

Problemática contemporánea de la soledad

Classical Theories in the Sociology of Education

Ciro Corzo-Salazar^a

Abstract:

Loneliness in the World: A study by Humboldt University and the Darmstadt Technical University found that single people who observe holidays, love life or other job successes via social networks may suffer from envy or frustration. In addition, a foundation undertook a study in England of 2 256 256 people of all ages who showed that 60 percent of respondents aged 18 to 34 said they felt alone often or less than 35 percent of the respondents. 55-year-old respondents. To such a degree comes the feeling of isolation in the old continent, that in November 2014, Pope Francisco declared before the European Parliament. "One of the most widespread diseases in Europe today is the 'loneliness', which is unrelated. It is seen particularly in the elderly, often abandoned to their fate, as well as in young people without points of reference and opportunities for the future; Is also seen in the many poor people who inhabit our cities and in the lost eyes of the immigrants who have come here in search of a better future.

Keywords:

Soledad, observar, Redes sociales, Aislamiento, Lazos, Futuro

Resumen:

La soledad en el mundo: Un estudio elaborado por la Universidad de Humboldt y la Universidad Técnica de Darmstadt descubrió que las personas solteras que observan vacaciones, vida amorosa o éxitos laborales de otros vía redes sociales pueden sufrir de envidia o frustración. Aparte, una fundación emprendió un estudio en Inglaterra entre 2 mil 256 personas de todas las edades que mostró que 60 por ciento de los entrevistados de entre 18 y 34 años de edad dijo sentirse solos a menudo u ocasiones, inferior al 35 por ciento de los encuestados de 55 años. A tal grado llega el sentimiento de aislamiento en el viejo continente, que el en noviembre de 2014, el Papa Francisco declaró ante el Parlamento Europeo. "Una de las enfermedades más extendidas hoy en Europa es la 'soledad', propia de quien no tiene lazo alguno. Se ve particularmente en los ancianos, a menudo abandonados a su destino, como también en los jóvenes sin puntos de referencia y de oportunidades para el futuro; se ve igualmente en los numerosos pobres que pueblan nuestras ciudades y en los ojos perdidos de los inmigrantes que han venido aquí en busca de un futuro mejor.

Palabras Clave:

Loneliness, observing, social networks, Isolation, Ties, Future

Introducción

Esta gráfica que se mostró anteriormente permite entender cómo va un aumento de población en los adultos, y adultos mayores y una disminución significativa en los niños, adolescentes y adultos jóvenes. La soledad es llamada el problema europeo del siglo XXI, pero parece que para el 2050 se volverá un problema mayormente conocido por la sociedad mexicana.

En México existen estudios que muestran una mayor prevalencia de ansiedad entre las personas de los 15 y los 45 años de edad, con una proporción mayor para las mujeres que para los hombres, de 2 a 1 respectivamente. Es común que coincidan con trastornos depresivos y esto complique aún más su manejo. Además, el pronóstico

parece ser menos favorable para los trastornos de ansiedad que para los depresivos en forma separada, esto significa que el retorno a una adecuada funcionalidad (recuperación) es menor en esta clase de padecimientos. El inicio de la ansiedad frecuentemente se asocia con la presencia de algún evento difícil para la persona. A pesar de que la mayor parte de los trastornos de ansiedad siguen un curso crónico, en éste hay intervalos en que no hay presencia de síntomas.

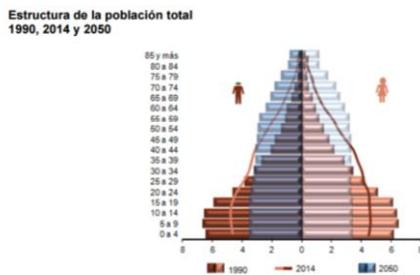
En cuanto a la raíz de estos trastornos se ha propuesto como entidades de carácter hereditario, aunque aún no se tienen las bases concretas para asegurarlo. Los procesos que explican cómo se generan los síntomas ansiosos se basan en hipótesis, como las siguientes:

^a Autor de Correspondencia, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Escuela Preparatoria Número 3, <https://orcid.org/0000-0002-7010-5778>, Email: ccorzar@gmail.com

anomalías en la función respiratoria, disfunción serotoninérgica y adenosinérgica; tanto la noradrenalina, la serotonina y la adenosina son receptores neuronales que modulan normalmente las respuestas emocionales, afectivas y cognitivas en el cerebro. Otras teorías proponen una alteración funcional global como en el sistema nervioso autónomo, encargado de los procesos fisiológicos involuntarios, el eje hipotálamo-hipófisis-suprarrenal, o a nivel tiroideo, entre otros (Uribe 2010). La ansiedad puede incrementarse con un sentimiento de vergüenza: “los otros se darán cuenta de que estoy nervioso”. La ansiedad afecta a los procesos del pensamiento y del aprendizaje. Tiende a producir confusión y distorsiones de la percepción, no sólo en cuanto al tiempo y al espacio, sino respecto a la gente y al sentido de los diferentes sucesos.

América

América Latina: México.



Fuente: INEGI. XI Censo General de Población y Vivienda, 1990. CONAPO. Proyecciones de la Población de México, 2010-2050.

Siempre que se sospeche de un trastorno de ansiedad deben descartarse otras enfermedades médicas como las alteraciones de la tiroides, de la glicemia (azúcar en la sangre), del oído, del cerebro, del corazón y de la respiración, principalmente.

Se diagnóstica ansiedad generalizada cuando predominan una ansiedad o preocupación excesivas, persistentes y relacionadas con situaciones que se viven cotidianamente.

La agorafobia comúnmente acompaña a la ansiedad generalizada, se caracteriza por presentar una preocupación y temor intensos a encontrarse en lugar muy concurridos o en espacios abiertos. Los temores agorafóbicos típicos son: el uso de los transportes públicos, autobuses, metro tranvía, aviones, ascensores, almacenes, supermercados, entre otros lugares. Clínicamente se observan conductas de evitación a estos lugares y el aislamiento también es marcado.

Las fobias sociales más frecuentes son el temor de hablar, comer o escribir en público, de utilizar los baños públicos y de asistir a fiestas o a entrevistas. Las personas experimentan miedo a sentirse avergonzados ante los demás, temen o evitan situaciones en las que podrían interactuar con otras personas o que estas puedan detectar y ridiculizar su ansiedad.

Cada día se suicidan en el mundo unas 3 mil personas, al año la cifra supera el millón, pero otros 20 millones más lo intentan sin éxito. En México, según especialistas del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), cada año se quitan la vida entre 4 mil y 6 mil personas, esto a

consecuencia de ansiedad, depresión, estrés, soledad, desesperanza, exigencias sociales, sentimientos de culpa y rechazo. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), en los pasados 45 años el índice de suicidios se ha incrementado en 60 por ciento en el planeta, al grado que actualmente se encuentra dentro de las tres primeras causas de muerte entre la población de 15 a 44 años de edad en ambos sexos.

La OMS refiere que el suicidio representa 1.4 por ciento de la carga mundial de morbilidad, pero advierte que las pérdidas van más allá. En la región del Pacífico occidental representa 2.5 por ciento de todas las pérdidas económicas por enfermedades.

Entre los países que informan sobre la incidencia de suicidios, las tasas más altas se dan en Europa del este y las más bajas en América Latina, los países musulmanes y algunas naciones asiáticas.

Se calcula que por cada muerte atribuible a esa causa se producen entre 10 y 20 intentos fallidos de suicidio que se traducen en lesiones, hospitalizaciones y traumas emocionales y mentales, y se sabe que las tasas tienden a aumentar con la edad, pero recientemente se ha registrado en todo el mundo un aumento alarmante de los comportamientos suicidas entre los jóvenes de 15 a 25 años

El doctor Alejandro Córdova Castañeda, presidente de la Asociación de Especialistas en Salud Mental del IMSS, señaló que en nuestro país las entidades que presentan mayor índice de suicidio son Chihuahua, Nuevo León, Jalisco, Veracruz, Quintana Roo, San Luis Potosí, Sonora, Tabasco y Yucatán.

Indicó que se ignora la causa específica del mayor índice en estos estados, no obstante, destacó que hay diferentes factores y perfiles en la población que lo sugieren, como la “migración de la población local, escasas oportunidades de desarrollo, falta de identidad de la población flotante en el norte del país, marginación e incremento en el consumo de sustancias como alcohol y drogas”.

El comportamiento suicida viene determinado por diversas causas complejas, como la pobreza, el desempleo, la pérdida de seres queridos, una discusión, la ruptura de relaciones y problemas jurídicos o laborales. Los antecedentes familiares de suicidio, el abuso de alcohol y estupefacientes, los maltratos en la infancia, el aislamiento social y los trastornos mentales como la depresión y la esquizofrenia, también tienen gran influencia en las personas que se quitan la vida.

La soltería comienza a ganar terreno entre los habitantes del país. Tan sólo en el Distrito Federal el 39.5 por ciento de los hombres no tiene pareja, superior al 37.7 por ciento que están casados y 15.1 por ciento en unión libre.

Actualmente, en el país viven 19.5 millones de personas solteras, divorciadas, separadas o viudas y para este 2015, 33% de los hogares estará conformado por una sola persona, de acuerdo con el instituto de Investigaciones Sociales de la Universidad Iberoamericana.

La soltería es vista desde posiciones bifurcadas. Hay quienes observan en ella un estado ideal para el desarrollo profesional y la libertad, mientras que para

otros está ligada al abandono y el sentimiento de separación.

“Si una persona cree que la soledad se debe a causas internas de quien la padece, como ser tímida o poco atractiva, se comportará de una manera diferente de aquel otro preceptor social que atribuya la soledad a una causa esporádica y/o contextual, como haberse trasladado a otra ciudad o haber enviudado”, cita el ensayo Percepción de la Soledad, publicado por Francisca Expósito y Miguel Moya, de la Universidad de Granada.

En el nivel filosófico, la soledad existencial es definida como la conciencia de la ausencia de contacto, unida al reconocimiento de que es imposible tener un contacto total y una comunicación completa con otro ser humano (Thauberge, P. C., Ruznisky, S. A., y Clelland, J. F., Avoidance of existencial-ontological confrontation).

Según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), los solteros mexicanos están más satisfechos con su vida que los casados y los divorciados.

Agencias de viajes, inmobiliarias, cruceros, gimnasios, tiendas de belleza o centros de educación ven en este sector de la población un ideal para obtener recursos. Según un reportaje de CNN-Expansión, los solteros generan ingresos anuales conjuntos superiores a los 80 mil millones de pesos:

“Los solteros son cada vez más y están gastando mucho en sí mismos, pero las compañías los ignoran en sus estrategias de consumo, dicen expertos”.

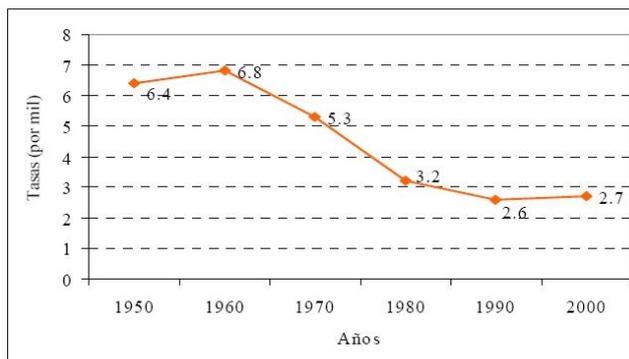
“Son dueños de su espacio, controlan su tiempo, conocen sus gustos y defienden su autonomía, explica a la revista Expansión Claudia Martínez Saavedra, directora la agencia de investigación de mercado Aljamía. Algunos especialistas los llaman ‘yoes’ porque son individuos que viven libres por elección”.

Sea que algunos la padezcan y otros la disfruten, la soltería comienza a ser una tendencia al alza en México y el mundo. Los especialistas coinciden en la escasez de estudios científicos sobre el tema, por lo que es necesario seguir de cerca este fenómeno.

La cada vez más rápida disolución de matrimonios, la dificultad de sectores poblacionales para conseguir pareja, el aislamiento provocado por el uso de internet y la distancia de las grandes ciudades son componentes de riesgo que pueden incidir en la depresión de un porcentaje de esta población.

El INEGI apunta que, de acuerdo con el nivel de instrucción que tenían las personas que cometieron suicidio, el mayor porcentaje correspondió a los que contaban con estudios de secundaria (31.8 por ciento). Sobre la situación conyugal, menciona que cerca de la mitad de quienes cometen suicidio se encontraban en unión conyugal, ya sea casados o en unión libre (48 por ciento); le sigue en importancia quienes se encontraban solteros: 39.8 por ciento de los suicidios de hombres y 43.7 del total de mujeres.

TASA GLOBAL DE FECUNDIDAD. ESTADO DE MEXICO, 1950-2000

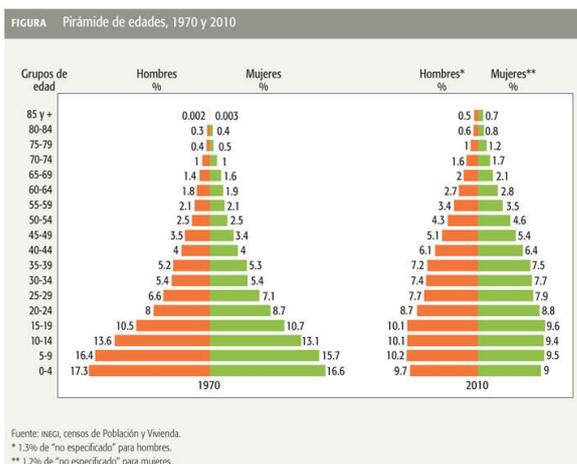


Fuente: elaboración propia con base en datos de INEGI (1950 a 2000).

Tabla 1

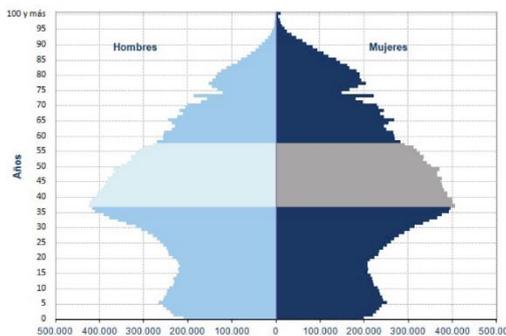
Se hace importante mostrar la tabla 2, ya que un dato de fecundidad no sólo me otorga el hecho de saber cuántos niños nacerán, sino también cuantas personas que viven han decidido no tener hijos, o en dado caso quedarse solos.

En 1960 parecía la mayor labor humanitaria tener hijos, de hecho, la población más grande nacida entre 1950 y el 2000 son los padres de personas que actualmente tienen entre 17 y 30 años. La soledad entonces no parecía ser un caso a tratar, pero conforme el tiempo avanza la tasa poblacional demográfica se comienza a tener números más altos en personas de la tercera edad y más bajos en jóvenes y niños (tabla 3).



Fuente: INEGI, censos de Población y Vivienda.
* 1.3% de "no especificado" para hombres.
** 1.2% de "no especificado" para mujeres.

Figura 1.2.- Población según sexo y edad, 2014



NOTA: El sombreado corresponde a la posición de la generación del baby-boom (1958-1977)
Fuente: INE: INEBASE. Padrón Continuo a 1 de enero de 2014. Consulta en enero de 2015

La s
rele
estu

ás
el
és

para los psicólogos, y no fue hasta los años 80 cuando comenzó a considerarse un tema de investigación empírica con el surgimiento de diferentes instrumentos de medición de la soledad.

Actualmente, no son muchos los estudios que analicen el aislamiento y la percepción subjetiva de la soledad, quizás al ser considerada una de las dolencias más silenciosas y difíciles de detectar.

En los últimos tiempos, los cambios socioculturales y económicos han dado lugar a que la soledad haya experimentado un notable incremento, siendo muchos los mecanismos que influyen en su aparición, por lo que atenderla y conocerla en detalle es de suma importancia ante las consecuencias que están repercutiendo directamente en el desarrollo de las personas y la sociedad. La alta incidencia que se percibe de la soledad sentida la convierte en un fenómeno de gran relevancia y de atención pública, por lo que la necesidad de actuar frente a este tema es vital, ante las importantes implicaciones que puede derivar de cara al futuro de la población española.

De esta manera, a través de una minuciosa recopilación de información y datos estadísticos, provenientes de entrevistas en profundidad a expertos en la materia y encuestas a la población, recopilado del libro "La Soledad en España" por Nicolas-Paez (2015) tiene el objetivo de evaluar el fenómeno de la soledad, conocer los principales factores asociados, analizar las consecuencias que derivan de la misma, así como los instrumentos necesarios que permitan mitigar o combatir los sentimientos de soledad y aislamiento en la población española.

Alrededor de un 20% de los españoles de 18 y más años vive solo, frente a un 80% que vive con otras personas. ¿Son distintas las personas que viven solas de las que viven acompañadas de otras personas? Evidentemente sí. Algunos datos nos permiten comprobar en qué difieren unas de otras. Así, entre las personas que viven solas predominan los hombres (53%) sobre las mujeres (47%), mientras que lo contrario se observa entre los que viven acompañados (48% hombres frente a 52% mujeres, unas proporciones similares a las que se observan en el conjunto de la población española). Un 37% de los que viven solos tienen 65 o más años, mientras que solo un 16% de los que viven acompañados tienen esa edad. Y como cabía esperar, los que viven solos son casi unánimemente solteros (40%), viudos (33%) o separados (26%), mientras que los que viven acompañados son personas mayoritariamente casadas (56%) o viven en pareja (12%).

El 40% de los que viven solos son jubilados/pensionistas, mientras que esa proporción es solo del 14% entre los que viven con otras personas. Sin embargo, apenas hay diferencias entre los que viven solos y acompañados en cuanto a la proporción de los que tienen empleo: 42% entre los que viven solos y 47% entre los que viven acompañados. Los no activos, sin embargo, constituyen una proporción significativamente mayor entre los que viven solos (44%) que entre los que viven acompañados (36%). Y hay más parados entre los que viven acompañados (17%) que entre los que viven solos (13%). Curiosamente no existen grandes diferencias respecto al nivel educativo alcanzado por los que viven solos o

acompañados. Si bien es cierto que un 10% de los que viven solos, posiblemente por ser de mayor edad, no han completado sus estudios primarios (frente a solo un 4% entre los que viven acompañados), no es menos cierto que en ambos grupos se observa una proporción de universitarios similar de un 12%. Tampoco existen diferencias respecto al factor religioso, dos terceras partes de los entrevistados en uno y otro grupo se definen como católicos, si bien los que viven acompañados afirman ser algo más practicantes que los que viven solos.

De manera similar, solo un 2% de los que viven solos o acompañados afirma estar afiliado a un partido político y alrededor de un 5% dicen estar afiliados a una central sindical (6% entre los que viven acompañados y 4% entre los que viven solos). Tampoco se observan diferencias significativas según el auto-posicionamiento ideológico.

Tanto los que viven solos como los que lo hacen acompañados se consideran mayoritariamente de clase media, aunque los que viven solos se consideran algo más de clase media baja. Pero sí difieren significativamente respecto a sus ingresos, pues los que viven solos declaran recibir unos ingresos bastantes inferiores a los que viven acompañados.

En resumen, vivir solo es más propio de hombres que de mujeres, los que viven solos tienen una edad significativamente superior a los que viven acompañados, son en alta proporción jubilados/pensionistas y no activos. Son principalmente solteros, separados o viudos, mientras que los que viven acompañados son principalmente personas casadas. No obstante no difieren demasiado en su nivel educativo ni en su religiosidad (aunque los que viven acompañados son algo más practicantes), ni apenas en su baja afiliación a partidos políticos o centrales sindicales.

Vivir solo: ¿decisión voluntaria o por necesidad?

Desde el primer momento se ha partido de la hipótesis de que la vivencia de la soledad podría depender de que el individuo viva solo o viva con otras personas, pero también de que viva solo porque así lo ha decidido o porque se ha visto obligado a vivir solo. Se trata de tres grupos de personas diferentes. Concretamente, si anteriormente se ha dicho que un 20% de los españoles de 18 y más años vive solo, ahora debe especificarse que de estas personas que viven solas algo más de la mitad (59%) viven solas porque quieren, porque les gusta, porque así lo han decidido, mientras que el resto (41%) viven solas porque no tienen más remedio. Sobre el total de entrevistados, por tanto, la distribución en tres grupos sería la siguiente:

Tabla 7.2.1. Distribución de los entrevistados según su modo de vida

	FRECUENCIA	PORCENTAJE %
Total de Entrevistados	1.206	100
Viven Acompañados	966	80,1
Viven Solos porque quieren	140	11,6
Viven Solos por obligación	96	7,9
Viven Solos pero no contestan	4	0,3

De acuerdo con los datos recogidos, los que viven solos porque quieren llevan viviendo solos algo menos tiempo que los que viven solos por obligación. En efecto, un 55% de los que viven solos por obligación lleva viviendo solos desde hace 5 o más años, frente a un 50% entre los que viven solo porque quieren. Por el contrario, un 31% de los que viven solos voluntariamente lleva en esa situación desde hace 3 años o menos, frente a solo un 23% entre los que viven solos por obligación.

Una vez más se puede comparar el perfil sociodemográfico de los que viven solos porque quieren con el de quienes viven solos por obligación, es decir, no por propia elección sino que por diversas razones no pueden vivir con otras personas. Se comprueba así que tanto entre los que viven solos voluntariamente como entre los que lo hacen por obligación predominan ligeramente los hombres sobre las mujeres, algo más incluso entre los “solos voluntarios”. Pero el gran contraste se observa en relación con la edad, de manera que los “solos obligados” tienen una edad muy superior a los “solos voluntarios”. Así, mientras que un 53% de los “solos obligados” tiene más de 65 años, esa proporción es del 26% entre los “solos voluntarios”. De manera similar, mientras que el 51% de los “solos voluntarios” son solteros, el 49% de los “solos obligados” son viudos. Además, el 51% de los “solos voluntarios” tiene empleo, frente a solo un 27% de los “solos obligados”, y los no activos representan el doble entre los “solos obligados” (61%) que entre los “voluntarios” (31%).

El nivel educativo de los “solos voluntarios” es muy superior al de los “solos obligados”, hasta el punto de que un 40% de los “solos voluntarios” tiene estudios universitarios, mientras que más de un 40% de los “solos obligados” solo tiene completos los estudios primarios. La proporción de quienes se declaran católicos es muy superior entre los “solos obligados” (83%) que entre los “voluntarios” (56%), y coherentemente la práctica religiosa es muy superior entre los “solos obligados”.

Pero la afiliación a un partido político o a un sindicato es muy superior (aunque objetivamente baja entre los “solos voluntarios” (4% y 11% respectivamente) que entre los “solos obligados” (1% en ambos casos de afiliación).

Tanto los “solos voluntarios” como los “obligados” se sienten mayoritariamente de clase media, pero mientras los primeros se identifican sobre todo con la media-media, los segundos lo hacen con la media-baja.

En resumen, en la muestra representativa de la población española objeto de esta investigación los entrevistados que viven solos porque así lo han elegido son casi el doble que los que viven solos por obligación. Los “solos voluntarios” llevan menos tiempo viviendo solos que los “obligados”, y en ambos grupos predominan los hombres sobre las mujeres, pero los “solos obligados” tienen una edad muy superior a la de los “voluntarios” y su estado civil es principalmente soltero, mientras que los “obligados” son mayoritariamente viudos.

Además, los “solos voluntarios” tienen empleo en proporción significativamente mayor que los “obligados”, mientras que éstos son principalmente no activos. Así mismo, los “solos voluntarios” tienen un nivel educativo superior al de los “obligados”. Y éstos se declaran católicos en mayor proporción y con más práctica religiosa. Por último, los “solos voluntarios” están afiliados

a partidos políticos y centrales sindicales en mayor proporción que los “obligados”, los cuales se consideran más de clase media baja.

Aislamiento y soledad: definición y medición

Una de las hipótesis de esta investigación es que aislamiento y soledad son dos conceptos diferentes y que ambos conceptos son diferentes de vivir solo o acompañado. Una persona puede vivir sola pero no estar aislada porque tiene múltiples relaciones sociales de todo tipo, y a su vez puede sentir o no la soledad. De igual manera, una persona que vive acompañada puede tener pocas relaciones sociales aparte de las de las personas con las que convive, y puede o no sentir la soledad. Por tanto, conviene diferenciar esas tres situaciones y tratar de medirlas adecuadamente para poder llegar a un mayor conocimiento de en qué consiste la soledad.

Lo primero que se ha hecho ha sido construir una tipología para medir el modo en que viven los entrevistados mediante un Índice de Convivencia. Este índice se ha construido para medir el grado de aislamiento objetivo de los entrevistados. No es lo mismo vivir solo por propia voluntad, que vivir solo porque el entrevistado carece de alguna persona que pueda o quiera vivir con él/ella. Por tanto, el índice se ha construido con las dos preguntas del cuestionario que recogen estas cuestiones, la pregunta 1 y la pregunta 2. El índice varía de 1 = el entrevistado vive acompañado de cónyuge y/o hijos, a 2 = el entrevistado vive acompañado de otras personas, 3 = el entrevistado vive solo por propia voluntad (“solos voluntarios”), y 4 = el entrevistado vive solo contra su voluntad (“solos obligados”).

Tabla 7.3.1. Distribución de los entrevistados según su Índice de Convivencia

	FRECUENCIA	PORCENTAJE %
Acompañado de cónyuge e hijos	743	61,6
Acompañado por otros	223	18,5
Solos voluntarios	140	11,6
Solos obligados	96	7,9
Total	1.202	99,7
Sin Respuesta	4	0,3
Total	1.206	100,0

Desde esta perspectiva, por tanto, y mediante esta definición poco sofisticada, se concluiría que solo un 8% de los españoles mayores de 18 años pueden ser considerados como realmente aislados, en cuanto a que viven solos por obligación, y no por propia voluntad.

A continuación se presenta la distribución de frecuencias separadamente para los que viven solos y los que viven acompañados, así como la media aritmética en la escala de convivencia y la desviación típica para ambos grupos de entrevistados.

Tabla 6

Tabla 7.3.2. Distribución de los entrevistados según su Índice de Convivencia, según vivan solos o acompañados

	VIVEN SOLOS			VIVEN ACOMPAÑADOS		
	Frecuencia	Porcentaje	% válidos	Frecuencia	Porcentaje	% válidos
Acompañado de cónyuge y/o hijos				743	76,9	76,9
Acompañado por otros				223	23,1	23,1
Solos voluntarios	140	58,4	59,4			
Solos obligados	96	39,9	40,6			
Total	236	98,3	100,0	966	100,0	100,0
No contestan	4	1,7				
Total	240	100,0				
Media aritmética	1,59			3,77		
Desviación típica	0,49			0,42		

Tabla 2

Por definición, por tanto, los que viven acompañados no están aislados. Y los que viven solos porque así lo desean tampoco pueden considerarse aislados, reservándose ese término solo a los que viven solos contra su voluntad. El Índice de Convivencia es lógicamente mucho más alto (3,77) para los que viven acompañados que para los que viven solos (1,59).

El aislamiento social

Para medir con más precisión el aislamiento social se han utilizado un conjunto de preguntas que miden diversas formas de relacionarse con los demás. Estos indicadores son los siguientes: 1) frecuencia de relaciones con familiares (distintos a aquellos con los que se convive, en el caso de los que viven con otras personas) como vecinos, amigos y compañeros de trabajo, 2) calidad de dichas relaciones, 3) pertenencia a asociaciones como miembro activo o no activo, 4) frecuencia de uso de distintos medios de comunicación y de transporte, 5) frecuencia de uso de redes sociales. A continuación se comentarán los datos más relevantes.

Tomando en consideración al conjunto de la muestra se observa que casi el 60% de los entrevistados afirma ver a sus vecinos diariamente, el 50% ve a sus familiares también diariamente y algo menos (41%) ve diariamente a sus amigos, pero solo alrededor de un tercio ve a sus compañeros de trabajo todos los días (debido, lógicamente, a que no todos los entrevistados tienen un empleo y por tanto compañeros de trabajo). Las personas que viven solas ven a sus familiares con mucha menos frecuencia que los que viven acompañados (aunque se preguntó por familiares que no convivan con el entrevistado), pero curiosamente los que viven solos ven a sus amigos diariamente en mayor proporción que los que viven acompañados. Y comparando a los "solos voluntarios" con los "solos obligados" se observa que los primeros ven a sus vecinos diariamente en mucha menor proporción que los "obligados" y en alguna menor proporción también a sus amigos, pero ven a sus compañeros de trabajo diariamente en mayor proporción que los "solos obligados".

En lo que respecta a la calidad de las relaciones, y tomando al conjunto de la población entrevistada, parece que la mayor calidad es la de las relaciones con los amigos y familiares, luego con el cónyuge, en menor medida con los vecinos, y aún en menor medida con los compañeros de trabajo. En el caso de las personas que conviven con otras personas las mejores relaciones

parecen ser con los amigos, con los familiares y con el cónyuge o pareja, y en menor medida con los compañeros de trabajo y los vecinos. Pero entre los que viven solos las mejores relaciones parecen ser con los amigos, los familiares, los compañeros de trabajo, los vecinos y, en muy escasa proporción, con el cónyuge o pareja. Y al comparar a los "solos voluntarios" con los "solos obligados" se observa que los "voluntarios" muestran sistemáticamente mejores relaciones con todos los grupos sociales mencionados que los "obligados", con la única excepción de las relaciones con los compañeros de trabajo.

Otro grupo de relaciones que se ha investigado es el que se refiere a la pertenencia a asociaciones. Todas las investigaciones realizadas desde que se iniciara la investigación social en España en la década de los años '60 han puesto de manifiesto la escasísima pertenencia de los españoles a asociaciones de cualquier tipo. Esta es una característica bastante común en países mediterráneos y en países católicos (como los latinoamericanos o Irlanda) y que se repite en todas las investigaciones internacionales.

Una hipótesis que avanzamos hace tiempo es que en estos países el clima favorece la relación interpersonal en la calle, en la plaza pública, lo que hace innecesaria la pertenencia a asociaciones formales y por tanto favorece las relaciones informales. De otra parte, la Iglesia católica tradicionalmente receló de asociaciones y clubs que no tuvieran su origen en la propia Iglesia. En cualquier caso, los datos de esta investigación ponen de manifiesto una vez más el bajísimo asociacionismo de los españoles, pues más del 95% afirma no pertenecer a ninguno de los casi veinte tipos de asociaciones por los que se preguntó en la encuesta.

Y en esta cuestión no se observan diferencias entre los que viven solos o acompañados, ni entre los "solos voluntarios" y los "solos obligados", pues más del 90% en cualquier caso en cada segmento social afirma no pertenecer a ninguna asociación.

Tomando en consideración el uso de medios de comunicación (televisión, radio y prensa), se observa que casi el 90% de los entrevistados ve la televisión diariamente y alrededor de un 50% escucha la radio también diariamente, pero solo un tercio lee la prensa a diario. De manera general, los entrevistados que viven solos consumen algo más cada uno de estos tres medios de comunicación que los que viven acompañados. Y, mientras que los "solos obligados" ven diariamente la televisión en cierta mayor proporción que los "solos voluntarios", éstos escuchan más la radio y leen la prensa con mayor frecuencia que los "solos obligados".

Si del consumo pasivo de medios de comunicación se pasa al consumo activo de nuevos medios de comunicación interpersonal, desde el teléfono a Internet, se observa que alrededor de tres de cada cuatro españoles de 18 y más años utiliza diariamente su teléfono móvil, más de la mitad navega por Internet y utiliza Smartphone a diario y casi la mitad utilizan a diario su ordenador fijo o portátil y un 14% utiliza a diario la tableta, pero solo un tercio utiliza diariamente el teléfono fijo, y prácticamente nadie utiliza ya a diario el fax. Los que viven acompañados utilizan cada uno de estos medios activos de comunicación diariamente en mayor

proporción que los que viven solos. Así mismo, los “solos voluntarios” utilizan cada uno de estos medios diariamente en mayor proporción que los “solos obligados”, y la diferencia es especialmente grande en el caso del uso del móvil, del ordenador fijo o portátil, de la navegación por Internet y del Smartphone.

En cuanto a los medios de transporte, se observa que algo más de un tercio de los españoles de 18 y más años utiliza diariamente el coche, pero solo algo más de un 10% utiliza diariamente el transporte público, y proporciones inferiores al 5% utiliza la moto o la bicicleta. Los que viven acompañados utilizan diariamente el coche en proporción mayor que los que viven solos, pero éstos utilizan los otros medios de transporte en proporciones algo superiores a los que viven acompañados. Y los “solos voluntarios” utilizan diariamente cualquiera de estos medios de transporte, excepto la moto, en proporción algo superior a los “solos obligados”.

Finalmente, y en cuanto al uso de redes sociales, los datos sugieren que más de la mitad de los españoles de 18 y más años utiliza WhatsApp diariamente y algo menos de un tercio utiliza Facebook y el correo electrónico también a diario. Pero menos del 10% de los entrevistados en la muestra total utiliza a diario los mensajes SMS, twitter, Skype o similares, u otras redes sociales. Los que viven solos utilizan diariamente cada una de estas redes sociales en mayor proporción que los que viven acompañados, excepto twitter, que es utilizado diariamente en proporción similar por unos y otros. Y los “solos obligados” utilizan diariamente cada una de estas redes sociales en proporción algo mayor que los “solos voluntarios”, excepto el WhatsApp, que es utilizado más o menos en igual proporción por unos y otros.

Hasta aquí se ha presentado una descripción muy simple y general de cómo el modo de convivencia afecta a las distintas formas de relación social. No obstante, el objetivo es medir el grado de aislamiento de los españoles por lo que se ha precisado bastante más la medición de estas formas de relación. Concretamente, mediante la construcción de índices para los entrevistados que viven solos y los que viven acompañados para medir cada una de estas formas de relación, cerca de 50 en total, cada una de ellas medida por una escala de al menos 4 o 5 categorías. Y los mismos cálculos se han realizado comparando las formas de relación de los “solos obligados” y los “solos voluntarios”. En lo que afecta a la medición del grado de relación social de los españoles con el resto de la sociedad, los casi 50 indicadores individuales anteriormente contemplados se han resumido en seis índices: de Frecuencia de Relaciones, de Evaluación de las Relaciones, de Asociacionismo, de Comunicaciones, de Transporte y de Redes Sociales.

Eso permite comprobar que la frecuencia de relaciones (con familiares, amigos, vecinos, etc.) es algo mayor entre los que viven acompañados que entre los que viven solos, y que es mayor entre los “solos voluntarios” que entre los “solos obligados”.

Los que viven acompañados también evalúan algo mejor sus relaciones sociales (con familiares, etc.) que los que viven solos, pero los “solos voluntarios” valoran mejor esas relaciones sociales que los “solos obligados”.

Aunque el asociacionismo es muy bajo en todos los grupos sociales, es algo mayor entre los que viven solos que entre los que viven acompañados, y algo mayor entre los “solos voluntarios” que entre los “solos obligados”.

El consumo de medios de comunicación es algo mayor entre los que viven acompañados que entre los que viven solos, y es significativamente más alto entre los “solos voluntarios” que entre los “obligados”. El uso de medios de transporte es algo mayor entre los que viven acompañados que entre los que viven solos, y es mayor entre los “solos voluntarios” que entre los “solos obligados”. El uso de redes sociales es mayor entre los que viven solos que entre los que viven acompañados, y es casi igual, aunque algo mayor, entre los “solos voluntarios” que entre los “obligados”.

Tabla 7.3.3. Índices de relación social según cuatro modos de convivencia de los entrevistados

	Acompañados nucleares	Acompañados otros	Solos voluntarios	Solos obligados
Índice de Frecuencia de Relaciones	24,4	24,1	24,3	21,4
Índice de Evaluación de Relaciones	21,5	19,0	18,1	17,2
Índice de Asociacionismo	0,3	0,2	0,3	0,3
Índice de Uso de Comunicación	26,1	27,8	26,4	21,5
Índice de Uso de Transporte	7,4	7,6	7,4	6,2
Índice de Uso de Redes Sociales	12,8	16,0	15,2	15,1

Tabla 3

Se ha denominado “acompañados nucleares” a los entrevistados que viven acompañados de su cónyuge y/o hijos, puesto que se trata de familias “nucleares”, y como “acompañados otros” a los que viven acompañados de otras personas. Cuando se comparan los índices obtenidos para los cuatro grupos de convivencia anteriormente definidos, se puede observar que, los que viven acompañados suelen tener mayores relaciones sociales de todo tipo que los que viven solos, aunque a veces las diferencias son pequeñas. Así, los “acompañados nucleares” tienen más relaciones sociales con familiares, vecinos, amigos, etc. que los demás grupos, y además valoran mejor esas relaciones que los demás. Pero los “acompañados otros” son los que hacen mayor uso de los medios de comunicación, de los medios de transporte y de las redes sociales.

Por el contrario, los valores más bajos en todos los índices, excepto el de uso de redes sociales, se encuentran entre los “solos obligados” (en el caso de las redes sociales ocupan el segundo valor más bajo).

Debe subrayarse que los “solos voluntarios” suelen ser los que obtienen los segundos valores más altos en casi todos los índices, lo que demuestra que los que viven solos voluntariamente tienen muchas relaciones sociales. Pero se ha querido resumir aún más toda la información anterior, mediante un Índice de Sociabilidad que combina los Índices de Frecuencia de Relaciones, Asociacionismo, Comunicación, Transporte y Redes Sociales.

Cada uno de esos índices tenía escalas diferentes, por lo que antes de agregarlos se estandarizaron en escalas de 1 a 10 puntos. Así se ha construido un Índice de Sociabilidad que, al tener más de cien categorías, se ha

reducido a una escala de 5 puntos (1=sociabilidad muy baja, 5=sociabilidad muy alta).

Tabla 7.3.4. Índice de Sociabilidad (en dos escalas) según los cuatro modos de convivencia de los entrevistados

	Acompañados nucleares	Acompañados otros	Solos voluntarios	Solos obligados
Índice de Sociabilidad-1	25,1	25,4	26,3	24,6
Índice de Sociabilidad-2	2,5	2,5	2,7	2,4

Tabla 4

Mediante este Índice de Sociabilidad se ha podido comprobar que son los “solos voluntarios” los que parecen mostrar valores más altos, seguidos de los “acompañados nucleares y otros”, siendo los “solos obligados” los de menor sociabilidad. Las diferencias entre los cuatro grupos según modos de convivencia no son muy grandes, pero apuntan en la dirección esperada: los “solos voluntarios” no solo no están aislados, sino que parecen ser los más relacionados y los más sociables, mientras que los “solos obligados” son los menos sociables y los menos relacionados.



Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), Lituania es el país que tiene la tasa de suicidios más alta del mundo, considerando la población masculina (los varones se matan en una proporción muy superior a las mujeres en todos los países). El promedio es de 61,3 cada 100.000 habitantes.

En segundo lugar aparece Rusia con 53,9; y tercero, Bielorrusia con 48,7. Un poco más abajo, Kazajistán con 43, Hungría y Letonia con 40, y Ucrania con 37,8.

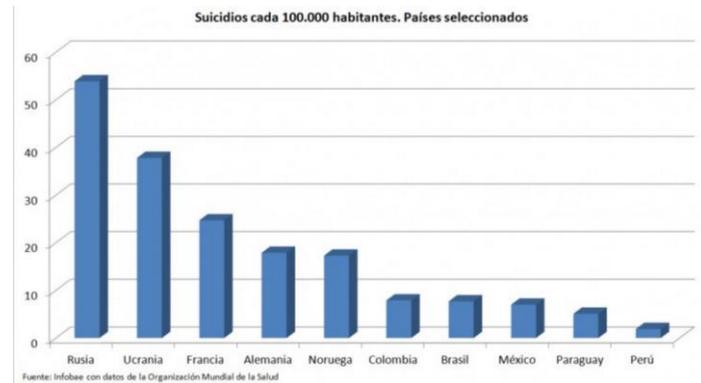
Así, siete de los primeros diez pertenecen a Europa del Este. Completan la decena tres asiáticos: Corea del Sur, Japón y Sri Lanka.

"Cada año mueren en el mundo cerca de 55 millones de personas. El suicidio (del latín, matarse a sí mismo) cobra cada año alrededor de un millón de muertes, correspondiendo a un 1,5 a 2% del total de decesos", dice a Infobae el psiquiatra Juan Carlos Martínez Aguayo, Profesor Asociado de la Universidad de Valparaíso y Director de la Sociedad Chilena de Neurología, Psiquiatría y Neurocirugía.

"De 100 causas de muerte por violencia, 50 son por suicidio, un tercio por homicidio y un 20% por acciones

bélicas o actos terroristas. En el mundo hay un suicidio cada 38 segundos, un homicidio cada 60 segundos y una muerte por actos terroristas o bélicos cada 100 segundos. Sin embargo, para el 2020 habrá un suicidio cada 20 segundos", agrega.

Como los países de Europa Occidental tienen índices más bajos, la media europea es de 23,2 suicidios cada 100.000 habitantes (siempre considerando la población masculina).



Muy lejos de esa realidad están las naciones latinoamericanas, que promedian 10,3. A excepción de Uruguay, Cuba y Chile, que tienen tasas similares a las europeas (de 26, 19 y 18 respectivamente), el resto está por debajo de los 13 suicidios.

Los casos extremos son Paraguay, que tiene 5,1; República Dominicana, con 3,9; y Perú, con 1,9.

El problema de vivir en un mundo cada vez más individualista

"La cohesión social ha ido disminuyendo en Europa a lo largo de las últimas décadas. Hemos entrado a un modelo social muy individualista, donde cada sujeto busca prosperar por su cuenta y donde, si acude a otros, es para prosperar más, pero no solidariamente. Lo que vemos en la clínica es que en este tiempo la vivencia de la soledad ha ido incrementándose considerablemente", explica el psiquiatra y psicoanalista Josep Moya, coordinador del Observatorio de Salud Mental de Cataluña, en diálogo con Infobae.

Una de las expresiones más importantes de la nueva modernidad que atraviesa gran parte del mundo occidental es el declive de la familia, que ya no tiene un lugar tan omnipresente en la vida de las personas. Un buen soporte familiar o, en su defecto, social -como las amistades-, permiten que los individuos se sientan contenidos, y tengan en qué apoyarse en los momentos de inestabilidad emocional.

"Alguien que atraviesa por una situación muy difícil -dice Moya-, con un cuadro melancólico, si no tiene un buen soporte socio-familiar enfrenta un riesgo mayor de pasar al acto suicida. Por ejemplo, en los casos de suicidio asociados al acoso laboral, suelen producirse en personas que se sienten solas y que ven a todo su entorno en contra suya".

"Muchas personas viven en absoluta soledad"

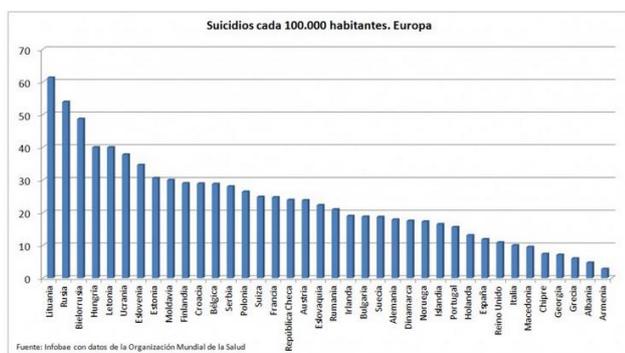
"En cambio, cuando se tiene un buen sostén familiar, por más difícil que sea la situación clínica o laboral, se está

en mejores condiciones de afrontarla. Por citar un caso, ayer un señor de 45 años que está en paro nos decía que pasaba por momentos bajos, pero que tenía presente que contaba con el apoyo de su esposa y de sus hijos", agrega.

Pero en Europa esto parece ser cada vez menos frecuente, por el debilitamiento de los vínculos familiares y afectivos. "Vemos muchas personas que viven en absoluta soledad y que cuando se encuentran ante problemas económicos o de salud -continúa el psicoanalista-, sus conocidos les viran la espalda. Los vínculos están actualmente muy condicionados por la palabra éxito, hay que gozar, producir y tener, y si uno no puede quedar excluido".

No casualmente, los países económica y socialmente más desarrollados están entre aquellos con mayores índices de suicidio. Por más que resulte paradójico, muchas de las naciones que han alcanzado los mayores estándares de vida del mundo -y probablemente de la historia de la humanidad- lo hicieron a través de un modelo de sociedad que deteriora los vínculos primarios, característicos de las sociedades del pasado, como la familia y la comunidad local.

Es cierto que las naciones de Europa Oriental no están entre las más avanzadas y son las que encabezan la lista, pero desde el décimo puesto en adelante, aparecen los de Europa Occidental y otros países desarrollados no europeos. Entre ellos, Estados Unidos, que tiene un índice de 17,7 cada 100.000 habitantes, y Canadá (17,3). Incluso si miramos dentro de América Latina, entre los países con más suicidios están Chile (18,2) y Uruguay (26), que son los que alcanzaron estándares de vida más cercanos a los europeos.



Barreras de contención contra el suicidio

Pero viendo el panorama latinoamericano, la situación no es tan crítica. Al menos en lo que respecta a los suicidios. ¿Qué protege a estas sociedades contra el deseo de matarse?

"Cuando organizamos grupos de personas en situación de paro -dice Moya- participa gente de América Latina. Por un lado, vemos que muchas ya pasaron por situaciones muy difíciles, como crisis económicas y políticas, lo que les da cierto entrenamiento. Pero por otro lado, la mayoría tiene un buen soporte socio-familiar, que les da mayores recursos personales para hacer frente a los contextos angustiantes".

"Quienes profesan una fe están en mejores condiciones para afrontar las crisis"

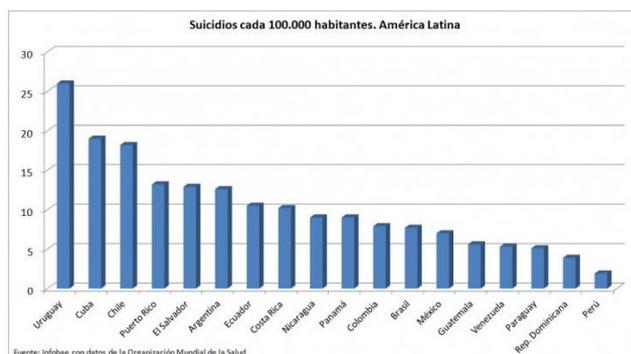
La hipótesis más fuerte es que como las formas de relacionarse propias de la última modernidad, caracterizadas por criterios más utilitarios que afectivos, no penetraron tanto en las sociedades latinoamericanas, muchas expresiones comunitarias perviven. Así, los vínculos emocionales ocupan un lugar más importante en la vida de los latinoamericanos, ofreciéndoles una mayor contención y blindándolos contra la soledad.

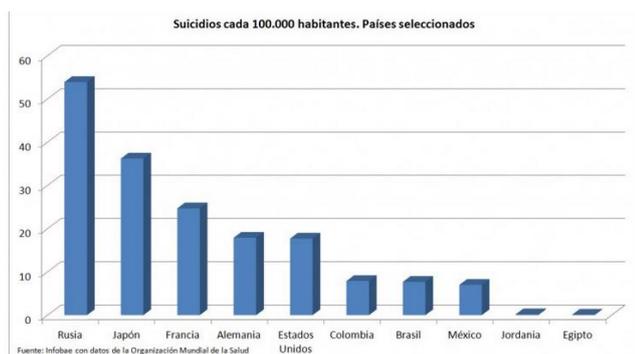
"Hay otro elemento a tener en cuenta que son las creencias religiosas. Quienes profesan una fe y piensan que dios no los ha abandonado también se encuentran en mejores condiciones para afrontar las crisis", dice Moya.

Al ofrecer algo en qué creer, a qué aferrarse a pesar de todo, encuentran un importante incentivo para seguir viviendo, ya que no caen en la desesperanza de alguien que sólo vive para el trabajo y que, en caso de perderlo, se queda sin nada ni nadie. Además, cultivar una religión permite vincularse con otras personas, y no para perseguir fines utilitarios, sino por el placer de compartir. Las estadísticas muestran que, a pesar de su declive mundial, el fervor religioso es muy superior en América Latina que en Europa. Pero en otras regiones es aún mayor.

Esta descripción no pretende insinuar que se vive mejor en las sociedades musulmanas o latinoamericanas que en las europeas, donde los logros sociales alcanzados por muchas naciones son innegables y envidiables para otras regiones del mundo.

Pero así como los países latinoamericanos pueden aprender de muchas de las exitosas formas de organización social desarrolladas en Europa, los europeos podrían empezar a revalorizar el lugar irremplazable que tienen en la vida los vínculos afectivos, las relaciones comunitarias, las amistades y, sobre todo, la familia.





Referencias

Wikipedia. La enciclopedia libre. (2017). Hermandad de la Soledad de San Lorenzo (Sevilla). 07 de agosto de 2017, de Hermandad de la Soledad de San Lorenzo Sitio web: [https://es.wikipedia.org/wiki/Hermandad_de_la_Soledad_de_San_Lorenzo_\(Sevilla\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Hermandad_de_la_Soledad_de_San_Lorenzo_(Sevilla))

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (25 DE SEPTIEMBRE DE 2014). ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL... DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS DE EDAD (1 DE OCTUBRE). Instituto Nacional de Geografía, S/V, 1. Recuperado de: <http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2014/adultos0.pdf>

Virgen Montelongo, Ricardo Ana Cecilia Lara Zaragoza Gabriela Morales Bonilla Sergio J. Villaseñor Bayardo. (10 de noviembre 2005). LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD. Revista Digital Universitaria, Volumen 6, 2/11. Recuperado de: http://www.revista.unam.mx/vol.6/num11/art109/nov_art109.pdf

Gómez Mena. Carolina (viernes 28 de marzo de 2008). En México cada año se suicidan hasta unas 6 mil personas: IMSS. La Jornada, S/P. Recuperado de: <http://www.jornada.unam.mx/2008/03/28/index.php?section=sociedad&article=042n1soc>

Pablo Proal, Juan. (Enero 10, 2015). Soltería y soledad, con tendencia al alza en México. Poblnerías en línea, Reporte especial, S/P. Recuperado de: <http://www.poblnerias.com/2015/01/solteria-y-soledad-con-tendencia-al-alza-en-mexico/>

Abellán García, Antonio; Pujol Rodríguez, Rogelio (2015). "Un perfil de las personas mayores en España, 2015. Indicadores estadísticos básicos". Madrid, Informes Envejecimiento en red nº 10. Fecha de publicación: 22/01/2015. Recuperado de: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos15.pdf>

<http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos15.pdf>

envejecimientoenred. (2013). El baby-boom y el factor de sostenibilidad. 07 de agosto de 2018, de Blog Envejecimiento [en-red] Recuperado de: Sitio web: <https://envejecimientoenred.wordpress.com/2013/05/17/el-baby-boom-y-el-factor-de-sostenibilidad/>

Díez Nicolás, Juan y Morenos Páez, María. (2015). LA SOLEDAD EN ESPAÑA. Editorial Fundación ONCE y Fundación AXA. Madrid. Recuperado de: http://www.fundaciononce.es/sites/default/files/soledad_en_espana.pdf

