



REPRESENTACIONES SOCIALES, ESTIGMA, CONCIENCIACIÓN Y RECURSOS PARA ABORDAR LA SOLEDAD. DEL MARCO CONCEPTUAL A LA INTERVENCIÓN

Pili Castro Blanco


Caritas
Bizkaia

 **Deusto**
Universidad de Deusto
Deustuko Unibertsitatea

PUNTO DE PARTIDA: LA EXPERIENCIA DE CÁRITAS BIZKAIA



Más de 30 años de **iniciativas comunitarias con voluntariado orientadas a personas mayores y/o dependientes**

- **ACOMPAÑAMIENTO**

Objetivo: **prevenir y/o aliviar el aislamiento y el sentimiento de soledad** a través de la formación de vínculos personales, significativos y duraderos

Muy pocas bajas por decisión propia

Disminución de las solicitudes en domicilio (no en residencia)

Llegar a la soledad de los domicilios nos resulta cada vez más difícil

- **DINAMIZACIÓN**

Objetivo: Promover la **estimulación y el uso del tiempo libre**, y favorecer el encuentro

BUSCANDO PISTAS



Sensibilización y difusión: dar a conocer y hablar de la experiencia de soledad

Trabajo con otros recursos y entidades: información, coordinación, sinergias...

Diálogo con lo académico: revisión de bibliografía, pequeños estudios, escucha a las personas mayores que participan y observación:

1. Representaciones sociales de la soledad
2. Estigma en torno a la soledad
3. Concienciación
4. Recursos para abordar la soledad

Cambios en nuestra
manera de acercarnos

1. REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA SOLEDAD



Las personas mayores destinatarias

- Concepto muy vinculado a la soledad visible, a la que se recurre para identificar a las personas
- La bibliografía y estudios subrayan la importancia de la CALIDAD percibida de las RELACIONES. **No todas las relaciones son iguales**, ni nos ofrecen el mismo apoyo, ni nos satisfacen en igual medida:
 - Necesidad y complementariedad de diferentes tipos: familia, amistad, vecindario..
 - Aspectos “ocultos” de las relaciones:
 - ✓ afinidad
 - ✓ reciprocidad
 - ✓ confianza
 - ✓ gratuidad
 - ✓ ...

1. REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA SOLEDAD



Las personas mayores destinatarias

- Tipos de soledad:
 - ✓ pérdida de relaciones (*objetiva*)
 - ✓ no tener a quien recurrir o en quien confiar (*emocional*)
 - ✓ no sentirse en sintonía (*sintónica*)
- El riesgo de los “perfiles de riesgo” **basados en características sociodemográficas**: soledad “justificada” e “injustificada”

NECESIDAD DE AMPLIAR LA MIRADA HACIA LA SOLEDAD e incluir también la sentida y a veces “acompañada” en las estrategias de intervención

2. EL ESTIGMA DE LA SOLEDAD DE LAS PERSONAS MAYORES



Limita la expresión y reconocimiento de la soledad

- La soledad:
 - se vive como un indicador de fracaso social (Tiikkainen y Heikkinen, 2005)
 - ✓ Miedo a ser peor valorado por el entorno (McInnis y White, 2001)
 - ✓ Miedo a expresarla por ser visto como una carga y un fracaso para los familiares y allegados (Bell y Menec, 2015; Hauge y Kirkevold, 2012; Miller et al., 2016)
 - La soledad se tiende a atribuir al comportamiento o forma de ser de la persona mayor (Hauge & Kirkevold, 2010):
 - ✓ Genera vergüenza y culpa


En definitiva, la soledad genera MIEDO A SER JUZGADO/A NEGATIVAMENTE

(la persona o su familia) (Barbosa et al., 2019; Barreto et al., 2022; Shiovitz-Ezra & Ayalon, 2012)

2. EL ESTIGMA DE LA SOLEDAD DE LAS PERSONAS MAYORES



Limita la expresión y reconocimiento de la soledad

- La soledad:
 - se vive como un indicador de **fracaso** social
 - se tiende a atribuir al **comportamiento** o forma de ser de la persona mayor
- 
- Las personas mayores:
 - Justifican su soledad
 - Expresan poco la soledad sentida. Sancho et al. (2020):
 - ✓ soledad declarada: 5,5%
 - ✓ soledad privada: 29,5%
 - Afecta a la hora de detectar y evaluar.

2. EL ESTIGMA DE LA SOLEDAD DE LAS PERSONAS MAYORES (2)



Influye en la participación en los recursos

- **Lenguaje e imágenes** sobre la soledad:

- Los términos (“epidemia”) e imágenes extremas amenazan la identidad y dificultan la petición de ayuda:
 - ✓ *“lo mío no es para tanto”,*
 - ✓ *“otros necesitarán más que yo”*
- Reconocer que la soledad es una experiencia habitual, normal... un dolor.



- La importancia de la denominación de los proyectos, de la publicidad (Dare et al., 2018; MaloneBeach y Langeland, 2011) : “Tiempos compartidos”, “lugares de encuentro”...

3. TOMAR CONCIENCIA



Pedir ayuda no es fácil

- **Implica aceptar** la “debilidad”, la necesidad, la vulnerabilidad...
 - Puede amenazar la propia identidad, sentirse devaluado (Miller et al., 2016)
 - El mayor miedo de muchas personas mayores es la dependencia (Adams-Prince y Ralston, 2018); no se pide ayuda para no perder la autonomía (Goll et al. 2015)
 - Las personas se sienten mejor cuando pueden corresponder al apoyo recibido (Bell y Menec, 2015; Soulières & Charpentier, 2022)

Favorecer las intervenciones de ayuda recíproca

3. TOMAR CONCIENCIA (2)



Pedir ayuda no es fácil

- **Hay cosas que dan más miedo la soledad**
 - Que se metan en mi vida y me la cambien
 - Que me juzguen negativamente
 - Miedo a no saber (actividades, relaciones...) (Dare et al., 2018)
 - Miedo a que no me acepten (Goll et al., 2015)
 - A lo desconocido
 - ...

Posible		Real
50.69%	Hacer cosas para estar con otras personas	17.19%
30.85%	Ocuparse y distraerse	67.59%
10.24%	Mejorar las relaciones	0.15%
5.68%	Cambiar la actitud, forma de pensar o de comportarse ante la soledad	2.13%
0.77%	Otros: llorar, dormir...	12.33%

(Castro, 2016)

3. TOMAR CONCIENCIA (3)



Aspectos que ayudan a participar en recursos

- **Recomendación de personas significativas**, al menos en otros ámbitos (Coley et al, 2021, Lin et al., 2012)
- **Acompañar mejor que “derivar”**
- **Ofrecer actividad**, mejor conocida
- **Compromiso inicial pequeño**
- **Acoger de manera muy personalizada**

Necesitamos profundizar en los factores que facilitan/dificultan la participación en las iniciativas

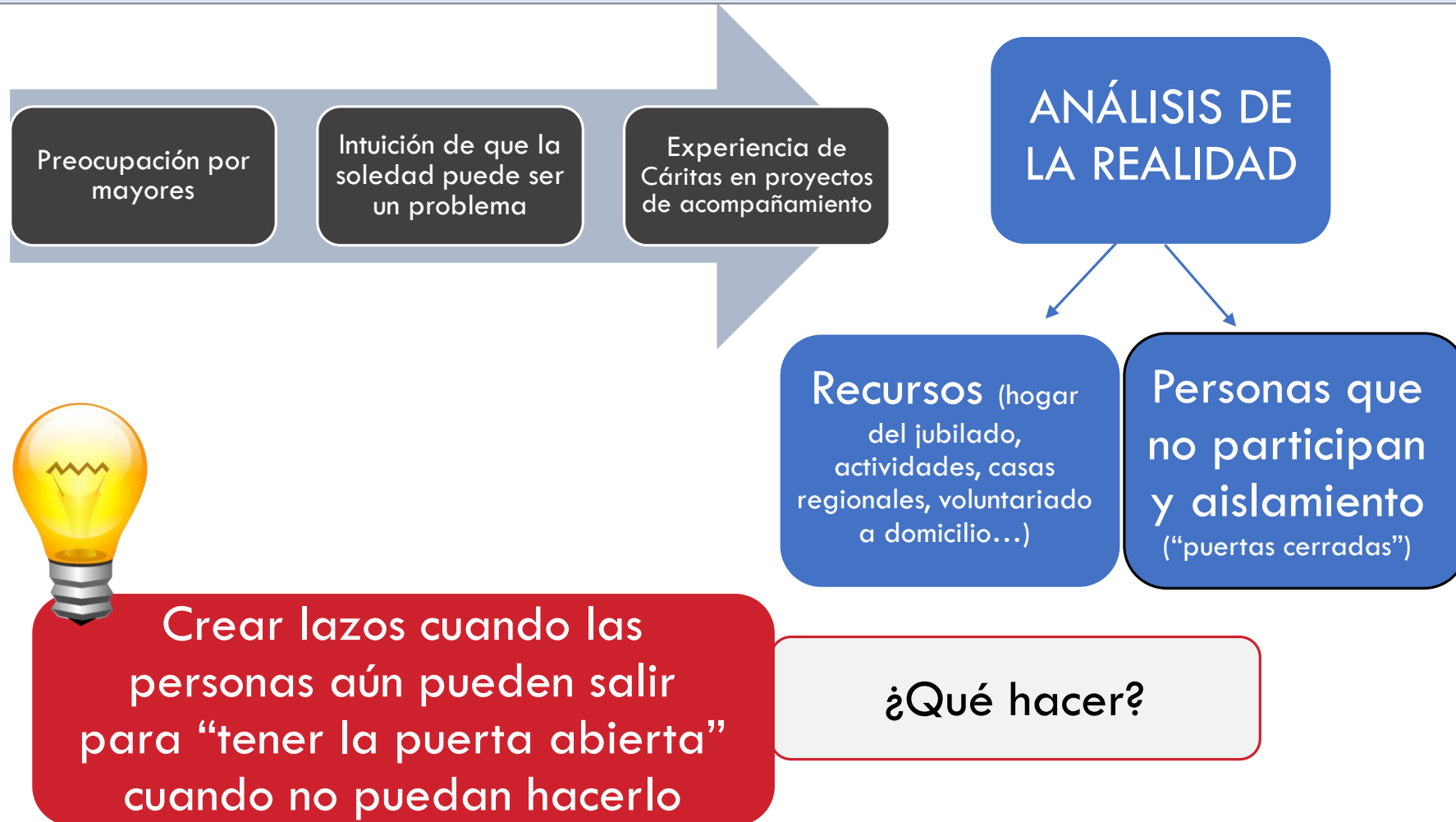
3. TOMAR CONCIENCIA ⁽⁵⁾

La necesidad de la ciudadanía

- Los contextos afectan a las relaciones y la soledad **no es un problema individual**. Vivimos de formas que **nos** generan soledad.
- **Incluir la mirada comunitaria**
 - Promover las relaciones de cercanía, lo natural...
 - Contar con lo comunitario ayuda a que las intervenciones perduren...
- **Trabajar contra la soledad es componer un puzzle** en el que todos somos necesarios: administración, organizaciones y ciudadanía

4. ABORDAR LA SOLEDAD. UN EJEMPLO (1)

EL PROYECTO BIZI-BETE DE CARITAS BIZKAIA

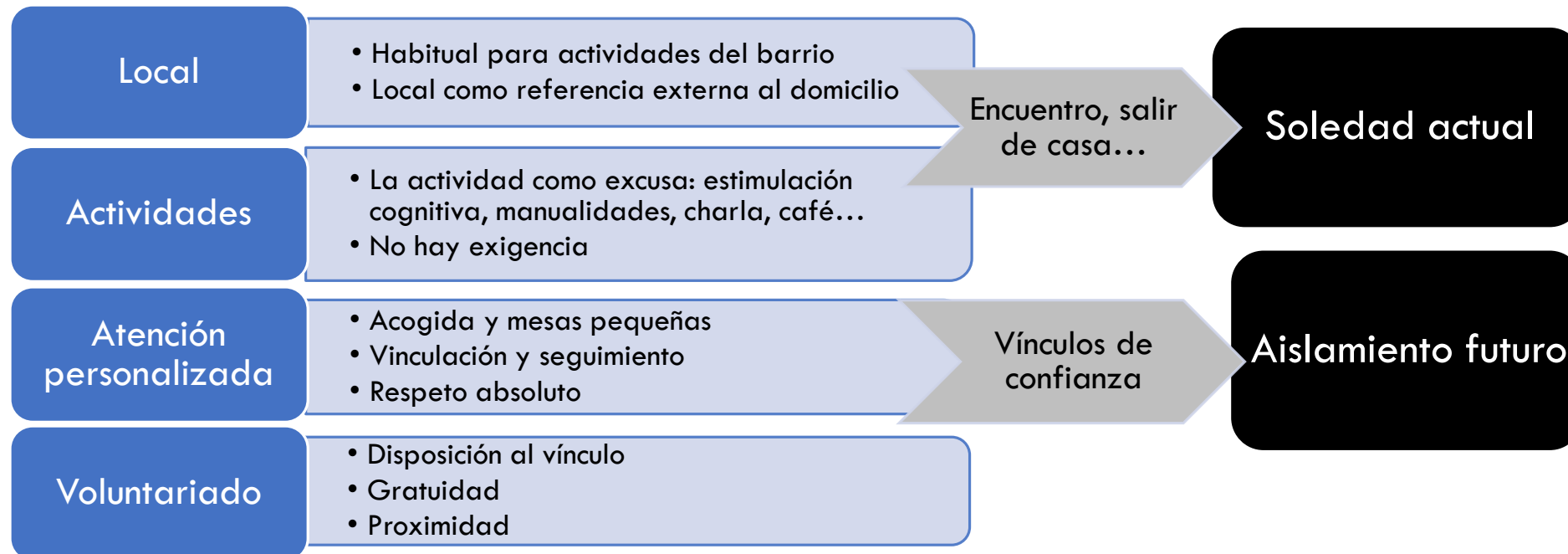


4. ABORDAR LA SOLEDAD. UN EJEMPLO (2)

EL PROYECTO BIZI-BETE DE CARITAS BIZKAIA



Proyecto que se desarrolla en un LOCAL en el que se llevan a cabo **ACTIVIDADES** con personas mayores, caracterizado por la acogida y la **ATENCIÓN PERSONALIZADA** ofrecidas por **PERSONAS VOLUNTARIAS**



4. ABORDAR LA SOLEDAD. UN EJEMPLO (3)

EL PROYECTO BIZI-BETE DE CARITAS BIZKAIA

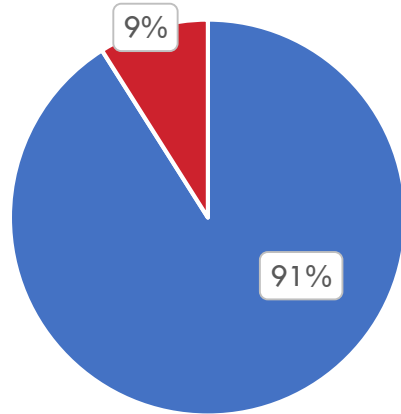


4. ABORDAR LA SOLEDAD. UN EJEMPLO (4)

EL PROYECTO BIZI-BETE DE CARITAS BIZKAIA

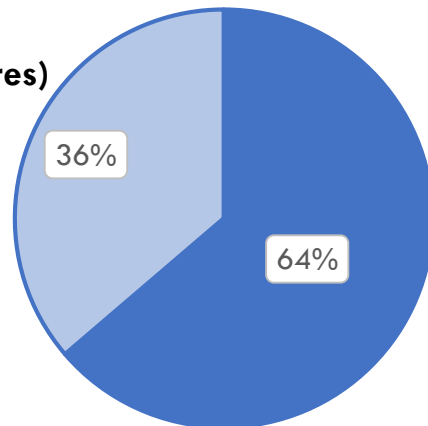


Sexo



■ Mujeres ■ Hombres

Con quién viven (mujeres)

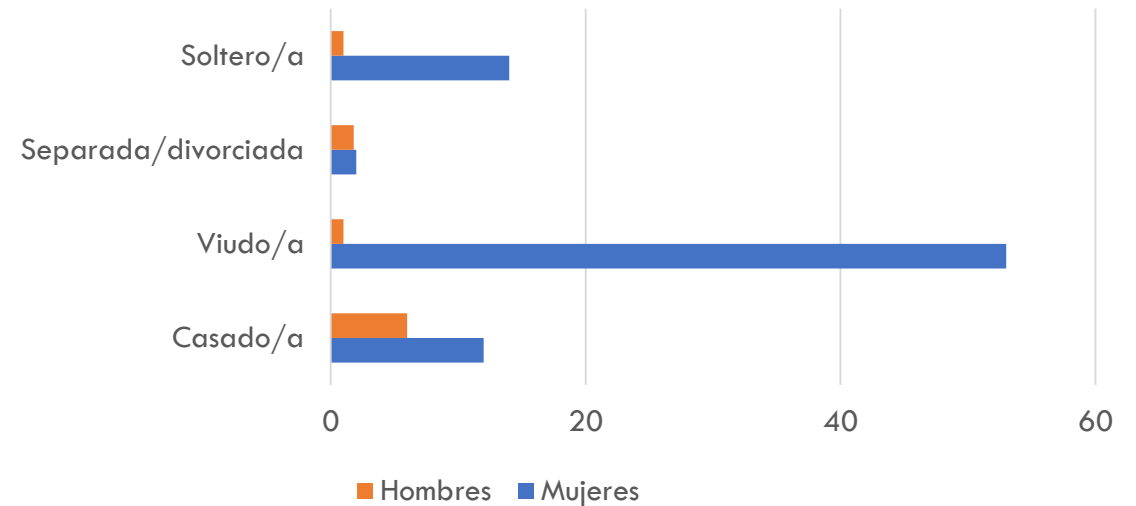


■ Viven solas ■ Viven acompañadas

Edad

Media		Rango	
82,1	83,9	58-95	83-85

Estado civil



■ Hombres ■ Mujeres

4. ABORDAR LA SOLEDAD. UN EJEMPLO (5)

EL PROYECTO BIZI-BETE DE CARITAS BIZKAIA



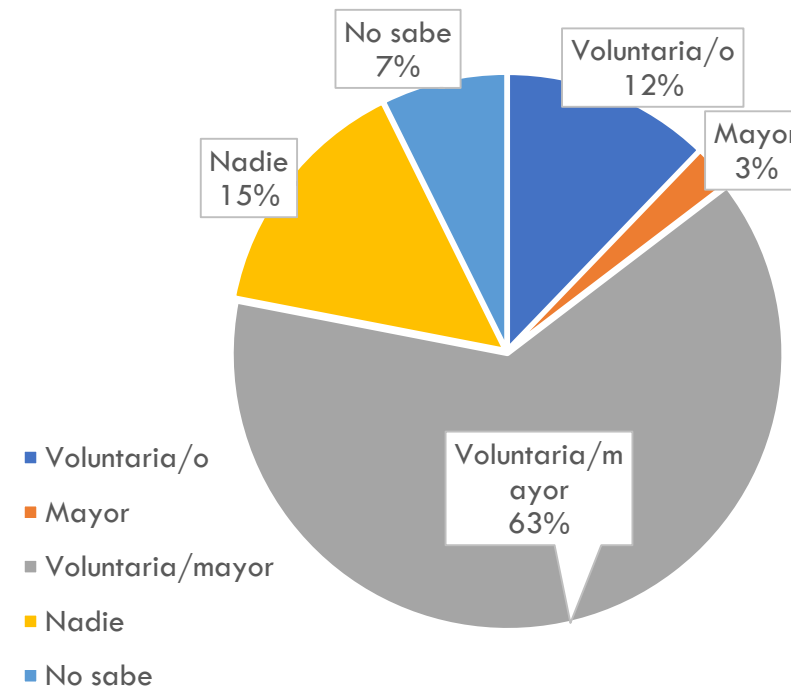
Alta satisfacción de las personas participantes

Entrevistas de evaluación



Actividad
Relación

Si tuvieras un problema o dificultad ¿se lo contarías a alguien de Bizi-Bete?



4. ABORDAR LA SOLEDAD. UN EJEMPLO (6)

EL PROYECTO BIZI-BETE DE CARITAS BIZKAIA



Resultados: Generación de vínculos

Relaciones de confianza

Apoyo en situaciones de dificultad
Acompañamiento tras dejar el proyecto
Apoyo en el ejercicio de derechos

Relaciones de amistad

Encuentros fuera de la actividad
Llamadas

Acceso a relaciones
diferentes de las familiares
(TFM)

Mantenimiento de la relaciones incluso
tras salida de Bizi-Bete

Sentimiento de pertenencia

"Soy de Bizi-Bete"
"Somos como una familia"

Reforzado durante la
pandemia

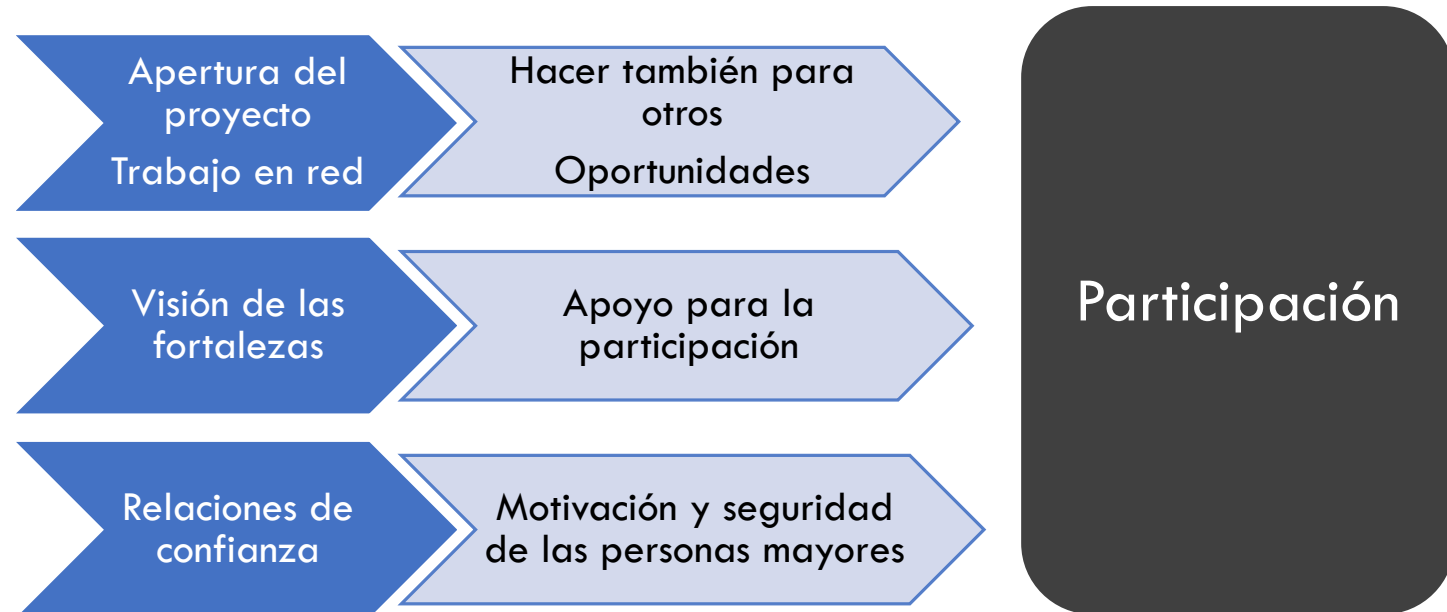
Expresiones de menor sensación de
soledad

4. ABORDAR LA SOLEDAD. UN EJEMPLO (7)

EL PROYECTO BIZI-BETE DE CARITAS BIZKAIA



Participación de las personas mayores en el barrio



4. ABORDAR LA SOLEDAD. UN EJEMPLO (8)

EL PROYECTO BIZI-BETE DE CARITAS BIZKAIA



Participación de las personas mayores en el barrio



4. ABORDAR LA SOLEDAD. UN EJEMPLO (9)

EL PROYECTO BIZI-BETE DE CARITAS BIZKAIA



BIZI-BETE, un proyecto pensado para prevenir y aliviar la soledad, se ha convertido no solo en una plataforma de encuentro y ayuda mutua, sino también de participación social de las personas mayores.

Atractivo

- No estigmatiza a las personas que se sienten solas

Comunitario

- Las personas mayores también son parte del barrio
- Quienes lo llevan a cabo son personas voluntarias del barrio, organizadas.

Significativo

- Genera vínculos significativos y bienestar

Preventivo y de intervención

- Cambia la mirada hacia las personas mayores
- Aprovecha el potencial de los vínculos para promover otras relaciones y participación

Menos soledad y más participación



**DETECCIÓN Y ABORDAJE DE LA SOLEDAD NO DESEADA
EN LAS PERSONAS MAYORES
Y EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA**

23, 24 Y 25 DE OCTUBRE DE 2023

 GOBIERNO DE ESPAÑA
 MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENDA 2030
 SECRETARÍA DE ESTADO DE DERECHOS SOCIALES
 U23

¡GRACIAS!

pili.castro@deusto.es

pcastro@caritasbi.org


Caritas
Bizkaia

 **Deusto**
Universidad de Deusto
Deustuko Unibertsitatea