



Vejez, soledad y medios de comunicación:

perspectivas desde la comunicación, la psicología y la sociología

Aging, loneliness and the media: perspectives from communication, psychology and sociology

Laura Bustos Martínez

Vejez, soledad y medios de comunicación: perspectivas desde la comunicación, la psicología y la sociología

Aging, loneliness and the media: perspectives from communication, psychology and sociology

Laura Bustos Martínez
<https://orcid.org/0009-0009-8017-7888>
Universidad Complutense de Madrid, España
Quadient Software Spain S.A., España
laurabusmar@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.54753/eac.v14i2.2481>

RECIBIDO: 07/05/2025

ACEPTADO: 21/05/2025

RESUMEN

El presente estudio pretende conocer si longevos madrileños residentes en hogares unipersonales usan la televisión, la radio e internet como atenuantes de su soledad. La investigación se aborda desde un enfoque interdisciplinario que toma en cuenta las aportaciones de la sociología, la comunicación, la psicología social y evolutiva. La muestra de esta investigación de campo está integrada por 20 personas, cuyas edades están por encima de 65 años y que habitan hogares unipersonales en el distrito madrileño de Usera (España). Los resultados obtenidos señalan que los sujetos que experimentan situaciones más desfavorecidas, tales como el abandono familiar o un deterioro de la salud, muestran ser más vulnerables al sentimiento de soledad. También que este se reconoce más en los hombres que en las mujeres y que quien menos los padecen son los divorciados. Pero también que, a mayor descuido familiar, peor percepción de la salud. También se encontró que, seguida de la radio, la televisión se posiciona como un medio de comunicación que otorga a las personas mayores canales de interacción parasocial como sustituto de las interacciones comunicativas. Con respecto al uso de la última tecnología, queda ratificada la brecha digital. Estos resultados invitan a reflexionar no solo sobre las comunicaciones personales en la longevidad, el rol de la familia como grupo de apoyo y la planificación concienzuda de políticas comunitarias de atención, sino también a colaborar, desde el ámbito científico y social, para ayudar al sector más mayor de la sociedad.

Palabras clave: Vejez, soledad, comunicación, grupo de apoyo, Usera.

ABSTRACT

This study aims to explore whether elderly individuals living alone in Madrid use television, radio, and the internet to alleviate feelings of loneliness. The research takes an interdisciplinary approach, drawing from sociology, communication studies, and both social and developmental psychology. The fieldwork sample consists of 20 individuals over the age of 65, all residing in single-person households in the Usera district of Madrid, Spain. The findings indicate that participants facing more adverse circumstances, such as family abandonment or declining health, are more vulnerable to feelings of loneliness. These feelings are reported more frequently by men than women and appear to affect divorced individuals the least. The results also show that lower levels of family involvement are associated with a poorer perception of health. Among the media studied, television, followed by radio, emerges as a key channel offering parasocial interaction, serving as a substitute for face-to-face communication. When it comes to the use of newer technologies, the persistence of the digital divide is confirmed. These findings invite reflection not only on interpersonal communication in later life, the role of family as a support group, and the careful planning of community care policies, but also on the need for scientific and social collaboration to support the oldest members of society.

Keywords: Aging population, loneliness, media, elderly well-being, Usera.

INTRODUCCIÓN

Nadie duda de que la humanidad ha presenciado el incremento de la longevidad. Varios son los autores que lo han estudiado y diversas, las causas esgrimidas. De hecho, del trabajo de Omran (2005), en el que expone su teoría de la transición epidemiológica, se pueden extraer algunas de estas: mejoras en la atención sanitaria, en las políticas de salud pública y en la tecnología médica; avances en el conocimiento nutricional, desarrollo socioeconómico porque viene acompañado de mayor salubridad como el acceso al agua potable, a la educación y a la conciencia sanitaria que se traducen en prevención.

Al margen de estas circunstancias y sus combinaciones, esta extensión vital ha propiciado otros escenarios importantes para la sociedad, los cuales no se constriñen al área de la salud física per se o a las crudas interpretaciones, algunas económicas, que suelen aludir los gestores de la política pública en varias partes del mundo (Cfr. Harper, 2010), sino que trascienden al dinamismo cotidiano como lo es vivir la vejez en soledad. En 2009, ya Rodríguez Martín no solo reconoce tres rostros críticos de la soledad (v.g. crisis de identidad, de autonomía y de pertenencia); sino que los vincula con el síndrome del nido vacío (los hijos se van a construir su propia vida), relaciones familiares pobres (escaso contacto y débil calidad) y el fallecimiento del cónyuge (perder el par íntimo, el acompañamiento continuo, quien es la fuente de intercambio y seguridad).

Debido a la extensión de la vida, la cuestión se ha convertido en un campo importante y necesario de estudio. En un ensayo, Gajardo Jauregui (2015) revisa la dimensión trascendental del tema e invita a continuar trabajando en ello. No solo supone desde una mirada ética esta clase de soledad y exhorta a revisarla como una epidemia cultural y apreciarla como un riesgo, sino que apunta que “la soledad en la vejez es un concepto complejo que encuentra distintas racionalidades en su comprensión, las que suponen diferentes consideraciones para su medición y abordaje” (p. 103). Es decir, que

refiere su complejidad epistémica. Es casi seguro que conscientes de esta realidad y necesidad se haya validado una serie de instrumentos a fin de medirla. De hecho, Cerquera Córdoba et al. (2013) diseñaron y validaron la escala ESTE-R para medir la soledad en la vejez de colombianos a partir de la escala ESTE propuesta por la Universidad de Granada (España), aunque también aludieron en otras, tales como: UCLA, SELSA, ESLY y la Escala de Satisfacción Vital de Philadelphia.

López Doblas y Díaz Conde (2018) se aproximaron a la problemática usando la metodología cualitativa. Gracias a grupos de discusión integrados por personas en viudedad de varias partes de Asturias y Andalucía, estos autores confirmaron los logrados por anteriores investigaciones cuantitativas: hay un fuerte vínculo entre soledad y viudez sobre todo en aquellos que perdieron a su cónyuge también en la vejez. Los participantes reconocen que se distancian de sus pares que mantienen la condición matrimonial. Sienten que ahora no encajan en los encuentros, así que prefieren frecuentar otros viudos y de su mismo sexo. Concluyen que en los habitantes de hogares unipersonales crece la escasez de recursos para combatir el sentimiento de soledad.

Sin embargo, no todos los abordajes ofrecen explicaciones negativas. De la Mata Agudo y Hernández Ascanio (2021) relacionan la evaluación negativa con el sistema patriarcal, la mujer fue criada para satisfacer la necesidad del otro, y cuando ya no tiene a quien atender -ni hijos ni esposo- pueda que se sienta sin lugar, extraviada. Es decir, que de modificarse las tradicionales circunstancias puede ser una oportunidad para que las féminas aprendan a hallar su identidad o a construirla desde su yo y se encuentren consigo mismas. Aludieron a pesquisas como la de Ramos Toro (2018), que reportan no solo que algunas viudas aseguran que han recuperado su independencia y autonomía; que gestionan su tiempo y priorizan sus necesidades, sino que rechazan emparejarse de nuevo. También Torío López (2021), quien reflexiona acerca de la vejez en pandemia, defiende que en esta fase vivencial o en su soledad pueden hallar aspectos

positivos. Además de la posibilidad de afirmación de la identidad y la autonomía personal, puede ser un proceso enriquecedor. Valora el apoyo que estas personas deben recibir de la familia y de la comunidad para que se potencien las condiciones positivas.

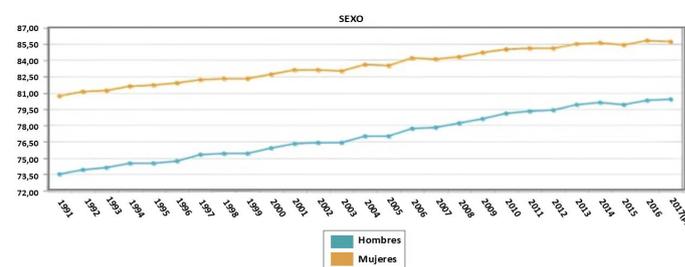
Este fenómeno resulta de especial interés para la psicología social, ya que esta disciplina se encarga de estudiar cómo los pensamientos, emociones y comportamientos de los individuos se ven influidos por su contexto social, las relaciones interpersonales y los roles que desempeñan en la sociedad. La soledad en la vejez no puede comprenderse únicamente desde una dimensión individual o clínica, sino que exige una mirada que contemple factores culturales, estructurales y simbólicos. Como señala Rodríguez Martín (2009), la vivencia de la soledad está estrechamente relacionada con las rupturas en los vínculos sociales significativos y con la pérdida de pertenencia a grupos de referencia, lo que sitúa a esta experiencia en el centro de las preocupaciones de la psicología social. Esta disciplina, por tanto, no solo analiza las causas y consecuencias del aislamiento, sino que también propone estrategias de intervención comunitaria y de fortalecimiento del tejido social para mitigar sus efectos.

Ahora bien, atendiendo que la longevidad española es un tema común, sería oportuno aproximarse a los números, para responder cuál es la situación en España, aparte de lo que aseguran las investigaciones aludidas; ¿cuál es el panorama que ofrecen las estadísticas? Esto se verá de inmediato.

La prolongación de la senectud en España y los hogares unipersonales

Las estadísticas evidencian con claridad que el porcentaje de los españoles de 65 años o más en el total de la población está creciendo rápidamente (figura 1). Tanto es así, que en 1991 los hombres al nacer tenían una esperanza de vida de 73:5 años y las mujeres 80:7 años, y transcurridas unas tres décadas, en 2018, la esperanza había crecido hasta 85:7 años para las mujeres y 80:4 para los hombres (Instituto Nacional de Estadística [INE], 2018c).

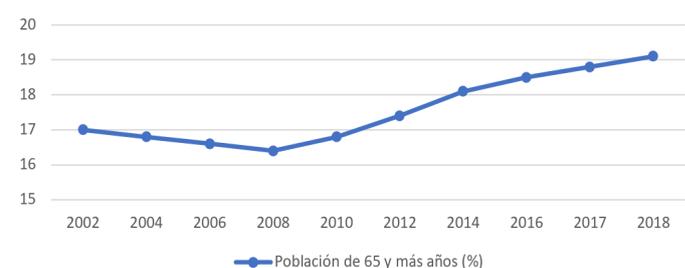
Figura 1
Evolución de esperanza de vida al nacimiento por género



Nota. El gráfico que representa el segmento histórico que va entre 1991 y 2018, indica que los hombres y las mujeres aumentaron su esperanza de vida en 6:9 y 5 años, respectivamente. Tomado de 4.1 *Esperanza de vida* del INE, 2018b.

Conforme a las cifras que el Instituto Nacional de Estadística recogía a 1° de enero de 2018, los mayores de 65 años representan el 19% de la población total (figura 2), suponiendo más de 8,7 millones de personas. Entre 2002 y 2018, subió el número de españoles de 65 o más años de un 17% de la población total española a un 19%. A su vez, el número de centenarios también sigue en acrecentándose.

Figura 2
Evolución del porcentaje de población de 65 años en adelante en España

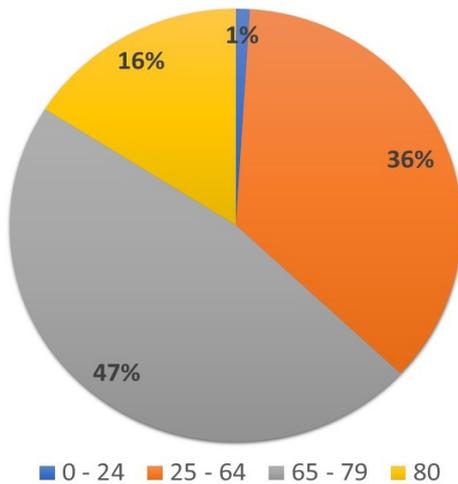


Nota. La población de 65 y más años ha pasado 17% en 2002 a un 19% en 2018. Tomado de 4.1 *Esperanza de vida*, del INE, 2018d.

Debido a la evolución que se experimenta en la actualidad hacia un mundo más global, surgen nuevas exigencias de la dinámica vivencial. Los miembros de la familia, a medida que crecen, organizan una vida lejos de sus allegados más mayores (Rodríguez Martín,

2009). Al paso que se van alejando, tienden a dejar en soledad a sus mayores dentro de sus domicilios, que terminan convirtiéndose en hogares unipersonales, “El hogar unipersonal se forma por una sola persona” (Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática [INEGI], 2003, p. XV). En 1999, un estudio de Sánchez Vera apuntó que, en el año 1991, el 47% de los habitantes de los hogares unipersonales tenían entre 65 y 79 años y que el 16% lo formaban personas de más de 80 años. De esta manera, el 63% de los hogares unipersonales estaban compuestos por personas de 65 o más años (figura 3).

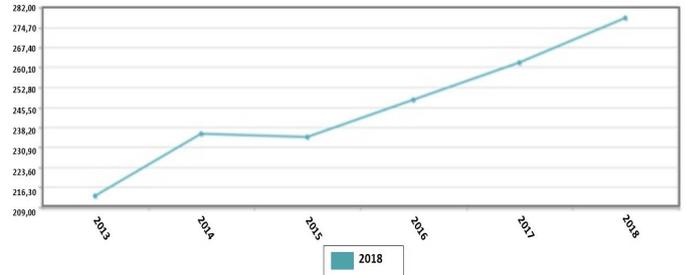
Figura 3
Hogares unipersonales por edades en 1991



Nota. En 1991, el 63% de los hogares unipersonales estaban formados por personas de 65 años en adelante. Adaptado de *Tercera y cuarta edad en España desde la perspectiva de los hogares*, por J. Sánchez Vera, 1996.

De acuerdo con un informe realizado por el INE publicado en 2018, de 667.000 hogares unipersonales que existen en la Comunidad de Madrid, 278.100 son de personas de 65 o más años, lo que significa un 42 % del total. Si se observa la totalidad del país, los datos no varían demasiado, siendo esta vez una cifra del 43 % (INE, 2018). A través del siguiente gráfico, se nota la subida de hogares unipersonales en la Comunidad de Madrid. Mientras que en 2013 rondaban los 213.100, en 2018, como ya se manifestó, se han alcanzado los 278.100 (figura 4).

Figura 4
Instituto Nacional de Estadística (INE). (2019). Número de hogares unipersonales por comunidades y ciudades autónomas según sexo, edad y estado civil (2013-2018).



Nota. Entre 2013 y 2018 se constituyeron 65000 nuevos hogares unipersonales en la Comunidad de Madrid. Tomado de Número de hogares unipersonales por comunidades y ciudades autónomas según sexo y estado civil, por el Instituto Nacional de Estadística (2018c).

Los cambios en los porcentajes de edades en la población española acrecientan la necesidad de formular preguntas tan críticas que quizá carezcan de respuestas absolutas: ¿Puede nuestra sociedad responder a las necesidades de las personas mayores? ¿Cómo pueden influir los datos que demuestran un auge del porcentaje de personas de 65 años en adelante en nuestra sociedad? ¿Qué efectos conlleva este fenómeno en las acciones y pensamientos de las personas mayores? U otras interrogantes que se tratará de inmediato, ¿qué actividades realizan los mayores en sus hogares unipersonales?, ¿qué hacen para sentirse a gusto?, ¿les visita la soledad? Después de todo, como señala Uribe Díaz (2015), el hogar “se convierte en el espacio vital y esencial que permite la estabilidad y la intimidad de aquellos que la habitan, por lo cual tiene un significado relevante para las personas de los hogares unipersonales.” (p. 150). Su parecer lo sustenta en la voz de una de sus entrevistadas: “Vivo en un apartamento donde paso la mayor parte del tiempo, lo disfruto, me brinda una seguridad necesaria para sentirme bien. Me gusta el espacio y disponer de él, tenerlo a mi gusto” (Rosa, Bogotá, 2010, p. 150). Aunque se trata de una realidad sudamericana, también podría ser muy bien española. A partir de estos argumentos, se admite que al pasar varias horas en el hogar, al



sentirse a gusto en ese espacio, las personas hacen lo que les agrada o lo que les hace más cómoda su estancia en ese pedazo de territorio íntimo. Aunque también es posible que lleven a cabo actividades bajo la añoranza de otras. Con el propósito de lograr ciertas respuestas de conformidad con los intereses de este estudio, en el próximo párrafo se revisan investigaciones relacionadas con los medios y las actividades que suelen realizar los mayores.

Los mayores y los medios tradicionales y emergentes

Como es obvio, los ancianos que ya no trabajan ni tienen que preocuparse de criar a sus hijos suelen tener más tiempo libre. Entre los principales medios, la televisión o la radio podría parecer una de las herramientas capaces de convertirse en importante fuente de entretenimiento, acompañamiento, comunicación e información porque los ciudadanos más mayores suelen perder gradualmente su vista o porque simplemente prefieren la televisión o la radio a un medio de comunicación impreso (López Doblas, y Díaz Conde, 2018). Para Davis (1971), la TV es “la ventana al mundo”; para Kubey (1980) podría ser la ventana a los acontecimientos mundiales dada la necesidad de las personas mayores por saber lo que ocurre fuera de su restringido universo. Fouts (1989) dice que esta inclinación en algunos es adictiva (ven lo que sean y por tiempo prolongado), mientras que otros son más selectivos.

Ver televisión supera a otras actividades comúnmente valoradas como más importantes, como la socialización, la actividad física (en la medida adecuada para cada edad) o la lectura. Sobre el visionado que efectúan de la televisión los ancianos procedentes de cuatro estilos de vida diferentes, se halló que pasan un promedio de 22% de su tiempo despierto viéndola (Moss y Lawton, 1982). De hecho, los longevos invierten más tiempo en esta actividad que en cualquier otra, exceptuando dormir (Rubin y Rubin, 1982). Varios estudios han documentado, mediante cuestionarios y entrevistas, la cantidad de visionado de televisión realizado por ancianos. Se calcula que ven la TV entre tres y seis horas por día (Rubin y Rubin, 1982) con grados de diferencia que dependen de las características sociales de

cada espectador (nivel educativo, estatus social o condiciones de salud), así como de sus circunstancias de vida (vida independiente, vida en una residencia de ancianos o en un hogar con hijos, etc.). Empero, aseveran que quienes ven más televisión son aquellos que viven solos.

En España, los datos del Anuario de la Sociedad General de Autores y Editores (SGAE) de 2018 muestran que la audiencia está envejeciendo a un ritmo acelerado y con una tendencia consistente. Dicho anuario, entre otras cuestiones, analiza el promedio de consumo diario de televisión. Notó que la totalidad de la población española dedica 160 minutos diarios a ver la TV (106 minutos en 2016), mientras que los individuos de más de 65 años consumen una media 352 minutos, es decir, un poco menos de 7 horas diarias. No solo son quienes más tiempo dedican al medio televisivo, sino que distinguen un alza en un minuto con respecto al año anterior (SGAE, 2018). De esta manera, la TV representaría un factor contra la soledad y atenuante de la retirada progresiva de la edad productiva.

A pesar de ello, parecería que este medio no se ocupa de las necesidades de este grupo de personas. Real et al. (1980) señalaron que el 91% de los espectadores de edad avanzada desea más programación que trate sobre temas e intereses de su edad, como, por ejemplo, aspectos relacionados con la jubilación o con problemas de salud. Un estudio realizado en este siglo por la Rodríguez Vázquez (2008) reitera el reclamo dado que resalta que la parrilla televisiva no incorpora ningún programa destinado al grupo de edad objeto de investigación. En cambio, sí contempla un espacio dedicado exclusivamente para el disfrute infantil y juvenil. Entonces, cabría preguntarse ¿hasta qué punto la TV representa un acompañamiento de calidad?

Por otro lado, el uso de la televisión como acompañante de esta población ha sido en gran medida ignorado por expertos gerontólogos y psicólogos. Una revisión de las tres principales revistas de gerontología, indica que de 2.733 artículos solo 9 trataban la actividad de ver televisión. La mayoría de estas pesquisas discute la representación



de figuras ancianas en la televisión más que el papel de la televisión en la vida de las personas mayores. Fouts (1989) examinó 40 obras entre textos de gerontología y libros utilizados por profesores, profesionales y estudiantes, y encontró que el 28% de los libros no hace mención de la televisión a pesar de que constituye la actividad más predominante de los jubilados. Estudios más recientes se dedican más bien a inquirir cómo son visualizados estos seres desde la pantalla. Por ejemplo, cómo son representados en la publicidad (Ramos-Soler y Carretón-Ballester, 2012), que estereotipos podrían ocultarse detrás de tal representación (Torres Romay y García Mirón, 2015), qué rol asumen según el género (Ramos-Soler y Papí-Gálvez, 2012).

Con respecto a la radio y su rol de acompañante efectivo en un envejecimiento activo, los resultados no distan mucho. De la franja matinal, Aznar et al. (2015) analizaron 153 horas y 30 minutos del contenido que ofrecían a principios de 2014 las cuatro cadenas de radio (Cadena SER, Onda Cero, Cadena COPE y RNE) más importantes de España y hallaron que un reducido 4,65% se asociaba con la vejez.

Con respeto a los medios emergentes brindados por la revolución tecnológica, se espera que esta con sus pluralidad de posibilidades favorezca la independencia de los seres en longevidad, además de una vejez activa y dinámica. Sin embargo, las investigaciones reportan la presencia de la tan mencionada brecha digital entre los nativos y los no nativos, sobre todo en los más adultos. Choi y DiNitto (2013) estudiaron esta clase de brecha. Luego de una encuesta telefónica, realizada a 980 residentes de Texas (USA), encontraron que solo un 17% de quienes tienen más de 60 años utiliza Internet y 16% dijo haber dejado de usarlo debido a su incapacidad para su manejo. En un estudio realizado en Alemania, Niehaves y Plattfaut (2014) corroboran la rotura digital y reconocen la necesidad de abordar este tema no solo como una inquietud investigativa, sino como un medio para constituir programa de ayuda a fin de conseguir mayores oportunidades de autonomía y calidad de vida para esta población.

Como se apreció, se ha inquirido acerca de la soledad, la ancianidad y los medios, aunque predominan estudios sobre la TV. Asimismo, varios autores han recomendado continuar averiguando sobre este tema dado que seguramente los índices de longevidad continuarán en ascenso, aquí se proyecta aportar una mirada desde Madrid.

Este estudio

Dado que la longevidad crece en España y en el mundo, dado que muchas personas mayores por diversas causas residen en moradas unipersonales, dado que algunos medios tradicionales y emergentes parecen ser su compañía regular, se ha pensado en efectuar una investigación que aborde estos aspectos. Luego de presentar el contexto problema desde la epistemología y desde la realidad empírica, esta investigación se plantea el siguiente objetivo: conocer si longevos madrileños residentes en hogares unipersonales usan la televisión, la radio e internet como atenuantes de su soledad. A partir de la presentación del objeto de estudio, cobra importancia esbozar el cómo se logró, las acciones efectuadas para su alcance, lo que se hará de inmediato en el apartado metodológico.

METODOLOGÍA

La zona seleccionada para su estudio es el distrito Usera, uno de los 21 que integran a la ciudad de Madrid. Sus características más sobresalientes se presentan en la tabla 1.

Tabla 1

Índices de la estructura demográfica a 1 de enero de 2018 de Usera

Densidad (Habitantes / Ha.)	176
Edad promedio	42,33
Edad mediana	42,39
Proporción de juventud	15,86
Proporción de envejecimiento	17,41
Proporción de sobre-envejecimiento	41,32
Índice de envejecimiento	109,75
Índice de juventud	91,12
Índice de dependencia	49,85
Índice de estructura de la población activa	80,80
Índice de reemplazo de la población activa	85,55
Razón de progresividad demográfica	91,48
Proporción de extranjeros	20,58
Proporción de nacidos fuera de España	30,53
Proporción de inmigrantes extranjeros	17,49

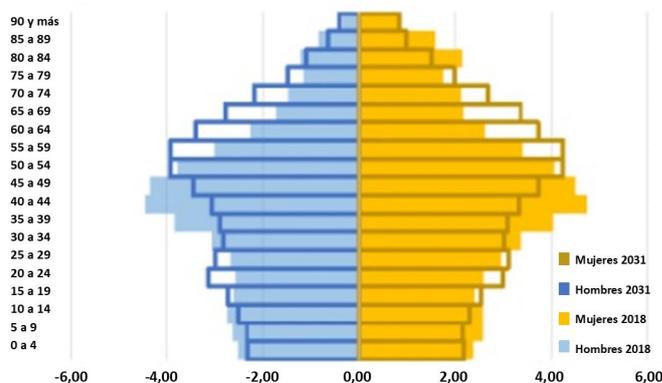
Nota. Tomado de Explotación estadística del Padrón Municipal de Habitantes, por el INE, 2018a. Ayuntamiento de Madrid.

Por varios motivos se elige este distrito madrileño. Se caracteriza por el bajo estatus socioeconómico de sus residentes y por el envejecimiento de estos (Pérez Quintana, Vicente, 2007). Según la página oficial de estadística del Ayuntamiento de Madrid (2018a), el distrito a principios de 2018 contaba con 136.978 habitantes, de los cuales 23.842 eran personas de 65 o más años, aunque se preveía que ese porcentaje crecería en el futuro (figura 5).

Además, Pérez Quintana (2007) presenta el distrito como uno de los desfavorecidos del municipio de Madrid. De hecho, realizó su explicación caracterizando siete barrios que lo integran (tabla 2). Como se distinguirá abajo, solo en uno de los siete barrios no es característica esencial el envejecimiento de su población: Orcasur.

Figura 5

Proyección de población estimada por grupos de edad y sexo en el distrito de Usera(2018-2031)



Nota. El distrito de Usera en el año 2018 contaba con 23.842 personas de 65 en adelante. El gráfico también proyecta que hasta el 2031 no descenderá la cantidad poblacional de más de 65 años. Tomado de Explotación estadística del Padrón Municipal de Habitantes, por el Ayuntamiento de Madrid, 2018.

Tabla 2

Características socioeconómicas del distrito de Usera

Orcasitas	Envejecimiento, bajo estatus, delincuencia-convivencia, renta muy baja, precios bajos de las viviendas, fuerte dinamismo de la inmigración.
Orcasur	Bajo estatus, delincuencia, renta muy baja, precios medio bajos de las viviendas, fuerte dinamismo de la inmigración.
San Fermín	Envejecimiento, bajo estatus, delincuencia-convivencia, renta muy baja, precios bajos de las viviendas, peso alto y dinamismo de la inmigración.
Almendrales	Envejecimiento, bajo estatus, algunos problemas de deterioro de las viviendas, delincuencia-convivencia, renta muy baja, precios medio bajos de las viviendas, peso alto y dinamismo de la inmigración.
Moscardó	Envejecimiento, bajo estatus, algunos problemas de deterioro de las viviendas, delincuencia-convivencia, renta baja, precios medio bajos de las viviendas, peso alto y dinamismo de la inmigración.
Zofio	Envejecimiento, bajo estatus, renta muy baja, precios medio bajos de las viviendas, peso alto y dinamismo de la inmigración.
Pradolongo	Envejecimiento, bajo estatus, algunos problemas de deterioro de las viviendas, delincuencia-convivencia, renta muy baja, precios medio bajos de las viviendas, peso alto y dinamismo de la inmigración.

Nota. Adaptado de Estudio sobre los barrios desfavorecidos de Madrid, por V. Pérez Quintana, 2007.

Unidades de muestreo:

El universo de la presente investigación está compuesto por toda la población de 65 años o más que viva en el distrito de Usera de Madrid en hogares unipersonales. Según los indicadores del Ayuntamiento de Madrid a 1 de enero de 2018, la población total del distrito de Usera es de 136.978 personas, de los cuales un 17'4% corresponde a personas de 65 años en adelante. Sin embargo, este no fue un estudio propiamente cuantitativo debido a que, como se verá más adelante, el instrumento combinó preguntas cerradas y abiertas, y algunas de las cerradas fueron de selección múltiple. Tampoco llega a ser mixto dado que se aplicó un único instrumento. Las preguntas abiertas validaron que la muestra final estuviese constituida por 20 residentes de Usera. En este sentido, este estudio se enmarca en el paradigma emergente, pues aunque se aplica un único instrumento, sus características no lo hacen del todo cuantitativo, pero tampoco cualitativo. En términos de Martínez Miguélez (1997) este modelo investigativo permite “superar el realismo ingenuo, salir de la asfixia reduccionista y entrar en la lógica de una coherencia integral, sistémica y ecológica; es decir, entrar en una ciencia más universal e integradora, en una ciencia verdaderamente interdisciplinaria.” (Martínez Miguélez, 1997, p. 12).

Trabajo de campo

El instrumento

Se elaboró un cuestionario personal que fue modificado varias veces de acuerdo con la literatura especializada y las recomendaciones de 5 expertos (2 en metodología, 2 en geriatría y 1 en comunicación) cuyos juicios fueron considerados. Además, de las preguntas elaboradas ad hoc, los investigadores, consideraron aspecto de la Escala Este II (Pinel Zafra et al., 2009). Esta escala se trata de un instrumento de medición de soledad social diseñado por gerontólogos y validado en el seno de un proyecto de investigación adelantada en la Universidad de Granada e INMERSO DE MADRID en el año 2009. El cuestionario está compuesto por 15 apartados con tres alternativas de respuesta: siempre, a veces y nunca. A su vez, la escala

se divide en tres factores: percepción del apoyo social, uso que el mayor hace de las nuevas tecnologías e índice de participación social. Finalmente, se diferencian tres niveles de soledad social en función de la puntuación obtenida: bajo (0 a 10 puntos), medio (11 a 20 puntos), alto (21 a 30 puntos). Para los intereses de este estudio, directamente se consideraron dos aspectos de esta escala (v.g. Percepción de Apoyo Social y Uso de Nuevas tecnologías), aunque indudablemente toda ella sirvió como orientación para la elaboración del instrumento final de este estudio.

Al final, se obtuvo uno constituido por 55 preguntas. Antes de aplicarlo, se llevó a cabo, igualmente, un ensayo mediante una prueba piloto a siete personas. Se pretendió comprobar que las preguntas funcionaban adecuadamente y que la duración de la aplicación era la pertinente. Al concluir esa fase, se apreció que los 55 cumplían con el perfil diseñado para esta investigación, aunque se requirió la modificación de dos ítems. El cuestionario se conformó por siete (7) preguntas abiertas (v.g. ¿Cómo definiría el papel de la televisión en su día a día?), el resto fue de elección simple (v.g. Número de habitaciones de su vivienda, Estado civil, etc.) y múltiple (v.g. Señala las actividades que realiza sin ayuda, las que realizó el día de ayer, etc.).

El cuestionario aplicado se dividió en distintos temas, cada uno ligado a preguntas concretas que se relacionan entre sí, con el fin de facilitar su posterior análisis. Estos son:

- Características sociodemográficas: materializado gracias a las preguntas comprendidas entre el número 1 y 6, 11 y 13, 18 y 20.
- Dotaciones de la vivienda: aspecto que se cubrió mediante los reactivos 23, 24 y 25.
- Salud: rasgo alcanzado gracias a los ítems 14, 15, 16, 17, 21 y 22.
- Círculo social: carácter que se concretó a través de las preguntas 7, 8, 9 y 10.
- Percepción de apoyo social: dimensión conseguida por intermedio de las preguntas 53, 54 y 55.

Medios de comunicación:

- TV: estructurado con las preguntas comprendidas entre el número 30 y 48.
- Radio: organizado por medio de las preguntas 26, 27, 28 y 29.
- Nuevas tecnologías: ordenado con la ayuda de las preguntas 49, 50, 51 y 52.

Procedimiento para recoger los datos

La encuesta se llevó a cabo en las calles del distrito de Usera entre los días 12 y 30 de abril de 2019, empleando un método de selección aleatorio. La investigadora se acercaba a las personas mayores, les preguntaba si vivían solas (muestreo opinático, Arias, 2012), y si contaban con los 20 minutos que tardaría el intercambio para completar el instrumento. Es decir, primeramente, se presentaron preguntas filtro (v.g. ¿Cuántos años tiene? y ¿con quién vive?) con el fin de seleccionar únicamente a las personas que cumplieran con el objeto de estudio para, seguidamente, agregar las preguntas de identificación incorporando a las variables que darían respuesta a las inquietudes de este estudio. Es oportuno, señalar que el propio acercamiento fue la gran limitación de este estudio, pues en esos días únicamente 20 personas que cumplían con el perfil esperado accedieron a responder el cuestionario, ellas al final integran la muestra de este estudio: 20 personas.

A continuación, se presenta un gráfico que da cuenta del proceso efectuado para concretar el objetivo de este estudio. Como se apreciará de inmediato, el gráfico está constituido por dos dimensiones que incluyen subdimensiones que pretenden ordenar los intereses de este estudio y la ruta metodológica.

Figura 6

Resumen metodológico

Esta figura recoge parte de lo que se ha dicho metodológicamente hasta ahora. Inicialmente, recoge el con quién, el cómo y el dónde. Le sigue la perspectiva que tradicionalmente podría considerarse cuantitativa, pero en vista de las siete preguntas abiertas, a modo de entrevista, alude a lo cualitativo, por consiguiente, se termina hablando, aunque tímidamente, de enfoque emergente. Se cierra resaltando la condición específica del estudio: los medios de comunicación a los que acuden los abuelos.



En síntesis, la figura 6 refiere a los asuntos metodológicos, aunque se enfoca en la encuesta y qué aspectos atiende. Además, expone los datos sociodemográficos. Para los intereses de este estudio, conviene resaltar las preguntas de percepción acerca del apoyo social, las de su círculo social y la de los medios de comunicación.

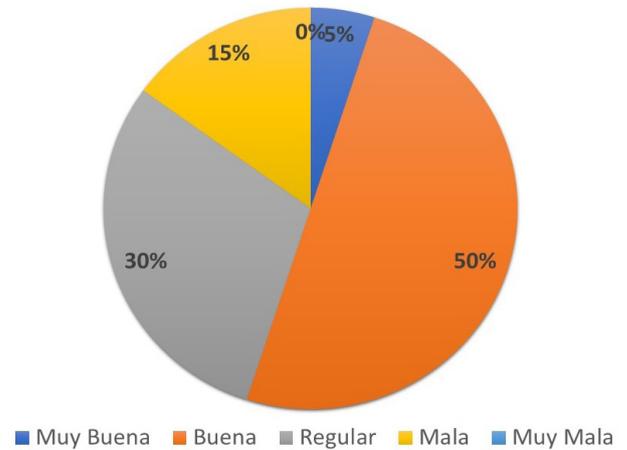
RESULTADOS

Con respecto a la percepción del nivel de salud, los datos reflejan que la mayoría de los participantes asegura tener un nivel óptimo ya que un 50% establece que tiene “buena” salud y un 5% asevera que posee “muy buena” salud. Esta información demuestra que un 55% de los individuos está convencido de estar bien físicamente; sin embargo, los datos podrían ser contradictorios, puesto que el mismo porcentaje de los participantes (55%) afirma que acude con frecuencia al médico, ya sea por males repentinos o para revisiones y controles periódicos. Esto podría interpretarse como una muestra de interés o de conciencia preventiva. Real et al. (1980) señalan el interés de este grupo por programas televisivos relacionados con la salud. Por otro lado, también es posible que las razones para asistir a los centros de salud no sean exclusivamente médicas, sino que respondan al deseo de ejercer cierta autonomía o tomar decisiones sobre su bienestar de forma proactiva. Recuérdese que hay autores (Ramos Toro, 2018; De la Mata Agudo y Hernández Ascanio, 2021; y Torío López, 2021) que refieren actividades de personas autónomas. Adicionalmente, es necesario mencionar que la edad, el estado de ánimo, relaciones interpersonales y la capacidad de realizar actividades de la vida diaria con facilidad son factores que influyen en la percepción general de cada uno de los participantes. Con ello expresan que son capaces. Incluso, si van al médico únicamente para tener con quién hablar, es un mecanismo autónomo que enfrenta la soledad.

Con respecto a la salud, es necesario mencionar que el 45% restante de los individuos se divide entre los que dicen tener un estado de salud regular (30%) y los que aseguran tener una mala salud, un porcentaje bajo, 15%. (figura 7).

Figura 7

Autopercepción de la salud de las personas encuestadas



Nota. Nadie de la muestra evaluó que posee una salud “muy mala”.

En referencia a las actividades que los participantes realizan diariamente sin asistencia, los datos reflejan que más del 90% de ellos ejecuta actividades básicas cotidianas (v.g. lavar la ropa, caminar y manejar dinero). Sin embargo, al referirnos a actividades como hacer la compra el porcentaje baja a un 75%. Esta información refleja como el incremento de la dificultad física y mental de cada una de las tareas disminuye el nivel de independencia de los individuos. Son la edad y el estado de salud factores determinantes porque las habilidades psicomotoras y cognitivas se ven comprometidas por esos elementos restando calidad de vida a los participantes. Consecuentemente, no son del todo independientes, han perdido autonomía para responsabilizarse de actividades que consideran complejas, una de las tres crisis que identificó Rodríguez Martín (2009).

Cuando se indagó sobre las acciones realizadas por los individuos, este estudio se enfocó en las tareas hechas por los participantes el día anterior a la aplicación del instrumento, es decir, se utilizó la técnica de memoria reciente. Los datos reflejaron que la mayoría de los encuestados realizó prácticas ligadas al estar en casa o que involucraran poco esfuerzo o actividad física. De estas actividades, la de mayor



recurrencia fue la de ver televisión que obtuvo un 95%, alto porcentaje que le otorga razón a diversos especialistas (Entre otros, Moss y Lawton, 1982, y Rubin y Rubin, 1982) y a las estadísticas nacionales (SGAE, 2018). En orden decreciente, otras prácticas de esta índole incluyeron hablar con familiares o amigos (65%), escuchar la radio (55%), y hacer la comida (50%). Tareas de similares características tales como recoger la casa (45%), leer (35%), y costura (25%) también fueron practicadas por los participantes, aunque en menor medida, lo cual únicamente suma a la tendencia mencionada anteriormente. A pesar de ello, el 90% de los individuos manifestaron haber caminado el día anterior. Cabe destacar que esta fue la única actividad relacionada con estar fuera del hogar que presentó una gran incidencia puesto que otras tareas como ir a la iglesia, y hacer ejercicio no fueron significativas, pues reunieron un 5% y un 15%, respectivamente. Se asoma que el aislamiento podría estar asediando a la mayoría de los participantes de este estudio.

Círculo social

De los resultados de la encuesta, se deriva que la familia, en general, sigue siendo el principal sustento del círculo social y un apoyo afectivo y de compañía de los mayores que viven solos. Ya indicó la institución Help Age International (2002) que el apoyo familiar es esencial para el bienestar de los mayores y lo ratificó hace una década Castellano Fuentes (2014). La autora confirmó que “es la forma de apoyo fundamental de las personas mayores” (p. 373). Con una media de 2’25 hijos y 3’75 nietos, estos son las principales visitas que reciben los mayores encuestados. El 35% de los mayores es visitado por sus familiares una vez a la semana, siendo la media de visitas semanales de 1’4 días. Solamente el 5% de los encuestados manifestó que no recibe ninguna visita familiar desde hace varios años; la única visita que acude a su domicilio es la de una persona de auxiliar de ayuda a domicilio asignada por el Ayuntamiento. De los datos se infiere que las visitas familiares son enfocadas principalmente a ratos distendidos de conversación en el 65% de los casos, seguidas en el 20% de recogidas para asistir a consultas médicas u otras actividades similares. El porcentaje restante

(15%) enumera ayudas para el aseo personal y limpieza, tareas de las que se encargan principalmente las hijas. Sin embargo, en casos de acompañamiento en el hogar, esta división de tareas se reparte entre los hijos e hijas de las personas investigadas.

Otras de las visitas que recibe el 55% de los mayores encuestados se refieren a auxiliares a domicilio según se ha referido en el caso de prestaciones sociales que reciben, y en otros, empleadas de hogar contratadas por ellos o por familiares para el apoyo en las tareas domésticas. En su mayoría, estas personas acuden semanalmente, aunque dos encuestados, ambos varones de 66 y 69 años, manifiestan que reciben esta ayuda dos veces por semana.

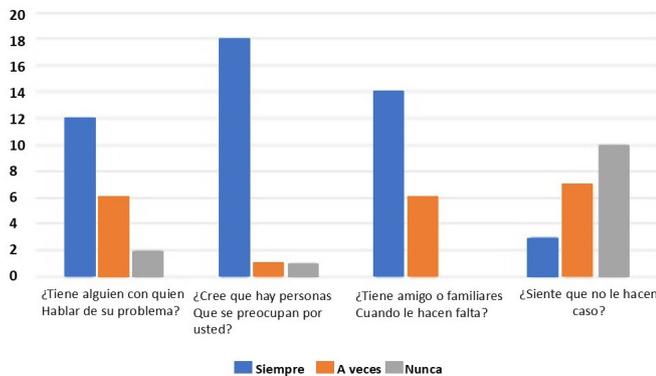
En relación con las amistades de los encuestados, tan solo dos personas (10% de los encuestados) afirman haber recibido visitas de amigos en su hogar. En ambos casos, el motivo de la visita en sus domicilios era para hablar. Cabe señalar que los mayores en general muestran ser reacios a recibir a conocidos o amigos en su casa, solo el 20% de los encuestados admite recibir visitas de conocidos, mientras que el 10% recibe dos visitas semanales de amigos. Los datos revelan cómo los mayores prefieren reunirse con amigos fuera del domicilio, dedicando esos tiempos a pasear, a asistir a talleres o a actividades lúdicas de los centros de mayores del distrito.

En cuanto al apoyo social que los mayores encuestados perciben, se refiere que la mayoría puede contar con alguien a quien hablar acerca de sus problemas cotidianos (60%), solo el 10% manifiesta su percepción de no poder compartir con nadie sus problemas. El 90% considera que tiene a su disposición personas que se preocupan por ellos y pueden contar con la inmediatez de amigos o familiares cuando les hace falta (60%), ante un 15% que manifiesta sentir que no se siente escuchado ni atendido por nadie de su entorno (figura 8).



Figura 8

Autopercepción de apoyo social de las personas estudiadas



Nota. Un 15% de los encuestados no se siente atendido por nadie de su entorno y un 10% manifiesta que no tiene a su disposición ninguna persona con quien hablar de sus problemas cotidianos.

No obstante, cuando se les preguntó ¿cuándo se siente solo qué hace?, además de las actividades que mencionaron, también fue importante los datos obtenidos indirectamente, los cuales se presentan de inmediato. El 85% de los sujetos ha manifestado un sentimiento de tristeza ocasional, que lo relacionan con una soledad no deseada. Cabe señalar que los datos muestran que el sentimiento de soledad se acentúa por la noche ya que un 75% del total de encuestados manifiesta sentirse solo en las horas nocturnas. Por el contrario, el 45% declara que la soledad también aparece durante el día. Un dato a destacar es que el 5% manifiesta una tristeza que no cesa, siendo este el individuo que cuenta con una nula interacción familiar desde hace años. Circunstancias como estas, confirman los argumentos expuestos por Uribe Díaz (2015) desde Colombia y otros estudios realizados en España, la familia es un apoyo indiscutible para envejecer con calidad o para conseguir una vejez activa. Con mucho sentido, Abellán (1994) señala que la soledad es una de las propiedades que conforman gran parte de la vida en la vejez. Lo certifica Gajardo Jauregui (2015) cuando recomienda cómo debe estudiarse y lo reitera Cerquera Córdoba et al. (2013) desde Colombia porque alude a los diversos instrumentos con que se estudia esta clase de soledad. En España, investigaciones anteriores han relacionado la soledad con los residentes en hogares unipersonales

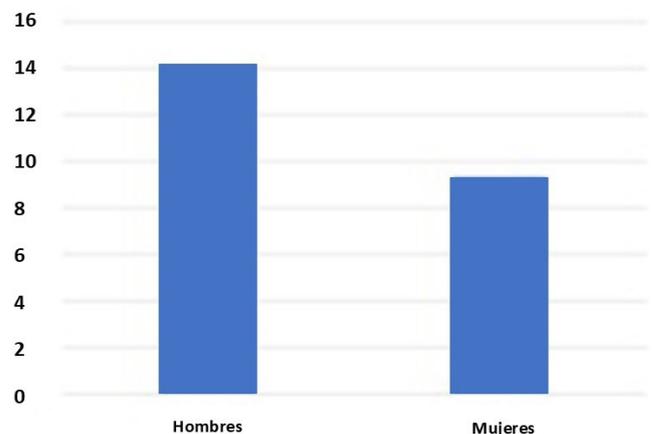
(Sánchez Vera, 1996). No obstante, es oportuno evocar que algunos autores no vinculan directamente la vejez con la soledad, sino que presumen que podría estar sujeta al apoyo socioemocional (López Doblas y Díaz Conde, 2018; Ramos Toro, 2018; De la Mata Agudo y Hernández Ascanio, 2021; y Torío López, 2021) en el que la familia y los seres más queridos juegan un rol invaluable.

Percepción de apoyo social

A raíz del análisis de los datos, se obtuvieron diferencias en cuanto al género. Son las siguientes: las mujeres encuestadas tienen una puntuación más baja en soledad social que los hombres. De media, las mujeres proyectaron una puntuación de 9'30 mientras que la media de los hombres es de 14 puntos (figura 9). Así, se difiere que los hombres desarrollan una menor adaptación que las mujeres, ya que históricamente, estas han sido las que se han encargado de las tareas del hogar sin la necesidad de ayudas o mediaciones externas.

Figura 9

Índice de soledad social en función del género



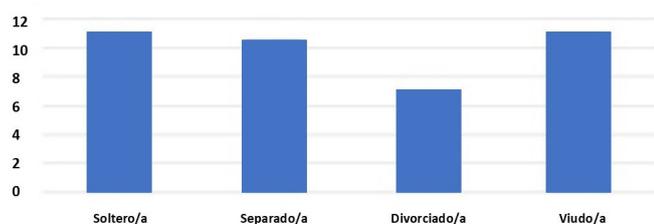
Nota. Los hombres estudiados muestran un mayor índice de soledad social en comparación con las mujeres.

Segregando a los encuestados por edad, se destaca que la franja de edad más vulnerable a la soledad social es la de 70 a 79 años, con una puntuación del 13'16, seguida de las personas de 80 y más años

(10'28), mientras que el rango que presenta menor nivel de soledad social es más joven, las personas de 65 a 69 años (9'71) (figura 10). Estos resultados mantienen un viejo debate: ¿A quién afecta más la soledad según el género? En la investigación de López Doblas y Díaz Conde (2018), las mujeres aseguran que a los hombres les cuesta más. Los autores creen que es posible que sea así, solo que los hombres lo niegan. Algunas pesquisas reportan que las mujeres padecen la soledad en mayor grado (Pinquart y Sörensen, 2001; Iecovich et al., 2011; y Nicolaisen y Thorsen 2017; mientras otras resaltan la fragilidad masculina (Dykstra, 1995; Stevens y Westerhof, 2006; Jong Gierveld et al., 2015). Al margen del debate, se confirma la soledad, la cual quizá es atenuada (¿disimulada?) por los medios.

En otro orden de ideas, las estas cifras de la figura 10 pueden indicar que con el paso de los años se genera una menor adaptación al sentimiento de soledad y, por tanto, se percibe un mayor nivel de soledad social. Sorprenden las cifras de los más mayores; sin embargo, los datos de la franja intermedia crecen debido a que un sujeto de 72 años ha obtenido una puntuación de 25, influyendo en esta perspectiva.

Figura 10
Índice de soledad social en función de la edad

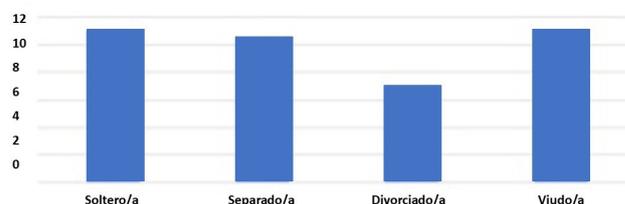


Nota. El grupo de edad estudiado de entre 70 y 79 años muestra tener un mayor índice de soledad social.

Los datos también prueban diferencias en cuanto al estado civil de los participantes y su relación con el índice de soledad social (figura 11). Son los divorciados los que puntuación más baja presentan; mientras los datos de los solteros, separados y viudos están a la par, oscilando entre 10'5 y 11. Más diferencia podría encontrarse si en el estudio se incluyeran personas casadas ya que estas cuentan con una persona acompañante, mientras que los

encuestados se encuentran sin una pareja con la que compartir este tramo de sus vidas. Con respeto a los solteros, se aprecia que expresan más la soledad que los divorciados. Estos resultados se alejan de las explicaciones de Dykstra (1995), quien asegura que ellos son los que menos sufren de soledad dado que no han mantenido lazos fuertes como lo que representa emparejarse. Pero sí ratifican el estudio de Jong Gierveld et al. (2015), quienes hallaron que los viudos y los divorciados son los más propensos a sentir soledad.

Figura 10
Índice de soledad social en función de la edad



Nota. Las personas divorciadas muestran el menor índice de soledad social en comparación a los otros grupos formados en función del estado civil de los inquiridos.

Como ya se ha mencionado, en los índices de la Escala ESTE II destaca un encuestado con un nivel alto de soledad social con una puntuación de 25. Esta persona es un varón de 72 años viudo con cuatro hijos y cinco nietos. Sin embargo, manifiesta que en los últimos siete años no ha recibido la visita de ninguno de ellos en su hogar ni dispone de su teléfono móvil. Tan solo le visita una vez por semana una persona del servicio de ayuda a domicilio del Ayuntamiento de Madrid. A su vez, su percepción sobre su salud es “mala” y manifiesta salir a la calle ocasionalmente, ya que sufre de las articulaciones, por lo que permanece en su hogar la mayoría del día, tal y como él comenta, viendo televisión porque le hace compañía. Así, estas experiencias se ven reflejadas en la alta puntuación obtenida de soledad social. Castellano Fuentes (2014) ya lo había señalado: la percepción de salud va de la mano con el apoyo familiar y con el tamaño de la red de los ancianos.

Medios de comunicación

Los medios de comunicación se sitúan como partes vitales de las sociedades, dotando a sus integrantes de estabilidad y armonía mediante el cumplimiento de funciones. Dentro de la realidad de las personas mayores de 65 años, destacan los medios más tradicionales, tales como la radio o la televisión. Sin embargo, también se ha querido indagar en el surgimiento de nuevas tecnologías y medios que han venido a cambiar los modelos tradicionales, socavando en ocasiones la brecha digital que separa a las distintas generaciones.

Televisión

Todo los encuestados disponen de al menos un aparato de televisión en su hogar. El 10% cuenta con más de dos televisiones, mientras que 30% de los encuestados dispone de dos aparatos. A su vez, destaca a un individuo que manifiesta disponer en su hogar de un aparato de televisión de blanco y negro, junto con otro de color.

Como se ha señalado con anterioridad, las actividades diarias de los participantes circulan en torno al visionado de televisión ya que este se posiciona como la tarea más realizada en el día anterior a la aplicación del instrumento. El 95% de los encuestados señala que había visto la televisión ese mismo día o en el día anterior. La media de tiempo de visionado de televisión de los participantes es de 4'55 horas (5'28 horas los hombres y 4'15 horas las mujeres), contando con dos personas que ven la televisión alrededor de 10 horas al día. La mayoría lo hace por la tarde (90%), mientras que la mitad de los encuestados ven televisión por la noche (50%), y un 30% lo hace por la mañana. Las respuestas confirman lo que había aseverado SGAE (2018): crece el interés de los mayores por la televisión como actividad de compañía u ocio.

La mayoría de estas personas afirma ver televisión en su propio hogar, tan solo un 5% de los encuestados declara que el último momento que vio televisión fue en un bar. El visionado de este medio está comúnmente vinculado con la realización

simultánea de otra tarea, de modo que lo disfrutaban como compañía. Al preguntar si la persona ejecutaba alguna otra tarea la última vez que vio televisión, el 35% de los encuestados manifestaba que estaba comiendo y el 25% que se distraía con algún hobby (en su mayoría hacer ganchillo). Sin embargo, un 25% de las personas declara que solo veía televisión y no hacía ninguna otra tarea. El 15% restante bebía, estaba intentado dormir o no recuerda lo que estaba haciendo.

La compañía durante el visionado de televisión resulta otro apartado a mencionar. Tres cuartas partes de los sujetos estaba solo, mientras que el 20% estaba acompañado de familiares. El 5% restante estaba acompañado de desconocidos, coincidiendo con el encuestado que se encontraba en un bar la última vez que vio televisión. Por otro lado, se les preguntó a los cinco participantes que vieron este medio acompañados si en algún momento comentó alguna particularidad con las personas de su alrededor. Tres de ellos no comentaron nada con nadie, mientras que uno lo comentó con un familiar y otro con desconocidos.

Concerniente a los gustos televisivos, los intereses de las personas inquiridas están divididos. El 20% siente una mayor preferencia hacia programas relacionados con vida, sociedad y personas, seguido de un 15% prefiere el cine; un 15%, los taurinos; un 15%, los informativos y otro 15%, los deportes. El 20% restante se divide entre programas culturales (10%) y telenovelas (10%). De acuerdo con estos resultados, las personas encuestadas son muy activas y dinámicas. Podría responderse que sí encuentran programación que se ajuste a sus gustos, así que estos resultados se alejan de otros más recientes como los de Rodríguez Vázquez (2008) o los de Aznar et al. (2016), quienes encontraron que la programación no estaba hecha para las personas ancianas ni sus intereses. Pero otros coinciden con estudios realizados hace varias décadas: cuando se les preguntó si tuvieran que optar por un único programa de televisión, un 20% lo haría por los informativos. En este orden de ideas se recuerda que Davis en 1971 afirmada que era su ventana al mundo y Kubey en 1980 que se interesaban por seguir el acontecer internacional y



nacional. Le preferencia por los programas de noticias fue seguida por varios programas de entretenimiento: el fútbol, que es el deporte nacional, y los toros (15% ambos) que es el entretenimiento idiosincrático. Como emisión específica, destaca Saber y ganar (10%) emitido diariamente por La 2 de Televisión Española desde 1997. La inclinación del resto de los encuestados (50%) se asocia con diferentes programas como cine americano, Pasapalabra, Sálvame o Más vale tarde. Aunque pareciera que hay programación diversa para mayores y menores, lo cierto del caso es que la TV sí es compañía en soledad, es la ventana que informa sobre los hechos más resaltantes nacionales e internacionales tanto en política, economía, cultura, deporte y ocio.

Comparando el visionado de televisión actual con el del pasado, el 65% de las personas dicen que ahora le dedican más tiempo a este medio televisivo, mientras que el 35% manifiesta no haber diferencia. Cabe señalar que ninguno de los encuestados manifestó ver antes más televisión que ahora. Sin embargo, al preguntarles por sus preferencias, el 45% afirma que solía gustarle más la televisión de antes, mientras que un 35% considera que no hay diferencia, y el 20% prefiere la televisión actual.

A la pregunta sobre si modificaría el papel de la televisión ante la presencia de otra persona en la vivienda. La mayoría de los encuestados (65%) aseveró que no sería cambiado ya que lo “verían juntos”, “lo utilizaría para lo mismo” y “vería los deportes y por la mañana iría al hogar social también a echar la partida”. En este sentido, su percepción no es que el aparato sea un último recurso; al parecer, algunos los perciben como una alternativa más. Pero ese no es siempre el caso, aunque son menos: Las personas que declaran que el rol que juega en su vida este medio sí cambiaría (35%) destacan motivos como “estaría acompañada entonces ese silencio ya no lo sentiría”, “comentaría más los programas y las películas con otra persona” y “quizá saldrá más a hacer más cosas con esa persona”. Entonces, hay un tercio que se apoya en la teve como medio para espantar la soledad.

Finalmente, a través de una pregunta abierta, se consultó cuál era el papel de la televisión en su día a día. De tal cuestión se destacan respuestas como estas:

“más que nada hace que pase el tiempo desde que ceno hasta que me acuesto”, “es algo que forma parte de todos los días, es como mi rutina”, “con escucharlo me siento acompañada” o “es un entretenimiento ahora, porque hay alguien... oyes algo y te enteras”. Esta última opción ratifica los argumentos expuestos por Davis (1971) y Kubey (1980) y otorga relevancia tanto a Rodríguez Vázquez (2008) como a Aznar et al. (2016) sobre la necesidad de mantener una programación pensada en los mayores, una programación de calidad que responda a sus necesidades, en fin, que los acompañe.

Radio

Como a la televisión, López Doblas y Díaz Conde (2018) reconocen la radio como compañía en la ancianidad, estén o no concentrada en su contenido, consecuentemente, es de esperarse, como de hecho ocurrió, que esté presente en los hogares de los encuestados. Un 15% de ellos no dispone de ningún transistor y el 35% manifiesta que hace más de una semana que no lo escucha. En contraposición a esta cifra, el 55% de los informantes declaró que lo escuchó durante el mismo día o el día anterior a la aplicación del instrumento. El 10% restante lo hizo dos y tres días antes. Más de la mitad de los sujetos estudiados, quienes oyen radio, continúan “manteniendo su ‘romance’ con la radio” (Aznar et al., 2016, p.151). Si se considera los argumentos de estos autores, debería admitirse que este medio, que produce emociones y sensaciones, e impulsa la imaginación desde su origen, logró cautivar a los longevos.

El lugar comúnmente elegido por los encuestados para hacer uso de este medio de comunicación es su propio hogar (70%), seguido del automóvil (20%), y del hogar social (5%) u otros lugares (5%). La última vez que escuchaban la radio, el 30% de las personas declaró haber estado realizando tareas del hogar y el 15% se distraía con algún hobby. Cabe mencionar que un 10% de los encuestados manifiestan haber escuchado la radio mientras veía la televisión, en específico, competiciones deportivas ya que prefiere los comentarios del transistor. Esto habla de su capacidad de decisión. El 35% restante se divide en personas que se iban a acostar (5%), que hacían otras tareas (10%) o personas que por su poco uso no recuerdan lo que estaban haciendo (20%).



Finalmente, al contrario de lo que ocurre con la televisión, el 35% de las personas manifiesta que en el pasado escuchaban más radio, el 25% que lo escucha más ahora y el 40% restante manifiesta no haber diferencia, bien porque no han utilizado este medio demasiado durante su vida o bien porque lo ha seguido disfrutado tanto como lo hacía en el pasado. Estos datos indican que, aunque, la televisión ha ido ganando terreno en los hogares, mientras que la radio se ha quedado en un segundo plano (incluso, ha apoyado durante el visionado del medio televisivo), el par de aparatos continúa acompañando a los mayores. En suma, escuchar la radio o ver TV, ayuda al adulto mayor a no aislarse, a no ser un monólogo, lo que minimiza el sentimiento de soledad. Los especialistas recomiendan que realicen estas acciones, además de participar en actividades de la comunidad (Cardona Jiménez y Villamil Gallego, 2006).

Nuevas tecnologías

Como se verá seguidamente, la brecha digital (Choi y DiNitto, 2013; y Niehaves y Plattfaut, 2014) que tanto se menciona también aparece en este estudio. Se destaca que un 35% dispone de un Smartphone o teléfono móvil denominado inteligente, un 60% cuenta con un teléfono móvil básico, mientras que una persona (5%) no dispone de ningún tipo de teléfono móvil propio ni nunca ha hecho uso de uno. Sin embargo, el uso de este aparato es limitado para la mitad de los encuestados ya que el 50% de ellos manifiesta utilizarlo ocasionalmente. En su mayoría, se emplea para comunicarse con familiares (90%) o con amigos y conocidos (50%). Tan solo el 10% emplea su Smartphone para acceder a Internet. Con toda razón, Niehaves y Plattfaut (2014), quienes también reconocen la brecha digital, creen en la necesidad implementar programas que medien entre los mayores y la tecnología. A parte del uso del teléfono móvil, también se preguntó a los participantes por el ordenador. 75% de ellos no disponen de este aparato en sus viviendas. Sin embargo, un participante del 25% restante lo usa fuera de hogar. Así, el 80% lo utiliza en mayor o menor medida, tres de ellos ocasionalmente y tres hacen un empleo habitual, primordialmente con fines de entretenimiento, acceso a Internet o como medio de información. Finalmente, cabe destacar que

los usos de estas nuevas tecnologías coinciden con las franjas de edad más jóvenes de los participantes y, casi en su totalidad de ellos son hombres.

■ CONCLUSIONES

El presente trabajo alude a la vida de 20 personas longevas (más de 65 años de edad), de ambos sexos y de distinto estado civil, niveles educativos y socioeconómicos, y que habitan en hogares unipersonales en un barrio madrileño. Gracias a la aplicación de un instrumento integrado por 55 preguntas, se han desgranado los factores que inciden en su ancianidad activa o en su soledad.

De los datos se infiere que ninguno de los encuestados está por debajo del umbral de pobreza y que todos cuentan con viviendas en buenas condiciones. Referente su salud, se destaca que ellos relacionan el estado anímico, la edad y el abandono social con la percepción, positiva o negativa, que tienen de su salud. Estos factores también influyen en la frecuencia en la que acuden al médico. Por otro lado, también se apreció que quienes perciben su salud de forma negativa tienden a aislarse porque encuentran en sus hogares una manera de distraerse sin necesidad de realizar un esfuerzo físico, mental o interpersonal mayor. En cuanto al círculo social, la familia, en general, sigue siendo el principal sustento y un apoyo afectivo importante. En este sentido, también destacan los índices de visitas de conocidos o amigos, ya que los encuestados en general muestran ser reacios a recibirlos en sus hogares. A su vez, en su mayoría, cuentan con el apoyo de auxiliares de ayuda a domicilio para realizar las tareas del hogar.

La escala ESTE II muestra que la media de los encuestados experimenta soledad social, algún tipo de distanciamiento subjetivo frente a la sociedad. Igualmente, se obtuvieron diferencias en cuanto al género, el estado civil de los encuestados y la franja de edad. Los hombres de entre 70 y 79 años resultaron los más vulnerables a este sentimiento. Destaca un varón de 72 años con una situación desfavorable en el plano físico y social, lo que le impide una adaptación óptima a la situación en la que se encuentra.

Se ha podido percibir que, esencialmente, entre los medios de comunicación, la televisión -seguida a distancia por la radio- cumple las funciones de entretenimiento, evasión e información, siendo un apoyo en la mayoría de los hogares unipersonales. La utilización de la radio ha ido en decrecimiento durante los años, solo unas pocas personas siguen haciendo el mismo uso de este aparato. Cabe destacar que buena parte de los encuestados, no ha adaptado a su rutina la utilización de los nuevos medios como Internet, y que utilizan los smartphome, por ejemplo, solo para llamadas.

Del estudio se percibe la importancia de las interacciones sociales por parte de las personas mayores a 65 años que residen en hogares unipersonales. El medio de comunicación televisivo generalmente es el elemento que les otorga canales de interacción -son parasocial- como sustituto de las disminuciones locomotoras y comunicativas frente a la soledad. Como dejan ver los encuestados, la televisión convierte su percepción sobre una realidad aislada en un lugar poblado, es la televisión una ventana al mundo. Tal vez convenga, del mismo modo, que las antenas contribuyan con programación especializada para atender remotamente a estas personas.

Desde la psicología social, estos resultados pueden explicarse a partir de las dinámicas de pertenencia, identidad y construcción del yo en relación con los demás. Esta disciplina sostiene que el aislamiento social no solo limita el contacto interpersonal, sino que también afecta profundamente la autopercepción, la autoestima y la percepción de agencia de los individuos. Las relaciones parasociales con figuras televisivas, por ejemplo, pueden verse como intentos de mantener vínculos simbólicos en ausencia de redes sociales tangibles. Además, el patrón observado de reclusión voluntaria ante la viudez o el deterioro físico también puede entenderse como una estrategia de protección del yo frente al rechazo social o al sentimiento de no encajar en los espacios comunitarios.

Teniendo en cuenta las dimensiones interconectadas de la comunicación, la psicología y la sociología, se puede afirmar que la experiencia

de soledad en la vejez no es solo una cuestión individual, sino un fenómeno relacional, simbólico y estructural. Desde la comunicación, destaca la importancia de los vínculos interpersonales y la interacción mediada (como la televisión) como forma de conexión simbólica. Desde la psicología, se abordan las emociones, percepciones y estrategias de afrontamiento asociadas a la soledad. Y desde la sociología, se consideran las estructuras familiares, los roles de género, las redes sociales, el sistema de bienestar y las transformaciones demográficas que influyen en esta etapa vital.

Así, estos hallazgos ponen de manifiesto la necesidad de un abordaje multidisciplinar que reconozca la complejidad del envejecimiento y promueva intervenciones más integrales, humanas y sensibles al contexto social de quienes envejecen en soledad. La tercera edad comúnmente ya se prolonga hacia la cuarta, y vendrán sucesivas dada las respuestas de las ciencias. De hecho, mientras se escribe este artículo el periódico tituló una de sus noticias de este modo: Salvador Macip, científico: “Ya ha nacido la primera persona que tomará un fármaco contra el envejecimiento” (Martín, 2025). Dada la magnitud de las proyecciones y la complejidad del caso, tal vez convenga que se inicien y concluyan macroinvestigaciones integradas por grupos plurinacionales e interdisciplinarios.

■ REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abellán, A. (1994). Hogar y familia. *Revista Gerontología*, 4, 112-113.
- Ayuntamiento de Madrid (2018). *Distrito en cifras* [EXCEL]. <https://www.madrid.es/UnidadesDescentralizadas/UDCEstadistica/Nuevaweb/Demograf%C3%ADa%20y%20poblaci%C3%B3n/Cifras%20de%20poblaci%C3%B3n/Estimaciones%20y%20Proyecciones/Proyecciones%20Poblaci%C3%B3n.xls>
- Aznar, H.; Álvarez Villa, Á.; y Suay Madrid, A. (2016). Estudio sobre la contribución de la radio al envejecimiento activo. Fase inicial: análisis cuantitativo de la presencia de la vejez en los magazines de radio. *Estudios sobre el Mensaje Periodístico*, 22(1), 143-162. http://dx.doi.org/10.5209/rev_ESMP.2016.v22.n1.52586



- inegi.org.mx/contenidos/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/toricos/2104/702825497484/702825497484_1.pdf
- Jong Gierveld de, J.; Keating, N. y Fast, J. E. (2015). Determinants of loneliness among older adults in Canada. *Canadian Journal on Aging*, 34(2), 125-136. <https://doi.org/10.1017/S0714980815000070>
- Kubey, R.W. (1980). Television and aging: Past, present and future. *The Gerontologist*, 20(1), 16-35. <https://doi.org/10.1093/geront/20.1.16>
- López Doblas, J. y Díaz Conde, M. del P. (2018). El sentimiento de soledad en la vejez. *Revista Internacional de Sociología* 76(1): e085. <https://doi.org/10.3989/ris.2018.76.1.16.16>
- Martínez Miguélez, M. (1997). *El paradigma emergente: hacia una nueva teoría de la racionalidad científica*. Trillas. <https://wp.ufpel.edu.br/consagro/files/2010/06/MARTINEZ-MIGUELEZ-MIGUEL-El-Paradigma-Emergente-1997-141p.pdf>
- Martín, P. (20 de abril de 2025). Salvador Macip, científico: “Ya ha nacido la primera persona que tomará un fármaco contra el envejecimiento”. *el Periódico*. <https://www.elperiodico.com/es/sanidad/20250420/salvador-macip-envejecimiento-alzheimer-enfermedad-115284864>
- Moss, M. y Lawton, M. P. (1982). Time budgets of older people: A window on four lifestyles. *Journal of Gerontology*, 37(1), 115-123. <https://doi.org/10.1093/geronj/37.1.115>
- Nicolaisen, M. y Thorsen, K. (2014). Who are lonely? Loneliness in different age groups (18-81 years old), using two measures of loneliness. *International Journal of Aging and Human Development*, 78(3), 229-257. <https://doi.org/10.2190/AG.78.3.b>
- Niehaves, B. y Plattfaut, R. (2014). Internet adoption by the elderly: employing IS technology acceptance theories for understanding the age-related digital divide. *European Journal of Information Systems*, 23(6), 708-726. <https://doi.org/10.1057/ejis.2013.19>
- Omran, A. R. (2005). The Epidemiologic Transition: A Theory of the Epidemiology of Population Change. *Milbank Quarterly*, 83(4), 731-757. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0009.2005.00398.x>
- Pérez Quintana, V. (2007). *Estudio sobre los barrios desfavorecidos de Madrid*. Fundación de Estudios Ciudadanos.
- Pinel Zafra, M.; Rubio Rubio, L. y Rubio Herrera, R. (2009). *Un instrumento de medición de soledad social: Escala ESTE II*. <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/rubiosoledad-este2.pdf>
- Pinquart, M. y Sörensen, S. (2001). Influences on loneliness in older adults: a meta-analysis. *Basic and Applied Social Psychology*, 23(4), 245-266. https://doi.org/10.1207/S15324834BASP2304_2
- Ramos-Soler, I. y Carretón-Ballester, M. C. (2012). Presencia y representación de las personas mayores en la publicidad televisiva: el caso español. *Revista española de geriatría y Gerontología*, 47(2), 55-612. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2011.11.010>
- Ramos-Soler, I. y Papí-Gálvez, N. (2012). Personas mayores y publicidad: Representaciones de género en televisión. *Estudios sobre el mensaje periodístico*, 18, 753-762. [10.5209/rev_ESMP.2012.v18.40954](https://doi.org/10.5209/rev_ESMP.2012.v18.40954)
- Ramos Toro, M. (2018). Estudio etnográfico sobre el envejecer de las mujeres mayores desde una perspectiva de género y de curso vital. *Revista Prisma Social*, 21, 75-107. Recuperado a partir de <https://revistaprismasocial.es/article/view/2448>
- Real, M.; Anderson, H. y Harrington, M. (1980). Television access for older adults. *Journal of Communication*, 30(1), 81-88. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1460-2466.1980.tb01772.x>
- Rodríguez Martín, M. (2009). La soledad en el anciano. *Gerokomos* 20(4), 159-166. <https://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v20n4/comunicacion2.pdf>
- Rodríguez Martín, M. (2009). La soledad en el anciano. *Gerokomos*, 20(4), 159-166. <https://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v20n4/comunicacion2.pdf>
- Rodríguez Vázquez, F. M. (2010). El consumo de la televisión en las personas mayores. En J. M. Pérez Tornero, J. Cabero Almenara y L. Vilches Manterola, *Alfabetización mediática y culturas digitales* (pp. 1-11). Universidad de Sevilla. <https://idus.us.es/server/api/core/bitstreams/df02ccab-a4cf-47d2-a72d-bae177f0434b/content>



- Rubin, A. M. y Rubin, R. B. (1982). Older persons' TV viewing patterns and motivations. *Communication Research*, 9(2), 287-313. <https://doi.org/10.1177/009365082009002005>
- Sánchez Vera, P. (1996). Tercera y cuarta edad en España desde la perspectiva de los hogares. *Reis: Revista española de investigaciones sociológicas*, 73, 57-80. http://reis.cis.es/REIS/PDF/REIS_073_06.pdf 20
- SGAE (2018). *Anuario de la SGAE, de las Artes Escénicas, Musicales y Audiovisuales*. <https://fundacionsgae.org/publicacion/anuario-sgae-2024-de-las-artes-escenicas-musicales-y-audiovisuales/#:~:text=El%20Anuario%20SGAE%202023%20ofrece,estad%C3%ADsticas%2C%20algunos%20de%20elaboraci%C3%B3n%20propia>.
- Stevens, N. y Westerhof, G. (2006). Marriage, social integration, and loneliness in the second half of life. A comparison of Dutch and German men and women. *Research on Aging* 28(6), 713-729. <https://doi.org/10.1177/0164027506291747>
- Torío López, S. (2021). La vivencia de la soledad en la vejez. Una mirada en tiempos de pandemia. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 37, 9-16. https://doi.org/10.7179/PSRI_2021.37.00.
- Torres Romay, E. y García Mirón, S. (2015) Representación de la vejez en publicidad: presencia de estereotipos, prescriptores y consumidores. *Opción*, 31(2), 1083-1104. <https://www.redalyc.org/pdf/310/31045568059.pdf>
- Uribe Díaz, P. I. (2015). Hogares unipersonales: “la experiencia de vivir solas y solos”. *Tendencias y Retos*, 20(1), 145-160. <https://revistas.lasalle.edu.co/index.php/te/article/view/4709>