



7

SOCIABILIDAD, AISLAMIENTO Y SOLEDAD

El aislamiento social se refiere a la ausencia o insuficiencia de lazos familiares y de amistades o vecinos, tanto por falta de contacto, como por falta de alguien cercano o alguien que pueda brindar algún apoyo. El sentimiento de soledad se trata de una experiencia más subjetiva, de sentirse solo, excluido o alejado de otras personas.

Los datos de la Encuesta indican un aumento del sentimiento de la soledad de las personas mayores, sin embargo, se ha mantenido el riesgo de aislamiento social.

Quienes tienen un menor nivel educacional, los mayores de 80 años, quienes tienen peor percepción de salud y las mujeres, tienen mayor riesgo de aislamiento social y mayor sentimiento de soledad.

En este contexto, surge la pregunta por los factores predictores del aumento de soledad en las personas mayores, encontrándose que las personas que no tienen pareja y que viven solas tienen mayor sentimiento de soledad. Además, las personas que perciben disfunción familiar, baja percepción de disposición de apoyo social e insatisfacción de necesidades de afecto y cariño, tienen mayor soledad.

Las mascotas aparecen como protectores contra los riesgos de aislamiento y soledad, y también contribuyendo a una mayor sensación de bienestar.



M. Soledad
Herrera P.

Académica Instituto de Sociología.
Directora del Centro UC Estudios de Vejez
y Envejecimiento Pontificia Universidad
Católica de Chile

COMENTARIO

La pandemia Covid-19 visualizó más que nunca los problemas de aislamiento y soledad de las personas mayores, sobre todo en el contexto de los confinamientos obligatorios que tuvo específicamente este grupo etario en Chile.

En un estudio de seguimiento de la V Encuesta de Calidad de Vida en la Vejez UC-Caja Los Andes realizado durante la pandemia (Herrera y otros, 2021a, 2021b), se observó que, contrariamente a lo esperado, el riesgo de aislamiento disminuyó. Sin embargo, el sentimiento de soledad aumentó, lo que podría estar explicándose por la calidad de los vínculos que se establecieron en la pandemia, donde aumentó el uso de celular y los contactos a distancia.

Los resultados de esta VI versión de la Encuesta 2022 indican que el riesgo de aislamiento se mantuvo, pero el sentimiento de soledad ha aumentado. Esto se da en un contexto de alta diferenciación socioeconómica, donde nuevamente el nivel educacional de las personas se asocia no solo con el acceso a oportunidades económicas, sino que también atraviesa casi todos los indicadores de calidad de vida. Es así como, a menor nivel educacional se observa un mayor riesgo de aislamiento social y mayor soledad. Sin embargo, el aumento del nivel educacional de las nuevas generaciones que están entrando a la etapa de vejez no ha protegido contra el aumento de la soledad, por lo que hay que buscar explicaciones en otros cambios que han estado ocurriendo en la sociedad chilena.

A lo largo de este libro, se ha podido observar una recuperación de varios de los indicadores de calidad de vida a niveles pre-pandemia Covid-19 y/o pre-estallido social de octubre de 2019. Sin embargo, hay algunos indicadores sobre los vínculos sociales

que han empeorado con el tiempo, donde hay contradicciones entre las percepciones de calidad de los vínculos con otros datos más objetivos. Por ejemplo, hay una menor percepción de disponibilidad de apoyo social, en un contexto de mantención e incluso de aumento de intercambios de ayudas informales; hay una menor percepción de obligación de cuidado de nietos en un contexto de mantención del porcentaje de abuelos/as que cuida nietos.

Hay una mantención de la tasa de participación social respecto del año 2019, lo que podría estar explicando la mantención de los niveles de aislamiento social que incluyen indicadores tanto de redes familiares como de amistades o vecinos.

No obstante, hay una peor percepción del clima familiar y una percepción de mayor insatisfacción en las necesidades de afecto y cariño, concomitantemente con un aumento de las personas mayores sin parejas y/o que viven solas. Si bien Chile tiene aún una baja tasa de hogares unipersonales en la vejez, ha estado ocurriendo una leve alza de personas viviendo solas, lo que, según hemos visto en esta Encuesta, podría estar asociado a transformaciones en las relaciones familiares.

Los modelos multivariados que se presentan en este apartado apoyan la hipótesis de que los cambios en las relaciones familiares pueden estar teniendo un impacto en el aumento de los sentimientos de soledad de las personas mayores. En general, se observa un empeoramiento de la calidad de los lazos familiares, y menores expectativas de poder contar con la familia, especialmente los hijos, de modo que cuando no se tiene pareja, los sentimientos de soledad aumentan aún más.

Un resultado algo inesperado es que la sensación

de soledad depende más de la percepción de calidad de los lazos familiares que de las características objetivas de la red.

Los resultados de este capítulo nos sugieren que podría haber una percepción de la familia como altamente tensionada, por las múltiples actividades en que están los hijos, el trabajo, cuidados y otros. También de parte de las propias personas mayores, se observa una altísima preocupación por la dependencia, lo que puede ser más tensionante si se cuenta menos con la familia que antes.

Preocupa entonces la situación actual de las familias y como ellas podrán brindar cuidado y apoyo a una generación de mayores que va a vivir más años y, por ende, con el aumento de la edad tendrá mayor riesgo de dependencia.



Fuente: shutterstock.com



Fuente: shutterstock.com



Fuente: shutterstock.com

7

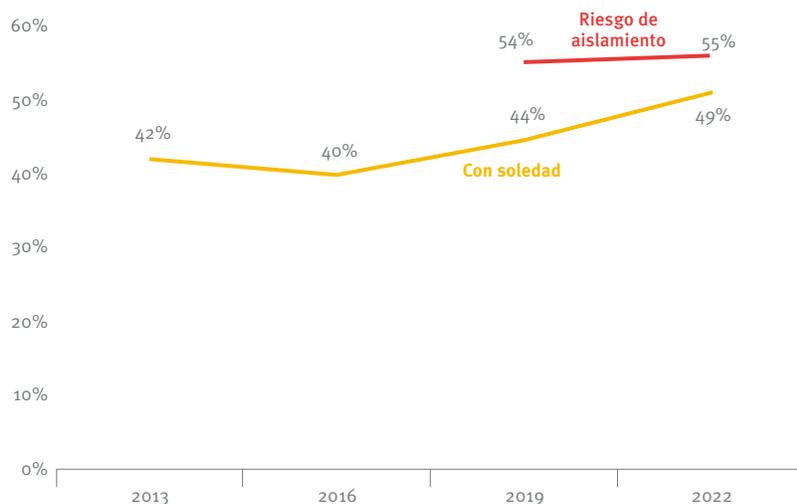
1. Soledad y aislamiento
2. Factores predictores de sentimiento de soledad
3. Otros factores:
Tenencia de mascotas

1. Soledad y aislamiento

Presencia de riesgo de aislamiento social y de sensación de soledad, por año

(Total Muestra 2013-2022)

— % Con sentimiento de soledad (Escala UCLA)
 — % Con riesgo de aislamiento social (Escala Lubben)

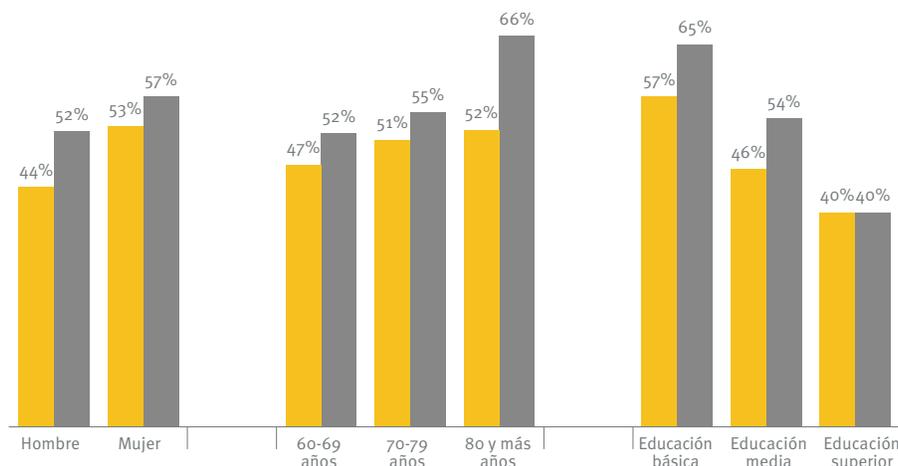


Nota: las diferencias en soledad son estadísticamente significativas a $p < 0.05$. La diferencia en aislamiento social entre 2019 y 2022 no es estadísticamente significativa.

Escala de aislamiento: Social Lubben Network Scale, compuesta de 6 ítems sumativos, con rango de 0 (mayor) a 30 (menor). Punto de corte en ≤ 12 puntos sugieren alto riesgo de aislamiento social de amigos/as y familiares (Lubben & Gironde, 2003). Escala de soledad: Escala UCLA de 3 ítems (Hughes y otros, 2004), con rango de 0 a 6. Se usa punto de corte en ≥ 2 para clasificación de soledad de acuerdo con Perissinotto y otros (2019).

Presencia de riesgo de aislamiento social y de sensación de soledad (Total Muestra 2022, según género, edad y nivel educacional)

■ % Con soledad (Escala UCLA)
 ■ % Alto riesgo de aislamiento social (Escala Lubben)



Nota: las diferencias por género, edad y nivel educacional son estadísticamente significativas.

► El aislamiento social se refiere a la falta de contactos sociales provenientes de familiares y amigos o vecinos.

La soledad es una experiencia subjetiva, de sentirse solo/a.

Mientras la sensación de soledad aumentó entre 2016 y 2022, el riesgo de aislamiento social se mantuvo.

► Las mujeres presentan más soledad y alto riesgo de aislamiento social en comparación con los hombres.

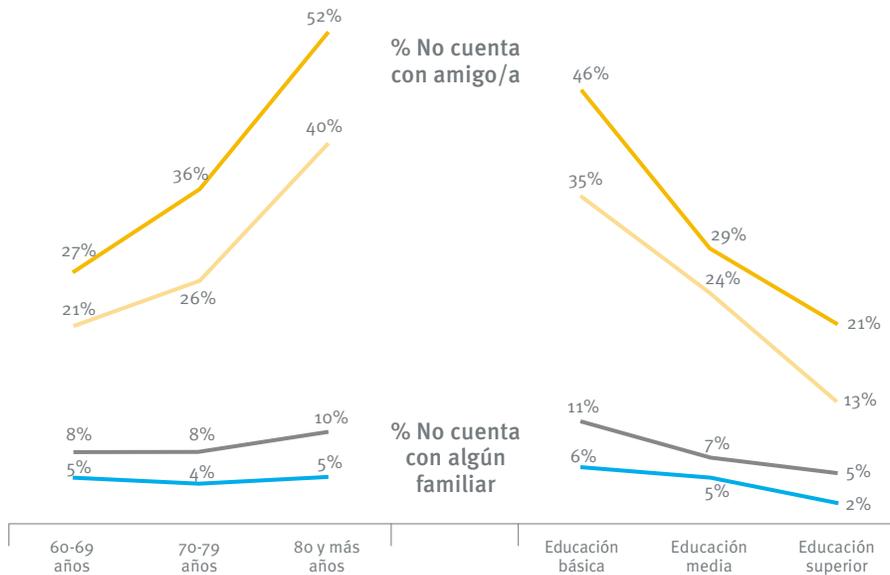
Los mayores de 80 años son quienes presentan más riesgo de aislamiento social en comparación con las personas mayores de menos edad.

A menor educación, más soledad y alto riesgo de aislamiento social.

Porcentaje de personas mayores con ausencia de familiares y/o amigos en la red social, según edad y nivel educacional

(Total Muestra 2022, según edad y nivel educacional)
Expresado en %

- Con NINGÚN/A AMIGO/A se siente suficientemente cercano para llamar cuando necesita ayuda
- Con NINGÚN/A AMIGO/A se encuentra o tiene noticias por lo menos una vez al mes
- Con NINGÚN FAMILIAR se siente suficientemente cercano para llamar cuando necesita ayuda
- Con NINGÚN FAMILIAR se encuentra o tiene noticias por lo menos una vez al mes



Nota: diferencias son estadísticamente significativas para edad y nivel educacional (p<0,05).

► De modo general, existe más ausencia de amigos que de familiares. Mientras un 21% de quienes tienen educación superior señala no tener ningún amigo cercano a quien llamar, este porcentaje sube a un 46% entre quienes tienen solo educación básica. A mayor edad se presenta mayor ausencia de amigos y familiares.

2. Factores predictores de sentimiento de soledad

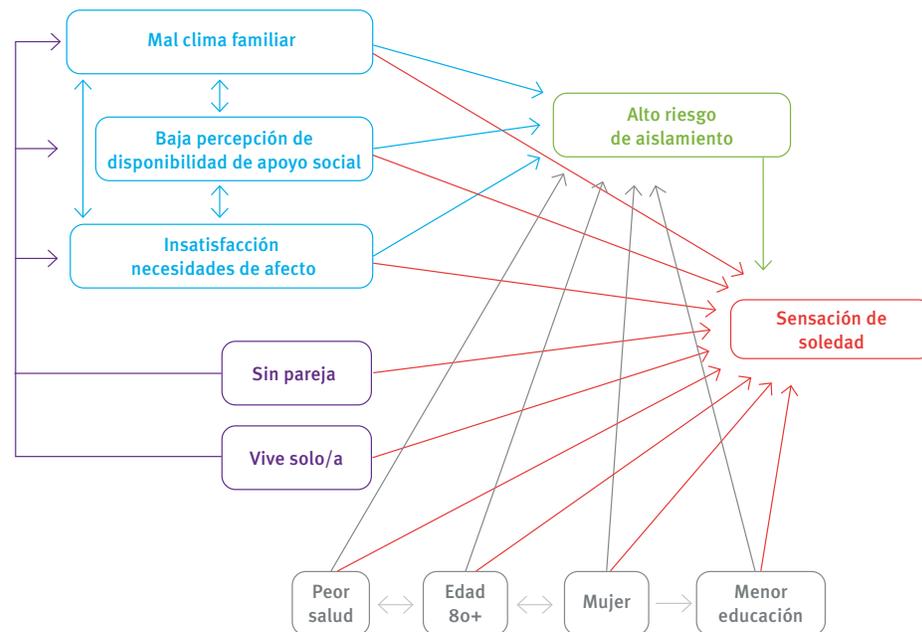
¿Qué factores podrían explicar el aumento de la sensación de soledad en las personas mayores?

La respuesta se busca en algunas de las variables que han tenido cambios en estos años:

- Disminución de las personas mayores que tienen una relación de pareja
- Aumento de personas mayores viviendo solas

- Empeoramiento del clima familiar
- Disminución de la percepción de apoyo social
- En el grupo de personas mayores que presentan insatisfechas sus necesidades de afecto y cariño
Controlando por las variables socio-demográficas y de salud, el modelo hipotético a contrastar es el siguiente:

Modelo de hipótesis sobre los factores predictores de aislamiento y soledad



Para la construcción de este modelo hipotético, se calculan modelos de regresión múltiple, que dan los siguientes resultados:

En los últimos años ha empeorado la percepción de funcionamiento (clima) familiar, hay una menor percepción de disponibilidad de apoyo familiar y mayor percepción de insatisfacción de las necesidades de afecto y cariño. También ha habido un aumento de personas sin pareja y viviendo solas, lo que se asocia con menor percepción de satisfacción de necesidades de afecto y cariño.

Al analizar de manera transversal los datos de la Encuesta Calidad de Vida en la Vejez UC-Caja Los Andes 2022, se observa que:

La percepción de disfunción familiar se asocia con mayor riesgo de aislamiento social y mayor soledad.

La baja percepción de apoyo social se asocia con mayor riesgo de aislamiento y sensación de soledad.

La insatisfacción de necesidades de afecto y cariño se asocia con mayor sensación de soledad, pero no con aislamiento.

Las personas sin pareja presentan más insatisfacción en sus necesidades de afecto y cariño, y más sensación de soledad.

Las personas mayores que viven solas tienen mayor insatisfacción de las necesidades de afecto y cariño y peor percepción de clima familiar, lo que indirectamente estaría explicando un mayor sentimiento de soledad.

Respecto de las variables sociodemográficas, cabe destacar lo siguiente:

Tener mayor presencia de enfermedades se asocia tanto con mayor riesgo de aislamiento social como con mayor sentimiento de soledad.

La edad en sí misma no aumenta las probabilidades de aislamiento o soledad, sino que lo hace en la medida en que esta se relaciona con un aumento en las probabilidades de empeorar la salud. Es decir, las personas mayores de más edad que declaran tener

mala salud tienen un mayor riesgo de aislamiento social y sentimiento de soledad.

A menor nivel educacional aumenta tanto el riesgo de aislamiento social como el sentimiento de soledad.

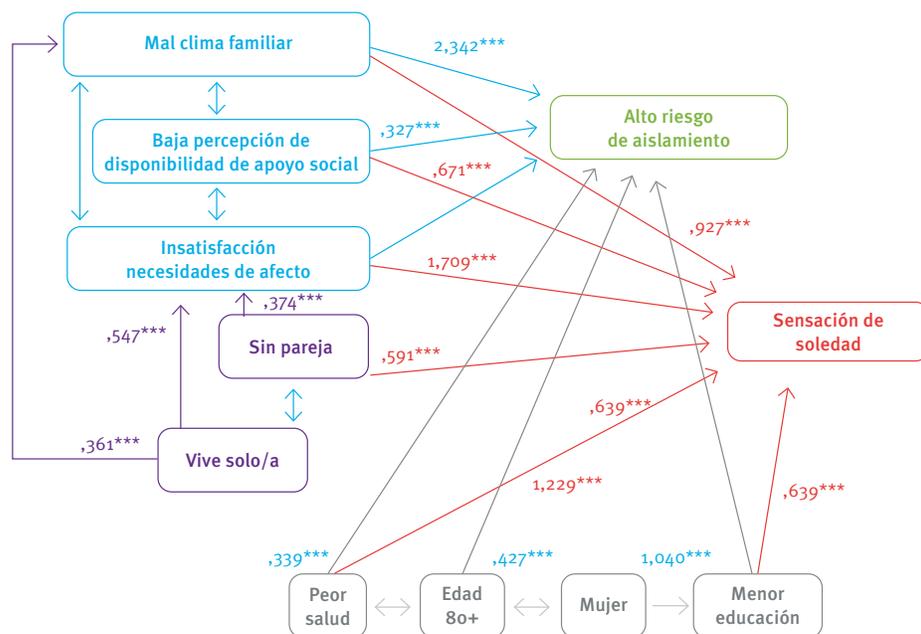
El género por sí mismo tampoco aumenta las probabilidades de aislamiento o soledad, sino que ocurre en cuanto se relaciona con otras variables: - Las mujeres viven más sin pareja que los hombres, lo que está muy asociado con mayor sentimiento de soledad, aunque no de aislamiento social.

Las mujeres tienen mayor esperanza de vida, pero muchas veces asociado a peores condiciones de salud, lo que se asocia con mayores sentimientos de soledad.

Las mujeres que hoy están en su etapa de vejez tienen comparativamente menor nivel educacional que los hombres de la misma edad, lo que está asociado con mayor sentimiento de soledad.

Resultados modelo de factores predictores de aislamiento y soledad

(coeficientes Beta de regresiones logísticas binarias)



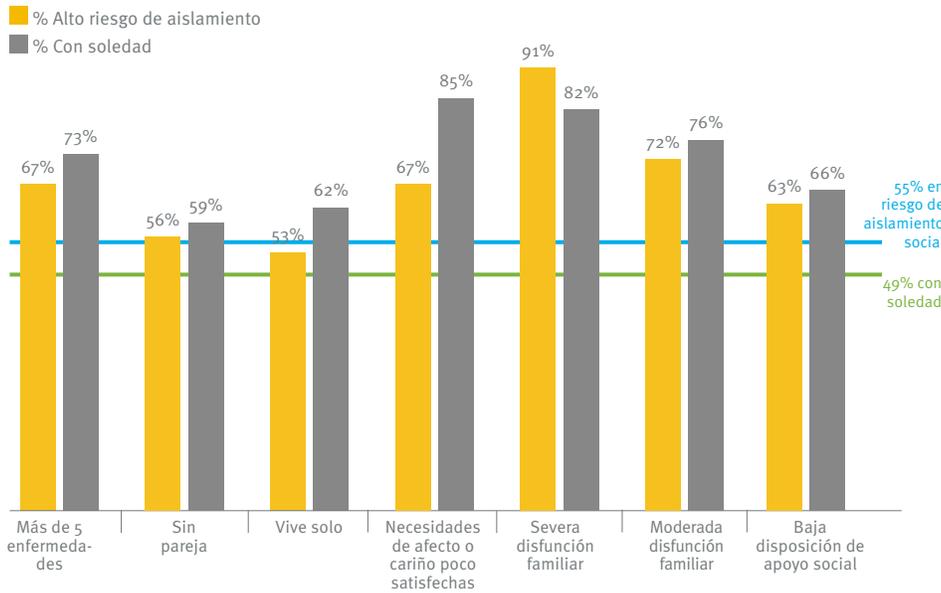
*** p<0,01; ** p<0,05; * p<0,10

Nota: se calcularon modelos de regresión logística sobre: "alto riesgo de aislamiento vs. no alto"; "con soledad vs. sin soledad"; "moderada/alta disfunción (clima) familiar vs. buen funcionamiento familiar"; "baja disponibilidad de apoyo social vs. alta"; "necesidades de afecto y cariño insatisfechas vs. satisfechas".

Para simplificar el gráfico, en el caso de variables categóricas con tres valores, solo se colocan los coeficientes de las categorías extremas, comparando: alta disfunción familiar con buena función; peor salud entendida como más de 5 enfermedades en comparación con 0 a 2 enfermedades; edad 80+ en comparación con 60-69 años; educación básica en comparación con educación superior,

Características de personas mayores que presentan mayor riesgo de aislamiento social y mayor sensación de soledad

(Total Muestra 2022)



Diferencias son estadísticamente significativas para edad y nivel educacional (p<0,05).
No hay diferencias estadísticamente significativas por género.

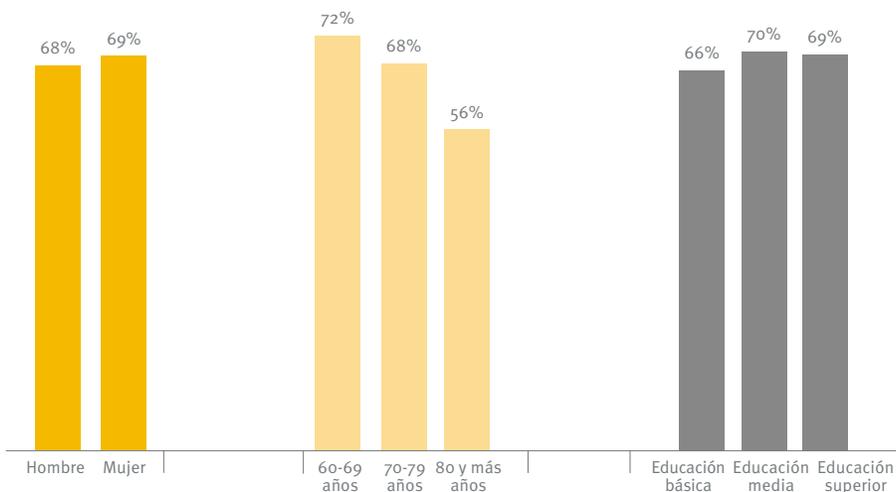
Presentan más probabilidades de riesgo de aislamiento y sensación de soledad: quienes viven solos y/o no tienen pareja, quienes tienen menor nivel educativo, las mujeres, los mayores de 80 años, quienes perciben un mal clima familiar, quienes una tienen percepción de baja disponibilidad de apoyo social, quienes manifiestan tener sus necesidades de afecto y cariño poco satisfechas y quienes auto reportan tener peor salud.

3. Otros factores: tenencia de mascotas

¿Tiene alguna mascota?

(Total Muestra 2022, según género, edad y nivel educacional)

% Sí

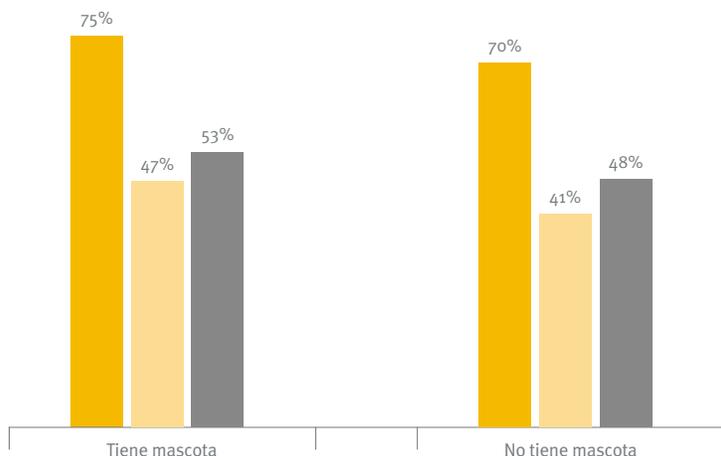


Nota: solo hay diferencias estadísticamente significativas por edad.

Bienestar subjetivo, riesgo de aislamiento y sensación de soledad, según tenencia de mascota

(Total Muestra 2022)

■ % (Muy) Satisfecho (a) con su vida
 ■ % Sin aislamiento
 ■ % Sin soledad



Nota: diferencias son estadísticamente significativas (p<0,05).

► El 69% de las personas mayores tiene una mascota.
 Un 72% de quienes tienen entre 60 y 69 años tienen una mascota.
 No hay diferencias significativas por género ni nivel educacional.

► La tenencia de mascotas se asocia con mayor satisfacción vital, menor aislamiento social y menor sentimiento de soledad.