

# Concepto de soledad y percepción que de su momento actual tiene el adulto mayor en el municipio de Bello, Colombia, 2007

Concept of loneliness, and perception of their current life moment, among elderly adults from Bello, Colombia, 2007

Jairo L. Cardona J<sup>1</sup>; María M. Villamil G<sup>2</sup>; Eucaris Henao V<sup>3</sup>; Ángela Quintero E.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Epidemiólogo, docente de la Corporación Universitaria Remington, Medellín, Colombia. Correo electrónico: jairoleon01@une.net.co

<sup>2</sup> Trabajadora social

<sup>3</sup> Psicóloga, docente de la Corporación Universitaria Remington, Medellín, Colombia

Recibido: 13 de noviembre de 2008. Aprobado: 16 de julio de 2009

---

Cardona JL, Villamil MM, Henao E, Quintero A. Concepto de soledad y percepción que de su momento actual tiene el adulto mayor en el municipio de Bello, Colombia, 2007. *Rev Fac Nac Salud Pública* 2009;27(2): 153-163.

---

## Resumen

**Objetivo:** explorar el concepto de soledad y la percepción del instante que viven los adultos de 55 y más años del municipio de Bello (Antioquia) en el año 2007. **Metodología:** estudio de corte transversal. Se emplearon dos preguntas abiertas que se codificaron y se cruzaron con variables socio-demográficas. La muestra a conveniencia fue conformada por 180 adultos de ambos sexos, residentes en el municipio de Bello (Antioquia) y que no se encontraran institucionalizados. **Resultados:** los conceptos de soledad predominantes fueron el “estar solo” (42,7%), “sentirse solo” (23%), seguido de “horrible” (13,5%) y “aislarse” (7,5%), además de otros conceptos (12,5%); se destaca que el concepto de soledad se asocia con el estrato socio-

económico y el grado de escolaridad alcanzado. **Conclusiones:** Predomina en la población encuestada una concepción más objetiva (estar solo) que subjetiva (sentirse solo) de soledad. La manera como se percibe el momento actual de vida tiene una relación estrecha con el concepto de soledad, quienes perciben aquel de manera positiva eligen preferentemente conceptos de soledad objetivos. Pese a los grandes cambios que experimentan los adultos mayores y las crisis que deben atravesar en este ciclo de vida, en general se percibe que se sienten a gusto con el momento actual de su existencia.

-----**Palabras clave:** concepto de soledad, soledad del adulto mayor, bienestar subjetivo

---

## Abstract

**Objective:** To explore the concept of loneliness and perception of the moment experienced by adults 55 and older in the municipality of Bello (Antioquia) in 2007. **Methodology:** A cross-sectional study. Two were open-ended questions were coded and were crossed with socio-demographic variables. The convenience sample was comprised of 180 adults of both sexes, residents in the municipality of Bello (Antioquia) and were not institutionalized. **Results:** The predominant concepts of loneliness were “being alone” (42.7%), “feeling lonely” (23%), followed by “horrible” (13.5%) and “isolated” (7.5%), and other concepts (12.5%) emphasized that the concept of loneliness is associated with socio-economic

stratum and educational level attained. **Conclusions:** The survey population is predominant in a more objective (alone) than subjective (feeling alone) of loneliness. The way to perceive the current stage of life has a close relationship with the concept of loneliness, those who perceive it in a positive way choose preferably objectives concepts of loneliness. Despite the major changes experienced by older adults and the crises that must pass through this life cycle, it is generally perceived that they feel comfortable with the moment of their existence.

-----**Keywords:** Concept of solitude, elderly adult loneliness, subjective well-being

## Introducción

La vejez, como ciclo ineludible de la condición humana, está permeada por múltiples cambios que dificultan su comprensión y hacen necesario que todas las áreas del conocimiento aporten sus saberes para profundizar en este campo.

Biológicamente en el adulto mayor se debilitan la vista, el oído, las articulaciones, se dan cambios en la piel y hay una predisposición más alta a enfermedades. De otro lado, se dan tres crisis asociadas al envejecimiento: de identidad, de autonomía y de pertenencia. La primera, es producto de las pérdidas acumulativas que deterioran la autoestima y aumentan la diferencia entre el yo ideal y el yo real. La segunda se da especialmente por el deterioro físico propio de la vejez, que le impide al adulto mayor desenvolverse como antes en actividades normales de la vida diaria. La tercera se experimenta por la pérdida de roles, la exclusión a grupos de su vida profesional y la pérdida de capacidades físicas que influyen en el vínculo social.<sup>1</sup>

En el ámbito familiar también se presentan cambios ya que el adulto mayor, al atravesar el ciclo del nido vacío, debe experimentar en muchos casos la salida de sus hijos y la pérdida de su pareja.<sup>2</sup>

Echeverri Ángel<sup>3</sup> menciona que actualmente existen familias integradas en donde el adulto mayor ocupa un estatus importante, familias rotas que buscan la institucionalización del anciano y familias abandonantes. Esta respuesta familiar depende de muchas variables, como la historia, las amenazas externas y la dinámica que permea el sistema. Sin embargo, subyace en este vínculo otra serie de aspectos que condicionan la estructura familiar, tales como el choque generacional, la amenaza de dependencia y los conflictos no resueltos; asuntos que de un modo u otro imprimen conductas que influyen en el afecto, las normas y la convivencia en sí.

López Cepero<sup>4</sup> resalta que en el aspecto familiar comienza a gestarse una serie de carencias afectivas, comunicacionales y de roles. A nivel social, se resalta que el capitalismo va introduciendo nuevas culturas que, favorecidas por los medios de comunicación, permiten desarrollar nuevos hábitos y costumbres que desplazan a un segundo plano la tradición y llevan a que el adulto mayor elija un mundo diferente, buscando anclarse en su historia, su ética, su espacio. Este concepto de retirada, se relaciona con la teoría de la desvinculación, la cual refiere que el adulto mayor opta por aislarse y reducir sus relaciones como una manera de desprenderse de su territorio.

En el aspecto laboral, se limitan las condiciones de acceso no sólo por la disminución de capacidades, sino también por las nuevas exigencias del mercado. Los adultos mayores que logran jubilarse, se sienten desplazados en algunos momentos, y quienes no lo alcanzan,

experimentan condiciones económicas precarias o se convierten en personas dependientes, que resultan en muchos casos una carga para sus familiares, y que pierden su autonomía.<sup>5</sup> En ocasiones, estos cambios pueden llevar al sentimiento de soledad.

La soledad es producida por diferentes causas en las personas mayores, como el deterioro de las relaciones familiares, el aislamiento social y la menor participación en actividades agradables, a lo que contribuyen factores como la muerte o la ausencia de sus congéneres, dificultades motoras y de desplazamiento, limitaciones perceptivas (sordera, ceguera) que marcan barreras con los otros y diferentes ritmos de vida con las generaciones más jóvenes.<sup>6</sup> En nuestro país, un factor de gran relevancia es que una alta proporción de adultos mayores no cuentan con ingresos económicos que les permitan satisfacer sus necesidades básicas.

La pérdida del lugar social que antes ocupaba el adulto mayor puede llevar a que se aisle y, por ende, tenga un estado anímico desfavorable.<sup>7</sup> A pesar de que el aislamiento externo puede llevar al sentimiento de soledad, este sentimiento no aparece cuando el aislamiento es voluntario.<sup>8</sup>

Según Thomae,<sup>9</sup> basada en una encuesta europea relacionada con la soledad, este sentimiento es un estereotipo ligado a la vejez, además de existir relación entre el nivel de contactos sociales y el sentimiento de soledad. En Dinamarca y Holanda, países donde hay un alto grado de integración social con los adultos mayores, es bajo el porcentaje de los que se sienten solos (menos del 10%). En España, la soledad es expresada por el 8% de las personas mayores; Bermejo afirma,<sup>1</sup> en relación a este porcentaje, que “tampoco puede mantenerse el estereotipo de que todas las personas mayores están solas, se sienten solas y menos aún que estén abandonadas, la soledad aparece cuando la persona no puede o no tiene opción para establecer el contacto humano que le permite ser quien es y que cualquier persona necesita”.

Cornachione,<sup>10</sup> menciona que la soledad es una experiencia subjetiva que se percibe como negativa y que va acompañada a su vez por tristeza, malhumor y ansiedad, dice que es el peor mal de la vejez. La experiencia de la soledad, a veces, puede ser vivida como una verdadera muerte social, una muerte del significado de la presencia en el mundo dada por el cuestionamiento de las crisis anteriormente mencionadas.

La soledad es un estado síquico que todos los humanos han experimentado en algún momento de su vida, y a su vez uno de los constructos más difíciles de definir. Rubio y Alexandre<sup>8</sup> proponen una primera diferenciación entre el “estar solo” y el “sentirse solo”. El primero, se refiere al aislamiento social, la falta de redes sociales, la marginación, el desarraigo, entre otras; pero la verdadera soledad es “sentirse solo”, sentimiento que genera

nostalgia, tristeza, añoranza, aunque se esté acompañado de personas. En esta línea, y referenciado por los autores anteriores, Tunstall<sup>11</sup> hace diferencia entre aislamiento y soledad. Así, mientras el primer concepto hace referencia a la objetividad, a la carencia de contactos sociales, el segundo alude a las vivencias subjetivas de la estructura de las interacciones sociales. El sentimiento subjetivo de soledad no está determinado de ninguna manera por el número de contactos sociales. Parece que cada autor enfatiza una parte de la soledad, “una parte de ese constructo que es tan amplio como la psique del hombre”.<sup>8</sup>

En el mismo sentido, la revista española *Sesenta y más*<sup>6</sup> habla de dos soledades: la objetiva, referida a la falta de compañía permanente o temporal, aunque esta no siempre es desagradable y puede convertirse en una experiencia deseada y gratificante; y la subjetiva, cuyo estado no es buscado, que aflige y hace sentir sola a la persona.

Solo en los últimos años, la soledad ha sido considerada como un problema clínico, que requiere de una terapia específica. El tema ha cobrado enorme importancia ya que tiene una alta incidencia, tanto en la población en general como en personas que presentan algún grado de desajuste emocional. La soledad también puede estar relacionada con otras dificultades como depresión, suicidio y graves problemas médicos (enfermedades cardiovasculares).<sup>12</sup>

Sin embargo, la soledad no siempre hace parte del instante que viven los adultos mayores. La percepción del instante que experimentan esta relacionado con el estado de conciencia y cada momento despierta una sensación y pensamiento que, de acuerdo con su diario vivir, puede reconocerse y comprenderse, sus instantes son el producto de sus propias elaboraciones.<sup>13</sup>

Estos instantes y sus percepciones están relacionados con el tiempo y la calidad de vida. Rubio y Tapia,<sup>14</sup> refieren diversos tiempos: psicológico, social y biológico; tiempos que se entrelazan sin lugar a dudas con la cultura y que imprimen en los sujetos una posición frente a la vida misma.

El tiempo psicológico del adulto mayor está ligado con su percepción, su mentalidad, la capacidad que tiene para adaptarse y la forma de resolver sus asuntos. El tiempo biológico, se relaciona con su metabolismo y la capacidad de sus sistemas orgánicos; el social, tiene que ver con el rol y status ocupados en un contexto determinado.

Según Ardila,<sup>15</sup> el concepto de calidad de vida se refiere tanto a aspectos subjetivos como objetivos. Subjetivos como la intimidad, la seguridad, la salud, la productividad personal y la expresión emocional; objetivos como las relaciones sociales y ambientales, el bienestar material y la salud. Para Echeverri,<sup>16</sup> el término es valorativo pero igualmente ligado a lo subjetivo, en el cual existe una dimensión privada y otra pública; privada,

relacionada con la vivencia interior, y pública, ligada a lo exterior: las políticas, los programas y demás servicios que se brindan al adulto mayor.

La calidad de vida ha sido abordada por varias disciplinas y contempla las competencias comportamentales, las condiciones objetivas del ambiente externo y el bienestar subjetivo, que abarca valores y expectativas personales y sociales, así como condiciones orgánicas y psicológicas del momento vivido.<sup>17</sup>

Liberalesso<sup>17</sup> refiere a varios autores, con quienes comparte la definición de bienestar subjetivo “como el grado en que el individuo juzga favorablemente la calidad de vida como un todo, a partir de elementos cognoscitivos y afectivos”. La satisfacción es el elemento cognoscitivo, mide la divergencia entre las aspiraciones y las posibilidades de realización percibidas por el individuo. El elemento afectivo, se refiere al nivel de placer experimentado como sentimientos, emociones y estados de humor. Para Deiner y Suh,<sup>18</sup> el concepto de bienestar subjetivo tiene tres significados principales: virtud, entendida como una buena vejez o vejez feliz, en concordancia con los valores vigentes en un contexto socio-cultural determinado, equivalente a mantenerse saludable, es decir, con funcionalidad física, mental y social; satisfacción con la vida, referida a la evaluación que cada uno hace de su vida, que puede hacerse desde dos aspectos: las evaluaciones cognoscitivas que se refieren a los patrones de éxito y las evaluaciones afectivas que se refieren a estados emocionales; y afectos positivos, donde las experiencias o emociones placenteras son las determinantes del bienestar subjetivo.

Cardona, Estrada y Agudelo<sup>19</sup> afirman en su estudio *Envejecer nos toca a todos* que en los adultos mayores, además de los aspectos objetivos como los económicos y la seguridad social, se entremezclan aspectos subjetivos como la convivencia, salud y autonomía, factores importantes en su calidad de vida.

Este tema se investiga en el estudio de Cardona y Agudelo *La flor de la vida*,<sup>20</sup> en el cual entrevistaron a personas mayores de 20 años y se realizaron diversas preguntas, incluyendo ¿cuánto disfruta la vida?, demostrando una alta proporción de disfrute (78,8% de las personas), aún mayor entre los hombres.

En el mismo sentido, respecto a los adultos mayores, Liberalesso,<sup>17</sup> referencia varios estudios de Latinoamérica donde se resalta que entre los adultos mayores, una alta proporción se sienten satisfechos con su vida, satisfacción que disminuye a medida que se incrementa la edad.

Este trabajo pretende explorar algunos aspectos sobre el concepto de soledad, la manera como perciben el momento actual de su vida y la relación entre ambos, en adultos mayores del municipio de Bello (Antioquia), información que puede ser utilizada para mejorar el co-

nocimiento sobre el adulto mayor, de forma que haya un acercamiento a su situación y, en consecuencia, se visualicen nuevos elementos para la comprensión de las complejidades que los rodean.

## Metodología

Estudio exploratorio de corte transversal que forma parte de un estudio más amplio de medición de la soledad. La población estuvo conformada por adultos de 55 o más años que residía en el municipio de Bello (Antioquia) en el 2007.

Muestra tomada a conveniencia en 16 de 100 grupos de bienestar del adulto mayor del municipio de Bello, a los cuales están adscritos 4.500 adultos que se reúnen semanalmente en distintos sitios donde se realizaron las preguntas hasta obtener el tamaño de muestra calculada para estudios descriptivos con población finita,<sup>21</sup> con un error de 0,07, una proporción de 50% y una confianza de 95%, para un total de 188 adultos. Al avanzar en la toma de la muestra, se percibió que los adultos hombres que asisten a este tipo de centros son verdaderamente escasos, por lo que se optó por completar la información, buscando los adultos varones en los parques y sitios públicos de la localidad. Las preguntas fueron administradas por los investigadores y una tecnóloga en gerontología a un total de 180 adultos.

Como criterios de inclusión se tomó una edad igual o mayor a 55 años, la no institucionalización (en una entidad de salud, casa geriátrica, hogar de paso u otro), la capacidad mental para responder la encuesta, su aceptación para participar en el estudio y la firma del consentimiento informado, además de ser residentes en el municipio de Bello.

Aquellas personas con dificultades para escribir o problemas visuales fueron asistidas por los encuestadores. Se decidió tomar adultos desde los 55 años por la alta proporción de éstos en los grupos de la tercera edad donde se recolectó la información. Cuando se encontraron personas de menor edad, fueron excluidas.

Se emplearon dos preguntas abiertas: la primera para conocer el concepto de soledad que prima en el adulto encuestado, y la segunda con el fin de percibir la valoración que hace del momento actual de su vida. Estas preguntas fueron respectivamente: para usted ¿qué es la soledad?, y ¿qué piensa del instante que vive?

Se analizaron cada una de las respuestas y se clasificaron formando categorías, recogiendo aquellas de mayor frecuencia y las que podían abarcar los conceptos nombrados, que permitieran el análisis con las variables demográficas: sexo, edad, estado civil, escolaridad, estrato socio-económico, si percibe algún ingreso y el número de personas con las que convive. Para ello se empleó el programa estadístico Epi-Info 2002.

Para el análisis univariado de las variables nominales y ordinales, se emplearon proporciones; para las cuantitativas, se usaron medias, desviación estándar, máximos y mínimos. Para el análisis bivariado, se recurrió a tablas de contingencia y, como prueba de significancia estadística, el  $\chi^2$  (chi cuadrado).

El proceso de categorización requería que la muestra de 180 expresiones, reflejadas en frases con sentido, se clasificara en categorías, para lo cual se revisó cada concepto.

En la primera pregunta, para usted ¿qué es la soledad?, se observó que varios adultos coincidían con la literatura revisada en tres conceptos: estar solo, sentirse solo y aislarse. Por ello, se eligieron estas tres categorías. En cuanto al estar solo, los adultos lo expresaban literalmente, además referían: “no tener con quien compartir ni vivir con alguien”, “vivir solo”, “sentir que nadie se acuerde de mí”, “es no tener compañía de nadie”. Al referirse al sentirse solo, también expresado literalmente, además de: “es un estado de tristeza”, “de nostalgia”, “es la nostalgia por algo que se fue para recordar tiempos pasados”, “es lo más triste que le pueda pasar a una persona”, “una inconformidad con las cosas que giran a mi alrededor”, “es estar encerrado en un mundo de tristeza y no compartir con nadie”, “estado de ánimo donde se siente la persona sola”. Con relación al término aislarse, se incluyeron las respuestas que contenían dicha palabra.

Por otra parte, había un concepto que no clasificaba allí, que refleja además del sentir la soledad, una sensación de miedo y angustia, además era una expresión que varios adultos nombraban: “horrible”, igualmente allí clasifican expresiones como: “lo último que puede haber”, “debe ser muy dura” y “es como un cáncer que va acabando poco a poco al ser humano”.

Finalmente, para las respuestas que no fue posible ubicar en dichas categorías o quienes no contestaron, se tomó la opción “otros”. En esta categoría se incluyeron términos como: “un paso del tiempo”, “no se porqué siempre estoy acompañado”, “gracias a Dios no sé qué es” y “no me gusta”.

Respecto a la segunda pregunta, ¿qué piensa del instante que vive?, las categorías elegidas fueron tomadas textualmente de la población, adicionalmente, para la categoría de bien, clasificaron conceptos como: “bueno”, “tranquilo”, “regalo de Dios”, “momento muy bueno”, “tener salud y proyectos”, “la vida es linda”, “soy útil a mi familia y a mi trabajo”, “doy gracias a Dios”, “oportunidad de Dios”, “me amaño mucho con la vida”, “estoy contenta”, “etapa agradable”, “pienso positivo”, “lo disfruto”, “me siento satisfecho con la vida”, “me encuentro rodeado de personas que me brindan cariño”.

Para la categoría *feliz*, además de la expresión literal, se incluyeron frases como: “maravilloso”, “es lo

mejor”, “muy lindo con personas a mi lado”, “todo el día más emocionante”, “estoy contento con mi vida y todo lo que me rodea”, “espectacular”, “ser una persona contenta y alegre”, “excelente”, “es hermoso”, “se encuentra uno ya realizado en la vida”, “es mi mejor época”, “estoy plena”, “súper bueno” y “muy bello”.

Referente a la categoría *incertidumbre*, se tomó en cuenta que el término fue nombrado por varios de ellos y se incluyeron frases como: “muy duro”, “estar sin hijos”, “estoy en una crisis”, “vivo triste”, “vivir hasta que Dios se acuerde”, “algunos días me siento sola”, “aburrida y enferma”, “regular”, “muy barro”, “monótono”, “muy malo”, “preocupa”, “problemas de salud”, “amargura”, “soledad”, “vejez”, “pienso en el mañana” y “en que no me quede solo”.

Con relación a la categoría *aprovecharlo*, se eligió ésta expresión y se incluyeron otras como “gozarlo bastante”, “vivir lo mejor posible”, “la vida hay que saberla vivir”, “disfrutarlo”, “vivir más años para compartir”, “es muy interesante”, “puedo aprender cosas”, “vivirlo a plenitud”, “seguirla disfrutando” y “muchos ánimos de salir adelante”.

Finalmente, aquellas expresiones que no cabían en los anteriores conceptos, o quienes no respondían, se incluyeron en la categoría “otros”.

## Resultados

### Características generales de la muestra

El promedio de edad del grupo fue de 64,1 años, con una desviación típica de 7,8. El 60,6% pertenecientes al sexo femenino, con un promedio de 65,4 años y una desviación típica de 7,9. Los hombres tenían una edad promedio de 61,9 años de edad, desviación típica de 7,1.

En cuanto a estado civil, predominan los adultos casados (54,5%), seguidos de los viudos (21,9%), solteros (12,4%), separados (6,7%) y en unión libre (4,3%).

En relación con el nivel de escolaridad, predominan los adultos que cursaron algún grado o toda la primaria (56,1%), el 31,1% de los encuestados hizo algún grado o todo el bachillerato y el 8,6% realizó estudios técnicos, tecnológicos o profesionales (nivel superior).

El estrato socio-económico 3 fue el más frecuente (56,8%), seguido del 2 (31,6%). Al estrato 1 pertenece el 8,2%; el resto pertenecen a los estratos 4 y 5.

El 46% convive con dos o tres personas, el 7% vive solo y el resto pertenece a grupos familiares más amplios. El 60,5% recibe ingresos de alguna fuente, de los cuales 53% afirma que no son suficientes para cubrir sus necesidades.

### Para usted, ¿qué es la soledad?

Después de realizar el proceso de categorización de las respuestas dadas por los adultos mayores, se encontró que en la categoría “estar solo” clasificó 42,7% de la muestra; “sentirse solo”, 23%; “horrible”, 13,5%; “aislarse”, 7,3%. En conjunto, 87,1% de los encuestados se agruparon en estos campos.

Al hacer la separación por sexos, es el masculino el que con mayor frecuencia responde que la soledad es estar solo, mientras que el femenino considera con más frecuencia la soledad como algo horrible; en los otros conceptos, las diferencias no fueron apreciables.

La figura 1 muestra la distribución del concepto de soledad según el estado civil. El estar solo, fue referido con mayor frecuencia por los solteros (63,6%), mientras que el menor valor para este concepto se encontró entre los viudos (18,4%), siendo estos, junto con los

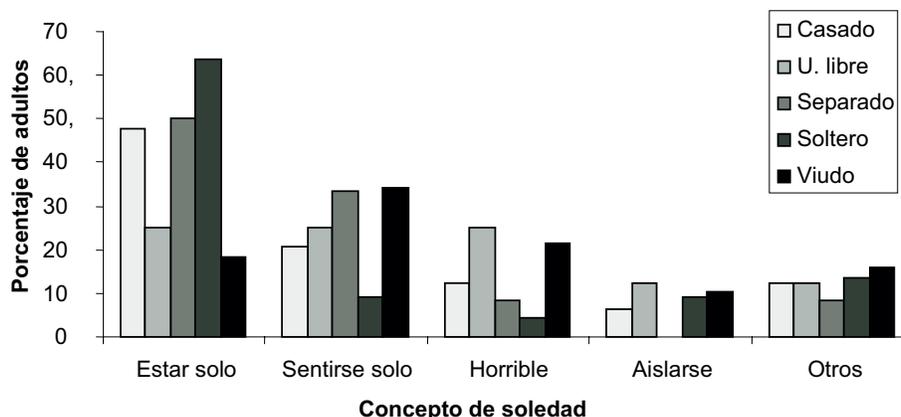


Figura 1. Distribución porcentual del concepto de soledad según el estado civil de los adultos mayores del municipio de Bello, 2007

**Tabla 1.** Distribución porcentual del concepto de soledad según estrato socioeconómico en adultos mayores del municipio de Bello, 2007

Estrato	Estar solo	Sentirse solo	Horrible	Aislarse	Otros	Frecuencia	% del total
1	42,9	0,0	42,9	7,1	7,1	14	8,2
2	40,7	22,2	18,5	5,6	13,0	54	31,6
3	42,9	29,7	7,7	6,6	12,1	92	53,8
4 y 5	60,0	10,0	0,0	20,0	10,0	11	6,4
Total	42,7	23,0	13,5	7,3	12,9	171	100

$p = 0,037$

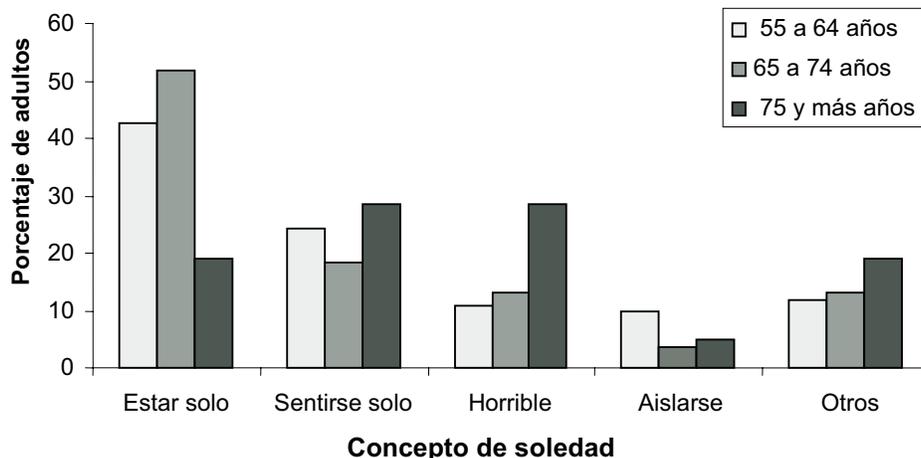
separados, quienes con mayor frecuencia expresan que la soledad es sentirse solo (34,2% y 33,3%, respectivamente). Las personas en unión libre y o viudas expresan con mayor frecuencia que la soledad es “horrible” (25% y 21,4%, respectivamente).

Al separar aquellos que tienen pareja de los que no, se halló que los primeros piensan en mayor proporción que la soledad es estar solo, mientras que entre los segundos es más frecuente el sentirse solo y el aislarse.

La tabla 1 refiere la frecuencia de respuestas a la pregunta sobre el significado de la soledad según el estrato socioeconómico. Se encontraron asociaciones significativas ( $p = 0,037$ ). “El estar solo” es expresado en mayor proporción por los estratos medio alto y alto (4 y 5), el “sentirse solo” es elegido con mayor frecuencia por el estrato medio (3), debe resaltarse que para el estrato más bajo (1) la soledad se considera con mayor frecuencia como “horrible” y no se considera como sentirse solo, además, el concepto de “aislarse” es expresado con mayor periodicidad por los estratos más altos.

La figura 2 presenta la distribución del concepto de soledad por rango de edad. Se halló que el grupo de mayor edad manifiesta que la soledad es sentirse solo en mayor medida (28,6%), mientras que expresa que la soledad es estar solo con una frecuencia menor (19%). Igualmente, este grupo es el que en mayor proporción refiere que la soledad es horrible. Los menores de 75 años eligen ampliamente el estar solo como concepto preferido de soledad. El grupo de menor edad expresa con mayor frecuencia que la soledad es aislarse.

En la tabla 2 se relaciona el concepto de soledad según el nivel educativo. Los adultos con nivel educativo superior manifiestan más frecuentemente el estar solo y el sentirse solo, como conceptos de soledad, y no la consideran como horrible o aislarse. Los que cursaron toda la primaria o parte de ella, consideran con mayor frecuencia que es horrible; aislarse es considerado en mayor medida por los que cursaron secundaria o algún grado de ella. Estas asociaciones fueron significativas ( $p = 0,03$ ).



**Figura 2.** Distribución porcentual del concepto de soledad por rango de edad de los adultos mayores del municipio de Bello, 2007

**Tabla 2.** Distribución porcentual del concepto de soledad según nivel educativo de los adultos mayores del municipio de Bello, 2007

Nivel educativo	Estar solo	Sentirse solo	Horrible	Aislarse	Otro s	Frecuencia	% de total
Primaria	39,8	20,4	17,3	7,1	15,3	101	8,7
Secundaria	44,6	28,6	5,4	10,7	10,7	56	2,6
Superior	53,3	33,3	0,0	0,0	13,3	15	8,7
Total	42,7	23,0	13,5	7,3	12,9	172	100

$p = 0,03$

De acuerdo con los resultados, el “estar solo” fue más elegido por los hombres, solteros, de estratos 4 y 5, con un promedio de edad de entre 65 y 75 años, con estudios superiores, que perciben ingresos y viven con más de dos personas.

La opción “sentirse solo” es más preferida por los hombres, viudos, estrato tres, mayores de 75 años, quienes han cursado estudios superiores y no reciben ingresos.

La opción “horrible” fue más elegida por las mujeres, personas en unión libre, de estrato 1, mayores de 75 años, quienes han estudiado primaria, no reciben ingresos y viven con una o dos personas.

La opción de “aislarse” es equiparable en los dos sexos, preferida por las personas en unión libre, de estratos 4 y 5, de entre 55 y 65 años, que han cursado secundaria, reciben ingresos y viven con más de dos personas.

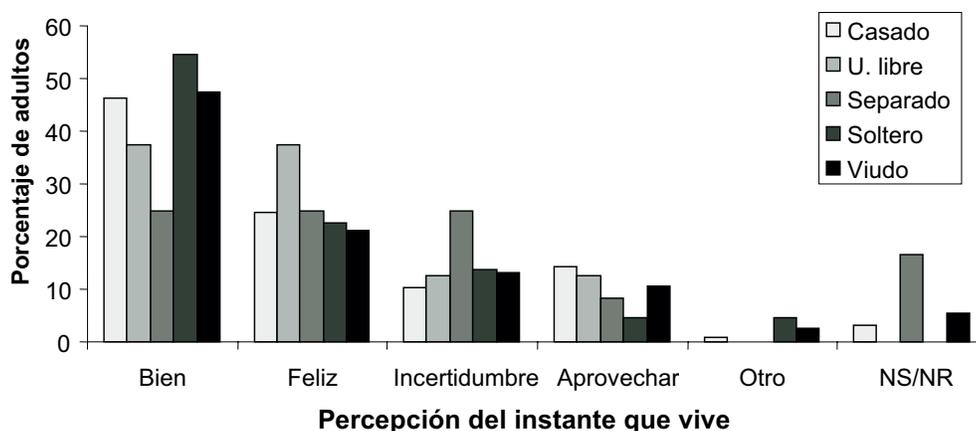
### ¿Qué piensa del instante que vive?

Al codificar las respuestas a esta pregunta, los resultados fueron: “bien”, 45,8%; “feliz”, 24%; “incertidumbre”, 12,3%, y “aprovecharlo”, 11,7%. No se encontraron diferencias apreciables entre sexos.

La figura 3 señala la distribución de la percepción del instante vivido según el estado civil. Los que con mayor frecuencia expresaron estar bien fueron los solteros y viudos (54,5 y 47,4% respectivamente). Los que menos manifiestan estar bien son los separados; los que expresan en mayor medida vivir un momento feliz son quienes viven en unión libre (37,5%). Los separados son quienes más expresan incertidumbre. Quienes más eligieron aprovechar el momento fueron los casados y en unión libre (14,4% y 12,5%). Al unir las categorías *bien* y *feliz*, los separados son quienes en menor proporción las refieren; así mismo, al unir ambas categorías, la mayor proporción la alcanzan los solteros.

Según el estrato socioeconómico, refieren con mayor frecuencia estar bien los estratos bajos (1 y 2), pero expresan mayor felicidad los estratos medios (3) y medio-altos (4 y 5). La incertidumbre es expresada en mayor proporción por el estrato 2, y son estas personas quienes piensan en mayor medida que el momento actual hay que aprovecharlo.

La figura 4 muestra la distribución de la percepción del instante de vida por grupo de edad. Todas las categorías expresan estar bien en alta proporción; quienes menor felicidad expresan son los de mayor edad,



**Figura 3.** Distribución porcentual de la percepción del instante que viven, de acuerdo con el estado civil, los adultos mayores del municipio de Bello, 2007

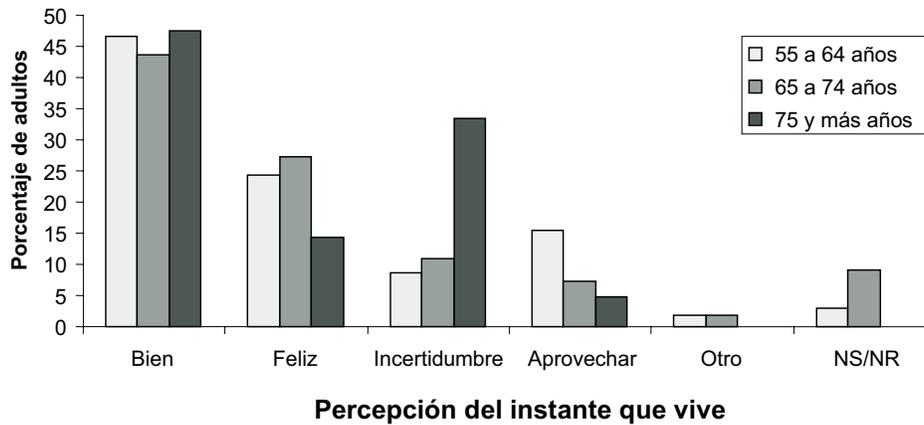


Figura 4. Distribución porcentual de la percepción del instante que viven los adultos mayores, por rango de edad, del municipio Bello, 2007

mismo grupo que reporta mayor incertidumbre y menor opción de aprovechar el momento actual. Al unir las categorías *bien* y *feliz*, el grupo de mayor edad tiene la menor opción.

La figura 5 presenta la distribución de la percepción respecto al nivel educativo. El estar bien es expresado en mayor frecuencia por quienes cursaron educación superior, quienes a su vez presentan menor frecuencia de felicidad, pero al unir ambas categorías, son estos los que mayor porcentaje alcanzan. El mayor nivel de incertidumbre se da entre quienes cursaron primaria o algún grado de esta, y son quienes en menor proporción piensan aprovechar este momento de la vida.

En resumen, las categorías que más expresan que en este momento de la vida se encuentran “bien” son los hombres, los solteros, los de menor edad, quienes tienen educación superior, reciben ingresos y viven solos.

Los que manifiestan en mayor medida que este es un momento “feliz” son los que viven en pareja (unión libre

y casados), los pertenecientes a estratos altos, el grupo de edad entre los 65 y 75 años, las personas que estudiaron hasta grado secundaria y los que viven acompañados.

Los que expresan que este momento de la vida es necesario “aprovecharlo” son en mayor medida los hombres, los casados, los pertenecientes al estrato 2, los de menor edad, quienes estudiaron secundaria o algún grado de ella y quienes reciben algún ingreso.

Expresan en mayor proporción incertidumbre el sexo masculino, los separados, los de estrato 2, los de mayor edad, quienes hicieron pocos años de estudio (primaria) aquellos que no reciben ingresos y los que viven solos o con una o dos personas.

**Relación entre el concepto de soledad y el instante que viven**

La tabla 3 muestra la relación entre el concepto de soledad y la valoración del instante que viven. Los adultos que expresan el momento actual de sus vidas como bien,

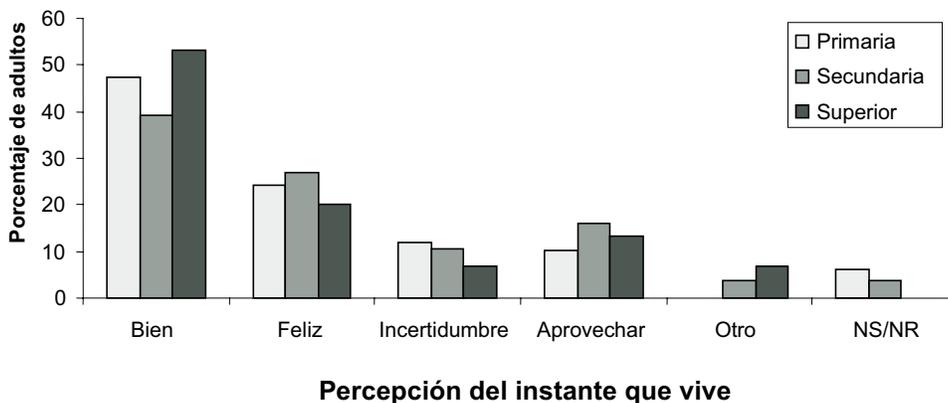


Figura 5. Distribución porcentual de la percepción del instante que viven según nivel educativo alcanzado de los adultos mayores de Bello, 2007

**Tabla 3.** Distribución porcentual de la percepción del instante que viven los adultos mayores relacionado con el concepto de soledad, Bello, 2007

Percepción del instante que vive	Estar solo	Sentirse solo	Horrible	Aislarse	Otros	Frecuencia	% del total
Bien	35,4	18,3	18,3	9,8	18,3	82	45,6
Feliz	60,5	14,0	4,7	9,3	11,6	43	23,9
Incertidumbre	27,3	50,0	13,6	0,0	9,1	22	12,2
Aprovechar	47,6	28,6	14,3	4,8	4,8	21	11,7
Otro	33,3	66,7	0,0	0,0	0,0	3	1,7
ns/nr	44,4	11,1	11,1	0,0	0,0	9	5,0
Total	42,2	22,8	13,3	7,2	12,9	180	100

$p = 0,043$

feliz o que hay que aprovecharlo, eligen de preferencia el concepto de soledad “estar solo”, para quienes el momento actual es de incertidumbre, consideran que la soledad es sentirse solo (50%). La asociación entre ambas preguntas fue estadísticamente significativa ( $p = 0,043$ ).

## Discusión

El concepto “estar solo” fue referido por el 42,7% de la muestra. Esto significa que para casi la mitad de la población, la soledad es la ausencia de personas y, por ende, un asunto externo, se expresa la soledad como la carencia de compañía y la relacionan con una soledad objetiva,<sup>8</sup> soledad que al referirse a los adultos se puede comprender si se consideran las pérdidas propias que se dan en este ciclo evolutivo.

Aproximadamente la quinta parte de la muestra refiere la soledad como el “sentirse solo”, concepto que hace alusión a una soledad subjetiva y que, según Rubio y Aleixandre,<sup>8</sup> es la verdadera soledad y es un punto de referencia cuando se revisan los niveles de satisfacción de los adultos mayores.

Este concepto podría llevarnos a plantear varias hipótesis: los seres humanos tienen pocos instantes para pensar en el sentir, no se han preparado para ello o la cultura de la productividad de algún modo favorece que se relegue a un segundo plano dicho aspecto. No es gratuito, por ejemplo, que las personas de estratos bajos, quienes son las que posiblemente tienen menos tiempo para sí mismos, no la hayan considerado como opción.

El concepto “horrible”, corresponde al 13,5% de la muestra. Según la Real Academia, el término significa un sentimiento intenso que causa horror y espanto. Por tanto, este término es importante no sólo por su connotación como tal sino porque puede reflejar una amenaza que está acompañada de miedo e inseguridad. Lo anterior se percibe con las frases que los adultos expresan, como “es un sacrificio, que cosa tan horrible siento que el oxígeno se me va acabando”, “es algo muy difícil de llevar y más si ya se es viejo”, “es algo muy doloroso”,

“es lo más horrible que le puede pasar a cualquier persona”, “debe ser muy duro”.

El 42,9% de las personas de estrato 1 se refieren a la soledad como algo horrible, asunto que se explica por las carencias materiales que viven. Igualmente, las personas que no reciben ingresos, expresan en mayor medida que la soledad es sentirse solo y es horrible. Este punto concuerda con lo expresado por Alfageme,<sup>22</sup> cuando enuncia que la pobreza está relacionada con las condiciones de sobrevivencia.

Pareciera que los adultos con menos posibilidades económicas, pudiesen sentir más miedo y desprotección. Es de resaltar que el término no es mencionado ni por los estratos altos ni por las personas que han cursado un nivel superior de educación, quizás porque además de las posibilidades materiales, pueden tener otro tipo de herramientas para contrarrestar en determinado momento dicha vivencia.

Respecto a las personas mayores de 75 años, el concepto de soledad se refiere más a “sentirse solo” y a ser “horrible”. Este aspecto puede ser explicado porque a medida que aumenta la edad, se da un deterioro fisiológico mayor, pérdida de personas significativas y disminución de capacidades físicas. Los adultos de mayor edad pueden tender más a la retirada.<sup>4</sup>

Según el estado civil, los resultados coinciden con los suministrados por la revista *Sesenta y más*, según la cual el concepto que tienen los adultos mayores frente a la soledad es diferente de acuerdo a esta variable. En este estudio, se encontró que el concepto de “sentirse solo” (soledad subjetiva), es mayor entre los separados y viudos. Los que tienen pareja, se inclinan más por el concepto de estar solo (soledad objetiva).

El término “aislarse”, si bien es referido en la literatura, es particular que también sea nombrado en un porcentaje bajo por estos adultos; prestándose a interpretaciones como que los adultos que se aíslan son pocos y es en realidad la sociedad la que los va aislando, o por el contrario, que los adultos mayores no son responsables de este aislamiento. Sin embargo, es claro que los

adultos no institucionalizados, al acudir cotidianamente a parques o grupos de tercera edad, de algún modo se incluyen dentro de la sociedad.

La respuesta a la pregunta ¿qué piensa del instante que vive?, puede estar influenciada por el estado anímico en un momento dado y por diversas situaciones experimentadas y, por tanto, se puede prestar a diferentes interpretaciones.<sup>22</sup>

El concepto de estar bien, se relaciona más con sentirse tranquilo, cómodo, adaptado y, en cierto sentido, normal. Mientras que el concepto feliz despliega un estado de bienestar y de disfrute claro.

En el estudio sobre calidad de vida hecho en Medellín por Cardona y Agudelo,<sup>20</sup> se encontró que 78,8% de los encuestados consideran que disfrutan de la vida suficientemente. En este estudio, se halló una proporción un poco mayor de respuestas positivas del instante que vive 81,5% para ambos sexos, así mismo se obtuvo un porcentaje mayor de respuestas favorables en el sexo masculino, en ambos trabajos. Estos resultados apuntan en el mismo sentido de la investigación internacional realizada por Deiner y Suh,<sup>18</sup> que en una de sus conclusiones expresa que “los hombres viejos presentan niveles de satisfacción global con la vida ligeramente más altos que las mujeres” y, agrega, “de generación en generación los hombres se tornan más satisfechos que las mujeres”.

Los resultados de este estudio concuerdan con los estudios internacionales, donde se “tumban” ciertos estereotipos de la vejez, como la soledad y el decrecimiento de la vida afectiva y emocional,<sup>1,9</sup> pues se muestra la alta proporción de adultos que respondieron a esta pregunta de manera positiva. Se hace necesario, entonces, estudiar los conceptos de ese resto de población de adultos mayores que no asisten o que no tienen la capacidad de asistir a estos grupos y sitios de reunión habituales.

Al analizar los rangos de edad, los resultados concuerdan con los reportados por Liberalesso,<sup>17</sup> en un estudio donde se definió el bienestar subjetivo en términos de calidad o virtud y de satisfacción global con la vida; encuentra que el grupo de mayor edad obtuvo las medias más bajas, pero que a su vez muestra en general la alta satisfacción con la vida en los adultos mayores dada en las investigaciones internacionales.

En relación con la educación, se halló que a mayor nivel educativo, mayor proporción de estar bien, resultado que difiere al hallado por Liberalesso<sup>17</sup> en un estudio con adultos mayores que asistían a un centro de educación superior y quien reporta “cuanto más bajo el nivel educativo, mayor la satisfacción”.

Parece que en la población encuestada la felicidad está mediada por el nivel socioeconómico, pues, la respuesta “feliz” se incrementa a medida que aumenta el estrato, en el mismo sentido afirma la autora anterior-

mente citada, que los adultos mayores son más felices si sus ingresos son más altos que los patrones de referencia de otros grupos; estas diferencias se acentúan en aquellas sociedades donde impera la desigualdad, las problemáticas de justicia social salen a la superficie y pueden ser importantes mediadores de insatisfacción. Nuestro país muestra uno de los mayores índices de inequidad de Latinoamérica. Cuando se corrige el Índice de Desarrollo Humano (IDH) por el Índice de Desigualdad (GINI), rebaja casi 10 puntos porcentuales; es claro entonces que Latinoamérica es una de las regiones con mayor desigualdad en el mundo y Colombia muestra una de las mayores dentro la región.<sup>23</sup> Pero aún así, la proporción de adultos satisfechos es alta.

Las personas que tienen conceptos objetivos de soledad (estar solo) son los que en mayor medida tienen un concepto positivo del instante que viven, en el mismo sentido, en quienes predomina el concepto de soledad subjetivo (sentirse solo), también expresan el concepto negativo del momento actual de sus vidas como de incertidumbre. Pareciera que la forma como se percibe el momento actual influenciara el concepto de soledad ( $p = 0,043$ ).

## Conclusiones

El concepto que los adultos aducen de soledad se inclina a una concepción más objetiva que subjetiva. Esto significa, por una parte, que hay en ellos una clara diferenciación de ambos conceptos y por la otra, que es necesario trabajar más el concepto de “sentirse solo”, pues éste involucra su compromiso y los invita a interiorizarse.

El hecho que los adultos pertenecientes a estratos bajos no hayan elegido la opción de “sentirse solo” reafirma la concepción del poco tiempo que tienen estas personas para pensarse, de la misma forma, el que ellos hubiesen preferido en mayor medida el concepto de “horrible”, evidencia el estado de indefensión y miedo que pueden experimentar los adultos mayores de menores recursos.

El concepto “horrible” da nuevas luces para entender un aspecto de la soledad donde se involucra dolor y espanto, siendo este punto fundamental. Quienes más eligen dicha opción son los adultos mayores más vulnerables, quienes no reciben ingresos, los de menor nivel educativo y los más longevos; a medida que aumenta la edad, decrece la satisfacción. Asunto que señala la necesidad de enfocar los programas de atención hacia ese grupo poblacional.

Los conceptos de “estar solo”, “sentirse solo” y “aislarse” continúan mostrándose en nuestro contexto colombiano al igual que en otros países. Aparece sí, un elemento nuevo, el término “horrible”, el cual debe profundizarse en estudios posteriores.

Referente a la pregunta ¿qué piensa del instante que vive?, las opciones de respuesta con mayor frecuencia se dieron en sentido positivo (“bien”, “feliz”, “aprovecharlo”) confirman los hallazgos de los estudios internacionales acerca de la alta satisfacción con la vida de los adultos mayores, siendo más manifiesta en aquellos que viven en pareja, en los que tienen mayor nivel educativo y reciben algún ingreso.

De igual manera, esta satisfacción se conecta con el concepto de felicidad (referida por una quinta parte de la muestra), que involucra mayor disfrute de la existencia y esta enlazada con la compañía de pareja o familiar. En este sentimiento, no es determinante el ingreso y está en menor proporción en quienes han cursado estudios superiores, aspecto a desarrollar en otros estudios.

La manera como se percibe el momento actual de vida tiene relación estrecha con el concepto de soledad. Se hace necesaria una medida de ésta en la población que permita dilucidar el grado y tipo de soledad de los adultos mayores.

Pese a los grandes cambios que experimentan los adultos, y las crisis que deben atravesar, en general se percibe que se sienten a gusto con el momento actual de su existencia.

## Limitaciones

La muestra fue tomada a conveniencia, pues se pretendía realizar un estudio exploratorio, además, en el grupo de edad de 55 y más años, hay amplias diferencias de actividades, preferencias y conceptos, y en este estudio se tomó solo a los que asistían a los sitios de reunión habituales, como centros de bienestar del adulto (CBA), en el caso de las mujeres y parques; en el caso de los hombres, muestran un alto grado de socialización, por lo que no se puede aseverar que sea representativo de este grupo de población.

## Agradecimientos

Lograr plasmar en un escrito, el fruto de estas experiencias, no hubiera sido posible sin la valiosa colaboración del cuerpo directivo de la Corporación Universitaria Remington, de la dirección de investigaciones, a los directores y coordinadores de los centros de bienestar del adulto del municipio de Bello y por supuesto a todos y cada uno de los adultos que conformaron la muestra.

## Referencias

- 1 Bermejo H.J. La soledad en los mayores. *ARS MEDICA*: vol. 8 N° 8 [revista en Internet] [acceso 23 de julio de 2007] 8(8). Disponi-

- ble en: <http://escuela.med.puc.cl/publ/arsmedica/ArsMedica8/Art10.html>.
- 2 Cardona J, Villamil M. El sentimiento de soledad en el adulto mayor. *Rev. Asoc. Colomb. Geriatr.* 2006; 20(2):930-938.
- 3 Echeverri L. Familia y Vejez. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia; 1994.
- 4 López J. Los viejos. Dopesa. España: Colección los marginados; 1977.
- 5 Sánchez CJ, Ramos F. La vejez y sus mitos. Colombia: Ed Salvat; 1985.
- 6 Imsero. La soledad de las personas mayores. *Rev. Sesenta y más. Publicación No 194*, junio 2001. Madrid.
- 7 Ring J. Aspectos sociales de la depresión en los ancianos. En: Buendía J. *Envejecimiento y psicología de la salud*. España: Siglo XXI; 1994. p.235-245.
- 8 Rubio R, Aleixandre M. Un estudio sobre la soledad en las personas mayores: entre el estar solo y el sentirse solo. *Universidad de Granada. Rev. Mult. Gerontol* 2001; 11(1):23-28.
- 9 Thomae H. Haciéndole frente al estrés de la vejez. *Revista Latinoamericana de Psicología* 2002; 34 (1-2): 41-54.
- 10 Cornachione LM. *Psicología de la vejez*. Argentina: Ed brujas; 2006.
- 11 Rubio R, Aleixandre M. Un estudio sobre la soledad en las personas mayores: entre el estar solo y el sentirse solo. *Universidad de Granada. Rev. Mult. Gerontol* 2001; 11(1):23-28.
- 12 Ruiz A. La terrible soledad [Internet] [acceso 9 de junio de 2008] Disponible en: <http://www.grupobuho.es/mensaje-foro/144699-la-temible-soledad>.
- 13 DAS WORT GMBH. Vive el instante y te verás y te reconocerás a ti mismo [Internet] [acceso 18 de febrero de 2009] Disponible en: [http://www.das-wort.com/cgi/gen\\_article.cgi?article=s315es&type=sampl&rtopic=consciente](http://www.das-wort.com/cgi/gen_article.cgi?article=s315es&type=sampl&rtopic=consciente).
- 14 Rubio Herrera R, Tapia Pinto C. La distribución del tiempo en la vejez. En: Yuste Rosell N, Rubio Herrera R, Rico M. *Introducción a la psicogerontología*. Madrid: Ediciones Pirámide; 2004. p.263-270.
- 15 Ardila R. Calidad de vida: una definición integrada. *Revista Latinoamericana de psicología* 2003; 35(2):161-163.
- 16 Echeverri de Pimiento S. Envejecimiento, calidad de vida y cuidados. *Actualizaciones en Enfermería* 2005; 8(4): 6-7.
- 17 Liberalesso A. Bienestar subjetivo en la vida adulta y vejez: Hacia una psicología positiva en América Latina. *Revista Latinoamericana de Psicología* 2002; 34(1-2): 55-74.
- 18 Deiner E, Suh M. Subjetive welll-being and old age: An internacional analysis. En: Schaie KW, Lawton MP, editores. *Annual review of gerontology and Geraytics Focus on Emotion and adult Development*. New York: Springer;1997. p.304-324
- 19 Cardona D, Estrada A, Agudelo H. Envejecer nos toca a todos: Caracterización de algunos componentes de la calidad de vida y de condiciones de salud de la población adulta mayor Medellín, 2002. [Tesis doctoral]. Medellín: Facultad Nacional de Salud Pública; 2003.
- 20 Cardona Arango D, Agudelo García H. La flor de la vida. Aspectos de la calidad de vida de la población adulta: comparativo por sexo, Medellín, 2005. Medellín: Universidad de Antioquia; 2006.
- 21 Londoño F, Juan L. *Metodología de la investigación epidemiológica 3ª ed.* Bogotá: Manual Moderno; 2004.
- 22 Alfageme A. Envejecimiento y desigualdad social. *Revista internacional de psicología* 1999 p.121-135.
- 23 Colombia. Departamento Nacional de Planeación, Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, Agencia colombiana de Cooperación Internacional, Programa Nacional de Desarrollo Humano. *10 Años de Desarrollo Humano*. Bogotá: Alfaomega Colombiana S.A; 2003. 121p.