

2026



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA

**ESTUDIO
DE LA SOLEDAD
NO DESEADA
EN PERSONAS
MAYORES
DE 65 AÑOS
EN LA CIUDAD
DE MÁLAGA**



Cátedra de Inclusión Social
UNIVERSIDAD DE MÁLAGA

**INFORMES E
INVESTIGACIONES**

Estudio de la Soledad no deseada en personas mayores de 65 años de la ciudad de Málaga

Equipo Investigador

Miguel Ángel García Martín <https://orcid.org/0000-0003-1819-0271>

María de las Olas Palma García <https://orcid.org/0000-0003-1271-5604>

María Isabel Hombrados Mendieta <https://orcid.org/0000-0001-7288-1589>

Entidades colaboradoras

Ayuntamiento de Málaga

Área de Derechos Sociales

Observatorio Municipal para la Inclusión Social

Empresa municipal Más Cerca

Empresas BCM, Claros, Ingesam y Clece

Informes e investigaciones 3 (2026).

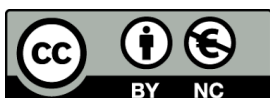
© UMA Editorial. Universidad de Málaga
Bulevar Louis Pasteur, 30 (Campus de Teatinos) - 29071
Málaga www.umaeditorial.uma.es

© Los autores

Diseño y maquetación: Los autores

ISBN: 978-84-1335-478-1

Publicado en abril de 2026



Esta obra está sujeta a una licencia Creative Commons:
Reconocimiento - No comercial - (cc-by-nc):
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.es>
Esta licencia permite a los reutilizadores distribuir,
remezclar, adaptar y desarrollar el material en cualquier
medio o formato únicamente con fines no comerciales y
siempre que se otorgue la atribución al creador.



Cátedra de Inclusión Social
UNIVERSIDAD DE MÁLAGA



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA

catedra.inclusionsocial@uma.es

<https://www.uma.es/catedra-de-inclusion-social/>

RESUMEN

El presente informe analiza la prevalencia y los factores asociados a la soledad no deseada en personas mayores de 65 años, residentes en el municipio de Málaga, a partir de una muestra de 1.562 participantes (edad media = 81.58, DT = 7.85), integrada por usuarios/as del Servicio de Dependencia y/o del de Ayuda a Domicilio (SAD) del Ayuntamiento de Málaga, así como también con usuarios de programas de actividad del Ayto. de Málaga, y otros participantes no adscritos a estos programas. La evaluación se realizó mediante la escala SESLA-S, que mide distintas dimensiones de la soledad (general, familiar, romántica y social), y la escala SWLS, que evalúa la satisfacción con la vida, como componente del bienestar subjetivo. El objetivo del estudio es identificar niveles de soledad, factores de riesgo y elementos protectores, con el fin de orientar el diseño de políticas y programas de intervención social dirigidos a la población mayor.

Los resultados muestran que una proporción relevante de personas mayores presenta niveles moderados o elevados de soledad, especialmente en las dimensiones social y romántica. El hecho de vivir solo se asocia con mayores niveles de soledad y menor satisfacción vital, constituyendo uno de los principales factores de riesgo detectados. Por el contrario, la participación en programas sociales y comunitarios aparece asociada a menores niveles de soledad y mayor bienestar subjetivo. Igualmente, el uso de tecnologías de la información y la comunicación se relaciona con menores niveles de aislamiento social y mayor satisfacción vital, sugiriendo que la inclusión digital puede desempeñar un papel protector.

En cuanto a recomendaciones de cara a la intervención, estos resultados sugieren la conveniencia de incorporar sistemas de detección precoz de la soledad en los servicios sociales, priorizar la intervención en personas mayores que viven solas, reforzar los programas de participación social y envejecimiento activo, promover iniciativas de alfabetización digital, e integrar objetivos de acompañamiento social y apoyo relacional en los servicios de atención a la dependencia. Estas medidas pueden contribuir a prevenir la soledad no deseada y mejorar el bienestar de las personas mayores.

ÍNDICE

1. Introducción

2. El presente estudio

2.1. Objetivos

2.2. Diseño de investigación

2.3. Instrumentos

2.4. Participantes

2.5. Procedimiento

3. Resultados

3.1. Resultados globales de las variables sociodemográficas

3.2. Resultados globales sobre Soledad y Satisfacción Vital

3.3. Resultados desagregados

4. Conclusiones

Referencias bibliográficas

Anexo

1. INTRODUCCIÓN

El aumento de la esperanza de vida constituye uno de los grandes logros de las sociedades contemporáneas, planteando a su vez nuevos y complejos desafíos para el bienestar y calidad de vida de las personas mayores. Entre los retos que plantea el envejecimiento poblacional, emerge con fuerza la realidad de la soledad no deseada, al constatar en los últimos años un claro y progresivo aumento de personas mayores que envejecen solas (IMSERSO, 2020). Más allá de su dimensión demográfica, esta realidad se configura como cuestión de gran impacto social, ante la que es necesario actuar para mejorar el bienestar de las personas que puedan sufrirla.

Aunque la soledad no es un problema que afecte exclusivamente a las personas mayores, hay numerosos factores que hacen que este colectivo presenten una especial vulnerabilidad, al encontrarse con mayor frecuencia expuestas a acontecimientos críticos que implican cambios importantes en sus redes y vínculos sociales (López y Díaz, 2018; Yanguas, 2020). Se ha de tener en cuenta, además, que la soledad no se reduce a la simple ausencia objetiva de compañía, sino que debe entenderse como una experiencia subjetiva vinculada a sentimientos de aislamiento, desconexión y falta de apoyos significativos. Asimismo, puede agravar situaciones de vulnerabilidad económica, dependencia o exclusión social, configurando un entorno de riesgo difícil de revertir sin una intervención eficaz, anticipada y coordinada.

Si bien en los últimos años se ha producido un avance significativo en el estudio de la soledad no deseada en personas mayores, con aportaciones relevantes de entidades y organismos con competencias en la materia (Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada, 2024), que han permitido conocer mejor su alcance y características, aún existen interrogantes y lagunas sobre el fenómeno que justifican seguir investigando para comprenderlo en mayor profundidad. En este sentido, desde la Cátedra de Inclusión Social de la Universidad de Málaga se lleva a cabo el presente estudio sobre la “Soledad de personas mayores de 65 años en la ciudad de Málaga” en colaboración con el Ayuntamiento de Málaga y empresas y entidades relacionadas con este colectivo. A continuación, se presenta el informe de resultados, que tiene por objeto aportar evidencia empírica sobre la situación analizada y contribuir al diseño de estrategias orientadas a la prevención y abordaje de la soledad no deseada en la población mayor.

2. EL PRESENTE ESTUDIO

2.1. Objetivos

Con el objetivo general de realizar una aproximación a la situación de la soledad no deseada en personas mayores de la ciudad de Málaga, se plantean los siguientes objetivos específicos:

- Determinar la prevalencia de la soledad no deseada entre las personas mayores.
- Identificar y caracterizar las principales dimensiones y perfiles asociados a esta realidad.
- Establecer un diagnóstico inicial que sirva de base para orientar futuras líneas de investigación e intervención.

2.2. Diseño de investigación

Para este estudio se opta por un diseño de corte transversal en el que se analizan las siguientes variables:

- **Percepción de soledad.** Se evalúan tres dimensiones: **soledad social**, relacionada con amistades y relaciones sociales; **soledad familiar**, referida a apoyos encontrados en el entorno familiar; y **soledad romántica**, relativa a relaciones afectivas íntimas.
- **Satisfacción vital.** Evaluación subjetiva global de la propia vida: objetivos y expectativas personales, vinculándose al bienestar subjetivo de la persona.
- **Variables sociodemográficas:** sexo, edad, distrito municipal, unidad de convivencia, estado civil, nivel de estudios, entorno de la vivienda, mascotas y uso de tecnologías.

2.3. Instrumentos

Se utilizan los siguientes instrumentos:

- **Escala para la Evaluación de la Soledad Social y Emocional en Adultos (SESLA).** Versión reducida denominada **SESLA-S** (DiTomasso et. al., 2004, Yárnoz, 2008).

Para evaluar la percepción de soledad, se selecciona la escala SESLA-S por su sólida validez y su idoneidad para realizar un análisis integral y detallado de las distintas dimensiones de la soledad que resultan de interés en el presente estudio. Este instrumento permite medir la soledad **social, familiar y romántica** a través de **15 ítems**, distribuidos en cinco para cada dimensión, que recogen información amplia y, a la vez, precisa sobre las experiencias de soledad en los distintos ámbitos de relación. Su aplicación proporciona información especialmente valiosa para orientar y diseñar acciones específicas y focalizadas, ajustadas a las necesidades diferenciadas que ponen de manifiesto los resultados. Su estudio de validación al castellano (Yárnoz, 2008) muestra una adecuada fiabilidad, un α de Cronbach de .844 para la escala en conjunto, y valores de .711 para la subescala de soledad social, .831 para soledad familiar, y .838 para soledad romántica. En el caso del presente estudio, estos valores fueron algo menores, .73 para la escala global, y .72, .78, y .51 para las subescalas social, familiar y romántica, respectivamente. El análisis de las correlaciones ítem-total corregidas mostró, en general, asociaciones positivas entre los ítems y la puntuación total de sus respectivas escalas. No obstante, en la subescala de soledad romántica algunos ítems presentaron correlaciones más bajas, lo que podría contribuir a la menor consistencia interna observada en esta dimensión.

- **Escala de Satisfacción vital** (Diener et al., 1985; Pons et al., 2002).

Instrumento que evalúa el **grado de satisfacción global que una persona percibe respecto de su propia vida**. Diseñada a partir de **cinco ítems** en los que se pide el nivel de acuerdo con afirmaciones que expresan una valoración positiva de su trayectoria vital. En la validación de esta al castellano, se alcanzó una fiabilidad de .88 (α de Cronbach), estando levemente por encima de la obtenida en el presente estudio (.82), indicando un adecuado grado de homogeneidad entre los ítems que evalúan este componente cognitivo del bienestar subjetivo vinculado a la satisfacción vital.

- A partir de ambas escalas, se elabora un cuestionario único que integra, además, preguntas específicamente diseñadas para la recogida de información relativa a las **variables sociodemográficas** establecidas (Anexo I).

2.4. Participantes

Partiendo de un universo de 113.686 personas mayores de 65 años residentes en la ciudad de Málaga (según datos del Padrón Municipal a 1 de enero de 2024), se determina una muestra representativa de 1.058 sujetos (nivel de confianza del 95% y margen de error del 3%).

En el presente estudio participa una muestra total de **1.562 sujetos**, seleccionados mediante un procedimiento de asignación proporcional en función del sexo y del distrito municipal, con el fin de garantizar la representatividad de ambos criterios en la composición de la muestra. La edad media de las personas participantes fue de 81.58 años (DT = 7.85). En cuanto a la distribución por género, el 76.7% de la muestra estuvo formada por mujeres y el 23.3% por hombres. Respecto al estado civil, la mayoría de los participantes eran viudos (55.8%, n = 869), seguidos por personas casadas (19.8%, n = 308) y solteras (10.8%, n = 169). En menor proporción se encontraban personas divorciadas (9.2%, n = 144), separadas (3.3%, n = 52) y viviendo en pareja (1.0%, n = 16).

En relación con el nivel educativo, la mayor parte de la muestra presentaba niveles educativos básicos. Concretamente, el 30.9% no tenía estudios (n = 480) y el 30.2% tenía estudios primarios incompletos (n = 470). Asimismo, el 22.0% había completado estudios primarios (n = 342). Los niveles educativos medios y superiores fueron menos frecuentes, incluyendo formación profesional (5.0%, n = 78), bachillerato (6.8%, n = 105) y estudios universitarios (4.4%, n = 69).

2.5. Procedimiento

La recogida de datos se realiza en formato digital, a través de un cuestionario autoadministrado y/o recogido por personas colaboradoras (profesionales + personal de empresas) a las que previamente se les ofrece formación específica sobre el instrumento y su aplicación.

En el procedimiento de recogida se establecen cuatro grupos de participantes:

- Grupo 1: personas que participan en programas de envejecimiento saludable (12.2 %, n = 191; recogido por el área de mayores-talleres del Ayuntamiento de Málaga).
- Grupo 2: personas que no participan en programas (12.4%, n = 193; recogido por Servicios Sociales Comunitarios).
- Grupo 3: personas usuarias del Servicio de Ayuda a Domicilio - Más Cerca (12.4%, n = 194; recogido por empresas).
- Grupo 4: personas usuarias del Servicio de Dependencia (63%, n = 984; recogido por empresas).

Para coordinar y llevar a cabo la recogida de información, se realizaron previamente reuniones y sesiones de formación con las personas colaboradoras. En estos encuentros se explicaron los instrumentos de evaluación, los criterios de participación y las pautas para su correcta aplicación, entre otros aspectos relevantes, acompañándose los instrumentos a aplicar con instrucciones y guías visuales para facilitar la comprensión por parte de los destinatarios.

Durante todo el proceso de recogida y análisis de los datos se garantizó el anonimato y la confidencialidad de las personas participantes. La información fue tratada únicamente con fines de investigación y de acuerdo con los principios éticos establecidos para la investigación científica y la normativa vigente en materia de protección de datos. El estudio ha sido autorizado por el Comité Ético de Experimentación de la Universidad de Málaga (CEUMA: 36-2025-H).

Sólo se tuvieron en cuenta aquellos casos que, en la cumplimentaron de ambas escalas de medida, tuvieron un porcentaje igual o inferior al 20% de ítems no respondidos. Los valores perdidos, en el caso de que no superara ese porcentaje, fueron sustituidos por el valor medio de las respuestas dadas, específicamente, por ese sujeto a esa escala.

El estudio se ha desarrollado conforme al siguiente cronograma:

Tareas	Fechas
Diseño y selección de instrumentos	Febrero 2025
Recogida datos	Marzo – abril- mayo 2025
Análisis	Junio 2025
Informe resultados	Julio 2025

3. RESULTADOS

Los resultados se presentan, por un lado, a partir de un análisis global de las variables investigadas y, por otro, mediante análisis desagregados en función de comparaciones.

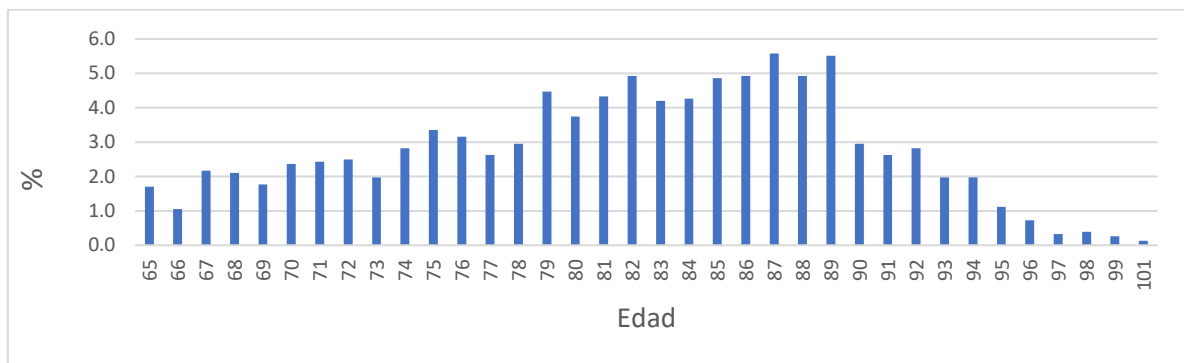
3.1. Resultados globales de las variables sociodemográficas

A continuación, se exponen los resultados globales obtenidos a partir del análisis de los datos sociodemográficos correspondientes a la muestra participante en el estudio.

Edad

El rango de edad se establece entre 65 y 101 años, con una media de 81,58 (DP 7,85), tal como se observa en el siguiente gráfico.

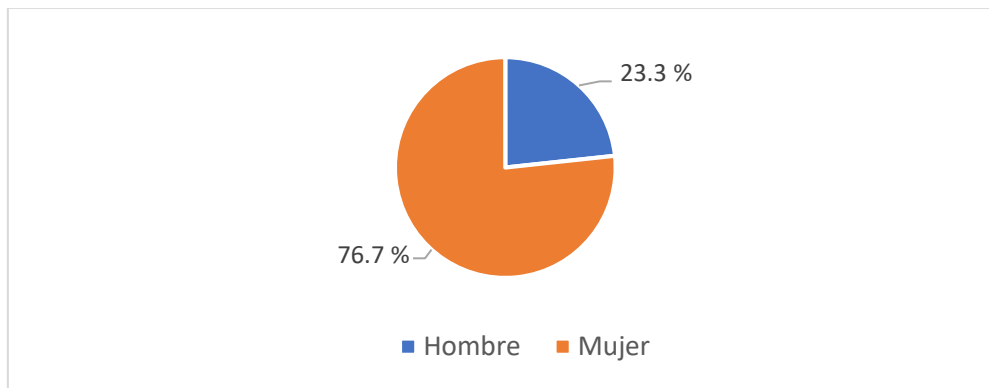
Gráfico 1. Edad de las/os participantes.



Género

En relación al género, el diseño de la muestra se estableció con una proporcionalidad de 73% mujeres y 27% hombres, obteniéndose finalmente una participación mayor en mujeres (76,7%) y menor en hombres (23,3%).

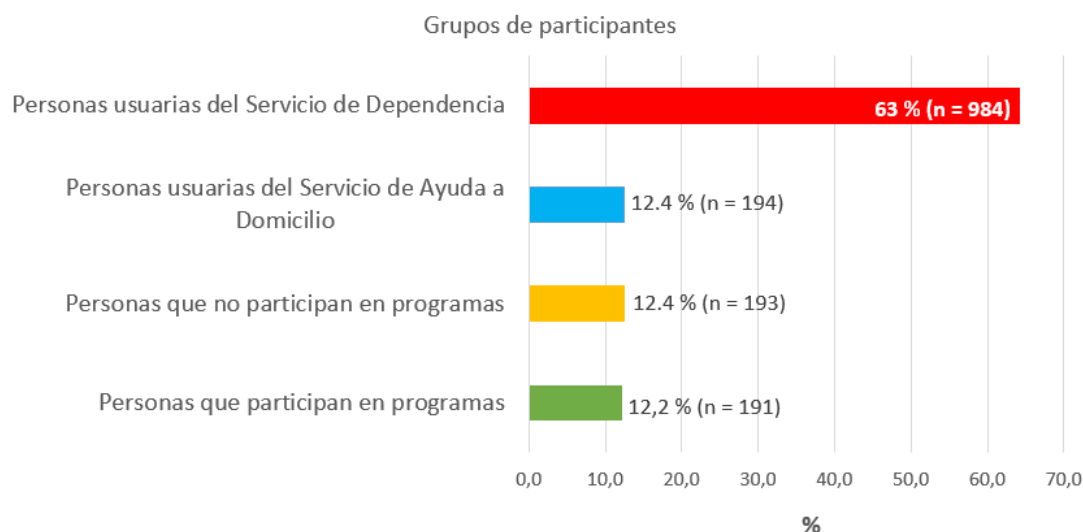
Gráfico 2. Género de las/os participantes.



Grupo de participantes

La distribución de las/os participantes según grupos establecidos, queda tal como se recoge en la siguiente gráfica. Destaca el grupo de personas usuarias del Servicio de Dependencia (63%), alcanzando los otros grupos un porcentaje similar en torno al 12%.

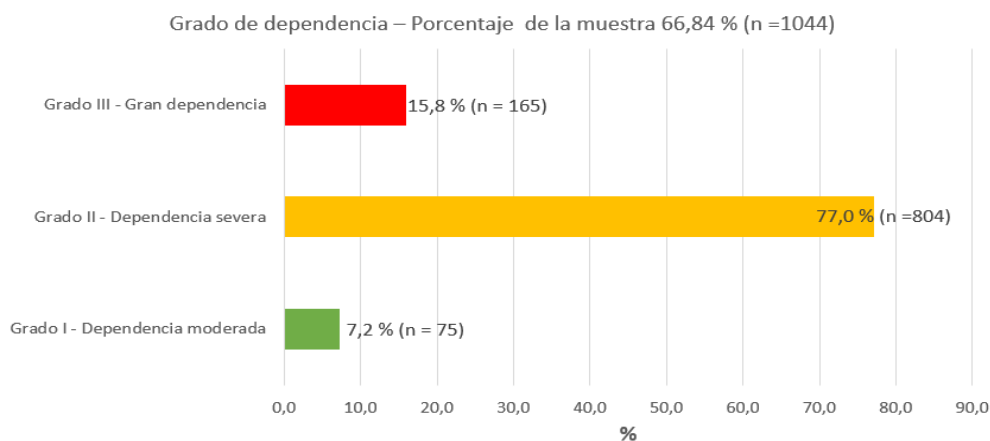
Gráfico 3. Participantes según grupos.



Grado de dependencia

A continuación, se muestran los resultados del grado de dependencia de las personas participantes. Del total de la muestra, un 66,84% son personas dependientes, entre quienes destacan aquellas con una valoración de Grado II dependencia severa (77%)

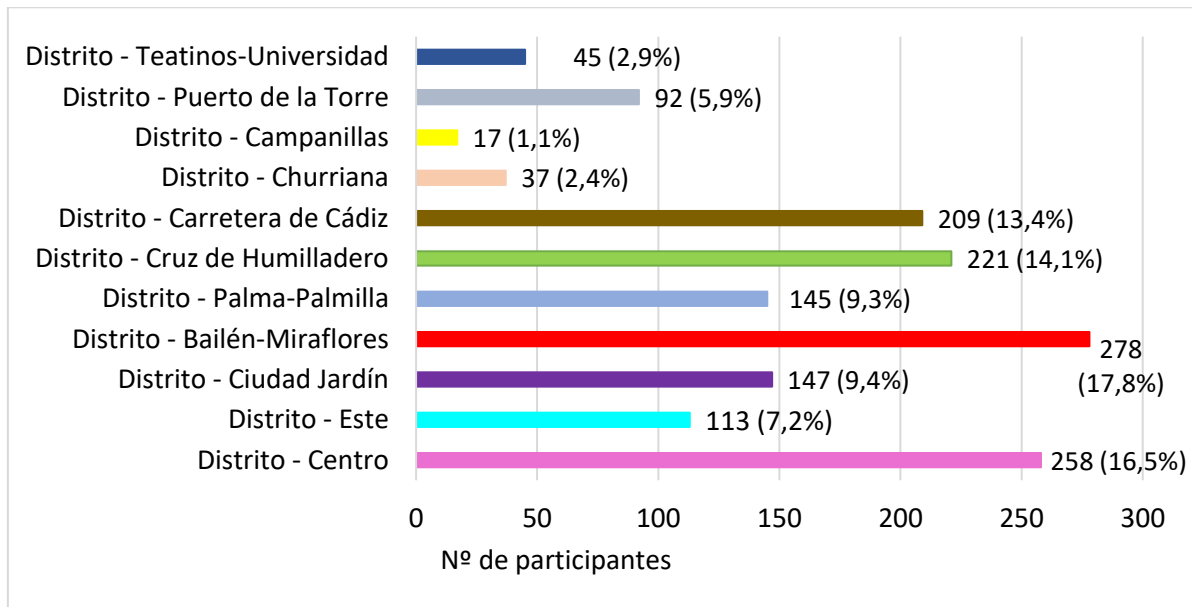
Gráfico 4. Grado de dependencia de las/os participantes.



Distrito municipal

La distribución de las/os participantes según distrito municipal de residencia se muestra en el siguiente gráfico.

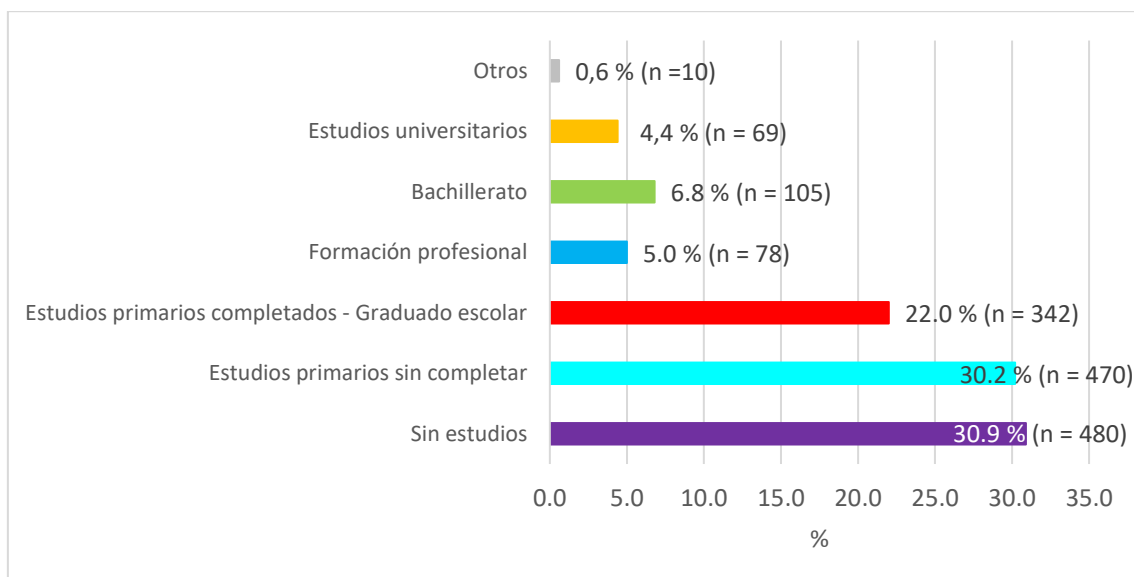
Gráfico 5. Participantes según distrito municipal.



Nivel de estudios

A continuación, se muestran los resultados respecto al nivel de estudios alcanzando por las personas participantes. La mayoría no tienen estudios (30,9%) o no han completado los estudios primarios (30,2%).

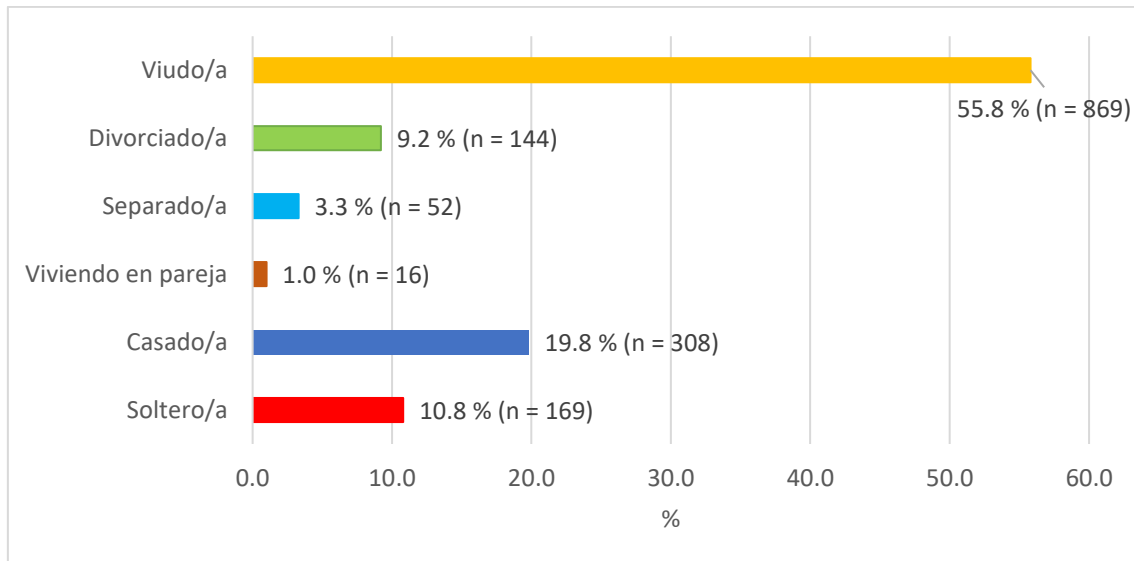
Gráfico 6. Nivel de estudios de las/os participantes.



Estado civil

Más de la mitad (55,8%) son personas viudas, seguidas de casadas (19,8%).

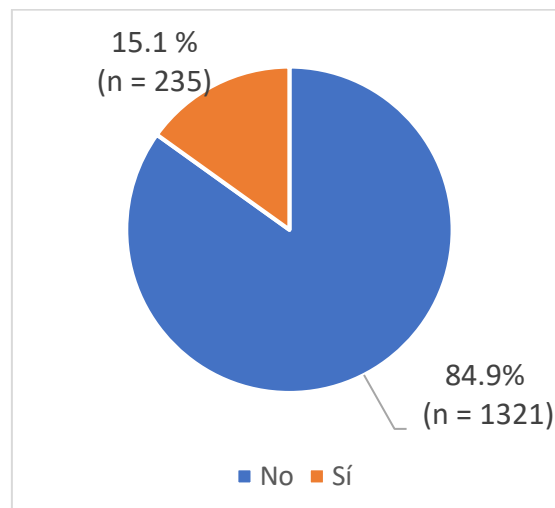
Gráfico 7. Estado civil de las personas participantes.



Tener mascota

La mayoría de las personas mayores participantes no tienen mascota (84,9%).

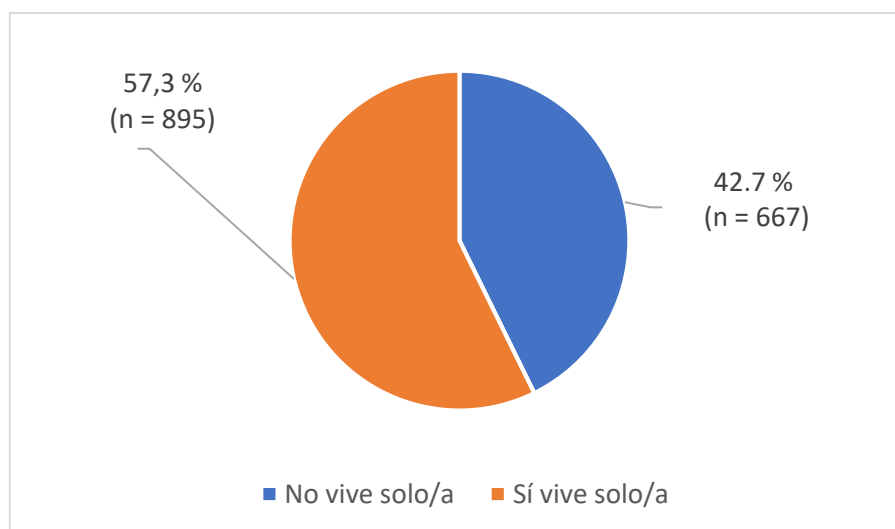
Gráfico 8. Participantes con mascotas.



Unidad de convivencia

A continuación, se muestran los resultados obtenidos respecto a la unidad de convivencia de las personas encuestadas. Tal como se observa en el Gráfico 9, la mayoría son personas mayores que viven solas (57,3%), destacando tras ellas quienes viven con su cónyuge o pareja (34,5%) o solas con sus hijas/os (29,9%).

Gráfico 9. Participantes que viven solas/os.



Viven solos/as: **n= 895**

34,5 % vive con cónyuge o pareja (**n= 280**)

9,7 % vive con cónyuge/pareja e hijos/as (**n= 73**)

29,9 % vive con hijos/as (**n= 240**)

10,7 % vive con otros familiares (**n= 81**)

2,2 % vive con amigos/as (**n= 16**)

3,8 % vive con cuidador/a (**n= 28**)

Entorno de la vivienda

Se reflejan las características del entorno donde viven las personas participantes, en relación a la ubicación y al tipo de vivienda. En general, las personas mayores encuestadas viven en el casco urbano de la ciudad (98,3%) y en bloque de vecinos (82,2%).

Gráfico 10. Ubicación de la vivienda.

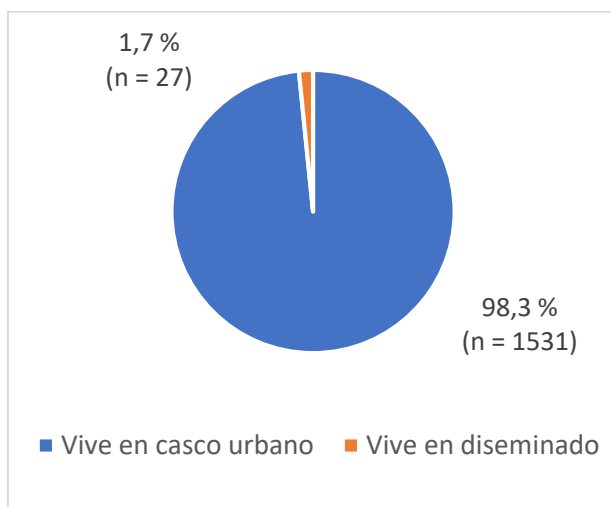
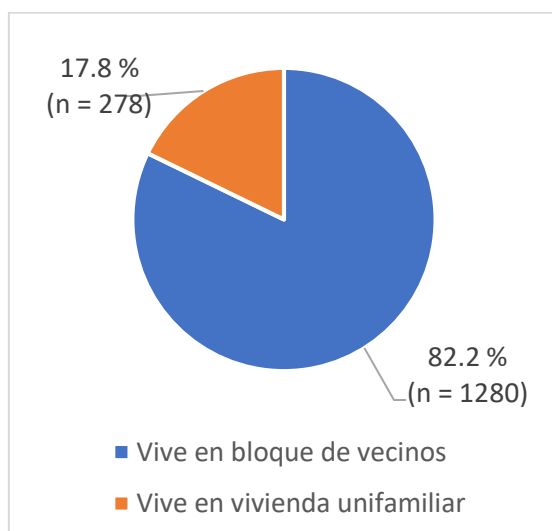


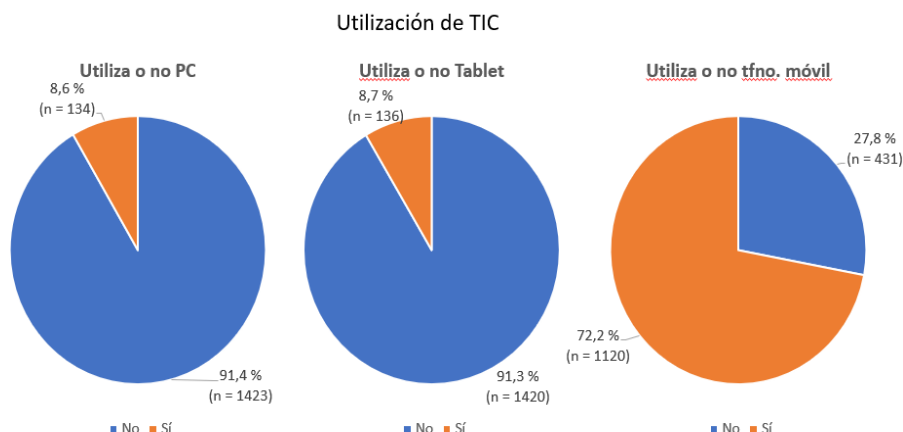
Gráfico 11. Tipo de vivienda.



Utilización de las tecnologías

Por último, se describe el uso de las tecnologías por parte de las personas mayores encuestadas. La mayoría no usa PC (91,4%), ni Tablet (91,3%) mientras que sí utilizan el teléfono móvil (72,2%) con frecuencia.

Gráfico 12. Uso de las tecnologías.



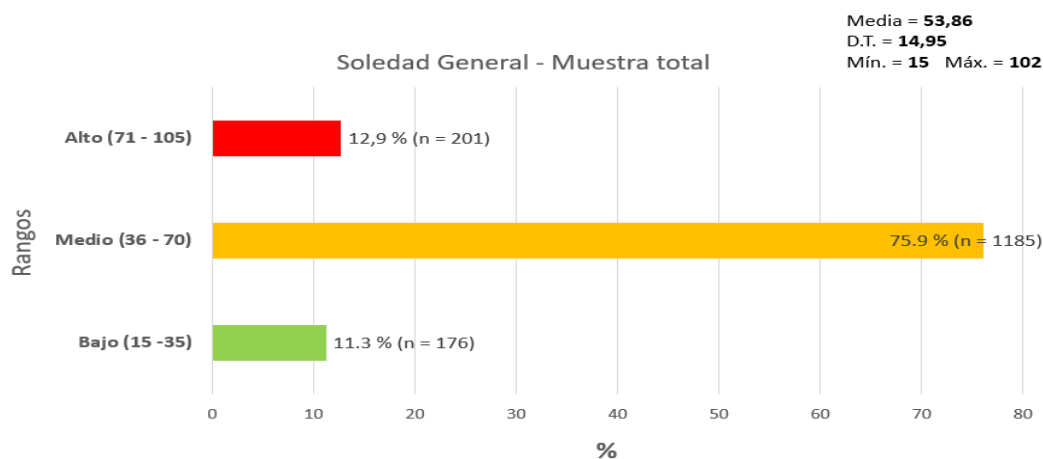
3.2. Resultados globales sobre Soledad y Satisfacción Vital

A continuación, se presenta el análisis global de los resultados obtenidos en las escalas de evaluación sobre la Soledad en su dimensión general y en sus distintas dimensiones (soledad social, soledad familiar y soledad romántica) y la Satisfacción Vital, así como las correlaciones observadas entre las variables estudiadas.

Soledad General

Los resultados muestran una media de Soledad General de **53,86** sobre un rango de 15-105. Para el análisis se establecen tres niveles (alto, medio y bajo) tal como se recoge a continuación.

Gráfico 13. Porcentaje de personas mayores según niveles de soledad.



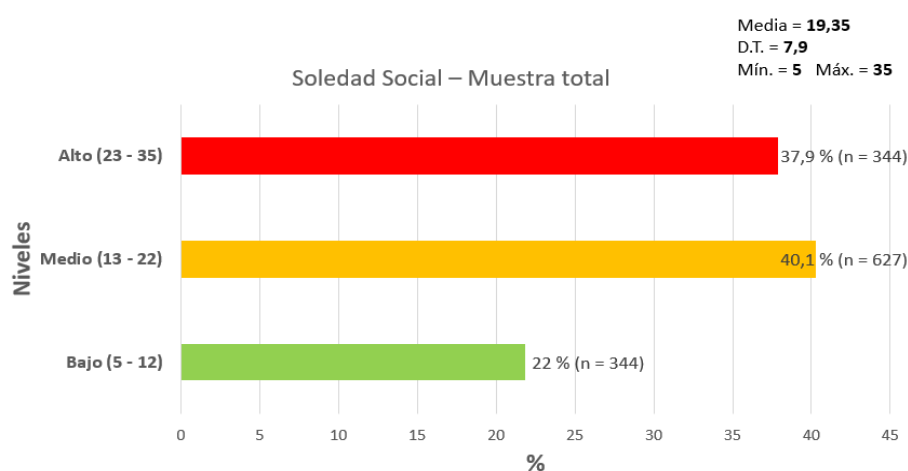
La Soledad General en la muestra analizada se sitúa, fundamentalmente, en el nivel medio-alto (75,9 % + 12,9 %).

A continuación, se presentan resultados para cada una de las dimensiones evaluadas: soledad social, soledad familiar y soledad romántica.

Soledad Social

La soledad social presenta, en general, puntuaciones medias-altas (más de 1/3 -37.9 %- de la muestra presenta Soledad Social en niveles altos).

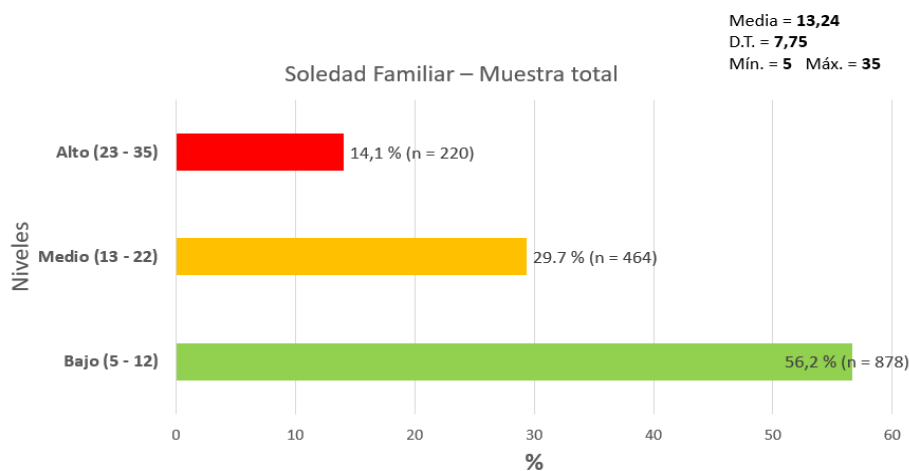
Gráfico 14. Porcentaje de personas mayores con Soledad Social.



Soledad Familiar

La soledad familiar es la que muestra unas puntuaciones más bajas (más de 1/2 de la muestra -56.2 %- presenta soledad familiar en niveles bajos).

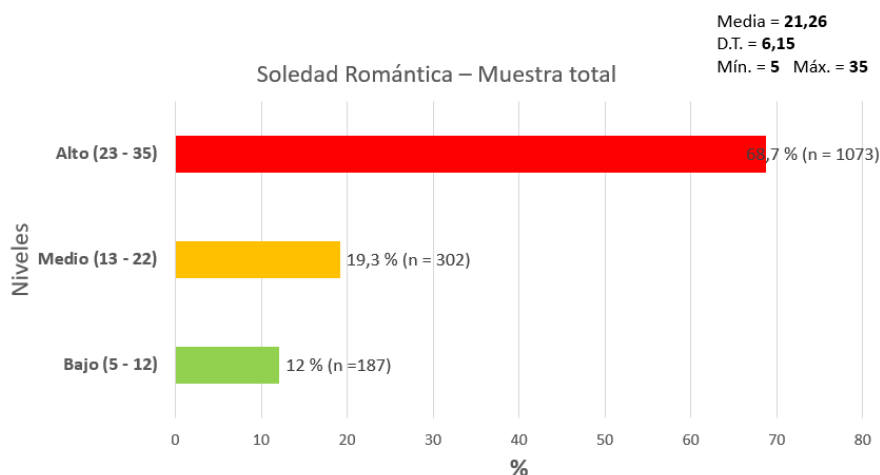
Gráfico 15. Porcentaje de personas mayores con Soledad Familiar.



Soledad Romántica

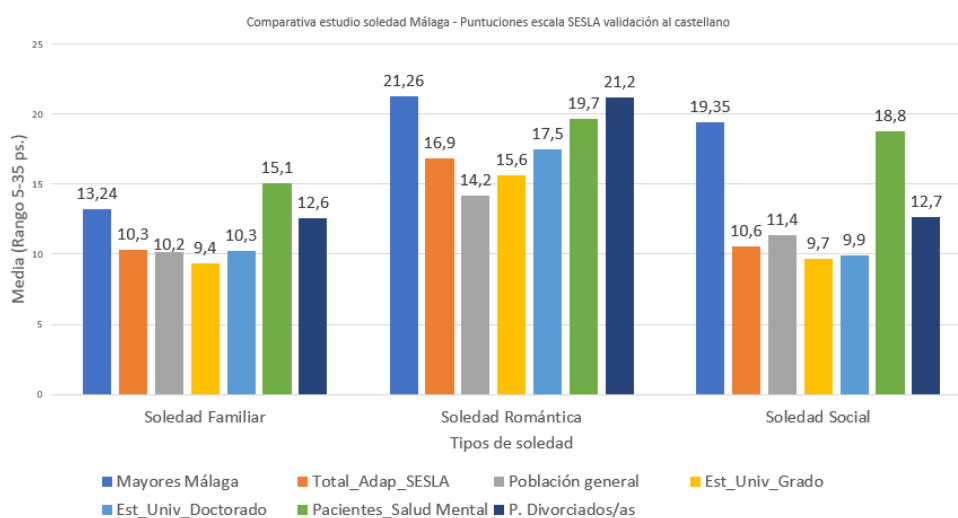
La soledad romántica es la que presenta las puntuaciones más altas (más de 2/3 -68.7 %- de la muestra presenta soledad romántica en niveles altos).

Gráfico 16. Porcentaje de personas mayores con Soledad Romántica.



A continuación, se muestra la comparación de medias de los resultados del presente estudio respecto a poblaciones referenciadas en el estudio de validación de la Escala de Soledad SESLA-S con población española (Yárnoz, 2008).

Gráfico 17. Comparativa de medias entre diferentes poblaciones.

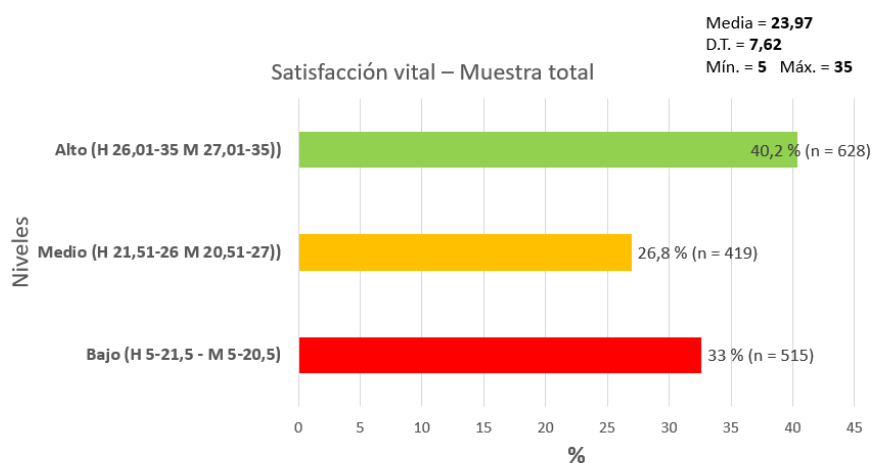


En atención a las poblaciones de referencia, con relación a la soledad familiar, los participantes en el presente estudio, muestran una soledad familiar algo superior a la obtenida por el grupo de personas divorciadas (pertenecientes a la Asociación Guipuzcoana de Padres y Madres Separados) e inferior a la que presentaba el grupo de pacientes de centros de salud mental del Servicio Navarro de Salud (Yárnoz, 2008).

Satisfacción Vital

La satisfacción vital de la muestra es generalmente buena (más de 2/3 -67%- de la muestra se encuentran satisfechos con su vida en niveles medios-altos). En este caso, la población de referencia es la correspondiente a la empleada en el estudio de validación de este instrumento con población española de 65 o más años de edad por Vázquez et al. (2013).

Gráfico 18. Porcentaje de personas mayores según niveles de satisfacción vital.



A continuación, se muestran resultados de análisis de correlaciones de Spearman realizados entre las puntuaciones de soledad (general, familiar, romántica y social), satisfacción vital, edad, nivel educativo, número de hijos, grado de dependencia y uso de TIC (N = 1562).

Gráfico 18. Correlaciones entre variables analizadas

	SOLEDAD GENERAL	SOLEDAD FAMILIAR	SOLEDAD ROMANTICA	SOLEDAD SOCIAL	SATISFACCIÓN VITAL	Edad	Nivel educativo	Grado de dependencia	Nº hijos/as	Nº TIC
SOLEDAD GENERAL										
SOLEDAD FAMILIAR	.747**									
SOLEDAD ROMANTICA	.560**	.180**								
SOLEDAD SOCIAL	.723**	.293**	.104**							
SATISFACCIÓN VITAL	-.478**	-.471**	-.180**	-.302**						
Edad	-.049	-.130**	-.047	.072**	.123**					
Nivel educativo	-.082**	-.017	-.025	-.119**	.079**	-.229**				
Grado de dependencia	-.021	.002	-.092**	.039	.037	.104**	.040			
Nº de hijos/as	-.095**	-.156**	-.035	-.001	.047	.184**	-.048	.048		
Nº de TIC	-.045	.020	.033	-.130**	.048	-.287**	.318**	-.085**	-.053*	

En general, las dimensiones de soledad se correlacionaron positivamente entre sí: soledad general, como no podría ser de otra manera, al ser una medida compuesta a partir de las tres dimensiones, se relaciona con soledad familiar ($\rho = .742, p < .001$), romántica ($\rho = .468, p < .001$) y social ($\rho = .722, p < .001$). La soledad familiar también se asoció con la romántica ($\rho = .122, p < .001$) y con la social ($\rho = .314, p < .001$), mientras que la soledad romántica presentó una correlación positiva con la soledad social ($\rho = .088, p < .001$).

Todas estas correlaciones, como también es de esperar, son positivas, es decir, al verse incrementada una de las dimensiones de soledad, esto se manifiesta en un incremento también en las otras dos dimensiones.

En cuanto a la satisfacción vital, se observaron correlaciones negativas con la soledad general ($\rho = -.475, p < .001$), familiar ($\rho = -.472, p < .001$), romántica ($\rho = -.155, p < .001$) y social ($\rho = -.308, p < .001$). Asimismo, la satisfacción vital mostró asociaciones positivas estadísticamente significativas con la edad ($\rho = .129, p < .001$) y el nivel educativo ($\rho = .061, p = .017$), aunque no con el número de hijos/as ($\rho = .047, p = .066$) ni con el grado de dependencia ($\rho = .033, p = .280$). Este dato es importante porque en la medida en la que aumenta la soledad de las personas mayores, en cualquiera de sus dimensiones, aumenta también su insatisfacción con la vida.

Respecto a las variables sociodemográficas, la edad correlacionó negativamente con la soledad romántica ($\rho = -.072, p = .005$) y familiar ($\rho = -.120, p < .001$), y positivamente con la social ($\rho = .069, p = .007$) y satisfacción vital ($\rho = .129, p < .001$). Además, la edad se asoció negativamente con el nivel educativo ($\rho = -.255, p < .001$) y positivamente con el número de hijos/as ($\rho = .171, p < .001$) y con el grado de dependencia ($\rho = .110, p < .001$).

El nivel educativo correlacionó negativamente con la soledad general ($\rho = -.076, p = .003$) y con la social ($\rho = -.113, p < .001$), y positivamente con la satisfacción vital ($\rho = .061, p = .017$) y el número de TIC utilizadas ($\rho = .290, p < .001$). Es decir, que en la medida en el que el nivel de estudios disminuye, aumenta la soledad y en la medida en que aumenta el nivel educativo, aumenta la satisfacción vital.

El número de hijos/as mostró correlaciones negativas con la soledad general ($\rho = -.093, p < .001$), familiar ($\rho = -.144, p < .001$) y romántica ($\rho = -.055, p = .032$). También se asoció positivamente con la edad ($\rho = .171, p < .001$), pero no significativamente con

la satisfacción vital ($\rho = .047$, $p = .066$), el nivel educativo ($\rho = -.046$, $p = .074$) ni con la soledad social ($\rho = .013$, $p = .611$). De esta forma, los resultados han mostrado que en la medida que aumenta el número de hijos/as disminuye la soledad general, la familiar y la soledad romántica, aunque no la social.

Por último, el número de TIC utilizadas presentó una correlación positiva con la soledad romántica ($\rho = .055$, $p = .031$) y negativa con la social ($\rho = -.111$, $p < .001$). Asimismo, se relacionó negativamente con la edad ($\rho = -.293$, $p < .001$) y con el grado de dependencia ($\rho = -.087$, $p = .005$), y positivamente con el nivel educativo ($\rho = .290$, $p < .001$). Todas estas correlaciones son estadísticamente significativas. Es decir, en la medida en que aumenta el número de TICS que se utilizan, disminuye la soledad social, aunque no la romántica. Cuanto mayor es la edad y el grado de dependencia, menor es el uso de las TICS. Sin embargo, en la medida que aumenta el nivel educativo el uso de las TICS es mayor.

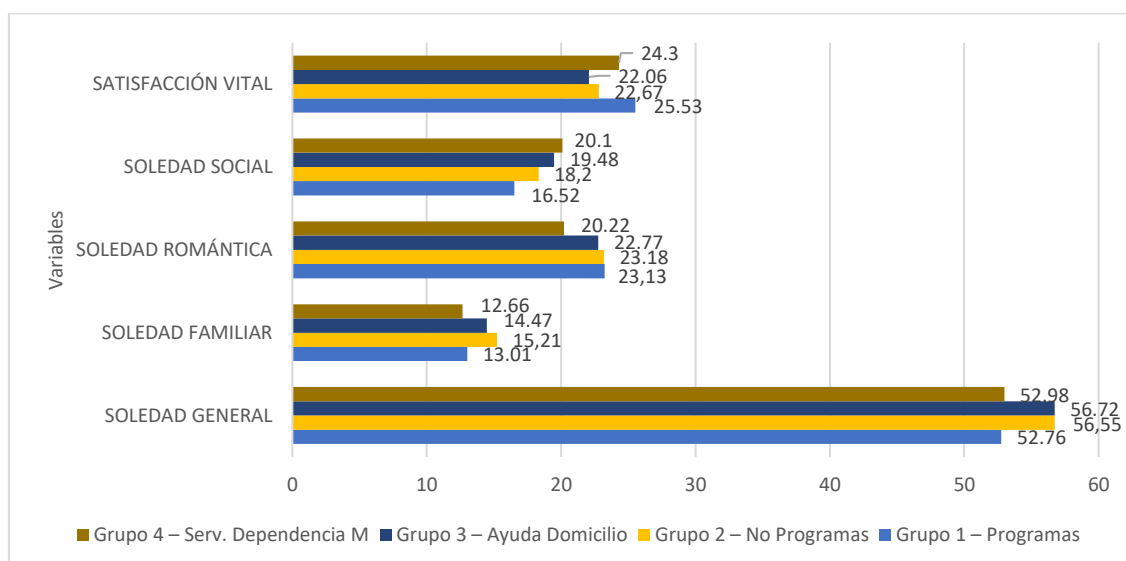
Tras estos análisis globales, se continúa con un análisis desagregado en función de distintas variables de estudio que permiten la agrupación de los datos.

3.3. Resultados desagregados

Por grupos de participantes

Se muestran los resultados de las variables Soledad y Satisfacción Vital según el grupo al que pertenecen los/as participantes.

Gráfico 19. Medias en las variables analizadas según grupos de participantes.



En general, tal como se observa en el gráfico previo, de los grupos de personas encuestadas en este estudio, quienes presentan niveles más satisfactorios de soledad general y satisfacción vital son las personas participantes en programas y las beneficiarias del Servicio de Dependencia. Por otro lado, quienes no participan en programas y las personas usuarias del servicio de ayuda a domicilio, alcanzan los valores más altos en soledad general, y más bajos en satisfacción vital.

Se utilizó la prueba de Kruskal–Wallis para examinar si existían diferencias en los niveles de soledad y satisfacción vital entre los distintos participantes en el estudio. Se empleó esta prueba no paramétrica porque no se cumplían los supuestos de normalidad y homoscedasticidad necesarios para la aplicación de estadísticos paramétricos. Para los contrastes estadísticamente significativos se estimó el tamaño del efecto mediante el índice $\eta^2(H)$ (eta cuadrado de Kruskal–Wallis), que representa la proporción de varianza explicada por la variable de agrupación en el conjunto de rangos analizados (Field, 2018; Tomczak & Tomczak, 2014). Este índice se calculó mediante la expresión $\eta^2(H) = (H - (k - 1)) / (N - k)$. De acuerdo con criterios habituales de interpretación del tamaño del efecto (Cohen, 1988), valores aproximados de .01, .06 y .14 pueden interpretarse como efectos pequeños, moderados y grandes, respectivamente.

Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en soledad general [$H(3, N = 1562) = 15.95, p = .001, \eta^2(H) = 0.008$]. Las comparaciones post hoc con corrección de Bonferroni indicaron que existían diferencias significativas entre el grupo de personas que participaban en programas y las personas usuarias del servicio de ayuda a domicilio ($Z_U = -2.65, p = .008$) -estas últimas presentaban un mayor nivel de soledad general-, así como entre estas últimas y las que no participaban en programas ($Z_U = -2.72, p = .007$) – estas últimas, también, con un mayor nivel de soledad general-. Igualmente, aparecían diferencias significativas entre las personas usuarias del servicio de dependencia y las del servicio de ayuda a domicilio ($Z_U = 2.79, p = .005$) -esta últimas con un menor nivel de soledad general-, así como entre personas usuarias del servicio de dependencia y quienes no participan en programas ($Z_U = 2.88, p = .004$) -estas últimas presentaban un nivel mayor de soledad-.

También aparecen diferencias significativas en soledad familiar [$H(3, N = 1562) = 16.53, p = .001, \eta^2(H) = 0.009$]. En este caso, tras las comparativas por grupos, sólo aparecen diferencias significativas entre quienes participan en programas y quienes no lo hacen ($Z_U = -3.21, p = .001$)-estos últimos presentan un mayor nivel de soledad familiar-

y entre quienes son usuarias/os del servicio de dependencia y quienes no participan en programas ($Z_U = 3.71, p = .001$)-presentando también estos últimos más soledad familiar-

Con relación a la soledad romántica, la prueba de Kruskal Wallis también arroja un resultado significativo [$H(3, N = 1562) = 82.65, p = .001, \eta^2(H) = 0.051$]. Al hacer las comparaciones por parejas, es el grupo de personas usuarias del servicio de dependencia el que presenta diferencias significativas con las/os usuarias/os del servicio de ayuda a domicilio ($Z_U = 5.06, p = .001$), de quienes participan en programas ($Z_U = 6.30, p = .001$) y de quienes no lo hacen ($Z_U = 6.60, p = .001$). Es decir, las personas usuarias del servicio de dependencia son las que presentan un menor nivel de soledad romántica frente a los otros tres grupos.

Vuelven a aparecer resultados significativos en soledad social [$H(3, N = 1562) = 34.27, p = .001, \eta^2(H) = 0.020$], con diferencias entre quienes participan en programas y las personas usuarias del servicio de ayuda a domicilio ($Z_U = -3.59, p = .002$); aunque, en este caso, estos últimos son los que presentan menos nivel de soledad social. Igualmente, aparecen diferencias significativas entre quienes participan en programas y las personas del servicio de dependencia ($Z_U = -5.49, p = .001$) -estos últimos también con más soledad social-, y entre quienes no participan en programas y las personas usuarias del servicio de dependencia ($Z_U = -2.88, p = .004$) -de nuevo, estos últimos son los que experimentan más soledad social-.

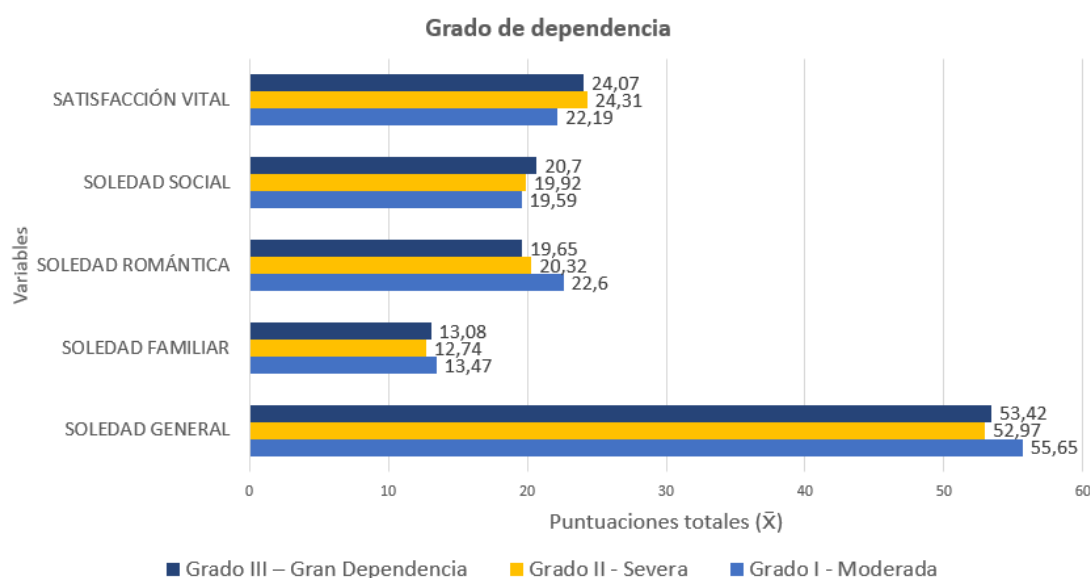
Con estos análisis, la comparación de los grupos nos permite afirmar en primer lugar, respecto a la soledad familiar, que quienes participan en programas y son usuarios/as del servicio de dependencia presentan significativamente menos soledad familiar que quienes no participan en programas. Por otro lado, con relación a la soledad romántica, son las personas del servicio de dependencia las que se encuentra menos solas en comparación con todos los demás grupos. Y, por último, en cuanto a la soledad social, es el grupo de personas que participan en programas el que siente menos soledad en comparación con las personas del servicio de ayuda a domicilio y del servicio de dependencia, así como también muestran menos soledad social quienes no participan en programas en comparación con las personas usuarias del servicio de dependencia.

Contrastados los cuatro grupos con relación a la variable satisfacción vital, vuelven a mostrarse diferencias significativas [$H(3, N = 1562) = 27.02, p = .001, \eta^2(H) = 0.016$]. Tras las comparaciones por parejas, aparecen diferencias significativas entre las personas usuarias del servicio de ayuda a domicilio y del servicio de dependencia ($Z_U =$

-3.20, $p = .001$) -estas últimas son las que presentan un mayor nivel de satisfacción vital-, entre las personas usuarias de ayuda a domicilio y quienes participan en programas ($Z_U = 4.16$, $p = .001$) -estas últimas con mayores puntuaciones en satisfacción vital-, entre quienes no participan en programas y quienes son usuarias de dependencia ($Z_U = -3.14$, $p = .002$) -que cuentan con una mayor nivel de satisfacción vital-, y entre quienes no participan en programas y si lo hacen ($Z_U = 4.12$, $p = .001$) -como cabría esperar, a favor de estos últimos-.

Según grado de dependencia

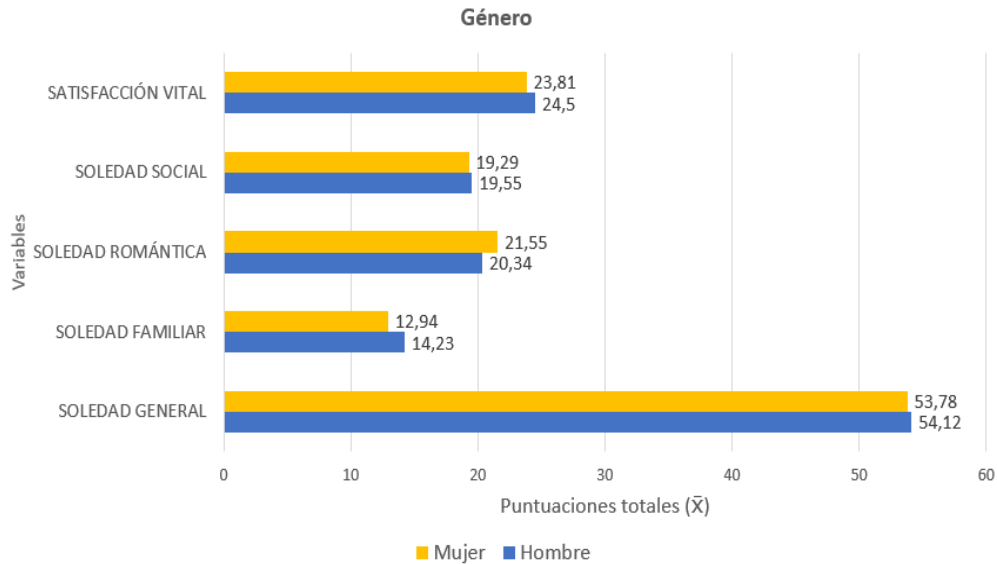
Gráfico 20. Medias en las variables analizadas según Grado de dependencia.



En este caso, aplicada la prueba de contraste K.H., sólo aparecieron diferencias significativas con relación a la variable de soledad romántica [$H(2, N = 1044) = 11.67$, $p = .003$, $\eta^2(H) = 0.009$]. Las diferencias significativas aparecen entre el grupo de dependencia moderada y el de dependencia severa ($Z_U = 3.04$, $p = .001$), y el grupo de gran dependencia ($Z_U = 3.36$, $p = .002$). Es decir, quien muestra más soledad romántica es el grupo de dependencia moderada.

Según género

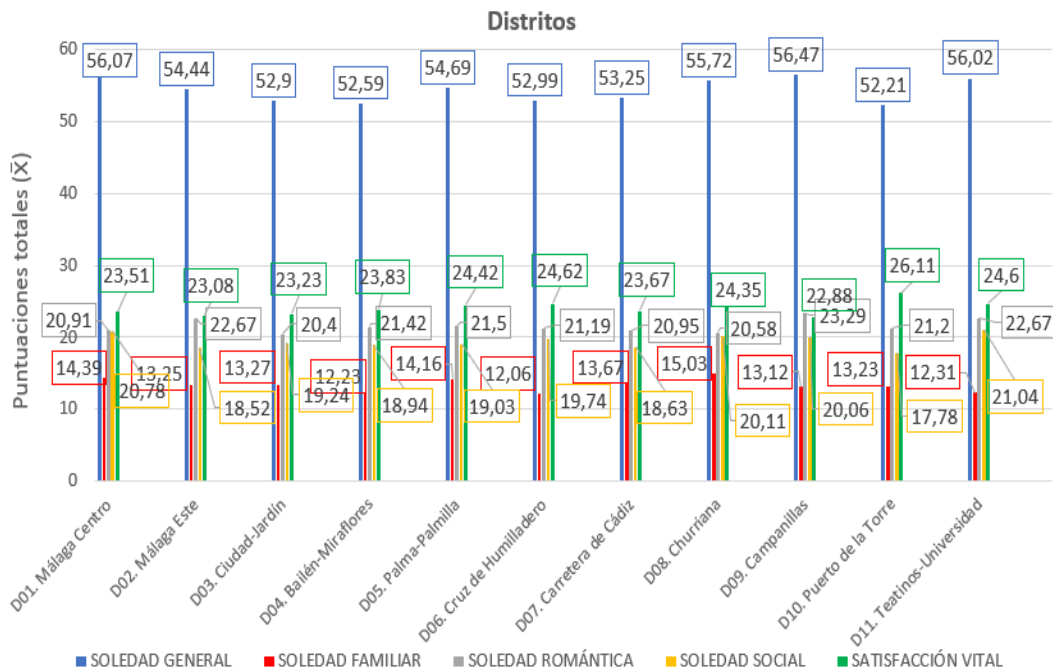
Gráfico 21. Medias en las variables analizadas según Género.



En este caso, al ser contrastes entre dos grupos independientes, se empleó la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney. En aquellos casos en los que el contraste resultó estadísticamente significativo se estimó el tamaño del efecto mediante el coeficiente r , calculado a partir de la estadística estandarizada Z mediante la expresión $r = Z / \sqrt{N}$ (Tomczak & Tomczak, 2014). De acuerdo con los criterios habituales de interpretación (Cohen, 1988), valores aproximados de .10, .30 y .50 se interpretan como tamaños del efecto pequeños, moderados y grandes, respectivamente. Para este análisis, las diferencias significativas, aplicada la prueba U de Mann-Whitney, sólo aparecieron con relación a la variable soledad familiar [$Z_U = -2.35$, $p = .019$, $r = 0.059$], donde los hombres mostraban valores significativamente más altos que las mujeres. Es decir, tienen más soledad familiar que las mujeres, aunque, como se ve puede interpretarse por el valor del estadístico r , con un tamaño del efecto pequeño.

Según distritos municipales

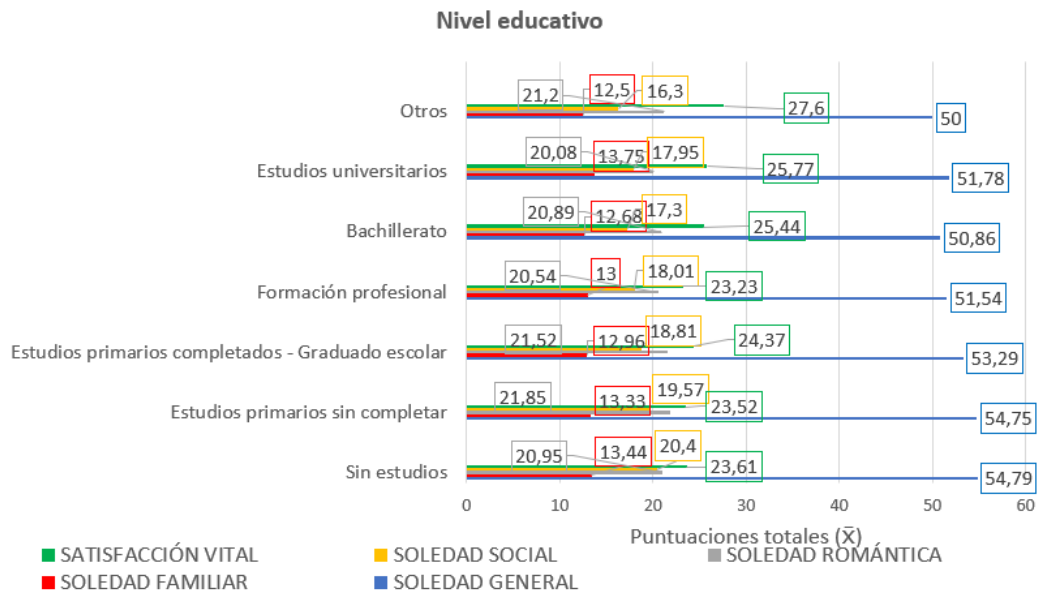
Gráfico 22. Medias en las variables analizadas según Distritos municipales.



Realizada la prueba K.H., las diferencias significativas se encontraron en las tres dimensiones de soledad: familiar [$H(10, N = 1562) = 26.74, p = .003, \eta^2(H) = 0.011$]; romántica [$H(10, N = 1044) = 19.69, p = .032, \eta^2(H) = 0.006$], y social [$H(10, N = 1044) = 20.53, p = .025, \eta^2(H) = 0.007$], aunque con tamaños del efecto muy pequeños. En soledad familiar aparecen diferencias significativas del distrito Cruz de Humilladero con el distrito Centro ($Z_U = 3.55, p = .001$), y el de Cruz de Humilladero ($Z_U = 3.54, p = .001$), presentando Cruz de Humilladero valores más bajos en soledad familiar que los otros dos distritos. En cuanto a soledad romántica, sólo aparecen diferencias significativas entre distrito Este y Ciudad-Jardín ($Z_U = 3.52, p = .001$), mostrando este último un nivel más bajo en este componente de soledad. Por último, sólo aparece una diferencia significativa en soledad social entre distrito de Carretera de Cádiz y Distrito Centro ($Z_U = 2.92, p = .004$), siendo el primero el que presenta algo menos de soledad social.

Según nivel de estudios

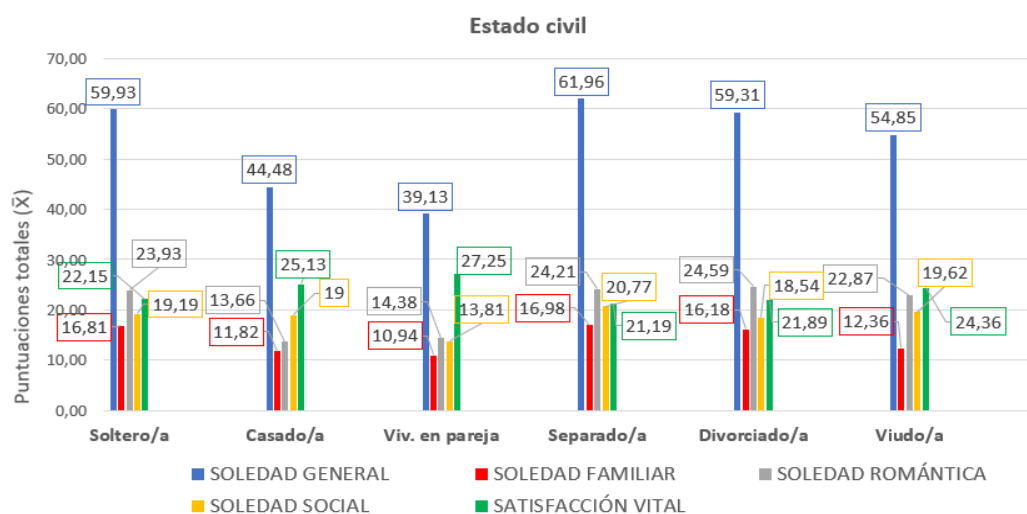
Gráfico 23. Medias en las variables analizadas según Nivel de estudios.



En esta ocasión, las diferencias estadísticamente significativas aparecen en el componente social de la soledad [$H(6, N = 1554) = 21.60, p = .001, \eta^2(H) = 0.010$], aunque con un, y en satisfacción vital [$H(10, N = 1554) = 14.43, p = .025, \eta^2(H) = 0.025$], aunque con tamaños de efecto pequeños en ambos casos. Al comparar por parejas, sólo aparecen diferencias significativas en soledad social entre las personas que no tienen estudios y los que han cursado bachillerato ($Z_U = 3.48, p = .010$), presentando estos últimos un menor grado de soledad social. En lo que se refiere a la satisfacción vital, las diferencias aparecen entre formación profesional y Estudios Universitarios ($Z_U = -2.00, p = .046$) -estos últimos con una mayor satisfacción vital-, entre bachillerato y estudios primarios sin completar ($Z_U = -2.48, p = .013$) -estos últimos, también, con un menor nivel de satisfacción vital-; entre estos últimos y estudios universitarios ($Z_U = -2.44, p = .015$) -los que cuentan con estudios universitarios presentan más satisfacción vital-; entre las personas que no tienen estudios y quienes cursaron bachillerato ($Z_U = -2.10, p = .035$); y por último entre las personas sin estudios y con estudios universitarios ($Z_U = -2.13, p = .033$) -las puntuaciones en ambos casos son más bajas entre los que no tienen estudios-.

Según estado civil

Gráfico 24. Medias en las variables analizadas según Estado civil.



37

Los resultados muestran diferencias en las cinco variables analizadas: soledad general [$H(5, N = 1558) = 167.81, p = .001, \eta^2(H) = 0.105$], soledad familiar [$H(5, N = 1558) = 64.40, p = .001, \eta^2(H) = 0.038$], soledad romántica [$H(5, N = 1558) = 487.85, p = .001, \eta^2(H) = 0.311$], soledad social [$H(5, N = 1558) = 12.88, p = .025, \eta^2(H) = 0.005$], y satisfacción vital [$H(5, N = 1558) = 42.84, p = .001, \eta^2(H) = 0.024$]. En soledad general (con un tamaño del efecto entre moderado y grande) aparecen diferencias significativas en todas las comparaciones por pares, a excepción de entre viviendo en pareja y casado/a ($Z_U = 1.21, p = .227$), divorciado/a y soltero/a ($Z_U = .462, p = .644$), divorciado y separado/a ($Z_U = 1.31, p = .190$) y solteros/as y separado/a ($Z_U = -1.01, p = .314$). En soledad general son las personas casadas o las que viven en pareja las que muestran unas puntuaciones más bajas.

En cuanto a soledad familiar, con un tamaño del efecto pequeño, las diferencias significativas se encuentran entre las personas casadas y las divorciadas ($Z_U = -4.58, p = .001$), entre las casadas y las solteras ($Z_U = 5.53, p = .001$), y casadas y separadas ($Z_U = -3.55, p = .006$); siendo las casadas, como cabría esperar, las que presentan menos soledad familiar. Igualmente aparecen diferencias en esta dimensión de soledad entre viudos/as y divorciados/as ($Z_U = 4.68, p = .001$) -son los/as viudos/as los que presentan menos nivel de soledad familiar-, viudos/as y solteros/as ($Z_U = 5.81, p = .001$), y viudos/as y separados/as ($Z_U = 3.43, p = .009$) -también menor, en ambos casos, entre los/as viudos/as-. En soledad romántica, con un tamaño del efecto grande, aparecen diferencias

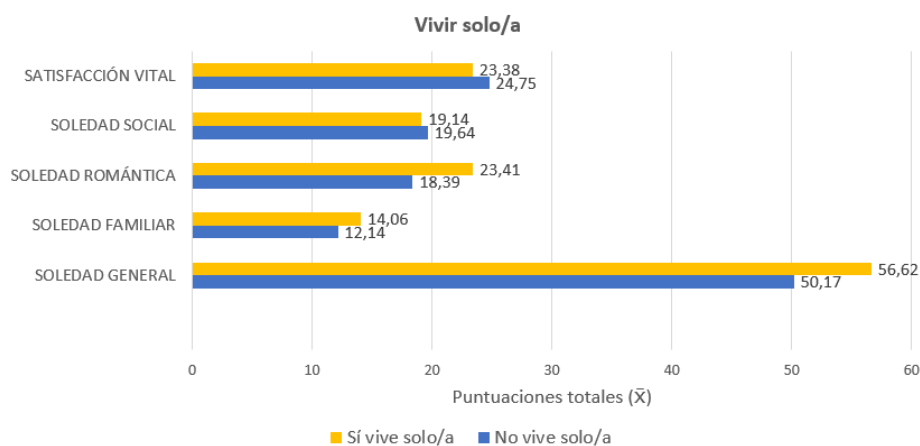
entre todos los grupos de pares, a excepción de entre las personas casadas y las que viven en pareja ($Z_U = -.16, p = .876$), entre las viudas y separadas ($Z_U = 1.21, p = .228$), separadas y solteras ($Z_U = .58, p = .561$), separadas y divorciadas ($Z_U = -1.20, p = .229$), y solteras y divorciadas ($Z_U = -.90, p = .367$). Con relación a la dimensión social de la soledad, aparecen también varias comparativas entre grupos significativas, concretamente: entre vivir en pareja y estar separado/a ($Z_U = -3,11, p = .004$) -siendo mayor en este último grupo-, vivir en pareja y casado/a ($Z_U = 2,47, p = .013$) -siendo menor entre los/as casados/as-, vivir en pareja y soltero/a ($Z_U = 2,49, p = .013$) -mayor en los/as solteros/as- y vivir en pareja y divorciado/a ($Z_U = -2,15, p = .032$) -mayor en este último grupo-; así como entre estar divorciado/a y separado/a ($Z_U = 2,01, p = .044$) -mayor también en este último grupo-.

Las comparativas entre grupos con relación a satisfacción vital arrojan diferencias significativas, aunque con un tamaño del efecto pequeño, entre: estar separado/a y viudo/a ($Z_U = -3,09, p = .002$) -este último grupo presenta más satisfacción vital-, separado/a y casado/a ($Z_U = 3,67, p = .001$) -como era de esperar, los/as casados/as presentan más satisfacción vital-, divorciado/a y viudo/a ($Z_U = -3,93, p = .001$) -a favor de estos/as últimos/as-, divorciado/a y casado/a ($Z_U = 4,59, p = .001$) -mayor en los/as casados/as-, soltero/a y viudo/a ($Z_U = -3,26, p = .017$) -mayor en estos/as últimos/as- y soltero/a y casado/a ($Z_U = -4,01, p = .001$) -a favor de estos/as últimos/as-.

Según la unidad de convivencia

Vivir solo/a o vivir acompañado/a

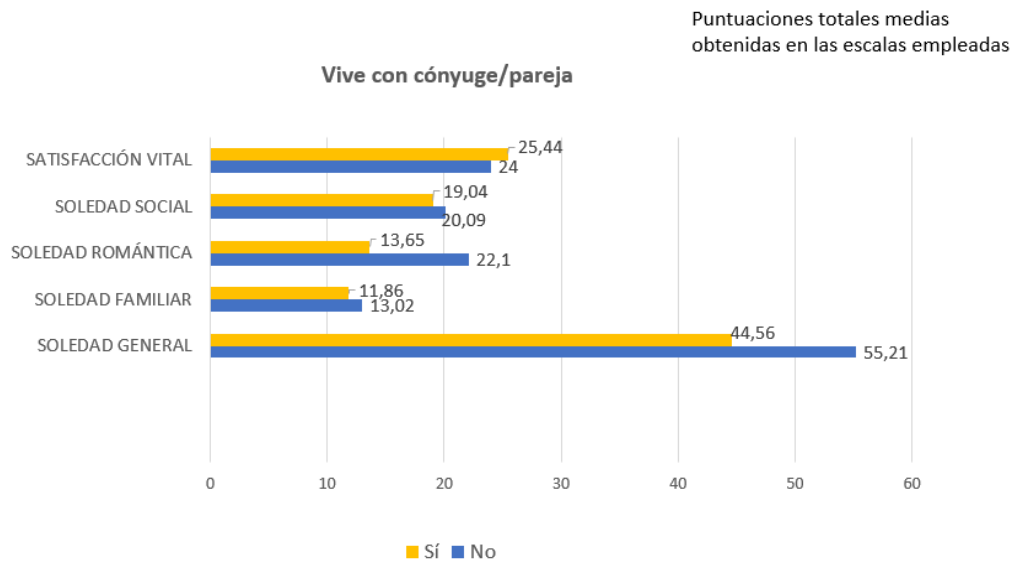
Gráfico 25. Medias en las variables analizadas según vivir solo/a o acompañado/a.



Se evidencia que las personas que viven solos/as presentan peores niveles de soledad y satisfacción vital. En este sentido, aplicada la prueba U de Mann-Whitney, aparecen diferencias estadísticamente significativas en soledad general [$Z_U = 7.64$, $p = .001$, $r = 0.193$], familiar [$Z_U = -3.95$, $p = .001$, $r = 0.100$], romántica [$Z_U = 14.30$, $p = .001$, $r = 0.362$], social [$Z_U = -1,21$, $p = .001$, $r = 0.225$], y satisfacción vital [$Z_U = -3.62$, $p = .001$, $r = 0.092$]. A excepción de la soledad romántica, en que se observa un tamaño del efecto moderado, en el resto estos valores son de magnitud pequeña.

Vivir con cónyuge o pareja

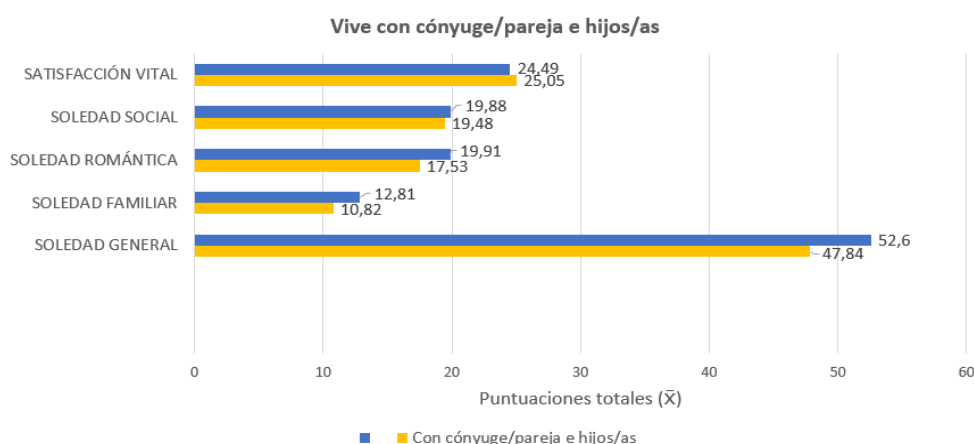
Gráfico 26. Medias en las variables analizadas según vivir con cónyuge/pareja



Se evidencia que las personas que viven con sus cónyuges/parejas presentan unos mejores niveles de soledad general [$Z_U = -9.37$, $p = .001$, $r = 0.329$] y romántica [$Z_U = -15.77.64$, $p = .001$, $r = 0.554$]; así como de satisfacción vital [$Z_U = 2.59$, $p = .010$, $r = 0.091$]. Son destacables los tamaños del efecto con relación a soledad romántica (efecto grande) y soledad general (efecto moderado).

Vivir con cónyuge/pareja e hijos/as

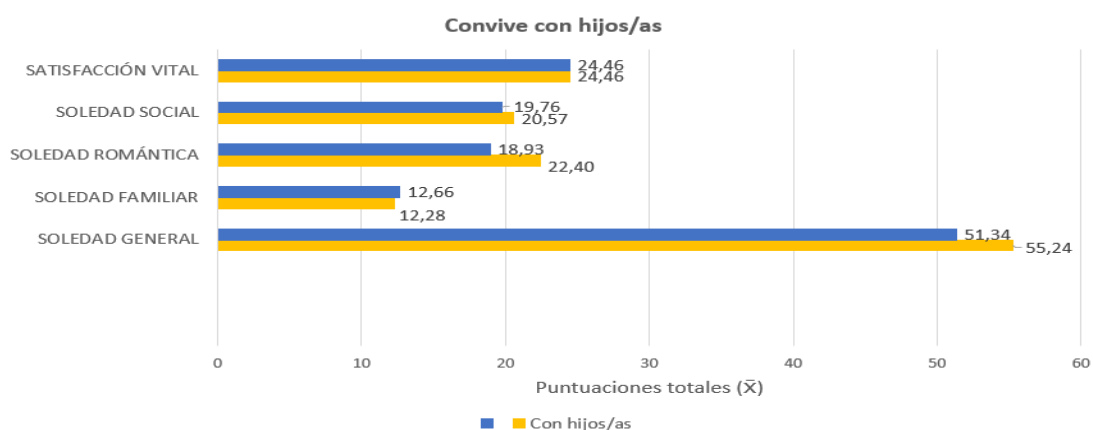
Gráfico 27. Medias en las variables analizadas según vivir con cónyuge/pareja e hijos/as.



En el caso de aquellas personas que viven con sus cónyuges/parejas e hijos, se hayan diferencias estadísticamente significativas en soledad familiar [$Z_U = -1.75$, $p = .029$, $r = 0.079$] y romántica [$Z_U = -2.39$, $p = .017$, $r = 0.087$] presentando unas puntuaciones mejores en estas dos variables, en ambos casos los tamaños de efecto son pequeños.

Vivir con hijos/as

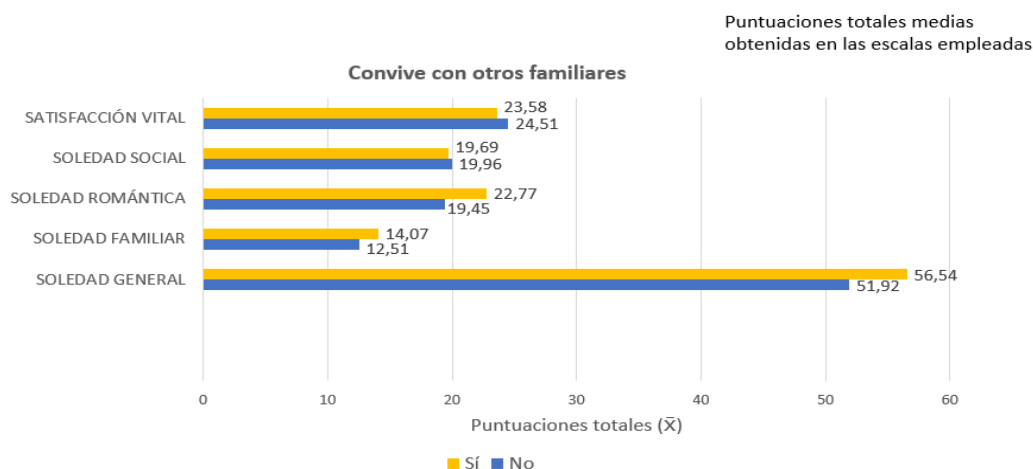
Gráfico 28. Medias en las variables analizadas según vivir con hijos/as.



Tras el análisis de los resultados se muestra que las diferencias significativas entre los que viven o no con los/as hijos/as se encuentran en la variable de soledad general [$Z_U = 2.90$, $p = .004$, $r = 0.103$] y soledad romántica [$Z_U = 6.08$, $p = .001$, $r = 0.215$], presentando en ambos casos los que viven con sus hijos/as peores puntuaciones, aunque con tamaños de efecto pequeños.

Vivir con otros/as familiares

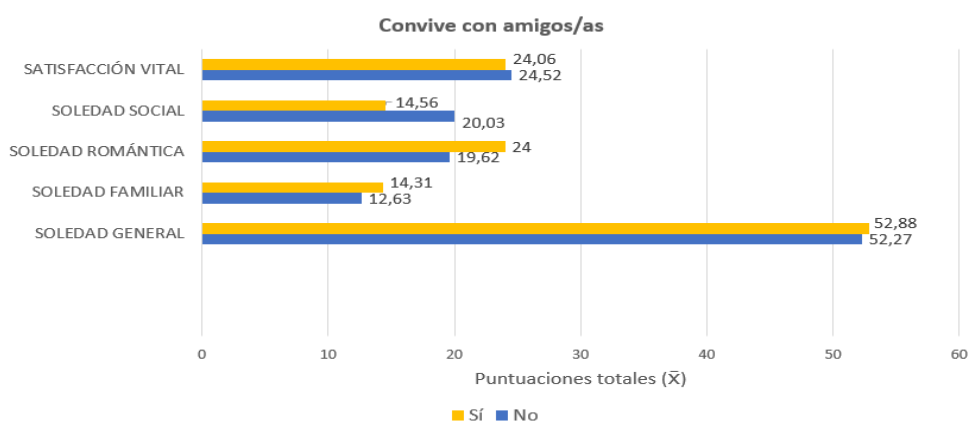
Gráfico 29. Medias en las variables analizadas según vivir con otros/as familiares.



En este caso, aparecen peores índices entre los que viven con sus familiares en soledad general [$Z_U = 2.84$, $p = .004$, $r = 0.103$], familiar [$Z_U = 2.02$, $p = .044$, $r = 0.073$] y romántica [$Z_U = 4.47$, $p = .001$, $r = 0.162$], aunque en los tres casos el tamaño del efecto es pequeño.

Vivir con amigos/as

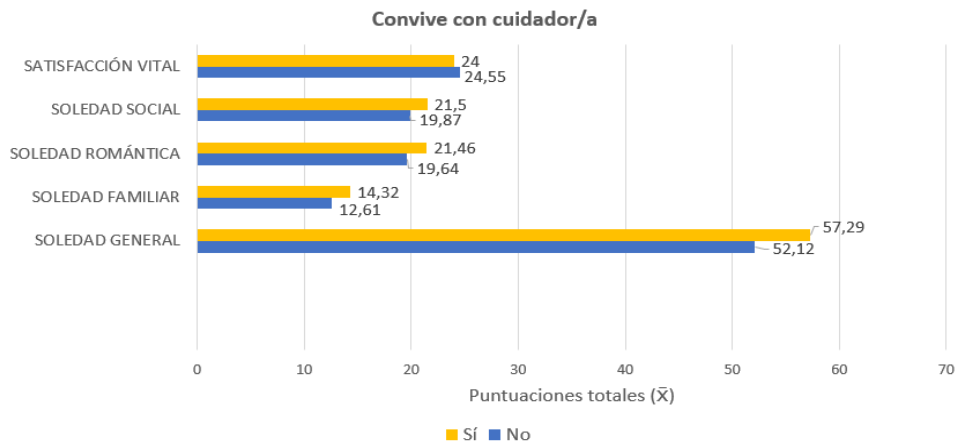
Gráfico 30. Medias en las variables analizadas según vivir con amigos/as.



Los resultados muestran que el hecho de vivir con amigos/as afecta positivamente a la soledad social [$Z_U = -2.76$, $p = .006$, $r = 0.102$] pero negativamente a la romántica [$Z_U = 2.68$, $p = .007$, $r = 0.099$], en ambas ocasiones con tamaños de efecto pequeños. Aparecen también menores niveles de satisfacción vital entre los que viven con amigos/as pero no llegan a alcanzar la significación estadística [$Z_U = -.14$, $p = .887$].

Vivir con cuidador/a

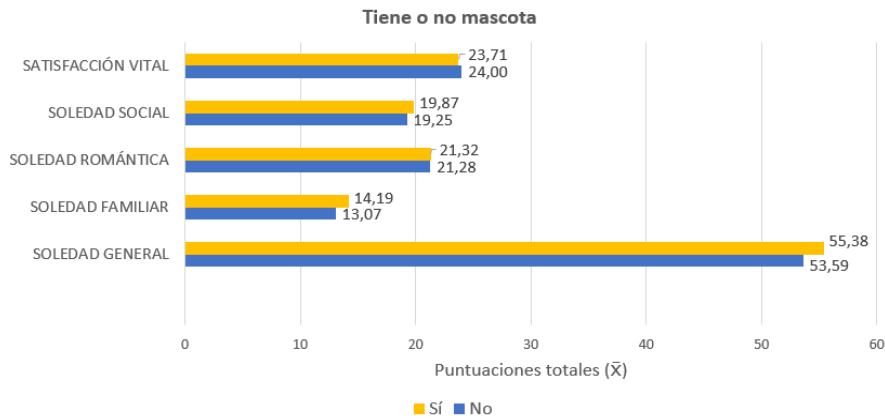
Gráfico 31. Medias en las variables analizadas según vivir con cuidador/a.



Vivir con cuidadores/as se asocia a menores niveles de satisfacción vital y mayores de soledad, pero únicamente se observa una tendencia, que no alcanza la significación estadística, en la variable soledad general [$Z_U = 1.94, p = .052$].

Tener mascota

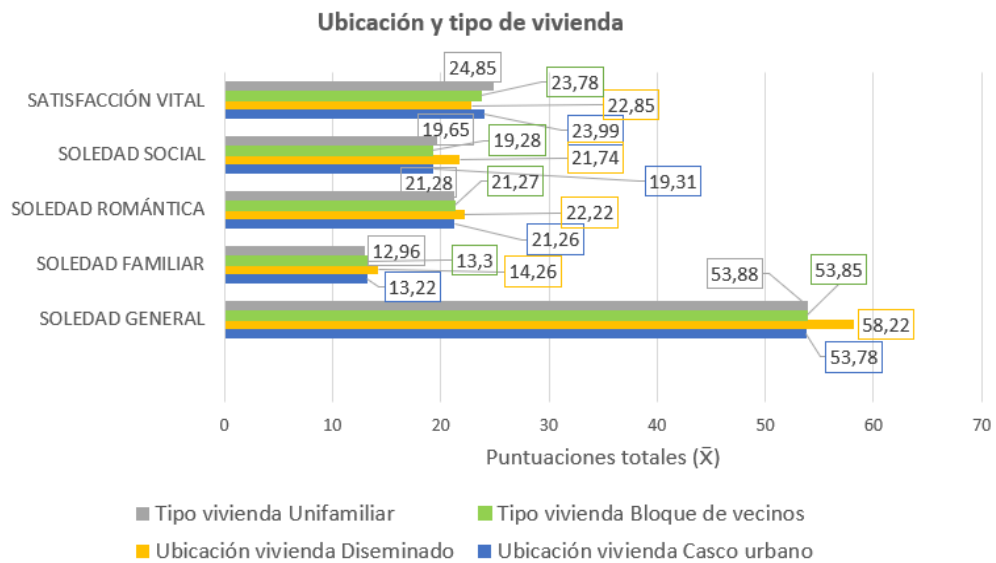
Gráfico 32. Medias en las variables analizadas según tener o no mascota.



No se aprecia una incidencia positiva en el hecho de tener mascota sobre los niveles de soledad y satisfacción vital. No obstante, ninguna de las diferencias en las variables analizadas alcanza la significación estadística.

Según la ubicación y el tipo de vivienda

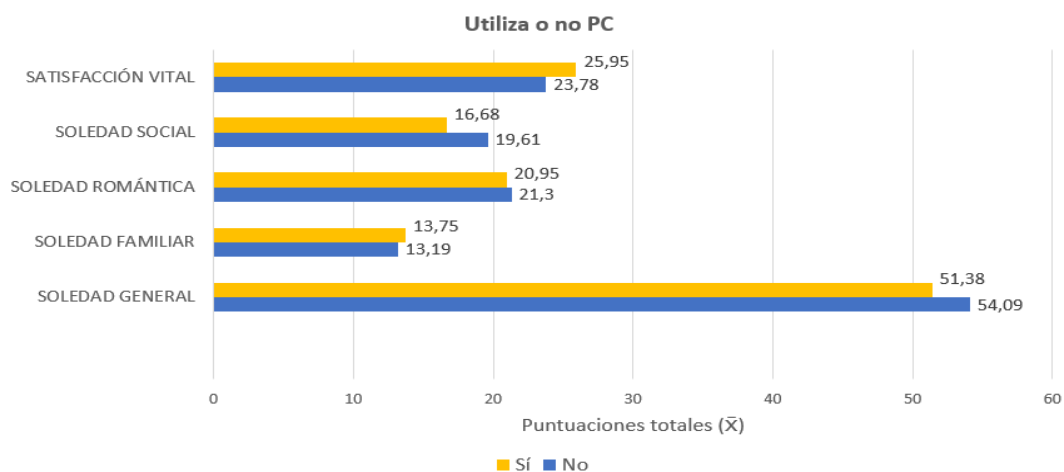
Gráfico 33. Medias en las variables analizadas según la ubicación y tipo de vivienda.



En cuanto a la ubicación de la vivienda, sólo se observa una tendencia negativa (que no alcanza la significación estadística) en el caso de vivir en un diseminado, mostrando unos niveles de soledad más altos los que viven en estos entornos [$Z_U = 1.86, p = .063$]. En lo que se refiere al tipo de vivienda, se observan unos niveles de satisfacción vital significativamente más altos [$Z_U = 2.49, p = .013, r = 0.063$] entre los que viven en viviendas unifamiliares.

Según el uso de PC

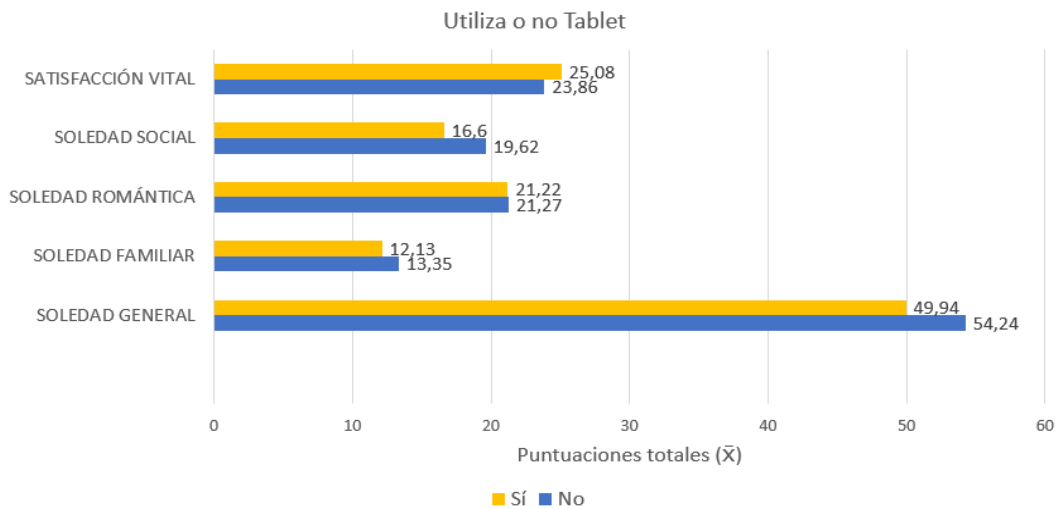
Gráfico 34. Medias en las variables analizadas según el uso de PC.



Entre los que utilizan ordenador personal, se observan unos niveles significativamente más bajos de soledad social [$Z_U = -4.00, p = .001, r = 0.101$], y más altos de satisfacción vital [$U = 3.25, p = .001, r = 0.082$], aunque con tamaños de efecto pequeños.

Según el uso de Tablet

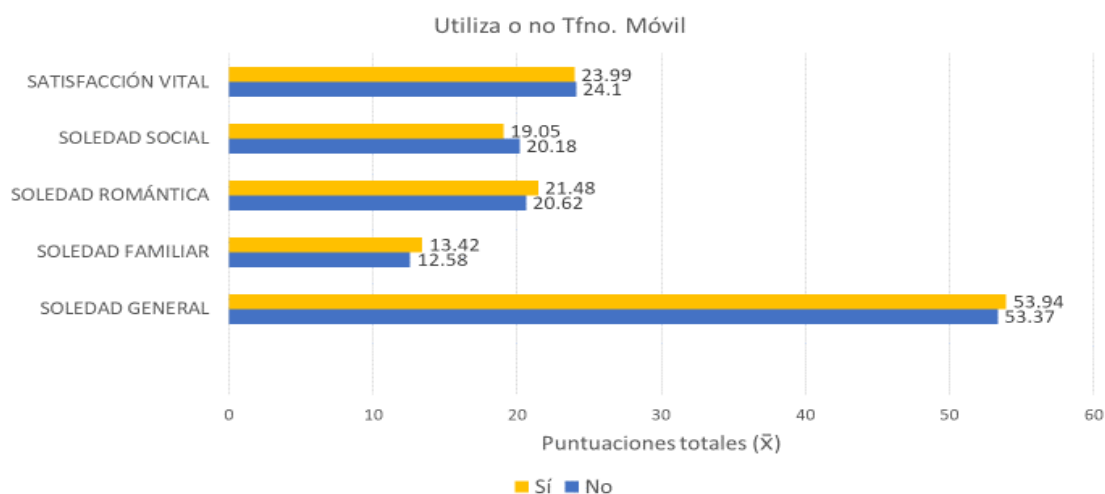
Gráfico 35. Medias en las variables analizadas según el uso de Tablet.



La aplicación de la prueba U de Mann Whitney nos muestra que el uso de tablets tiene una repercusión positiva sobre la soledad de los/as mayores. En este sentido, se observa una repercusión significativamente positiva en soledad general [$Z_U = -2.98, p = .003, r = 0.076$], familiar [$Z_U = -2.06, p = .039, r = 0.052$], y social [$Z_U = -3.96, p = .001, r = 0.100$], aunque con tamaños del efecto pequeños. Las personas usuarias de tablets también muestran niveles más altos de satisfacción vital pero estas diferencias no llegan a alcanzar la significación estadística [$Z_U = 1.89, p = .060$]

Según uso del teléfono móvil

Gráfico 36. Medias en las variables analizadas según el uso del teléfono móvil.



Sin embargo, las personas usuarias de móvil presentan unos peores niveles de soledad romántica [$Z_U = 3.12$, $p = .002$, $r = 0.079$] y unos mejores niveles de soledad social [$Z_U = -2.45$, $p = .014$, $r = 0.062$], en ambos casos con tamaños de efecto pequeños. El resto de variables no muestran resultados estadísticamente significativos.

4. CONCLUSIONES

A continuación, se presentan las conclusiones derivadas del presente estudio, en las que se sintetizan los principales hallazgos obtenidos. En general los resultados han mostrado que:

- Solo el 11,3 % de las personas mayores participantes en este estudio no percibe soledad, registrando puntuaciones muy bajas. En cambio, la mayoría restante manifiesta sentirse sola en niveles medios (75,9 %) y altos (12,9 %), respectivamente.
- De todas las dimensiones de soledad analizadas, la soledad romántica es la que más se siente entre las personas mayores participantes. Más de 2/3 de la muestra presenta soledad romántica en niveles altos.
- Frente a esto, la soledad familiar es la que muestra unas puntuaciones más bajas: más de la mitad (1/2) de las personas participantes no perciben soledad familiar o lo hacen en valores muy bajos.

- Por otro lado, la soledad social presenta, en general, puntuaciones medias-altas: más de 1/3 de la muestra presenta soledad social en niveles altos.
- Respecto a la satisfacción vital de las personas participantes, en general se observa que es buena. Más de 2/3 de la muestra presenta niveles de satisfacción vital media-alta
- Se observa una asociación negativa entre soledad (en todos sus componentes) y satisfacción con la vida. Así las personas que experimentan más soledad, también experimentan menor satisfacción vital.
- Hay una asociación positiva significativa entre nivel educativo y satisfacción vital, y negativa con soledad social. Las personas con mayor nivel educativo se sienten más satisfechas y menos solas.
- De los grupos de personas encuestadas, las que presentan mejores niveles de soledad y satisfacción vital son las personas participantes en programas y las beneficiarias del Servicio de Dependencia.
- Los resultados muestran que los hombres sienten más soledad familiar que las mujeres.
- Se evidencia que las personas que viven solas presentan unos peores niveles de soledad y satisfacción vital.
- Vivir con familiares no directos, amigas/os o cuidadores/as se asocia a menores niveles de satisfacción vital y mayores de soledad.
- El hecho de vivir únicamente con los hijos/as incide negativamente en la soledad general, familiar y romántica.
- En cuanto a la ubicación de la vivienda, se observa una tendencia (no alcanza significación estadística) entre vivir en un diseminado y presentar unos niveles de soledad general más altos.
- Quienes viven en viviendas unifamiliares presentan niveles de satisfacción vital más altos.
- No se aprecia una incidencia positiva del hecho de tener mascota sobre los niveles de soledad y satisfacción vital. No obstante, ninguna de las diferencias en las

variables analizadas alcanza la significación estadística. Hay que destacar que solo el 15,3% de las personas participantes en este estudio tiene mascota.

- Hay una asociación positiva significativa entre nº de dispositivos TIC utilizados (especialmente, PC y Tablet) y satisfacción vital, y negativa con soledad social. De esta forma, quienes más TIC utilizan se sienten más satisfechas/os y menos solas/os. Esta repercusión positiva se observa sobre todo entre las personas usuarias de PC y tablets.

A la luz de los resultados obtenidos, se pone de manifiesto la necesidad de impulsar acciones dirigidas a reducir la soledad no deseada en las personas mayores y a fortalecer los factores que previenen su aparición. Para ello, resulta especialmente recomendable promover programas que potencien entre ellos/as el encuentro y las relaciones sociales, con atención específica a la soledad romántica y social, dimensiones en las que se observan mayores niveles de soledad. Asimismo, es conveniente reforzar intervenciones preventivas y diseñar estrategias adaptadas a las características de los distintos grupos, prestando atención a las personas que viven solas o en situaciones de vulnerabilidad. Para ello, sería conveniente incorporar sistemas de detección precoz de la soledad no deseada a través de los servicios sociales; priorizando la intervención con personas mayores que están viviendo solas. En este sentido, se han de integrar objetivos de acompañamiento social y apoyo relacional en los servicios de atención a la dependencia. Igualmente, se hace necesario reforzar programas de participación social, envejecimiento activo, y alfabetización digital. Todo ello debe ir acompañado de la continuidad en la investigación sobre la soledad no deseada y la evaluación de las actuaciones implementadas, con el fin de mejorar las políticas existentes y contribuir a una mayor calidad de vida en las personas mayores.

Referencias bibliográficas

- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Data Yanguas J. El reto de la soledad en las personas mayores. Barcelona: Fundación Bancara La Caixa; 2020.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- DiTommaso, E., Brannen, C. y Best, L.A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64, 99-119.
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics* (5th ed.). Sage.
- López, J. y Díaz, M. P (2018). El sentimiento de soledad en la vejez. *Revista internacional de sociología*, 76(1), 85.
- Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada (2024),
- Pons, D., Atienza, F. L., Balaguer, I., & García-Merita, M. L. (2002). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en personas de la tercera edad. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico Evaluación Psicológica*, 13, 71–82.
- Tomczak, M. & Tomczak, E. (2014). The need to report effect size estimates revisited. An overview of some recommended measures of effect size. *Trends in Sport Sciences*, 1(21), 19-25.
- Vázquez, C., Duque, A., y Hervás, G. (2013). Satisfaction with Life Scale in a Representative Sample of Spanish Adults. *Spanish Journal of Psychology*, 16, 1-15. <https://doi.org/10.1017/sjp.2013.82>
- Yarnoz, S., Comino, P., Plazaola, M., Guerra, J. y Biurrun, J. (2006). *Adaptación al castellano de la escala de soledad SESLA-S*. XXIII Congreso Asociación Española de Neuropsiquiatría. Bilbao.
- Yarnoz, 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*, 8 (1), 103-116.

Anexo I

ENCUESTA A PERSONAS MAYORES

Indique el grupo de estudio al que pertenece (se puede marcar más de una casilla).

Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3	Grupo 4
Personas que participan en programas	Personas que no participan en programas	Personas usuarias del Servicio de Ayuda a Domicilio	Personas usuarias del Servicio de Dependencia

En caso de pertenecer al Grupo 4: indique su grado de dependencia

Grado I: Dependencia moderada

Grado II: Dependencia severa

Grado III: Gran dependencia

A continuación, se muestran afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Utilizando la siguiente escala del 1 al 7, indique, por favor, su acuerdo con cada una marcando el número que considere apropiado en cada afirmación.

1	2	3	4	5	6	7
Completamente en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Completamente de acuerdo

	1	2	3	4	5	6	7
1. Me siento sola/o cuando estoy con mi familia							
2. Me siento parte de un grupo de amigas/os							
3. Tengo una pareja con quien comparto mis pensamientos y sentimientos más íntimos							
4. No hay nadie en mi familia con quien pueda contar para que me apoye y estimule, pero me gustaría que lo hubiera							
5. Mis amigas/os comprenden mis motivos y mi forma de razonar							

6. Tengo una pareja que me da todo el apoyo y estímulo que necesito							
7. No tengo amigas/os que compartan mis puntos de vista, pero me gustaría tenerlos							
8. Me siento cercano a mi familia							
9. Puedo contar con mis amigas/os para que me ayuden							
10. Desearía tener una relación romántica más satisfactoria							
11. Me siento parte de mi familia							
12. Mi familia realmente cuida de mí							
13. No tengo ningún amigo/a que me comprenda, pero me gustaría tenerlo							
14. Tengo una pareja sentimental y contribuyo a su felicidad							
15. Tengo la necesidad insatisfecha de una relación romántica íntima							

	1	2	3	4	5	6	7
16. En la mayoría de los aspectos, mi vida es como quiero que sea							
17. Hasta ahora he conseguido de la vida cosas que para mí, considero importantes							
18. Estoy satisfecha/o con la vida							
19. Si pudiera vivir la vida otra vez, la repetiría tal y como ha sido							
20. Las circunstancias de mi vida son buenas							

Para finalizar, le agradecemos conteste a las siguientes cuestiones de carácter general.

Edad:

Género:

Hombre	Mujer
--------	-------

Teléfono:

Distrito municipal:

Nivel educativo:

	Sin estudios
	Estudios primarios sin completar, sabe leer
	Estudios primarios completos / graduado escolar
	Formación profesional
	Bachiller
	Estudios universitarios
	Otros / Especificar:.....

Estado civil

	Soltero/a
	Casado/a
	Viviendo en pareja
	Separado/a
	Divorciado/a
	Viudo/a

Situación de convivencia

	Vive solo/a
	Vive acompañado/a <ul style="list-style-type: none"> - Con cónyuge/pareja - Con cónyuge/pareja más hijos - Con hijo/s - Con otros familiares - Con amigos/as

Nº de hijos/as:

Convive con mascotas:

Sí	No

Tipo de vivienda:

1. Bloque de vecinos	2. Vivienda unifamiliar
----------------------	-------------------------

¿Utiliza los siguientes dispositivos?:

Ordenador		Tablet		Teléfono móvil	
Sí	No	Sí	No	Sí	No



Cátedra de Inclusión Social
UNIVERSIDAD DE MÁLAGA

2026



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA