

---

RESUM DE L'INFORME

---

# L'impacte de la COVID-19 en el sentiment de soledat no desitjada de les persones grans

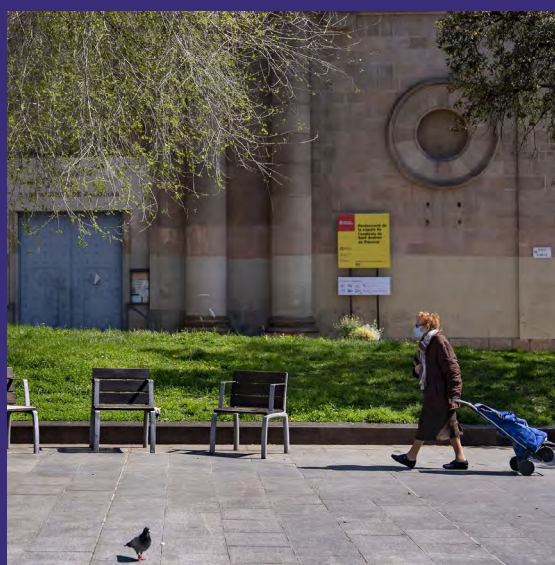
---

Una publicació de

observatori de la  
**soledat**

Iniciativa de

 **amics de la  
gent gran**



# 1. Introducció

L'objectiu principal de l'enquesta ha estat indagar en com han viscut la pandèmia les persones grans que ja sentien soledat abans de la COVID-19. Dissenyada per l'Observatori de la Soledat, es va realitzar entre els mesos de juny i juliol de 2020 a 210 persones grans vinculades als programes socials de l'entitat. Es va realitzar per telèfon gràcies al recolzament voluntari de 9 alumnes de la Universitat de Barcelona (Màster en Psicogerontologia i 4rt curs del Grau de Psicologia), coordinats per la Doctora Montserrat Celdrán. Anàlisi i autoria: Elsa Sala Mozos, Regina Martínez, Montserrat i Clara Riba.

Els principals resultats en relació al període de confinament tracten sobre:

- Sentiment de soledat i canvis en les rutines.
- Recolzament rebut i percepció del mateix.
- Discriminació, vulnerabilitat i temors.
- Necessitats expressades en cas d'una altra situació familiar.
- Eines de comunicació utilitzades.
- Valoració de la tasca d'Amics de la Gent Gran.
- Es presenta al final unes conclusions generals.

## 2. El sentiment de soledat no desitjada durant el confinament

### 2.1 Impacte de la situació provocada por la COVID-19 en el sentiment de soledat de les persones grans

#### ¿COM HA VARIAT EL SEU SENTIMENT DE SOLEDAT?

Quasi la meitat (49%) afirma que el seu sentiment no ha canviat i continua sent el mateix, i el 41% diu que ha augmentat durant l'estat d'alarma. Entre les persones que indiquen que ha augmentat:

Quasi la meitat (43%) ho associa amb la disminució, limitació o absència de contactes.

*Perquè jo solia estar amb la gent. (Dona, 80 anys)*

*Perquè hi ha contactes per telèfon i per missatges, però no és el mateix que en persona. (Dona, 72 anys)*

El 21% relaciona aquest augment amb sentiments d'angoixa, buidor, tristesa, desesperança o desmotivació per la situació.

*Tenia un sentiment recurrent de desesperança. (Dona, 85 anys)*

*Tinc voluntat, però estic més trista, capa cop puc menys i em sento una càrrega. (Dona, 84 anys)*

El 16% ho atribueix al aïllament físic, en molts casos agreujat per les condicions d'habitatge.

*Perquè he estat tancada sola. (Dona, 82 anys)*

*M'ha fet sentir més sola la pluja, i viure en un pis petit.  
(Dona, 69 anys)*

## 2.2 La xarxa comunitària i altres factors amb influència en el sentiment de soledat de les persones grans

### S'HA TROBAT ALGUNA COSA A FALTAR?

Trobar a faltar alguna cosa, quant a la rutina i al mode de vida, té una incidència directa i significativa en el sentiment de soledat.

Entre aquells que han trobat a faltar alguna cosa, el sentiment de soledat ha augmentat en el 50% dels casos.

En canvi, entre els que no han trobat a faltar res, la majoria (63%) creu que el seu sentiment de soledat continua sent el mateix.

### HA CANVIAT EL CONTACTE AMB LA XARXA COMUNITÀRIA?

Només un 9% ha augmentat el contacte amb la xarxa i ha disminuït pel 38%. El 39% diu que segueix sentint el mateix i el 14% que no va tenir contacte amb la xarxa abans ni durant el confinament.

Existeix una relació significativa entre aquells que han tingut una variació en la seva relació amb la xarxa comunitària durant el confinament i el sentiment de soledat que han experimentat:

El 17% de les persones que han augmentat el contacte amb els amics i veïns durant el confinament indiquen una disminució en el seu sentiment de soledat.

No obstant, en el 39% dels casos, tot i haver augmentat el contacte amb la xarxa comunitària, la sensació de soledat ha augmentat durant el confinament.

# 3. La participació social de la població enquestada abans del confinament i l'impacte dels canvis de rutines durant la pandèmia

## QUÈ FEIEN ABANS? COM PARTICIPAVEN?

El 72% acostumava a anar de compres al mercat o a les botigues del barri abans de la declaració de l'estat d'alarma. El 60% de les persones realitzava activitats d'oci de tipus informal (per exemple, sortir al carrer amb amics i amigues o sortir a passejar) i el 41% realitzava activitats socials formals, com anar a la parròquia i al centre de gent gran del barri.

## COM HO VA CANVIAR LA PANDÈMIA?

El 52% de les persones enquestades han tingut que canviar les seves rutines, i dues terceres parts declaren que han trobat a faltar alguna cosa de la seva vida diària anterior.

## QUÈ HAN DEIXAT DE FER EN EL SEU DIA A DIA?

Quasi la meitat de les persones que diuen que han trobat a faltar alguna cosa que feien (47,4%) han indicat poder sortir i fer activitats en el veïnat.

*Tenia una vida molt bonica, feia moltes coses: anava a la piscina, sortia a caminar, etc. El confinament m'ha prohibit fer-ho tot, ara a poc a poc estic tornant a la normalitat. (Dona, 92 anys)*

*Poder sortir, tenir la llibertat per fer les coses del dia a dia. (Dona, 90 anys)*

Un 18% manifesta que troba a faltar la companyia i el contacte personal, èmfasi en el contacte presencial i físic, i un 13,5% fa referència a la impossibilitat de mantenir relacions familiars.



*Les carícies als meus fills, les abraçades, els petons... no veure'ns com abans. (Home, 90 anys)*

*No poder veure als fills i als nets, sobretot. Només els podia veure des de lluny. No poder donar la mà, donar un petó. Tot això m'ha costat molt. (Dona, 91 anys)*



# 4. El recolzament rebut durant el confinament

## 4.1 El recolzament social rebut durant la pandèmia

### HA CANVIAT EL RECOLZAMENT REBUT?

El 24% diu que l'ajuda que rep ha augmentat i el 11% que ha disminuït, mentre que la majoria (65%) no ha percebut cap canvi i pensa que el recolzament rebut durant la pandèmia ha estat el mateix que abans.

### I SEGONS EL TIPUS DE RECOLZAMENT?

**Formal:** en el 72% dels casos quant major ha estat el recolzament formal, major ha sigut l'ajuda percebuda.

**Familiar:** per al 38%, quant ha major ha estat el contacte amb la xarxa familiar, major ha estat l'ajuda percebuda.

**Veïns i comunitat:** el 61,1% que ha augmentat el contacte amb amics i veïns considera que l'ajuda rebuda durant el confinament també ha augmentat.

## 4.2. El capital social i el sentiment de soledat de les persones grans

### QUINA RELACIÓ HI HA ENTRE EL CONTACTE AMB LA XARXA VEÏNAL I LA SENSACIÓ DE SEGURETAT?

Hi ha una relació directa i molt significativa. Quasi el 65% de les persones que han declarat un augment dels contactes amb la xarxa d'amics i veïns expressen una major sensació de seguretat, i el 74% dels qui ho han reduït se senten menys segurs que abans.

# 5. La discriminació i l'edatisme durant la pandèmia i l'impacte en el benestar de les persones grans

## 5.1 La discriminació de les persones grans durant la pandèmia

### CREUEN QUE S'HA DISCRIMINAT A LES PERSONES GRANS?

Quasi una quarta part de les persones no han respost, o no saben (50 persones, un 24%). Entre els que responen, l'opinió està dividida: el 53% creu que ha estat discriminada i la resta creu que no.

### ENTRE ELS QUE CREUEN QUE SÍ, QUINS SÓN ELS MOTIUS?

Quasi un terç s'ha referit a un sentiment general d'abandonament, o parlen d'aquest sentiment com alguna cosa que ja estava present abans de la crisi de la COVID-19.

*Posaven a la tele que molta gent gran havia mort com si res.*  
(Dona, 87 anys)

*Van oblidar-se de les persones grans.* (Dona, 89 anys)

*Ha continuat la mateixa indiferència de sempre davant de les persones grans.* (Home, 80 anys)

En segon lloc, hi ha un 26% de les persones que han respost referint-se a que no han rebut l'atenció que creien que necessitaven, ja sigui per part dels serveis sanitaris o per part de la família.



*Perquè he tingut la necessitat d'anar al metge o al dentista i no m'han pogut visitar, no podia venir el metge de capçalera.  
(Dona, 84 anys)*

*Els metges no atenen a les persones grans pel coronavirus, s'han oblidat dels altres malalts. (Dona, 91 anys)*

## 5.2 La por i el sentiment de vulnerabilitat de les persones grans durant la pandèmia

### S'HAN SENTIT MÉS VULNERABLES? HAN TINGUT POR?

El 59% s'han sentit més vulnerables. Quan se'ls pregunta sobre l'augment de la por, el 40% de les persones enquestades diuen que, de fet, hi ha coses que no abans no els donava por i ara sí.

### QUINES SÓN LES COSES QUE ABANS NO ELS DONAVA POR I ARA SÍ?

El 40% ha informat de la por a un possible contagi i mort com a resultat de la COVID-19, destacant, algunes d'elles, la por a morir en soledat.

*La mort no em dóna por però sí el fet de morir-me i que la meva família no pugui estar present a causa del confinament i de les mesures de seguretat. (Dona, 91 anys)*

*Agafar el virus i morir-me; tot i que estigui molt malament, no vull això i quedar-me sola, morir sola sense que ningú no s'assabenti.  
(Dona, 78 anys)*

Quasi una quarta part de les persones que han respost han manifestat tenir por a sortir al carrer.

*Em dóna por sortir al carrer, desconfiança. (Home, 75 anys)*

*Ja sortia poc al carrer per la meva mobilitat i ara em dóna encara més por que abans. (Dona, 75 anys)*

## **HAN PERCEBUT DISCRIMINACIÓ EN LA SENSACIÓ DE VULNERABILITAT?**

Entre les persones que afirmen que les persones grans han sigut verdaderament discriminades, la sensació de vulnerabilitat és major. L'augment de la por també està relacionat amb la sensació de vulnerabilitat. El 68% de les persones que ara tenen més por se senten més vulnerables que abans.



## 6. Necessitats i suggeriments de les persones grans

### QUÈ NECESSITARIEN SI REVISQUESSIN UNA CRISI SIMILAR?

Aproximadament un terç va destacar la necessitat de més contacte i/o companyia, o acompanyament de familiars, amics i/o voluntaris.

*Més companyia. (Dona, 79 anys)*

*Tenir una persona al costat, si pot ser el company d'Amics de la Gent Gran. (Home, 71 anys)*

El 20% va dir que no necessitava res, fent èmfasi en què durant el primer confinament domiciliat tenien tot el que necessitaven perquè van estar acompanyats per un membre de la família, o per la xarxa de proximitat.

*Mantenir la xarxa que tinc. (Home, 71 anys)*

*Res, m'he sentit molt acollida pels meus veïns. (Dona, 89 anys)*

*Estar comestic ara, amb el suport de la família i els veïns. (Dona, 79 anys)*

Per últim, i en tercer lloc, hi hauria totes aquelles persones que han declarat que no saben què necessitarien.

### QUINES PROPOSTES INDIQUEN PELS AMICS DE LA GENT GRAN?

Més d'un terç de les persones que han respost a aquesta pregunta ha suggerit augmentar el recolzament i la regularitat de les accions dutes a terme per l'entitat, fent èmfasi, en alguns casos, en la necessitat de la presència física.

*Que es faci acompanyament recurrent a persones com jo, que no tenim a ningú. (Home, 71 anys)*

*Que augmentin les visites amb la voluntària, sempre amb les mesures de seguretat necessàries, perquè m'he sentit molt sola. (Dona, 86 anys)*

El 20% voldria emfatitzar la necessitat de mantenir les relacions d'acompanyament com fins ara.

*Que continuïn tenint molta comunicació amb tot el món perquè el diàleg és importantíssim. (Dona, 81 anys)*

*Que continuïn amb la tasca d'acompanyament. (Dona, 84 anys)*

*Que es recordin de mi i que em visitin. (Dona, 65 anys)*

En tercer lloc, un 14% de la població que ha respost voldria mantenir les activitats de sociabilització.

*Que es torni a fer el taller de punt. (Dona, 71 anys)*

*Més activitats, més trobades, més acollida. (Dona, 69 anys)*

*Trobo a faltar les activitats d'oci que es feien com la de Sant Joan. (Dona, 88 anys)*

## **QUINES PROPOSTES OBERTES FAN?**

Quasi la meitat de persones ha expressat la seva satisfacció pel treball d'Amics de la Gent Gran, insistint en la tasca del voluntariat.

*Estic molt contenta amb el treball d'Amics de la Gent Gran. Es porten molt bé amb mi. (Dona, 92 anys)*

*M'agrada molt el treball del voluntariat d'Amics de la Gent Gran. (Dona, 92 anys)*

Un 22% ha indicat que és necessari augmentar el recolzament o acció, tant per part de l'entitat com per part d'altres institucions públiques.

*Amics de la Gent Gran és molt bonica però falten activitats... (Dona, 69 anys)*

*M'hagués agradat tenir més contacte telefònic de forma directa amb Amics de la Gent Gran o teleassistència amb més freqüència. (Home, 77 anys)*





# 7. L'ús de les eines de comunicació i noves tecnologies durant la COVID-19

## QUINS HAN SIGUT ELS MITJANS MÉS UTILITZATS?

El telèfon ha estat la principal eina durant el confinament: el 74% l'ha utilitzat exclusivament. Un 6% ha combinat el telèfon amb les videotrucades de WhatsApp; el 10% va fer trucades telefòniques i videotrucades i missatges de WhatsApp; el 7% trucades telefòniques combinades amb missatges de WhatsApp; només el 2% ha combinat el telèfon amb el correu electrònic.

El 92% de les persones ja utilitzaven aquestes eines de comunicació anteriorment.





# 8. El treball d'Amics de la Gent Gran durant la pandèmia

## ESTAN SATISFETES AMB L'ADAPTACIÓ DE L'ACOMPANYAMENT?

El 80% s'han sentit acompanyades per Amics de la Gent Gran. Un 78% valora les trucades d'Amics de la Gent Gran com satisfactòries. D'aquestes, el 44% de les persones van afirmar que tenien un sentiment general de recolzament, destacant l'acompanyament i el seguiment com elements positius que les feia sentir acompanyades.

*M'he sentit més acompanyada durant els difícils moments que s'han viscut. (Dona, 92 anys)*

*M'han fet un seguiment i m'he sentit acompanyada. M'han ajudat molt a no sentir-me sola. (Dona, 76 anys)*

Un 27% de les persones que han respost han destacat el paper clau de la persona voluntària en l'acompanyament.

*M'he sentit molt recolzat pel meu voluntari. (Home, 69 anys)*

*Hem connectat molt amb la María José i hem parlat de moltes coses. (Dona, 84 anys)*

Un 23% ha expressat que les trucades han estat un acompanyament emocional molt positiu.

*Perquè es preocupaven per mi en tot moment, em trucaven cada dia per xerrar i venien a veure'm per passejar. (Dona, 85 anys)*

*Estic content amb les trucades, em donaven sempre alegria. (Home, 83 anys)*

## **LES TRUCADES HAN SERVIT PER TENIR MÉS INFORMACIÓ SOBRE LA COVID-19?**

Hi ha més d'una quarta part dels consultats que no responen (55 persones). Entre els que ho fan, poc més de la meitat (55%) creu que sí li han proporcionat més informació sobre la pandèmia.

## **QUINA RELACIÓ HI HA ENTRE EL SENTIMENT DE SOLEDAT I LES TRUCADES?**

No hi ha hagut una relació significativa entre l'acompanyament telefònic i la reducció del sentiment de soledat. Tot i que la majoria ha valorat positivament les trucades rebudes i ha apreciat l'acompanyament i la informació, sembla que el contacte telefònic no és suficient.

*M'han estat trucant, però m'hagués agradat que algú em visités. No crec que les trucades siguin suficient. Moltes persones tenen completa soledat i algunes trucades no són suficient. (Home, 76 anys)*

**Accedeix a l'informe complet de l'enquesta 'L'IMPACTE DE LA COVID-19 EN EL SENTIMENT DE SOLEDAT NO DESITJADA DE LES PERSONES GRANS': [www.amicsdelagentgran.org](http://www.amicsdelagentgran.org)**

## **SOBRE L'OBSERVATORI DE LA SOLEDAT**

L'Observatori de la Soledat, creat l'any 2017 per la fundació Amics de la Gent Gran, és la primera plataforma de generació i intercanvi de coneixement entorn la soledat no desitjada a Espanya. El seu objectiu és entendre les variables que interactuen amb la soledat, generar i sistematitzar el coneixement, i desenvolupar eines formatives per la intervenció que faciliten als agents d'aquest àmbit l'operació i desenvolupament de programes per prevenir-la i pal·liar el seu impacte

Una publicació

observatori de la  
**soledat**

Iniciativa de



amics de la  
gent gran

Amb el suport de



**Diputació  
Barcelona**