

Los factores demográficos y sanitarios influyen en el aumento de la soledad en los adultos

Estudio con participación de chilenos ha desestimado la creencia de que la soledad es una consecuencia inevitable de la edad.

Agencia EFE

La soledad, que puede tener graves consecuencias para la salud, suele aumentar con la edad, aunque un nuevo estudio señala que en Estados Unidos y Países Bajos las personas de mediana edad se sienten más solas que las generaciones mayores.

Los adultos en Dinamarca reportan los niveles más bajos de soledad, en general, y los más elevados corresponden a Grecia y Chipre, según una investigación realizada en 29 países de Europa, América del Norte y Oriente Medio, que publicó ayer la revista Aging & Mental Health.

El equipo encabezado por la Universidad de Atlanta (EE.UU.) investigó la prevalencia de la soledad vinculada a factores demográficos y sanitarios, para identificar cuáles contribuyen a la soledad a lo largo de la vida.

El estudio señala que esos factores "varían sustancialmente de un país a otro, lo que sugiere que la soledad no es una consecuencia inevitable de la edad, sino que puede estar determinada por el entorno dentro de los países, por ejemplo, la cohesión so-



La epidemia de la soledad es multifactorial y no solo afecta a las personas de edad avanzada.

cial".

La investigadora Robin Richardson, de la Universidad de Emory (EE.UU.) y una de la firmantes del texto, dijo que la soledad varía notablemente según el país y la edad, por lo que "no es una consecuencia inmutable de la edad o el

entorno".

Este hallazgo sugiere -agregó la experta- que la soledad "puede ser muy sensible a los cambios en las circunstancias vitales".

ANÁLISIS

Los especialistas, entre ellos

de la Universidad Mayor de Chile, analizaron datos de 64.324 personas de entre 50 y 90 años.

El equipo descubrió que, aunque en general la soledad aumentaba con la edad, la magnitud del incremento era mayor en unos países que en

otros.

Los adultos de Bulgaria y Letonia registraron el mayor aumento de la soledad con la edad, seguidos de los de Rumanía, Hungría, España e Italia. Sin embargo, en EE.UU. y los Países Bajos la soledad se concentraba entre los adultos más jóvenes.

No estar casado, no trabajar, la depresión y la mala salud son las principales razones por las que la soledad varía con la edad, pero la importancia de estos factores y la combinación de los mismos son diferentes en cada país.

En EE.UU., no trabajar era la razón principal de un mayor nivel de soledad entre los adultos de mediana edad, mientras que en otros países se traducía en una mayor soledad entre los adultos mayores.

Aproximadamente una quinta parte de los factores que contribuyen a la soledad seguía sin explicación en todos los países y este 20% sin explicación se concentraba en los adultos de mediana edad.

Los autores sugieren que esto podría deberse a las singulares circunstancias sociales a las que se enfrentan los adultos de mediana edad.

"Muchos adultos de me-



64.324
personas, de entre 50 y 90 años, participaron en la investigación.

ENTRE LAS 29
naciones analizadas, Dinamarca arrojó los niveles más bajos de soledad.

diana edad que a menudo hacen malabares con el trabajo, el cuidado de otras personas y el aislamiento, son sorprendentemente vulnerables y necesitan intervenciones específicas tanto como los adultos mayores", señaló Esteban Calvo, de la Universidad Mayor de Chile.

Tradicionalmente, las intervenciones para abordar la epidemia de soledad se han centrado en los adultos mayores -recordó Richardson- mientras que "los adultos de mediana edad representan una población crítica que se está pasando por alto".

La soledad es un importante problema de salud pública, responsable de una amplia gama de consecuencias fisiológicas, cognitivas, mentales y conductuales que disminuyen la calidad de vida y aumentan el riesgo de enfermedad.