



## DECÁLOGO DE CARACTERÍSTICAS DE LAS POLÍTICAS PÚBLICAS CONTRA LA SOLEDAD NO DESEADA

GRUPO DE TRABAJO DE POLÍTICAS PÚBLICAS CONTRA LA SOLEDAD

Diciembre de 2024

Una iniciativa de:  **Fundación  
ONCE**  **grupo social  
ONCE**

## 1. INTRODUCCIÓN Y OBJETIVO

---

La soledad no deseada se está convirtiendo en una de las grandes preocupaciones de nuestra sociedad. Cualquier persona sin importar su edad o situación puede verse afectada. Aun así, la soledad no deseada sigue estando estigmatizada y en la mayoría de los casos sigue siendo invisible.

Según datos del Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada SoledadES, del *Barómetro de la soledad no deseada de España 2024*, la soledad afecta a una de cada cinco personas en España<sup>1</sup>. El 13,5% de la población está además en una situación de soledad crónica (desde hace dos o más años). Asimismo, según este estudio existe un consenso en la población acerca de la necesidad de reforzar las acciones para reducir la soledad no deseada. La gran mayoría de la sociedad considera que la lucha contra la soledad debe ser una cuestión prioritaria para las Administraciones públicas, así como una responsabilidad compartida por el conjunto de la sociedad. Además, una amplia mayoría afirma que realiza acciones que ayudan a combatir la soledad, pero también a una gran mayoría le gustaría poder realizar más acciones.

El desafío para las Administraciones públicas es dar respuesta a este fenómeno desde las políticas públicas, desarrollando una serie de políticas y programas, movilizando recursos y sensibilizando e implicando a los diferentes actores.

### Objetivo del decálogo

Este decálogo identifica las características fundamentales que deben guiar las políticas públicas contra la soledad, asegurando una acción eficaz, innovadora y colaborativa para enfrentar este problema.

Puede servir como una breve guía para desarrollar políticas públicas que prevengan la soledad, innoven y fomenten una cultura de conexión social a largo plazo.

---

<sup>1</sup> SoledadES, Fundación ONCE, Fundación AXA (2024). [Barómetro de la soledad no deseada en España 2024](#)

## 2. DECÁLOGO DE POLÍTICAS PÚBLICAS CONTRA LA SOLEDAD NO DESEADA

---

### 2.1. Incluir explícitamente la mirada de la soledad en las acciones y programas habituales

#### Partir de lo que ya se tiene

El primer paso para cualquier plan, estrategia o programa contra la soledad no deseada es identificar los recursos existentes, tanto de titularidad pública como privada. Las Administraciones públicas cuentan con una amplia infraestructura de dotaciones y servicios sociales, culturales, deportivos, de educación o de salud que pueden ser aprovechados.

#### Incluir la mirada o perspectiva de soledad

Incorporar la mirada o perspectiva de soledad implica tener en cuenta la lucha contra la soledad y la promoción de la conexión social a la hora de desarrollar e implementar políticas en los diferentes ámbitos, programas y recursos. Los recursos existentes pueden ser evaluados para ver cómo se pueden ajustar o rediseñar para que contribuyan mejor a reducir el aislamiento y la soledad no deseada y promuevan la conexión social. Así, se optimizan los recursos existentes y se evita duplicar servicios.

#### Contabilizarlo

Es fundamental tener identificados los recursos disponibles que contribuyen a luchar frente a la soledad, bien sea de manera directa o indirecta. Esto incluye además detectar servicios y programas que ya existen y que pueden adaptarse o potenciarse. Esto permite optimizar los recursos, detectar áreas que requieren mayor inversión o desarrollo, y poder ofrecer a la ciudadanía los recursos existentes.

#### Acciones que se pueden realizar desde las AAPP

- ▶ Crear un **mapa de recursos** que identifique y clasifique los servicios y recursos que contribuyen o pueden contribuir a reducir la soledad no deseada.
- ▶ Realizar **estudios de necesidades** para conocer las necesidades de la población.
- ▶ Realizar **diagnósticos de valoración de los recursos y recomendaciones estratégicas** para que contribuyan a la prevención y el acompañamiento (como guías de buenas prácticas, o recomendaciones para la acción que pueden surgir de seminarios o jornadas de buenas prácticas).
- ▶ Realizar un **diagnóstico para identificar programas ya existentes que puedan reorientarse** hacia la lucha contra la soledad no deseada.
- ▶ **Acondicionar infraestructuras** para hacerlas más inclusivas y accesibles para las personas, promoviendo su uso por parte de diversos grupos sociales y generando espacios que fomenten la interacción y la diversidad. Además, realizar acciones de sensibilización y promoción para que las personas contribuyan a dinamizar y aprovechar estos espacios.

- ▶ **Diseñar y adaptar el uso de los espacios públicos para promover la interacción social**, como rediseñar aulas, espacios de recreo, áreas comunes en hospitales o centros de ocio.

## 2.2. Adoptar un enfoque transversal implicando a las políticas y departamentos clave

### Un enfoque transversal

La soledad no deseada es un problema multidimensional. Por ello, las políticas públicas deben adoptar un enfoque transversal, integrando la lucha contra la soledad en todos los ámbitos de gestión pública. Esto incluye, entre otros, los departamentos de salud, educación, cultura, juventud, personas mayores, urbanismo y servicios sociales.

### Ajustar políticas y programas

Este enfoque transversal también debe incorporarse a las políticas y programas existentes para que tengan un impacto positivo en la generación de vínculos y la cohesión social. Por ejemplo, los programas de bienestar emocional o los centros cívicos pueden implementar acciones que faciliten la creación de redes de apoyo social.

### Coordinar las políticas de los diferentes ámbitos o departamentos

La coordinación entre las diferentes áreas de gobierno es importante para mejorar el impacto de las políticas y para que las iniciativas contra la soledad sean coherentes y se refuercen mutuamente. Trabajar coordinadamente entre distintos departamentos no es fácil. En este sentido, tener un liderazgo definido es clave de cara a realizar este trabajo coordinado.

### Incluir las políticas de diseño urbano

Las políticas de diseño urbano juegan un papel muy importante para reducir la soledad y fomentar la conexión social. Incluir el diseño urbano como una política transversal implica planificar y organizar los espacios públicos de manera que promuevan la interacción social, el sentido de comunidad y la accesibilidad para toda la ciudadanía. El diseño urbano debe también facilitar el acceso a servicios comunitarios, culturales y de ocio.

### Acciones que se pueden realizar desde las AAPP

- ▶ Diseñar un **plan estratégico con enfoque trasversal** que establezca objetivos y acciones en diferentes ámbitos de gobierno, definiendo liderazgos y presupuesto.
- ▶ Establecer un **sistema de evaluación** conjunta para medir el impacto de las acciones de diferentes departamentos en la lucha contra la soledad.
- ▶ Promover **espacios o un grupo de trabajo** interdepartamental para coordinar y supervisar las políticas contra la soledad.

- ▶ **Adaptar ciertas normativas** (como las de urbanismo o vivienda) para que fomenten la creación de espacios de interacción social y vecinal.
- ▶ **Diseñar y promover el uso de espacios públicos** para favorecer el encuentro y la conexión social.

### 2.3. Desarrollar acciones tanto a nivel individual como a nivel comunitario

#### Tener en cuenta las dos vertientes en los programas y acciones

Para que los programas contra la soledad sean efectivos deben contemplar tanto la intervención a nivel individual como el desarrollo de un entorno comunitario que favorezca la interacción social y el apoyo mutuo.

#### A nivel individual

Las acciones a nivel individual deben centrarse en proporcionar herramientas y recursos para que las personas puedan prevenir y reducir la soledad no deseada. Esto incluye apoyo psicosocial, programas de acompañamiento, formación en habilidades sociales, o trabajo en competencias digitales. Es importante que las intervenciones sean personalizadas, atendiendo a las necesidades de cada persona.

#### A nivel comunitario

A nivel comunitario, las políticas deben enfocarse en crear y fortalecer los lazos y espacios de encuentro social. Esto incluye, entre otros, el fortalecimiento de redes de apoyo vecinal, el fomento de actividades grupales y la revitalización de espacios públicos para que sirvan como lugares de conexión. Además, promover un sentido de pertenencia en la comunidad es fundamental para reducir el aislamiento social y la soledad no deseada.

Asimismo, se debe trabajar en los espacios relacionales. Además del trabajo comunitario, las intervenciones deben incluir el entorno familiar, un espacio clave desde donde se puede trabajar en reducir la soledad.

#### Acciones que se pueden realizar desde las AAPP

- ▶ Desarrollar **programas de acompañamiento** para personas en riesgo de soledad no deseada.
- ▶ Desarrollar **talleres o formaciones de habilidades sociales y emocionales** dirigidos a mejorar la capacidad de las personas para establecer relaciones sociales, así como para gestionar emocionalmente la soledad no deseada.
- ▶ Desarrollar **acompañamiento específico para que las personas tengan soledad no deseada** puedan identificar condiciones o situaciones de riesgo y conozcan las acciones que pueden realizar.
- ▶ Potenciar el uso de **espacios comunitarios**, como centros cívicos o culturales, donde se organicen actividades inclusivas y accesibles para todos los grupos.

- ▶ Fomentar la creación de **grupos de apoyo vecinal**, donde las personas puedan reunirse, compartir experiencias y generar lazos de solidaridad.
- ▶ Desarrollar **programas dirigidos a familias**, promoviendo espacios relacionales seguros dentro del hogar.
- ▶ Implementar **programas de formación en el uso de dispositivos digitales o redes de apoyo intergeneracional**, donde jóvenes capaciten a personas mayores en el uso de las tecnologías.

## 2.4. Fomentar el enfoque comunitario considerando aspectos clave

### La importancia de lo comunitario

En muchas ocasiones se produce una desconexión respecto de la comunidad que incrementa la vulnerabilidad frente a la aparición de la soledad no deseada. Las iniciativas comunitarias son esenciales en la lucha contra la soledad no deseada, ya que promueven la creación de redes de apoyo y fortalecen el sentido de pertenencia entre los individuos. La comunidad ofrece un entorno donde las personas pueden conectarse, compartir experiencias y apoyarse mutuamente, reduciendo el aislamiento y fomentando la cohesión social.

### Algunos aspectos clave de cara a implementar iniciativas comunitarias

Algunas características importantes de cara a las iniciativas comunitarias son:

- **Potenciar la autonomía de las personas usuarias.** Con la edad, frecuentemente las personas pierden el poder de decisión y la oportunidad de ejercer control sobre aquello que les sucede. Además, en muchas ocasiones se produce una discriminación hacia las personas mayores que devalúa su estatus social y las aparta de la toma de decisiones. Por ello, las iniciativas deben **fomentar la autonomía**, permitiendo a las personas decidir su nivel de implicación y las funciones que desean desempeñar. Cambiar modelos tradicionales de intervención, que tienden a ser más rígidos, hacia modelos más flexibles y participativos que fomenten la autonomía.
- **Estar diseñadas de manera inclusiva.** Deben tener en cuenta los diferentes grupos demográficos, y poner especial atención a las personas en situación de exclusión social o vulnerabilidad. Esto implica eliminar barreras físicas, económicas o sociales.
- **Favorecer la escucha activa y participación de la población objetivo.** Parte del éxito de las iniciativas comunitarias reside en su conexión con los intereses y necesidades de las personas que habitan en la comunidad. En ocasiones, algunas iniciativas no alcanzan la participación deseada de la población objetivo porque no se ven interpeladas. En este sentido, es fundamental planificar iniciativas comunitarias en colaboración con las personas, generando espacios de participación, encuestas o sondeos, entre otros métodos que permitan identificar intereses y necesidades de la comunidad.

- **Facilitar la oportunidad de desarrollo de nuevos vínculos sociales.** Establecer relación con personas nuevas es uno de los beneficios más valorados por las personas que participan en actividades comunitarias. Además, se pueden potenciar las relaciones intergeneracionales favoreciendo el intercambio de conocimientos y experiencias entre diferentes generaciones.
- **Arraigar el sentimiento de pertenencia a la comunidad y al territorio.** Sentirse parte de una comunidad tiene efectos positivos contra la soledad no deseada. Las iniciativas comunitarias crean comunidad, sentimiento de pertenencia y arraigo.

### Acciones que se pueden realizar desde las AAPP

- ▶ Potenciar **centros comunitarios** para todas las edades. Es importante que las personas mayores vean estos centros como lugares donde poder interactuar y seguir desarrollándose.
- ▶ **Apoyar a organizaciones locales** que desarrollan programas orientados a combatir la soledad y fortalecer la cohesión social.
- ▶ **Generar previamente espacios de participación de las personas o realizar sondeos o encuestas** para identificar los intereses y necesidades de la comunidad.
- ▶ Apoyar **programas intergeneracionales** que fomenten la interacción entre jóvenes, adultos y mayores para enriquecer el tejido social.
- ▶ Incentivar la **adaptación de espacios públicos** diseñados para facilitar la interacción social, como parques, bibliotecas y centros culturales.

## 2.5. Experimentar e innovar

### Experimentar e innovar

La soledad no deseada es un fenómeno complejo que requiere respuestas flexibles e innovadoras. Por ello las Administraciones públicas deben apostar por la experimentación y la innovación, probando enfoques nuevos, utilizando tecnologías y desarrollando soluciones creativas que no se limiten a los métodos y recursos tradicionales. La innovación puede venir desde la creación de plataformas digitales específicas hasta el rediseño de espacios urbanos para fomentar la interacción entre vecinos.

También se puede desarrollar la innovación en perfiles profesionales. Por ejemplo creando nuevos perfiles como el de "tejedores o tejedoras comunitarias" o "conectores o conectoras comunitarias", que trabajen para fortalecer los vínculos sociales y reducir la soledad en las comunidades, tanto en los entornos urbanos como rurales.

### Extraer aprendizajes

Cada nueva iniciativa o programa debe estar acompañado de una evaluación que permita extraer aprendizajes. Experimentar significa implementar soluciones

innovadoras, monitorizarlas y evaluar sus resultados. Los aprendizajes obtenidos de estas experiencias son fundamentales para ajustar, mejorar y perfeccionar las intervenciones en futuras acciones. Además, es importante intercambiar aprendizajes y experiencias exitosas con otros territorios o países.

## Escalar

Una vez que las iniciativas innovadoras han demostrado ser efectivas, si es pertinente se pueden llevar a una escala mayor. Esto implica también adaptar estas soluciones a diferentes contextos y grupos demográficos, asegurando que las intervenciones contra la soledad sean relevantes para las personas a las que se dirigen.

### Acciones que se pueden realizar desde las AAPP

- ▶ Diseñar y desarrollar **proyectos piloto innovadores** que permitan probar soluciones innovadoras antes de transferirlas.
- ▶ Diseñar e implementar **sistemas de monitoreo y evaluación** para medir el impacto de las innovaciones y extraer aprendizajes que permitan mejorar y escalar las intervenciones.
- ▶ Crear **laboratorios de innovación social** donde se experimenten nuevas soluciones para combatir la soledad no deseada.
- ▶ **Participar en proyectos europeos y otras vías de financiación a nivel nacional y autonómico** vinculadas a innovación e intercambio de prácticas y conocimientos sobre prevención y abordaje de la soledad no deseada.
- ▶ Desarrollar una **red de buenas prácticas**, donde las iniciativas exitosas se compartan y se adapten a otros municipios o comunidades autónomas.
- ▶ **Impulsar premios o reconocimientos** a actores que contribuyen a reducir la soledad no deseada.
- ▶ Organizar **jornadas de intercambio de conocimiento** entre diferentes actores y territorios donde se compartan buenas prácticas y aprendizajes.

## 2.6. Trabajar de manera colaborativa con todos los actores

### La soledad no deseada es una cuestión de todos

La soledad no deseada es un fenómeno que afecta a toda la sociedad, y su solución no puede recaer exclusivamente en las Administraciones públicas. Por ello, es clave que todos los actores de la comunidad, entidades sociales, sociedad civil, empresas, y el conjunto de la ciudadanía, se sientan responsables de contribuir a la creación de una sociedad más conectada y con menos soledad.

### Necesidad de colaboración

La colaboración entre los actores es esencial. Cada uno de estos sectores aporta capacidades y recursos únicos que pueden potenciarse. Las entidades sociales juegan un papel clave, trabajando con las personas más vulnerables así como desarrollando acciones específicas. Las empresas pueden apoyar iniciativas a través de programas de

acción social, así como favorecer el bienestar de sus trabajadores y fomentar programas de mejora de la soledad no deseada en las comunidades donde operan. La ciudadanía tiene un papel fundamental, fortaleciendo las iniciativas comunitarias, el apoyo vecinal y fomentando una cultura del cuidado mutuo y la solidaridad. Las Administraciones públicas deben liderar este esfuerzo, proporcionando el marco adecuado y facilitando la participación de todos los actores.

### Acciones que se pueden realizar desde las AAPP

- ▶ Organizar **jornadas para construir red**, que cuenten con la participación de diferentes actores.
- ▶ Desarrollar **campañas de sensibilización** dirigidas a la ciudadanía, animando a las personas a formar parte de redes de apoyo y voluntariado.
- ▶ **Facilitar la creación y desarrollo de redes comunitarias** que conecten a las personas en su entorno más cercano, impulsando el apoyo vecinal y las iniciativas de voluntariado.
- ▶ Promover la creación de **alianzas estratégicas con el sector privado** para hacerles partícipes en el desarrollo de soluciones y financiación de iniciativas.
- ▶ **Promover las alianzas estratégicas con empresas** para que participen activamente en la lucha contra la soledad, mejorando el bienestar de sus empleados y comunidades.
- ▶ **Crear grupos de coordinación multiactor para abordar la temática** desde un enfoque de detección y prevención, como grupos motores o similares, que cuenten con la presencia de diferentes actores: Administraciones públicas, entidades del tercer sector, sociedad civil, colegios profesionales, empresas, etc.

## 2.7. Capacitar y sensibilizar a todos los actores

### Formar a las personas profesionales y al resto de actores clave

Es fundamental formar a profesionales y actores directamente implicados en las acciones contra la soledad. Esto incluye, entre otros, a trabajadores y trabajadoras sociales, profesionales de la educación, de juventud y de la salud. Estos actores deben contar con los conocimientos y herramientas necesarias para prevenir, identificar y abordar la soledad en sus respectivos ámbitos de actuación. Además, cualquier agente involucrado en la atención y el bienestar social, como las personas voluntarias, debería estar sensibilizado sobre la soledad y contar con ciertos conocimientos y herramientas.

### Formar a los profesionales

Capacitar a profesionales en la detección, prevención e intervención en casos de soledad, tanto aquellos que están en contacto directo con las personas afectadas como aquellos en roles más administrativos.

## Sensibilizar a la sociedad para movilizar a la población

Asimismo, se debe sensibilizar a la sociedad en su conjunto: informando, desestigmatizando la soledad y fomentando una cultura de conexión social y apoyo mutuo. La lucha contra la soledad es tarea de todos. Por ello, es necesario movilizar a la población en su conjunto para potenciar la conexión social, la solidaridad, las relaciones de buena vecindad y el sentimiento de pertenencia.

### Acciones que se pueden realizar desde las AAPP

- ▶ Desarrollar **programas de capacitación** específicos para profesionales que trabajen en ámbitos donde la soledad no deseada ocurre con más frecuencia.
- ▶ Potenciar **programas específicos de abordaje de la soledad** en las universidades y otros centros educativos.
- ▶ Fomentar **redes de intercambio entre profesionales**, donde puedan compartir experiencias y mejores prácticas en relación con la soledad no deseada.
- ▶ Desarrollar **espacios y jornadas de sensibilización** destinados a sensibilizar a los diferentes agentes sociales.
- ▶ Desarrollar **campañas de sensibilización** para el conjunto de la población mostrando que es un problema que puede afectar a cualquier persona, desestigmatizando la soledad no deseada y promoviendo la cultura del apoyo mutuo de la conexión social.
- ▶ **Difundir estudios y evaluaciones** realizados sobre la soledad no deseada.
- ▶ Incluir **programas de formación en la detección temprana** de la soledad para profesionales en salud, educación y servicios sociales, etc.

## 2.8. Priorizar acciones preventivas

### No atender la soledad sale caro

La soledad no deseada tiene un impacto negativo no solo en la salud y el bienestar de las personas, sino también en los recursos públicos. Los costes derivados de no abordar la soledad a tiempo incluyen un mayor uso de servicios de salud, un mayor consumo de medicamentos, un aumento en la demanda de atención social y un descenso en la productividad. El estudio *El coste de la soledad no deseada en España*<sup>2</sup> estimó que la soledad no deseada representa un coste total de 14.141 millones de euros anuales en nuestro país (el 1,17% del PIB de España para el año 2021). Invertir en prevenir la soledad es una medida tanto socialmente justa como económicamente eficiente.

### Prevenir a todos los niveles

El enfoque preventivo resalta la importancia de actuar antes de que la soledad se convierta en un problema crónico, favoreciendo que los recursos públicos se utilicen de manera eficiente y que la calidad de vida de las personas mejore.

---

<sup>2</sup> SoledadES, Fundación ONCE, Nextdoor (2023). [El coste de la soledad en España](#)

El enfoque preventivo debe abarcar todos los niveles de intervención, desde la prevención primaria dirigida a toda la población, hasta la prevención secundaria y terciaria con personas que ya muestran signos de aislamiento o soledad no deseada.

La prevención debe realizarse por diferentes vías y en diferentes ámbitos, como pueden ser a través de los centros de atención primaria, de las escuelas o mediante campañas de sensibilización. Las Administraciones públicas tienen un papel clave en fomentar estas iniciativas y proporcionar el marco necesario para que la prevención sea efectiva.

### Acciones que se pueden realizar desde las AAPP

- ▶ Desarrollar **campañas de sensibilización** que informen sobre los riesgos de la soledad y promuevan la importancia de la prevención desde la infancia hasta la vejez.
- ▶ Implementar **programas educativos** en escuelas y centros juveniles con enfoque preventivo, que incluyan por ejemplo formación en el uso de la tecnología y en habilidades sociales y emocionales.
- ▶ Desarrollar **mecanismos y protocolos de detección temprana** en servicios de salud, educativos y de atención social para identificar a personas en riesgo de soledad no deseada y actuar de forma preventiva.
- ▶ Fomentar **iniciativas en el ámbito laboral** que impulsen un entorno de trabajo inclusivo y saludable así como el bienestar emocional, fomentando también las relaciones intergeneracionales en los equipos de trabajo

## 2.9. Mejorar el conocimiento, el seguimiento y la evaluación

### Avanzar en políticas contra la soledad basadas en evidencias, contando con estudios y personas expertas

Es fundamental que las políticas públicas contra la soledad no deseada se fundamenten en evidencias. Esto implica utilizar datos y resultados de investigaciones previas para diseñar las intervenciones. La implementación de políticas basadas en evidencias garantiza que los recursos se destinen de manera eficaz y que las acciones sean pertinentes.

Además, es importante el contraste con personas expertas. Incluir la participación de personas expertas que asesoren en el diseño y evaluación de las políticas públicas contra la soledad no deseada. La participación de estas favorece que las políticas y programas que se lleven a cabo estén fundamentadas en evidencia científica.

### Conocer más y mejor

Para desarrollar estas políticas basadas en evidencias, es crucial profundizar en la investigación sobre la soledad. Esto incluye estudios que identifiquen la prevalencia, así como las causas y consecuencias de la soledad no deseada, y que permitan contar con datos desagregados por edad, género, situación socioeconómica, salud y otros factores para ayudar a diseñar actuaciones contra la soledad en las diversas poblaciones.

Además, también es necesario avanzar en el estudio cualitativo de la soledad, para ofrecer una comprensión más profunda y matizada de este fenómeno. En los estudios sobre soledad no deseada se deben por supuesto tener en cuenta los aspectos éticos, especialmente en la recolección de datos sensibles.

### **Evaluar para ver lo que funciona**

La evaluación de programas y políticas es crucial para conocer qué enfoques y programas tienen más impacto y son más efectivos. Posteriormente, los aprendizajes obtenidos de estas evaluaciones deben ser utilizados para desarrollar nuevas políticas y programas contra la soledad no deseada. Debido a que todavía el conocimiento sobre la soledad es limitado, se debe avanzar en generar conocimiento y evidencias.

### **Algunas cuestiones importantes de cara al conocimiento y la evaluación**

De cara a conocer la soledad y evaluar los programas es importante emplear las mismas herramientas de medición, para que los resultados sean comparables y que faciliten así el monitoreo y la mejora continua.

Asimismo, además de medir la soledad no deseada que experimenta la persona, en función de los objetivos, es importante introducir herramientas de valoración de apoyo social, que tengan en cuenta cuestiones como la participación en actividades comunitarias, las redes de apoyo familiar y social, o el acceso a servicios de apoyo.

### **Acciones que se pueden realizar desde las AAPP**

- ▶ Realizar **estudios de prevalencia** de la soledad no deseada en los territorios de competencia de cada Administración pública, que permitan conocer la situación de soledad de su municipio, provincia o comunidad.
- ▶ Realizar **estudios cualitativos** que exploren las experiencias personales y las necesidades de las personas.
- ▶ Crear **grupos de personas expertas** para asesorar las políticas y programas que se desarrollen. Estos pueden ser en la forma de consejos asesores científicos o cualquier otra forma similar.
- ▶ Realizar **evaluaciones de los programas y políticas públicas** contra la soledad puestos en marcha, para generar evidencias y extraer aprendizajes.
- ▶ Implementar **sistemas de monitoreo y evaluación** para hacer un seguimiento de las políticas y programas implementados que incluyan indicadores relevantes.
- ▶ **Desarrollar un sistema de indicadores que combine herramientas** de evaluación subjetiva (percepción de soledad) con indicadores objetivos de apoyo social, como la existencia de redes de apoyo familiar y social.

## **2.10. Adaptar las políticas a los distintos contextos y grupos**

### **Tener en cuenta la edad y el ciclo de vida**

La soledad no deseada tiene características diferentes en función de la edad. Por ello, las políticas y programas contra la soledad se deben diseñar a partir de un análisis de las necesidades de cada grupo de población. Las personas jóvenes, por ejemplo, pueden experimentar soledad en un contexto de socialización digital y de dificultades en la salud mental, mientras las personas mayores pueden encontrarse en una situación de soledad o aislamiento debido a la pérdida de sus relaciones o a una situación de dependencia.

Por ello, es clave desarrollar políticas y programas teniendo en cuenta el enfoque de ciclo de vida: considerando todas las etapas de la vida, desde la infancia hasta la vejez, y adaptando las intervenciones según las necesidades de cada grupo.

### **Tener en cuenta el contexto geográfico: área rural y urbana**

El contexto geográfico también tiene influencia en la experiencia de la soledad. Las zonas rurales pueden enfrentar desafíos específicos, como la escasez de servicios y actividades sociales, mientras que las zonas urbanas pueden tener una mayor diversidad, pero también menores apoyos naturales. Así, las políticas deben considerar estas diferencias. Para las áreas rurales, se pueden fomentar por ejemplo el desarrollo de servicios y recursos que promuevan la interacción social, o los cuidados de larga duración en la comunidad. En las áreas urbanas, se pueden necesitar espacios y actividades que faciliten la conexión entre personas promoviendo el sentimiento de comunidad.

### **Poner el foco en los grupos más vulnerables**

Junto a ello, se deben abordar las necesidades específicas de grupos que enfrentan mayores riesgos de soledad no deseada, que son generalmente los grupos más discriminados. Esto incluye, entre otros, personas con discapacidad, personas en situación de exclusión social, personas en situación de sinhogarismo, personas cuidadoras, personas en situación de desempleo, personas LGTBI+, personas migrantes o personas con problemas de salud física o mental.

Además, estas personas más vulnerables sufren en muchos casos adicionalmente soledad institucional, es decir, la falta de escucha y acompañamiento adecuado por parte de las instituciones. Por ello, las políticas públicas deben considerar sus necesidades específicas.

### **Incorporar la perspectiva de género**

Incorporar la perspectiva de género en las políticas y acciones frente a la soledad. Esto implica abordar las necesidades particulares de las mujeres en las iniciativas que se

ponen en marcha, especialmente aquellas en situaciones más vulnerables como mujeres mayores, cuidadoras, mujeres víctimas de violencia de género o mujeres migrantes.

### **Acciones que se pueden realizar desde las AAPP**

- ▶ Realizar **estudios específicos** sobre la soledad no deseada en diferentes grupos de edad y contextos.
- ▶ **Incorporar en los planes y estrategias** contra la soledad no deseada las diferentes necesidades y actuaciones.
- ▶ Garantizar la **prestación de los servicios profesionales en entornos rurales** para que toda la ciudadanía tenga acceso.
- ▶ Implementar **iniciativas comunitarias** que atiendan las necesidades específicas de grupos vulnerables.
- ▶ Fomentar **colaboraciones con organizaciones** que trabajen con grupos en riesgo.
- ▶ Desarrollar **programas dirigidos a diferentes grupos de edad y contextos**, asegurando que todos los grupos de personas afectadas por la soledad no deseada, con independencia de su edad, reciban el apoyo adecuado..
- ▶ Incluir **el enfoque de ciclo de vida** en el diseño de programas e iniciativas, garantizando que todas las edades desde la infancia hasta las personas mayores estén representadas y participen activamente.

### 3. ANEXO: EJEMPLOS DE BUENAS PRÁCTICAS

---

A continuación se incluye una lista no exhaustiva de algunos ejemplos de acciones llevadas a cabo por administraciones públicas a nivel local, regional y nacional. Estas acciones pueden incluir la participación de diferentes actores como Administraciones, entidades sociales, sociedad civil, empresas, profesionales y/o ciudadanía.

El listado puede ser una fuente de inspiración y referencia para el desarrollo de políticas públicas, promoviendo la replicabilidad y adaptación en diferentes contextos de iniciativas exitosas.

#### Estrategias, planes, recursos

- ▶ 'BARCELONA CONTRA LA SOLEDAT': sitio web sobre la Estrategia municipal contra la soledad del Ayuntamiento de Barcelona - <https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/es/barcelona-contra-la-soledad>
- ▶ Estrategia municipal contra la soledad de Barcelona y Plan de acción contra la soledad 2020-2024.
- ▶ Inclusión de la mirada de la soledad no deseada en las convocatorias ordinarias de subvenciones de la Dirección de Servicios de Infancia, Juventud y Personas Mayores. Barcelona.
- ▶ Decálogo de las profesiones colegiadas para la prevención del edadismo. Unión Profesional y Help Age <https://unionprofesional.com/estudio/decalogo-para-la-prevencion-del-edadismo/>

#### Sensibilización, jornadas

- ▶ CONTRA LA SOLEDAT, RECONNECTEM: Campaña de comunicación y sensibilización sobre la soledad no deseada en Barcelona - <https://www.youtube.com/watch?v=9yiTRpFgYpk>
- ▶ JORNADAS INTERNACIONALES SOBRE LA SOLEDAD EN BARCELONA: celebradas en noviembre de 2022 - <https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/es/barcelona-contra-la-soledad/jornadas-internacionales-sobre-la-soledad-en-barcelona>
- ▶ 'BARCELONA CONTRA LA SOLEDAT' - boletín digital de periodicidad mensual (catalán): <https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/es/barcelona-contra-la-soledad/bolet%C3%ADn>
- ▶ RELEVANCIA JURÍDICA Y CONSIDERACIONES LEGALES DE LA SOLEDAD: Jornada celebrada en octubre de 2023 con personas expertas y entidades especializadas - <https://www.youtube.com/watch?v=OBCMAN5aPJE>
- ▶ Jornada sobre la Soledad no deseada y las residencias para personas mayores. CCOO. [https://pensionistas.ccoo.es/noticia:698231--Jornada sobre la Soledad no deseada y las residencias para personas mayores](https://pensionistas.ccoo.es/noticia:698231--Jornada_sobre_la_Soledad_no_deseada_y_las_residencias_para_personas_mayores)

## Buenas prácticas, grupos de expertos

- ▶ BANCO DE POLÍTICAS, ESTUDIOS Y RECURSOS. Página web . Observatorio Estatal Soledad No Deseada, SoledadES. <https://www.soledades.es/>
- ▶ 'CONOCER Y RECONOCER LA SOLEDAD': corpus formativo que incluye una guía para prevenir, detectar y tratar la soledad en personas adultas, elaborada en colaboración con las consultoras e investigadoras sociales Elisa Sala Mozos y Regina Martínez Pascual. <https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/es/barcelona-contra-la-soledad/formacion>
- ▶ CONSEJO ASESOR CIENTÍFICO CONTRA LA SOLEDAD (CACs): grupo de personas expertas en diversas disciplinas sociales y sanitarias en relación con la soledad - <https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/es/barcelona-contra-la-soledad/consejo-asesor-cient%C3%ADfico>

## Formación, herramientas

- ▶ GUÍA PARA LA PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO DE ADOLESCENTES Y JÓVENES EN SITUACIONES DE SOLEDAD: elaborada en colaboración con la Universitat de Girona (UdG) - [https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/arxius-documents/guia\\_soledat\\_joves\\_2021\\_es.pdf](https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/arxius-documents/guia_soledat_joves_2021_es.pdf)
- ▶ GUÍA PARA LA PREVENCIÓN, DETECCIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO DE PERSONAS MAYORES EN SITUACIONES DE SOLEDAD: elaborada en colaboración con la consultora e investigadora social Regina Martínez Pascual - [https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/arxius-documents/guia\\_personas\\_mayores\\_soledad.pdf](https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/arxius-documents/guia_personas_mayores_soledad.pdf)
- ▶ OBSERVATORIO MUNICIPAL DE LA SOLEDAD: recopilación de buenas prácticas internacionales y locales para combatir la soledad no deseada - <https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/es/barcelona-contra-la-soledad/observatorio-de-la-soledad-barcelona/iniciativas-para-combatir-la-soledad>
- ▶ #RECONNECTA: juego de mesa autoeditable para contribuir a crear vínculos entre adolescentes y jóvenes (catalán), elaborado en el distrito de Nou Barris - <https://media-edg.barcelona.cat/wp-content/uploads/2023/11/23105540/Reconnecta.pdf>
- ▶ ANTÍDOTS: juego de cartas para contribuir a la reflexión de niños y niñas sobre la soledad (catalán) - <https://www.youtube.com/watch?v=9XVIVgYsLFM>
- ▶ Formación específica sobre soledad no deseada a profesionales sanitarios y sociosanitarios. Imsero [https://www.youtube.com/watch?v=6xxUTrTs2eA&list=PLj7X9mF\\_LE\\_LpWRyLUZq25LPSJ4fZe6zH](https://www.youtube.com/watch?v=6xxUTrTs2eA&list=PLj7X9mF_LE_LpWRyLUZq25LPSJ4fZe6zH)

## Programas

- ▶ VinclesBCN: servicio creado específicamente en 2014 para paliar la soledad de las personas mayores en Barcelona con ayuda de la tecnología como

- herramienta para reforzar vínculos presenciales - <https://ajuntament.barcelona.cat/personesgrans/es/content/vincles-bcn-0>
- ▶ RADARS: proyecto de acción comunitaria contra la soledad de las personas mayores en Barcelona - <https://ajuntament.barcelona.cat/serveissocials/es/canal/projecte-daccio-comunitaria-radars>
  - ▶ FEM FILIGRANES: Proyecto de apoyo a grupos de costura comunitaria [https://ajuntament.barcelona.cat/dretsocials/es/barcelona-contra-la-soledad/noticias-soledad/hacemos-filigranas-el-nuevo-proyecto-que-cobija-la-costura-comunitaria-de-barcelona\\_1381693](https://ajuntament.barcelona.cat/dretsocials/es/barcelona-contra-la-soledad/noticias-soledad/hacemos-filigranas-el-nuevo-proyecto-que-cobija-la-costura-comunitaria-de-barcelona_1381693)
  - ▶ VIURE I CONVIURE: Programa de convivencia intergeneracional entre personas mayores y estudiantes - <https://ajuntament.barcelona.cat/personesgrans/es/canal/programa-viure-i-conviure>
  - ▶ TENIM COMPANYIA: programa de adopción de mascotas (perros y gatos) - [https://www.barcelona.cat/infobarcelona/es/tenemos-compania-el-papel-de-los-animales-para-las-personas-que-se-sienten-solas\\_1156513.html](https://www.barcelona.cat/infobarcelona/es/tenemos-compania-el-papel-de-los-animales-para-las-personas-que-se-sienten-solas_1156513.html)
  - ▶ T'ACOMPANYO? NO ESTÀS SOL/A: Proyecto cultural intergeneracional con alumnado de Educación Primaria y personas usuarias de centros para mayores - [https://ajuntament.barcelona.cat/dretsocials/es/barcelona-contra-la-soledad/noticias-soledad/ninos-y-personas-mayores-interactuan-dentro-del-proyecto-tacompanyo-no-estas-solo-sola\\_1380337](https://ajuntament.barcelona.cat/dretsocials/es/barcelona-contra-la-soledad/noticias-soledad/ninos-y-personas-mayores-interactuan-dentro-del-proyecto-tacompanyo-no-estas-solo-sola_1380337)
  - ▶ ELS MUSEUS T'ESPEREN: Ciclo de visitas y actividades dirigidas a personas mayores para disfrutar de los museos de Barcelona y sus alrededores - <https://ajuntament.barcelona.cat/personesgrans/es/canal/els-museus-tesperen>

### Enfoque transversal y trabajo en red

- ▶ COMPROMISO 'BARCELONA CONTRA LA SOLEDAD': para la adhesión de entidades y otros agentes sociales y económicos de la ciudad: <https://inscripciones-ajuntament.barcelona.cat/index.php/749595?lang=es>
- ▶ CERCA SALUT BARCELONA: Inclusión de la temática 'Soledad y aislamiento social' en el buscador de actividades y recursos para el bienestar y la salud del departamento de Salud del Ayuntamiento de Barcelona - <https://cercasalut.barcelona/index/soledat-i-aillament-social/>
- ▶ ESPACIOS COMUNITARIOS DE REFERENCIA (ECoR): rediseño y adaptación de equipamientos municipales para prevenir, detectar y atender la soledad no deseada - [https://ajuntament.barcelona.cat/dretsocials/es/barcelona-contra-la-soledad/noticias-soledad/celebramos-hacemos-barri-un-encuentro-entre-trabajadoras-y-trabajadores-del-ambito-de-los-servicios-sociales\\_1378622](https://ajuntament.barcelona.cat/dretsocials/es/barcelona-contra-la-soledad/noticias-soledad/celebramos-hacemos-barri-un-encuentro-entre-trabajadoras-y-trabajadores-del-ambito-de-los-servicios-sociales_1378622)
- ▶ Alianzas con actores comunitarios estratégicos: Protocolo de colaboración con el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos en los que se está trabajando en el diseño e implementación de un protocolo específico de detección de soledad en farmacias comunitarias en Aragón como experiencia piloto.

- ▶ Trabajo en una red específica de centros adscritos al IMSERSO sobre soledad en personas usuarias y sus familias: identificación de situación de partida, prevención y abordajes en función de las soledades encontradas, el contexto y las características de las personas usuarias: personas mayores con autonomía, personas con discapacidad en cualquier edad, personas institucionalizadas completamente, usuarios/as con demencia y familiares.

### **Conocimiento y evaluación**

- ▶ Inclusión desde 2020 de 4 preguntas (3 indirectas -escala UCLA- y 1 directa) sobre soledad en las principales encuestas municipales, con el objetivo de disponer de datos actualizados sobre soledad en Barcelona.
- ▶ Evaluación de acciones del IMSERSO sobre acciones vinculadas al turismo social y termalismo en prevención y prevención.