



03/Soledad 3.0.

La soledad en España desde el punto de vista sociológico.

Dra. M^a Rosa Pinto Lobo,
Catedrática de Teoría de la Comunicación.
Facultad de Comunicación.
Universidad Pontificia de Salamanca

La soledad 3.0 es la soledad del siglo XXI. Abarca no solo a las personas mayores sino también a los jóvenes, cuya soledad no está visibilizada, y a todos aquellos grupos sociales que muestran alguna vulnerabilidad.

En este momento evolutivo de la web 3.0, la sociedad se encuentra en un proceso de involución ante una plaga o una epidemia silenciosa: la soledad, a la que hemos denominado soledad 3.0 porque las posibilidades de conexión e interrelación de la sociedad 3.0 actual no están solventando el gran problema del siglo XXI.

La Sociología tiene como objeto de estudio la sociedad humana y las relaciones que mantenemos entre sí. La definición sociológica de soledad hace precisamente referencia a la ausencia de relaciones interpersonales.

La soledad es un fenómeno que compartimos con el mundo occidental en este siglo XXI, una soledad 3.0 que, en países como Estados Unidos, se está convirtiendo en un negocio. Esto es posible porque es un problema que tiene tanto una dimensión emocional como social. No olvidemos que una de las características esenciales de la naturaleza humana es la sociabilidad. Así lo sentenciaron clásicos como el filósofo Aristóteles o Santo Tomás de Aquino.

Palabras clave: Soledad, Sociedad, Relaciones, Vulnerable.

La soledad 3.0 es la soledad del siglo XXI. Abarca no solo a las personas mayores sino también a los jóvenes, cuya soledad no está visibilizada, y a todos aquellos grupos sociales que muestran alguna vulnerabilidad.

En este momento evolutivo de la web 3.0, la sociedad se encuentra en un proceso de involución ante una plaga o una epidemia silenciosa: la soledad, a la que hemos denominado soledad 3.0 porque las posibilidades de conexión e interrelación de la sociedad 3.0 actual no están solventando el gran problema del siglo XXI.

La Sociología tiene como objeto de estudio la sociedad humana y las relaciones que mantenemos entre sí. La definición sociológica de soledad hace precisamente referencia a la ausencia de relaciones interpersonales.

La soledad es un fenómeno que compartimos con el mundo occidental en este siglo XXI, una soledad 3.0 que, en países como Estados Unidos, se está convirtiendo en un negocio. Esto es posible porque es un problema que tiene tanto una dimensión emocional como social. No olvidemos que una de las características esenciales de la naturaleza humana es la sociabilidad. Así lo sentenciaron clásicos como el filósofo Aristóteles o Santo Tomás de Aquino.

Key words: Soledad, Sociedad, Relaciones, Vulnerable.

1/

Sociólogos y sus aportaciones al estudio de la soledad.

La soledad es un tema que podemos encontrar en autores clásicos de la etapa de desarrollo de la Sociología, en algunos de los sociólogos más importantes del siglo XX y contemporáneos. **Liliana Leticia García Peña**, en su artículo “La soledad contemporánea desde la obra de pensadores actuales: análisis y perspectivas”, nos guía por la reflexión y el estudio que han llevado a cabo destacados sociólogos. El sociólogo **Emile Durkheim**, en su obra **El suicidio**, se refiere a la soledad como condición significativa del siglo XX. El suicidio es la expresión definitiva de la soledad humana.

Para el alemán **George Simmel**, la soledad, tal y como estudia en **La metrópolis y la vida mental (1903)** se acentúa en el entorno de la multitud metropolitana. Muy interesante resulta su estudio del extranjero en **Sociología. Estudio sobre las formas de socialización (1908)**. Tal y como señala **García Peña (2019)**

“Ser extranjero significa conciencia del

ser en soledad y diferencia; el reconocimiento, no resuelto, con los otros a partir de lo próximo y lo diverso” (p.189).

En 1949 se publica **La muchedumbre solitaria**. En esta obra, el sociólogo y psicólogo estadounidense David Riesman nos presenta tres tipos de carácter social: dirigido por la tradición, dirección interna y dirigido por los otros. El tercer tipo de carácter social, el dirigido por los otros, es el que interesa para la metáfora de la soledad contemporánea. A este tercer tipo de carácter social corresponde la “muchedumbre solitaria” que, según el estudio de Riesman, se consolida en la década de los cincuenta.

El filósofo francés **Michael Foucault** nos presenta la soledad como una soledad secuestrada en su obra **Vigilar y castigar**. Si Michael Foucault escribe sobre la soledad secuestrada, el sociólogo Anthony Giddens lo hará de la experiencia, de la experiencia secuestrada. Lo leemos en su obra **Modernidad e identidad del yo. El yo y la sociedad en la época contemporánea**.

Según Giddens son cuatro los ámbitos del secuestro: la locura, la criminalidad, la enfermedad y la muerte, y la sexualidad y la naturaleza. El individuo tiende a aislarse de los otros, o a aislar aquello que lo amenaza. Evita el contacto con el demente, el criminal, el enfermo crónico y reemplaza el erotismo con sexualidad. La represión de estas cuestiones existenciales, si bien le aseguran tranquilidad inmediata, lo confina a la soledad, a la falta de empatía y de intensidad vital en el contacto con los otros. (**García Peña, 2019, p. 196**).

El filósofo y sociólogo francés **Gilles Lipovetsky** escribe en 1983 **La era del vacío**. En esta obra ya advertía de la tendencia creciente a que cada vez más personas vivirían solas. Para Lipovetsky, la soledad de finales del siglo XX es una soledad indiferente y apática porque la intersubjetividad se encuentra abandonada. Destaca el hedonismo obsesivo, el hiperindividualismo y vivir el instante.

2/

Tipología de la soledad.

La soledad presenta una tipología que puede ayudarnos a entenderla. La soledad puede ser objetiva y subjetiva. La soledad objetiva es la inexistencia de compañía, bien sea temporal o permanente. Ésta es más fácil de cuantificar. La soledad subjetiva es la soledad sentida. Puede ser involuntaria o impuesta o puede ser voluntaria.

Podemos calificar a la soledad impuesta de condena o situación límite, como la describe el filósofo alemán **Karl Jaspers**, y a la soledad elegida como liberadora. **Ignacio García-Valdecasas** lo subraya en la revista **Razón y Fe (2018, p. 53)**. Esa soledad liberadora es la que encontramos en los versos del poeta **Ángel González** cuando escribe

“La soledad es un farol certeramente apedreado... y sobre ella me apoyo”

Como en el punto medio está la virtud, es necesario, para un equilibrio emocional, combinar soledad y compañía. Ya en el **Eclesiastés (3, 1-8)** se nos dice que todo tiene su tiempo y proporción: “**tiempo de callar y tiempo de hablar (3, 7)**”

La soledad objetiva la expresamos como “**estar solo**”, mientras que la soledad subjetiva la expresamos como “**sentirse solo**”. Por eso decimos que no hay peor soledad que la acompañada.

Tal y como señala **García-Valdecasas (2018)**, también debemos distinguir entre el aislamiento físico y el aislamiento social. El aislamiento físico puede ser vivir solo, mientras que el aislamiento social implica la falta de relaciones sociales. Al igual que **García Valdecasas (2018)**,

Resultan muy interesantes las observaciones del catedrático en Comunicación **Román Gubern**. En su libro **El eros electrónico (2000)** nos describe la soledad electrónica y nomina la era del siglo XXI como la era de la soledad.

Un término define el pensamiento y las obras del filósofo y sociólogo polaco **Zygmunt Bauman** es el término líquido. Él califica así a la modernidad, a la vida, el miedo, el amor y los tiempos actuales.

En la carta 2 de su obra **44 cartas desde el mundo líquido** habla de la “soledad masificada”. Bauman señala dos problemas en relación a la soledad contemporánea:

1. Todos los individuos están solos aunque se encuentren en medio de la masa, ahora digital y virtual y
2. La multiplicación de canales y formas para establecer interacciones inmediatas y superficiales impide a los individuos la experiencia de la soledad fecunda y buscada.

La soledad actual es infecunda y agobiante frente a la soledad humana buscada que se torna necesaria para alcanzar la intimidad y la libertad que la convierte en soledad fecunda y plena. Es la soledad que conduce a la interacción con los otros, porque el ser humano es un ser social y precisamos de los otros para ser.

El teórico social por excelencia que ha estudiado la soledad es **Robert Weiss**. A él debemos el estudio de la diferencia entre soledad emocional y soledad social.

La soledad emocional alude a las relaciones interpersonales con agentes primarios como la familia y los amigos. La soledad social se refiere a las relaciones sociales, su calidad y cantidad.

también **Juan López Doblas** y **María Pilar Díaz Conde (2018)**, en su artículo “El sentimiento de la soledad en la vejez”, distinguen entre soledad y aislamiento social.

El sentimiento de soledad obedece a una insatisfacción motivada por la falta de ciertas relaciones o la pérdida de calidad en los contactos con otras personas; es decir, tiene que ver con la manera en que los individuos perciben, experimentan y evalúan la falta de comunicación interpersonal.

El aislamiento social concierne a las características objetivas de una situación marcada por la escasez de relaciones sociales. (**López Doblas y Díaz Conde, 2018**).

La precisión en la utilización de los términos soledad y aislamiento social nos permiten comprender mejor la afirmación de **Juan Díez Nicolás** y **María Morenos Páez** cuando señalan:

“Aunque en la actualidad es recurrente que la soledad se encuentre ligada a la vejez, este fenómeno no entiende de personas, ni de tiempos, ni de espacios” (2015, p.13).

Y si la soledad no entiende de tiempos ni espacios, no es de extrañar que sea la familia, como grupo primario, la institución más reconocida y deseada para ahuyentar a la soledad impuesta o sentida, como lo ha sido a lo largo de los siglos en todo el mundo.

3/

Aproximación al fenómeno de la soledad: índices sociológicos.

Para aproximarnos al fenómeno de la soledad, en Sociología se tienen en cuenta tres tipos de índices: índice de convivencia, índice de relaciones sociales e índice de soledad.

El índice de convivencia registra si los sujetos viven acompañados por cónyuges, padres y/o hijos, lo que llamamos la familia nuclear. Considera también este índice los que viven acompañados por otras personas diferentes de la familia nuclear. En tercer lugar anota a los que viven solos por su propia decisión y, por último a los que los que viven solos de forma obligada.

En España hay 4,7 millones de hogares unipersonales. Dos millones de personas mayores de 65 años viven solas. Casi un millón y medio son mujeres, según la información facilitada por el INE en abril de 2019, y representan un 71,9% del total. Los hombres ascienden a 550.900, un 28,1%. En España hay más de 850.000 mayores de 80 años que viven solos y muchos presentan problemas de movilidad.

Damos cifras pero, tras los datos, se esconde una realidad social que tímidamente comienza a ser abordada por el poder legislativo de nuestro país. En diciembre de 2018, el Congreso de los Diputados aprobó una proposición de ley para concienciar a la sociedad sobre la soledad crónica.

Junto al índice de la convivencia, la Sociología también tiene en cuenta el índice de las relaciones sociales y el índice de soledad.

El índice de relaciones sociales mide el grado de aislamiento social de los individuos, es decir, la

“La soledad 3.0. acecha a la sociedad actual. Se expande de modo silencioso entre los jóvenes y los mayores, grupos vulnerables que precisan ser escuchados”

frecuencia de las relaciones sociales, el grado de asociacionismo y el grado de uso de medios sociales. Con el índice de soledad se mide con qué frecuencia las personas se sienten solas.

4/

Características sociológicas de la soledad 3.0. en la sociedad española.

Cinco características sociológicas definen la soledad 3.0. en la sociedad española actual.

En primer lugar podemos señalar elementos sociodemográficos que afectan a la soledad. Señalamos aquí el cambio de la estructura familiar o el modelo de familia. Se incluyen en esta primera característica la menor natalidad, la crisis del sistema de cuidados, la desprotección familiar, el aumento de la viudedad, la mayor longevidad y el aumento de la esperanza de vida.

Hemos de considerar el modo de vida como una segunda característica.

La soledad se acrecienta con el paso de una sociedad eminentemente rural, donde es más fácil la convivencia y las relaciones interpersonales, a una sociedad urbana donde los encuentros personales son más difíciles por las características de las grandes ciudades.

En la soledad 3.0. un tercer aspecto a tener en cuenta es la comunicación cada vez más virtual y tecnológica frente a la comunicación interpersonal. Es la comunicación interpersonal o cara a cara la que facilita y proporciona las relaciones interpersonales que entierran a la soledad.

Una cuarta característica es el aumento de procesos de institucionalización que aíslan, de forma impuesta en muchos casos, al individuo de su entorno y de su red social construida a lo largo de décadas. Un ejemplo es el ingreso en residencias de mayores. Este ingreso obliga a los individuos a llevar a cabo un proceso de resocialización, semejante al que deben realizar los migrantes, para el que no siempre se está preparado ni se cuenta con las ayudas formativas suficientes.

En quinto lugar es importante, desde el punto de vista sociológico, detenerse en la situación socio-económica porque también puede generar un aislamiento y una deshumanización que conduzcan a la soledad. Desgraciadamente la última crisis económica en España ha llevado un aislamiento y a una soledad no deseada. La pérdida del trabajo y el sentimiento de inutilidad social implica que el individuo se desconecte de una sociedad que él considera que no lo necesita.

5/

Grupos sociales, vulnerabilidad y soledad.

En la sociedad española actual el primer grupo vulnerable es el grupo de las personas mayores. Si definimos con más precisión a este grupo, desde el ámbito sociológico hallamos a una mujer mayor, con características socio-económicas de clase baja, viuda y con mayor esperanza de vida que en décadas anteriores. No son los únicos grupos vulnerables y víctimas de la soledad. Otro grupo especialmente vulnerable es el de los inmigrantes. Las personas con alguna discapacidad también son una agrupación de riesgo. Las situaciones de soledad también las encontramos en el grupo de personas que cuidan a

LH n.326

familiares o personas dependientes. No podemos, ni debemos, olvidar a un grupo de población que sufre también la soledad. Se trata de los jóvenes entre 15 y 30 años.

La crisis económica en España nos ha dejado otro grupo vulnerable, como se ha señalado en el anterior apartado. Se trata de las personas con necesidades económicas básicas. En este grupo destacan los parados de larga duración, sobre todos los que superan los 55 años de edad, porque se sienten excluidos del sistema social y de su entorno. Las personas sin hogar también presentan una vulnerabilidad que les conduce a la exclusión, el aislamiento y la soledad.

Señalar unos grupos especialmente vulnerables no quiere decir que otros sectores de población no puedan estar solos o sentirse solos. Aunque sociológicamente sea en menor medida, también podemos citar a los niños, las personas enfermas, personas muy dependientes del trabajo y personas que sufren adicciones y que cambian sus relaciones interpersonales por la esclavitud de su adicción.

6/

Consecuencias sociales y ayuda instrumental ante la soledad.

Las consecuencias pueden ser psicológicas y sociales. Para analizar las consecuencias sociales, vamos a dar la palabra a **Díez Nicolás y Morenos Páez**:

“Desde el punto de vista social, la soledad puede empobrecer la realidad

social en el momento en que el individuo se considera como una persona que no participa de la vida social y que no es dueño de sus decisiones porque le gustaría vivir y relacionarse de otra manera y no puede por su condición, contexto o circunstancia” (2015, p. 44)

Si permitimos que esto ocurra, estamos fracasando como sociedad. El fracaso social refleja una crisis colectiva porque algunos de los miembros que conforma nuestra sociedad, por obligación, se ven y se sienten solos. ¿Qué podemos hacer para evitar las consecuencias de una soledad no deseada? ¿Cómo podemos impedir que la sociedad se empobrezca si sus miembros son aislados? ¿Cuáles son los tipos de ayuda que podemos ofrecer ante la soledad?

Dos son los tipos de ayuda que encontramos. La primera es una ayuda emocional y la segunda es una ayuda instrumental. La ayuda emocional es la que proporciona la familia, el entorno social y la sociedad civil. La Sociología se interesa especialmente por la ayuda instrumental porque las entidades públicas y privadas, así como las organizaciones sociales tienen que trabajar por la continua socialización de todos sus ciudadanos. Un magnífico ejemplo lo encontramos en el ámbito académico. La Universidad de la Experiencia es una actividad formativa que se inició, en 1993, en la Universidad Pontificia de Salamanca dirigida a las personas mayores. Hoy este programa de formación se encuentra en las universidades de toda España debido al éxito que, desde el principio, supuso esta iniciativa que busca una socialización permanente de las personas mayores. Este programa institucional está adscrito en Castilla y León a la Consejería de Salud y Familia y no a Educación. La explicación está en que se trata de una ayuda instrumental que, desde la socialización, refuerza la comunicación interpersonal con unos objetivos que no solo académicos.

En esta ayuda instrumental se engloban las campañas de sensibilización para poner de manifiesto

que una plaga silenciosa que se extiende en la sociedad actual y las que animan al asociacionismo; los programas de voluntariado, la prevención a través de la educación en valores, etc.

Las ayudas instrumentales se manifiestan en la sociedad a través de medidas indirectas y de medidas directas. Nos referimos a medidas indirectas cuando el objetivo no es evitar la soledad no deseada pero se consigue con el logro del principal objeto de la medida: prestación por desempleo, subvenciones para atender a necesidades básicas u otro tipo de ayudas sociales. Las medidas directas abordan la soledad como objetivo principal con acciones desde la solidaridad social, por ejemplo con el voluntariado. El servicio de Teleasistencia y los Centros de Día ofrecen, con ayuda de Ayuntamientos y Comunidades Autónomas, apoyo y compañía a quienes viven o se encuentran solos durante gran parte del día. La objeción que podemos señalar es que todas estas medidas son insuficientes y lo son, entre otras razones, porque hay una escasa visibilidad social del problema de la soledad. No nos gusta, como sociedad, reconocer lo vulnerables que somos y nuestra incapacidad para evitar la soledad en la llamada sociedad de la información y la comunicación.

7/

Conclusión.

La soledad 3.0. acecha a la sociedad actual. Se expande de modo silencioso entre los jóvenes y los mayores, grupos vulnerables que precisan ser escuchados.

“Valoramos la amistad como algo excepcional debido a que tenemos las redes sociales plagadas de seguidores pero

muy pocos “followers” en la vida real. (...) También somos conscientes de que todos estos factores son puntos negativos de cara a un futuro (...). Nos estamos convirtiendo en la generación callada”.

Son las palabras de un joven universitario que siente como su generación guarda silencio mientras la sociedad no le previene de la soledad 3.0, la misma que cercena la vida de muchos de nuestros mayores.

Quizá solo tenemos como sociedad que volver a recargar el corazón de los que nos rodean para no sentirnos también solos en el mundo 3.0. del siglo XXI.

Bibliografía

▶ **Abellán García, A. et al. (2019):**

“Un perfil de las personas mayores en España, 2019. Indicadores estadísticos básicos”. En Informes Envejecimiento en red nº 22 [http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2019.pdf, consultado 30/07/2019]

▶ **Díaz Nicolás, J. y Morenos Páez, M. (2015):**
La soledad en España.
Madrid: Fundación ONCE y Fundación AXA.

▶ **Elias, N. (2012):**
La soledad del moribundo.
México: Fondo de Cultura Económica.

▶ **García Peña, L. L. (2019):**
“La soledad contemporánea desde la obra de pensadores esenciales: análisis y perspectiva” *Iztapalapa Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 40, nº 86, enero-junio 2019, pp. 185-206.

▶ **García-Valdecasas Medina, J. I. (2018):**
“Una nueva epidemia asola la sociedad occidental: la soledad”. *Razón y fe*, t. 277, nº 1431, pp. 51-62.

▶ **Instituto Nacional de Estadística [ES]**
[https://www.ine.es/prensa/ech_2018.pdf, consultado el 24/07/2019]

▶ **López Doblas, J. y Díaz Conde, M. P. (2018):**
“El sentimiento de soledad en la vejez”. En *Revista Internacional de Sociología* 76(1): e085. [https://doi.org/10.3989/

ris.2018.76.1.16.164, consultado el 26/07/2019]

▶ **Pinazo Hernandis, S. y Donio Bellegarde Nunes, M. (2018):**
La soledad de las personas mayores.
Madrid: Fundación Pilares.

▶ **Yanguas Lezaun, J. et al. (2018):**
“El reto de la soledad en la vejez”. *Zerbitzuan*, 66, pp. 61-75.

▶ **Yanguas Lezaun, J. (2018):**
Soledad y riesgo de aislamiento social en las personas mayores.
En Encuesta 2018 de Obra Social “la Caixa” [https://prensa.lacaixa.es/obrasocial/encuesta-la-caixa-sobre-la-soledad-esp__816-c-29493__.html, consultado 5/08/2019]

