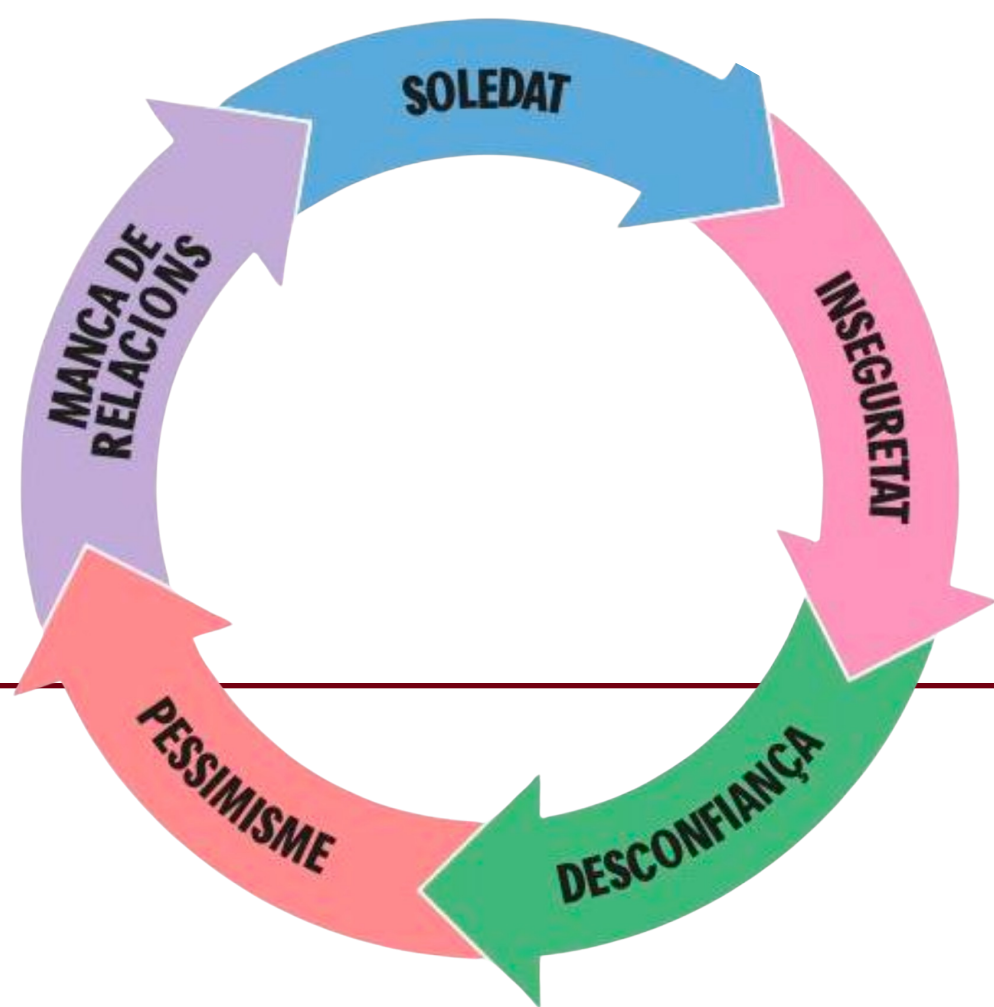


La soledat no desitjada en la tercera edat

Alumne: Marc Sánchez Berenguer
Tutor: Xavier Garí



INTRODUCCIÓ

L'envelliment de la població és un dels grans canvis demogràfics del segle XXI. A Espanya, més del 20% de la població supera els 65 anys i aquest percentatge continuarà creixent. En aquest context, la soledat no desitjada s'ha convertit en un problema social i de salut pública rellevant, amb efectes negatius sobre el benestar emocional, psicològic i físic de les persones grans, incloent un major risc de depressió i deteriorament cognitiu.

Ens plantegem com a hipòtesi,

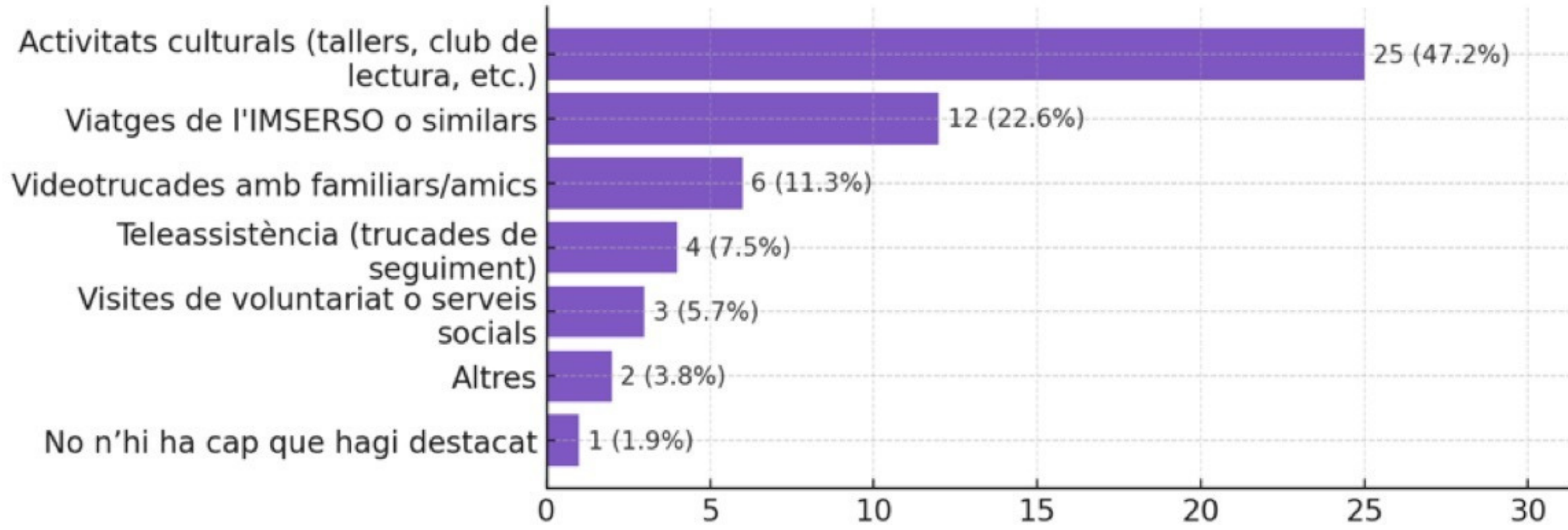
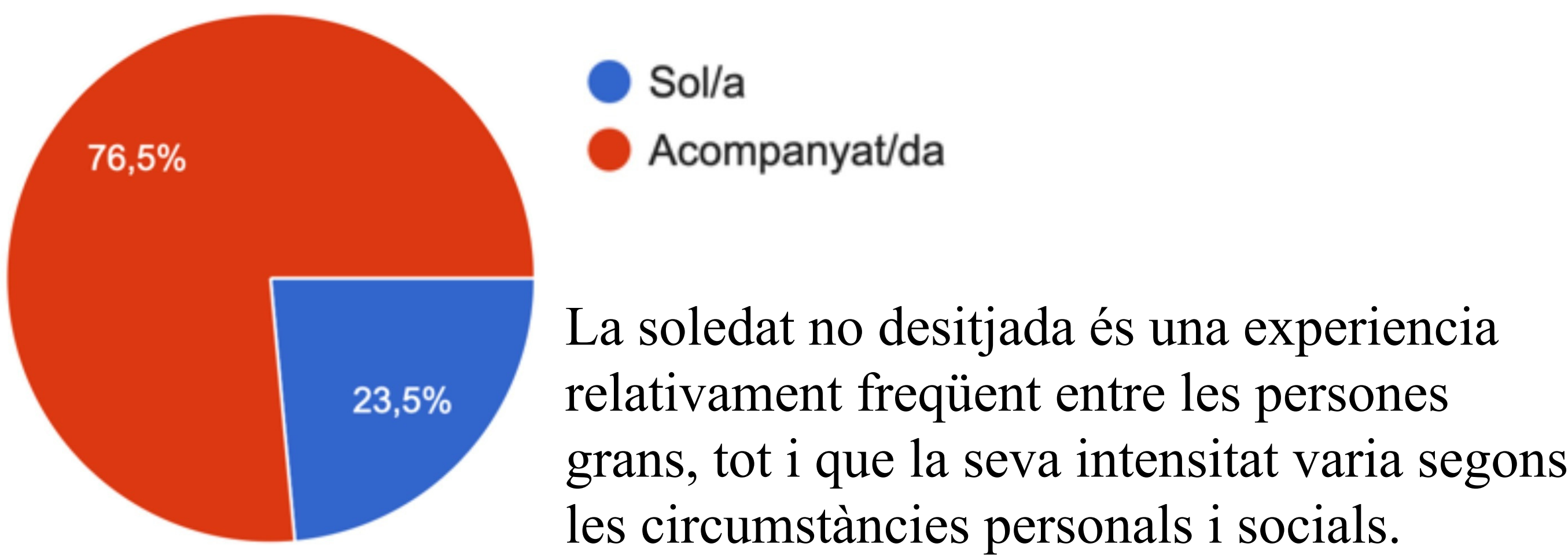
“La soledat no desitjada és el factor que més deteriora el benestar global en la vellesa, per sobre de les dificultats físiques i de les limitacions econòmiques.”

OBJECTIUS

- Analitzar l'impacte de la soledat no desitjada en la gent gran.
- Identificar quines eines la redueixen més (serveis, oci i tecnologia).
- Detectar barreres d'accés i preferències de les persones grans.

ENQUESTA A PERSONES DE 65 ANYS O MÉS (N=68)

Estadística descriptiva dels resultats de l'enquesta (percentatges i gràfics).



Les activitats socials i comunitàries (com tallers, trobades o activitats culturals) són les iniciatives que els participants (majors de 65 anys) consideren més efectives per reduir la sensació de soledat.

METODOLOGIA I RESULTATS

ENTREVISTES

Comparació de respostes per identificar patrons i preferències.

Qida (Teleassistència)

“La tecnologia pot ajudar a detectar situacions de soledat, però el contacte humà i l'empatia dels professionals continuen sent”

Llar d'avis - Soci

“Els espais comunitaris i les activitats compartides faciliten la creació de vincles i ajuden a reduir el sentiment de soledat.”

Expert en projectes intergeneracionals

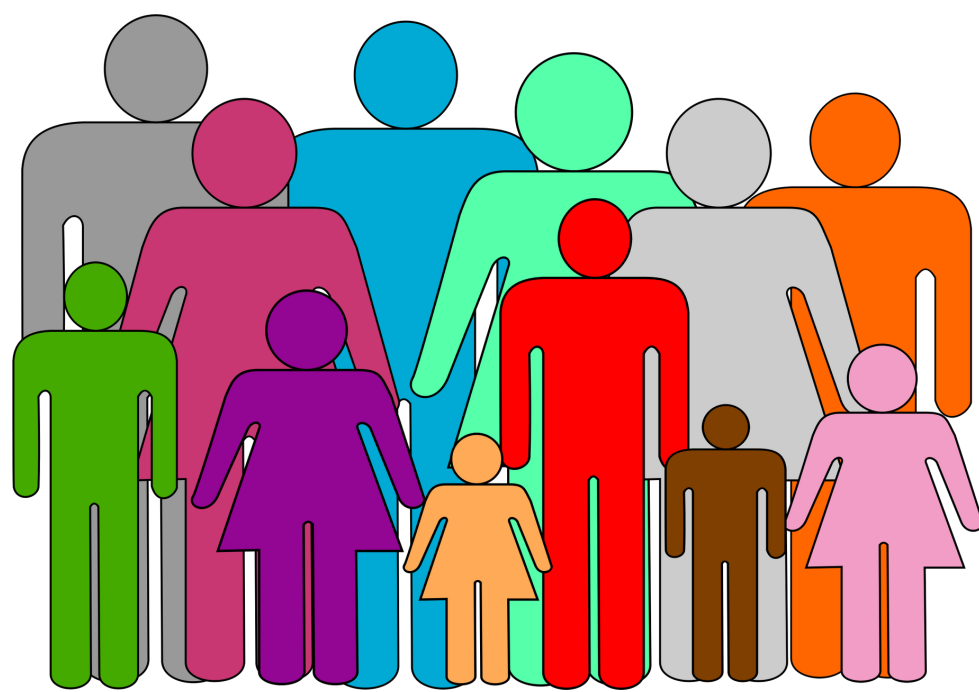
“Les activitats entre joves i persones grans redueixen la soledat i milloren l'autoestima quan es fan de manera regular.”

CONCLUSIONS

La soledat no desitjada és un problema rellevant en la tercera edat. Les activitats socials i culturals ajuden a reduir-la, mentre que la tecnologia pot actuar com a suport complementari.

MILLORES I CANVIS A FUTUR

Cal reforçar els recursos socials, la comunitat i el suport familiar per reduir la soledat en la tercera edat. La tecnologia pot ajudar, però sempre com a complement del contacte humà i la coordinació entre serveis socials i sanitaris.



REFERENCIES

1. Instituto Nacional de Estadística (INE). Proyecciones de población en España 2022–2052. INE, 2022.
2. Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2018). Loneliness in older persons: A theoretical and empirical review. Ageing Research Reviews, 47, 85–96. <https://doi.org/10.1016/j.arr.2018.01.002>