías.

-Tercer factor: Índice de participación social.

La puntuación total de la escala oscila entre 0 y 30 puntos, y se obtiene mediante la suma de la puntuación en cada uno de los ítems.

Además de los factores, se pueden ver diferenciados tres niveles de soledad social dependiendo de la puntuación obtenida de los tres factores anteriores:

- Nivel bajo: 0 a 10 puntos.
- Nivel medio: 11 a 20 puntos.
- Nivel alto: 21 a 30 puntos.

Junto con la escala ESTE II, para conocer la influencia e impacto que han tenido las nuevas tecnologías como herramienta para paliar la soledad hemos utilizado un método cualitativo mediante la utilización de una entrevista cualitativa.

Se diseñó un guión de entrevista en el que se determinaron 5 bloques temáticos estructurados de la siguiente forma:

- Bloque I: Percepción de la soledad.
- Bloque II: Percepción del uso de nuevas tecnologías.
- Bloque III: Percepción del impacto y la influencia de las nuevas tecnologías.
- Bloque IV: Propuestas para la accesibilidad y mejora del uso de las nuevas tecnologías.
- Bloque V: Recomendaciones y consejos acerca del uso de las nuevas tecnologías.

4.5. Procedimiento

El procedimiento llevado a cabo en este estudio ha sido el mismo tanto en el centro residencial como en el entorno comunitario.

Previamente antes de pasar los cuestionarios por los centros residenciales, se solicitó permiso a la Dirección de cada una de las residencias, donde ambas accedieron. A mayores, a cada directora de cada centro residencial, se le explicaron los objetivos del trabajo y el objeto de estudio antes de dar paso a pasar la Escala Este II por el centro.

Una vez obtenida la autorización de la Dirección de cada centro residencial, se procedió a pasar los cuestionarios a aquellas personas dispuestas a participar y que previamente hayan leído y firmado el consentimiento informado correspondiente.

A aquellas personas dispuestas a participar se les explicaron de nuevo los objetivos y el objeto de estudio de nuestro trabajo y posteriormente se pasaron los cuestionarios en ambos centros residenciales con la ayuda del terapeuta ocupacional en la Residencia de 3ª edad "San Agustín" y con la ayuda de la trabajadora social en la Residencia de 3ª edad "Virgen del Canto". Los cuestionarios fueron pasados en la sala de talleres y actividades de cada residencia respetando en todo momento las medidas sanitarias y la distancia de seguridad establecida, aunque todos los residentes y trabajadores/as ya estuviesen vacunados.

El cuestionario y la entrevista cualitativa a las personas que forman parte del entorno comunitario de la localidad de Toro, fueron realizados de la misma forma, de manera presencial, mediante la firma de un previo consentimiento informado y la explicación de los objetivos y objeto de estudio de este trabajo, en un lugar acordado por cada participante de nuestro estudio. La captación de las personas de fuera del entorno residencial para pasar el cuestionario siguió el mismo procedimiento que en el entorno residencial, a diferencia de esto, las personas del entorno comunitario fueron elegidas incidentalmente. Cumpliendo también en todo momento con las medidas sanitarias y la distancia de seguridad establecida para la prevención del COVID-19.

El documento realizado llamado "Consentimiento informado" estará adjunto en el anexo de este trabajo.

4.6. Análisis de los datos

El análisis de los datos se hizo mediante el programa SPSS. Se calcularon los estadísticos descriptivos, frecuencias, media, mediana, rango y desviación típica según fueran variables cuantitativas o cualitativas.

Además, para las variables cuantitativas hemos utilizado la Prueba Mann-Whitney para comparar las medias que constituyen una alternativa no paramétrica a la prueba T de Student para dos muestras independientes hemos aplicado esta prueba porque la muestra era pequeña por no cumplir con el criterio de normalidad ni igualdad de varianzas.

También hemos utilizado la ANOVA, con el fin de comparar las puntuaciones medias en el nivel de soledad, de modo que podamos señalar si dichas diferencias dependen de

vivir en una residencia de titularidad pública, en una residencia privada o en la comunidad. Para identificar entre qué grupos existían diferencias significativas, utilizamos la prueba de Tukey ya que es la mejor prueba cada vez que se comparan dos medias simples.

En cuanto a las variables cualitativas, hemos obtenido y desarrollado los resultados mediante extractos de mayor relevancia obtenidos por medio de las propias entrevistas cualitativas contestadas por los diferentes participantes.

5. RESULTADOS

5.1. Descriptivos sociodemográficos

La muestra como se puede observar en la Gráfica 6, estaba formada por 48 mujeres que representan el 80% y por 12 hombres que representan el 20%. Es decir, han participado más mujeres que hombres en nuestro estudio. El predominio de mujeres mayores sobre los hombres en nuestro estudio coincide con las características de la población española. Esta circunstancia se explica por la mayor esperanza de vida de las mujeres españolas que los hombres. (2019, OMS).

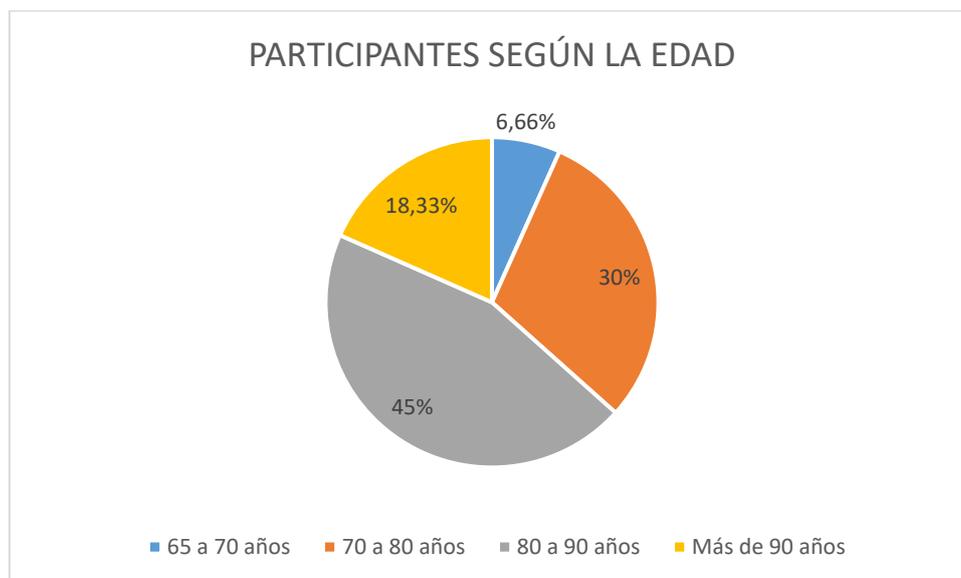
Gráfica 6. Participación según género



Fuente: Elaboración propia.

Haciendo referencia a la edad en la Gráfica 7, se observa que, la mayoría de las personas participantes en este estudio tienen una edad comprendida entre los 80 a los 90 años, en concreto 27 personas que representan el 45%. En el rango de edad comprendido entre los 70 y los 80 años, participaron 14 personas que representan el 30%. Finalmente, en el rango de edad que representa a los más jóvenes participaron 4 personas que representan el 6.66%, mientras tanto en el rango de edad que representa a los participantes más mayores participaron 11 personas que representan el 18,33%.

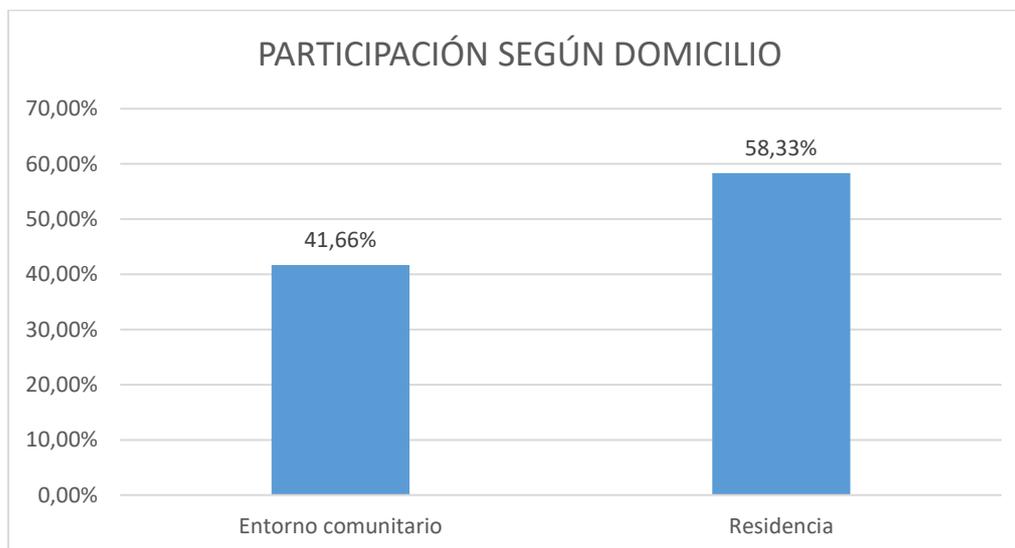
Gráfica 7. Participación de las personas encuestadas según la edad.



Fuente: Elaboración propia.

Respecto a la variable lugar de residencia, 25 personas correspondientes al 41,66% de la muestra, vivían en el entorno comunitario y vivían en su propio domicilio, de los cuales 6 eran hombres y 19 eran mujeres, mientras que 35 personas (58,33%), residían en un entorno residencial. Entre los residentes de residencias (n=35), 10 personas residían en residencias de titularidad pública, de los cuales 3 eran hombres y 7 eran mujeres. Y en la residencia de titularidad privada, fueron 25 personas, de los cuales 3 eran hombres y 22 eran mujeres.

Gráfica 8. Participación de las personas encuestadas según el domicilio.



Fuente: Elaboración propia.

La gráfica 9 se refiere a la variable estado civil de las personas mayores. Se puede observar que, la mayoría de las personas participantes en este estudio, estaban viudas (60%), siendo estas 36 personas participantes. Quienes han tenido una menor

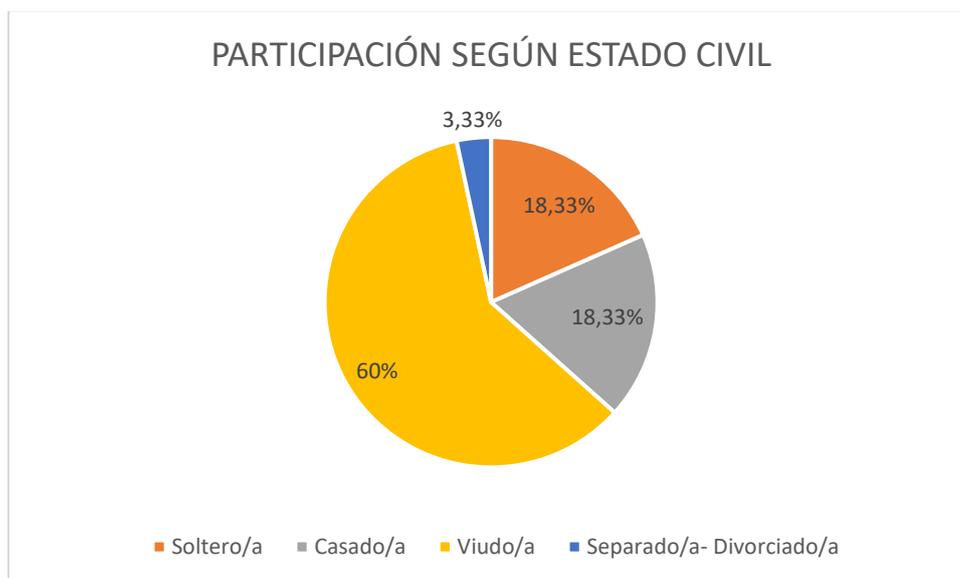
LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

participación son las personas mayores separados/as o divorciados/as (n=1) representando el 3,33% del total de la muestra.

Había el mismo número de personas de casadas que solteras (n=12) que representaban un 18,33% del total.

En nuestra muestra se encontró que la variable género y estado civil estaban asociadas, el coeficiente de contingencia de los datos mostro un valor de 0.498 y una significación de 0,001, mostrando así, que los datos están relacionados.

Gráfica 9. Participación de las personas encuestadas según el estado civil.



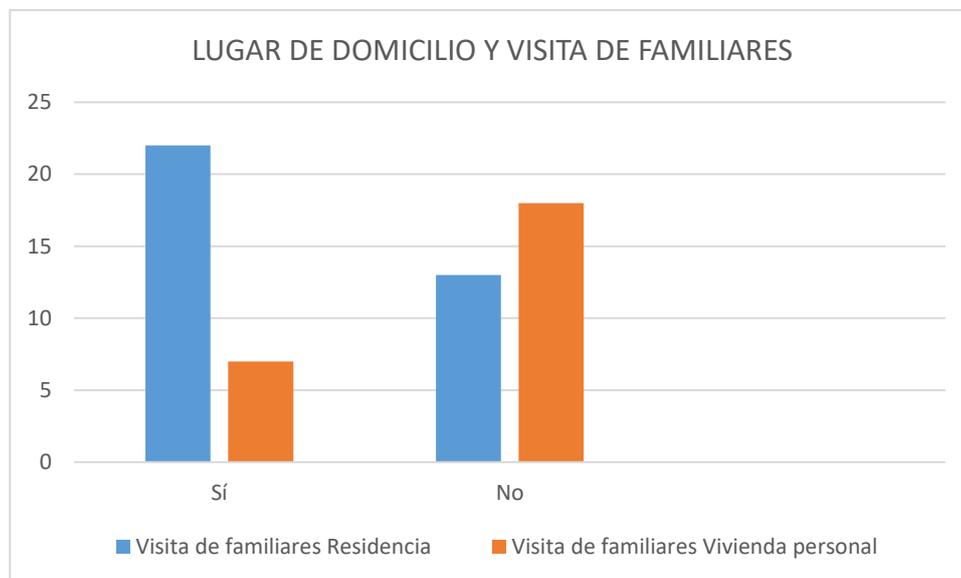
Fuente:Elaboración propia.

5.2. Contactos con la red social de apoyo

Cuando se les preguntó a las personas mayores si sus familiares y/o amigos les visitaban mucho o no, de los 35 que viven en residencia 22 dijeron que sí, mientras que 13 dijeron que no, mientras que de los 25 que viven en su propio domicilio en el entorno comunitario 7 dicen que sí y 18 dicen que no.

Observando los resultados, podemos comprobar que existen diferencias bastante considerables en cuanto a las visitas de familiares y/o amigos de personas que viven en residencia y personas que viven en su propio domicilio, siendo estos últimos los que más afectada pueden ver su red de apoyo social. Por el contrario, se puede observar que las personas que viven en residencia por lo general pueden ver reforzada de manera positiva su red social de apoyo, a pesar de que haya 13 personas que no estén en la misma situación.

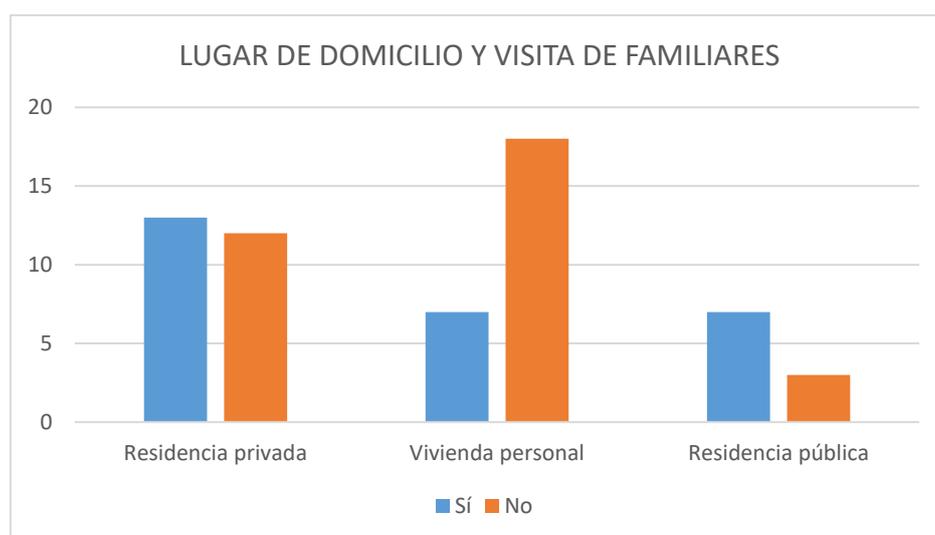
Gráfica 10. Identificación de los contactos de la Red Social de Apoyo según el domicilio y la visita de familiares.



Fuente: Elaboración propia.

Haciendo una comparativa en base a cada entorno en el que vivan las personas mayores, podemos observar que hay una gran diferencia dependiendo de si viven en su vivienda personal o en una residencia, con esto podemos ver que las personas que viven en su vivienda personal (25) son menos visitadas que las que viven en una residencia (35) ya sea de carácter privado o público. Otra cosa que podemos resaltar es que en la residencia de carácter privado es en la que más visitas reciben las personas mayores.

Gráfica 11. Identificación de los contactos de la Red Social de Apoyo según el lugar de domicilio específico y la visita de familiares.



Fuente: Elaboración propia.

5.3. Sentimiento de soledad

A continuación, expondremos los resultados obtenidos, tras pasar la Escala Este II para medir la soledad social a 60 personas mayores, al analizar toda la muestra, se presentan los siguientes resultados:

5.3.1. Descriptivos del total de la muestra referido a los sentimientos de soledad

El sentimiento de soledad medido por la Escala Este II se halla sumando las puntuaciones de cada uno de los sujetos por cada una de las dimensiones de la escala, percepción del apoyo social, uso de tecnologías y la participación social subjetiva. En la Tabla 2 se recogen los datos de la totalidad de la muestra.

Tabla 2.

Puntuación Total de la Muestra en la Escala Este II

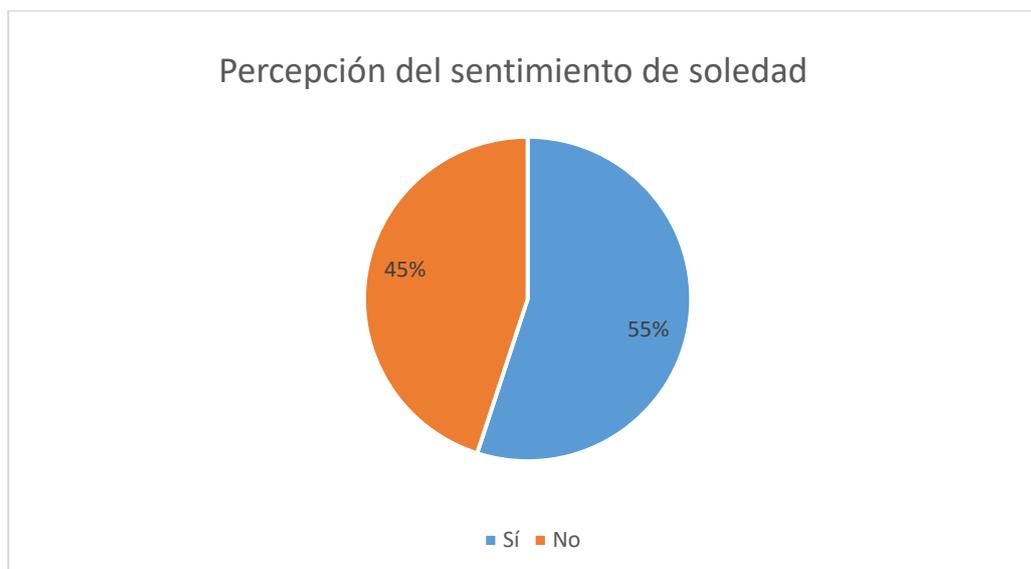
	N	Min	Max	Media	Desv. Típ.
Percepción del apoyo social	60	0	14	5,12	3,958
Uso de Tecnologías	60	0	6	4,25	1,704
Participación social subjetiva	60	1	8	3,98	1,970
Puntuación total soledad	60	3	26	13,35	5,529

Fuente: Elaboración propia.

La puntuación total de soledad dependiendo de la percepción del apoyo social, el uso de tecnologías y la participación social subjetiva recogida en la Tabla 2, nos muestra que los participantes de este estudio obtienen puntuaciones máximas de 26 puntos, que como podemos observar mediante la Escala Este II, supondría un nivel alto de soledad y puntuaciones mínimas de 3 puntos, que representarían niveles bajos.

La media de puntos obtenidos en esta variable fue de 13,35 puntos con una $Ds= 5,529$. Podemos afirmar que el nivel de soledad era medio, porque el resultado obtenido se encuentra en el intervalo 11 y 20 puntos establecido por Rubio & Pinel (2010) para el índice de soledad social media.

Gráfica 12. Percepción del sentimiento de soledad



Fuente: Elaboración propia.

En relación con la percepción del sentimiento de soledad, el 55% correspondiente a 33 personas mayores, afirma sentirse solos mientras que 27 personas que representan el 45% afirman que no se sienten solos.

El nivel de soledad social del total de la muestra reportado según los intervalos establecidos por Rubio y Pinel (2010), podríamos situarlo en un nivel de soledad medio-bajo.

El 50% de los participantes (n=30 personas) obtuvieron un nivel de soledad medio, un 38,33% (n= 23 personas) estarían en un nivel de soledad social bajo y un 11,66% del total (n=7 personas) muestran un nivel alto de soledad, por lo que podemos deducir que la soledad en las personas mayores de nuestra muestra tiende a niveles medio-bajos, pero no nos podemos olvidar que hay personas que están sufriendo niveles altos de soledad con todas las implicaciones que ello tiene para el trabajo social.

5.3.2. Sentimientos de Soledad según la cantidad de visitas recibidas de familiares o amigos mediante la Escala Este II

Las puntuaciones obtenidas en cuanto a la visita de familiares para conocer el sentimiento de soledad de los participantes de este estudio, dependiendo de la percepción del apoyo social, el uso de tecnologías y la participación social subjetiva, muestran en la Tabla 3 como las personas que tienen familiares y reciben más visitas por parte de sus familiares o amigos, tienen menores niveles de soledad con una Media de 10,1 puntos y una Ds= 3,863 que las personas que tienen familiares pero no reciben muchas visitas, con una Media de 16,6 puntos y una Ds= 5,042.

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Tabla 3.

Sentimiento de Soledad según la cantidad de visitas recibidas de familiares o amigos en la Escala Este II

	Participantes que tienen familiares y les visitan mucho					Participantes que tienen familiares y no les visitan mucho				
	N	Min	Max	Media	Ds	N	Min	Max	Media	Ds
Apoyo Social	30	0	9	2,57	2,046	30	1	14	7,67	3,772
Uso de Tecnologías	30	0	6	4,27	1,66	30	0	6	4,23	1,775
Participación social subjetiva	30	1	8	3,27	1,837	30	1	8	4,7	1,86
Puntuación total de soledad	30	3	17	10,1	3,863	30	9	26	16,6	5,042

Fuente: Elaboración propia.

5.3.3. Comparaciones entre variables mediante la Prueba de Levene y la Prueba T-Student para conocer el sentimiento de soledad según los participantes recibieran muchas visitas

Para la variable sentimiento de soledad según los participantes recibieran o no muchas visitas de familiares y amigos, en primer lugar, se realizó la Prueba T- de Student que mostramos en la Tabla 4

Tabla 4.

Comparaciones entre Variables mediante la Prueba de Levene y la Prueba T- Student.

Prueba de muestras independientes

Variable de agrupación:	Prueba de Levene para la igualdad de varianzas	Prueba T para la igualdad de medias
[En el caso de tener familiares u otras amistades. ¿Vienen a visitarle mucho?]	F Sig.	T gl Sig. Diferencia de medias (bilateral)
		Error típ. De la diferencia
		95% Intervalo de confianza para la diferencia
		Inferior Superior

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Comparaciones entre Variables mediante la Prueba de Levene y la Prueba T- Student. (Continuación)

	Se han									
	asumido			-						
	varianzas	13,853	,000*	6,50	58	,000*	-5,100	,783	-6,668	-3,532
Percepción	iguales			9						
Apoyo Social	No se han									
	asumido			-						
	varianzas			6,50	44,7	,000	-5,100	,783	-6,678	-3,522
	iguales			9						
	Se han									
	asumido									
	varianzas	,277	,601	,075	58	,940	,033	,444	-,855	,921
Uso de	iguales									
tecnologías	No se han									
	asumido									
	varianzas			,075	57,7	,940	,033	,444	-,855	,921
	iguales			4						
	Se han									
	asumido			-						
	varianzas	,022	,882	3,00	58	,004*	-1,433	,477	-2,389	-,478
Participación	iguales			3						
social	No se han									
subjetiva	asumido									
	varianzas			3,00	57,9	,004	-1,433	,477	-2,389	-,478
	iguales			3	91					
	Se han									
	asumido			-						
	varianzas	1,734	,193	5,60	58	,000*	-6,500	1,160	-8,821	-4,179
Puntuación	iguales			5						
total soledad	No se han									
	asumido									
	varianzas			5,60	54,3	,000	-6,500	1,160	-8,825	-4,175
	iguales			5	20					

Nota: * Probabilidades significativas. Fuente: Elaboración propia.

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Comprobada con la prueba de Levene la homogeneidad de las varianzas, en la variable puntuación de la soledad se podían asumir igualdad de varianzas, podemos afirmar que los sentimientos de soledad ($F = 1,734$), sig.= 0,000. IC95% [-8,825, -4.175] dependen de recibir muchas visitas de familiares o amigos o no recibirlas. De modo, que las personas que recibieron más visitas puntuaron menos sentimientos de soledad.

También, observamos que en la dimensión participación social existían diferencias significativas $F=0,022$, sig.=0.004 IC95% [-2,389, -0.478] de modo que, podemos afirmar que la participación social subjetiva depende de tener muchas visitas de familiares o no tenerlas. Nuestros resultados podrían interpretarse de manera que las personas con más visitas de familiares o amigos tenían menos tiempo para participar en actividades sociales que aquellos con más visitas de familiares y amigos.

Para la dimensión percepción del apoyo social no se pudo asumir igualdad de varianzas, por no cumplir esta condición. Realizada la prueba U de Mann-Whitney que mostramos en la Tabla 5, podemos afirmar que la percepción del apoyo social depende de tener muchas visitas de familiares o amigos ($p=0.000$). La Tabla 5 además, corrobora nuestra hipótesis ya comprobada con la T de Student de que existen diferencias entre recibir muchas visitas o no en la puntuación de soledad $p=0.000$ y en la dimensión de participación subjetiva ($p=0.005$). Ello se debe a que la U- de Mann-Whitney es la prueba no paramétrica alternativa a la T de Student de comparación de medias.

Tabla 5.

Estadísticos de Contraste dependiendo de si les visitan mucho o no

	Estadísticos de contraste ^a			
	Apoyo social	Uso de tecnologías	Participación social subjetiva	puntuación total soledad
U de Mann-Whitney	117,000	447,500	260,500	127,500
W de Wilcoxon	582,000	912,500	725,500	592,500
Z	-4,953	-,039	-2,840	-4,783
Sig. asintót. (bilateral)	,000*	,969	,005*	,000*

Nota: a. Variable de agrupación: [En el caso de tener familiares u otras amistades. ¿Vienen a visitarle mucho?]

Nota: * Probabilidades significativas.

Fuente: Elaboración propia.

5.3.4. Sentimientos de soledad según el lugar de residencia mediante la Escala Este II

La Tabla 6 muestra los descriptivos de los grupos de participantes por lugar de residencia, fuera en el entorno comunitario o en residencias independientemente de la titularidad de la mismas.

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Tabla 6.

Descriptivos de Soledad dependiendo del Lugar de Residencia según la Escala Este II

	Residencia					Entorno comunitario				
	N	Mín.	Máx.	M	Desv. típ.	N	Mín.	Máx.	M	Desv. típ.
Percepción del apoyo social	35	0	10	3,26	2,780	25	1	14	7,72	3,932
Uso de tecnologías	35	2	6	4,83	1,224	25	0	6	3,44	1,960
Participación social subjetiva	35	1	7	3,91	1,634	25	1	8	4,08	2,396
Puntuación total soledad	35	4	21	12,00	4,284	25	3	26	15,24	6,540

Fuente: Elaboración propia.

5.3.5. Relación entre la percepción del apoyo social, uso de las nuevas tecnologías, índice de participación y nivel de soledad según el lugar de residencia mediante la prueba U de Mann-Whitney.

Para poder determinar si existían diferencias entre los grupos de personas que residían en un entorno comunitario o en una residencia, se compararon las medias mediante la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney, tras comprobar que no se podía utilizar el estadístico T de Student por no cumplir los criterios de normalidad, ni igualdad de varianzas. Los resultados se muestran en la Tabla 7.

Tabla 7.

Relación entre la Percepción del Apoyo Social, Uso de las Nuevas Tecnologías, Índice de Participación y Nivel de Soledad según el Lugar de Residencia mediante la Prueba U de Mann-Whitney.

Variables	Residencia	Entorno comunitario	Z	U	p
	n=35	n=25			
	Rango promedio				
Percepción del apoyo social	22,31	41,96	-4,322	151,000	,000*
Uso tecnologías	35,77	23,12	-2,895	253,000	,004*
Participación social subjetiva	35	25	-,015	436,500	,988
Soledad	26,40	36,24	-2,158	294,000	,031*

Nota: * Probabilidades significativas.

Fuente: Elaboración propia.

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

La Tabla 7 muestra que existen diferencias significativas en cuanto a la percepción del apoyo social con $p=0,000$ siendo mayor entre que las personas que viven en un entorno comunitario ($M=7,72$) y que las que viven en residencias ($M=3,26$).

Por otra parte, se observaron también diferencias significativas en el uso de tecnologías dependiendo del lugar de residencia con $p=0,004$. Aquí podemos comprobar que las personas que viven en un entorno comunitario ($M=4,83$), hacen mayor uso de las tecnologías que las personas que viven en un entorno residencial ($M=3,44$).

Finalmente, los resultados obtenidos permiten afirmar que los sentimientos de soledad dependen de vivir en la residencia o en un entorno comunitario, con un nivel de significación de $p=0,031$. (Ver Tabla 7). Siendo mayor entre los que vivían en el entorno comunitario ($M=15,24$) que en las residencias ($M=12$).

5.3.6. Sentimientos de Soledad de las personas que viven solas o no en su domicilio mediante la Escala Este II

La Tabla 8 muestra los resultados sobre el sentimiento de soledad de aquellas personas mayores que viven en su domicilio en solitario y acompañadas. El contraste de medias realizados entre ambos grupos no permite afirmar que existan diferencias en el sentimiento de soledad medido con la Escala Este II y sus diferentes dimensiones.

Tabla 8.

Sentimiento de Soledad dependiendo de si Viven Solos o no en su Domicilio

	Vivir solo en su domicilio					No vivir solo en su domicilio				
	N	Min	Máx.	Media	Ds	N	Min.	Máx.	Media	Ds
Apoyo social	19	3	14	8,53	3,82 1	6	1	9	5,17	3,37 1
Uso de tecnologías	19	0	6	3,74	1,88 1	6	0	6	2,5	2,07 4
Participación social subjetiva	19	1	8	4,05	2,43 8	6	1	7	4,17	2,48 3
Puntuación total soledad	19	6	26	16,32	6,23 7	6	3	19	11,83	6,85 3

Fuente: Elaboración propia.

5.3.7. Sentimiento de soledad medida con la Escala Este II y los participantes que manifestaron sentirse solos a pesar de estar acompañados

La Tabla 9 muestra los estadísticos descriptivos de los participantes en nuestro estudio según se hubieran manifestado sentirse o no solos a pesar de estar acompañados.

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Tabla 9.

Sentimientos de Soledad a pesar de estar Acompañado

	Sentirse solo a pesar de estar acompañado					No sentirse solo estando acompañado				
	N	Min.	Máx.	Media	Ds	N	Min.	Máx.	Media	Ds
Apoyo social	33	1	14	7,18	3,7	2	0	9	2,59	2,4
Uso de tecnologías	33	0	6	4,18	1,6	2	0	6	4,33	1,8
Participación social subjetiva	33	1	8	4,21	1,9	2	1	8	3,7	2,0
Puntuación total soledad	33	9	26	15,58	5,2	2	3	21	10,63	4,6
					62	7				17

Fuente: Elaboración propia.

Para comprobar el sentimiento de soledad a pesar de estar acompañado, fue necesario realizar la prueba de U Mann-Whitney que mostramos en la Tabla 10, debido a que las muestras no tenían una distribución normal ni había homogeneidad de varianzas.

Los resultados de la prueba permiten afirmar que el grupo con mayores puntuaciones en la Escala Este II (M=15.58) fue aquel que manifestó sentirse solos a pesar de encontrarse acompañados (M=10.63) con una p=0.0000.

Respecto a la percepción del apoyo social, también se encontraron diferencias significativas en p=0.000, siendo mayor la percepción del apoyo social (M=7.18) entre los que manifestaron sentirse solos a pesar de estar acompañados que los que manifestaron que no se sentían solos estando acompañados (M=2.59).

Tabla 10.

Sentimiento de Soledad a pesar de estar Acompañado mediante la Prueba U Mann-Whitney

Variables	Se siente solo a pesar de estar acompañado	No se siente solo	Z	U	p
	n=33	n=27			
	Rango promedio				
Percepción de apoyo	40,06	18,81	-4,716	130,000	,000*
Uso tecnologías	29,30	31,96	-0,614	406,000	,539
Participación Social Subjetiva	32	28	-,941	383,000	,346
Total soledad	37,73	21,67	-3,555	207,000	,000*

Nota: * Probabilidades significativas.

Fuente: Elaboración propia.

5.3.8. Sentimiento de soledad, percepción del apoyo social, uso de las tecnologías y participación social subjetiva de las personas que viven en residencia según la titularidad de la misma

Para conocer si existían diferencias significativas en el nivel de percepción del apoyo social reportado por los participantes dependiendo del lugar de residencia, se realizó un análisis de ANOVA factorial tomando como variable dependiente la soledad reportada por el participante y como variables independientes si vivía en una residencia privada, en una residencia pública o en el entorno comunitario. El valor para el modelo fue de $F(2,57) = 13.117$ Sig.=0.00 se realizó Tukey como análisis Post hoc. Las diferencias se encuentran entre vivir en una residencia privada ($M=3,1600$) y en el entorno comunitario ($M=7.2200$), sig. = 0.00. IC95% [-6,8280, -2,2920], y entre vivir en una residencia pública ($M=3,500$) y el entorno comunitario ($M=7.7203$), sig. =0.004, IC95% [-7,2203, -1,2197]. (Ver tabla 11)

Respecto a la variable nivel del uso de las tecnologías reportado por los participantes dependiendo de si vivía en una residencia privada, en una residencia pública o en el entorno comunitario. El valor para el modelo fue de $F(2,57) = 6.357$ Sig.=0.003 La prueba Tukey como análisis Post hoc permite afirmar que las diferencias se encuentran entre vivir en una residencia privada ($M=4.6400$) y en el entorno comunitario ($M=3.4400$), sig. = 0.024. IC95% [0,1332, 2,2668], y entre vivir en una residencia pública ($M=5.3000$) y el entorno comunitario ($M=3.4400$), sig. =0.007, IC95% [-3,2712, -0,4488]. (Ver Tabla 11)

Finalmente, en la Tabla 11, se muestra que no se han obtenido diferencias entre los distintos grupos en cuanto a la participación social subjetiva ni con respecto al total de soledad, debido a la obtención de resultados muy similares entre las diferentes personas mayores, comparando ambas variables con respecto al tipo de residencia en el que vivan según su titularidad y estos comparados con vivir en un entorno comunitario.

Tabla 11.

Sentimiento de Soledad, Percepción del Apoyo social, Uso de las Tecnologías y Participación Social Subjetiva de las personas que viven en Residencia según la Titularidad de la misma.

Variable dependiente			Diferencia de medias (I-J)	Error típico	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
						Límite inferior	Límite superior
Percepción del apoyo social	Residencia privada	Entorno comunitario	-4,56000*	,94249	,000*	-6,8280	-2,2920
		Residencia pública	-,34000	1,24679	,960	-3,3403	2,6603

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Sentimiento de Soledad, Percepción del Apoyo social, Uso de las Tecnologías y Participación Social Subjetiva de las personas que viven en Residencia según la Titularidad de la misma. (Continuación)

	Entorno comunitario	Residencia	4,56000*	,94249	,000*	2,2920	6,8280
		Residencia pública	4,22000*	1,24679	,004*	1,2197	7,2203
	Residencia pública	Residencia privada	,34000	1,24679	,960	-2,6603	3,3403
		Entorno comunitario	-4,22000*	1,24679	,004*	-7,2203	-1,2197
Uso tecnologías	Residencia privada	Entorno comunitario	1,20000*	,44330	,024*	,1332	2,2668
		Residencia pública	-,66000	,58644	,503	-2,0712	,7512
	Entorno comunitario	Residencia privada	-1,20000*	,44330	,024*	-2,2668	-,1332
		Residencia pública	-1,86000*	,58644	,007*	-3,2712	-,4488
	Residencia pública	Residencia privada	,66000	,58644	,503	-,7512	2,0712
		Entorno comunitario	1,86000*	,58644	,007*	,4488	3,2712
Participación social subjetiva	Residencia privada	Entorno comunitario	,20000	,55172	,930	-1,1277	1,5277
		Residencia pública	1,28000	,72985	,194	-,4763	3,0363
	Entorno comunitario	Residencia privada	-,20000	,55172	,930	-1,5277	1,1277
		Residencia pública	1,08000	,72985	,308	-,6763	2,8363
	Residencia pública	Residencia privada	-1,28000	,72985	,194	-3,0363	,4763
		Entorno comunitario	-1,08000	,72985	,308	-2,8363	,6763
Soledad	Residencia privada	Entorno comunitario	-3,16000	1,52177	,104	-6,8220	,5020
		Residencia pública	,28000	2,01311	,989	-4,5644	5,1244
	Entorno comunitario	Residencia privada	3,16000	1,52177	,104	-,5020	6,8220

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Sentimiento de Soledad, Percepción del Apoyo social, Uso de las Tecnologías y Participación Social Subjetiva de las personas que viven en Residencia según la Titularidad de la misma. (Continuación)

	Residencia pública	3,44000	2,01311	,211	-1,4044	8,2844
Residencia pública	Residencia privada	-,28000	2,01311	,989	-5,1244	4,5644
	Entorno comunitario	-3,44000	2,01311	,211	-8,2844	1,4044

Notas: *. La diferencia de medias es significativa al nivel 0.05.

* muestra significación

Fuente: Elaboración propia.

5.4. Influencia e impacto de las nuevas tecnologías

Para identificar la influencia y el impacto que las nuevas tecnologías han tenido sobre las personas mayores y complementar los datos obtenidos mediante la Escala Este II, hemos utilizado un tipo de entrevista cualitativa que nos ha permitido recoger información para nuestro proceso de investigación de forma oral y personalizada acerca de experiencias, vivencias y opiniones que nos han ayudado a obtener los resultados que reflejaremos mediante diferentes extractos a continuación:

5.4.1. Percepción de la soledad

Después de la realización de las entrevistas hemos podido observar como muchas personas mayores reconocen la soledad como algo “triste” y relacionado con la ausencia de familiares o falta de compañía. Normalmente, las personas mayores están acostumbradas a vivir cerca o al lado de sus familiares por tradición y actualmente en las zonas rurales no hay tanto trabajo como en las zonas urbanas por lo que actualmente, muchas personas no ven mucho a sus hijos sobre todo porque trabajan fuera. En este apartado hemos querido conocer un poco más a fondo la percepción o la idea que les supone a ciertas personas mayores la soledad. Cada una de estas personas mayores nos han aportado su propia visión y gracias a cada aportación hemos podido recoger y conocer diferentes experiencias.

(...) Para mí la soledad es el estar desprovisto de lo que más necesitamos los humanos como por ejemplo tener personas a nuestro alrededor que te puedan ayudar, dar ánimo, acompañar para no estar solo ante las adversidades.

EI-1

(...) Para mí la soledad es una situación de tristeza, es el hecho de no tener compañía y una situación donde le das muchas vueltas a la cabeza a todo.

EI-5

5.4.2. Percepción del uso de nuevas tecnologías

A la hora de conocer la visión que tienen las personas mayores sobre el uso de nuevas tecnologías y cómo influyen en su día a día, hemos podido observar diferentes perspectivas, ya que no todas las personas mayores entrevistadas, por muy solas que

vivan, utilizan los mismos medios para entretenerse. Generalmente hemos podido conocer que las personas mayores están muy acostumbradas al contacto directo con amigos y familiares y en algún caso no necesitan las nuevas tecnologías nada más que para mantenerse en contacto con familiares o amigos por si les pasa algo. Pero bien es cierto que, con la llegada de la pandemia y la accesibilidad que tienen las nuevas tecnologías, muchas personas mayores han decidido unirse a este mundo y aprender a usarlas, además de para interactuar con amigos y familiares desde la distancia, para poderse entretener con diversas plataformas sociales o aplicaciones de ocio y entretenimiento.

(...) Uso el móvil, el ordenador, la Tablet y el libro electrónico, tengo también Facebook y uso mucho el WhatsApp.

EI-1

(...) Las nuevas tecnologías son una herramienta muy positiva porque nos han ayudado a no estar tan solos, precisamente a evitar esa soledad a través de las redes sociales hemos podido contactar con nuestros seres queridos.

EI-2

(...) Soy una persona muy extrovertida, muy sociable y me gusta mucho interactuar con las personas por eso no uso ningún tipo de red social ni aplicación móvil, solo tengo el móvil para lo necesario y para poderme comunicar.

EI-4

(...) Uso mucho la Tablet, el móvil y la televisión para ver películas. Pero Utilizo sobre todo el WhatsApp y el Facebook, pero también Instagram y YouTube. WhatsApp para hablar con mis amigas y familia, el Facebook para enterarme de las cosas que pasan en España, Instagram para ver lo que están haciendo o donde están mis hijos y en YouTube veo videos de historia de España.

EI-5

5.4.3. Percepción acerca de la influencia de las nuevas tecnologías

Al igual que con el uso de las nuevas tecnologías, hemos podido comprobar que no todas las personas entrevistadas tienen la idea de que las tecnologías son algo primordial ante la situación de soledad ya que a muchas personas no les gusta o no les sirve para poder no sentirse sola, pero, por lo general las personas entrevistadas realizan aportaciones muy positivas con respecto a cómo les han influenciado las nuevas tecnologías en su vida social y personal.

(...) Tengo un hijo que por razones de trabajo lleva 6 años en mallorca, tengo 3 nietos suyos, nos hemos perdido ya tres cumpleaños, gracias a las redes sociales, las videoconferencias a través de Skype o WhatsApp nos lo han facilitado y han

sido una inyección para poder mantenernos un poco con la esperanza de que todo cambiará.

EI-2

(...) Me he podido conectar con mis amigas de siempre gracias al internet y a una Tablet que me regalaron mis hijos, e interactuado en Facebook lo que más y he podido ver lo que están haciendo mis hijos por Instagram. Eso me ha ayudado muchísimo a saber que están bien y a entretenerme.

EI-5

(...) Creo que engancha a las personas y les hace perder más tiempo de la cuenta, yo no me quiero quedar aquí en el sillón sin salir a la calle, a mí me gusta salir y tener compañía no me gusta estar sola en casa con el móvil.

EI-4

(...) Las nuevas tecnologías han ayudado en la influencia psicológica que ha afectado a las personas durante el confinamiento.

EI-2

5.4.4. Propuestas de mejora para la accesibilidad y el manejo de las nuevas tecnologías por parte de las personas mayores

Analizando las propuestas de las personas entrevistadas, cabe insistir en que muchas personas mayores no tienen la suficiente capacidad como para aprender por sí mismas a utilizar las nuevas tecnologías o tienen dificultades para acceder a ellas. Generalmente las personas mayores entrevistadas han demandado un servicio público del que han sido privadas como causa de la situación actual de pandemia y como consecuencia de ser pertenecientes a un grupo de población de riesgo. Estas personas mayores, solicitan la posibilidad de que, una vez abiertos los hogares de personas mayores, se puedan impartir talleres para la mejora del uso y aprendizaje de las nuevas tecnologías, ya que quieren aprender más y quieren sentirse más seguros.

(...) hay que tener una cierta formación ya que hay gente mayor muy buena por ahí que si le llaman y le piden el número de cuenta acceden, por ello yo creo que falta algo de información porque la gente mayor pecamos de exceso de confianza. Si te compras un coche puedes tener independencia para moverte, pero cuidado, si vas a 200 te puedes matar seguro. Por tanto, no estaría mal poder formarse primero.

EI-1

(...) Pues para que no pasen cosas como las que me han pasado a mí con los móviles estos tan modernos pues recomendaría que hubiese talleres en el hogar

social, aunque ahora nos le tengan cerrado, para poder aprender a manejar bien el móvil y el ordenador.

EI-3

5.4.5. Consejos acerca del uso de nuevas tecnologías

A la hora de analizar la opinión y la experiencia de las personas entrevistadas, se pone de manifiesto que las personas mayores son un sector de la población muy vulnerable e importante, al que hay que mostrar especial atención, respeto y cuidado. Todas las personas mayores se han atrevido a dar su opinión y consejo para aquellas otras personas que se quieran introducir en el mundo de las nuevas tecnologías y no se atrean por miedo a que les pueda aportar algo negativo en su vida o porque se piensen que les puedan engañar. Generalmente, las personas mayores entrevistadas han recomendado como algo imprescindible al menos el uso de un dispositivo móvil para mantener a la persona mayor siempre localizada ante cualquier situación imprevista y han manifestado que su experiencia mayoritariamente con el uso de tecnologías ha sido positiva gracias a la ayuda de sus nietos e hijos.

(...) Todo tiende a cambiar, tenemos que seguir luchando que es lo que tenemos que hacer como siempre hemos hecho e intentar buscar otra alternativa como el uso de las videollamadas por medio del teléfono móvil si la persona tiene miedo al contacto y más si se está pasando mal cuando se recae en la soledad no deseada, pide ayuda, infórmate, pero no te quedes solo.

EI-2

(...) Las personas más jóvenes o incluso las mayores que ya sabemos deberíamos acercarnos a cualquier persona que no sepa, con los medios que tenemos para enseñarles a darles un uso adecuado y conectar de forma inmediata con ellos ya que la gente mayor tenemos mucho miedo a los riesgos.

EI-1

(...) Yo los animaría a que los usen porque yo con 90 años me he entretenido mucho y me entretengo y no es nada malo, me dan a veces las 2 de la mañana con la Tablet porque me estoy divirtiéndome.

EI-5

6. DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Tras reflejar los datos obtenidos en el estudio llevados a cabo tanto en la Residencia de tercera edad “San Agustín”, como en la residencia de tercera edad “Virgen del Canto” y en el propio entorno comunitario de la localidad de Toro (Zamora), podemos observar que no encontramos diferencias significativas en el sentimiento de soledad social entre las personas mayores que nos permitan afirmar que durante la pandemia por COVID 19, el haberse sentido más solo o no, no dependía de vivir en una residencia privada,

pública o en el entorno comunitario. Los participantes, además, se sitúan en niveles medio bajos del sentimiento de soledad.

Entendemos que, la experiencia del confinamiento y del aislamiento durante la pandemia ha obligado a las personas mayores como dice Bericat, (2020), a ajustar su vivencia a la situación real. No manifiestan altos niveles de soledad. Este colectivo como señala este autor ha aprendido de sus experiencias a moderar sus aspiraciones, a reconocer con mayor precisión sus retos vitales, a controlar más la frustración y resignarse de mejor grado a sus condiciones de vida. Además, son capaces de revisar su idea de felicidad, abandonando la visión idealizada de la misma para adoptar una más sensata o realista.

La explicación de los mejores resultados obtenidos de las personas mayores que vivían en residencias respecto a la percepción del apoyo social frente a aquellas que se encontraban en el entorno comunitario, puede deberse, a que en ambas residencias, ya sea la de titularidad pública o privada, antes de la pandemia programaban actividades y talleres de ocio donde permitían a las personas mayores disfrutar de apoyos sociales para evitar los sentimientos perjudiciales de soledad (Bermeja & Ausin, 2017). No hemos constatado si estas actividades se han mantenido en los centros residenciales, si bien es cierto, que las personas mayores que durante la pandemia se encontraban en sus domicilios no han podido acudir a los centros sociales. Dichos centros según han manifestado, eran lugares donde interactuaban a diario, veían a sus amigos y amigas y realizaban actividades de ocio y tiempo libre.

La explicación acerca de los resultados de soledad obtenidos respecto a las visitas de familiares y el efecto que éstas producen en las personas mayores que vivían tanto en residencias, como en el entorno comunitario, puede deberse a que antes de la pandemia tanto en las residencias, ya sean de carácter público o privado, como en el entorno comunitario, los familiares y amigos podían visitar a las personas mayores en cualquier momento y las veces que quisieran, pero con la situación por la que hemos pasado con el COVID-19 eso cambió y se pasó radicalmente de poder tener visitas en cualquier momento, a tener que pedir una solicitud de visita a las residencias para poder realizar visitas presenciales. (Menéndez-Colino et al., 2021).

La dificultad de poder visitar a las personas mayores por miedo a ser contagiadas, el miedo a juntarse con personas o incluso a salir a la calle han podido explicar nuestros resultados respecto al aumento del uso de las tecnologías por parte de las personas participantes de este estudio, sobre todo por parte de las personas que residen en el entorno comunitario. Estos resultados coinciden con el estudio de Rubio et al. (2005) "Nuevas Tecnologías y exclusión social", donde podemos identificar que los dispositivos tecnológicos como Tablets o móviles han conseguido reducir los sentimientos de soledad de las personas mayores y han permitido a las mismas a no sentirse excluidas y aisladas socialmente. Para poder corroborarlo hemos recopilado varios extractos gracias las entrevistas cualitativas:

(...) Tengo 2 nietos mellizos que nacieron hace tres años. Tenemos la experiencia del primer año que los veíamos con mucha frecuencia y de pronto llega la pandemia y no podemos verlos, ni tocarlos, ni abrazarlos, ni besarlos, por ello

pienso que las nuevas tecnologías han ayudado y sobre todo las videoconferencias, que han sido una herramienta para estar con ellos. E-1

(...) En mi caso particular tengo un hijo que por razones de trabajo lleva 6 años en mallorca, tengo 3 nietos suyos, nos hemos perdido ya tres cumpleaños y solían visitarnos a menudo, las redes sociales, las videoconferencias a través de Skype o WhatsApp nos lo han facilitado y han sido una inyección para poder mantenernos un poco con la esperanza de que todo cambiará. E-2

(...) Yo vivo sola y ahora tengo miedo a contagiarme y tener una Tablet o un móvil es otra cosa, he podido ver a mi familia y a mis amigas gracias a esto, a mí me gusta mucho y me entretiene mucho. E-5

La explicación a los resultados sobre el bajo uso que hacen las personas mayores que viven en las residencias de las tecnologías, ya sea en la residencia pública o privada, puede deberse a que mientras las personas que viven en su domicilio hacen uso de las nuevas tecnologías, las personas que viven en las residencias están participando en cualquier tipo de actividad o taller, es decir, en las residencias para personas mayores se incide más en utilizar un entretenimiento de ocio y participativo una vez terminado el confinamiento. Este resultado coincide con el estudio de Soria (2016) debido a que muchas personas que viven en residencias necesitan más apoyos para vivir independientemente de su capacidad funcional o porque presenten deterioro cognitivo. En ambos casos puede dificultar su capacidad para el manejo de las nuevas tecnologías para contactar con sus familiares y amigos

Los resultados obtenidos de las entrevistas cualitativas realizadas a personas mayores del entorno comunitario para poder conocer que influencia e impacto han tenido las nuevas tecnologías en sus vidas para paliar la soledad, han demostrado que el uso de las nuevas tecnologías sí que puede ser una alternativa importante, siempre y cuando se sepan utilizar, para reducir los sentimientos de soledad de las personas mayores. Estos resultados coinciden con el estudio “Tecnología y personas” de Gil y Rodríguez-Porrero (2015), en el que hace referencia sobre las nuevas tecnologías como herramienta mediante la que las personas mayores pueden estar en contacto con sus seres más allegados, además de servirles para entretenerse o para poder aprender, leer e interactuar con sus familiares y amigos.

(...) Las nuevas tecnologías me han aportado entretenimiento, puedo estar en contacto con mi familia y puedo informarme bien de todas las noticias que están pasando con esto de la pandemia. No es lo mismo estar sola sin hacer nada a poder entretenerme o poder leer cosas e interactuar y ver a tu familia.

E-3

(...) Las nuevas tecnologías son importantes porque, por ejemplo, las personas mayores que tenemos lejos a nuestra familia al menos nos permiten poder hablar con ella y escucharlos además de saber cómo están y ya no solo eso, también una atención médica necesaria, te puede cambiar la vida. E-4

Como explicación a los resultados de las entrevistas cualitativas, también queremos destacar el inciso que hacen las personas mayores sobre la desprotección y el difícil acceso que pueden llegar a sufrir a la hora de enfrentarse a los diferentes dispositivos tecnológicos mediante los siguientes extractos recogidos en las entrevistas cualitativas de dos participantes de nuestro estudio:

(...) Tenemos mucho miedo a los riesgos, ya que nos venden que con estas cosas de la red te intentan engañar y es cierto que hay que tener una cierta formación. E-1

(...) Yo tengo mucho miedo a que puedan entrar en mis medios y estar tan controlado, creo que debería haber más protección para las personas mayores ya que todos no conocemos o dominados el tema. E-2

Esto se debe a la falta de habilidades y conocimientos que tienen las personas mayores en este ámbito. Para superar la “brecha digital” las personas mayores necesitan saber qué está disponible y cómo utilizarlo, además de contar con la accesibilidad y el uso de las nuevas tecnologías en los centros sociales para personas mayores (Agudo & Pascual, 2008). Para poder mejorar las habilidades sociales de las personas mayores en cuanto al uso de las nuevas tecnologías es recomendable llevar a cabo con ellas una metodología basada en la experiencia, donde ellos mismos puedan aprender por sí solos, haciendo un análisis e interpretación desde su propio criterio. (Gil & Rodríguez-Porrero, 2015, p. 158).

La mayor parte de las personas entrevistadas afirman que las nuevas tecnologías han ayudado mucho en su día a día durante el confinamiento, incluso recomiendan al resto de personas mayores que se inicien en este mundo mediante una previa formación si es posible o pidiendo ayuda a personas allegadas porque afirman que:

(...) Hay aplicaciones como la del SACYL que automáticamente picando te generan una cita o con llamar a 112 te ponen en contacto con un médico. E-1

(...) Las nuevas tecnologías han ayudado en la influencia psicológica que ha afectado a las personas durante el confinamiento. E-3

(...) Me parece que sería muy bonito que una persona mayor supiese manejar muy bien el móvil, sería de gran ayuda. Esto es importante básicamente porque si tú vas sola por la calle y te caes o te pasa algo siendo mayor, vas a necesitar ayuda y si no hay nadie a quien puedas llamar a ver qué haces. E-4

Esto se debe a que las nuevas tecnologías, según Pavón y Castellanos (2000), mejoran la comunicación entre las personas, permiten un constante aprendizaje, proporcionan acceso a la sociedad de la información, estimulan la memoria y la creatividad y promueven la participación social de las personas mayores. (p. 198).

7. CONCLUSIONES

Este trabajo ha consistido en realizar una investigación en el entorno comunitario de la localidad de Toro en la provincia de Zamora y en el entorno residencial de dos de sus residencias más importantes, correspondiendo la Residencia de 3ª edad “San Agustín” al ámbito privado y la Residencia de 3ª edad “Virgen del Canto” al público.

Esta investigación se ha iniciado principalmente por la situación de soledad y aislamiento social que muchas personas mayores están pasando ante el COVID-19 actualmente en España y el impulso que muchas de las nuevas tecnologías están aportando a toda la población para no sentirse tan solos y poder interactuar, aunque sea de forma virtual con sus amigos y familiares.

El objetivo de este estudio era estudiar el nivel de soledad social de las personas mayores de 65 años dependiendo de su lugar de residencia para poder sacar diferentes comparaciones que sirvan para poder justificar el porqué de la soledad en cada lugar de residencia, así como de identificar los contactos con la Red Social de apoyo y la influencia e impacto que las nuevas tecnologías han tenido en este sector poblacional.

Aun sabiendo que la soledad es un problema muy grande actualmente, mediante los resultados obtenidos, hemos podido comprobar que, en muchas personas mayores, siguen ocultando su situación ya que te puedes dar cuenta, que una vez que les haces la entrevista, están deseando hablar con alguien y pueden pasar mucho tiempo hablando contigo o que se les vienen recuerdos de alguien que hace mucho que no ven.

En nuestro estudio no aparecen porcentajes significativos en la aparición de los sentimientos de soledad entre las personas mayores encuestadas que viven en un entorno residencial o comunitario. Por ello, se puede deducir que la prestación de diferentes servicios y la creación de diversos proyectos actuales para evitar la soledad ante la situación de pandemia que estamos viviendo, están teniendo un impacto y unos resultados positivos, al igual que, el desempeño que tanto las residencias públicas como privadas están haciendo para mantener a sus mayores atendidos y protegidos.

Aun no existiendo porcentajes de soledad social significativos, sí que podemos resaltar que:

- En las residencias de tercera edad, las personas mayores tienen una percepción del apoyo social más fuerte que las personas que residen en un entorno comunitario.
- En las residencias de tercera edad, actualmente, las personas mayores reciben más visitas que las personas que viven en el entorno comunitario por parte de sus familiares o amigos.
- Las personas que viven en el entorno comunitario hacen mayor uso de las nuevas tecnologías que las personas mayores que viven en las residencias de tercera edad, quienes dedican más tiempo a participar en actividades de ocio y tiempo libre.

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

- Las visitas de amigos y familiares son un apoyo social fundamental para que las personas mayores puedan combatir los sentimientos de soledad.
- Las personas que viven solas en su domicilio muestran mayores sentimientos de soledad que las personas que las personas que viven acompañadas.
- Los centros para personas mayores u hogares sociales para personas mayores son considerados como algo fundamental para las personas mayores.
- Muchas personas mayores se sienten desinformadas y desprotegidas ante las nuevas tecnologías.
- La situación por la que estamos pasando ha impulsado a las personas mayores al uso de las nuevas tecnologías.
- Las nuevas tecnologías además de ser una herramienta tecnológica muy útil para mantener un contacto entre la persona mayor y su familia o amigos también son consideradas una herramienta de entretenimiento para estas personas, específicamente los teléfonos móviles y las Tablets.

Una vez analizados los resultados, podemos observar que una de las cosas más importantes ante la situación que nos ha dejado el COVID-19 es el importante papel que desempeñan tanto las nuevas tecnologías, como las redes de apoyo en las personas mayores. Gracias a esto, muchas personas mayores actualmente han podido hacer frente a una situación atípica a lo que se estaba acostumbrado a vivir y más este sector de la población, que ha tenido que vivir muchas más situaciones difíciles y estaban acostumbrados a estar cerca de sus familiares y a aplicar el contacto directo con las personas.

Haciendo referencia a todo lo anterior, consideramos que la soledad en las personas mayores es algo real, aunque hayamos tenido que pasar por esta situación para darnos cuenta de lo mal que lo puede llegar a pasar una persona que vive o se encuentra sola o aislada socialmente. Este tema forma parte de la presente actualidad y seguirá formando parte del futuro como consecuencia de que cada vez hay un mayor envejecimiento de la población.

Para nosotros, como Trabajadores sociales esto es un tema relevante, ya que las personas mayores forman parte de un colectivo muy amplio al que en la mayor parte de nuestras ocasiones, dirigimos nuestra intervención social, ya que es necesaria su intervención porque, aunque no lo parezca es un tema que no es muy visible.

Finalmente, gracias al plan de vacunación ofrecido a las residencias y a las personas mayores en general, no ha supuesto una limitación muy excesiva para poder pasar los cuestionarios o hacer las entrevistas cualitativas, eso sí, en todo momento se ha guardado la distancia de seguridad y se han respetado todas las medidas sanitarias y, aunque el tamaño de la muestra no haya sido muy grande, sí que nos ha permitido acercarnos a lo que es la realidad de la soledad social, además de poder acercarnos a las personas mayores, que aunque no lo parezca, o no lo quieran demostrar, se sienten

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

o se han sentido solas en algún momento y esto nos permite conocer un poco más de cerca sus necesidades, que, desde el trabajo social y desde otros estudios, queremos seguir estudiando para dar respuestas eficaces y avanzar como sociedad.

8. BIBLIOGRAFÍA

Abades Porcel, M y Rayón Valpuesta, E (2012). El envejecimiento en España: ¿un reto o problema social? *Gerokomos* [online]. vol.23, n.4, pp.151-155. ISSN 1134-928X. <https://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v23n4/comunicacion1.pdf>

Agudo, S. y Pascual, M. Á. (2008). Las TIC en los centros sociales de personas mayores: nuevas oportunidades, nuevos retos. *Comunicación y Pedagogía*, 226, 2831.

Arredondo, R. (8 de agosto de 2012). trabajosocialdospuntocero. Obtenido de trabajosocialdospuntocero:<https://trabajosocialdospuntocero.blogspot.com/2012/08/laimportancia-de-las-nuevas.html>

Austin, B. A. (1983). Factorial structure of the UCLA loneliness scale. *Psychological Reports*, 53, 883-889.

Banskota, S., Healy, M. y Goldberg, E. M. (2020). 15 aplicaciones para teléfonos inteligentes para que los adultos mayores usen mientras están aislados durante la pandemia COVID-19. *La revista occidental de medicina de emergencia*, 21 (3), p. 514-525. <https://doi.org/10.5811/westjem.2020.4.47372>

Bermeja, A. I., Ausín, B. (2017). Programas para combatir la soledad en las personas mayores en el ámbito institucionalizado: una revisión de la literatura científica. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 53 (3), 155-164.

Bericat, E. (2020). ¿Somos las personas mayores tan felices como las jóvenes? Limitaciones metodológicas de los análisis de regresión. *Empiria. Revista de Metodología de las Ciencias Sociales*, 47, 153-183.

Bermejo Higuera, J. C. (2003). La soledad en los mayores. *ARS MEDICA Revista De Ciencias Médicas*, 32(2), p. 126-144. <https://doi.org/10.11565/arsmed.v32i2.264>.

Bermejo Higuera, J. C. (2016). La soledad en los mayores. *ARS MEDICA Revista De Ciencias Médicas*, 32(2), p. 126–144. <https://doi.org/10.11565/arsmed.v32i2.264>

Boletín Informativo del Instituto Nacional de Estadística. (2020, enero). Hogares en casa. El confinamiento entre cuatro paredes.

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INECifrasINE_C&cid=1259952645332&p=1254735116567&pagename=ProductosYServicios%2FINECifrasINE_C%2FPYSDetalleCifrasINE

Carrera-Hueso, F. J (2014). Aspectos positivos del envejecimiento. *Farm Hosp.* [online]. Vol.38, n.6, (pp.451-453), ISSN 2171-8695. <https://scielo.isciii.es/pdf/fh/v38n6/01editorial01.pdf>

Castro Blanco, M. (2010). Hartu-Emanak, La autonomía personal y la dependencia en el proceso del envejecimiento. Soledad y envejecimiento: Cómo evitar que ese binomio se cumpla. <https://www.hartuemanak.org/wp-content/uploads/2015/11/Publicacion10.pdf>

Cavia Naya, G.A y López Hernández, D (2019). La solidaridad como respuesta a la soledad en personas mayores. [Trabajo de fin de máster]. Universidad de Navarra. 2019_2020 CAVIA NAYA, Gloria.pdf

De la Uz Herrera, M.E. (2009, mayo-agosto). El envejecimiento. Reflexiones acerca de la atención al anciano. Revista de bioética. <http://cbioetica.org/revista/92/920408.pdf>

Díez, J., y Morenos, M. (2015). La soledad en España. Madrid: Fundación ONCE, Fundación AXA. https://www.fundaciononce.es/sites/default/files/soledad_en_espana.pdf

Di Tommaso, R. y Spinner, B. (1993). The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adult SELSA. *Personality and individual Differences*. 14 (1), 127-134.

González García, E y Martínez Heredia, N. (2017). Personas mayores y TIC: oportunidades para estar conectados. RES, Revista de Educación Social. Número 24. <https://eduso.net/res/wp-content/uploads/2017/01/res-24-miscelanea-erika.pdf>

Hayg Oshagan y Richard L. Allen (1992) Tres escalas de soledad: una evaluación de sus propiedades de medición, *Journal of Personality Assessment*, 59: 2, 380-409, DOI: 10.1207 / s15327752jpa5902_13

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Kluge F., Zagheni E., Loichinger E., Vogt T. (2014) Las ventajas del cambio demográfico después de la ola: ¿Menos y más años, pero más saludables, más ecológicos y más productivos? PLoS ONE 9 (9): e108501. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0108501>

Lawton M.P. (1975). The Philadelphia Geriatric Center Morale Scale: A revision. *J Gerontol*; 30: 85-9.

Menéndez-Colino, R., Argentina, F., Merello de Miguel, A., Barcons Marqués, M., Chaparro Jiménez, B., Figueroa Poblete, C., Alarcón, T., Martínez Peromingo, F.J y González-Montalvo, J.I. (2021). La Geriatria de Enlace con residencias en la época de la COVID-19. Un nuevo modelo de coordinación que ha llegado para quedarse, *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, Volume 56, Issue 3, p. 157-165, ISSN 0211-139X, <https://doi.org/10.1016/j.regg.2021.01.002>.

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2018, 5 de febrero). Envejecimiento y salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>

Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2020). La covid-19 y adultos mayores. <https://www.paho.org/es/temas/envejecimiento-saludable/covid-19-adultos-mayores>.

Pavón, F. y Castellanos, A. (2000). El aprendizaje de los mayores y las nuevas tecnologías. En M^a E. Alcalá, y E. Valenzuela.(Ed.). *El aprendizaje de las personas mayores ante los retos del nuevo milenio* (pp. 197-236), Madrid: Dykinson.

Pérez Díaz, J., Abellán García, A., Aceituno Nieto, P., Ramiro Fariñas, D. (2020). Un perfil de las personas mayores en España 2020. Indicadores estadísticos básicos. [enred-indicadoresbasicos2020.pdf](http://indicadoresbasicos2020.pdf) (csic.es)

Pinel, M y Rubio, R. (2009). Un instrumento de medición de soledad social: escala ESTE II. Calidad de vida. Granada: Universidad de Granada. <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/rubio-soledad-este2.pdf>

Pino Juste, M.R., Soto Carballo, J.G., Rodríguez López, B. (2015). LAS PERSONAS MAYORES Y LAS TIC. UN COMPROMISO PARA REDUCIR LA BRECHA DIGITAL. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, núm. 26, (pp. 337-359). Sociedad Iberoamericana de Pedagogía Social Sevilla, España. <https://www.redalyc.org/pdf/1350/135043653003.pdf>

Red Nacional de Vigilancia Epidemiológica [RENAVE]. (2020, 21 de mayo). Informe sobre la situación de COVID-19 en España. Informe COVID-19 n.º 32. <https://www.isciii.es/QueHacemos/Servicios/VigilanciaSaludPublicaRENAVE/EnfermedadesTransmisibles/Documents/INFORMES/Informes%20COVID-19/Informe%20n%20c2%ba%2032.%20Situaci%3%b3n%20de%20COVID-19%20en%20Espa%3%b1a%20a%2021%20de%20mayo%20de%202020.pdf>

Rubio, R. y Aleixandre, M. (2001). Un estudio sobre la soledad en las personas mayores: entre estar solo y sentirse solo. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*. ISSN 1139-0921, Vol. 11, Nº 1, 2001, p.23-28. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2834469>

Rubio Herrera, R (2004, 30 de junio). “La soledad en las personas mayores españolas”. Madrid, Portal Mayores. <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/rubio-soledad-01.pdf>

Rubio, R., Cerquera, A., Muñoz, R., & Pinzón, E. (2011). Concepciones populares sobre soledad de los adultos mayores de España y Bucaramnaga, Colombia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 7(2), p. 307-319. file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-ConcepcionesPopularesSobreSoledadDeLosAdultosMayor-5883794.pdf

Rubio Martín, M. J., Fernández Jurado, Y., Alexandres Fernández, S., Rúa Vieytes, A., Fernández Velasco, E., López Ruiz, J.A y Malgesini Rey, G. (2005). Nuevas Tecnologías y exclusión social. Un estudio sobre las posibilidades de las TIC en la lucha por la inclusión social en España. Madrid. Fundación Telefónica. https://www.ohchr.org/Documents/Issues/CulturalRights/ConsultationEnjoyBenefits/UNESCONUEVAS_TECNOLOGIASyExclusionSocial.pdf

Rueda, J. (2018). La soledad de las personas mayores en España: Una realidad invisible. Actas de coordinación sociosanitarias. Fundación Caser. 2303_jd._rueda_estrada_def.pdf

Salazar-Barajas, M. A., Avila-Alpirez, H., Ruiz-Cerino, J. M., Guerra-Ordoñez, J. A., Pérez-Zuñiga, X y Duran-Badillo, T. (2020). Uso de la metodología Walker y Avant para análisis del concepto: envejecimiento activo. *Cultura de los Cuidados (Edición digital)*, 24 (56). <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/106023/1/CultCuid56-289-299.pdf>

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Sánchez-Ordóñez, R y Sánchez-Vázquez, J.F. (2020). El aislamiento del adulto mayor por el COVID-19: consecuencias e intervenciones psicosociales durante la cuarentena. [Trabajo de fin de grado, Trabajo Social]. Universidad Pontificia de Salamanca. (p.09). 29364-69578-1-PB.pdf

Soria Martínez, E. (2016). RESIDENCIAS DE MAYORES APUESTAN POR LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS-SKYPE. [Trabajo de Fin de Grado, Educación Social]. UNED. <https://eduportfolio.org/97015>

Soto, A y Cvetkovichc, A. (2020). Estudios de casos y controles. *Rev. Fac. Med. Hum.* [online]. vol.20, n.1, (pp. 138-143), ISSN 1814-5469. <http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v20i1.2555>

Ussel, J. I. (2001). LA SOLEDAD EN LAS PERSONAS MAYORES: Influencias Personales, Familiares y Sociales. Análisis Cualitativo. Madrid: Ministerio de educación y asuntos sociales. <https://fiapam.org/wp-content/uploads/2014/11/La-soledad-en-las-personas-mayores.pdf>

Victor, C., Scambler, S., Bowling, A y Bond, J. (2005). The prevalence of, and risk factors for, loneliness in later life: A survey of older people in Great Britain. *Ageing and Society*. file:///C:/Users/HP/Downloads/cambridgeUP%20(1).pdf

Yanguas, J., Sarasola, A., Chamorro, S., pinazo-hernandis, S., Canals, S y Talavera, C. (2018). El reto de la soledad en la vejez. ZERBITZUAN. http://www.zerbitzuan.net/documentos/zerbitzuan/Reto_soledad_vejez.pdf

Yárnoz Yaben, S. (2008). Adaptación al castellano de la escala para la evaluación de la soledad social y emocional en adultos SESLA-S. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, vol. 8, núm. 1, mayo, 2008, pp. 103- 116. Universidad de Almería. Almería, España. <https://www.redalyc.org/pdf/560/56080109.pdf>

Zebhauser, A. (2014). How much does it hurt to be lonely? Mental and physical differences between older men and women in the KORA Age Study. *International journal of geriatric psychiatry*, 29(3), 245-252. <https://doi.org/10.1002/gps.3998>

9. ANEXOS

DOCUMENTO CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN DE PERSONAS MAYORES EN ESTE ESTUDIO

Yo..... Como persona mayor de 65 años invitada a participar en este estudio acerca del sentimiento de soledad en personas mayores he sido informado/a, que Diego Rico Masa, alumno del grado en Trabajo Social de la Universidad de Valladolid en la Facultad de Educación y Trabajo Social (FEyTS), está realizando su trabajo de fin de grado que consistirá en un estudio de investigación relacionado con la existencia del sentimiento de soledad en personas mayores, identificando y comparando si los sentimientos de soledad pueden establecerse en mayor medida en centros residenciales o en un entorno comunitario.

Se ha explicado y he comprendido correctamente que mi participación es totalmente voluntaria y gratuita. Que se respetará en todo momento la ley de protección de datos y que tengo derecho a abandonar la entrevista y sus resultados en el momento que precise sin necesidad de explicar por qué lo hago. Que mi participación en dicho estudio no supone ningún tipo de riesgo individual alguno.

Autorizo al alumno a utilizar y explorar los datos obtenidos de forma agregada y anonimizada de modo que se garantiza la confidencialidad de mi identidad en todo el trabajo de investigación.

Firmado:

.....

MUCHAS GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN.

CUESTIONARIO PASADO A PERSONAS MAYORES DE LA RESIDENCIA SAN AGUSTÍN, DE LA RESIDENCIA VIRGEN DEL CANTO Y A PERSONAS QUE VIVEN EN EL ENTORNO COMUNITARIO

- **Presentación**

Mi nombre es Diego Rico Masa, soy un estudiante del Grado en Trabajo Social de la Universidad de Valladolid que está realizando su trabajo de fin de grado sobre la existencia de soledad en las personas mayores durante la pandemia y la influencia de las nuevas tecnologías para paliarla. El objetivo de este estudio es conocer la opinión y percepción de las personas mayores sobre su paso por la pandemia, sus necesidades sociales, calidad de vida y situación de bienestar. Conocer la opinión y percepción sobre el sentimiento de soledad en las personas mayores permitirá diseñar intervenciones que mejoren su calidad de vida y bienestar. La encuesta no le llevará más de 10 minutos en cumplimentarla. Muchas gracias por su colaboración. Para cualquier información adicional puede hacerlo a través del siguiente correo electrónico: diego.rico@alumnos.uva.es o diegoricomasa99@gmail.com

- **Consentimiento informado**

Yo, participante manifiesto que:

-He leído la información sobre este estudio.

-Me han informado que es voluntaria y que se garantiza la confidencialidad de los datos obtenidos.

Por tanto, marque si presta libremente participar en este estudio

- **Sección 1: Datos sociodemográficos**

Género: Mujer/Hombre/Otro.

Edad: De 65 a 70 años/ de 70 a 80 años/ de 80 a 90 años/ más de 90 años

Estado civil: Soltero/Casado/Viudo/ divorciado/a, separado/a.

Residencia: Entorno residencial/ Entorno comunitario

- **Sección 2: Percepción del apoyo social.**

1. ¿Ud. tiene a alguien con quien puede hablar de sus problemas cotidianos?

Siempre/ A veces/ Nunca

2. ¿Cree que hay personas que se preocupan por usted?

Siempre/ A veces/ Nunca

3. ¿Tiene amigos o familiares cuando le hacen falta?

Siempre/ A veces/ Nunca

4. ¿Siente que no le hacen caso?

Siempre/ A veces/ Nunca

5. ¿Se siente triste?

Siempre/ A veces/ Nunca

6. ¿Se siente usted solo?

Siempre/ A veces/ Nunca

7. ¿Y por la noche, se siente solo?

Siempre/ A veces/ Nunca

8. ¿Se siente querido?

Siempre/ A veces/ Nunca

- **Sección 3: Uso de las nuevas tecnologías.**

9. ¿Utiliza Ud. ¿El teléfono móvil?

Siempre/ A veces/ Nunca

10. ¿Utiliza Ud. el ordenador (consola, juegos de la memoria)?

Siempre/ A veces/ Nunca

11. ¿Utiliza Ud. Internet?

Siempre/ A veces/ Nunca

- **Sección 4: Índice de participación social subjetiva**

12. Durante la semana y los fines de semana ¿le llaman otras personas para salir a la calle?

Siempre/ A veces/ Nunca

13. ¿Le resulta fácil hacer amigos?

Siempre/ A veces/ Nunca

14. ¿Va a algún parque, asociación, hogar del pensionista donde se relacione con otros mayores?

Siempre/ A veces/ Nunca

15. ¿Le gusta participar en las actividades de ocio que se organizan en su barrio/pueblo?

Siempre/ A veces/ Nunca

- **Responda con Sí o No (para el cuestionario de la residencia):**

- ¿Usted tiene familiares o amistades viviendo en la residencia? SI/ NO
- En el caso de estar casado/a, ¿su pareja vive en la residencia? SI /NO
- En el caso de tener familiares u otras amistades, ¿vienen a visitarle mucho? SI/ NO
- A pesar de estar acompañado/a, ¿se siente sólo/a? SI/ NO

- **Responda con Sí o No (Para el cuestionario del entorno comunitario):**

- ¿Usted vive solo/a en su domicilio? SI/ NO
- En el caso de tener familiares u otras amistades ¿Le visitan mucho? SI/ NO
- A pesar de estar acompañado/a ¿Se siente solo/a? SI/ NO

PLANTILLA ENTREVISTA SOBRE LA INFLUENCIA Y EL IMPACTO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN PERSONAS MAYORES

BLOQUE 1: PERCEPCIÓN DE LA SOLEDAD

1. ¿Qué es para ti la soledad?
2. ¿Porque crees que actualmente la soledad está siendo un problema para las personas mayores?

BLOQUE 2: PERCEPCIÓN DEL USO DE TECNOLOGÍAS

3. ¿Crees que es importante para una persona mayor disponer de dispositivos tecnológicos? ¿Por qué?
4. ¿Por qué crees que ha aumentado el número de personas mayores que están utilizando las nuevas tecnologías?
5. ¿Has utilizado algún dispositivo tecnológico alguna vez para no sentirte solo/a? Si es así ¿Cuál?
6. En caso de que hayas utilizado algún dispositivo tecnológico, ¿Usas algún tipo de Red social? Si es así ¿Cuál y con qué fin?
7. ¿Qué es lo que te ha llevado/motivado a utilizar las nuevas tecnologías? ¿Y las redes sociales?

BLOQUE 3: PERCEPCIÓN DE LA INFLUENCIA DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS.

8. ¿En qué crees que han ayudado las nuevas tecnologías en la vida cotidiana de las personas mayores ante esta situación de pandemia?
9. ¿Qué beneficios crees que te han aportado las nuevas tecnologías durante el confinamiento?
10. ¿Qué sentiste cuando pudiste ver a tu familia durante el confinamiento por primera vez gracias a las videollamadas?
11. ¿Crees que las nuevas tecnologías pueden cambiar la vida de una persona mayor? ¿Por qué?
12. ¿Qué efectos positivos crees que tiene la utilización de dispositivos tecnológicos y redes sociales en personas mayores? ¿Y negativos?

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

13. ¿Piensas que debería ser imprescindible incluir a todas las personas mayores en el mundo de las nuevas tecnologías ante la situación actual de pandemia? ¿Porqué?

BLOQUE 4: PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN SOCIAL CON NUEVAS TECNOLOGÍAS

14. ¿Piensas que la intervención social a través de las nuevas tecnologías en zonas rurales con personas mayores que se sienten solas puede ser un método de intervención social eficaz y paliativo de la soledad? ¿Por qué?
15. ¿Qué propondrías para que las personas mayores tuviesen un acceso más fácil a las nuevas tecnologías teniendo en cuenta el momento por el que estamos pasando en el que muchas personas mayores mueren solas o por estar aisladas socialmente por miedo a contagiarse?

BLOQUE 5: RECOMENDACIONES Y CONSEJOS DEL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

16. ¿Qué consejo le darías a aquellas personas mayores reacias a usar dispositivos tecnológicos?



TORO, 19-mayo-2021

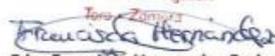
D^a Francisca Hernandez Pedrosa, directora de la Residencia San Agustín.

Expongo:

D. Diego Rico Masa, estudiante del Grado en Trabajo Social en la Universidad de Valladolid, ha realizado un estudio sobre la existencia de soledad en las personas mayores durante la pandemia y la influencia de las nuevas tecnologías para paliarla.

El estudio se ha basado en la realización de un cuestionario que hemos pasado a 25 usuarios, de diferente sexo y edad, de nuestro centro, respetando en todo momento la confidencialidad y la ley de protección de datos.

Y para que conste, firmo la presente.



Caritas
Diocesana de Zamora
Residencia "San Agustín"
Toro - Zamora
Fdo. Francisca Hernandez Pedrosa.
(Directora Residencia San Agustín)



Con el programa Contigo en Casa, UDP busca ofrecer una alternativa de comunicación entre las personas mayores y su entorno, adaptándolos a las nuevas tecnologías

A través de este programa **se dota a los hogares de las personas mayores beneficiarias de un receptor de TV adaptado y accesible con webcam y conexión a Internet, conectado a Internet vía satélite**, lo que les permite comunicarse mediante videoconferencia con el Centro de Acompañamiento, con amigos y familiares, así como con otros hogares de personas mayores participantes en el programa.

Se trata de ofrecer **una alternativa de comunicación entre las personas mayores y su entorno**, pues permite su asistencia y ayuda mediante la supervisión diaria del estado de salud en el que se encuentran y sus actividades, atendiendo demandas que puedan surgir en cada uno de los hogares que disponen de este sistema.

El trabajo realizado durante los últimos años **ha permitido que los mayores atendidos hayan roto la "brecha digital"** y se hayan convertido en usuarios habituales de Internet y de la videoconferencia, rompiendo la soledad a la que muchos estaban condenados antes de su incorporación al programa.

Contigo en Casa se desarrolla en núcleos de población rurales y dispersos, donde los mayores muy frecuentemente viven solos y, en múltiples ocasiones, incomunicados durante buena parte del año.

Se utiliza tecnología de conexión a través de satélite con el operador español **Quantis. El satélite permite el acceso a internet en aquellas áreas en las que no existen infraestructuras terrestres de telecomunicaciones** y, en muchos casos, ni telefonía móvil, aportando una comunicación de calidad y fluida.

Una experiencia verdaderamente innovadora, eficaz y útil, que **contribuye a mejorar la calidad de vida del mayor, siendo además una herramienta de soporte vital y asistencial en momentos difíciles.**

Financiado a través de la convocatoria del 0,7% de IRPF, Contigo en Casa continúa su expansión por núcleos rurales que tienen dificultades de comunicación a través de internet. Durante el primer trimestre de 2016 se realizaron presentaciones del programa en los municipios de **Palencia, León, Mansilla Mayor (León), Albacete, Cuenca y Valladolid.**

Activar Windows
Ve a Configuración para activar

Recuperado de: <https://www.mayoresudp.org/contigo-en-casa/>

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

Enred@te

La red social digital para mayores, familiares, cuidadores y voluntariado.



Objetivo

enred@te" es un proyecto que tiene el objetivo de impulsar la utilización de los servicios digitales, concretamente de las redes sociales, entre las personas mayores que viven solas, de forma que mejoren su comunicación y socialización a través de nuevas formas de interacción y de la creación de espacios virtuales de convivencia, tanto con su grupo de iguales como con sus familiares y/o cuidadores.

Debido a las características de las redes sociales como forma de interacción social, espacios de convivencia y conectividad, no existe un rango de edad limitado para su participación. El sistema de red social potencial para personas mayores, se establece como un sistema abierto y accesible que permite el intercambio de experiencias, problemáticas y necesidades, implementado gracias a los avances en las nuevas tecnologías de la información y comunicación.

El proyecto "enred@te" define una red social digital en la que personas mayores y voluntarios/as de Cruz Roja, interactuarán con objeto de reforzar sus relaciones habituales en el contexto del cuidado y apoyo a las personas mayores. Las personas cuidadoras o familiares de los mayores, podrán también contactar con ellos sobre esta plataforma.

La red establecida permitirá incidir y abordar temas de interés concretos del área del envejecimiento saludable y activo. Para poder desarrollar esta red, es necesario tener presentes las siguientes especificaciones:

- Acceso multiplataforma a la red a través de Internet, según las necesidades del/la usuario/a haciendo uso de sistemas web utilizando PC y a través de las TabletPC, como dispositivos que ofrecen una alta accesibilidad para las personas mayores.
- Módulo de videocomunicaciones entre personas mayores-personas mayores, voluntarios/as- personas mayores, personas mayores-familiares o cuidadores/as y voluntarios/as-voluntarios/as entre ellos/as a su vez, basadas en tecnología cotidiana y adaptada a sus requisitos de interacción.
- Dinamización de la red establecida entre personas mayores y personas cuidadoras a través de la acción voluntaria mediante la web: colgando contenidos de interés, fotos mensajes textuales, etc.

Recuperado de: <https://www.fundaciontecsos.es/es/proyectos/proyectos-realizados/enredte>

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL



Accesibilidad

Contacto



Buscar...



El Ayuntamiento

Tu ciudad

Para la gente

Cultura y Turismo

Sede Electrónica

Transparencia

Participación

Actualidad | Noticias | El teléfono de las personas mayores

El teléfono de las personas mayores



28 de diciembre de 2020

Concejalía de Servicios Sociales y Mediación Comunitaria



El **983 07 08 99** será el **Teléfono de las Personas Mayores**, una iniciativa que pone en marcha el Ayuntamiento de Valladolid para proporcionar a las personas de edad una rápida, cómoda y fiable orientación que las sirva de ayuda para resolver sus dudas, sus inquietudes y necesidades de índole social. Los destinatarios son las 56.000 personas que en la ciudad tienen más de 70 años.

El objetivo principal es ofrecer una primera orientación rápida, segura y cómoda que pueda servir de apoyo en la resolución de dudas, inquietudes o necesidades de índole social que afecten a las personas mayores, incluidas actividades de ocio y envejecimiento activo.

Este nuevo proyecto está basado en una atención telefónica cualificada y va dirigido a personas con más de setenta años de la ciudad de Valladolid, que, de 9 a 21 horas, pueden llamar directamente al número 983 07 08 99 para solicitar información, solventar dudas y recibir una primera orientación general sobre las siguientes cuestiones:

- Servicios Sociales municipales para atención a personas mayores tales como servicio de ayuda a domicilio, estancia diurna, ayudas para la mejora de la accesibilidad o ayudas al transporte para personas con movilidad reducida etc.
- Dudas relacionadas con una primera orientación general sobre el sistema de atención a la autonomía personal y la forma de acceso a los servicios sociales municipales
- Informaciones relacionadas con problemáticas específicas derivadas de la situación de aislamiento o de necesidad de apoyo social.
- Información sobre actividades de ocio para personas mayores y programación municipal de envejecimiento activo.
- Información sobre la posibilidad de inscribirse para realizar voluntariado o ser socio del banco del tiempo.

Las llamadas serán atendidas por personal cualificado (es la centralita que atiende las llamadas de teleasistencia municipal), que recogerá el motivo de la llamada, y los datos necesarios de la persona mayor que tiene la necesidad de información o de quien la representa.

Posteriormente, lo antes posible, y en cualquier caso en el plazo de un máximo de 24 horas laborales, un técnico municipal competente en la problemática planteada se pondrá en contacto con la persona que ha llamado para informar sobre la vía de resolución a las necesidades planteadas.

Se trata de un proyecto piloto que, en una primera fase, se desarrollará durante tres meses desde hoy 18 de diciembre hasta 31 de marzo de 2021 para poder evaluar su acogida y margen de mejora.

Para poder prestar una atención integral, se contará con la coordinación necesaria de distintos equipos de trabajo municipal tal como el personal técnico de las zonas de acción social, de atención a la dependencia, centros de personas mayores, banco del tiempo etc.

Se llevará a cabo un registro de llamadas, demandas presentadas y resolución de las mismas para evaluar el servicio realizado, además del grado de satisfacción de las personas usuarias de cara a la continuación del proyecto y en su caso modificación.

Recuperado de: <https://www.valladolid.es/es/actualidad/noticias/telefono-personas-mayores>

#ESTE AISLAMIENTO LO SUPERAMOS CON LAS PERSONAS MAYORES

#LlamadasContraelSilencio

La situación de confinamiento puede generar muchas dudas, angustia e incertidumbre, especialmente para las **personas que están en el foco de la vulnerabilidad de la enfermedad y que además tienen la red relacional muy reducida**, tal y como sucede con las personas mayores que acompañamos todo el año en nuestra lucha contra la soledad. Mantener y enriquecer los vínculos de confianza es nuestra prioridad en estos momentos de crisis, y ante el aislamiento que experimentamos, **el teléfono se ha convertido en el gran aliado para llevar a cabo nuestra acción social.**

Nuestra acción

Dure lo que dure esta situación, esto lo superamos junto a las personas mayores, nutriéndonos de sus consejos, compartiendo momentos de distracción, intercambiando inquietudes, contrastando información útil, riendo, escuchando...



Movilizamos a más de 2.000 personas voluntarias para hacer llamadas de seguimiento a las más de 2.000 personas mayores acompañadas todo el año; un espacio de confianza y de apoyo emocional como solución para lidiar con la ansiedad y preocupación que puede provocar la actual situación.



Orientamos y nos coordinamos con administraciones y otras entidades con tal de dar respuesta lo más rápidamente posible a los **avisos de alerta sobre personas mayores con necesidades asistenciales.**



Sensibilizamos a través de los medios de comunicación **a favor de que los barrios apoyen de forma comunitaria** a las personas mayores de su entorno.

Recuperado de: <https://amigosdelosmayores.org/es/este-aislamiento-lo-superamos-con-las-personas-mayores>

El programa 'Siempre acompañados' se extiende ahora a la zona Sur

- La iniciativa, impulsada por Obra Social 'la Caixa', Ayuntamiento y Cruz Roja, busca evitar la soledad de las personas mayores



La presbicia no se puede prevenir pero sí tiene solución. La vista cansada o presbicia, afecta a la mayoría de la población a partir de los 45 años, sin embargo, hoy en día se puede corregir de una

'Siempre acompañados', impulsado por el programa de Personas Mayores de 'la Caixa', se desarrolla actualmente en Terrassa, Girona, Tortosa, Tàrrega, Santa Coloma de Gramenet, Jerez, Logroño, Palma y, desde este año, en Lleida. En todos esos territorios, el proyecto cuenta con la colaboración de más de un centenar de entidades y asociaciones que trabajan con el mismo objetivo: impulsar las relaciones de apoyo y bienestar entre las personas mayores a través de una intervención que **empodere las personas, comprometa a la comunidad y sensibilice a la ciudadanía**, a fin de prevenir y paliar la soledad.

Desde que arrancó 'Siempre acompañados' en Jerez se ha detectado a 44 personas y 19 de ellas ya participan en el programa. El programa parte de sus necesidades e intereses, ayudándolas a establecer nuevas relaciones personales y nuevos vínculos en su entorno más cercano a través de la participación en las actividades del barrio, y con el objetivo de contribuir a mejorar su bienestar en su día a día. **El programa cuenta ya con 13 voluntarios.**

Jerez cuenta con 6.842 hogares unipersonales en los que **viven una sola persona con 65 o más años**, estando el 30% de estos hogares en los barrios de La Serrana y San Benito, donde se lleva a cabo el proyecto, que ahora se amplía a zona Sur de la ciudad.

Recuperado de: https://www.diariodejerez.es/jerez/Programa-Siempre-Acompanados-Zona-Sur_0_1401760278.html

NOTICIAS

El 69,7% de los españoles mayores de 65 años utilizaron las nuevas tecnologías, en 2020

Por [Elisabeth](#) Publicado 17 mayo, 2021



Hoy se celebra el **Día Internacional de Internet**, una fecha con la que se pretende dar a conocer las posibilidades que ofrecen las nuevas tecnologías y promover su accesibilidad. Aunque a día de hoy es posible conectarse desde cualquier dispositivo móvil en todos los rincones de España, sigue existiendo una evidente brecha intergeneracional en su utilización. Sin embargo, **la pandemia ha ayudado a que se acorte.**

Según datos del INE, el uso de la red aumentó en todos los grupos de edad en 2020 respecto al año pasado, siendo el mayor crecimiento en los mayores de 65 años, con un 6,1% más. De este modo, el 99,8% de los jóvenes españoles de entre 16 a 24 años se conecta a internet, una cifra que baja hasta al 89,5% en el grupo de edad de 55 a 65 años y que alcanza el 69,7% en los mayores de 65.

Correo electrónico, [videollamadas](#), mensajería instantánea, aplicaciones, redes sociales... la Red posee un montón de herramientas para cualquier edad. Por eso, coincidiendo con el Día Internacional de Internet, la plataforma de asistencia domiciliaria para personas mayores, [Cuidum](#), explica qué ventajas tienen para los mayores el uso de las nuevas tecnologías:

1. **Mente activa:** Al igual que los crucigramas o el sudoku, posibilita tener la mente ocupada y fomentar las habilidades cognitivas, ya que le permite al mayor aprender cosas nuevas.
2. **Aumento de la autoestima:** El hecho de aprender a manejar las nuevas tecnologías a edades avanzadas les demuestra que son capaces de adaptarse a los cambios que se producen a su alrededor.
3. **Comunicación con los seres queridos:** Pueden seguir teniendo contacto con sus familiares y amistades gracias a las plataformas que existen para escucharse o, sobre todo, verse a través de la pantalla.

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

4. **Nuevas relaciones:** Conocer gente nueva no tiene fecha de caducidad. De ahí que la Red puede ayudar a las personas mayores a interrelacionarse con otros de su generación con los que comparte inquietudes y aficiones.
5. **Estar al día:** Además de fomentar las relaciones con los más cercanos e incluso con gente nueva, la internet posibilita estar en contacto con el mundo por el fácil acceso a toda la información, como revistas o periódicos digitales, redes sociales...
6. **Promoción del ocio:** Manualidades, juegos, películas... a día de hoy quien no se divierte es porque no quiere. Las personas mayores pueden estar entretenidas en cualquier momento y lugar gracias a la internet. Incluso pueden hacer ejercicio físico siguiendo las instrucciones de vídeos o apps.
7. **Ampliar la formación:** Nunca es tarde para seguir aprendiendo. La red es la mejor vía para realizar cursos online o incluso estudiar esa carrera universitaria con la que siempre se soñó, pero nunca se tenía tiempo.
8. **Asistencia sanitaria:** Las personas mayores pueden tener controlada su salud las 24 horas del día, resolver cualquier duda sanitaria o pedir cita con un especialista.
9. **Compras online:** Por comodidad y, sobre todo, por seguridad pueden hacer la compra de alimentos, necesidades básicas o cualquier artículo que requieran sin salir de casa y recibéndolo en su propio domicilio.
10. **Cuidado domiciliario:** Envejecer en casa es la prioridad de las personas mayores de 65 años. Gracias a la tecnología están surgiendo nuevas plataformas asistenciales que se encargan de toda la gestión, como Cuidum. Su importancia se evidenció durante la pandemia, ya que el uso de estas plataformas junto con el apoyo de sus cuidadores, los mayores pudieron tener un contacto cercano en tiempos difíciles con sus seres queridos gracias a las videollamadas y mensajes.

Recuperado de: <https://www.muypymes.com/2021/05/17/espanoles-mayores-65-anos-nuevas-tecnologias-2020>

MUNICIPAL

El programa 'Inclusión digital' de Córdoba acercará el uso de nuevas tecnologías a colectivos vulnerables y mayores

- La iniciativa, que tiene un presupuesto superior a los 70.000 euros, se prolongará durante diez meses



Intentar que las personas mayores y la población vulnerable sepa manejar las nuevas tecnologías para poder, por ejemplo, pedir una cita médica o realizar un trámite con cualquier administración pública a través del móvil es uno de los objetivos del **programa Inclusión Digital**, que se ha aprobado en la junta de gobierno local y que ha presentado la delegada de Transformación Digital del **Ayuntamiento de Córdoba**, Lourdes Morales.

Se trata de un proyecto que cuenta con cuatro subprogramas. El primero de ellos es el denominado **Comienza**, "destinado a personas en exclusión social con pocos recursos y baja cualificación en cuestiones digitales".

LA SOLEDAD EN PERSONAS MAYORES Y LA INFLUENCIA E IMPACTO QUE LAS NUEVAS TECNOLOGIAS PUEDEN TENER PARA PALIARLA, UNA VISIÓN DE FUTURO DESDE EL TRABAJO SOCIAL

El segundo se llama **Empodera**, y está dirigido a mujeres en las mismas circunstancias que el anterior colectivo, mientras que el tercer subprograma lleva por título **Edad**. Morales ha detallado que está destinado a personas mayores "que han llegado más tarde a la revolución digital y necesitan mucha ayuda".

El cuarto y último subprograma se llama **Acceda**, y está dirigido a usuarios "con necesidades especiales, y personas con discapacidad".

La licitación del proyecto es "es específica para colectivos sin ánimo de lucro. Ellos lo tienen que liderar porque conocen a estas personas", ha indicado Morales, quien ha explicado que el proyecto se pondrá en marcha a través de estas asociaciones con ayuda del Ayuntamiento y, para el que "se utilizarán los métodos más sencillos".

Pero, ¿qué van a aprender las personas que participen en el proyecto? Pues, según ha expuesto la edil, van a recibir conocimientos que irán desde cómo manejar un móvil, qué es internet, hasta usar el correo electrónico, aplicaciones, subir contenidos a la nube, videoconferencias y trámites a través de internet. En concreto, la formación será de forma presencial en instalaciones municipales o de las asociaciones que ganen la licitación. Morales ha detallado que el programa durará diez meses y que su financiación, algo más de 70.000 euros -17.708 por cada lote- se hará con cargo a los fondos Feder.

Recuperado de: https://www.eldiadicordoba.es/cordoba/Cordoba-programa-Inclusion-digital_0_1574843126.html