

# La soledad en los mayores

---

## Una alternativa de medición a través de la escala Este

Este estudio ha sido llevado a cabo por la Universidad de Granada, contando con el apoyo del Imsero a través del contrato de investigación firmado en el 2009 sobre "Creación y aplicación de una escala de Soledad Social en mayores de zonas rurales y urbanas".

### **Dirección: Dra. Ramona Rubio Herrera**

Catedrática Universidad de Granada. Directora Gabinete de Calidad de Vida y envejecimiento.

rrubioh@ugr.es UNIVERSIDAD DE GRANADA

### **Coordinación y análisis de resultados**

- Lda. Mercedes Pinel Zafra. Becaria Máster de Gerontología Social
- Lda. Laura Rubio Rubio. Becaria Máster de Gerontología Social

## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN</b>	<b>3</b>
<b>2. ¿QUÉ ES LA SOLEDAD?</b>	<b>4</b>
<b>3. DE LA SOLEDAD OBJETIVA A LA PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE LA SOLEDAD</b>	<b>5</b>
<b>4. DISTINTOS TIPOS DE SOLEDAD</b>	<b>6</b>
<b>5. LA ESCALA ESTE 1999 Y SU REVISIÓN DEL 2009</b>	<b>7</b>
<b>6. ALGUNOS RESULTADOS OBTENIDOS EN GRANADA</b>	<b>10</b>
<b>7. CONCLUSIÓN</b>	<b>12</b>
<b>8. BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>13</b>
<b>9. ANEXOS</b>	<b>15</b>

## 1. INTRODUCCIÓN

La población total de España es de 45.200.737 habitantes a 1 de enero de 2007, según el Instituto Nacional de Estadística (INE). En 2006 encontramos que de la población total de España, las personas mayores de 65 años suponen un 16'6% de la población frente a un 20'35% de menos de 30 años. Por lo que en España tenemos 7.332.267 personas mayores, un 0'4% menos que la cifra de 2004 debido al incremento de la población joven y adulta por inmigración. Se prevé que en unos años la cifra de mayores aumente desorbitadamente, al llegar a mayores de 65 los hijos nacidos durante la época del *baby-boom*. A partir de estos datos el INE calcula que la población de mayores en 2050 será de 16.387.874 personas, un 30'8% de la población.

Evolución de la población mayor, 1900-2050

Años	Total España	65 y más años		65-79 años		80 y más años	
	Absoluto	Absoluto	%	Absoluto	%	Absoluto	%
1900	18.618.086	967.754	5,2	852.389	4,6	115.365	0,6
1910	19.995.686	1.105.569	5,5	972.954	4,9	132.615	0,7
1920	21.389.842	1.216.693	5,7	1.073.679	5,0	143.014	0,7
1930	23.677.794	1.440.739	6,1	1.263.626	5,3	177.113	0,7
1940	26.015.907	1.699.860	6,5	1.475.702	5,7	224.158	0,9
1950	27.976.755	2.022.523	7,2	1.750.045	6,3	272.478	1,0
1960	30.528.539	2.505.165	8,2	2.136.190	7,0	368.975	1,2
1970	34.040.989	3.290.800	9,7	2.767.061	8,1	523.739	1,5
1981	37.683.363	4.236.724	11,2	3.511.593	9,3	725.131	1,9
1991	38.872.268	5.370.252	13,8	4.222.384	10,9	1.147.868	3,0
2001	41.116.842	7.037.553	17,1	5.404.513	13,1	1.633.040	4,0
2005	44.108.530	7.332.267	16,6	5.429.048	12,3	1.903.219	4,3
2010	45.311.954	7.785.480	17,2	5.490.621	12,1	2.294.859	5,1
2020	48.664.658	9.345.955	19,2	6.338.532	13,0	3.007.423	6,2
2030	50.878.142	11.684.570	23,0	8.025.109	15,8	3.659.461	7,2
2040	52.540.936	14.569.813	27,7	9.886.602	18,8	4.683.211	8,9
2050	53.159.991	16.387.874	30,8	10.464.874	19,7	5.923.000	11,1

(Informe 2006, IMSERSO)

El número de personas que hay viviendo en soledad ha estado en discusión. La Encuesta de Soledad, 1998 (CIS-IMSERSO) la sitúa en el 14'2% de los mayores, valor algo bajo según otras fuentes. Aunque los datos del Censo de Población de 2001 nos dicen que 1.358.937 personas mayores viven en soledad; 1.043.471 son mujeres y 315.466 varones.

Por tanto, el 19'5% de las personas mayores viven en soledad, una de cada cuatro. Esta cifra encierra una realidad más cruda: un 25'9% de las mujeres de edad viven solas y sólo un 10'8% de los varones. Cabe destacar que en el resto de las edades (16-64 años) la proporción de soledad es muy baja y sólo son 1.517.635, con la característica de que hay más varones que mujeres en situación de soledad (865.329 y 652.306, respectivamente).

## Soledad, 2001

	Personas	% en soledad
Población total	40.595.861	
Personas en soledad	2.876.572	100
Una mujer de 16 a 64 años	652.306	22,7
Un hombre de 16 a 64 años	865.329	30,1
Una mujer de 65 o más años	1.043.471	36,3
Un hombre de 65 o más años	315.466	11,0
65+ en soledad	1.358.937	47,2
	<b>Personas</b>	<b>% en soledad</b>
Población 65+	6.958.516	19,5
Varones	2.930.563	10,8
Mujeres	4.027.953	25,9

INE. INEBASE: Censos de Población y Vivienda, 2001.

Las mujeres mayores presentan más riesgo de soledad que permanecerá en el tiempo, frente a los varones en los que no ocurrirá. Debido a un proceso familiar y demográfico (nido vacío, viudez) se produce la situación de vivir en soledad, esto es una opción no voluntaria ni tampoco buscada, a diferencia de lo que sucede con los hogares unipersonales en otros grupos de edad. Estos índices que evidencian la existencia de alta proporción de personas mayores que viven solas, está generando una mayor presión sobre los servicios formales comunitarios o de mercado cuando aparece la dependencia. La soledad también es un importante factor para padecer o agravar determinadas enfermedades y sufrir aislamiento social, estando muy vinculada a los estilos de vida (Rubio, 2009).

## 2. ¿QUÉ ES LA SOLEDAD?

El diccionario de la lengua española la define como carencia de compañía, pesar y melancolía que se sienten por la ausencia, muerte o pérdida de alguna persona o cosa.

En un estudio realizado por la Universidad de Granada en 2001 (Rubio y Aleixandre, 2001), los españoles la definen como:

<b>Ausencia de personas</b>	<b>Angustia</b>
<b>Sufrimiento</b>	<b>Insatisfacción</b>
<b>No tener a quien acudir</b>	<b>Miedo</b>

También la soledad puede en algunos casos ser simplemente tristeza sin causas aparentes, a lo que hace referencia por ejemplo el término “saudade”.

Vemos pues, que la soledad puede ser definida de diversas formas, pero en principio, la soledad es una condición de malestar emocional que surge cuando una persona se siente incomprendida o rechazada por otros o carece de compañía para las actividades deseadas, tanto

físicas como intelectuales o para lograr intimidad emocional. La experiencia de soledad, en el fondo, es la sensación de no tener el afecto necesario deseado, lo cual produce sufrimiento, desolación, insatisfacción, angustia, etc., si bien se puede distinguir entre aislamiento y desolación, es decir, entre la situación de encontrarse sin compañía y la conciencia de deseo de la misma, de añorar personas o situaciones (Rubio, 2007).

### **3. DE LA SOLEDAD OBJETIVA A LA PERCEPCIÓN SUBJETIVA DE LA SOLEDAD**

Cuando analizamos la soledad encontramos en ella dos dimensiones: la objetiva y la subjetiva. No es lo mismo estar solo que sentirse solo. Estar solo no es siempre un problema, (Rubio, 2004). Todas las personas necesitan pasar cierto tiempo solas, lo que se aprovecha para conseguir ciertos objetivos. A veces deseamos estar solos porque ciertas cosas no pueden hacerse si no es así. Evidentemente, la soledad deseada y conseguida no constituye un problema para las personas, incluidas las personas mayores.

Sentirse solo, en cambio, es algo más complejo y paradójico, ya que puede ocurrir incluso que lo experimentemos estando en compañía. En este sentido, la soledad es una experiencia subjetiva que se produce cuando no estamos satisfechos o cuando nuestras relaciones no son suficientes o no son como esperaríamos que fueran (Bermejo, 2005).

Por ello se habla de soledad objetiva y soledad subjetiva. La primera se refiere a la falta de compañía, y no siempre implica una vivencia negativa sino que puede ser una experiencia buscada y enriquecedora, aunque la mayoría de estas personas se han visto obligadas a ello, en esa línea podemos citar en nuestro país a un 19'5% de los mayores de 65 años que viven solos, según el Censo de Población de 2001, lo cual sería una población en principio con perfil de riesgo porque debemos tener en cuenta que su relación con otras enfermedades como depresión y Alzheimer, tan frecuentes en la población mayor actual.

La dimensión subjetiva es la que padecen las personas que se sienten solas, independiente de que vivan o no con otras personas, o estén insertas en un contexto social, porque aquí no hablamos de ausencia, sino de ese sentimiento doloroso y temido por muchas personas mayores. Nunca es una situación buscada.

Los estudios sobre la soledad han oscilado desde planteamientos que pretendían analizar la soledad objetiva, en inglés "isolation", por sus consecuencias psíquicas (Seligman, 1975), pasando por definiciones que la observan como consecuencia de la vida interna en instituciones (Curry y Ratliff, 1973; Levine, 1980; Silverstone y Miller, 1980) o del abandono o de la enfermedad (Managan, 1974; Evans, Werkhoven y Fox, 1982), etc.

## 4. DISTINTOS TIPOS DE SOLEDAD

Numerosos autores han destacado que el término “soledad” es un concepto multidimensional y han intentado desglosarla en diversos factores, por ejemplo:

López Doblas (2004), al analizar la soledad establece una clara diferencia entre soledad y aislamiento:

- Soledad física o habitacional
- Soledad moral
- Aislamiento social

Según este autor, al aislamiento se llega por diferentes factores que dependen de variables como el comportamiento, tanto de los mayores, que pueden preferirlo a pagar el precio de la relación, como de las familias, que pueden delegar el cuidado a los Servicios Sociales; factores sociales, que llevan al aislamiento por la imagen de la vejez como etapa improductiva y desvalorizada; factores espaciales, siendo un fenómeno preponderantemente urbano; factores psicológicos, especialmente por el “Síndrome de Diógenes” o actitud de algunas personas mayores que les lleva a aislarse voluntariamente y abandonarse en los autocuidados y finalmente por factores de salud, que generan dependencia, discapacidades y miedo a salir del domicilio.

Otros investigadores han intentado evaluar la soledad mediante diferentes escalas, tal es el caso de la escala UCLA, la escala SESLA, la escala ESLI y la escala de satisfacción vital de Philadelphia.

- La escala UCLA: Se trata de una de las escalas más utilizadas para la medición global del sentimiento de soledad como estructura unidimensional. Está compuesta por dos factores: “Intimidad con otros” y “Sociabilidad”. Existe muchas versiones de esta escala, adaptadas a diversos grupos de población, una de las más utilizadas es la versión 3: una escala de 20 ítems tipo Likert, con una puntuación en cada ítem de hasta 4 puntos. (Austin, B.A., 1983; Russell D., Peplau L. y Cutrona C.E. 1980).

- La escala SESLA: Es una escala de medida multidimensional de la soledad, está formada por tres subescalas: subescala romántica, subescala de relaciones con la familia y subescala de relaciones con los amigos. Consta de 37 ítems con un rango de puntuación de uno a siete en cada ítem. (DiTommaso y Spinner 1992).

- La escala ESLI: Esta formada por dos subescalas, la escala de soledad emocional y la escala de soledad Social. Aunque las subescalas son semejantes a los factores de la escala UCLA, los ítems de la escala ESLI generalmente no se correlacionan con los de la escala UCLA. (Oshagan y Allen, 1992).

- Escala de Satisfacción vital de Philadelphia. Fue diseñada por Lawton en 1972 y se trata de una escala basada en el concepto multidimensional de bienestar psicológico, que parte del supuesto de que un estado de ánimo elevado, se caracterizaría por la sensación de satisfacción

con uno mismo, un sentimiento de que “uno tiene un sitio en esta vida” y la aceptación de lo que no se puede cambiar. La escala original constaba de 22 ítems dicotómicos de los que se derivan 6 factores, hoy en día existen multitud de versiones, las más extendidas con 17 ítems dicotómicos de los que derivan 3 factores: agitación, actitud hacia el propio envejecimiento e insatisfacción con la soledad.

También existen escalas nacionales para medir la soledad como la escala ESTE I (Rubio y Aleixandre, 1999), y la adaptación al castellano de la escala SELSA (Yárnoz, 2008).

En síntesis, los distintos aspectos de la soledad genera en los mayores una situación de vulnerabilidad y marginación y posible exclusión de un numeroso colectivo de personas que difícilmente se expresaran y exigirán la satisfacción de sus necesidades debido a la inestabilidad en la que se encuentran. Los mayores que se sienten solos no provocan una alteración social como podrían provocarla otros grupos porque no tienen ni siquiera las suficientes fuerzas como para exigir sus derechos.

## **5. LA ESCALA ESTE 1998 Y SU REVISIÓN EN 2009**

La Universidad de Granada creó en 1999 la Escala Este I, y posteriormente en el 2009 dicha escala ha sido revisada. Analicemos cada una de estas versiones.

### **➤ ESCALA ESTE**

La escala ESTE I fue diseñada para medir la soledad en personas mayores. Este instrumento ha sido planteado para evaluar principalmente los déficits existentes en el soporte social del sujeto (tanto familiar, conyugal como social), así como en el sentimiento que estas situaciones pueden provocar (crisis existencial).

Los ítems que componen el instrumento proceden de escalas objetivas y de probada eficacia tales como la UCLA, la ESLI, la SELSA y la escala de Satisfacción Vital de Philadelphia y fueron seleccionados en base a su capacidad para explicar la varianza de una serie de indicadores subjetivos de soledad como son la autopercepción del nivel de soledad, la percepción del nivel de apoyo social recibido y el nivel de satisfacción con los contactos sociales.

Esta escala consta de 34 ítems de tipo Likert con 5 opciones de respuesta, cuya puntuación oscila entre 1 y 5 (1=Totalmente en desacuerdo, 2=Parcialmente en desacuerdo, 3=No tiene una opinión definida o depende de las circunstancias, 4=Parcialmente de acuerdo, 5=Totalmente de acuerdo). Los ítems de la escala abarcan diferentes aspectos del concepto de soledad, como la tenencia de amigos, los sentimientos de pertenencia a la familia o de amor por el cónyuge. El análisis de los ítems muestra que existe una alta fiabilidad medida por el coeficiente alfa de Cronbach (0.9178). Los ítems de la escala se agrupan en cuatro factores que se muestran en la Tabla 1.

Tabla 1: Ítems que corresponden a cada factor de la escala

FACTORES	ITEMS
Soledad Familiar	Ítem 1, 2, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 17, 18, 19, 20, 21 y 28
Soledad Conyugal	Ítem 3, 4, 5, 6 y 7
Soledad Social	Ítems 15, 16, 18, 22, 23, 24 y 25
Crisis existencial	Ítems 14, 26, 27, 29, 30, 31, 32, 33 y 34

➤ **REVISIÓN 2010, ESTE-R**

Durante administraciones anteriores de la escala, se observaron problemas debidos a una ambigua comprensión de algunos ítems o a interpretaciones erróneas de estos que provocaban una puntuación errónea de los mismos. Por ello, se modificaron aquellos ítems con más probabilidades de generar errores durante la administración, para evitar en la medida de lo posible que las puntuaciones obtenidas por los sujetos de la muestra reflejaran estos errores en lugar de diferencias individuales entre ellos, también se realizó un cambio en las afirmaciones de la escala de puntuación, en lugar de preguntar si están de acuerdo o no con la afirmación del ítem, se pregunta por la frecuencia, de manera que ahora las opciones de respuesta son: 1=Nunca, 2=Rara vez, 3=Alguna vez, 4=A menudo y 5=Siempre. (Anexo 1).

El análisis factorial de la Escala ESTE-R mostró los mismos cuatro factores que su versión anterior y la consistencia interna, medida mediante alfa de Cronbach, indica una elevada consistencia interna y fiabilidad (0'915).

Tabla 2: Escala ESTE-R en su versión final revisada

	Nunca	Rara vez	Alguna vez	A menudo	Siempre
1. Me siento solo					
2. ¿Con que frecuencia siente que no hay nadie cerca de usted?					
3. ¿Siente que tiene a alguien que quiere compartir su vida usted?					
4. Tengo un compañero sentimental que me da el apoyo y aliento que necesito					
5. Siento que estoy enamorado de alguien que me ama					
6. Tengo a alguien que llena mis necesidades emocionales					

7. Contribuyo a que mi pareja sea feliz					
8. Me siento solo cuando estoy con mi familia					
9. Mi familia se preocupa por mí					
10. Siento que en mi familia no hay nadie que me preste su apoyo aunque me gustaría que lo hubiera					
11. Realmente me preocupo por mi familia					
12. Siento que pertenezco a mi familia					
13. Me siento cercano a mi familia					
14. Lo que es importante para mí no parece importante para la gente que conozco					
15. No tengo amigos que compartan mis opiniones aunque me gustaría tenerlos					
16. Siento que mis amigos entienden mis intenciones y opiniones					
17. Me encuentro a gusto con la gente					
18. Tengo amigos a los que puedo recurrir cuando necesito consejo					
19. Me siento aislado					
20. ¿Con qué frecuencia sientes que hay gente que realmente te comprende?					
21. Siento que mi familia es importante para mí					
22. Me gusta la gente con la que salgo					
23. Puedo contar con mis amigos si necesito recibir ayuda					
24. Me siento satisfecho con los amigos que tengo					
25. Tengo amigos con los que comparto mis opiniones					
26. Estoy preocupado porque no puedo confiar en nadie					
27. Me siento sin apoyo o comprensión cuando cuento mis problemas					
28. Siento que soy importante para la gente					
29. Siento que no soy popular					
30. Siento que a medida que me voy haciendo mayor se ponen las cosas peor para mí					
31. Siento que las cosas pequeñas me molestan ahora más que antes					
32. Siento que conforme me voy haciendo mayor, soy menos útil					
33. A veces siento que la vida no merece la pena ser vivida					
34. Tengo miedo de muchas cosas					

Normas de corrección: La puntuación en cada uno de los factores se obtiene sumando la puntuación de los ítems correspondientes al factor, teniendo en cuenta que los ítems sombreados tienen la puntuación invertida, de manera que las puntuaciones serán desde Nunca=5 hasta Siempre=1 en esos casos (la modificación de los ítems condujo a su inversión).

Tabla 3: Normas de corrección de la escala ESTE-R

Factor	Ítems	Puntuación
<b>Soledad Familiar</b>	1, 2, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 17, 18, 19, 20, 21, 28	
<b>Soledad Conyugal</b>	3, 4, 5, 6, 7	
<b>Soledad Social</b>	15, 16, 18, 22, 23, 24, 25	
<b>Crisis existencial</b>	14, 26, 27, 29, 30, 31, 32, 33, 34	

Tabla 4: Puntos de corte para evaluar el grado de soledad en cada factor

	Soledad Familiar	Soledad Conyugal	Soledad Social	Crisis existencial
<b>Baja</b>	14 a 32	5 a 11	7 a 16	9 a 20
<b>Media</b>	33 a 51	12 a 18	17 a 26	21 a 33
<b>Alta</b>	52 a 70	19 a 25	27 a 35	36 a 45

## 6. ALGUNOS RESULTADOS OBTENIDOS EN GRANADA

La investigación llevada a cabo con la versión modificada del cuestionario (ESTE-R) tuvo como propósito estudiar las relaciones de los factores de soledad con algunas variables sociodemográficas.

Se observaron diferencias entre las puntuaciones medias en cada uno de los factores obtenidas por Rubio y Alexandre (1999) en la muestra utilizada para la construcción y evaluación del cuestionario y las puntuaciones medias obtenidas con la muestra de Granada. Rubio y Alexandre obtuvieron puntuaciones medias de soledad: Soledad Familiar 18, Soledad Conyugal 11'7, Soledad Social 14'6 y Crisis existencial 23'4. Mientras que en la muestra de Granada se observa una media de 25'89 en Soledad Familiar, 17'29 en Soledad Conyugal, 16'69 en Soledad Social y 23'29 en Crisis Existencial. Por lo tanto, la media en los factores de Soledad Familiar, Conyugal y Social es mayor en la muestra de Granada, pero de nivel medio en rasgos generales.

### **Diferencias en función del género**

Se encontraron diferencias en cuanto al sexo en el factor de Soledad Conyugal siendo las mujeres las que presentan una media más alta en el factor (Anexo 2). Estos resultados probablemente reflejen los valores familiares que se les han inculcado a las mujeres en nuestra sociedad y que les instan a volcarse en sus maridos y familias mientras que llevan al hombre a despreocuparse o manifestar una menor preocupación por esto.

### **Diferencias en función del estado civil**

También se observaron diferencias en cuanto al estado civil en 3 factores de soledad: Familiar, Conyugal y Crisis Existencial. En el caso de *Soledad Familiar* las diferencias son significativas entre solteros y casados, con una media más alta en solteros que en casados. Viudos y solteros también tienen puntuaciones altas en el factor, aunque no significativas. En *Soledad Conyugal* se obtuvieron diferencias significativas entre las puntuaciones medias de aquellas personas que están solteras, viudas o separadas frente a los que están casados o con pareja, siendo una puntuación de soledad baja en casados y con pareja frente a soledad alta en separados, viudos y divorciados. En cuanto al factor de *Crisis existencial*, las diferencias significativas se encuentran entre los viudos y los que viven en pareja, teniendo estos últimos las puntuaciones más bajas en soledad, mientras que casados, viudos, solteros y separados tienen puntuaciones más altas y por encima de 20 (Anexo 2). Obtener estos resultados parece normal puesto que los solteros y los viudos suelen vivir solos y por lo tanto sus puntuaciones en soledad son más altas, sobre todo en soledad conyugal.

### **Relaciones familiares y proximidad**

La tenencia de hijos parece un factor protector frente a Soledad Familiar y Conyugal con ya que las puntuaciones medias en estos factores de las personas con hijos son menores respecto a los que no tienen. Tener nietos sólo parece influir en Soledad Familiar (Anexo 2). Resultados lógicos puesto que tener familiar disminuye la Soledad Familiar.

Las personas mayores que viven cerca de su familia tienen puntuaciones medias en soledad menores que los que viven lejos de ella, además resulta significativo en Soledad Familiar, Soledad Social y Crisis existencial, estar cerca de la familia geográficamente hace que se sientan menos solos, sus redes sociales que son principalmente la familia se encuentran cerca de ellos, eso les hace sentirse menos solos, cercanos emocionalmente a ellos. Lo mismo ocurre si ven a menudo a la familia, que resulta estadísticamente significativo en los cuatro factores de soledad medidos con la escala, las puntuaciones son menores en aquellas personas que ven a menudo a la familia, ya que si tienen visitas no se sienten solos físicamente y eso influye en su sentimiento de soledad (Anexo 2).

La relación con niños, adolescentes y jóvenes ha resultado ser beneficiosa para la puntuación media en Soledad Familiar, Conyugal (sólo con jóvenes) y Social, las puntuaciones medias en estos factores disminuyen si existe relación con estas personas de 0 a 30 años (Tabla 1). Por lo que podría indicar que las relaciones intergeneracionales resultan beneficiosas para las personas mayores, ya que hacen que su sentimiento de soledad sea menor, por ello debería

invertirse en crear este tipo de programas, que no sólo benefician al mayor, le hacen sentirse útil, sino que también benefician a la sociedad, ya que como hemos dicho en nuestro estudio, la soledad se relaciona con riesgo de Alzheimer y otras demencias.

Por supuesto la realización de actividades con niños, adolescentes y jóvenes también conlleva puntuaciones más bajas en los factores Soledad Familiar, Soledad Conyugal y Soledad Social, otro punto más a favor de la puesta en marcha de estas actividades intergeneracionales (Anexo 2).

En relación a la variable Apoyo Social, tal y como se intuía en otro estudio anterior (De Jong Gierveld y Dykstra, 2008), los mayores sin apoyo social muestran mayor soledad, en concreto en Soledad Familiar y Soledad Social (Anexo 2).

## **7. CONCLUSIÓN**

Los estudios de soledad desde la década de los 60 hasta la actualidad han sufrido profundas modificaciones,

- a) Primero se consideraba que estaba referida exclusivamente a sujetos sin un grupo familiar definido y en muchas ocasiones por ambientes marginales.
- b) Posteriormente autores como Peplau y Caldwell (1978) consideran que el sentimiento de soledad se define como consecuencia de que las relaciones sociales logradas por una persona son menos numerosas y satisfactorias de lo que ella desea, fenómeno particularmente influyente en las personas mayores estos mismos autores discuten cuáles son los factores que causan esta sensación o sentimientos al alterar las relaciones sociales deseadas, considerando posibles factores a la muerte, enfermedad, aburrimiento, abandono, etc. Incluso la falta de amor y la ruptura de relaciones provocadas por causas diversas provoquen esta sensación de abandono, de soledad (Klein, 1982).

Y finalmente en la actualidad nosotros planteamos tal vez un paso más para abordar su estudio. Nuestra hipótesis es que la intervención no debe centrarse en la SOLEDAD EN CUANTO TAL, sino en las expectativas. Cuando miramos al atardecer el horizonte vemos en esas tardes nítidas el rojo intenso, pero el rojo es solo el reflejo, detrás de él está la causa, está el SOL, el que emite esa luz.

La escala Este mide ese reflejo pero no la génesis de la soledad, igual que un termómetro nos mide la temperatura de una persona, pero no analiza su enfermedad, solo nos orienta hacia ella. La escala mide la soledad, pero la soledad es el reflejo de las expectativas, ello explica que ante un mismo hecho, por ejemplo, muerte de una pareja, para unos es motivo de soledad, de depresión para otros simplemente un evento negativo al que hay que adaptarse, depende de sus expectativas. Dentro de veinte años nuestro mundo interior y exterior habrá cambiado la soledad o adaptación que ello genere en nosotros estará muy condicionada a nuestras expectativas.

¿Son diferentes las expectativas en las zonas rurales y urbanas?, ¿son diferentes en función del género?, ¿son diferentes en cada cultura y época? Muchos interrogantes quedan abiertos aún, pero insistimos no nos quedemos con el análisis de la luz emitida por un semáforo, no nos quedemos en la soledad, igual que la luz sale de una bombilla, la soledad deriva de las expectativas de la persona, esta es una línea importante de trabajo futuro, posiblemente el hombre muchas veces no encuentra la felicidad porque la busca donde no está.

## 8. BIBLIOGRAFÍA

- Austin, B. A. (1983). Factorial structure of the UCLA loneliness scale. *Psychological Reports*, 53, 883-889.
- Berezin, M. A. (1980). Intrapsychic isolation in the elderly. *Journal of Geriatric Psychiatry*, 13(1), 5-18.
- Bermejo, J. C. (2005). La Soledad en los mayores. *IMSERSO*. Madrid: Humanizar.es.
- Curry, T. J. y Ratliff, B. (1973). The effects of nursing home size on resident isolation and life satisfaction. *The Gerontologist*. 13(3-1), 295-298.
- De Jong Gierveld, J. y Dykstra, P. A. (2008). Virtue is its own reward? Support giving in the family and loneliness in middle and old age. *Ageing & Society*, 28, 271-287.
- Di Tommaso, R. y Spinner, B. (1993). The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adult SELSA. *Personality and Individual Differences*. 14 (1): 127-134.
- Evans, R., Werkhoven, W. y Fox, H. R. (1982). Treatment of social isolation and loneliness in a sample of visually impaired elderly persons. *Psychological Reports*. 51(1), 103-108.
- Lawton, M. (1975). The Philadelphia Center Morale Scale: A revision. *Journal of Gerontology*, 30, 85-89.
- Levine, S. (1980). Discussion. The isolation of the community elderly from the informal social structure. Myth or reality. *Journal of Geriatric Psychiatry*. 13(1),49-51.
- López, J. (2004). Personas mayores viviendo solas. La autonomía como valor en alza. Instituto de Mayores y Servicios Sociales. Madrid: IMSERSO.
- Managan, D., Wood, J. y Heinichen, C. (1974). Older adults. A community survey of health needs. *Nursing research*. 23(5),426-432.

- Oshagan, H. y Allan, R. L. (1992). Three loneliness scales: An assessment of their measurements properties. *Journal of Personality Assessment*, 59 (2), 380-409.
- Peplau, L. y Caldwell, M. (1978). Loneliness: A cognitive analysis. *Essence*, 2 (4), 207-220.
- Rubio, R. (2004). "La soledad en las personas mayores españolas". Madrid: IMSERSO.
- Rubio, R. (2007). La problemática de la soledad en los mayores. *Infad. Revista de Psicología*, Vol.XIX, 2.
- Rubio, R. (2009). Variables relacionadas con los estilos de vida y su influencia en las actitudes frente al envejecimiento. *Revista Psicológica Herediana*. Vol. 2 (1).
- Rubio, R. y Aleixandre, M. (1999). La escala "Este", un indicador objetivo de soledad en la tercera edad. *Geriatría. Revista Iberoamericana de Geriatría y Gerontología*. Vol. 15, 26-35.
- Rubio, R. y Aleixandre, M. (2001). Un estudio sobre la soledad en las personas mayores: entre estar solo y sentirse solo. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*. Vol. 11 (1), 23-28.
- Rusell, D., Peplau, L. A. y Cutrona C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Seligman, M. (1975). *Helplessness: On depression development and death*. San Francisco: Freeman. Versión castellana Madrid: Editorial debate, 1983.
- Silverstone, B. y Miller, S. (1980). The isolation of the community elderly from the informal social structure. Myth or reality? *Journal of Geriatric Psychiatry*. 13(1), 27-47.
- Yárnoz, 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.

## 9. ANEXOS

### ➤ Anexo 1: Procedimiento seguido en la modificación de la Escala Este (1999)

Algunos de los ítems fueron modificados significativamente en su estructura, mientras que en otros ítems simplemente se añadió el verbo “Siento” antes de comenzar la oración. Los ítems con esta última modificación fueron: 5, 10, 15, 16, 21, 30, 31.

Las modificaciones sustanciales realizadas a los otros ítems se muestran a continuación:

	Ítem de la escala original	Ítem de la escala revisada
2	Ya no tengo a nadie cerca de mí	¿Con qué frecuencia siente que no hay nadie cerca de usted?
3	Tengo a alguien que quiere compartir su vida conmigo	¿Siente que tiene a alguien que quiere compartir su vida con usted?
12	Realmente pertenezco a mi familia	Siento que pertenezco a mi familia
20	Mis amigos y familiares raramente me entienden	¿Con qué frecuencia sientes que hay gente que realmente te comprende?
24	No me siento satisfecho con los amigos que tengo	Me siento satisfecho con los amigos que tengo
28	No me siento importante para nadie	Siento que soy importante para la gente
29	Siento que no soy interesante	Siento que no soy popular
31	Me molestan ahora las cosas pequeñas más que antes	Siento que las cosas pequeñas me molestan ahora más que antes

### ➤ Anexo 2: Resumen de los resultados obtenidos

	Soledad Familiar	Soledad Conyugal	Soledad Social	Crisis Existencial
<b>Sexo</b>				
<b>Hombres</b>	25'51± 8'72	13'12±8'15	15'77±5'82	22'00±6'68
<b>Mujeres</b>	26'13± 8'41	19'95±6'84*	17'27±7'40	24'11±6'42
<b>Significación</b>		p ≤ 0'001		
<b>Estado civil</b>				
<b>Casado/a</b>	22'75±7'09	9'4±4'89	14'5±5'05	22'0±7'38
<b>Viudo/a</b>	27'76±8'41	23'61±3'68*	18'02±7'12	25'32±5'70*
<b>Soltero/a</b>	29'47±9'72*	22'35±3'52*	18'82±8'09	24'0±5'09
<b>Separado/a</b>	26'8±11'38	25'0±0'0*	19'6±11'21	23'6±5'32
<b>Pareja</b>	25'00±4'83	11'25±6'65	14'5±1'91	15'5±5'32
<b>Significación</b>	ANOVA p = 0'033 Tukey p = 0'044	ANOVA p ≤ 0'001 Tukey p ≤ 0'001		ANOVA p = 0'028 Tukey p = 0'033
<b>Hijos</b>				
<b>Sí</b>	23'69±6'68	15'95±8'57	15'87±6'57	22'75±7'04
<b>No</b>	31'81±10'05*	20'92±5'04*	18'89±7'19*	24'74±4'93
<b>Significación</b>	p ≤ 0'001	p = 0'001	p = 0'050	

<b>Nietos</b>				
<b>Sí</b>	23'68±6'31	16'73±8'62	16'17±6'88	23'32±7'22
<b>No</b>	28'93±10'24*	18'09±7'21	17'43±6'78	23'24±5'59
<b>Significación</b>	p = 0'006			
<b>Cercanía</b>				
<b>Sí</b>	24'36±7'40	16'60±8'48	15'75±6'74	22'39±6'65
<b>No</b>	29'0±9'76*	18'69±7'05	18'61±6'73*	25'12±6'09*
<b>Significación</b>	p = 0'009		p = 0'049	
<b>Ve familia a menudo</b>				
<b>Sí</b>	23'80±6'68	16'37±8'34	15'65±6'39	22'29±6'70
<b>No</b>	33'27±10'15	20'54±6'12	20'36±7'22	26'81±4'70
<b>Significación</b>	p ≤ 0'001		p = 0'004	
<b>Le gusta relacionarse</b>				
<b>Sí</b>	23'14±6'02	16'12±8'04	14'83±6'20	22'55±6'92
<b>No</b>	31'0±10'02*	19'46±7'77	20'14±6'69*	24'66±5'71*
<b>Significación</b>	p ≤ 0'001		p = 0'012	
<b>Realiza actividades</b>				
<b>Sí</b>	21'28±5'13	12'38±5'95	12'09±2'64	21'33±5'87
<b>No</b>	27'11±8'81*	18'59±8'08*	17'91±7'09*	23'81±6'68
<b>Significación</b>	p = 0'005		p ≤ 0'001	
<b>Apoyo Social</b>				
<b>Sí</b>	20'40 6'64	14'35 8'52	10'85 2'49	20'75 7'07
<b>No</b>	27'26±8'38*	18'02 7'83	18'15 6'80*	23'92 6'33
<b>Significación</b>	p = 0'001		p ≤ 0'001	