ASISPA 40 años
Atención a Personas

#SoledadCero

Una iniciativa para paliar la **Soledad No Deseada** en Madrid

Justificación

El ser humano tiene la necesidad básica de interactuar y crear lazos afectivos con otras personas. Diversos estudios muestran que la soledad no deseada va más allá de un problema social, es un problema de salud que incrementa las probabilidades de mortalidad.

Los datos del estudio sobre soledad no deseada ("Soledad", Madrid Salud 2018), reflejan que el 9,3% de los habitantes de Madrid mayores de 18 años, han sido identificados en situación de soledad frecuente siendo las mujeres mayores de 65 años en situación de viudedad las más afectadas.

Por todo ello y dado que desde el Servicio de Ayuda a Domicilio (SAD) se detectan cada vez con una mayor frecuencia este tipo de situaciones, **se considera importante desarrollar una actividad específica para abordar esta problemática.**

Objetivo General

Desarrollar un programa de atención específica para las personas usuarias del Servicio de Ayuda a Domicilio de ASISPA que se encuentren en situación de soledad no deseada.

Objetivos Específicos

- **Detección de las personas usuarias que se encuentran en situación de soledad no deseada.**
- **Determinación del grado de soledad no deseada que experimentan.**
- **Identificación de los factores que generan el sentimiento de soledad no deseada entre las personas usuarias participantes.**
- **Implementación de diseño de intervención personalizada y evaluación del impacto sobre las áreas de intervención.**

Metodología

Se define el programa piloto en el que participan 30 personas usuarias del Servicio de Ayuda a Domicilio en el Distrito de Tetuán (Barrios de Cuatro Caminos y Castillejos) que cumplen los siguientes criterios de inclusión:

- **Vive solo/a.**
- **Persona usuaria no sale de su domicilio.**
- **No está recibiendo otro tratamiento psicológico.**
- **Escasa/nula red de apoyo familiar y social.**
- **Personas usuarias con grado alto o extremo de soledad: Puntuación en la Escala de DeJong Gierveld de Soledad no deseada ≥9.**
- **Personas usuarias con grado moderado de soledad: Puntuación en la Escala de Jong Gierveld entre 3 y 8 y posible riesgo social alto (aislamiento y/o vulnerabilidad).**

La intervención es realizada por una psicóloga que coordina el proyecto y se dirige a actuar sobre los déficits detectados en valoración clínica, tanto los referidos a la **dimensión emocional** de la soledad como a los factores causales de **soledad social se compone de dos actuaciones:**

Intervención terapéutica en el domicilio: "aprender la soledad"

Intervención terapéutica en la que se analizan las causas que producen el sentimiento de soledad, y los factores que conducen a un déficit de contacto social (fallecimiento de familiares o amigos/a, conflictos, cambios de vida, déficit de habilidades sociales...), y se abordan los aspectos cognitivos que conducen al establecimiento del malestar emocional producido por la soledad.

Amig@s en Red

El objetivo de la actividad es disminuir el sentimiento de soledad no deseada mediante el fortalecimiento de los vínculos sociales con la creación de una red social que aumente las oportunidades de interacción entre personas residentes en su entorno y con las que compartir vivencias, de manera virtual o presencial.

Se promueve el encuentro entre participantes del proyecto que tengan afinidad con los que se programan encuentros de manera presencial y de manera virtual a través de dispositivos electrónicos.

Criterios de evaluación

Para evaluar el grado de soledad no deseada se utiliza la Escala de De Jong Gierveld compuesta por 11 ítems que permite evaluar la intensidad de la soledad percibida, así como distinguir la dimensión emocional y social.

	Sí	No	Más o menos
1. Siempre hay alguien con quien puede hablar de sus problemas diarios	0	1	1
2. Echa de menos tener un buen amigo de verdad	1	0	1
3. Siente una sensación de vacío a su alrededor	1	0	1
4. Hay suficientes personas a las que recurrir en caso de necesidad	0	1	1
5. Echa de menos la compañía de otras personas	1	0	1
6. Piensa que su círculo de amistades es demasiado limitado	1	0	1
7. Tiene mucha gente en la que confiar plenamente	0	1	1
8. Hay suficientes personas con las que tiene una amistad muy estrecha	0	1	1
9. Echa de menos tener gente a su alrededor	1	0	1
10. Se siente abandonado a menudo	1	0	1
11. Puede contar con sus amigos cuando lo necesita	0	1	1

Evaluación y seguimiento del proyecto

Se proyecta el desarrollo de la actividad a lo largo de un año, iniciándose en el mes de mayo de 2021.

El procedimiento de evaluación del proyecto se realiza mediante indicadores:

- **Actividad: Porcentaje de personas usuarias incluidas en el programa a las que se aplica la Escala de De Jong Gierveld Estándar: 100%**
- **Resultado: Satisfacción con la actividad. Estándar: ≥ 80%.**
- **Impacto: Porcentaje de participantes que mejora nivel de Soledad. Estándar ≥ 25%.**

Resultados

Grado de relación de las personas usuarias con los familiares más cercanos		
Personas sin hijos	6	46,2%
Personas con mala o nula relación con los hijos	3	23%
Personas con hijos en el extranjero	2	15,4%
Personas con hijos que están pendientes de ella	2	15,4%

Tramos de edad				
	< 70 años	De 70 a 79	De 80 a 89	≥90
TOTAL	2	3	7	1
PORCENTAJE	15,4%	23,1%	53,8%	7,7%

Intervenciones					
	Hombres		Mujeres		TOTAL
	c. a.	%	c. a.	%	c. a.
TOTAL	0	0%	13	100%	13

Grado de soledad no deseada medido a través de la escala de Jong Gierveld a principios de la intervención		
	c.a.	%
MODERADO (Puntuación de 3 a 8)	9	69%
ALTO (Puntuación ≥9)	4	31%

Conclusiones y discusión

Ausencia de hombres en el proyecto; los estudios sobre Soledad no deseada en personas mayores, entre ellos el estudio realizado por Madrid Salud en 2018, muestran que las mujeres experimentan más sentimientos de soledad que los hombres (11,5% de mujeres mayores se sienten solas frente al 5,7% de los hombres).

El género diferencia el sentimiento de soledad. Los datos obtenidos hasta el momento no nos permiten aventurar posibles causas, quizás merezca la pena explorar la diversidad de presentación del sentimiento de soledad entre hombres y mujeres según el modelo de soledad planteado por De Jong Gierveld que hace referencia a la discrepancia entre las relaciones y las expectativas personales, una orientación de la metodología en el sentido de determinar cuales son esas expectativas según sean hombres o mujeres pudiera ser un punto de inicio para la implementación de intervenciones eficaces.

La mayoría de las personas que participan en este proyecto no tienen hijos o manifiestan mala relación con ellos. En este contexto de **ausencia o limitación del Apoyo familiar** parece cobrar mayor relevancia poder ofrecer desde el Apoyo formal de los Servicios Sociales una respuesta ajustada a las necesidades de estas personas frente a la soledad y la afectación del estado emocional.

Por otra parte, de cara a poder interpretar cuales serían las causas que propician el sentimiento de soledad entre la población analizada, indicar que de forma general durante las sesiones, **las personas participantes en el programa destacan la importancia que para ellas ha supuesto la reducción de las relaciones sociales por enfermedad o fallecimiento de sus familiares y amistades.**

www.asispa.org/**ayuda-a-domicilio**