

Nota de prensa

1 de cada 3 personas mayores del Rincón de Ademuz siente soledad

Es lo que refleja el estudio sobre la prevalencia de la soledad no deseada en personas mayores en el Rincón de Ademuz

- **Mayor edad, hombre y cuidador de una persona dependiente se revelan como los factores de mayor riesgo para sentir soledad.**
- **La soledad emocional –la más subjetiva– es la más prevalente en la comarca y afecta especialmente a los hombres.**
- **El estudio ha sido realizado por la Fundación Coliséé en colaboración con la Cátedra de Envejecimiento Saludable, Activo y Participativo de la Universitat de València para detectar personas necesitadas de acompañamiento en su programa “Red de Acción Rural”.**

Valencia, 16 abril de 2024. – En España se estima que más de 2,5 millones de personas mayores se sienten solas, constituyendo casi el 40% de los mayores de 65 años. Aproximadamente son el 28,8% de las mujeres mayores y el 14,7% de los hombres los que viven solos. De ellos, el 39,8% de las personas mayores de 65 años presentan soledad emocional, un dato estremecedor.

El problema en el mundo rural es similar, con un agravante: no existen recursos que permitan a una persona mayor salir del círculo de la soledad. La falta de amistades –que han ido falleciendo–, de familiares –que se han marchado a la ciudad–, de asociaciones, centros o lugares de actividades, de medios de transporte a núcleos de población más grandes, etc. Todo ello genera un aumento en la sensación de soledad (soledad emocional) que puede afectar a las actividades de la vida diaria, la calidad del sueño, aumento de la depresión, riesgos de adicciones, trastornos alimentarios, aislamiento... y, en el peor de los casos, riesgo de muerte prematura o ideación suicida.

Con el fin de poner en marcha el programa social de acompañamiento “**Red de Acción Rural**” en el **Rincón de Ademuz**, la Fundación Coliséee realizó un estudio diagnóstico con la Cátedra de Envejecimiento Saludable, Activo y Participativo de la Universitat de València (dirigida por el **Dr. Omar Cauli** junto a Vanessa Ibáñez, Silvia Corchón y Alejandra Mafla de la Facultad de Enfermería y Podología) para evaluar la prevalencia de la soledad no deseada en las personas mayores de la comarca.

El Rincón de Ademuz es una comarca con un crecimiento demográfico negativo (-24,29); un elevado índice de dependencia entre sus habitantes (68,26%); la población más envejecida en la provincia de Valencia (edad media 49 años); con una gran dispersión de la población y una bajísima densidad (7,9 hab/ km²) y cuya población –Puebla de San Miguel– tiene el índice de envejecimiento más elevado de la provincia de Valencia (2.100%).

Estudio sobre la prevalencia de la soledad en el Rincón de Ademuz

El estudio realizado en una muestra representativa de población de esta comarca de entre 65 y 91 años refleja que **1 de cada 3 personas mayores** experimentan una sensación de **soledad**, siendo moderada en la mayoría de los casos, pero severa en un 3% de la población encuestada.

Entre los **factores** que tienen un efecto más significativo para padecer **soledad no deseada** se observó que ser **cuidador de una persona dependiente** acrecienta la sensación de soledad (la llamada "soledad emocional").

Sin embargo, uno de los **factores protectores** contra la sensación de soledad es la **existencia de hijos**, aunque estos no vivan en el domicilio de la persona mayor, incluso fuera de la comarca.

En el estudio no se han detectado diferencias significativas en cuanto al **factor género** ni con respecto al **estado civil** en la soledad social, pero sí hay una **incidencia mayor en los hombres en cuanto a la soledad emocional**.

En resumen, el **perfil de una persona con riesgo mayor de sufrir soledad en el Rincón de Ademuz** sería: persona de mayor edad, hombre y cuidador de una persona dependiente. La soledad no deseada se asocia a: mayores síntomas de ansiedad, depresión e insomnio, y menores capacidades para las actividades básicas de la vida diaria (ABVD) y las actividades instrumentales de la vida diaria (AIVD).

Intervención social para reducir la soledad no deseada en Ademuz

La **Fundación Coliséé** puso en marcha en septiembre de 2023 el programa “**Red de Acción Rural**” en la comarca del Rincón de Ademuz con el fin de reducir la soledad no deseada de las personas mayores a través de **acompañamientos presenciales individualizados**, de carácter semanal, junto con actividades de socialización colectivas.

Para ello, se priorizaron aquellas personas mayores que vivieran solas, en lugares más aislados, con eventos vitales recientes (pérdida de pareja o ser querido), de mayor edad, en situación de predependencia o merma de su salud, con rentas más bajas o algún tipo de discapacidad. Así, se seleccionaron **15 beneficiarios** que, actualmente, son atendidos semanalmente por una psicóloga de la fundación. Al mismo tiempo, se organizan **actividades paralelas de socialización** donde todas las personas mayores pueden participar: Almuerzos o meriendas, paseos, huerto rural o actividades intergeneracionales en los colegios de la comarca.

*La soledad crónica ejerce un efecto negativo en el estado de salud de las personas mayores. Si no se ataja a tiempo, la soledad moderada puede tornarse en severa y acelerar la fragilidad y situaciones de dependencia más graves, afirma **Vicente Moros**, director de la Fundación Coliséé. Por tanto, es necesario intervenir en las personas mayores más vulnerables para paliar la soledad y sus efectos que a medio y largo plazo puede afectar no solo a la calidad de vida, sino también la morbilidad y la mortalidad.*

Más información:

Fundación Coliséé

FUNDACIÓN COLISEE

Ser quien eres. Plenamente.

prensa@fundacioncolisee.es

686 35 86 35

[Accede al Dossier de prensa Fundación Colisé](#)

Enlace para descarga de fotos: <https://fundacioncolisee.es/1-de-cada-3-personas-mayores-del-rincon-de-ademuz-siente-soledad/>

*Foto 1: Visita de la psicóloga del programa a Vicente, un beneficiario de Castielfabib.

*Foto 2: Presentación del informe en la Casa de Cultura de Ademuz.