

Diagnostico participativo sobre la Soledad No Deseada en Getxo



Índice

0. Introducción	05 - 09
1. Acercándonos a Getxo: caracterización del municipio	
1.1. Contexto sociodemográfico	15 - 19
1.2. Contexto sociolaboral	20 - 23
1.3. Activos Comunitarios	23 - 29
2. Personas solas y relación con la soledad	31 - 45
3. Getxo y sus barrios	47 - 52
3.1. Algorta	53 - 56
3.2. Las Arenas/Romo	57 - 61
3.3. Andra Mari	62 - 65
3.4. Neguri	66 - 68
4. Resultados del trabajo de campo	71 - 72
4.1. Aproximación Metodológica	73 - 76
4.2. La encuesta	77 - 09
4.3. Las entrevistas semiestructuradas	102 - 143
4.4. Las entrevistas en profundidad	144 - 207
5. Conclusiones y Propuestas	209 - 219

Índice Gráficos

Gráfico1: Distribución de la población de Getxo por sexo. 2025	22
Gráfico 2: Distribución de la población de Getxo por edad. 2025	24
Gráfico 3. Población de origen extranjero en Getxo 2025	24
Gráfico 4. Población de origen extranjero en Getxo por Barrios 2025	25
Gráfico 5: Distribución de la población de Getxo según nivel de instrucción	25
Gráfico 6. Distribución de la población de Getxo según relación con la actividad	26
Gráfico 7: Distribución de la Población por actividad en Algorta	27
Gráfico 8: Distribución de la Población por actividad en Las Arenas	27
Gráfico 9: Distribución de la Población por actividad en Andramari	28
Gráfico 10: Establecimientos de hostelería y restauración por cada mil habitantes en Getxo	33
Gráfico 11: Densidad comercial minorista por cada mil habitantes en Getxo	33
Gráfico 12: Distribución de comercios en Getxo por sector de actividad	35
Gráfico 13: Distribución porcentual de personas que viven solas en Getxo por sexo. 2025	39
Gráfico 14: Distribución porcentual de personas que viven solas en Getxo por edad. 2025	39

Gráfico 15. Evolución de viviendas unipersonales en Getxo.2015_2023	40
Gráfico 16: Familias de la C.A. de Euskadi por relación con vecinos, territorio histórico y relación con actividad de persona de referencia (miles). 1989 - 2024	41
Gráfico 17: Frecuencia de las relaciones con vecinos en el Gran Bilbao	42
Gráfico 18: Distribución de la población de Getxo según barrios	56
Gráfico 19: Población de Algorta por sexo	60
Gráfico 20: Población de Algorta por edad	60
Gráfico 21: Población de Las Arenas por sexo	64
Gráfico22: Población de Las Arenas por edad	64
Gráfico 23: Población de Andramari por sexo	69
Gráfico 24: Población de Andramari por edad	69
Gráfico 25: Población de Neguri por sexo	73
Gráfico 26: Población de Neguri por edad	73
Gráfico 27: Distribución de la población encuestada según sexo	84
Gráfico 28: Distribución de la población encuestada según edad	85
Gráfico 29: Distribución de la población encuestada según estado civil	85

Gráfico 30: Distribución de la población encuestada según tiempo de residencia en el municipio	85
Gráfico 31: Distribución de la población encuestada según los diferentes barrios del municipio	86
Gráfico 32: Distribución porcentual de personas encuestadas que viven solas	86
Gráfico 33: Distribución porcentual de personas encuestadas que declaran sentirse solas	87
Gráfico 34: ¿Conoces a tus vecinos/as? Encuesta	89
Gráfico 35 ¿Hasta qué punto sientes que podrías contar con alguien de tu vecindario si necesitaras compañía?	90
Gráfico 36: ¿Y si necesitaras que te hicieran un favor?	91
Gráfico 37: En los últimos 6 meses, ¿con qué frecuencia has ayudado a algún vecino/a?	92
Gráfico 38: Distribución de personas encuestadas según sentimiento de pertenencia en el barrio	95
Gráfico 39: ¿Cómo describirías el ambiente social de tu barrio?	98
Gráfico 40 ¿Crees que en tu barrio existen espacios o actividades que facilitan conocer o relacionarse con otras personas?	101
Gráfico 41 ¿Hasta qué punto tu barrio facilita que las personas se conozcan y se relacionen entre sí?	102
Gráfico 42 ¿Te gustaría que en tu vecindario/ barrio existieran más oportunidades para conocer o relacionarte con otras personas?	104

Gráfico 43 ¿Hasta qué punto crees que un vecindario más conectado entre las personas ayudaría a reducir la soledad no deseada?	105
Gráfico 44: ¿Conoces a tus vecinos? Entrevista semiestructurada	112
Gráfico 45: ¿Conoces sus nombres?	112
Gráfico 46: En la última semana, ¿con cuántos vecinos has tenido una conversación de más de 5 minutos?	113
Gráfico 47: ¿Has entrado alguna vez en casa de algún vecino?	114
Gráfico 48: Si necesitaras contar con algún vecino para hacerte un favor, ¿tienes a quien recurrir?	115
Gráfico 49 ¿Te gustaría conocer mejor a tus vecinos?	116
Gráfico 50: En tu día a día en el vecindario, ¿Con qué frecuencia sientes que te falta compañía o que tus relaciones no son tan profundas como te gustaría?	117
Gráfico 51: ¿Te has sentido solo/a en el último año?	118
Gráfico 52 ¿Te sientes parte de tu vecindario?	119
Gráfico 53: ¿Sientes que eres una parte reconocida y valorada de tu vecindario?	120
Gráfico 54: ¿Sientes que si dejaras de vivir en tu vecindario alguien lo notaría?	121
Gráfico 55: ¿Notas cambios en la vida del barrio en los últimos años?	122

Gráfico 56 ¿Consideras que tu barrio cuenta con recursos para compartir y facilitar el encuentro con otras personas?	123
Gráfico 57 ¿Participas en alguna actividad en el barrio?	123
Gráfico 58 ¿Sientes que tu origen, edad, orientación sexual o condición física te dificultan participar en la vida del barrio?	125
Gráfico 59 ¿Crees que la soledad no deseada es un problema en tu barrio?	126
Gráfico 60: ¿Dirías que en los últimos años hay más personas solas que antes?	127
Gráfico 61: ¿Has notado alguna vez situaciones que te hagan pensar que alguien puede sentirse solo/a? (por ejemplo: personas que casi nunca salen, que no reciben visitas, que siempre están solas en espacios públicos, etc.)	128
Gráfico 62: Si una persona del vecindario se sintiera sola, ¿crees que los vecinos y vecinas reaccionarían?	129

Índice de Tablas

Tabla 1: Distribución de la población de Getxo según relación con la actividad	26
Tabla 2: Distribución de la población de Getxo según relación con la actividad	27
Tabla 3: Distribución de la población de los barrios de Getxo por sexo, edad y peso porcentual del Paro de larga duración	29
Tabla 4: Distribución de comercios en Getxo por sector de actividad	34
Tabla 5: Distribución en miles de la tipología de relaciones en el Gran Bilbao	44
Tabla 6: Relaciones de la C.A. de Euskadi (miles) por tipo de relación, frecuencia, zona y periodo	46
Tabla 7: Distribución de la población de los barrios de Getxo según población, edad, porcentaje de extranjeros y sexo	57
Tabla 8. Tipo de Comercio en Algorta en porcentaje y números absolutos, 2025	62
Tabla 9. Tipo de Comercio en Las Arenas/ Romo en porcentaje y números absolutos, 2025	65
Tabla 10. Tipo de Comercio en Andra Mari en porcentaje y números absolutos, 2025	71
Tabla 11: Porcentaje de personas encuestadas que declara sentirse sola según edad	88
Tabla 12: Sentimiento de pertenencia al Barrio según edad	96
Tabla 13: Sentimiento de pertenencia al Barrio según barrio	96
Tabla 14: Ambiente social percibido según barrio	100

0.

Introducción





La soledad no deseada forma parte de una de esas realidades cotidianas que, pese a su presencia constante, suelen pasar desapercibidas en la vida social y comunitaria. Discreta, a menudo invisible y, sin embargo, mucho más extendida de lo que habitualmente percibimos.

Y es que, lejos de responder a situaciones excepcionales, la soledad no deseada atraviesa muchos de nuestros momentos vitales y contextos sociales, adoptando formas diversas que no siempre somos capaces de identificar.

Este diagnóstico parte precisamente de esa premisa,

comprender la soledad no deseada, no como una experiencia aislada, sino como un fenómeno social que se construye en relación directa con el entorno en el que vivimos.

Con este documento, nos hemos marcado como objetivo realizar una fotografía lo más fidedigna posible de la soledad no deseada en el municipio de Getxo, poniendo el foco en el barrio y el vecindario como espacios clave donde se generan los vínculos cotidianos. Para ello, hemos planteado una lectura, que nos permita identificar no sólo la realidad actual del fenómeno, sino también sus porqués, así como las pautas que pueden orientar posibles futuras intervenciones.

Nuestro punto de partida, gira por tanto en torno a abordar la soledad no deseada no sólo desde lo individual, sino como un fenómeno que requiere actuar sobre las condiciones sociales y comunitarias como ejes que posibilitan la construcción de diferentes niveles relacionales. Para ello, hemos implementado un enfoque metodológico que combina distintas técnicas de investigación tanto cualitativas, entrevistas en profundidad y entrevistas semiestructuradas, como cuantitativas, encuesta, lo que nos ha permitido recoger datos, pero también experiencias, percepciones y significados.

A partir de la información recogida, el diagnóstico se ha estructurado de acuerdo con una lectura que integra dimensiones sociales, relacionales y territoriales, evitando reducir la soledad a una única causa o a un único perfil. Factores como el envejecimiento, la transformación de las redes de apoyo, los cambios en los modos de vida o la propia configuración de los barrios interactúan entre sí, generando escenarios diversos que requieren respuestas igualmente diferenciadas.

Porque como hemos plasmado en las siguientes páginas, compartir un mismo espacio no garantiza la existencia de vínculos significativos, y es en esa distancia donde se sitúan gran parte de los retos a abordar.

El diagnóstico pone de manifiesto además, la existencia de un potencial relacional que no está plenamente activado.

La predisposición de la ciudadanía a relacionarse y la valoración positiva de entornos más conectados contrastan con la percepción de escasez de oportunidades reales para generar vínculos, lo que se traduce en una brecha entre disposición y condiciones, que señala un campo de acción claro para el desarrollo de las posteriores actividades previstas en el marco de VecinDIARIO.

Por ello planteamos esta investigación no sólo como un ejercicio de análisis, sino como una herramienta para la acción. Un punto de partida, que sirva para facilitar el diseño de estrategias que más allá de generar actividades, contribuyan a fortalecer las relaciones cotidianas, reducir las desigualdades en el acceso a la interacción y reforzar el papel del barrio como espacio de apoyo y cuidado mutuo.

Porque la cohesión social no es un elemento dado, sino un proceso que se construye día a día a través de las relaciones, el reconocimiento y la implicación en el entorno más cercano. Compartimos en ese sentido la visión de BizkaiSare con relación a la necesidad de avanzar hacia modelos de bienestar comunitario más preventivos, relacionales y conectados con el territorio.

Este diagnóstico se sitúa precisamente ahí, en entender el barrio y el vecindario como infraestructuras sociales de cuidado

Finalmente, no podemos pasar por alto que este trabajo es el resultado de un proceso colectivo, y por ello queremos agradecer primero a DFB su confianza a la hora de apostar por VecinDIARIO como proyecto y por otro a todas las personas, entidades y agentes comunitarios que han participado en su desarrollo, compartiendo su tiempo, sus experiencias y su conocimiento. Sus aportaciones han sido fundamentales para construir una mirada situada, diversa y conectada con la realidad de los barrios y del municipio de Getxo.

Este documento es reflejo de ese esfuerzo compartido y sobre todo de una voluntad común para avanzar hacia comunidades más conectadas y sobre todo menos solas, donde las relaciones no sean una excepción, sino una condición cotidiana para luchar contra la soledad no deseada.

Gracias por acompañarnos en este proceso y comenzamos con el análisis.

WWW.MOVIENDOTE.ORG

WWW.VECINDIARIO.COM



1.

ACERCANDONOS A GETXO: caracterización del municipio





1.1 Contexto sociodemográfico

Con el objetivo de contextualizar los resultados obtenidos y comprender mejor las dinámicas relacionales identificadas, como primer paso, vamos a exponer los principales parámetros que hemos utilizado a la hora de hacer una descripción de los barrios del municipio.

Y es que, como hipótesis de partida partimos de que el territorio no constituye un elemento neutro, sino que influye de manera significativa en las oportunidades de relación, en la configuración de redes y en la experiencia de pertenencia de las personas.

Por ello, el análisis de variables como el tamaño y evolución de la población, la distribución por sexo y grupos de edad, la relación con la actividad o la composición de los hogares va a facilitar identificar patrones estructurales directamente vinculados con la generación o prevención de aquellos vínculos sociales, claves en el análisis de la soledad no deseada.

Aspectos como el envejecimiento poblacional, la feminización de los hogares unipersonales, la inactividad o la presencia de población recién llegada son elementos que inciden de manera clara en el riesgo de aislamiento social.

Teniendo además en cuenta, que la soledad no deseada no es una experiencia homogénea, no puede entenderse al margen de las condiciones sociales en las que se produce, y por ello variables como la edad, el género, el origen, la situación socioeconómica o la diversidad funcional, condicionan tanto su aparición como su intensidad.

Getxo, al igual que otros municipios, no presenta una realidad social homogénea, sino que es el resultado de la convivencia de dinámicas diferenciadas en términos de estructura demográfica, tejido relacional y disponibilidad de recursos comunitarios.

Analizar estas especificidades nos va a permitir comprender cómo el entorno más próximo, el barrio, el vecindario, actúa como un factor clave en la generación de vínculos, el sentimiento de pertenencia y la detección temprana de situaciones de soledad.

El municipio de Getxo, está situado en la comarca de Uribe Kosta, en la zona central del Territorio Histórico de Bizkaia.

La población total del municipio a 1 de enero de 2025 es de 75015 personas.

Este dato avala que la representatividad demográfica de Getxo sobre la comarca del Gran Bilbao ha venido decreciendo desde la década 2001-2011, lo que es un indicador de su pérdida de peso relativo como núcleo residencial por la pérdida de población.

La distribución por sexo muestra una ligera feminización de la estructura poblacional, siendo el peso de las mujeres 6 puntos superior al de los hombres a nivel porcentual.

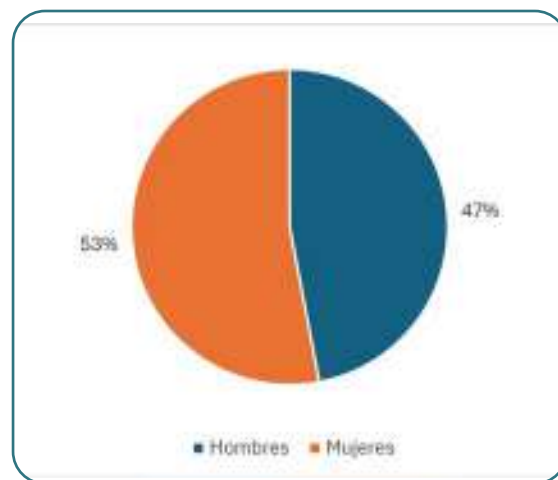


Gráfico 1: Distribución de la población de Getxo por sexo. 2025

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat



En relación con la variable edad, el mayor peso se sitúa en la franja de 20 a 64 años, aunque la población $\geq$ de 65 años supone en 29,2% lo cual muestra un claro envejecimiento del municipio frente a otros como Bilbao (25,4) o Leioa (22,5) Resaltar esta característica es importante ya que normalmente, el envejecimiento poblacional va acompañado de un aumento de hogares unipersonales, especialmente en personas mayores, viudas o separadas, así como de hogares donde la convivencia se reduce a una o dos personas con redes familiares dispersas territorialmente.

Este patrón puede de hecho, tener un efecto directo sobre la soledad no deseada, ya que, aunque vivir en soledad no equivale a sentirse solo o sola, sí incrementa las probabilidades de aislamiento relacional, especialmente cuando se combina con barreras de movilidad, deterioro de la salud, pérdida de amistades o debilitamiento del vecindario como red de apoyo.

Atendiendo al análisis de la presencia de población extranjera, los datos la sitúan en un 12,50% respecto al total.

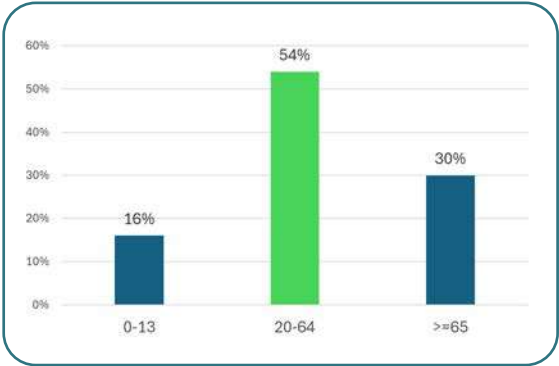


Gráfico 2: Distribución de la población de Getxo por edad. 2025
Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat

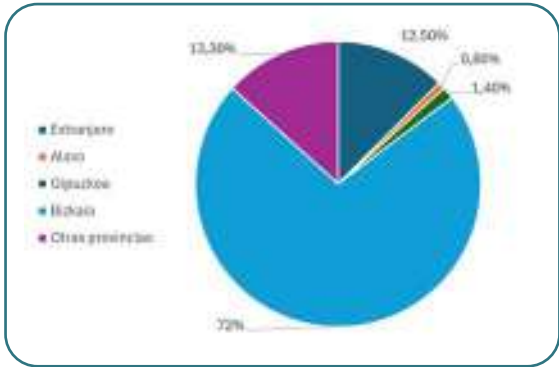


Gráfico 3: Población de origen extranjero en Getxo 2025
Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat

Diagnostico participativo sobre la Soledad No Deseada en Getxo

Apreciando diferencias introduciendo en el análisis la variable Barrio, que muestra una mayor presencia de población migrada en Algorta y Las Arenas frente a los datos de Andra Mari.

En relación con la variable nivel de instrucción, Getxo es un municipio caracterizado un elevado porcentaje de personas con estudios superiores, sobre todo si lo comparamos con la media de la CAV, cuya diferencia en términos porcentuales es de 17 puntos de acuerdo con los últimos datos disponibles (2020).

El análisis de algunos datos socioeconómicos nos permite afirmar que Getxo no es un municipio homogéneo a este respecto y, de hecho, en el mismo territorio, conviven áreas de alta renta y baja densidad, con otras de mayor densidad residencial y diversidad social, lo que genera formas distintas de relación, visibilidad, acceso a comunidad y por supuesto vivencia de la soledad.

Porque, estas diferencias no anulan, como a priori podría suponerse, la presencia de soledad en los contextos más acomodados, pero sí modifican tanto su expresión como su manera de entenderse, pudiendo ser una soledad más silenciosa, menos visible y más difícil de detectar en entornos en los que se presupone un bienestar que no suele relacionarse con la soledad no deseada.

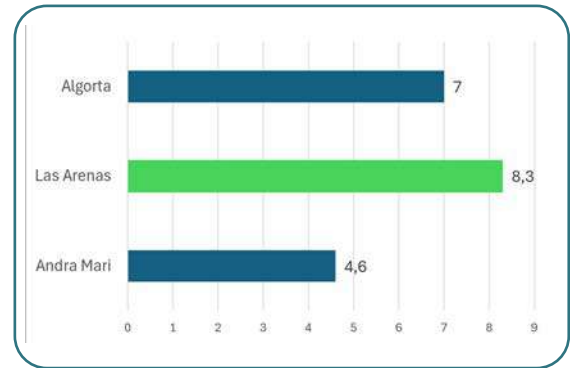


Gráfico 4: Población de origen extranjero en Getxo por Barrios 2025

Fuente: Elaboración propia a partir de datos de Ikuspegi

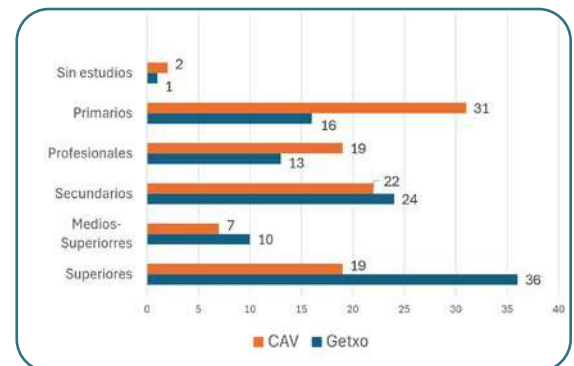


Gráfico 5: Distribución de la población de Getxo según nivel de instrucción

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat

1.2. Contexto Sociolaboral

En relación con la actividad, los últimos datos disponibles en el Eustat y recogidos en la encuesta sobre Población de la C.A. de Euskadi por barrios de los municipios de más de 10.000 habitantes, según la relación con la actividad, muestran que la población ocupada roza el 70% (69), no percibiéndose diferencias significativas por barrios a este nivel.

Tabla 1: Distribución de la población de Getxo según relación con la actividad

Población Ocupada	Población Parada	Población Inactiva
31891	2026	41389

Fuente: Eustat 2025

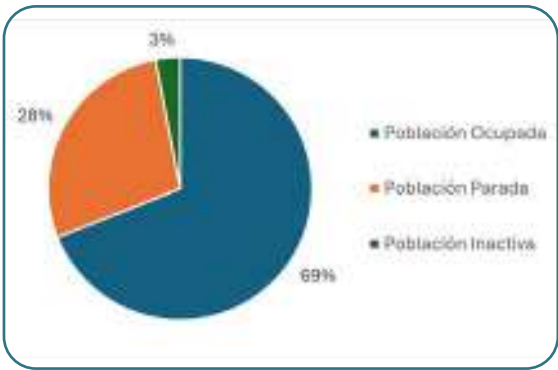


Gráfico 6: Distribución de la población de Getxo según relación con la actividad

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat

Tabla 2: Distribución de la población de Getxo según relación con la actividad

	Población Ocupada	Población Parada	Población Inactiva
Algorta	37569	15623	1808
Las Arenas	25456	9869	1181
AndraMari	13294	5520	626

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat

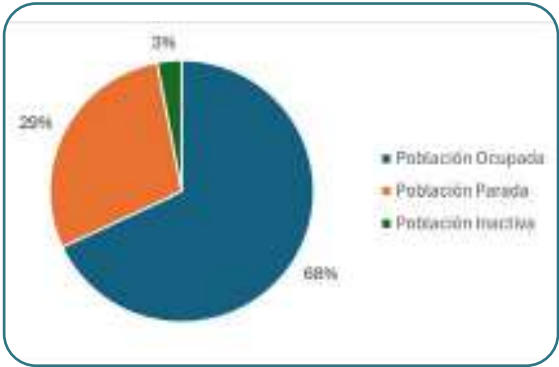


Gráfico 7: Distribución de la Población
por actividad en Algorta

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat

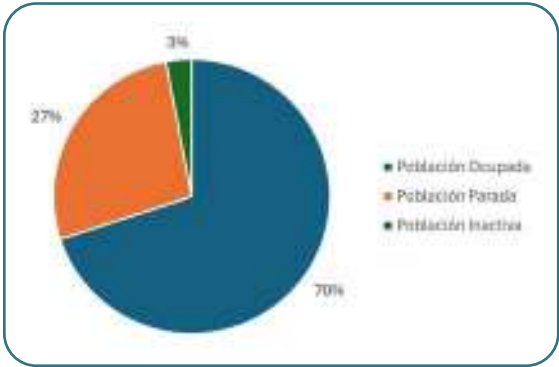


Gráfico 8: Distribución de la Población por
actividad en Las Arenas

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat

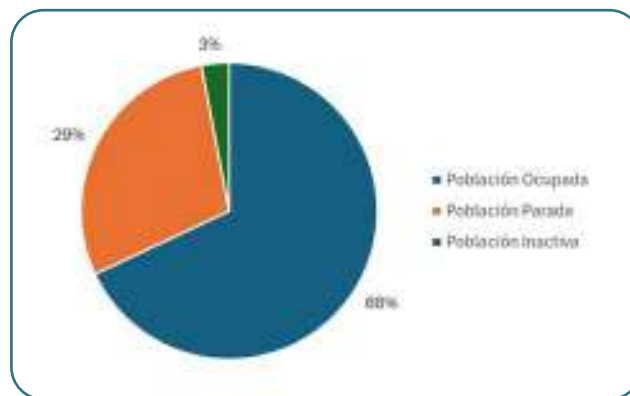


Gráfico 9: Distribución de la Población por actividad en Andramari

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat

Atendiendo al análisis del desempleo por barrios, los datos muestran como en todos ellos, son las mujeres las que obtienen mayores porcentajes. A nivel de barrio es Las Arenas donde son más elevados: Reseñamos este dato, ya que el desempleo no solo tiene un impacto económico, sino también relacional y comunitario, ambos aspectos clave al abordar la soledad no deseada.

La pérdida o ausencia de empleo puede reducir los espacios cotidianos de interacción social, debilitar las redes de apoyo y aumentar el riesgo de aislamiento, especialmente cuando se prolonga en el tiempo (como es el caso de las personas paradas de larga duración).

A ello se une, un factor emocional que puede ir asociado a sentimientos de desvinculación, pérdida de pertenencia o menor participación en la vida comunitaria.

Tabla 3: Distribución de la población de los barrios de Getxo por sexo, edad y peso porcentual del Paro de larga duración

	Mujeres	< 35	>54	% PLD
Algorta	55,2%	23,7%	34,1%	46,4%
Andra Mari	55,1%	24,3%	39,3%	46,8%
Las Arenas	57,2%	22,0%	40,2%	49,6%
Neguri	57,0%	21,5%	42,3%	46,3%
Total	56,0%	23,0%	37,4%	47,6%

Fuente: Lanbide demandantes de empleo por comarca y barrio 2025

1.3. Activos comunitarios

Otro aspecto clave, que nos va a ser de gran utilidad a la hora de definir el marco de relaciones que se dimensionan en torno a la soledad no deseada en el municipio, son los que conocemos como activos comunitarios.

Entre estos, se incluyen los espacios, servicios y recursos con los que cuenta el municipio y por tanto sus barros y que de hecho pueden ejercer una función como “nodos relacionales”.

Estamos hablando del tejido conformado por los comercios de proximidad, bares y cafeterías, asociaciones, centros cívicos y culturales, equipamientos deportivos y de salud, espacios públicos (plazas, paseos, parques) ... los cuales vamos a considerar no sólo como parte del tejido socioeconómico, sino como parte de la infraestructura social cotidiana.

Porque, estos recursos en si mismos, no generan vínculo, pero su densidad, diversidad y accesibilidad sí condicionan las oportunidades de encuentro e interacción.

No podemos perder de vista en este sentido, que la lectura de la realidad de un municipio o de un barrio desde la perspectiva del análisis de la soledad, no puede nutrirse únicamente del análisis de sus recursos. Un municipio o un barrio puede tener una alta dotación comercial o numerosos servicios y, aun así, generar soledad estructural si estos espacios son inaccesibles, la vida comunitaria se produce en ámbitos privados, o los códigos culturales excluyen a parte de la población.



Por ello, nuestra lectura combina indicadores objetivos (densidad, envejecimiento, comercio, servicios) con lecturas cualitativas y cuantitativas recogidas a través de las técnicas de investigación utilizadas, sobre cómo se habita y se experimenta el barrio y el vecindario.

Estos indicadores, van a resultar claves a la hora de comprender qué tipo de soledades emergen, probablemente menos vinculadas a la exclusión laboral estructural y más a transiciones vitales, precariedades invisibles, sobrecarga de cuidados o falta de tiempo para el sostenimiento de vínculos.

En este contexto, la soledad no deseada no se explica únicamente por la ausencia de recursos, sino por la organización del tiempo, la fragmentación de la vida cotidiana y la progresiva pérdida de espacios relacionales.

Comenzando con el análisis sobre el espacio público, éste resulta especialmente interesante, ya que además de una función urbanística o ambiental cumple un rol social y comunitario.

La calidad, accesibilidad y uso social de plazas, parques o paseos condicionan en gran medida las posibilidades de encuentro cotidiano, permanencia e interacción entre la población, actuando como escenarios de convivencia informal donde se generan contactos espontáneos, reconocimiento vecinal y dinámicas de apropiación comunitaria del entorno.

De acuerdo con datos recogidos en el PGOU de Getxo. los elementos más característicos que componen el sistema de espacios libres en el municipio son:

- El Muelle de Churruca y el paseo del Muelle de las Arenas.
- La franja verde de la Avda. Zugazarte y su continuación en los jardines de Arriluce.
- Las plazas de la Estación de Las Arenas y Parque de Gobelaurre en Romo.
- El Parque de María Cristina y su continuación en Usategi y el Parque San Joseren en Zugazarte.
- Parque de San Ignacio, franja verde de Comporte y Plaza de los Arenales en Neguri.
- La franja costera que partiendo de Aixerrota llega hasta el límite municipal de Sopela.
- El nuevo Parque de Santa María que apoyado en la vialidad del eje Martiturri Diliz recorre la nueva área residencial con dos salidas finales, una en Kortiñe y la otra en la playa de Gorrondatxe.
- El Parque Fluvial. Fundamentando la poca adecuación de los terrenos próximos al curso del Gobela en la zona delimitada por Fadura, Venancios y Zubilleta Industrial,
- La franja verde asociada al Corredor que partiendo del Parque Fluvial lo conecte con el humedal del Bolue.

Estamos hablando de un total de 125,89 Ha, el ratio resultaba 15,7 m²/habitante (que multiplicaba por 3 los mínimos legales).

Con relación al comercio, la diferencia en número de establecimientos de comercio minorista en miles entre 2013 vs 2020, es de casi 3 puntos reflejando este decremento progresivo del tejido comercial de proximidad, un factor de gran importancia a la hora de dibujar la vida cotidiana de los barrios,

Los registros municipales permiten contabilizar 2.743 establecimientos comerciales y de servicios. Los datos muestran un tejido diversificado, aunque con una clara presencia de actividades vinculadas a la vida cotidiana y por ello con potencial para al contacto frecuente entre personas.

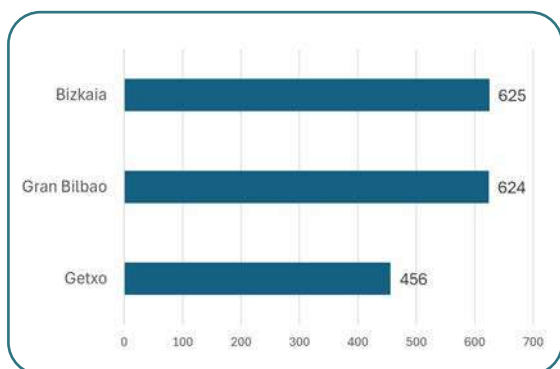


Gráfico 10: Establecimientos de hostelería y restauración por cada mil habitantes en Getxo

Fuente: Ayuntamiento de Getxo

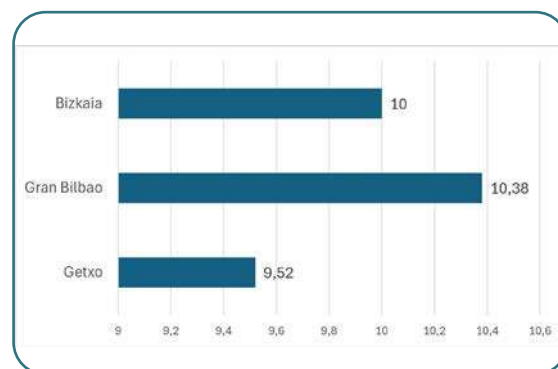


Gráfico 11: Densidad comercial minorista por cada mil habitantes en Getxo

Fuente: Ayuntamiento de Getxo

El sector con mayor presencia es el de Bares/Cafeterías, con un peso porcentual del 9,6 % (262 locales). Le siguen Peluquería y Belleza con un 8,4 % (230 establecimientos) y Servicios de salud con un 7,9 % (218 establecimientos).

También destaca la presencia de Academias (3,8 %), Deportes - Actividades deportivas (3,1 %) y Asociaciones (2,1 %), espacios que pueden actuar como nodos relacionales relevantes al favorecer dinámicas grupales, participación y sentimiento de pertenencia.

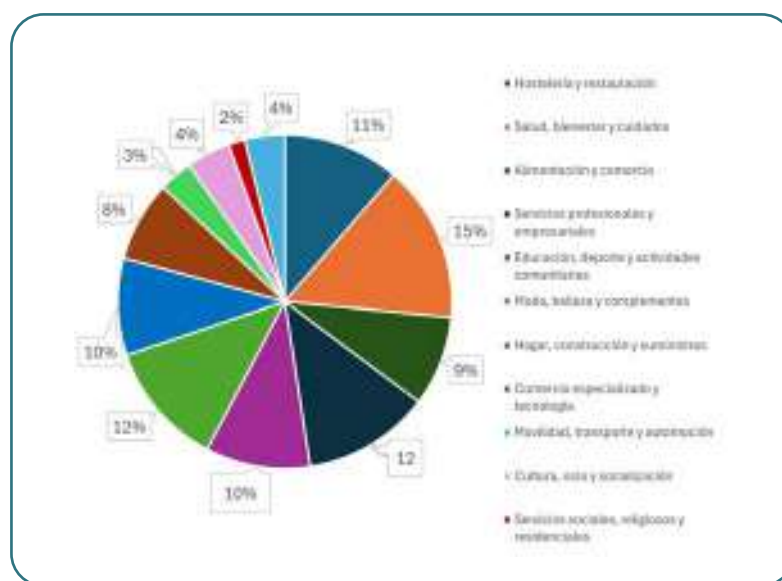
Tabla 4: Distribución de comercios en Getxo por sector de actividad

Categoría	N.º de establecimientos
Hostelería y restauración	310
Salud, bienestar y cuidados	417
Alimentación y comercio	239
Servicios profesionales y empresariales	339
Educación, deporte y actividades comunitarias	278
Moda, belleza y complementos	332
Hogar, construcción y suministros	257
Comercio especializado y tecnología	214
Movilidad, transporte y automoción	90
Cultura, ocio y socialización	117
Servicios sociales, religiosos y residenciales	44
Otros servicios	106
Total	2743

Fuente: Ayuntamiento de Getxo

Y es que, más allá de su función económica, el comercio de proximidad resulta clave para la vida comunitaria del municipio actuando, en muchos casos, como un soporte informal de interacción, reconocimiento y presencia cotidiana en el barrio.

Analizar cómo se distribuyen los espacios de encuentro, las oportunidades de interacción y los recursos de proximidad resulta clave para comprender hasta qué punto el barrio puede actuar como un elemento protector frente al aislamiento y la soledad no deseada. De ahí que en línea con el análisis continuemos con los datos relativos a personas que viven solas y calidad de las relaciones.



**Gráfico 12: Distribución de comercios en Getxo
por sector de actividad**

Fuente: Ayuntamiento de Getxo. 2025

2.

Personas solas y relación con la soledad





La población que vive sola en Getxo según los últimos datos disponibles en el Eustat es de 8778 personas. De ellas un 64% son mujeres.



Gráfico 13: Distribución porcentual de personas que viven solas en Getxo por sexo. 2025

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat

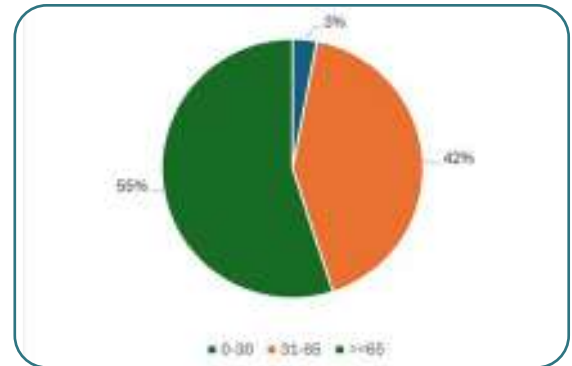


Gráfico 14: Distribución porcentual de personas que viven solas en Getxo por edad. 2025.

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat

Concentrándose el mayor porcentaje entre las personas mayores de 65 años, que si analizamos los tramos de edad agrupa más de la mitad del colectivo.

De hecho, la evolución de viviendas unipersonales en el municipio ha seguido una línea ascendente desde 2015.

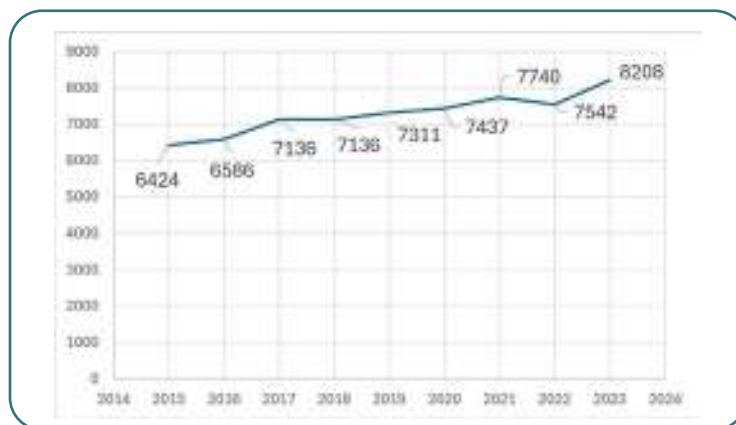


Gráfico 15: Evolución de viviendas unipersonales en Getxo. 2015_2023

Fuente: Elaboración propia a partir de datos del Eustat

La progresiva consolidación de este modelo residencial evidencia transformaciones demográficas, sociales y familiares que modifican las formas de convivencia y las dinámicas de relación cotidiana.

Aunque vivir solo no implica necesariamente experimentar soledad no deseada, el aumento de hogares unipersonales refuerza la importancia de analizar cómo influyen el entorno comunitario, las redes vecinales y los espacios de interacción cotidiana en el bienestar relacional de la población. Y para ello vamos a analizar cómo es la calidad y cantidad de esas relaciones. Los datos sólo se han disponibles para la zona de Gran Bilbao que es la que vamos a tomar como referencia para el análisis.

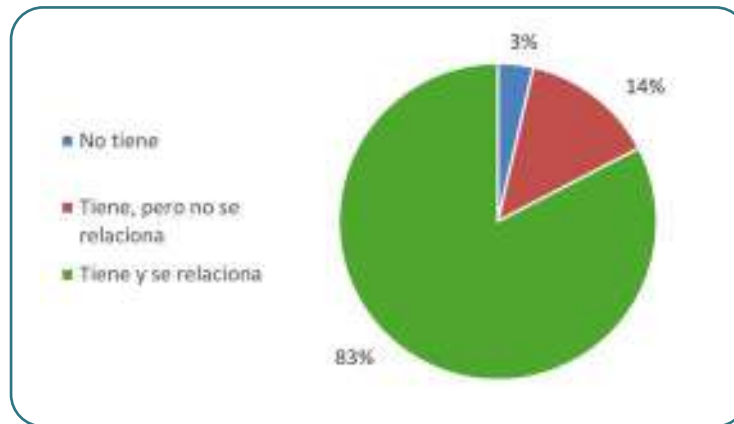


Gráfico 16: Familias de la C.A. de Euskadi por relación con vecinos, territorio histórico y relación con actividad de persona de referencia (miles). 1989 - 2024

Fuente: Eustat. Encuesta de condiciones de vida 2024

El hecho de que un 83 % de las familias afirme tener relación con sus vecinos, indica que el vecindario continúa siendo un espacio significativo de interacción social y proximidad. Este dato refuerza la idea de que, pese a los cambios en las formas de convivencia y el aumento de dinámicas más individualizadas, las relaciones vecinales siguen ocupando un lugar importante en la vida cotidiana.

**¿Y que nos muestran los datos relativos
a la frecuencia de estas relaciones?**

Frecuencia de las relaciones con vecinos en el Gran Bilbao

Intensas	271
Frecuentes	23,5
Esporádicas	1,9
Ninguna	66,9

Fuente: Eustat. Encuesta de condiciones de vida 2024

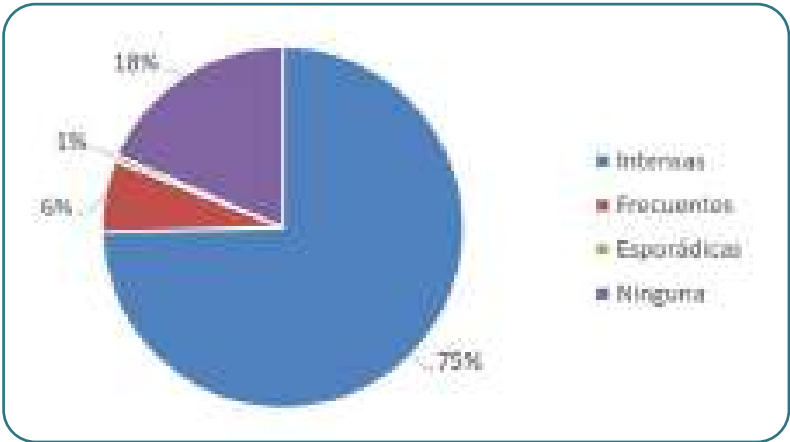


Gráfico 17: Frecuencia de las relaciones con vecinos en el Gran Bilbao

Fuente: Eustat. Encuesta de condiciones de vida 2024

Mientras que el 75 % de la población declara mantener relaciones intensas con el vecindario, consolidando de ese modo redes de proximidad con capacidad de generar apoyo cotidiano, reconocimiento mutuo y cohesión comunitaria, existe un 18 % que afirma no mantener ninguna relación vecinal.

Esta diferencia resulta especialmente significativa porque evidencia que la experiencia comunitaria dentro de un mismo territorio no es homogénea y que el acceso a vínculos cotidianos depende de múltiples factores sociales, residenciales y personales.

Los datos nos llevan a interpretar, que el vecindario continúa funcionando como un espacio relacional clave para una parte importante de la población, pero también que existen sectores sociales que quedan parcial o totalmente al margen de estas dinámicas comunitarias.

Precisamente ahí emerge uno de los principales retos desde la perspectiva de la prevención de la soledad no deseada, no únicamente fortalecer las redes ya existentes, sino generar condiciones que permitan incorporar a quienes permanecen fuera de ellas.

Y profundizando un poco más en el análisis:

¿qué tipo de relaciones son las que principalmente se entablan?

Tabla 5: Distribución en miles de la tipología de relaciones en el Gran Bilbao

Hablar en la escalera

Todos los días	248,3
Alguna vez a la semana	111,2
Alguna vez al mes	30,2
Alguna vez al año	3,1
Casi nunca	4,2

Fuente: Eustat. Encuesta de condiciones de vida 2024

Visitas a/de vecino

Todos los días	8,4
Alguna vez a la semana	19,0
Alguna vez al mes	23,1
Alguna vez al año	20,4
Casi nunca	326,1

Fuente: Eustat. Encuesta de condiciones de vida 2024

Reuniones y comidas

Todos los días	3,6
Alguna vez a la semana	7,3
Alguna vez al mes	13,1
Alguna vez al año	16,8
Casi nunca	356,2

Fuente: Eustat. Encuesta de condiciones de vida 2024

Prestarse ayuda

Todos los días	49,3
Alguna vez a la semana	52,8
Alguna vez al mes	74,5
Alguna vez al año	92,1
Casi nunca	128,3

Fuente: Eustat. Encuesta de condiciones de vida 2024

Los datos reflejan una transformación de las formas tradicionales de relación vecinal. Las interacciones cotidianas y el reconocimiento mutuo siguen presentes, pero predominan modelos de sociabilidad más ligeros, menos invasivos y con menor grado de intimidad.

Desde la perspectiva de la prevención de la soledad no deseada, esta cuestión es especialmente relevante, ya que evidencia que el vecindario sigue siendo un espacio con potencial relacional, aunque cada vez más apoyado en vínculos débiles y contactos informales que necesitan ser reforzados mediante dinámicas comunitarias capaces de generar mayor confianza, participación y conexión social.

Tabla 6: Relaciones de la C.A. de Euskadi (miles) por tipo de relación, frecuencia, zona y periodo

Con la familia próxima

Intensa	320,5
Frecuente	15,3
Esporádica	2,5
Ninguna	25,1

Fuente: Eustat. Encuesta de condiciones de vida 2024

Con otros familiares

Intensa	107,9
Frecuente	107
Esporádica	53,4
Ninguna	95,1

Fuente: Eustat. Encuesta de condiciones de vida 2024

Con amigos

Intensa	287,1
Frecuente	36,5
Esporádica	4,9
Ninguna	34,9

Fuente: Eustat. Encuesta de condiciones de vida 2024

Con Vecinos

Intensa	320,5
Frecuente	15,3
Esporádica	2,5
Ninguna	25,1

Fuente: Eustat. Encuesta de condiciones de vida 2024

En el contexto del diagnóstico, los datos sobre relaciones vecinales hacen que nos detengamos en el análisis del dato.

Aunque presentan una intensidad ligeramente inferior a la observada en las relaciones familiares o de amistad, mantienen niveles elevados de vínculo intenso y muestran una presencia relacional considerablemente sólida. El hecho de que las relaciones vecinales intensas alcancen cifras cercanas a las de amistad refleja que el barrio continúa funcionando como un espacio relevante de interacción cotidiana y proximidad social.



Sin embargo, también aparece una fractura significativa representada por las más de sesenta y seis mil familias que afirman no mantener ninguna relación con sus vecinos. Esta coexistencia entre vínculos vecinales muy consolidados y situaciones de desvinculación completa evidencia una creciente desigualdad relacional dentro de la propia comunidad.

Precisamente ahí emerge uno de los elementos más relevantes para el diagnóstico, la capacidad protectora del vecindario no se distribuye de manera homogénea y depende en gran medida, de las oportunidades reales de integración comunitaria y acceso a redes cotidianas de relación.

En este sentido, el barrio adquiere un papel central como espacio donde se construyen las redes cotidianas de convivencia.

Pasamos por ello a analizar las particularidades de los distintos barrios de Getxo de cara a comprender mejor cómo influyen factores como la estructura urbana, el tejido comercial, los espacios de encuentro, la composición sociodemográfica o la vida comunitaria en la generación de vínculos y en la prevención de la soledad no deseada.

Diagnostico participativo sobre la
Soledad No Deseada en Getxo



3.

GETXO y SUS BARRIOS





Aproximarnos a la realidad el papel del barrio y del vecindario en el proceso de prevención de la Soledad No Deseada, nos exige hacer una caracterización de los principales rasgos que definen los barrios en nuestro municipio.

Administrativamente, **Getxo** está compuesto por cinco barrios:

- Algorta

- Andra Mari / Santa María de Getxo

- Las Arenas

- Romo

- Neguri



Sin embargo, a efectos estadísticos, los datos de población por barrio se presentan agregando Romo dentro de Las Arenas, y tratando Andra Mari como Santa María de Getxo.

Siendo el peso poblacional de cada uno de ellos el siguiente:



Gráfico 18: Distribución de la población de Getxo según barrios

Fuente: Eustat. Censo de población y viviendas.

Estructura de la población. Diciembre 2025

Tabla 7: Distribución de la población de los barrios de Getxo según población, edad, porcentaje de extranjeros y sexo

	Población total	% ≥65	% Extranjeros	% Mujeres
Algorta	33.553	27,7 %	8,4 %	53,2 %
Las Arenas + Romo	24.803	31,6 %	9,4 %	54,0 %
Andra Mari	9.525	31,6 %	4,3 %	52,2 %
Neguri	7.134	24,6 %	6,5 %	53,0 %

Fuente: Eustat. Censo de población y viviendas. Estructura de la población. Diciembre 2025

Son las características sociodemográficas por barrio, las que nos van a ayudar a comprender cómo se configuran las condiciones que favorecen o en su caso dificultan la conexión social. Esta aproximación, nos va a permitir no solo interpretar mejor el fenómeno, sino también orientar futuras líneas de actuación

Y es que, como hemos venido viendo hasta ahora, la soledad no se experimenta de la misma manera en todos los contextos, y son factores como el diseño del entorno urbano, la accesibilidad, la existencia de espacios de encuentro y la vida comunitaria los que influyen de forma decisiva en las oportunidades reales de relación.

El territorio no es solo un escenario pasivo, sino un agente activo en la producción o mitigación de la soledad.

Desde esta perspectiva, el vecindario se entiende como una infraestructura relacional, que surge de un entramado de relaciones de proximidad que, cuando funcionan facilitan el acceso a apoyo emocional, información, ayuda práctica y sentido de pertenencia. Sin embargo, cuando se debilitan pueden incrementar el riesgo de aislamiento, invisibilidad y soledad no deseada.

Por ello, el vecindario es, para muchas personas, el primer y más inmediato espacio de socialización fuera del ámbito familiar. En él se aprenden de manera informal, formas de relación, normas de convivencia, códigos de reconocimiento y expectativas de reciprocidad. Estas dinámicas a pesar de no estar regladas operan de manera constante en la vida cotidiana.

Podemos afirmar por ello, que el vecindario, como microsistema, ocupa un lugar central en el que se entrecruzan trayectorias vitales diversas y donde se producen encuentros breves pero reiterados que son los que de hecho adquieren un significado eminentemente relacional.

3.1. Algorta

Algorta es el barrio más poblado y heterogéneo del municipio.

En él conviven zonas históricas, áreas residenciales desarrolladas en distintas etapas y espacios con características sociales diferenciadas. Ello se traduce en que dentro de un mismo barrio coexisten realidades muy distintas, que van desde zonas con población más envejecida y viviendas antiguas, hasta otras con mayor presencia de familias y dinámicas más recientes.

Tiene una población de 33.553 personas lo que supone el 45% del total del municipio. De este porcentaje, un 53% son mujeres.



33.553 personas



45 % de la población de Getxo



53% son mujeres



27,7% de personas mayores de 65



% de Población Extranjera en el Barrio: 8,4%



Total de viviendas en Algorta es de 15.859



45,7% del total del municipio



Antigüedad media del barrio se cifra en 47,2 años



Nº habitantes por vivienda es de 2,4



1.162 establecimientos /actividades comerciales



48% del total del municipio

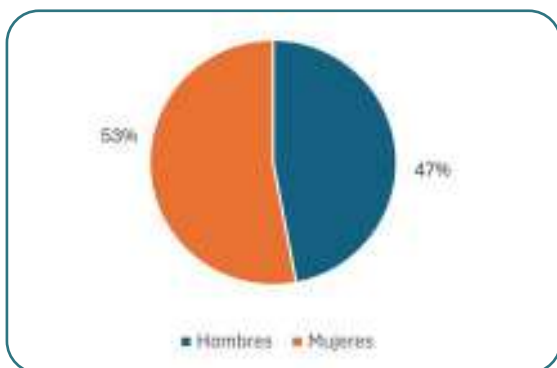


Gráfico 19: Población de Algorta por sexo

Fuente: Eustat

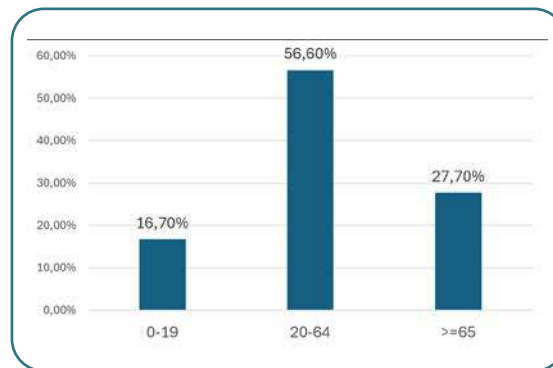


Gráfico 20: Población de Algorta por edad

Fuente: Eustat

% de Población Extranjera en el Barrio: 8,4%

El total de viviendas en Algorta es de 15.859, lo que supone el 45,7% del total del municipio. La antigüedad media del complejo residencial del barrio se cifra en 47,2 años y el número medio de habitantes por vivienda es de 2,4.

Algorta cuenta con centros educativos, instalaciones deportivas, espacios culturales, asociaciones, comercio de proximidad y nodos relevantes de transporte público. Esta dotación refuerza su papel como punto de referencia no solo para la población residente, sino también para personas de otros barrios de Getxo.

De acuerdo con los datos, estamos ante una estructura demográfica que:

- Concentra el 45 % de la población de Getxo
- Con un porcentaje de envejecimiento elevado, pero dentro de la “media municipal” (27,7% de personas mayores de 65)
- Presencia moderada de población de origen migrante (8,4%) que supera en 4 décimas la media del municipio.
- Concentra 1.162 establecimientos/actividades comerciales, lo que en términos porcentuales supone el 48% del total del municipio.

Tabla 8. Tipo de Comercio en Algorta en porcentaje y números absolutos, 2025

Tipo de Comercio	Nº de establecimientos /actividades	% sobre el total de Algorta
Comercio minorista (moda/belleza/hogar)	316	27,20%
Hostelería (bares/c	182	15,70%
Alimentación y compra diaria	132	11,40%
Salud y cuidados	123	10,60%
Servicios profesionales y financieros	118	10,20%
Deporte y ocio	84	7,20%
Educación y aprendizaje	58	5,00%
Servicios públicos y comunitarios	22	1,90%
Movilidad y logística	24	2,10%
Otros (categorías	103	8,90%
Total Algorta	1.162	100%

Fuente: Eustat. Censo de población y viviendas. Estructura de la población. Diciembre 2025

Esta combinación de factores define Algorta como un barrio con una “infraestructura cotidiana” potente para sostener rutinas de salida, micro-encuentros y acceso a bienes/servicios; es decir, con capacidad para operar como red relacional para la ciudadanía del municipio.

3.2. Las Arenas – Romo

Las Arenas_Romo, es el barrio más urbano y con mayor densidad poblacional de Getxo. Tiene una población de 24.803 personas, lo que representa el 33% del municipio y una distribución por edades similar en estructura al resto de barrios así como el mayor peso en lo que a presencia de población migrada se refiere.

Con mayor porcentaje de mujeres que de hombres (54%), concentra una población más envejecida, mayor diversidad social y la mayor presencia de población extranjera del municipio.

Incluye tanto zonas de renta media-alta (Las Arenas centro) como áreas con mayor tradición obrera y densidad habitacional (Romo).



24.803 personas



33% de la población de Getxo



54% son mujeres



32% de personas mayores de 65



% de Población Extranjera en el Barrio: 9,5%



Total de viviendas en Las Arenas es de 11.541



34,56% del total del municipio



Antigüedad media del barrio se cifra en 52,2 años



Nº habitantes por vivienda es de 2,5



1.010 establecimientos /actividades comerciales



41,72% del total del municipio

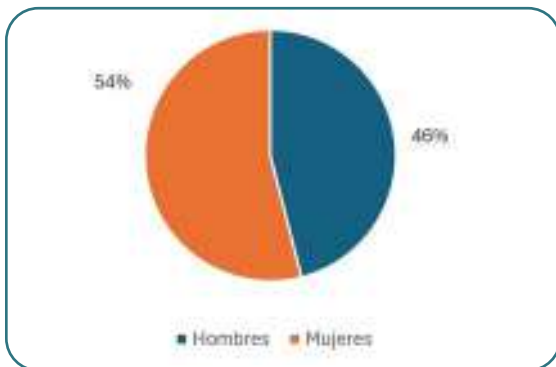


Gráfico 21: Población de Las Arenas por sexo

Fuente: Eustat

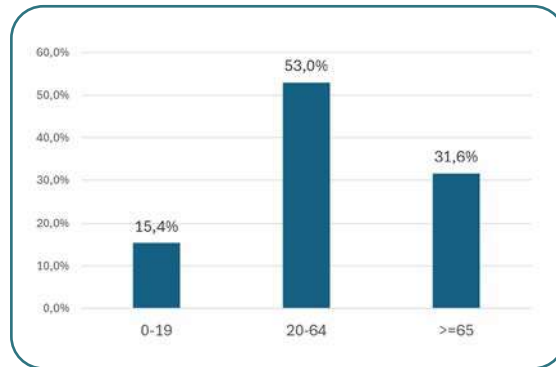


Gráfico 22: Población de Las Arenas por edad

Fuente: Eustat

% de Población Extranjera en el Barrio: 9,5%

El total de viviendas en Las Arenas es de 11.541, con una antigüedad media de 45,2 años y un número medio de residentes de 2,5.

Estructura demográfica

- Peso demográfico que supone el 33 % del total de Getxo
- Porcentaje de mayores de 65 de casi el 32%
- Clara feminización que alcanza el 54%
- Peso de la población migrante más alta del municipio con un 9,5

Concentra el 42% del comercio del municipio, lo que en números absolutos se traduce en 1.010 sobre un total municipal de 2.407.

Este dato puede resultar clave para entender una infraestructura cotidiana capaz de sostener rutinas de paso (compra, café, trámites, salud), que en términos de soledad funciona como potencial “red de alta intensidad”: espacios donde “se sale”, “se ve gente” y se puede activar contacto informal. Respecto a la hipología de comercio predominante seria la siguiente:

Tabla 9. Tipo de Comercio en Las Arenas en porcentaje y números absolutos, 2025

Tipo de Comercio	Nº de establecimientos	% sobre el total del barrio
Comercio minorista (moda/belleza/hogar)	292	28,90%
Hostelería (bares/cafeeterías + restaurantes, pizzerías)	162	16,00%
Alimentación y compra diaria	124	12,30%
Salud y cuidados	78	7,70%
Servicios profesionales y financieros	81	8,00%
Educación y aprendizaje	38	3,80%
Deporte y ocio	24	2,40%
Servicios públicos y comunitarios	13	1,30%
Movilidad y logística	7	0,70%
Otros (categorías diversas no agrupadas arriba)	191	18,90%
Total	1010	100%

Los datos relativos al peso del tejido comercial y de servicios, muestran un barrio con una alta capacidad para favorecer la interacción cotidiana, ya que la combinación de pequeño comercio, hostelería y servicios genera oportunidades para establecer un mayor contacto con el entorno.

Ello también puede tener otra lectura, que sea la de una sociabilidad basada en el consumo, que puede resultar excluyente para ciertos colectivos. Aunque la presencia de comercio y hostelería puede favorecer el encuentro, en ausencia de dinámicas comunitarias que lo acompañen, las relaciones pueden convertirse en más superficiales y con menor capacidad para la generación de vínculos significativos.

A pesar de estar estadísticamente integrado en Las Arenas, la especificidad sociológica de Romo nos lleva a analizarlo específicamente.

Y es que Romo, es un barrio con identidad urbana y social propia dentro de Getxo, con una trayectoria histórica y configuración territorial diferenciadas de Las Arenas.

Su alta densidad poblacional y su tradición como barrio obrero y popular lo convierten en una de las unidades de vida cotidiana más reconocibles del municipio. Romo es percibido habitualmente como un barrio densamente habitado donde el uso del espacio público y la cercanía entre viviendas determinan formas específicas de convivencia.

Estamos ante un barrio de proximidad, donde los desplazamientos cotidianos se realizan mayoritariamente a pie y donde el espacio público ejerce un papel central en la vida cotidiana del barrio.

En este sentido, los principales rasgos de su estructura demográfica se definen por:

- Tradición obrera, vivienda de los años 50–70, densidad elevada y menor renta media que otros barrios de Getxo.
- Población más joven que la media de Las Arenas.
- Mayor presencia de familias de origen inmigrante en comparación con otros barrios del municipio.
- Zonas con diversidad socioeconómica y cultural más marcada.

Es por ello, que tal y como iremos analizando en los siguientes apartados, su relación con la soledad no deseada presenta peculiaridades específicas que identificaremos en el análisis del trabajo de campo.

3.3. Andra Mari (Santa María de Getxo)

Con una población de 9525 personas, el peso del barrio de Andramari en el municipio supone el 13% sobre el total, siendo el 52% mujeres y el 48% hombres.

Esta ligera feminización se corresponde con un patrón demográficos de mayor longevidad femenina, así como con la posibilidad de identificar un tipo de soledad más vinculadas a viudedad y cuidados en edades avanzadas, especialmente en un barrio como este, con un envejecimiento elevado.

El análisis de la variable edad, muestra que el peso de la población mayor de 65 años es el mismo que en Las Arenas (31,6%).



9.525 personas



13% de la población de Getxo



52% son mujeres



31,6% de personas
mayores de 65



% de Población Extranjera
en el Barrio: 4,5%



Total de viviendas
en Algorta es de 4.150



12,43% del total del municipio



Antigüedad media del barrio
se cifra en 38,6 años



Nº habitantes
por vivienda es de 2,6



235 establecimientos
/actividades comerciales



9,7% del total del municipio

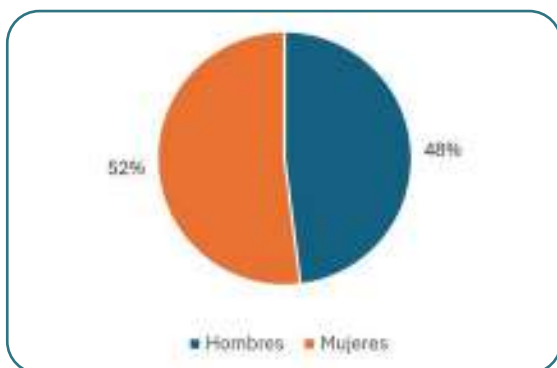


Gráfico 23: Población de Las Arenas por sexo

Fuente: Eustat

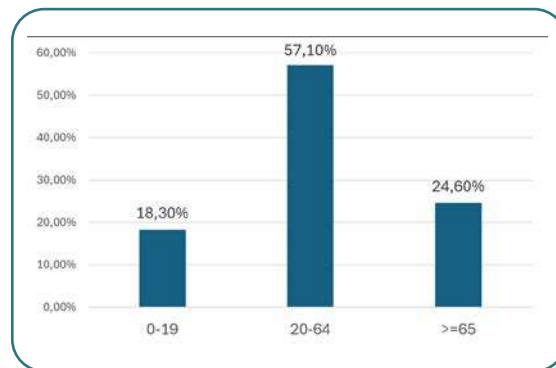


Gráfico 24: Población de Las Arenas por edad

Fuente: Eustat

% de Población Extranjera en el Barrio: 4,5%

Sin embargo, en relación con el peso porcentual de la población migrada, éste es menor, lo que apunta a un barrio con menor heterogeneidad migratoria que otras áreas del municipio.

Con un numero de 4150 viviendas que superan en una décima (2,6) la media de habitantes del municipio estamos ante una zona de baja densidad poblacional, carácter semirrural-residencial, chalés y viviendas unifamiliares.

Estructura demográfica:

- Peso demográfico: 13 %
- Envejecimiento alto (31,6 % mayores de 65)
- Extranjería: la más baja de todo Getxo (4,5 %)
- Alta presencia de parejas mayores y hogares unifamiliares.

La dispersión espacial implica mayor dependencia del transporte tanto público como privado y por ello posibilidad de mayor riesgo de aislamiento para colectivos como el de personas mayores. (9,7% de presencia del comercio municipal está en Andramari).

Tabla 10. Tipo de Comercio en AndraMari en porcentaje
y números absolutos, 2025

Tipo de Comercio	Nº de establecimientos	% sobre el total del barrio
Deporte y ocio	41	17,40%
Comercio minorista (moda/belleza/hogar)	32	13,60%
Otros	30	12,80%
Salud y cuidados	25	10,60%
Hostelería	23	9,80%
Alimentación y compra diaria	23	9,80%
Educación y aprendizaje	22	9,40%
Servicios profesionales y financieros	19	8,10%
Movilidad y logística	18	7,70%
Servicios públicos y comunitarios	2	0,90%
Total Andra Mari	235	100%

Fuente: Eustat. Censo de población y viviendas. Estructura de la población. Diciembre 2025

3.4. Neguri

Neguri, es uno de los barrios más singulares de Getxo, tanto por su origen histórico como por su configuración urbana.

Tradicionalmente asociado a un desarrollo residencial de baja densidad, Neguri ha desempeñado un papel diferenciado en la estructura social y territorial del municipio. Desde el punto de vista urbano, se caracteriza por el predominio de viviendas unifamiliares, chalés y edificios de menor densidad en comparación con otros barrios de Getxo

Con una población de 7134 personas, sigue la tendencia del resto de barrios analizados, superando las mujeres a los hombres en 418 personas.



7.134 personas



9% de la población de Getxo



52.9% son mujeres



24% de personas mayores de 65



% de Población Extranjera en el Barrio: 6,5%



Total de viviendas en Algorta es de 3.120



Antigüedad media del barrio se cifra en 45,2 años



Nº habitantes por vivienda es de 2,8

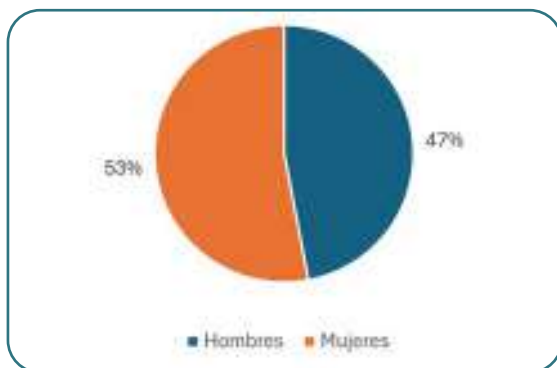


Gráfico 25: Población de Las Arenas por sexo

Fuente: Eustat

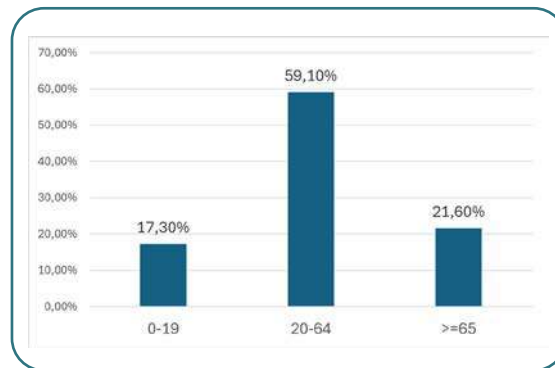


Gráfico 26: Población de Las Arenas por edad

Fuente: Eustat

% de Población Extranjera en el Barrio: 6,5%

El número de viviendas es de 3120 con el número medio de residentes más alto del municipio (2,8) y la antigüedad media más baja, un 45,2.

Estructura demográfica

- Peso demográfico respecto al conjunto del municipio del 9%
- Envejecimiento más bajo de los 4 barrios (24 %)
- El peso de personas migradas relativamente moderado respecto al resto (6,5%)

Presenta una vida urbana más bien dispersa, con menor concentración de comercio de proximidad y equipamientos en relación con Algorta o Las Arenas.

Por ello, la organización de la vida cotidiana se articula en mayor medida en torno al ámbito residencial y a los desplazamientos bien hacia Bilbao o hacia otros barrios del municipio para acceder a servicios, actividades culturales o espacios de encuentro.

El análisis realizado nos muestra como cada barrio implica, al menos a priori:

- diferentes formas de relación vecinal
- distintas oportunidades de encuentro
- niveles de densidad muy variados

Es por ello por lo que, tras esta primera caracterización, pasamos a adentrarnos en los resultados del trabajo de campo realizado.

4.

Resultados del Trabajo de Campo





4.1 Aproximación metodológica

Acercarnos a la realidad de la soledad no deseada en Getxo, nos ha exigido desarrollar un planteamiento metodológico riguroso, que en este caso ha sido el resultado de la combinación de técnicas cuantitativas (encuesta), cualitativas (entrevista en profundidad) y mixtas (entrevista semiestructurada), con el objetivo de captar la complejidad del fenómeno desde una perspectiva integral.

Lejos de entender la soledad no deseada exclusivamente como una vivencia individual, nuestro análisis adopta una perspectiva multidimensional en la que se interrelacionan diferentes aspectos como el entorno social, el urbano y el comunitario. De acuerdo con esta óptica, la soledad no deseada es un fenómeno que emerge de la interacción entre factores personales, sociales, características del barrio y oportunidades de participación en la vida comunitaria

La entrevista en profundidad nos ha permitido captar significados y matices que difícilmente emergen a través de técnicas más estructuradas. Su carácter abierto ha favorecido la generación de relatos ricos en contenido, aportando claves interpretativas sobre cómo se experimenta y se construye la soledad no deseada en distintos contextos.

Las entrevistas semiestructuradas han ofrecido un equilibrio entre flexibilidad y sistematicidad, posibilitando la comparación entre los discursos de los perfiles participantes. Esta técnica ha resultado especialmente útil para identificar percepciones compartidas, así como para recoger información relevante sobre dinámicas comunitarias, recursos existentes y posibles líneas de intervención.

La encuesta ha sido la herramienta que hemos utilizado para ampliar el alcance del estudio, proporcionando datos cuantificables que contribuyen a dimensionar la magnitud del fenómeno y a detectar tendencias generales. Su aplicación ha facilitado la obtención de información homogénea sobre un número mayor de personas, reforzando la capacidad de generalización de los resultados.

Ficha Técnica:

Fechas de realización: 01 de febrero_30 de marzo de 2026

Lugar: Municipio de Getxo

Entrevistas en Profundidad: 17

Perfiles de las personas entrevistadas; Representantes de asociaciones de Getxo que ejercen intervención directa con diferentes colectivos del municipio y trabajan de manera transversal la soledad no deseada.

La participación de estos perfiles ha resultado clave, ya que no se conciben como meros informantes, sino como agentes de conocimiento que interpretan, median y acompañan las dinámicas relacionales del municipio.

Su selección no se ha realizado por ello con un criterio de representatividad estadística, sino su peso en el tejido comunitario.

- Argia Fundazioa
- Cruz Roja
- Gizatiar
- EurGetxo
- Pertsonalde
- San Nicolás Zabalik
- Sortarazi
- Ibar Nagusia
/Nagusien Etxea Romo
- Aizibizia
- Getxo Zurekin
- Sarekide
- Egizu Getxo Euskaldun
- Haszten
- Zabalketa (SolidaridUP)
- Caritas
- Eskubeltz
- Ukatu

Entrevistas semiestructuradas: 19

Combinación de preguntas abiertas y cerradas

Perfiles: Vecinos de diferentes barrios de Getxo en las que se ha tomado como referencia las variables barrio y colectivo, con el objetivo de profundizar en la dimensión territorial e interseccional del diagnóstico.

Encuesta: 137

Población: Vecinos de diferentes barrios de Getxo

Esta combinación de técnicas nos ha garantizado una cobertura territorial completa, entendida no como equilibrio numérico perfecto, sino como presencia significativa de todos los barrios en el proceso de recogida de información.

4.2. Análisis cuantitativo

Fecha de realización de la encuesta: febrero_marzo 2026

Número de encuestas realizadas: 137

Número de ítems: 20

Tipología de preguntas: Cerradas

¿Cómo se percibe y experimenta la soledad no deseada entre la ciudadanía del municipio?

Dar respuesta a esta pregunta nos ha llevado a articular el análisis en torno a las siguientes dimensiones:

- Calidad y densidad de las relaciones
- Uso y significado de los espacios públicos en el barrio
- Sentimiento de pertenencia al vecindario
- Percepción de apoyo vecinal y oportunidades de interacción cotidiana.

Cada una de las mismas, nos ha aportado información sobre cómo los vecinos y vecinas de Getxo viven su entorno y construyen sus posibilidades de conexión social, hallándose la relevancia de este enfoque en ir más allá de indicadores cuantitativos aislados e incorporando la experiencia subjetiva de las personas sobre su relación con el contexto inmediato, que en este caso situamos en el vecindario.

el barrio y el vecindario dejan de ser un marco físico para convertirse en un elemento activo en la producción o mitigación de la soledad no deseada.

La lectura de los datos nos va a permitir identificar patrones y posibles factores explicativos que ayuden a comprender cómo se experimenta la **soledad no deseada** en el municipio, así como el papel que desempeñan el barrio y el vecindario en estas vivencias.

Comenzamos con la **Caracterización sociodemográfica** de las personas participantes en la encuesta:

El 68% de las personas que han respondido a la encuesta son mujeres

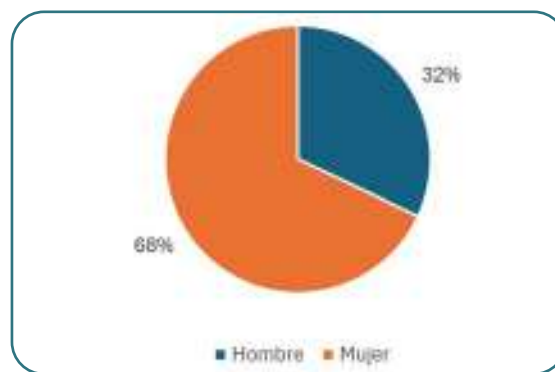


Gráfico 27: Distribución de la población encuestada

En relación con la variable **edad**, la proporcionalidad de los grupos encuestados se estructura de acuerdo con los siguientes porcentajes:

Siendo esta la distribución de personas encuestadas de acuerdo con el **estado civil**.

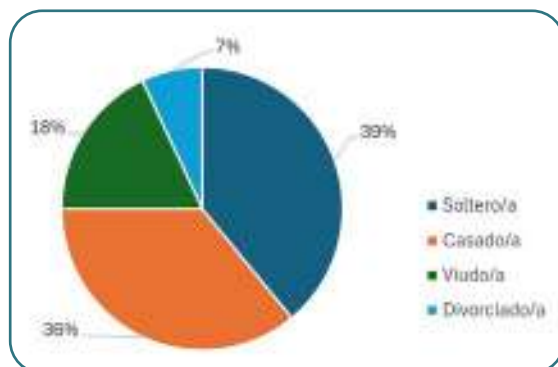


Gráfico 29: Distribución de la población encuestada según estado civil

En relación con el **origen**, el 21% de las personas que han respondido a la encuesta son de origen extranjero, mientras que el 79% declara haber nacido en este país.

El **tiempo de residencia en el municipio**, clave a la hora de tener en cuenta aspectos como el arraigo vecinal o la memoria del barrio, muestra que más de la mitad de las personas encuestadas lleva más de 20 años viviendo en Getxo.

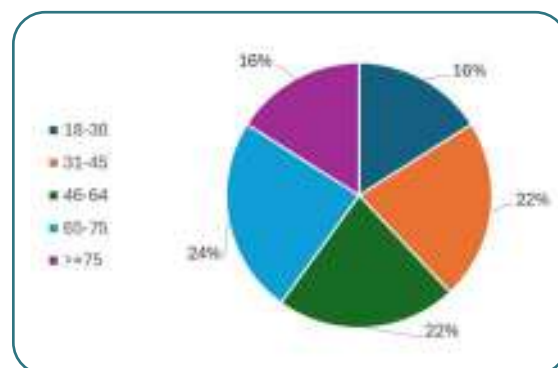


Gráfico 28: Distribución de la población encuestada según edad



Gráfico 30: Distribución de la población encuestada según tiempo de residencia en el municipio

Siendo la distribución por barrios la siguiente:

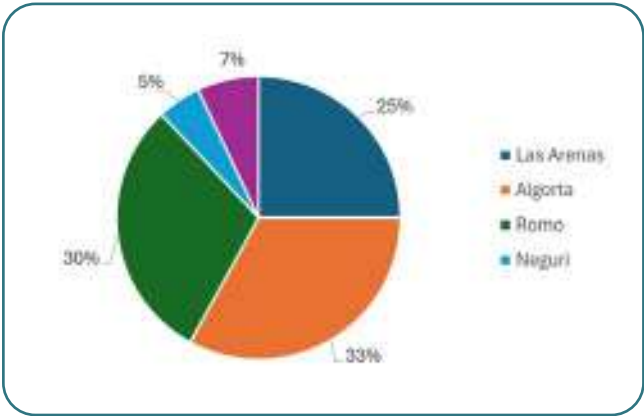


Gráfico 31: Distribución de la población encuestada según los diferentes barrios del municipio

Abordando ya de manera más específica el fenómeno de la **soledad no deseada** los datos que hemos obtenido son los siguientes:

De las personas que han respondido a la encuesta, un 28% declara vivir solo/a. ¿pero qué porcentaje declara no ya vivir sino sentirse sola?

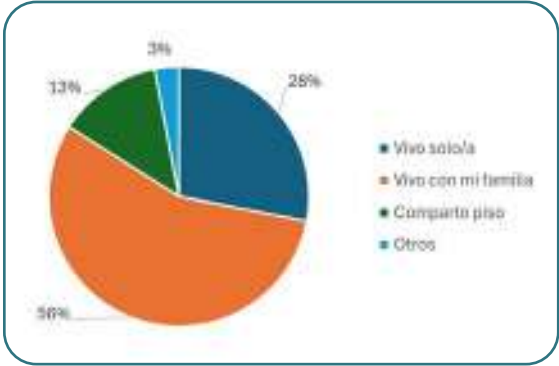
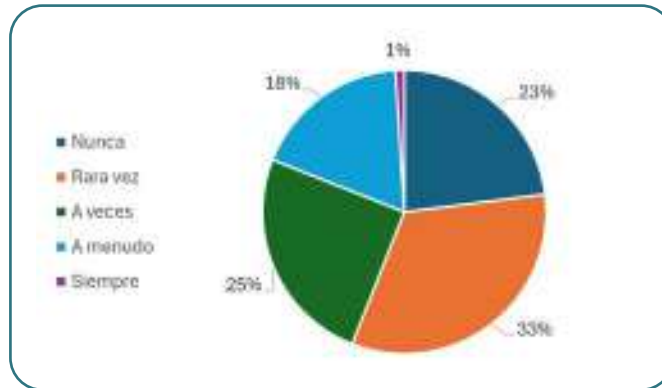


Gráfico 32: Distribución porcentual de personas encuestadas que viven solas

¿Qué porcentaje de personas encuestadas declara sentirse sola/o?



**Gráfico 33: Distribución porcentual de
personas que declara sentirse sola**

Los datos muestran, que la vivencia de la soledad presenta una distribución en la población encuestada bastante heterogénea.

Un 23% de las personas declara no sentirse nunca sola, mientras que un 33% indica que lo experimenta rara vez. Sin embargo, un 25% señala sentirse solo/a en algunas ocasiones y un 18% afirma experimentar soledad con frecuencia.

Estos resultados evidencian que la soledad no constituye un fenómeno residual o limitado a situaciones extremas, sino que afecta de manera intermitente o recurrente a una parte significativa de la población.

En concreto, el 43% de las personas manifiesta experimentar soledad al menos en determinadas ocasiones, lo que pone de relieve la existencia de una amplia franja de población en situación de vulnerabilidad relacional. Tomando como referencia solo las respuestas “A menudo” y “Siempre” y la variable edad, los resultados que obtenemos son los siguientes.

Tabla 11: Porcentaje de personas encuestadas que declara sentirse sola según edad

Rango de edad	% “A menudo” o “Siempre”
18-30 años	13,6%
31-45 años	16,7%
46-64 años	16,7%
65-75 años	27,3%
Mayor de 76	22,7%

El cruce de ambas variables muestra una relación directamente proporcional entre edad y percepción de soledad, especialmente en el intervalo de población entre 65 y 75 años. Ello sugiere una fragilidad relacional más marcada en esa etapa de la vida, compatible con cambios en redes de apoyo, jubilación, viudedad o menor participación cotidiana en espacios de interacción.

En edades medias, la proporción se mantiene en torno al 16,7%, lo que apunta a que la soledad no desaparece en la edad adulta, aunque sea menos frecuente que en la vejez.

Entre las personas jóvenes de 18-30 años el porcentaje es menor, pero aun así uno de cada siete jóvenes encuestados declara sentirse solo a menudo.

En este contexto ¿cómo puede el vecindario erigirse como una dimensión clave a la hora de abordar la soledad no deseada?

Comenzamos con algo que a primera vista puede parecer tan básico como:

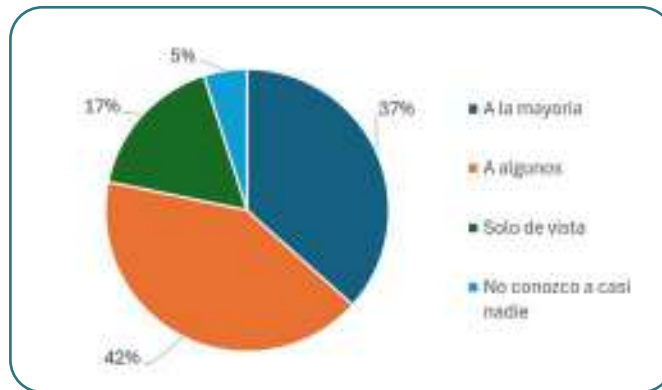


Gráfico 34: ¿Conoces tus vecinos/as?

Los datos indican que un 37% de las personas afirma conocer a la mayoría de sus vecinos/as, mientras que un 41% señala conocer únicamente a algunos. El 16% manifiesta conocer a sus vecinos/as solo de vista y un 5% indica no conocer a casi nadie.

Estos resultados muestran que, si bien existe un cierto nivel de conocimiento entre las personas que comparten un mismo entorno, éste podría calificarse como superficial.

En concreto, el 62% de la población (quienes conocen solo a algunos o únicamente de vista) mantiene relaciones limitadas que difícilmente pueden traducirse en vínculos de confianza o apoyo mutuo. Asimismo, el 21% que presenta un conocimiento muy bajo o inexistente refleja situaciones de desconexión significativa en el ámbito vecinal.

Los saludos, las conversaciones breves, el reconocimiento cotidiano... aunque parezcan menores, son fundamentales para sostener sensación de pertenencia y protección comunitaria

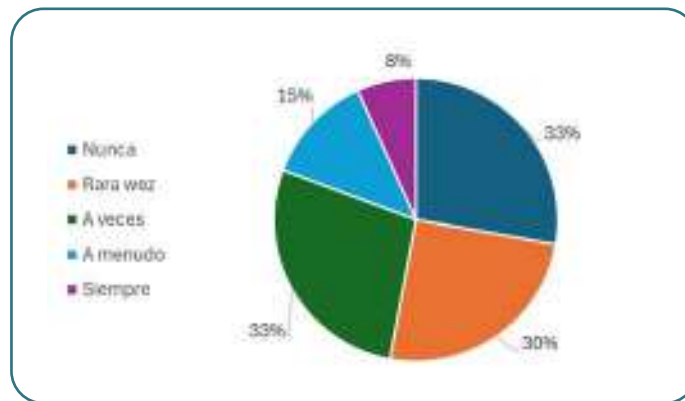


Gráfico 35 ¿Hasta qué punto sientes que podrías contar con alguien de tu vecindario si necesitaras compañía?

En relación con la percepción de apoyo dentro del vecindario, los datos reflejan que un 14% de las personas encuestadas, considera que nunca podría contar con alguien de su vecindario para paliar la soledad, mientras que un 30% señala que rara vez podría hacerlo. Por otro lado, un 33% indica que podría contar con alguien de manera ocasional, un 15% a menudo y únicamente un 8% siempre.

La lectura de los datos pone de manifiesto una limitada percepción de apoyo comunitario en el entorno vecinal.

El 44% de las personas encuestadas, nunca o rara vez perciben que disponen de una red de apoyo en el vecindario en caso de necesidad, lo que evidencia una debilidad significativa en los vínculos de proximidad.

Asimismo, aunque un 33% manifiesta disponer de apoyo en determinadas ocasiones, la falta de estabilidad en dicha percepción sugiere la existencia de relaciones sociales frágiles o poco consolidadas.

Únicamente un 23% de las personas (a menudo o siempre) percibe contar con un apoyo vecinal.

En conjunto, estos datos evidencian que la convivencia en el mismo espacio físico, y proximidad relacional abre una oportunidad para la puesta en marcha de estrategias orientadas a fortalecer los vínculos cotidianos en el entorno vecinal, como mecanismo para afrontar situaciones de soledad no deseada.

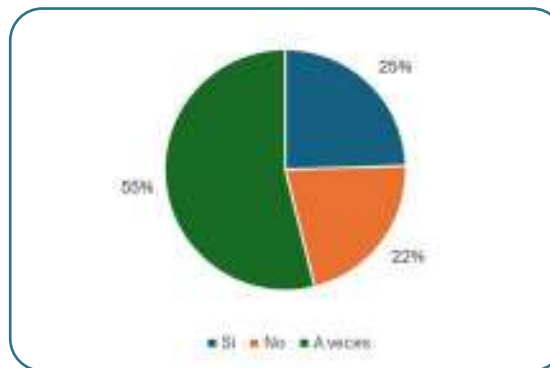


Gráfico 36: ¿Y si necesitaras que
te hicieran un favor?

Al abordar la posible existencia de una red de apoyo en el propio vecindario, los resultados muestran que un 53% de las personas encuestadas afirma disponer de este tipo de apoyo, frente a un 22% que señala no tener a nadie a quien recurrir, y un 25% que indica que solo en algunas ocasiones podría hacerlo.

Sin embargo, otra lectura de los datos nos muestra que la suma de quienes responden “no” y “a veces” es casi de la mitad, un 47%, lo que sugiere que casi la mitad de las personas encuestadas no identifica el vecindario como grupos de apoyo en caso de necesidad.

Esta situación puede tener implicaciones relevantes en términos de vulnerabilidad social y bienestar, especialmente en contextos donde las redes familiares o de amistad sean limitadas.



Gráfico 37: En los últimos 6 meses, ¿con qué frecuencia has ayudado a algún vecino/a?

En relación con las prácticas de ayuda entre vecinos y vecinas, un 34% de las personas encuestadas afirma haber ayudado a sus vecinos/as siempre que puede, mientras que un 44% señala que lo hace cuando se lo piden. El 22% indica no haber prestado ayuda a ningún vecino o vecina en los últimos seis meses.

Existe por tanto una disposición hacia la ayuda en el entorno vecinal, aunque mayoritariamente de carácter reactivo que se produce ante una demanda explícita, lo que sugiere que las dinámicas de apoyo dependen en gran medida de la iniciativa individual y de la existencia de canales previos de relación o confianza.

El 34% que manifiesta “ayudar” evidencia que existen prácticas de solidaridad cotidiana dentro del vecindario, aunque no están plenamente extendidas.

Del análisis de estos datos podemos deducir que existe un modelo de apoyo vecinal presente pero poco estructurado, donde predomina la ayuda puntual frente a dinámicas estables de reciprocidad.

Esta situación, puede interpretarse en el marco de la evolución del vecindario como soporte social, pasando de espacio de referencia para el apoyo cotidiano a entorno en el que predominan formas de relación más débiles, con manifestaciones de ayuda menos espontáneas y más condicionadas.

Dando un paso más allá y tratando ahora el sentimiento de pertenencia, hemos preguntado acerca de:

¿Hasta qué punto te sientes parte de tu vecindario?

Esta pregunta resulta especialmente interesante en el marco del diagnóstico, en la medida en que nos permite aproximarnos a una dimensión clave de la cohesión comunitaria en clave de soledad, que no es otra que el sentimiento de pertenencia.

A diferencia de otros indicadores, más centrados en la frecuencia de contacto o en las prácticas de ayuda, esta variable recoge un aspecto cualitativo fundamental, que es la percepción de integración y el reconocimiento mutuo dentro de la comunidad.

Sentirse parte del vecindario, implica no solo conocer a otras personas o interactuar de manera puntual, sino desarrollar vínculos que favorezcan la implicación, la confianza y la disposición a formar parte de un grupo/red de referencia.

En este sentido, el sentimiento de pertenencia actúa como un factor clave en la configuración de las redes de apoyo informales, ya que las personas que se auto perciben como parte de su comunidad, tienden a establecer relaciones más estables, a implicarse en mayor medida en la vida del barrio y a activar mecanismos de ayuda frente a fenómenos como la soledad no deseada.

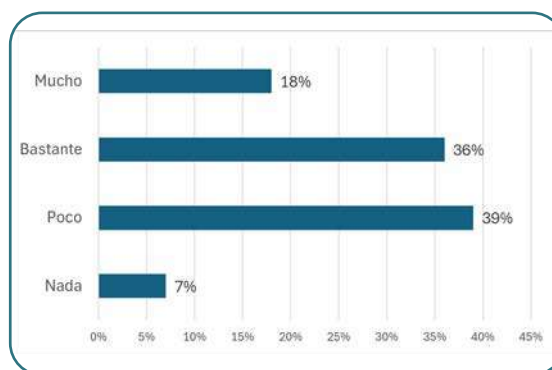


Gráfico 38: Distribución de personas encuestadas según sentimiento de pertenencia en el barrio

El 46% de la población (poco o nada) presenta una débil identificación con su entorno vecinal, lo que indica una desvinculación significativa en términos comunitarios. Por otro lado, aunque un 54% manifiesta sentirse bastante o muy parte del vecindario, solo una minoría (18%) expresa un sentimiento de pertenencia fuerte y consolidado.

En este caso hemos introducido dos variables para perfilar aún más el análisis: edad y barrio de residencia en el municipio.

Tabla 12: Sentimiento de pertenencia al Barrio según edad

Rango de edad	% “Mucho y Bastante”
18-30 años	45%
31-45 años	52%
46-64 años	67%
65-75 años	76%
Mayor de 76	82%

Tabla 13: Sentimiento de pertenencia al Barrio según barrio

Barrio de Getxo	% “Mucho y Bastante”
Algorta	68%
Las Arenas	71%
Romo	75%
Neguri	64%
Andra Mari	58%

La influencia de la variable edad parece clara. La sensación de pertenencia al vecindario crece con la edad. Los mayores de 65 años muestran los niveles más altos (76-82%), mientras que los más jóvenes (18-30) apenas llegan al 45%. Esto confirma que la integración en el barrio se consolida con el tiempo y la estabilidad residencial.

Por barrio, Romo y Las Arenas lideran (75% y 71%), mientras que Andra Mari obtiene menor porcentaje (58%). Esto puede reflejar diferencias en densidad relacional, historia comunitaria o composición demográfica entre barrios, que ya hemos visto en apartados anteriores.

Percepción del entorno social: el barrio

Una vez analizadas las dimensiones relacionadas con la soledad, el apoyo vecinal, el conocimiento entre vecinos y el sentimiento de pertenencia, nos hemos aproximado a cómo se percibe el barrio como entorno social en el que se desarrollan las relaciones.

Más allá de las experiencias individuales, el ambiente social del barrio constituye un elemento clave que condiciona la posibilidad de generar vínculos, calidad en las interacciones y redes de cohesión comunitaria.

La percepción del clima social permite comprender hasta qué punto el barrio es vivido como un espacio de confianza, cercanía y convivencia, o, por el contrario, como un entorno donde predominan la distancia, la indiferencia o la fragmentación social. En este marco, resulta relevante considerar que el clima social del barrio actúa tanto como reflejo de las interacciones existentes como condicionante de las mismas.

Un entorno percibido como accesible y cercano puede facilitar la generación de nuevos vínculos, mientras que una percepción de distancia o anonimato puede limitar las oportunidades de relación.

Por ello, analizar esta dimensión permite completar la comprensión del entorno social, incorporando no solo los hechos observados, sino también las percepciones que influyen en la manera en que las personas se relacionan y se integran en la comunidad, aportando una visión complementaria a los indicadores anteriores e identificando además de la existencia de vínculos, las condiciones que los facilitan o dificultan y su posible influencia en la prevención de la soledad no deseada.

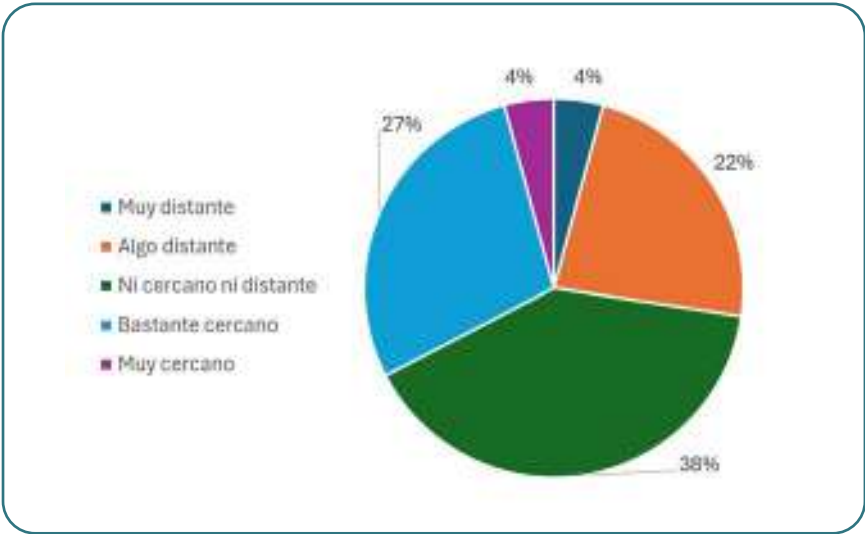


Gráfico 39: ¿Cómo describirías el ambiente social de tu barrio?

En relación con la percepción del ambiente social del barrio, los datos muestran posiciones neutras que reflejan la indefinición en las relaciones. En concreto, el 38% de las personas define el ambiente social de su barrio como “ni cercano ni distante”, lo que sugiere la existencia de entornos donde la convivencia se identifica más con compartir espacio sin que ello implique la existencia de vínculos significativos.

El 30% de la población (muy o algo distante) percibe el entorno vecinal como poco cercano, lo que apunta a dinámicas de desconexión o escasa interacción social. Por otro lado, aunque un 31% (bastante o muy cercano) identifica un ambiente positivo, el bajo porcentaje de personas que lo perciben como muy cercano (4%) indica que los contextos de alta cohesión comunitaria son limitados.

En conjunto, estos datos evidencian un clima social caracterizado por relaciones moderadas o débiles, donde la cercanía no está generalizada pero la distancia tampoco es predominante. Esta situación, refuerza la idea de que existe un margen significativo para fortalecer las dinámicas comunitarias, promoviendo espacios y oportunidades que favorezcan la interacción, la confianza y la construcción de vínculos más sólidos en el entorno vecinal.

Dado que nuestro punto de partida reside en entender la soledad no deseada no solo como un fenómeno vinculado a la ausencia de relaciones, sino también asociado a la calidad del entorno social en el que dichas relaciones se desarrollan, el siguiente aspecto a analizar es

¿Cuáles son los barrios en los que se percibe un ambiente más cercano? Agrupando las respuestas de “muy cercano” y “bastante cercano” los resultados son:

Tabla 14: Ambiente social percibido según barrio

Barrio de Getxo	% “Mucho y Bastante”
Algorta	68%
Las Arenas	62%
Romo	75%
Neguri	58%
Andra Mari	52%

Y es que, un barrio con baja densidad relacional o vínculos débiles aparece como un factor de riesgo en el análisis de la soledad no deseada, mientras que un ambiente cercano y accesible es un elemento protector.

Es por ello por lo que analizamos el clima social del barrio como dimensión de intervención, orientada a generar contextos más propicios para la relación, la pertenencia y el apoyo mutuo.

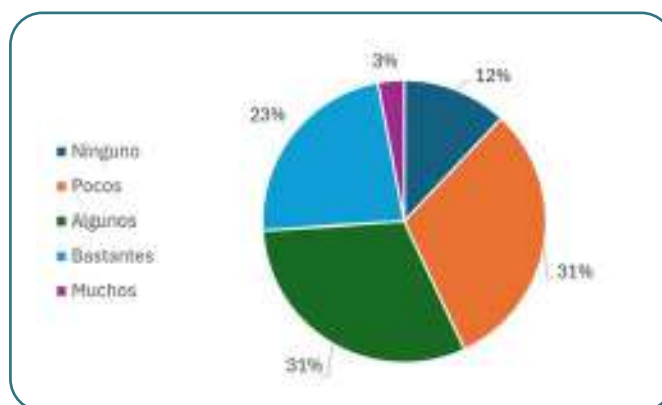


Gráfico 40 ¿Crees que en tu barrio existen espacios o actividades que facilitan conocer o relacionarse con otras personas?

Como estamos viendo hasta ahora, tanto el barrio como el vecindario son entornos clave que actúan como facilitadores de la conexión social, que actúan como ecosistema relacional que o bien puede favorecer la interacción cotidiana o, por el contrario, pueden reproducir dinámicas de aislamiento y desconexión si no existen las condiciones que promuevan el encuentro.

Los resultados obtenidos, reflejan la percepción ciudadana de una disponibilidad limitada de oportunidades relacionales en el entorno vecinal de los barrios de Getxo.

Así, más de la mitad de las personas encuestadas (54%) percibe una escasez de espacios (ninguno o pocos) que faciliten la interacción social, lo que supone una barrera relevante para la generación de vínculos y una debilidad estructural en los mecanismos comunitarios de interacción, más allá de las diferencias territoriales específicas que analizamos introduciendo la variable barrio en el que vives, donde Romo presenta el valor más elevado (41,5%).

Referenciando estos datos con el fenómeno de la soledad no deseada, adquieren especial relevancia. En el caso de Romo/ Las Arenas, la Romo Kultur Etxea (RKE) es señalada como un espacio de referencia con peso específico como espacio de dinamización tanto de vecinos del barrio como de otros barrios del municipio.

La pregunta relativa al grado en que el barrio facilita que las personas se conozcan y se relacionen entre sí, resulta especialmente significativa en el análisis de las dinámicas comunitarias y su vinculación con la soledad no deseada.

A diferencia de otras cuestiones centradas en experiencias individuales o en la existencia de espacios concretos, esta pregunta nos va a permitir evaluar el papel del entorno en sí mismo como agente facilitador o limitador de las relaciones sociales.

Los resultados, evidencian una percepción limitada del barrio como facilitador de las relaciones sociales.

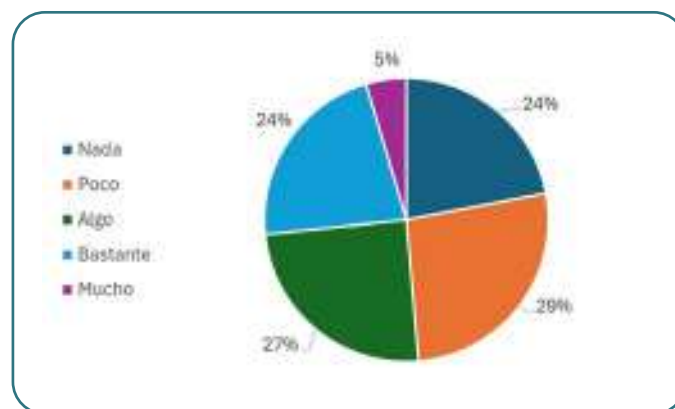


Gráfico 41 ¿Hasta qué punto tu barrio facilita que las personas se conozcan y se relacionen entre sí?

En concreto, el 44% de la población (nada o poco) considera que su barrio no genera condiciones suficientes para el encuentro y la interacción, lo que apunta a la existencia de barreras que dificultan la conexión entre las personas.

El 27% sitúa su percepción en un nivel intermedio (“algo”) reflejando un contexto donde las oportunidades de relación existen, pero no de manera suficientemente clara, accesible o sostenida.

Solo un 29% de las personas identifica su barrio como un entorno claramente facilitador de relaciones, (bastante o mucho).

El análisis de la percepción positiva sobre la capacidad del barrio para facilitar relaciones, considerando las respuestas “Bastante” y “Mucho”. muestra niveles moderados y desiguales si realizamos el análisis de acuerdo con los diferentes barrios.

Así, Romo presenta el mayor porcentaje de valoración positiva (39,0%), seguido de Algorta (31,1%) y, en menor medida, Las Arenas (23,5%). En Andra Mari la proporción desciende significativamente (10,0%), mientras que en Neguri no se registran valoraciones positivas

En este escenario, cuando el barrio no actúa como facilitador activo de vínculos, las oportunidades de establecer conexiones significativas dependen en mayor medida de la iniciativa individual. Esta situación puede generar desigualdades relacionales, dejando fuera a aquellas personas con menor red social, menor confianza o mayores dificultades para participar en la vida comunitaria.

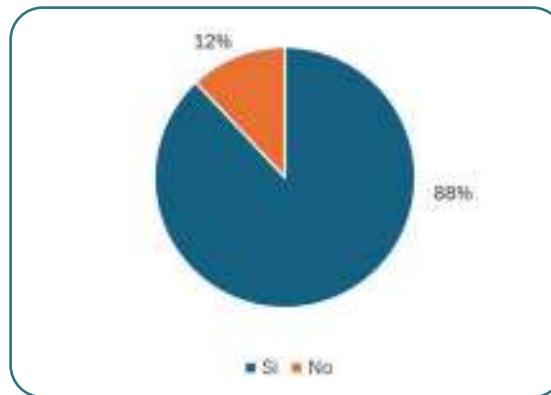


Gráfico 42 ¿Te gustaría que en tu vecindario/ barrio existieran más oportunidades para conocer o relacionarte con otras personas?

En relación con el interés por disponer de mayores oportunidades para conocer o relacionarse con otras personas en el entorno vecinal, los datos muestran que un 88% de las personas manifiesta que le gustaría que existieran más espacios o posibilidades para ello.

Este resultado evidencia una demanda social de conexión y relación en el ámbito comunitario, lo que pone de manifiesto que la limitada densidad relacional observada a partir de respuestas anteriores no responde tanto a una falta de voluntad individual como a la ausencia o insuficiencia de condiciones facilitadoras en el entorno.

¿Podemos concluir que en Getxo existe un potencial relacional latente que no se está materializando plenamente debido a la escasez de espacios, dinámicas o estructuras que favorezcan el encuentro cotidiano? ¿Nos hallamos ante una brecha entre disposición individual y oportunidades reales de relación? ¿Cómo influye este aspecto a la hora de abordar la soledad no deseada?

Sin duda, la disponibilidad de espacios y oportunidades de interacción no es suficiente si no se traduce en dinámicas relacionales accesibles y sostenidas en el tiempo.

En este sentido, la capacidad de los barrios del municipio para facilitar encuentros cotidianos y activar vínculos informales resulta clave para prevenir la soledad, especialmente en su dimensión más extendida e intermitente.

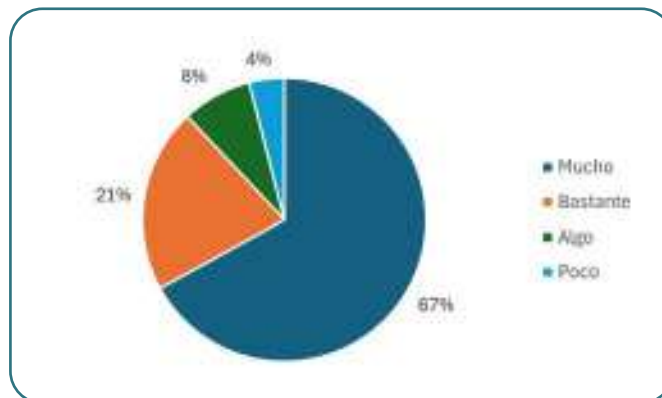


Gráfico 43 ¿Hasta qué punto crees que un vecindario más conectado entre las personas ayudaría a reducir la soledad no deseada?

En relación con el potencial del vecindario como herramienta para afrontar la soledad no deseada, los datos muestran que un 67% de los y las vecinas de Getxo participantes en la encuesta considera que un vecindario más conectado ayudaría mucho a reducirla, y un 21% bastante.

Estos resultados reflejan, un amplio consenso social sobre el papel que puede desempeñar el vecindario como herramienta de consolidación de las relaciones de proximidad en la mejora del bienestar relacional. La elevada proporción de respuestas en los intervalos de mucho/bastante (88%) indica que la conexión vecinal se percibe como un factor con capacidad real de incidir en la experiencia de la soledad.

A modo de conclusión, podemos señalar, que los datos no sólo evidencian una valoración positiva del potencial del entorno vecinal como herramienta contra la soledad, sino que también apuntan hacia una comprensión compartida de la misma como un fenómeno susceptible de abordarse desde lo comunitario

La percepción de riesgo de soledad aparece por tanto más asociada a la debilidad de las relaciones que a variables independientes como la edad, el sexo o incluso el barrio de residencia.

Los resultados ponen de manifiesto una brecha relevante entre proximidad física y proximidad relacional. A pesar de compartir un mismo entorno, una parte importante de la población encuestada no percibe el barrio como un espacio facilitador de relaciones, ni cuenta con redes de apoyo cercanas.

En este sentido se observa, que las dinámicas de apoyo vecinal existentes son mayoritariamente reactivas y poco estructuradas, lo que indica que el vecindario ha perdido parcialmente su función tradicional de apoyo. Este cambio se inscribe en transformaciones sociales más amplias, donde los vínculos comunitarios han pasado de ser espontáneos y estables a depender en mayor medida de iniciativas individuales o contextos específicos.

Por otro lado, los datos muestran la existencia de un importante potencial relacional no activado.

La elevada predisposición de la población a participar en más oportunidades de relación, junto con el amplio consenso sobre el impacto positivo de un vecindario más conectado, indica que el problema no reside tanto en la falta de interés, como en la falta de condiciones que faciliten la interacción.

Este aspecto resulta especialmente relevante, ya que apunta la necesidad de actuar no solo a nivel individual, sino también en el plano relacional y comunitario.

En conjunto, el análisis sugiere que la soledad no deseada está estrechamente vinculada a la baja densidad relacional de los entornos cotidianos, más que a la ausencia total de contacto social.

Ello refuerza la necesidad de orientar las intervenciones hacia la activación del potencial relacional del barrio, promoviendo condiciones que faciliten el encuentro, la confianza y la construcción de redes de apoyo mutuo. El vecindario aparece como un ámbito clave para la prevención de la soledad, siempre que se refuerce su capacidad como entorno generador de vínculos comunitarios.

4.3. Las Entrevistas Semiestructuradas

Tal y como hemos señalado, para completar la información obtenida, hemos realizado 19 entrevistas semiestructuradas a diferentes perfiles de vecinos de diferentes barrios de Getxo,

Las variables que han guiado la elección de dichos perfiles se han centrado en aquellas que a priori pueden definir el sentimiento de soledad no deseada como son el sexo, la edad, el origen, la orientación sexual o la diversidad funcional, lo que nos va a facilitar obtener una visión heterogénea del municipio y reconocer la diversidad de realidades presentes en Getxo.

Con ellas hemos querido profundizar en la experiencia de la soledad no deseada en perfiles que, a priori, pueden presentar una mayor exposición a situaciones de vulnerabilidad relacional, como son:

- Personas Migradas sin red de acogida en la sociedad de destino
- Personas LGBTQ+
- Personas con diversidad funcional
- Personas mayores que viven solas



Frente a otras técnicas, como la encuesta o las entrevistas en profundidad, con las entrevistas semiestructuradas ponemos el foco en la vivencia emocional y relacional de la soledad, incorporando la perspectiva de quienes pueden encontrar mayores dificultades para generar y sostener vínculos en su entorno cotidiano.

En el guion, hemos incluido las principales dimensiones del estudio, poniendo el foco en los cambios percibidos en las relaciones sociales del municipio, el papel del vecindario y de los espacios comunitarios, así como las barreras y oportunidades percibidas a la hora de abordar las relaciones en la vida cotidiana.

Esta técnica, nos ha permitido visibilizar experiencias concretas, profundizando en los significados que las personas atribuyen a sus vivencias y combinando las respuestas cerradas con las reflexiones recogidas a través de las preguntas abiertas.

Se trata por tanto de un enfoque que no persigue tanto la representatividad estadística, como recabar información que ayude a comprender cómo se vive la soledad no deseada en distintos contextos y desde diferentes perfiles, permitiendo identificar patrones y particularidades que desarrollamos en los apartados posteriores.

La distribución de entrevistas semiestructuradas realizadas responde a la siguiente estructura de acuerdo con las variables Barrio y Perfil:



¿Cuál es la unidad convivencial de las personas encuestadas?

Solo: 21%

Con familia: 47%

Compañeros de Piso: 21%

Otros: 21%

Tiempo viviendo en el Barrio

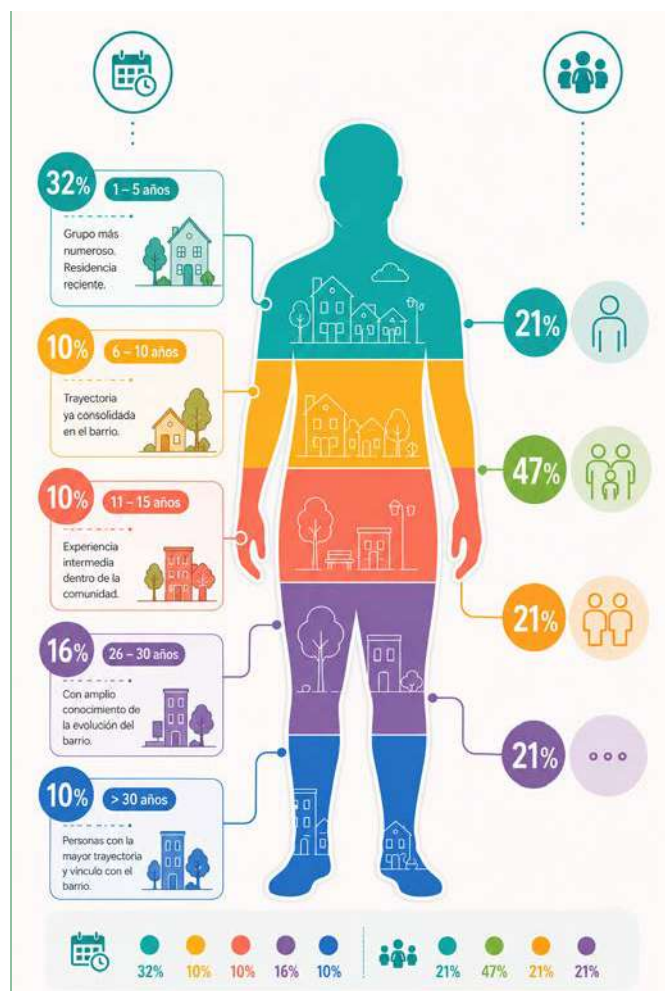
1-5: 32%

6-10: 10%

11-15: 10%

26-30: 16%

>30: 10%



¿Conoces a tus vecinos?

El 32% de las personas entrevistadas declaran conocer “mucho” a sus vecinos, mientras que un 36% engloba a quienes declaran conocerlos “solo de vista” o “a casi nadie”. Este dato sugiere que una parte significativa de la población se mueve en entornos donde la interacción vecinal es débil o superficial, variable como hemos visto clave a la hora de abordar la generación de vínculos de confianza y/o la activación de redes de apoyo informal.

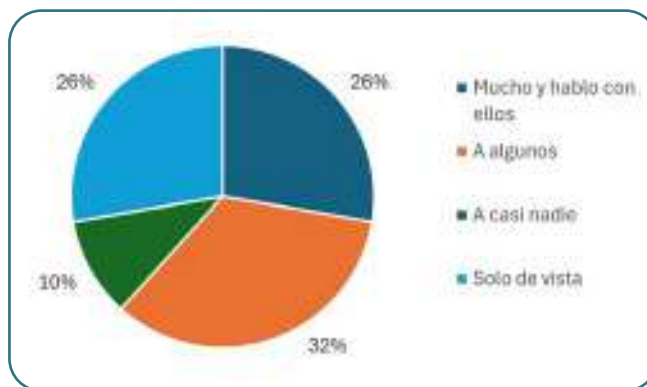


Gráfico 44: ¿Conoces a tus vecinos?

¿Conoces sus nombres?

Un indicador para conocer la calidad del vínculo dentro de un grupo como es la red de vecinos viene dado por algo tan simple como conocer los nombres de las personas con las que convivimos en un mismo entorno.

En este sentido, el dato obtenido resulta significativo, ya que el 79% de las personas entrevistadas afirma no conocer el nombre de “casi nadie” o de “ninguno” de sus vecinos. Este resultado evidencia que, aunque pueda existir un reconocimiento visual o interacciones puntuales, éstas no suelen traducirse en relaciones personalizadas o significativas.

Se comparte un entorno, pero no se establecen vínculos reconocibles.

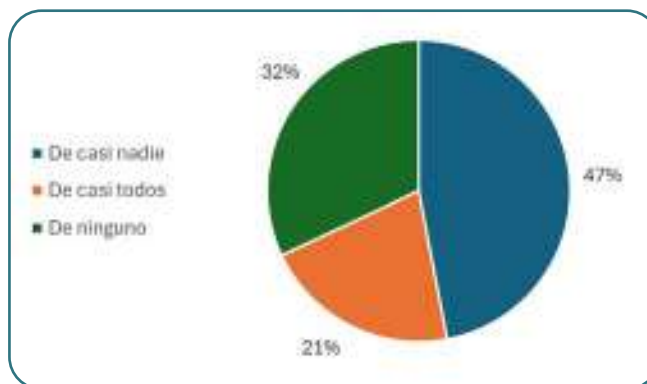


Gráfico 45: ¿Conoces sus nombres?

En la última semana, ¿con cuántos vecinos has tenido una conversación de más de 5 minutos?

Medir la frecuencia de interacciones de más de cinco minutos, nos permite aproximarnos al grado la intensidad real de las relaciones cotidianas, más allá del saludo o el contacto superficial.

Los resultados muestran, una distribución que evidencia una baja frecuencia de interacción en el entorno vecinal. En concreto, un 37% de las personas entrevistadas afirma no haber mantenido ninguna conversación de este tipo en la última semana.

A este dato se suma otro 37% que señala haber tenido entre una y dos conversaciones, lo que sitúa al 74% de la muestra en niveles muy bajos de interacción. El 21% indica haber mantenido entre tres y cuatro conversaciones, mientras que únicamente un 5% alcanza cinco o más interacciones semanales de este tipo.

Ello apunta a un modelo de relación vecinal caracterizado por la baja intensidad y escasa recurrencia, donde las oportunidades de interacción prolongada, clave para la construcción de vínculos, son limitadas para la mayoría de la población entrevistada.



Gráfico 46: En la última semana, ¿con cuántos vecinos has tenido una conversación de más de 5 minutos?

Percepción sobre la red de apoyo vecinal:

Más de la mitad de las personas entrevistadas confirman no haber entrado “nunca” a casa de un vecino/a.

“Para saludar, en mi caso porque somos vecinas con mi cuñada, porque es familia, pero en general aquí cada uno va a lo suyo” (Esm16)

“Ni siquiera me saludan” (Esm19)

“Sólo para ayudar a la vecina con las bolsas que es mayor” (Esm 07)

Esta limitada permeabilidad con la esfera privada, traducida en este caso en lo que significa el hogar de cada uno, es un nuevo indicador de la debilidad de oportunidades para generar vínculos sólidos, cuya implicación es directa en el proceso de construcción de redes de apoyo informal y prevención de la soledad no deseada.



Gráfico 47: ¿Has entrado alguna vez en casa de algún vecino?

El 68% de las personas entrevistadas afirma disponer de al menos una persona dentro del vecindario a la que recurrir para “pedir un favor”. Este dato sugiere la presencia de una base mínima de apoyo en el vecindario, que en algunos casos se articula en torno a relaciones concretas y funcionales:

“La vecina de abajo para que nos recoja los paquetes” (Esm06)

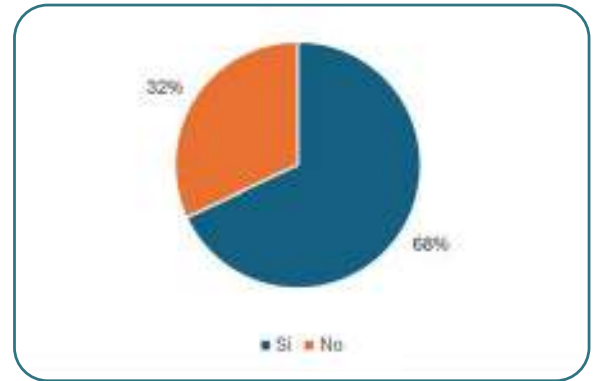


Gráfico 48: Si necesitaras contar con algún vecino para hacerte un favor, ¿tienes a quien recurrir?

Asimismo, se identifican contextos donde esta percepción de apoyo es más amplia y generalizada, asociada a comunidades con mayor cohesión:

“En general cualquiera de mis vecinos. Somos una comunidad muy unida. De toda la vida” (Esm08)

Sin embargo, este resultado debe interpretarse con cautela. Por un lado, el hecho de que un 32% no identifique a nadie a quien recurrir evidencia la existencia de una proporción significativa de personas sin red de apoyo vecinal clara, lo que supone un factor de vulnerabilidad relevante a tener en cuenta.

¿Te gustaría conocer mejor a tus vecinos?

La pregunta relativa al interés por conocer mejor a tus vecinos y vecinas permite aproximarnos a una dimensión clave del diagnóstico, que es la disposición subjetiva hacia transformar nuestro rol en el vecindario.

Casi un 70%, manifiesta que le gustaría conocer mejor a sus vecinos. Este dato evidencia la existencia de una predisposición positiva hacia el vínculo, incluso en contextos donde las relaciones son limitadas o superficiales.

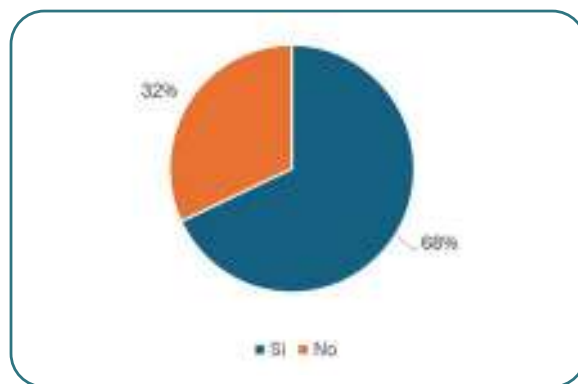


Gráfico 49: ¿Te gustaría conocer mejor a tus vecinos?

La interpretación de este resultado adquiere mayor sentido si lo ponemos en contexto con otros indicadores analizados previamente, como la escasa frecuencia de interacciones significativas. El interés expresado en el porcentaje sugiere que la debilidad relacional observada no responde tanto a una falta de voluntad individual, sino a la falta de condiciones que faciliten el encuentro, la interacción y el establecimiento de vínculos.

“Tal vez nos falta hacer más reuniones, más allá de cosas específicas del portal” (Esm07)

“Creo que conocernos mejor seria muy bueno para todos, sobre todo cuando no conoces a nadie aquí” (Esm10)

“Los vecinos son super importantes para sentirte acompañado, no podemos desaprovechar todo lo que pueden darnos” (Esm12)

Percepción emocional:

La pregunta relativa a la frecuencia con la que las personas sienten que les falta compañía o que sus relaciones no son tan profundas como les gustaría, permite aproximarse a una dimensión central de la soledad no deseada: su carácter subjetivo y relacional.

Más de la mitad, el 58%, de las personas entrevistadas manifiesta haber sentido en algún momento falta de compañía, traducida en falta de profundidad en sus relaciones en el entorno vecinal.

Este resultado, pone de relieve, que la soledad no deseada no se limita a situaciones extremas o permanentes, sino que aparece de forma intermitente y en distintos grados de intensidad, afectando a una parte significativa de las personas entrevistadas.

El hecho de que estas sensaciones se produzcan en el marco del vecindario refuerza la idea de que la proximidad física y la convivencia cotidiana no garantizan la percepción de que la relación sea satisfactoria a la hora de considerarse como una fórmula para abordar la soledad. Es posible compartir espacio con otras personas y, aun así, sentirse solo.

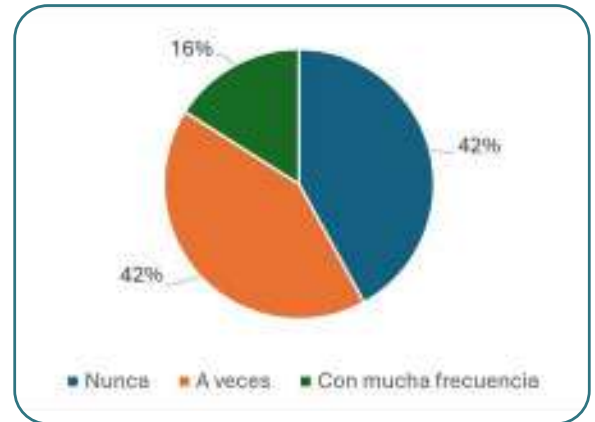


Gráfico 50: En tu día a día en el vecindario, ¿Con qué frecuencia sientes que te falta compañía o que tus relaciones no son tan profundas como te gustaría?

En el marco de nuestro diagnóstico, este dato resulta especialmente relevante, ya que evidencia la existencia de una brecha entre interacción y vínculo. Es decir, no es únicamente la cantidad de relaciones lo que influye en la experiencia de soledad, sino su calidad, profundidad y capacidad de generar sensación de acompañamiento real.

Porque una de las principales dimensiones que queremos abordar, viene dada por una premisa especialmente relevante, y es que la soledad no sólo está vinculada a la ausencia de compañía, sino a la calidad de las relaciones.

Por ello hemos planteado la siguiente pregunta:

¿Te has sentido solo/a en el último año?

Un 21% de las personas entrevistadas afirma haberse sentido sola “muchas veces” en el último año, mientras que un 42% señala haberlo experimentado “algunas veces”. En conjunto, el 63% de las personas manifiesta haber vivido situaciones de soledad en contextos donde, al menos aparentemente, existía interacción social.

Un 26% indica que “rara vez”, y únicamente una proporción minoritaria afirma no haber experimentado “nunca” esta sensación.

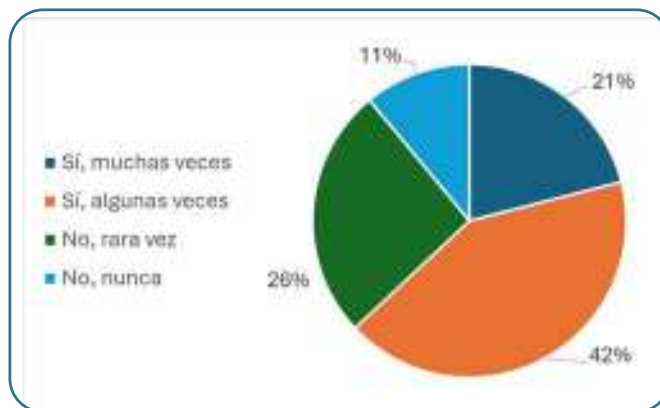


Gráfico 51: ¿Te has sentido solo/a en el último año?

Estos datos, refuerzan la idea de que el fenómeno de la soledad tiene una dimensión vinculada a la autenticidad y significado de las relaciones, que no podemos perder de vista a la hora de abordar posibles estrategias de prevención e intervención.

No podemos centrarnos exclusivamente en estrategias tendentes a aumentar las oportunidades de interacción, ya que pueden resultar insuficientes si no se tienen en cuenta también aquellas condiciones que permitan generar vínculos significativos.

Los resultados muestran una distribución desigual de resultados.

Por un lado, un 47% afirma sentirse “bastante” parte de su vecindario y un 5% “mucho”, lo que indica que algo más de la mitad (52%) presenta un cierto nivel de integración a ese nivel.

Sin embargo, en el extremo opuesto, un 32% señala sentirse “poco” parte del vecindario y un 16% “nada”, lo que se traduce en que el 48% de las personas entrevistadas muestra un sentimiento de pertenencia débil o inexistente.

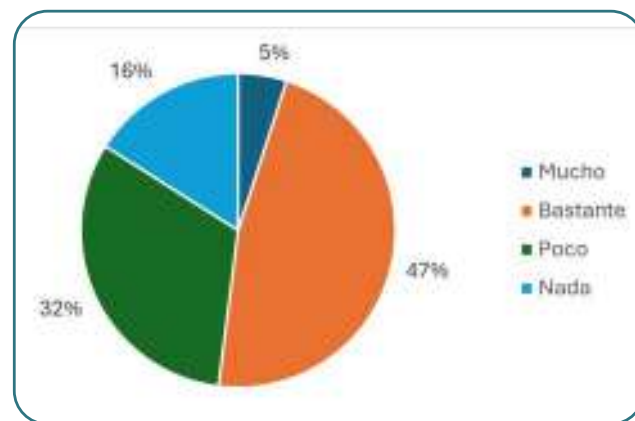


Gráfico 52: ¿Te sientes parte de tu vecindario?

Esta relación entre integración y desvinculación refleja una realidad fragmentada, en la que el vecindario no funciona de manera homogénea como espacio de identificación colectiva.

“Al final no es mi casa, es la casa es de mis padres, y a pesar de que he vivido toda la vida aquí no tengo sentido de pertenencia” (ESm1)

“Soy conocido, porque soy marroquí pero no me siento integrado” (ESm09)

ESm16“Aquí cada uno va a lo suyo, nos relacionamos poco” (Esm16)

La percepción de ser una persona reconocida y valorada dentro del vecindario constituye una dimensión central en el análisis de la soledad no deseada, en la medida en que nos puede dar pistas sobre el grado en materia de sentimiento de pertenencia, identidad social y calidad de los vínculos cotidianos.

El 53% de las personas entrevistadas señala que la relación con sus vecinos se limita a saludos por cortesía, lo que refleja un tipo de interacción básica, pero sin una implicación relacional significativa.

Un 10% manifiesta sentirse invisible para el resto del vecindario, lo que indica situaciones de desconexión más acusada y potencialmente vinculadas a experiencias de aislamiento o falta de integración. Frente a ello, un 37% de las personas afirma sentirse integrada y reconocida en su entorno vecinal, lo que evidencia la existencia de contextos donde sí se han desarrollado vínculos más sólidos y significativos.

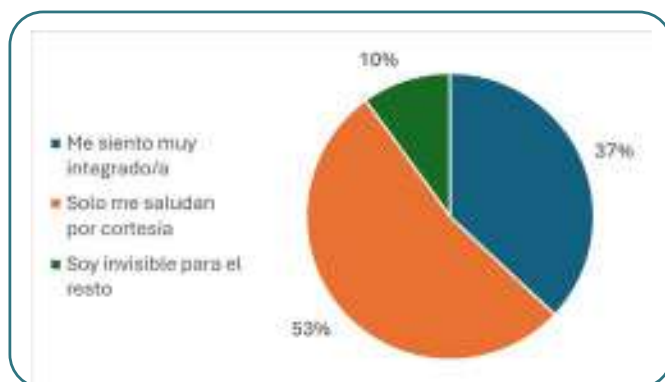


Gráfico 53: ¿Sientes que eres una parte reconocida y valorada de tu vecindario?

En conjunto, estos resultados apuntan a que cerca de dos tercios de las personas entrevistadas (63%) no perciben un reconocimiento pleno dentro de su vecindario, ya sea por la superficialidad de las relaciones o por la ausencia de interacción relevante.

La pregunta relativa a si la ausencia sería percibida en el vecindario permite aproximarnos a conocer el grado en que cada persona se siente visible y conectada dentro de su entorno cotidiano.

El 74% de las personas no tiene una certeza de ser reconocida en su vecindario, lo que apunta a una baja percepción de relevancia social en el entorno inmediato, así como escasa visibilidad y potencial desconexión en el entorno vecinal.

En este contexto, resulta especialmente relevante analizar el grado de implicación en la vida del barrio y la relación de la población con los distintos espacios de encuentro comunitario, entendidos como ámbitos clave para fomentar la participación, la convivencia y la cohesión social.

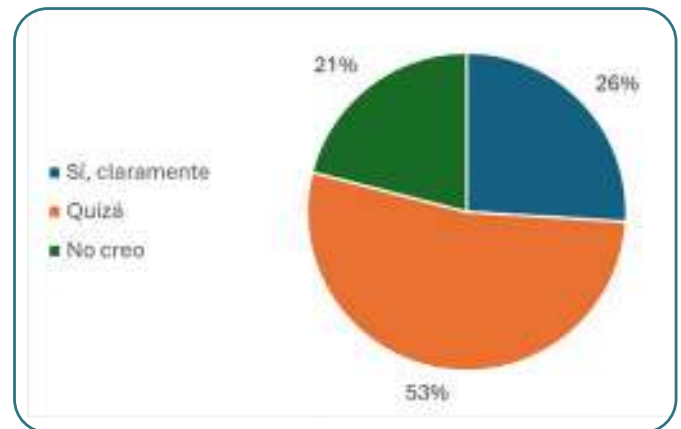


Gráfico 54: ¿Sientes que si dejaras de vivir en tu vecindario alguien lo notaría?

Espacios de encuentro:

La mayoría, un 58%, considera que la situación se mantiene similar, lo que sugiere una cierta estabilidad en las formas de relación, aunque esta estabilidad no implica necesariamente altos niveles de interacción o cohesión, sino, en muchos casos, la consolidación de modelos relacionales de baja intensidad.

Un 26% percibe que existe menos relación entre vecinos y vecinas que en el pasado, lo que apunta a una tendencia hacia la debilitación de los vínculos comunitarios.

En conjunto, los datos apuntan a una evolución desigual, donde conviven percepciones de pérdida, continuidad y mejora de la vida relacional.

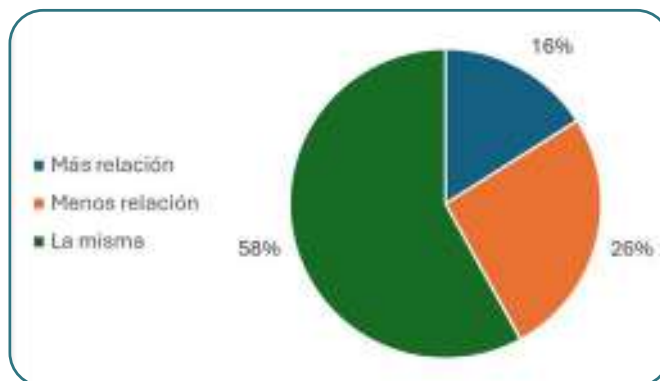


Gráfico 55: ¿Has percibido cambios en la vida del barrio en los últimos años?

“Se ha perdido la vida de barrio a nivel global” (Esm1)

“La tecnología nos ha distanciado, antes salías y conversabas con las amigas en la calle” (Esm12)

“Las personas están cada vez más en lo suyo. Aquí no hay barrio” (Esm17)

Analizar la percepción sobre la existencia de recursos que faciliten el encuentro con otras personas, permite evaluar la capacidad del entorno comunitario para actuar como facilitador de relaciones sociales más allá de la iniciativa individual. Un 47% de las personas entrevistadas considera que su barrio cuenta con este tipo de recursos “ocasionalmente”, lo que sugiere la existencia de oportunidades de encuentro, pero de manera irregular o poco consolidada.

En los extremos, un 21% (5% “nunca” y 16% “raramente”) percibe una clara escasez de los mismos, lo que indica la presencia de entornos donde las oportunidades de relación son limitadas o poco accesibles. Por otro lado, un 32% (16% “frecuentemente” y 16% “siempre”) valora de forma positiva la disponibilidad de espacios y dinámicas que facilitan la interacción.

El dato pone de relieve una cuestión que no podemos pasar por alto y que es que para que estos recursos funcionen como verdaderos facilitadores del vínculo social, es necesario que sean accesibles, estén diseñados bajo parámetros inclusivos que acojan a perfiles diversos y tengan en cuenta en ese diseño las necesidades y ritmos de la población.

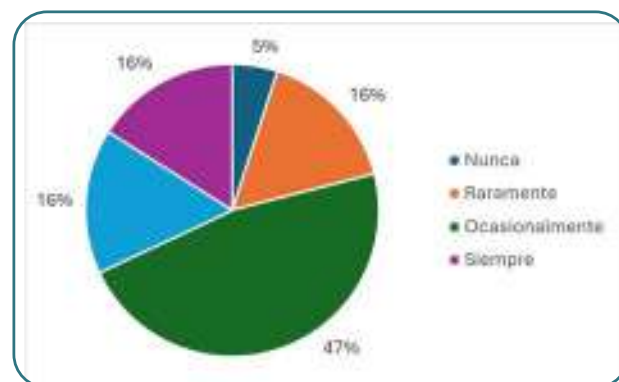


Gráfico 56: ¿Consideras que tu barrio cuenta con recursos para compartir y facilitar el encuentro con otras personas?

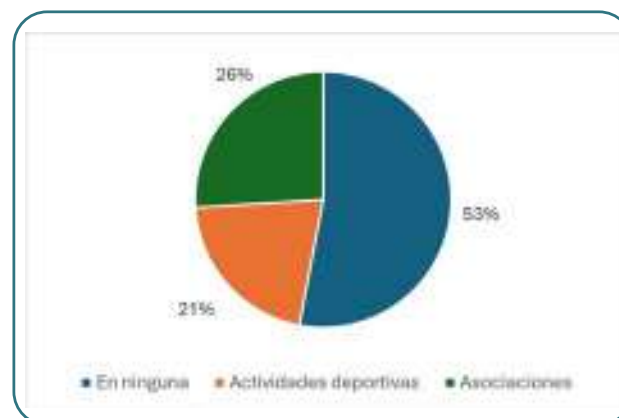


Gráfico 57: ¿Participas en alguna actividad en el barrio?

Más de la mitad de las personas entrevistadas, el 53%, no participa en ninguna actividad en su barrio, lo que indica una limitada vinculación con los espacios de relación a ese nivel.

Un 21% señala participar en actividades de carácter deportivo, mientras que un 26% lo hace a través de asociaciones. Estos datos apuntan a un enfoque parcial de los espacios que facilitan la interacción, que todavía no logran involucrar a una mayoría de la población.

La baja participación debe interpretarse en este caso, teniendo en cuenta las barreras identificadas en el análisis más cualitativo de las entrevistas semiestructuradas, entre las que destacan la falta de tiempo, el déficit de información sobre las actividades ofertadas o la percepción de que ciertos espacios no resultan accesibles o inclusivos para todos los perfiles:

“Si no eres parte de una asociación no te enteras de nada” (Esm12)

“No hay espacios para mí” (Esm15)

“Antes participaba en el grupo feminista del barrio, pero eran todas euskaldunes, me sentía sola, todas son muy nacionalistas. Me interesa estar más con amigas de mi país, sentirme en casa.” (Esm05)

“La verdad que no sé dónde informarme de posibles actividades (..) creo que el barrio no es muy activo en ese sentido” (Esm17)

En conjunto, los resultados evidencian que, aunque existen recursos y espacios comunitarios, éstos no están siendo aprovechados de manera generalizada, lo que limita su capacidad para actuar como facilitadores de vínculos y redes de apoyo.

Este dato refuerza la idea de que la disponibilidad de actividades no garantiza por sí misma la participación. Resulta necesario considerar factores como la accesibilidad, la diversidad de la oferta, la proximidad y los canales de información, con el fin de ampliar las oportunidades reales de relación y fortalecer el tejido comunitario como elemento clave en la prevención de la soledad no deseada.

Para interpretar este dato vamos a analizar la perspectiva más cualitativa y contextual.

Aunque no constituye la experiencia mayoritaria, la proporción de personas que perciben dificultades es significativa, un 36%, especialmente teniendo en cuenta que las entrevistas han incorporado perfiles potencialmente más expuestos a situaciones de vulnerabilidad relacional.

Los relatos recogidos permiten concretar la naturaleza de estas barreras, que no son únicamente materiales, sino también simbólicas y relacionales:

“Todo se orienta en euskera, dejando fuera a otra población” (Esm13)

“No hay espacios para mí” (Esm15)

“No puedo entrar a bares o establecer relaciones...los espacios del día a día, en los que se mueve la gente, no están habilitados para personas como yo, que necesitamos una silla de ruedas” (Esm05)

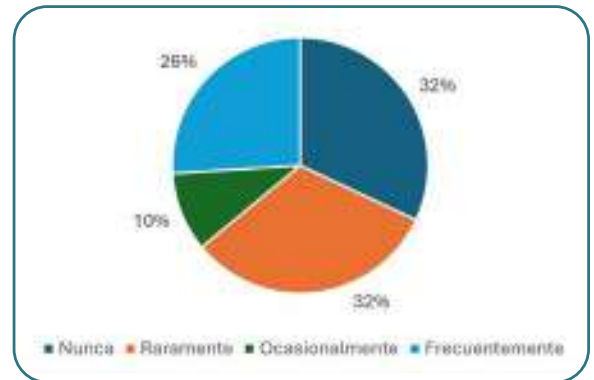


Gráfico 58 ¿Sientes que tu origen, edad, orientación sexual o condición física te dificultan participar en la vida del barrio?

“al principio fue difícil porque eres joven, pero eres inmigrante y sólo te vinculas con las personas mayores que son voluntarias y tú lo agradeces, pero lo que quieres es salir y hacer vida de jóvenes como tú, pero no conoces a nadie (..) el idioma es una gran barrera (Esm09)

La percepción de barreras, pone de manifiesto la necesidad de avanzar hacia entornos comunitarios más inclusivos, capaces de garantizar no solo la existencia de espacios, sino su accesibilidad real para el conjunto de la población.

Percepción de la soledad en el entorno

La forma en que un problema es percibido socialmente, está directamente relacionada con las posibilidades de intervención, abriendo la puerta a su incorporación a la agenda comunitaria.

Por ello, la pregunta relativa a si la soledad no deseada es percibida como un problema en el propio barrio, permite aproximarse a su nivel de visibilidad y reconocimiento por la propia persona, lo cual es clave para su abordaje comunitario.

Un 37% de las personas entrevistadas identifica la soledad no deseada como un problema en su entorno, mientras que un 42% considera que lo es “en cierta medida”. Ello significa que, el 79% reconoce, al menos parcialmente, la presencia del fenómeno en su barrio.



Gráfico 59 ¿Crees que la soledad no deseada es un problema en tu barrio?

En este sentido, los resultados refuerzan la idea de que la soledad no deseada combina una dimensión visible con otra más difusa e invisibilizada, lo que exige estrategias que contribuyan no solo a intervenir, sino también a hacerla más reconocible en el conjunto de la sociedad.

Más de la mitad de las personas entrevistadas (58%) responde “no sabe/no contesta”, lo que apunta a una dificultad para identificar con claridad la evolución del fenómeno en el entorno cercano. Por otro lado, un 21% considera que la situación se mantiene igual, mientras que otro 21% percibe que hay muchas más personas solas que antes.

Este hecho puede interpretarse de varias maneras. Por un lado, la soledad no siempre es un fenómeno observable externamente, lo que dificulta su identificación. Por otro, puede reflejar una cierta ausencia de debate público sobre esta cuestión, que limita la construcción de una percepción compartida.

Asimismo, el hecho de que una parte de la población sí perciba un aumento, del fenómeno, resulta significativo, ya que apunta a experiencias o contextos donde el fenómeno se hace al menos más visible.



Gráfico 60: ¿Dirías que en los últimos años hay más personas solas que antes?

Los resultados en torno a la capacidad de detección social de indicadores de soledad en el entorno cotidiano muestran que un 79% de las personas entrevistadas afirma haber observado en alguna ocasión, situaciones que le hacen pensar que alguien puede sentirse solo o sola.

Este dato indica que, aunque la soledad no siempre se verbaliza, sí es en muchos casos percibida indirectamente a través de comportamientos, contextos o señales visibles.

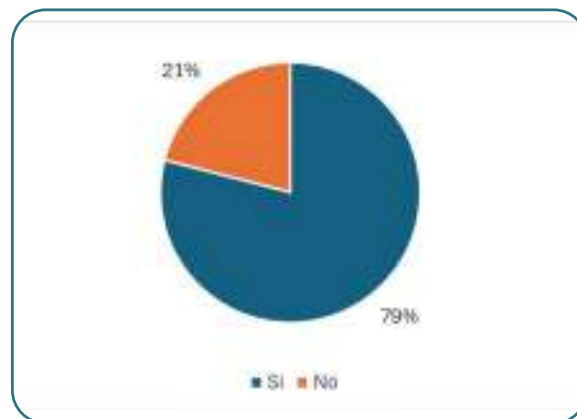


Gráfico 61: ¿Has notado alguna vez situaciones que te hagan pensar que alguien puede sentirse solo/a? (por ejemplo: personas que casi nunca salen, que no reciben visitas, que siempre están solas en espacios públicos, etc.)

“He visto muchas personas en situación de calle o sin hogarismo aquí en la plaza Santa Eugenia” (Esm3)

“Personas mayores con dificultad de movilidad” (Esm7)

“Estar acompañado o con alguien al lado en una plaza, no significa no estar en soledad. Cuando eres migrante siempre te falta algo” (Esm9)

“Gente mayor sola en plazas y en la calle. He observado ciertas situaciones en bares de gente que va sola a beber” (Esm13)

“Hay muchas personas que se les nota la soledad en la cara, o te hablan mucho cuando les atiendes, se quedan conversando. Quien más te habla es porque de seguro necesita conversar más.” (Esm15)

En relación con la capacidad del vecindario como herramienta para dar respuesta a situaciones de soledad, un 47% de las personas entrevistadas considera que los vecinos y vecinas reaccionarían ante una situación de soledad, lo que apunta a la existencia de cierta confianza en su capacidad de respuesta.

Sin embargo, un 21% opina que no se produciría esa reacción, reflejando una percepción de pasividad o falta de implicación que no podemos obviar en el marco del análisis.

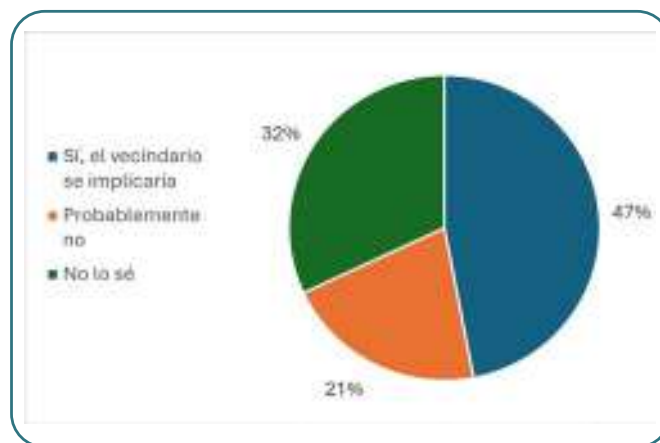


Gráfico 62: Si una persona del vecindario se sintiera sola, ¿crees que los vecinos y vecinas reaccionarían?

“Cada uno tiene sus propios problemas” (Esm3)

“La gente es como: “Si no me dices nada, no hago nada”. Tengo vecinos que viven solos e incluso una que parece tiene un tipo de retraso, pero no piden ayuda.” (Esm15)

“Depende del grado de cercanía que se tenga, conozco gente que comparte con sus vecinos porque saben que están solos y acompañan” (Esm9)

Podemos afirmar, que la respuesta ante la soledad aparece como un factor más relacional, dependiente de factores como la confianza, la proximidad o la visibilidad de la situación. Ello reforzaría la necesidad de fortalecer no solo los vínculos, sino también las dinámicas comunitarias que permitan identificar y responder de manera más proactiva a situaciones de soledad no deseada.

En qué espacios del barrio crees que es más fácil relacionarse y sentirse acompañado/a?

La identificación de los espacios del barrio donde resulta más fácil relacionarse y sentirse acompañado/a permite comprender mejor, la percepción sobre qué entornos actúan como infraestructuras relacionales, es decir, como contextos que favorecen la interacción social y la generación de vínculos.

Los relatos recogidos señalan de forma recurrente tres tipos de espacios: los espacios públicos abiertos (plazas, parques...), los espacios de sociabilidad informal (bares, comercios...) y los espacios organizados (asociaciones y recursos comunitarios).

“Bares, plazas si el tiempo acompaña y asociaciones deportivas o culturales. Todo eso fomenta la interacción social” (Esm1)

“las asociaciones, porque ahí compartimos y podemos relacionarnos entre nosotros sin que te miren raro” (Esm4)

“Asociaciones, yo que tengo enfermedad mental, aquí me siento seguro, no discriminado” (Esm9)

“Plazas, Espacios de reuniones abiertos en las que se organicen actividades” (Esm12)

Este tipo de espacios adquiere una importancia particular para colectivos que a priori, pueden experimentar barreras o estigmas en otros contextos, actuando como entornos de pertenencia y reconocimiento.

En conjunto, los resultados evidencian que no todos los espacios del barrio tienen la misma capacidad para generar vínculos, siendo aquellos que combinan accesibilidad, continuidad y percepción de seguridad relacional los que son reconocidos como espacios facilitadores para la conexión social.

¿Qué es lo que más te gusta de vivir en tu barrio? ¿y en tu vecindario?

Conocer cuáles son los aspectos más valorados de vivir en el barrio permite identificar aquellos elementos que contribuyen a la construcción de bienestar cotidiano, arraigo y conexión social, aportando una mirada complementaria centrada en factores que pueden actuar como soporte frente a la soledad no deseada

Por un lado, se valoran aspectos vinculados a la cercanía y la funcionalidad del entorno, como la proximidad de recursos, la tranquilidad o la comodidad en la vida cotidiana:

“Diversidad, me siento cerca de mi casa, hay tranquilidad, creo que todo está cerca” (Esm03)

Asimismo, aparece el valor de las redes personales ya consolidadas, especialmente en relación con la familia y el círculo cercano:

“Tengo todo mi círculo de amigos cercanos y familia... es un barrio cómodo” (Esm01)

Por otro lado, adquieren un peso significativo los elementos vinculados a la identidad colectiva y al clima social del barrio. Se destaca el “sentir de barrio” como una dimensión que remite a la pertenencia, la identificación y la proximidad cultural:

“Ese sentir de barrio, de personas trabajadoras y migrantes... es simple” (Esm05)

En esta misma línea, el conocimiento mutuo y la interacción cotidiana aparecen como factores que refuerzan la conexión social:

“Que la gente nos conocemos” (Esm09)

Finalmente, se valora de manera explícita el clima relacional positivo, entendido como un entorno de cercanía, cordialidad y reconocimiento cotidiano:

“Me gusta que hay buena vibra... todos me saludan y sonríen” (Esm14)

En conjunto, estos elementos configuran una imagen del barrio como espacio potencialmente facilitador de bienestar relacional, donde la proximidad, la diversidad, el conocimiento mutuo y el clima social positivo actúan como factores protectores.

Pasamos ahora a analizar los déficits percibidos desde la experiencia cotidiana, en el entorno comunitario, así como las posibles líneas de mejora para fortalecer las dinámicas relacionales.

**¿Qué crees que falta para que la gente se relacione más?
¿qué se podría mejorar?**

“Existen recursos, pero falta infraestructura, más instituciones que vinculen a las personas” (Esm1)

En esta línea, surge la demanda de generación de espacios y actividades con mayor capacidad de convocatoria e inclusión:

“Una fiesta popular que convoque y reciba a todos los colectivos” (Esm02)

“Generar espacios más diversos, no solo para personas mayores” (Esm03)

Asimismo, se identifica una carencia en términos de diversidad e inclusión, especialmente en relación con colectivos específicos:

*“Más vinculación entre autóctonos y migrantes...
no hay un interés legítimo” (Esm05)*

*“Generar más espacios para la comunidad LGBTQ+,
no solo eventos anecdóticos” (Esm13)*

Percibiendo barreras relacionadas con la accesibilidad y la organización de las actividades, tanto en términos físicos como de horarios:

“Espacios con ascensores... acceso a sillas de ruedas” (Esm05)

“Actividades accesibles y con horarios más flexibles” (Esm16)

En el plano organizativo, aparece de forma clara la necesidad de mejorar los canales de información y difusión:

“Si no eres parte de una asociación no te enteras de nada” (Esm12)

Más allá de los aspectos estructurales, algunos discursos introducen una reflexión de carácter más amplio sobre las transformaciones sociales:

*“Las personas estamos perdiendo humanidad...
se prima la individualidad” (Esm07)*

Finalmente, se pone en valor la importancia de elementos relacionales básicos como la empatía y la disposición al encuentro:

*“Lo que es necesario es que las personas del barrio tengamos
más empatía unas con otras” (Esm18)*

En conjunto, las propuestas recogidas no se limitan a la creación de más actividades, sino que apuntan a la necesidad de repensar las condiciones en las que se produce la interacción social, lo que incluye garantizar la accesibilidad, diversificar la oferta, mejorar la comunicación, generar espacios inclusivos y promover dinámicas que favorezcan una participación real y sostenida en el tiempo.

¿Qué pequeño gesto, actividad o cambio crees tú que ayudaría a que nadie en tu vecindario se sintiera solo/a?

Los discursos recogidos muestran, la coexistencia de distintas formas de entender la responsabilidad ante la soledad. Por un lado, aparecen visiones que sitúan su abordaje en el ámbito individual:

“Es difícil a nivel vecindario es poco lo que se puede hacer” (Esm01)

Sin embargo, la mayoría de las aportaciones ponen el acento en el potencial del entorno comunitario y en la importancia de las relaciones cotidianas como mecanismo de prevención con capacidad real para generar conexión:

“Pequeños gestos, como un qué tal... abrir espacios de conversación real” (Esm05)

“Hablar más, compartir, interesarse por el otro” (Esm10)

“Que te saluden con una sonrisa, que nos preocupemos un poco unos por otros” (Esm19)

Estas prácticas, aparentemente menores, adquieren relevancia al facilitar el paso de interacciones superficiales a vínculos más significativos.

Asimismo, se subraya la importancia de visibilizar y reconocer a las personas en situación de vulnerabilidad, especialmente aquellas que tienden a ser invisibilizadas en el espacio público:

*“Ver como personas a quienes están en situación de calle...
empatizar” (Esm03)*

Otra línea de propuestas apunta a la necesidad de fortalecer redes de apoyo vecinal y dinámicas de ayuda mutua:

“Hacer redes... ayudar a quien no pueda salir, llevar el recado” (Esm07)

“(...) un banco de ayuda de manitas, de vecinos” (Esm11)

También se identifica la necesidad de generar espacios inclusivos y seguros, que permitan la participación de perfiles diversos:

“Espacios que no limiten a las personas por su origen o condición” (Esm09)

En esta línea, se plantea la importancia de ampliar y diversificar las actividades comunitarias:

“Más actividades diversas que apunten a distintos grupos” (Esm12)

“Espacios donde poder conocerse... con horarios flexibles” (Esm17)

Finalmente, algunas propuestas introducen la dimensión de la concienciación social, como vía para generar empatía y reconocimiento del fenómeno:

“Contar historias reales para que la gente empatice con el problema, con nuestros problemas de soledad” (Esm14)

Las aportaciones recogidas, evidencian que la prevención e intervención en situaciones de la soledad no deseada, no depende exclusivamente de actuaciones estructurales, sino también de la activación de dinámicas relacionales en la vida cotidiana, reforzando la idea de que el vecindario puede desempeñar un papel relevante en la mitigación de la soledad, siempre que se promuevan condiciones que favorezcan el encuentro, la empatía y la construcción de vínculos desde lo cotidiano.

Porque, si bien el apoyo vecinal está presente, todavía carece de una estructura sólida y de una distribución homogénea que le permita actuar con todo su potencial como mecanismo de prevención.

Aunque la soledad no deseada no siempre se percibe como un problema urgente, existe una conciencia social latente sobre su presencia. El fenómeno está reconocido de forma difusa, pero aún necesita ser nombrado y comprendido colectivamente.

La falta de una visión clara sobre su presencia y evolución apunta a la necesidad de darle mayor visibilidad promoviendo la creación de espacios de reflexión compartida.

En este sentido, potenciar y diversificar los espacios de encuentro se convierte en una línea de acción prioritaria, siempre que estos sean capaces de acoger la diversidad del municipio y de generar interacciones significativas.

Los resultados refuerzan así una idea central que atraviesa todo el análisis, el fortalecimiento del tejido comunitario no depende únicamente de disponer de más recursos, sino de cómo activarlos para generar vínculos reales incorporando la soledad no deseada como dimensión transversal de análisis.

La lectura por colectivos priorizados muestra como la soledad no deseada en Getxo no se distribuye de manera homogénea, sino que adopta formas diferenciadas según posición vital, identitaria y funcional, interactuando de manera directa con el barrio y con las condiciones de acceso real a la comunidad.

Lejos de constituir “grupos aislados”, los cinco colectivos analizados muestran patrones compartidos en relación a la soledad no deseada, pero también rasgos específicos a la hora de abordar dimensiones como la exclusión o la invisibilización.

Personas jóvenes

La soledad no deseada se configura principalmente como desconexión relacional y comunitaria, más que como aislamiento objetivo.

La combinación de factores como el contacto frecuente con iguales, una red vecinal prácticamente inexistente, sentimiento de baja pertenencia, participación comunitaria limitada y una cartografía afectiva poco acogedora sitúa a la juventud en una posición de soledad poco visible y escasamente detectada, que tiende a quedar fuera de los dispositivos clásicos de intervención.

Los resultados nos permiten afirmar que abordar la soledad juvenil en Getxo requiere ir más allá de la oferta de actividades, incorporando estrategias de reconocimiento, habilitación y construcción de pertenencia territorial que hagan posible que las personas jóvenes se sientan menos solas y más parte del barrio.



Personas con diversidad funcional

Las barreras físicas, el estigma y la falta de espacios inclusivos no sólo limitan la participación, sino que intensifican la vivencia de soledad, subrayando que la inclusión comunitaria requiere accesibilidad real, reconocimiento cotidiano y mediación activa.



Personas migradas sin red de acogida

La soledad no deseada se configura como un fenómeno generalizado, caracterizado por la interacción cotidiana limitada al círculo de iguales, ausencia de red vecinal, falta de reconocimiento y la existencia de barreras identitarias explícitas.

A diferencia de otros colectivos, el análisis muestra que la soledad en personas migradas combina aislamiento relacional, invisibilidad simbólica y condiciones estructurales, aspectos estos que limitan tanto la pertenencia como la capacidad de acción comunitaria.

Porque estar en el barrio no equivale a ser parte del barrio, y el acceso real a la comunidad depende de mediaciones activas, espacios seguros y reconocimiento cotidiano.



Personas mayores

La soledad no deseada no se explica por ausencia de red, sino por la reconfiguración de vínculos más asociada a factores como el cambio asociado a las transiciones vitales, la contracción progresiva del contacto social y las barreras de accesibilidad física y simbólica. Las entrevistas muestran que las personas mayores cuentan en general con apoyo vecinal, pero la intensidad de la relación y el reconocimiento comunitario varían según el barrio.

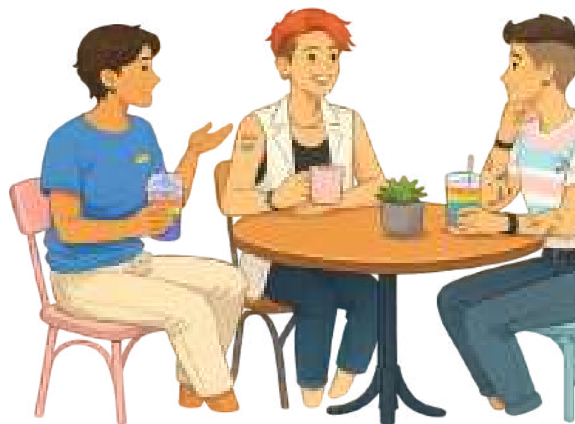


Colectivo LGBTQ+

La soledad no deseada se manifiesta como una experiencia generalizada de “soledad en compañía”, combinada con baja densidad de interacción cotidiana, ausencia de vínculos vecinales de confianza y reconocimiento comunitario limitado.

Ese “sentirse parte” no garantiza “sentirse reconocido/a”, y las barreras identitarias condicionan de manera directa el acceso real a comunidad.

La experiencia LGBTQ+ en Getxo pone de relieve que la pertenencia al barrio requiere de seguridad relacional, estrategias de mediación y habilitación de espacios inclusivos, más allá de la mera oferta de actividades.



El análisis realizado hasta el momento, en relación con la caracterización sociodemográfica, los datos cuantitativos y las entrevistas semiestructuradas, nos permite afirmar que la soledad no deseada en Getxo no responde a una única lógica, sino que emerge de la interacción entre estructura demográfica, configuración urbana y dinámicas relacionales cotidianas.

Lejos de configurarse como un fenómeno homogéneo, el municipio se presenta como un mosaico de contextos relacionales diferenciados, donde cada barrio genera condiciones específicas que favorecen o dificultan la construcción de vínculos, “Getxo son muchos Getxos y eso es algo que debemos tener muy presente”.

En este sentido, el diagnóstico confirma la existencia de múltiples realidades relacionales coexistiendo en el mismo municipio, lo que se traduce en implicaciones directas en la forma en que se experimenta la soledad no deseada.

1. Proximidad física vs proximidad relacional

Uno de los hallazgos más consistentes es la existencia de una brecha entre cercanía espacial y conexión social. Los datos muestran que: la mayoría de la población convive en entornos relacionales densos o compartidos

Pero una parte significativa:

- No conoce a sus vecinos
- No percibe apoyo cercano
- Mantiene relaciones superficiales

Lo que se traduce en un modelo donde compartir espacio no implica necesariamente compartir vínculo.

2. La soledad como fenómeno transversal, pero no homogéneo

La soledad no deseada no se concentra exclusivamente en aquellos colectivos tradicionalmente considerados como vulnerables, sino que aparece en diferentes etapas vitales, experimentándose incluso en contextos caracterizados por una elevada interacción social

Esto introduce una idea clave:

la soledad no es ausencia de contacto, sino déficit de vínculo significativo

3. Modelos territoriales de producción de soledad

El análisis por barrios nos ha permitido identificar distintos modelos de soledad:

Algorta: Soledad asociada a la falta de calidad del vínculo

- Alta actividad y oportunidades de contacto
- Baja profundidad relacional
- Percepción de anonimato a pesar de los contextos activos

Las Arenas: Soledad asociada a vínculos frágiles o segmentados

- Relaciones frecuentes en espacios cotidianos
- Contacto sostenido por rutinas urbanas
- Desigual capacidad de acceso a esos espacios

Romo: mayor capacidad estructural de protección

- Alta densidad poblacional y mayor uso del espacio público
- Mayor facilidad para generar relaciones
- Dependencia de dinámicas comunitarias activas

Andra Mari: Soledad asociada a la dispersión

- Baja densidad y dependencia del transporte
- Menor interacción espontánea producto de peor accesibilidad
- Envejecimiento elevado

Neguri: Soledad invisibilizada

- Baja densidad relacional en el espacio público
- Predominio de espacios de interacción de carácter privado
- Menor expectativa de interacción vecinal
- Soledad menos visible, más difícil de detectar

4. Debilidad estructural del vecindario como red de apoyo

Otro de los hallazgos centrales recogidos hasta el momento, pasa por la transformación del vecindario, que ha perdido parte de su función como red cotidiana de apoyo, basándose en dinámicas de ayuda mayoritariamente reactivas.

A pesar de que se mantiene la disposición a ayudar y la posibilidad de apoyo puntual, se percibe una debilitación progresiva de aspectos clave como:

- La confianza
- La reciprocidad fruto de relaciones estables
- La identificación del vecindario desde una óptica de colectividad

5. Déficit de infraestructura relacional

Detectamos una ruptura con la idea habitual que traduce paliar la soledad con habilitar recursos, espacios o servicios. Getxo es un municipio que cuenta con equipamientos, con una red comercial sólida y con actividad urbana consolidada, pero pese a ello el 42% de los y las vecinas percibe pocos espacios para relacionarse, descendiendo el porcentaje al 29% al considerar el barrio como un entorno facilitador de relaciones.

El problema no es tanto la cantidad de recursos con los que contamos, sino su capacidad real para generar vínculos.

6. Existencia de un potencial relacional no activado

Identificamos una demanda relacional que reconoce el valor de la comunidad y del vecindario como recurso, pero echa en falta dinámicas sostenidas que faciliten la existencia de contextos inclusivos.

- El 88% quiere más oportunidades para relacionarse
- El 89% cree que un vecindario más conectado reduciría la soledad no deseada

Y es que, el conjunto del análisis apunta a una idea de fondo:

Getxo no presenta un problema de ausencia de vida social, sino de fragmentación relacional, expresada en:

- Relaciones superficiales
- Redes cerradas
- Desigual acceso a espacios de interacción
- Diferencias entre barrios

Lo que genera...

Desigualdades a la hora de generar y sostener vínculos, ya que no todas las personas parten de las mismas condiciones para relacionarse en su entorno cotidiano. Factores como la edad, la movilidad, la situación socioeconómica o el propio diseño del barrio condicionan las oportunidades de interacción, generando escenarios donde algunas personas quedan en una posición de mayor vulnerabilidad relacional.

Invisibilización de determinadas formas de soledad, especialmente aquellas que no se corresponden con perfiles tradicionalmente asociados al aislamiento

Una creciente dependencia de la iniciativa individual para la generación de relaciones, en un contexto donde el entorno no siempre actúa como facilitador activo del encuentro. En ausencia de estructuras comunitarias sólidas que faciliten la puesta en marcha de dinámicas relacionales accesibles, la construcción de vínculos recae en gran medida en la capacidad, disponibilidad o disposición individual, lo que contribuye a ampliar las brechas existentes, dejando fuera a quienes presentan mayores dificultades de relación.

De ahí que resulte clave, avanzar hacia un enfoque que sitúe el foco en las **condiciones relacionales del entorno**, promoviendo contextos que faciliten el encuentro cotidiano, la generación de confianza y la construcción de vínculos significativos.

Ello implica, que debemos apostar por orientar la intervención no solo a crear espacios, sino a crear espacios en los que se activen dinámicas que los conviertan en entornos accesibles, inclusivos y sostenidos en el tiempo, capaces de reducir las desigualdades en el acceso a la relación y de reforzar el papel del vecindario como red de apoyo, incorporando una mirada territorial que reconozca las diferencias entre barrios y permita diseñar respuestas ajustadas a las características específicas de cada contexto.

4.4. Las Entrevistas en Profundidad

El objetivo que nos hemos planteado con las entrevistas en profundidad ha sido complementar la información obtenida a través de la encuesta y de las entrevistas semiestructuradas, mapeando las dimensiones del fenómeno desde la perspectiva de quienes trabajan directamente con los colectivos más susceptibles de sufrir soledad no deseada.

Lo más interesante es, que estas voces no hablan en abstracto, sino que lo hacen desde la cercanía de su labor diaria: servicios de proximidad, acompañamiento a mayores, trabajo con jóvenes migrantes, cuidados paliativos, salud mental, asociacionismo cultural y de base, o mediación intergeneracional.

a) Conocimiento del fenómeno

Las entidades no hablan sobre la soledad no deseada de manera teórica, sino que identifican con precisión los momentos que la desencadenan, como cuando alguien se queda viudo, se muda a un nuevo lugar, o pierde su autonomía de forma repentina.

También ven cómo se manifiesta la soledad. Por ejemplo, cuando la gente expresa su malestar de manera indirecta o finge normalidad a pesar de sentirse sola.

Además, saben qué factores contribuyen a empeorar la situación. Por ejemplo, la precariedad habitacional que provoca mayor aislamiento, o no poder hablar el idioma y expresar emociones, o el estigma social, que hace que la gente no busque ayuda.

Es este conocimiento práctico el que les permite ver esas soledades que muchas veces no son fácilmente visibles y que en ocasiones no llegan ni siquiera a los servicios públicos.

b) Detección de invisibilidades

Las entidades destacan por su capacidad para detectar el malestar relacional que existe detrás de otras demandas aparentes.

Muchas personas no van a pedir ayuda directamente porque se sienten solas, sino que lo hacen por necesidades más urgentes como aprender algo nuevo, buscar trabajo, obtener orientación para trámites complicados o recibir ayuda básica.

Es cuando se establece este primer contacto, cuando descubren el problema relacional subyacente, lo que convierte una petición específica en un proceso más complejo que en ocasiones, incluye el aislamiento.

Esta capacidad hace que nuestros informantes puedan entender mejor el problema, yendo más allá de la idea común de una “mujer mayor que está viuda y sola”, visibilizando situaciones nuevas que las estadísticas no siempre captan o a menos no lo hace con tanta profundidad.

c) Mediación comunitaria

Las entidades funcionan como puentes vivos y dinámicos entre personas, barrios e instituciones formales, desempeñando tres funciones que resultan esenciales para abordar cualquier estrategia efectiva en torno a la soledad no deseada:

- **Conexión con detectores cotidianos:** establecen canales entre servicios de proximidad (panaderías, farmacias, peluquerías...) que perciben las primeras señales de alerta en rutinas habituales y los servicios sociales.
- **Activación de redes informales:** Movilizan voluntariados cruzados, espacios relacionales heterogéneos y dinámicas de reciprocidad que van más allá de la asistencia unidireccional.
- **Identificación de límites reales:** Conocen de primera mano qué recursos funcionan efectivamente en el territorio, cuáles presentan limitaciones estructurales y qué mediaciones comunitarias podrían escalarse con apoyo institucional adecuado.

Es por ello por lo que las entrevistas nos ofrecen tres elementos clave para entender mejor el fenómeno de la soledad no deseada en el municipio.

- Una aproximación a la vida diaria de la soledad en Getxo, dónde y cómo realmente sucede.
- Una visión más amplia sobre los grupos de personas que se están viendo afectados por la soledad, como los jóvenes hiperconectados, pero que se sienten solos emocionalmente, las personas migradas sin red de apoyo que se sienten atrapadas en sus propias culturas, las personas que han tenido problemas de salud mental y están marcadas por el estigma, o las mujeres que se sienten sobrecargadas por responsabilidades que nadie ve.
- Una identificación de los métodos de ayuda comunitaria que funcionan en la práctica y cuáles tienen limitaciones.

Naturaleza de la soledad no deseada

La soledad no deseada no es algo único ni fácil de entender.

Depende de la vida de la persona, de su posición social y de sus relaciones. De hecho, los discursos recogidos hablan de una experiencia que atraviesa edades, situaciones y perfiles diversos, aunque se exprese de forma desigual en cada caso.

“La visión que se tiene siempre de la soledad no deseada es una persona mayor, sola en casa, normalmente mujer, pero ahí hay un mundo.” (EP2)

“El tema de la soledad es complejo porque afecta a cualquier persona, independientemente de género, edad, situación económica, origen” (EP1)

Una primera distinción relevante es la diferencia entre la soledad objetiva y la subjetiva. Algunas personas viven situaciones claras de aislamiento material, con ausencia de red, escasez de apoyos y baja interacción cotidiana.

En otros casos, sin embargo, la experiencia de soledad persiste aun cuando existe cierta cobertura funcional o incluso compañía. Esta distinción resulta importante porque desplaza la comprensión del fenómeno desde una lectura puramente cuantitativa de los vínculos hacia una más cualitativa, centrada en el sentido de la relación, el reconocimiento y la vivencia emocional.

“Aunque me pongan una persona que cuide de mí, eso no quiere decir que no esté sola” (EP5)

“A veces es una soledad no deseada que percibe uno mismo porque no se siente identificado con el alrededor y otras veces es una soledad deseada materializada en que nadie te habla” (EP5)

“El 90% de las personas (vulnerables) que atendemos aquí, por no decir algo más, viven una situación de soledad no deseada a mayor o menor nivel. Tienes gente que tiene pareja o tiene un par de amigos por ahí, pero ves que ni son amistades sanas ni realmente les llenan ni el día a día ni nada.” (EP7)

Junto a ello, las personas entrevistadas insisten en el carácter transversal del fenómeno, y coinciden en que la soledad no deseada atraviesa perfiles sociales muy distintos, no pudiendo circunscribirse a un único grupo.

Aparece en personas mayores, pero también en trayectorias migratorias, en situaciones de exclusión, en procesos de enfermedad, en momentos de ruptura biográfica y, cada vez más, en personas cada vez más jóvenes.

Lo que cambia no es tanto la existencia del fenómeno como sus formas de expresión, sus desencadenantes y los recursos disponibles para afrontarlo.

“Todos estamos en soledad en algún momento determinado, y una persona sola está todavía más en soledad, porque llegarás a las 7 de la noche después de haber dicho al gimnasio, al baile, a no sé qué, y es igual, me planto sola” (EP3)

“El tema de la soledad es complejo porque afecta a cualquier persona, independientemente de género, edad, situación económica, origen” (EP1)

Otra característica destacada, identificada en el discurso, es la invisibilidad social de la soledad no deseada.

Se insiste en la idea de que rara vez se presenta como demanda explícita ni como situación evidente para el entorno. No demandar ayuda: se manifiesta en silencios, rutinas mecánicas y estrategias de supervivencia emocional que la camuflan ante las miradas externas.

“Cuesta mucho reconocer que uno se encuentra en esta situación” (EP1)

A menudo, queda oculta tras discursos de autosuficiencia (“estoy bien así”) o el estigma que genera vergüenza. Ser visto como “el/la solitario/a” paraliza la admisión pública y fomenta el disimulo activo.

“El tú mismo decir ‘soy una persona que estoy sola’, pues no es fácil decirlo, ni admitirlo, ni que alguien lo note. Mucha gente que está sola igual hace lo posible por disimularlo. (...) Tiene tanto estigma que creo que mucha gente que tiene la opción de ocultarlo lo va a ocultar.” (EP14)

Incluso en espacios abiertos como plazas o parques, la soledad coexiste de manera invisible. Basta mirar con atención para descubrirla en detalles sutiles como son las ausencias de interacción y las presencias solitarias entre la actividad colectiva.

“En las plazas más populares del pueblo vas a encontrar que los niños están jugando, pero también hay niños que están solos. Entonces creo que también hay espacios donde parece que nadie está solo y si nos ponemos a mirar y observar con tranquilidad, hay gente que está sola.” (EP17)



Esta opacidad se agrava en situaciones específicas como la vida en la calle, así como, en contraste, aquellas con mayor nivel de renta.

“Aquí el factor económico es fundamental. (...) Creo que las personas con más nivel económico tienen más problemas de aceptación. De aceptar esa soledad no deseada. Es una opinión. Normalmente se rigen por otros perfiles. Y tienen sus propios, sus clubs, sus formas de vida, sus entornos” (EP3)

“Es una manera también de lidiar con el sentimiento de soledad y de desamparo que supone el vivir en la calle tantos meses y muy invisibilizado, porque la calle invisibiliza mucho” (EP5)

Todos estos elementos favorecen una opacidad que ayuda a explicar por qué muchas situaciones de soledad permanecen fuera del radar institucional y comunitario hasta fases muy avanzadas, dificultando su detección temprana.

También ayuda a explicar el por qué muchas situaciones avanzan sin que el entorno cercano o los recursos formales lleguen a percibirlas con claridad.

“El problema de la soledad no deseada es que es muy difícil combatirla, porque el problema es poder diagnosticarla. Porque la persona que realmente sufre de soledad no deseada está en una casa, en un piso (...) donde nadie sabe” (EP8)

Porque la soledad no deseada no solo es una experiencia personal, sino un fenómeno estructural.

“La soledad al final no deja de ser estructural. Para nosotras son casi todos los colectivos que se encuentren en una situación de vulnerabilidad (...) sufren de una soledad estructural” (EP1)

Esto se aprecia con especial claridad en los relatos vinculados a salud mental, donde la pérdida de vínculos no aparece simplemente como un accidente biográfico, sino como el efecto de procesos de estigmatización y expulsión relacional.

“Cuando tienes un diagnóstico de enfermedad mental, tu entorno desaparece... Yo tenía amigos, (...) en la universidad, ingreso en un psiquiátrico, tengo un diagnóstico y mis amigos desaparecen. La familia me empieza a tratar diferente (...) todo eso desaparece” (EP1)

En conjunto, el análisis cualitativo nos permite afirmar que la soledad no deseada debe entenderse como un fenómeno relacional, subjetivo y socialmente mediado. Un fenómeno, que no remite únicamente a la falta de compañía, sino también a la ausencia de vínculos significativos, de reconocimiento mutuo y de posibilidades reales de pertenencia comunitaria.

En este sentido, es interesante resaltar, cómo las personas entrevistadas apuntan cómo los cambios sociales impulsan cambios en las necesidades relacionales y emocionales de las personas, lo cual incide directamente en cómo se percibe el fenómeno.

“Es verdad que la soledad no deseada ha ido cambiando a lo largo de la historia. Cada vez somos más individualistas, entonces, no es que haya más personas solas (...) es que el sentimiento de comunidad se está perdiendo totalmente” (EP5)

“Hay en este momento un modelo social que me llama la atención, que ahora nos estemos preocupando de la soledad, cuando antes nos preocupábamos de comer, tener trabajo y tener educación. Nuestra pirámide de Maslow va de otra manera (...) Y entonces ya no solo es alimentación y tal, sino que son otras cosas, otras necesidades que van surgiendo en una sociedad mucho más desarrollada. Yo no estaría hablando de soledad, claro, si no tuviéramos resuelto otras cosas, las necesidades básicas” (EP6)

Las entrevistas muestran cómo la realidad de la soledad no deseada está alejada de ese perfil/ es más claramente identificados por el imaginario social, el de la mujer mayor viuda, aunque este colectivo siga siendo una referencia recurrente.

Los discursos recogidos, ofrecen una visión mucho más amplia, y una diversificación significativa de situaciones de exposición, donde la edad, la trayectoria migratoria, la salud mental, la identidad o la sobrecarga de cuidados, entre otros, configuran distintos modos de vivir el aislamiento.

a) Perfiles clásicos

a.1) Personas mayores

El grupo de personas mayores aparece como referente más habitual de la soledad no deseada, asociado a fragilidad física, pérdida de red y procesos de cronificación. Sin embargo, las entidades rechazan enfáticamente la imagen homogénea de este colectivo, destacando su diversidad interna por edad, recursos y trayectorias.

“Es un colectivo además diverso, súper diverso, porque tú no eres igual de 65 a 75 que de 75 a 80, que luego a los 90.” (EP8)

No se trata solo de mujeres viudas del imaginario tradicional, sino de un espectro amplio: desde jubilados activos de 60 años hasta nonagenarios dependientes, desde perfiles con recursos económicos hasta los más precarizados. La representación mediática simplifica esta complejidad real.

“Las personas mayores es un universo, no es una categoría única, no es lo que puedas ver en los anuncios en televisión, es un universo con gente de todo tipo” (EP4)

La vejez, se cruza además con condiciones agravantes como dependencia económica, ubicación en barrios con pocos recursos a nivel comunitario o, trayectorias migratorias. Un ejemplo es el de las mujeres migrantes que llegaron jóvenes a la sociedad de destino, en nuestro municipio dedicadas mayoritariamente al sector de Cuidado, quedan en la vejez sin red de apoyo, sumando el desarraigo cultural al aislamiento generacional.

“Me preocupa mucho es las personas migradas de una cierta edad que han venido aquí y fueron seguramente los primeros en llegar a cuidar y tal. Y (...) llega un momento de tener 70 y no tiene red, no tiene familia y están súper mega solas.” (EP10)



b) Perfiles emergentes

b.1) Mediana edad

Las personas de mediana edad (40-50 años) emergen como perfil significativo, afectado por la soledad no deseada, invisibilizado por su aparente normalidad funcional.

Van al trabajo, mantienen rutinas, pero enfrentan rupturas (divorcios, duelos, desempleo), baja autoestima y procesos depresivos que los desconectan emocionalmente. Las entidades destacan cómo este grupo “pasa desapercibido” porque no encaja en estereotipos clásicos.

“Una mujer o un hombre de 40 años o 50 que vive, va a trabajar, vuelve y el fin de semana está más solo que la una. O sea, que hay todo tipo de casos” (EP2)

Particularmente impactantes son los casos donde enfermedad súbita revela la fragilidad relacional subyacente. Una mujer recién diagnosticada de cáncer no teme tanto la enfermedad como quedarse sola en el proceso. Estos momentos de crisis vital actúan como detonantes que sacan a la luz soledades preexistentes.

“Una vez vino una chica (...) desesperada, porque acababa de salir de Urduliz, le acaban de detectar un cáncer de pecho, y lo primero que ella estaba preocupada era porque estaba sola, tenía dos hijas que vivían fuera, y entonces decía: “¿A mí quién me va a acompañar?” (EP2)

Las entidades de atención primaria observan alta prevalencia en mujeres de este rango de edad, donde causas diversas (enfermedad, migración, consumo, rupturas) convergen en aislamiento relacional. La dificultad para “dar el paso” hacia integración social agrava estas trayectorias.

“Gente de mediana edad que no es capaz de integrarse en lo que se supone que es una sociedad normalizada. (...) Con la autoestima muy bajita y que no son capaces de dar ese paso. Gente con depresiones, (...) los motivos son muy diversos. Enfermedad, migración, consumo...” (EP7)



b.2) Juventud

En contra de la imagen convencional, la juventud aparece con fuerza como colectivo vulnerable en relación con la soledad no deseada. Las entidades la identifican como uno de los problemas más importantes que actualmente afronta el colectivo, incluso por encima de personas mayores en algunos contextos, y todo ello debido a la evolución de la sociedad hacia una mayor fragilidad de las relaciones.

“La juventud... es uno de los problemas mayores que estamos detectando” (EP6).

Paradójicamente, a pesar de que muchos jóvenes viven en familia, perciben soledad profunda, fruto de la desconexión emocional pese a la hiperconexión digital. La creencia de “estar conectados” digitalmente enmascara la ausencia de vínculos significativos cara a cara.

“Veo a personas (jóvenes) de mi alrededor que viven en una casa con una familia, viven y perciben que se sienten solos y solas. Porque nos creemos que estamos muy conectados y no conectamos nada” (EP5)

Las redes sociales agravan esta dinámica: no solo sustituyendo relaciones auténticas, sino dificultando construir nuevas amistades desde cero. Incluso profesionales jóvenes reconocen no saber cómo generar nuevos vínculos más allá de círculos preexistentes, por falta de espacios que propicien la interacción social.

“Creo que el uso de las redes sociales y del ámbito digital social no lo estamos regulando (...) Y hay mucha gente joven que no se identifica con nada e incluso yo misma, si quisiese conocer más gente joven, de cero, no sabría muy bien cómo empezar más allá de mis amistades de toda la vida. (...) Es algo complicado el conocer nuevas personas y no es algo que se propicie desde ningún sitio” (EP5)



“Cada vez está afectando más a jóvenes. Oyes cosas y te asustas de que cada vez ves perfiles de personas más jóvenes que están marginadas y solas sin quererlo. (...) Ahora te quedas en casa con el ordenador, el móvil, (...) cuando te quieres dar cuenta dices “¡Uy! No tengo aquí a nadie” (EP7)

A esta dimensión digital se suman contextos familiares precarizados: adolescentes prácticamente solos porque progenitores depresivos, ausentes o inmersos en supervivencia económica no ejercen un acompañamiento emocional básico.

“Hay mucha gente, muchos chicos y chicas, de adolescentes y jóvenes, que están muy solos porque hay familias muy precarizadas. Por ejemplo (...) un chico que vive prácticamente solo porque tiene a una madre que está depresiva, el padre no existe. Hay familias muy desestructuradas, muy precarias, que trabajan también, que no están con los hijos, que económicamente con muchas penurias.” (EP8)

“Antes sí que teníamos perfiles de niños que estaban más horas en casa porque sus padres trabajaban y estaban mucho más encerrados en casa por no tener con quién estar en la calle o en el parque o lo que sea, y entonces sí que los traían a la ludoteca.” (EP9)

b.3) Personas migradas

Las personas migradas se identifican como un colectivo de “alto riesgo” a la hora de sufrir soledad no deseada, por diferentes motivos como son la ausencia de grupos primarios de referencia, el choque cultural en la sociedad de destino y la dificultad para tejer vínculos fuera de su entorno. Llegan sin soportes básicos, familia, amigos de infancia, colegios compartidos, a un territorio ajeno donde todo debe reconstruirse desde cero.

“Vienes a un país que no es el tuyo, donde no tienes redes, donde no has ido al colegio de este país, donde no tienes amigos, donde no te conocen, no tienes familia, no tienes nada” (EP3)

“Ahora me tengo que integrar aquí, ¿cómo lo hago? (...) ¿Cómo construyes aquí un futuro que culturalmente no es el tuyo?” (EP6).

Las redes iniciales se limitan a coetáneos (ucranianos con ucranianos, sudamericanos entre sí...), formando guetos que no facilitan la integración real.

“Son chicos que tienen una red social que se limita únicamente a personas que nacieron en el mismo país que ellos o que hablan su mismo idioma, y la red social no va mucho más allá, no se abre a la realidad de aquí” (EP5)

Particularmente invisibilizadas están las mujeres sudamericanas internas en hogares, confinadas en espacios laborales sin alternativa residencial ni tiempo para encuentros comunitarios. Su soledad se agrava por la doble carga: trabajo doméstico + desarraigo cultural sin espacios propios.

“Veo mujeres sudamericanas que están trabajando en casas, internas” (EP6)



b.4) LGBTQ+ y personas con cuerpos no normativos

Personas LGBTQ+ y con cuerpos no normativos viven soledades particulares, ligadas al ocultamiento y violencia simbólica en espacios públicos aparentemente inclusivos. No se trata solo de falta de compañía, sino de una exclusión estructural.

“ Las personas gordas también, hay muchas que no quieren salir a la calle, que prefieren quedarse en casa ante una actividad social en la que los van a mirar cómo comen, les van a criticar por cómo caminan. Cualquier cuerpo que esté fuera de la norma y que sienta esa violencia del sistema, creo que... es una soledad en el medio del espacio público. ” (EP17)

“Parece que entendemos que todo el mundo tiene que seguir el mismo patrón y corte. Y nos cuesta asumir que no es así. Entonces cualquier persona que se salga un poco de esa realidad, que en realidad no existe porque no hay una realidad normativa, la excluimos” (EP5)

El proceso de reconocerse dentro del colectivo LGBTQ+ genera aislamiento previo al “salir del armario”, especialmente en municipios pequeños donde la visibilidad conlleva riesgos. Esta fase de autodescubrimiento transcurre en soledad, sin modelos ni espacios seguros.

La vejez agrava esta dinámica: personas LGTBQ+ que vivieron marginalidad retornan al armario en residencias, enfrentando incomprensión generacional.

“Si llegar a viejo y a vieja es complicado, si ya eres de un colectivo (LGTBQ+) que ha estado en la marginalidad siempre, pues todavía más complicado. Por ejemplo, en el mundo de las residencias de ancianos, eres gay, eres queer, eres lesbiana y salir del armario allí es muy complicado. La gente sigue sin salir del armario o se vuelve a meter en el armario cuando llega a una residencia. Eso quiere decir que tienen como el proceso inverso de pronto.” (EP8)

Las infancias LGTBQA+ representan el desafío futuro: la sociedad no está preparada para acompañar identidades diversas desde la infancia, lo que da lugar a soledades tempranas que marcan trayectorias completas.

“Las infancias LGTBQA+ también, la sociedad todavía no está preparada para recibir y acompañar esas identidades. Ahí hay una soledad no deseada que es necesario estar atento y acompañarlos.” (EP17)



b.5) Mujeres cuidadoras

Las mujeres en situación de cuidados prolongados viven una soledad invisible, marcada por la sobrecarga constante y la ausencia total de espacios propios.

Su día se consume en responsabilidades ineludibles (maridos dependientes, padres ancianos, nietos pequeños) que impiden incluso paseos o encuentros sociales básicos. Esta dinámica las relega a “supervivencia funcional” sin tiempo para vínculos recíprocos.

“La gente que cuida tiene una situación de soledad y de angustia (...) si tú les propones ir a pasear y no pueden (...) es que le tengo que cuidar a mi marido (...) te quedas y te aguantas. (...) A esas personas también les tienes que dar herramientas para salir” (EP2).

Igualmente, reseñable es el vacío posterior a la pérdida, cuando los cuidados concluyen. Mujeres que criaron nietos durante años enfrentan depresión profunda al perder ese rol central. Los nietos adolescentes, ahora autónomos, dejan de visitarlas, rompiendo el único vínculo significativo de su rutina.

“En medicina familiar se detectaban muchísimos casos de depresión y de esto, de gente que había estado cuidando a los nietos todo el tiempo, o sea, los había criado prácticamente, y cuando los nietos ya tenían 12 años, 13 años, ya eran autónomos, ni a los iban ni a ver” (EP2)



b.6) Hombres

Una idea recurrente en el análisis es la que aborda como los hombres tienden a no verbalizar su soledad, sobrellevándola en privado y dificultando su detección. Esta actitud cultural se observa tanto en la reticencia a participar en dispositivos comunitarios como en la negación del malestar emocional, incluso cuando es evidente para los profesionales.

“El hombre no te va a decir que está en soledad, no te va a venir a los talleres, no te viene. Esto es así” (EP3)

“Los hombres que atendemos aquí que viven esa situación de soledad como que lo comparten menos. Lo viven, tú lo ves, lo sabes. Pero no buscan tanto la compañía, sino como que lo sobrellevan como ellos pueden. Y sin embargo ellas que se suelen abrir más, así que piden más ayuda.” (EP7)

Esta tendencia a la invisibilización contrasta con la mayor disposición femenina a pedir ayuda, configurando un patrón diferencial clave para el diseño de intervenciones específicas.

“Hay una mayor tendencia a la protección mutua entre mujeres que entre hombres (...) Y por eso yo creo que la soledad entre los hombres mayores puede ser mayor, más intensa, que entre las mujeres” (EP4)

“Ellas tienden a eso, a verbalizarlo, a comentarlo y a reconocer que es un problema. Me cuesta salir de casa porque no encuentro fuerzas ni para levantarme de la cama. Ellos generalmente no (...) es cierto que el hombre generalmente intenta tirar más, no reconocerlo.” (EP7)

En resumen, el análisis coincide en señalar que no existe un perfil único predominante, sino situaciones de exposición cruzadas y diversas, por ello la soledad no deseada aparece cuando se solapan condiciones de fragilidad (edad, salud, migración...) con la pérdida de soportes relacionales, lo que amplía significativamente el foco del diagnóstico más allá del imaginario convencional.

Esta diversificación se complica aún más cuando estos perfiles acumulan otros aspectos que incrementan la vulnerabilidad: mujeres migrantes cuidadoras que combinan desarraigo con sobrecarga invisible; personas mayores con movilidad reducida que enfrentan edad junto a aislamiento residencial; jóvenes con problemas de salud mental que suman estigma a redes frágiles, por mencionar algunos ejemplos.

Esta interseccionalidad, que genera efectos exponenciales de vulnerabilidad, explica por qué la soledad no deseada se agrava cuando confluyen varios factores, como analizamos en el siguiente apartado.



Fragilidad de redes familiares y sociales

La pérdida o debilitamiento de la red primaria aparece como condición clave. Viudedad, salida de los hijos fuera del hogar, fallecimiento de alguno de los cónyuges o rupturas biográficas dejan a muchas personas sin el soporte básico que antes sostenía su cotidianidad, iniciando procesos de aislamiento progresivo.

“Los cambios en la situación familiar son determinantes (...) divorcios, fallecimientos” (EP4)

“Las personas de aquí pues por separaciones, fallecimiento de pareja, problemas con el alcohol, (...) son muchos factores distintos que los llevan a una soledad bastante potente. (...) Es gente de toda la vida de aquí, de Getxo, pero que por lo que sea se han quedado desconectados. Gente que igual sí que tenía su red, pero se ha caído” (EP7)

A ello se une que la falta de redes no solo implica aislamiento físico, sino también emocional: imposibilidad de compartir preocupaciones y carga exclusiva de los problemas personales, lo que profundiza la soledad.

“La soledad creo que es más tangible en momentos de cambio, vital fuerte que te hace replantearte un poco tu posición en tu propia vida (...) un proceso de duelo, un divorcio, incluso un nacimiento a veces. (...) Lo mismo que aparecen emociones fuertes y bonitas como es la alegría, también muchas veces viene la soledad o la tristeza más absoluta, viene ahí, en los cambios” (EP5)

Siendo especialmente determinante en el caso de los grupos vulnerables, como es el de personas migradas, para las que la ausencia de familia se agrava cuando las redes construidas localmente no resultan funcionales o emocionalmente satisfactorias.

“Perfil migrante, por supuesto. Al final no tiene familia, no tiene red. Cuando consigue hacer red, no es la red más adecuada.” (EP7)

Aislamiento residencial

La vivienda emerge como agravante estructural primario: pisos aislados donde la soledad queda invisibilizada, especialmente cuando se cruza con pérdida familiar o limitaciones físicas que impiden la salida. Esta dinámica convierte el hogar en trampa en lugar de refugio.

“La persona que realmente sufre de soledad no deseada está en una casa, en un piso (...) con poca cultura (...) si tu entorno familiar desaparece, si tienes una dolencia (...) vas a estar metida en un piso donde nadie sabe” (EP8)

Esta reclusión se agrava cuando barreras psicológicas y logísticas limitan el acceso a recursos y servicios básicos, generando una sensación de exclusión sistemática que refuerza el aislamiento iniciado en la vivienda.

“Hemos visto más problemas [...] de personas que se encuentran solas por problemas de accesibilidad, tanto físicas como psicológicas” (EP1)

A nivel urbanístico, elementos como escaleras sin rampas o ausencia de ascensor no solo dificultan la interacción en espacios públicos, sino que materializan un diseño hostil que dificulta la interacción espontánea esencial para reconstruir redes. Sin espacios cuidados e iluminados, adaptados a cada perfil, la interacción espontánea esencial para redes se hace imposible.

“Espacios amigables o espacios cuidados en el sentido de que se cuiden los espacios o la iluminación. Cada perfil va a tener como algo más específico que cuidar para que también las personas se sientan con más ganas de salir, de relacionarse.” (EP11)

Incluso cuando se intenta salir, a veces el vecindario actúa como factor agravante cuando genera rechazo o indiferencia, rompiendo posibles lazos de proximidad cotidiana.

“El vecindario influye criminalizando o evitando mirar o pasando de ellos (jóvenes migrantes) o poniendo malas caras. Así influye. Directamente no relacionándose” (EP5)

Brecha lingüística

La carencia de competencias lingüísticas, bloquea simultáneamente trámites administrativos esenciales y la expresión de emociones, dejando a las personas en un desamparo que combina lo práctico con lo emocional.

“Sobre todo, por ejemplo, cuando tienen que preparar papeles o cosas: “¿Y esto cómo hago? Que es que no lo sé, es que estoy solo.” Le sale un poco esa expresión como más natural” (EP6)

“Hablar de sentimientos en tu lengua materna es muchísimo más fácil” (EP5)

Sin idioma compartido, las relaciones cotidianas y el acceso al ocio comunitario se tornan inviables: pasear sin interlocutores convierte el tiempo libre en soledad amplificada, mientras la ausencia de confianza emocional profundiza el retraimiento.

“Cuando no hay ni un mínimo conocimiento del idioma estás aislado del todo (...) Si no tienes el idioma, poco ocio vas a (...) Sí, te puedes ir a pasear, pero poco más. Si no estás acompañado, complicado, tampoco tienes con quién.” (EP7)

La falta de lugares donde ejercitar el idioma perpetúa este círculo vicioso, especialmente para quienes muestran iniciativa por ejemplo hacia el aprendizaje, pero carecen de interlocutores habituales que faciliten la práctica en entornos cotidianos.

“Si no se generan algunos espacios para poder usarlo (...) los que más o menos lo quieren hablar (...) no hay” (EP12).

Precariedad Habitacional

La precariedad habitacional, rompe sistemáticamente la creación de redes incipientes a colectivos a los que devuelven a situaciones vulnerables, frustrando procesos de vinculación comunitaria y perpetuando trayectorias donde la vivienda digna aparece casi como meta inalcanzable.

Profesionales que trabajan directamente con Jóvenes migrantes del municipio expresan explícitamente este anhelo de normalidad residencial como condición básica para combatir la soledad no deseada en el colectivo.

“Yo la diferencia que veo en estos últimos años es que antes había mucha movilidad de empleo y ahora a esa movilidad de empleo se le ha sumado la movilidad de vivienda, entonces no pueden construir nada... La vivienda es algo que te enraíza a un sitio...” (EP15)

“En los chicos (jóvenes migrantes) clarísimamente. Ellos no quisieran estar solos. Quisieran estar (...) en unas circunstancias laborales y sociales de tener una vivienda, tener una casa, y de estar, yo creo que, en normalidad” (EP6)

La ausencia de vivienda precipita un deterioro físico-psicosocial que imposibilita la reintegración en dinámicas convivenciales normalizadas, cerrando el círculo de exclusión estructural. La exposición prolongada a situaciones de calle no solo agrava el riesgo de soledad, sino que va minando la capacidad de adaptarse a horarios, normas y relaciones estables.

“Las personas sin hogar no tienen una red de apoyo mayor a la del tercer sector... El albergue de Getxo creo que ofrecía 3 noches y a partir de ahí entras en una cola de un año y medio, en soledad.” (EP16)

Las mujeres migradas empleadas como internas, es otro colectivo, con más presencia que en otros municipios y que enfrenta una precariedad habitacional particularmente invisibilizada. Confinadas en espacios laborales sin alternativa residencial propia, su aislamiento se agrava por la ausencia de espacios de encuentro y la dificultad para tejer redes fuera del ámbito doméstico.

“Existe una mayor soledad en las internas... aquí en Getxo es un colectivo que también está invisibilizado” (EP1)

Inseguridad emocional y autoestigma

La inseguridad o vergüenza de admitir la soledad, paraliza la búsqueda de ayuda.

Levantar la mano en público para reconocer el aislamiento no es fácil y por ello las personas más desconectadas, encuentran más difícil cruzar la puerta de asociaciones o servicios comunitarios. Esta reticencia inicial se arraiga en el miedo a ser juzgadas en espacios desconocidos.

“Nuestra experiencia primero tiene que ver con la inseguridad emocional (...) Es difícil que la gente en situación de soledad de verdad, que son las que no están conectadas a otras asociaciones, te vengan, porque claro, ¿cómo vas a venir a un sitio en el que no conoces a nadie? (EP1)

“Yo creo que esa autoestima también es importante, porque si tú empiezas a verte vieja, enferma, incapacitada, (...) pues te has decidido ya a sentarte en el sofá y ver la televisión, y eso es lo que te va a llevar a sufrir de soledad no deseada.” (EP8)

“Lo que hemos visto un poco en el grupo (de jóvenes) es que es como un ciclo, porque si yo soy tímido, aunque cree interacciones, igual me presionan más a participar socialmente, entonces me aílo más. Y es como una pescadilla que se muerde la cola...” (EP16)

La soledad cronicada genera la convicción de no merecimiento, lo que se traduce en personas vulnerables que interiorizan que “se merecen” su aislamiento o carecen de valor social, boicoteando oportunidades relacionales incluso cuando se les ofrecen.

Este autoestigma (“no soy suficiente, no estoy a la altura”) perpetúa ciclos donde la ayuda disponible queda inutilizada por anticipación al rechazo.

“Es bastante complicado sacarles de esa soledad que ellas mismas (personas vulnerables) a veces creen que se merecen. (...) Es gente que tiende a aislarse, que de repente desaparece, no te coge el teléfono, no consigues contactar con ellos. (...) Tienen la autoestima tan dañada, que cuando hay algo potente que sabes que les puede gustar y que les puede venir bien, lo boicotean. O no vienen, o vienen tarde.” (EP7)

La fachada de “estoy solo pero no necesito a nadie”, enmascara el miedo al nuevo rechazo. Las experiencias previas de abandono generan mecanismos de autoprotección que priorizan el aislamiento conocido frente al riesgo de vínculos fallidos. Problemas de salud física, precipitan este retraimiento, abandonando actividades previas sin retorno.

“No sé si es porque de verdad lo perciben así, pero muchas veces por protegerse a sí mismos, pero van con una mirada como muy estoica y siempre dicen: “Pues estoy solo, pero no necesito a nadie. Quiero estar solo”. Y a veces (...) creo que es más por autoprotegerse que por una realidad de que así lo quieren” (EP5)

Los factores identificados no operan de forma aislada, sino que se entrelazan en una dinámica progresiva que va agravando la situación de la persona.

Generalmente, el proceso se inicia con la pérdida o debilitamiento de la red familiar y social primaria, lo que lleva a un retraimiento emocional por miedo al rechazo o vergüenza.

Este aislamiento facilita, a su vez, el paso al aislamiento residencial, cuando la persona se recluye en su vivienda o queda atrapada por barreras materiales como escaleras, movilidad reducida o falta de accesibilidad.

“Cuanta más ruptura haya, más incapacidad de volver a conectarte tienes, y cuanto más tiempo pase, mayor dificultad”. (EP1)

“Si tú estás solo y estás con un problema, una enfermedad, o estás con un problema de una movilidad reducida, o estás con un problema administrativo, pues entonces ya es que se te junta todo lo negativo. Hay herramientas (...) pero claro, si no lo conoces. ¿Cómo llegas al que no lo conoce? Ese es el asunto, ese es el quid de la cuestión” (EP2)

Lo que comienza como dificultad relacional cristaliza en soledad estructural y en condiciones materiales (vivienda precaria, urbanismo excluyente, barreras idiomáticas) que se cruzan con obstáculos psicológicos (autoestigma, inseguridad emocional), requiriendo intervenciones que aborden simultáneamente las dimensiones material, relacional y afectiva.

“Luego hay gente que viene arrastrando desde jóvenes, una situación vital, familiar, desestructurada, que los ha llevado a ser adultos con un estilo de vida desestructurado totalmente. Otros igual, cuando ha habido algún caso estresante en su vida, un despido, un paro de larga duración, una ruptura. Son momentos claves que no han sabido remontar.” (EP7)



Así, lo que comienza como una dificultad relacional acaba cronificándose hacia una soledad estructural, donde se cruzan condiciones materiales con obstáculos psicológicos.

Las entidades entrevistadas coinciden en señalar que es precisamente esta concatenación de factores la que hace tan compleja la intervención, ya que requiere respuestas multidimensionales que aborden simultáneamente las dimensiones materiales, relacionales y afectivas del fenómeno.

En relación con la dimensión comunitaria y territorial, las entrevistas aportan una lectura particularmente interesante sobre cómo el territorio y las dinámicas comunitarias, en este caso de Getxo, influyen en la experiencia de la soledad no deseada.

Más allá de las características individuales de las personas, los discursos recogidos muestran que el barrio donde se vive, la accesibilidad de los espacios cotidianos y la intensidad del tejido social local actúan como factores determinantes que pueden facilitar los vínculos o, por el contrario, agravar el aislamiento.

“Que tengamos una musculatura tal en el barrio que permita a esa persona Invitarla a que salga de ahí y que salga de la soledad” (EP3)

La proximidad física genera encuentros cotidianos espontáneos. Esta sociabilidad de proximidad contrasta con barrios fragmentados donde los contactos se diluyen.

“Cuando la gente vive más junta donde se encuentran todos los días al hacer la compra, donde a lo mejor es una casa con, bueno, tiene 3 o 4 pisos, pero la gente se saluda, sabe quién es el del primero, el del tercero...” (EP4)

Como hemos visto en la caracterización del municipio, Getxo destaca por contar con una amplia red de recursos culturales, deportivos y educativos que promueven la relación intergeneracional y multicultural.

El asociacionismo local, aulas de cultura, espacios deportivos... funcionan como infraestructura básica que facilita la pertenencia comunitaria.

“Getxo es verdad que es un municipio con muchas ofertas distintas, para distintos colectivos. Culturales, deportivas... en Getxo es verdad que te guste lo que te guste hacer, probablemente lo puedas encontrar. Tiene espacios abiertos y además muchas de estas actividades son muchas veces gratuitas. (...) Getxo es un municipio que promueve la relación. (EP5)

“El asociacionismo que hay en Getxo, yo creo que permite también arropar todo eso. El aula de cultura que comentábamos antes, los espacios deportivos, yo creo que sí” (EP6)

Complementando la información obtenida con las otras técnicas, los entrevistados perciben claras diferencias entre los barrios del municipio, que no solo tienen realidades demográficas distintas, sino también dinámicas comunitarias diferenciadas que impactan directamente en la soledad.

“Las Arenas (...) es un barrio que está mucho más envejecido (...) puede ser un barrio que te dé pie a que la gente se quede un poco más sola” (EP12).

“Creo que hay colectivos en Neguri y Las Arenas que económicamente son más potentes y puede haber una soledad muy bien cubierta allí. Muy que no sale a flor de piel, pero que está ahí” (EP6)

“Los de Andramari, por ejemplo, están bastante lejos de todo lo que sea actividad colectiva” (EP4)

Por el contrario, barrios como Romo o Algorta se perciben como más vitales, con mayor presencia de comercio tradicional y tejidos asociativos que facilitan la continuidad de relaciones a lo largo del tiempo.

“Por la forma de ser que tiene cada barrio creo que, por ejemplo, Algorta y Romo son bastante parecidos. Hacen muchas cosas para el pueblo, tienen muchas asociaciones que participan en un montón de cosas.” (EP9)

“Hay barrios, como el de Romo, que tiene identidad propia. Y la gente sale normalmente y hace vida asociativa. (...) Creo que hay zonas de Algorta que también pasa parecido” (EP3)

“Algorta, yo creo que sí genera como más vida de pueblo. Bideza-bal me parece otro tanto de lo mismo.” (EP7)

En cualquier caso, Getxo aparece a ojos de los entrevistados, como un municipio fragmentado, y que acoge realidades diferenciadas.

“Este municipio es muy complicado porque el municipio está dividido. Entonces es una locura porque haces una actividad en Las Arenas y la gente de Algorta no viene, y haces una actividad en Algorta y la gente de Las Arenas no viene” (EP2)

*“Getxo no es un pueblo, son por lo menos 2 o 3 pueblos (...)
Y cada uno tiene sus prioridades” (EP4)*

Estas diferencias territoriales no son casuales, sino que responden a aspectos como la composición demográfica, a la morfología urbana y a las tradiciones comunitarias de cada zona.

En barrios más fragmentados o residenciales, la ausencia de espacios de encuentro natural y la menor densidad de comercios de proximidad dificultan las interacciones cotidianas que funcionan como “pegamento social”.

En cambio, en zonas con mayor densidad comercial y asociativa, las relaciones se sostienen de manera más orgánica, aunque tampoco están exentas de soledades específicas propias de cada contexto.

“En ciertos lugares, hay mayor posibilidad de acceder a activos comunitarios que puedan ayudar a que esa persona se encuentre menos sola, y hay otras zonas en las que no hay tanto. Entonces igual la soledad puede ser la misma, pero lo que tengas luego para activar es menor”. (EP1)

Una de las aportaciones más valiosas de las entrevistas es la identificación del comercio local como un actor clave en la detección temprana de la soledad no deseada.

Panaderías, farmacias y peluquerías no solo son puntos de interacción cotidiana, sino también observatorios privilegiados de las rutinas de las personas.

Cuando un cliente habitual deja de aparecer durante varios días, el comercio de barrio detecta esa ausencia mucho antes que cualquier servicio formal. Así, los comercios locales identifican ausencias de clientes habituales en 2-3 días, funcionando como sensores comunitarios más rápidos que los servicios formales.

“El comercio de cercanía (...) si todos los días hay una persona que compra el pan, cuando no compra el pan (...) tienen muchísimo valor porque hay una relación. (...) Cuando hay 2-3 días que no se les ve (...) salta una alarma “ (EP14)

Un elemento destacado mencionado es la estabilidad del personal en los comercios tradicionales, que permite construir confianza, frente a la rotación constante de cadenas que impide reconocer a los clientes habituales.

“Si yo voy todos los días al mismo bar a desayunar, pues voy tejiendo unas relaciones, ¿no? Se puede convertir el bar en mi lugar de referencia”. (EP1)

“Tú ahora ves las panaderías y son todo cadenas, cadenas de panaderías que cambian de chicas cada 3 meses porque les echan y cogen nuevas. No es la panadera de antes, que era todos los días, y entonces que te conocía por tu nombre” (EP2)

El comercio de proximidad promueve el salir de casa todos los días, provocando micro encuentros que, se convierten en único hilo relacional para muchas personas.

“El tener un comercio de proximidad te hace salir de casa todos los días a buscar algo, lo que sea. Aquí, cuando la pandemia, la cantidad de personas que salían con su bolsa a comprar una cosa y volvían a casa, y salían y volvían. ¿Por qué? Pues porque era una manera de relacionarse, pero tenían el comercio cerca. El comercio ayuda a la comunicación” (EP6)

Esta capacidad de detección se basa en relaciones de confianza construidas a lo largo del tiempo, donde el comercio conoce no solo los hábitos de compra, sino también los cambios de hábitos de las personas.

La propuesta de las entidades a este respecto pasa porque estos comercios asuman el rol de “radares comunitarios”, alertando a servicios sociales o entidades cuando detectan ausencias significativas, aunque esto requiere de protocolos claros que respeten la protección de datos y definan los canales de derivación.

Abordando ahora el alcance y límites del propio tejido asociativo, las entidades entrevistadas son conscientes de sus propios límites a la hora de llegar a las personas más aisladas.

Aunque funcionan como espacios fundamentales de acogida, participación y reconstrucción de redes para quienes ya participan en ellas, reconocen dificultades para alcanzar a aquellos que nunca cruzan sus puertas.

Las asociaciones llegan a personas que mantienen cierta predisposición para vincularse, pero no pueden llegar por sí solas a quienes carecen de esa i motivación. El principal obstáculo radica en que las asociaciones solo acceden a personas que ya han superado internamente las barreras psicológicas de la vergüenza o el retraimiento. Quien llega, ha tomado la decisión de combatir su aislamiento.

“Desde el momento que ya vienes y te apuntas y te haces socia, ya estás dando un paso para combatir esa soledad. Puede que tengas situación de soledad, pero ya has dado el paso.” (EP2)

“Entonces creamos eventos en los que hacemos que la gente venga, y está muy bien, pero igual tenemos que pensar en cómo ir a las casas de la gente”. (EP1)

La identificación de soledades ocurre principalmente en espacios participativos donde las conversaciones revelan situaciones invisibles (viudedad reciente, hijos emigrados), pero siempre entre personas que ya han iniciado el proceso de vinculación.

“En los talleres ahí sí detectas, porque la gente se cuenta todo. Pues sabes que una se ha quedado viuda, luego le ves que se ha quedado sola, luego otra te cuenta que mi hija se ha ido a vivir a no sé dónde (...) En general ahí es donde se puede detectar” (EP2)

Las entidades reconocen su dependencia de recursos limitados y la necesidad de coordinación para alcanzar soledades invisibles, proponiendo pasar de eventos reactivos a mediaciones proactivas que lleguen a las personas destinatarias.

“Nosotros no tenemos opción además a poder gestionar más (...) no podemos tener acceso a localizar a familiares (...) Nos pueden dar el comercio (...) pero nosotros no tenemos acceso (...) hace falta vincular con la institucionalidad” (EP14)

Además, la iniciativa asociativa compensa los recursos públicos insuficientes, pero no puede escalar sin apoyo institucional coordinado, ya que depende de dinámicas voluntarias, en buena medida limitadas.

“Los trabajadores sociales están haciendo una labor bárbara, pero son pocos recursos (...) Hay por ejemplo educadores de calle, pues que están desbordados (...) y yo creo que hay entidades sociales pero que no son conocidas y que podrían trabajar en más dimensiones” (EP6)

Esta limitación estructural explica por qué la detección temprana y la activación de “puentes” entre el comercio, las entidades y los servicios sociales resulta tan crucial.

El tejido asociativo puede sostener y ampliar redes existentes, pero necesitan mecanismos complementarios para identificar y contactar con las soledades más invisibles y que no buscan ayuda.

“Todo lo que se mueve a nivel de tejido asociativo somos las entidades las que lo vamos moviendo. (...) No podemos estar siempre dependiendo de que haya entidades que lo muevan (...) Sobre todo es el concienciar a la gente que todos tenemos que ser activos.” (EP7)

Así, la dimensión comunitaria y territorial, revela que la soledad no deseada en Getxo no puede comprenderse únicamente desde las características individuales de las personas, sino que está profundamente condicionada por el tipo de barrio donde residen, por la accesibilidad de su entorno cotidiano y por la capacidad del tejido local para generar encuentros espontáneos y sostenibles.

Los barrios no son un elemento pasivo, sino espacios activos que facilitan o dificultan según el caso, la posibilidad de crear vínculos.

Esta lectura territorial, es especialmente valiosa porque orienta hacia intervenciones diferenciadas por barrios y subraya la importancia de los “detectores cotidianos” (comercios, vecinos atentos, servicios de proximidad) como primeros niveles de alerta.

Se requiere la construcción de redes más amplias de acuerdo con un sistema coordinado de detección y respuesta.

Y ¿cuáles son las propuestas que nos hacen desde las entidades?

Una primera idea es que la intervención no debería comenzar cuando la soledad ya se ha cronificado, sino en fases anteriores, remarcando la importancia de aplicar estrategias de prevención y detección precoz.

Las entidades insisten, en que el principal reto no es solo acompañar situaciones ya identificadas, sino evitar que determinadas trayectorias de ruptura, retraimiento o desvinculación desemboquen en formas más severas de aislamiento.

“Prevención, no llegar a la soledad no deseada. (...) Aquí es donde habría que hacer el campo, porque lo ideal sería no llegar a la soledad no deseada” (EP3)

Junto a ello, aparece con claridad una preocupación por el recorrido completo de la intervención: detectar, acoger y ofrecer salidas efectivas. Las entrevistas no plantean la respuesta comunitaria como un dispositivo meramente asistencial o de contención, sino como un proceso orientado a que la persona pueda reconstruir vínculos, recuperar autonomía relacional y salir progresivamente de la situación de soledad.

“¿Cómo atacamos la soledad no deseada? ¿Cómo detectamos? (...) Ese es el problema. Y después, ¿qué vamos a ofrecer para salir? Porque no puede ser siempre quedarte ahí. El fin es que salgas de la soledad no deseada” (EP3)

Al mismo tiempo, las entidades subrayan que todavía no existe una respuesta suficientemente consolidada para alcanzar a las soledades más invisibles, especialmente aquellas personas que no demandan ayuda no participan en recursos comunitarios, y permanecen fuera de los circuitos habituales de observación.

Esta constatación, refuerza la necesidad de combinar dispositivos formales con mecanismos de proximidad más capilares, capaces de identificar situaciones antes de que agraven.

“¿Cómo se puede identificar a la gente que está en soledad no deseada?, ¿cómo se la puede hacer salir? Esa es sobre todo la cuestión. Y no, hoy por hoy no tenemos una respuesta. (EP4)”

“Si no vamos al portal, es que da igual. Porque siempre va a haber esta gente que no puede bajar. Entonces, si esta gente no puede bajar, no van a bajar ni porque yo haga una cosa bonita que creo que va a ir bien para ellos. (...) Entonces, ¿cómo llegamos a ellos? Pues con los vecinos y vecinas.” (EP10)

Detección temprana

Uno de los aportes más operativos de las entrevistas es la propuesta de reforzar la detección temprana a partir de los espacios cotidianos donde la soledad se hace visible antes de que llegue a los servicios formales.

“Panadería, farmacia, peluquería son de sí o sí [...] el comercio de barrio es muy atento” (EP14)

“Lo interesante sería encontrar a la gente que está en su casa. Que eso es lo que el ayuntamiento a lo mejor nos puede ayudar más, (...) a través de médicos de familia, de farmacias, de panaderías... detectar casos. (...) Porque el Ayuntamiento creo que tiene acceso, por medio del censo, de servicios sociales.” (EP2)

Ahora bien, no se limitan a señalar estos espacios como puntos de observación, sino que plantean la necesidad de convertir esa capacidad informal en un sistema mínimamente estructurado.

Esto requiere establecer protocolos claros de alerta temprana cuando se detectan rupturas significativas en rutinas habituales, de modo que estos actores funcionen como primer nivel de radar comunitario.

“Necesitábamos crear esa figura de conector comunitario, de persona que (...) conecte barrios o conecte panaderías, farmacias. Alguien se encuentra así, si tú ves a alguien que no baja por el pan desde hace 3 días, cuando para ti igual es una persona que baja todos los días, algo ha pasado” (EP1).

En este punto adquiere especial relevancia la propuesta de incorporar figuras de conexión comunitaria capaces de enlazar a la persona en situación de soledad con los recursos ya existentes en el municipio.

Estas figuras no aparecen pensadas como un recurso adicional aislado, sino como mediadoras entre servicios sociales, centros de salud, entidades y activos comunitarios ya disponibles, con una función clara de identificación, derivación y acompañamiento inicial.

“La figura de conector comunitario, esa figura que hace de enlace entre alguien que está en una situación de soledad y todo lo que hay a nivel activo comunitario. (...) Debería ponerse más al servicio, incluso que lo lanzara el propio ayuntamiento (...) Debería tener conectores o conectoras comunitarias de tejedoras que hicieran esta labor.” (EP1)

Asimismo, varias voces sitúan esta tarea en el plano de la responsabilidad pública, subrayando que la detección no puede descansar únicamente en la buena voluntad de los agentes comunitarios.

Desde esta perspectiva, el liderazgo institucional (Ayuntamiento, servicios sociales, sistema sanitario o administraciones supramunicipales) resulta indispensable tanto para activar circuitos de detección como para dotarlos de legitimidad, continuidad y capacidad de actuación.

“Lo ideal sería al revés, que fueran Servicios Sociales los que se movilizaran para detectar” (EP2)

“Hay que formar a las personas a hacer procesos de acompañamiento, de escucha, hay que saber qué preguntas hacer. ¿Dónde empezar a ver signos y señales de soledad? (...) creo que tiene que estar liderado por alguien o por un estamento como el Gobierno Vasco, la Diputación, Osakidetza, que son los que realmente pueden ir detectando.” (EP1)

b) Reconstrucción de identidad y autoestima

Trabajar la soledad no deseada, pasa por recuperar la autoestima y proyectar un proyecto vital propio, más allá de la socialización asistida.

El éxito terapéutico se mide no por la permanencia en determinados servicios, sino por la capacidad de la persona para vincularse autónomamente con su entorno, entendiendo este logro como un proceso gradual que parte de la reconstrucción identitaria para sostener vínculos duraderos.

Esta perspectiva enfatiza la importancia de recuperar el sentido de proyecto personal como condición previa para sostener relaciones significativas a largo plazo.

Se trata de ayudar a la persona a responderse preguntas fundamentales sobre su identidad y propósito, antes de que pueda participar plenamente en redes comunitarias.

Las entidades entrevistadas identifican la autonomía relacional como indicador clave de éxito, entendida no como la mera discontinuidad del servicio, sino como la capacidad de tejer vínculos sostenibles fuera del ámbito asistencial. Este enfoque desplaza la evaluación del impacto desde la asistencia recibida hacia la funcionalidad relacional lograda por la persona en su entorno cotidiano.

“El éxito es que no vuelvas a nosotros, el éxito es que (...) se vuelvan a vincularse más allá de nuestra organización” (EP10)

“Esta soledad no deseada que las personas tienen después de muchos años de cuidados, se quedan viudas o viudos y han perdido su proyecto vital (...) Tenemos acciones para acoger a estas personas para vincularse otra vez con otros y que juntos podrían empezar a crear nuevos proyectos vitales.” (EP10)

La reconstrucción identitaria se concibe, así como un proceso no lineal y prolongado, caracterizado por avances irregulares donde la confianza se construye paulatinamente a través de experiencias positivas de participación.

Las entidades reconocen que este itinerario no produce rupturas abruptas con la soledad, sino transformaciones graduales que requieren tiempo para consolidarse.

“Yo creo que no sale uno y dice: “Ah, ahora ya no estoy en soledad” (...) Es un proceso” (EP3)

Las manifestaciones de este proceso implican cambios concretos (participación activa, iniciativa propia, transformación en la apariencia personal) que evidencian una autoestima en recuperación, aunque con retrocesos frecuentes que demandan acompañamiento sostenido. Este carácter cíclico del proceso explica la necesidad de intervenciones flexibles capaces de adaptarse a los ritmos de cada persona.

“Cambios de humor, cambios en su forma de vestir incluso, se animan a vestirse de otra manera, tienen la sonrisa en la cara, participan más en lo que propones, tienen más iniciativa. (...) Pero es un proceso muy, muy lento” (EP7)

*“Su salud mejora, físicamente mejoran, sienten parte de algo más que ellas mismas y tienen ilusión y esperanza en la vida. (...) Las relaciones sostienen a la gente y eso es lo que es la esperanza.”
(EP10)*

c) Redes comunitarias y espacios relacionales

Las entidades defienden la creación de espacios relacionales donde la actividad sea solo una excusa para generar encuentros y construir sentimientos de confianza y pertenencia.

Se apuesta por formar espacios heterogéneos (mezcla de edades, orígenes, situaciones) evitando de ese modo la homogeneización de vulnerabilidades y facilitando la formación de vínculos más diversos y sostenibles.

“Lo que teníamos que hacer era generar una red de entidades o de personas, que durante el año fuera capaz de hacer cosas, que a las personas que estuvieran en situación de soledad también les pudiera hacer pequeñas participaciones” (EP1)

Desde esta perspectiva, las entidades proponen diseñar participaciones que no requieran compromisos intensivos, permitiendo a personas en situación de soledad incorporar progresivamente dinámicas comunitarias a través de intervenciones puntuales, pero con vocación de continuidad.

“En el tema de la soledad es muy parecido, necesitamos (...) ir movilizando pequeñas cosas, seguir trabajando por esa pauta que decíamos antes de ofertar pequeñas cosas que parecen que no son muy llamativas, pero son las que generan realmente comunidad” (EP1).

“Propuestas comunitarias, desde acciones comunitarias, las propias asociaciones vecinales que hay. Estructuras vecinales organizadas que abren sus puertas y abren acciones a la comunidad.” (EP13)

Un elemento central de estas propuestas es la heterogeneidad intencional de los espacios, que rompe con la tendencia a agrupar personas por diagnóstico o vulnerabilidad similar. La mezcla generacional y de orígenes culturales favorece la construcción de redes más ricas y sostenibles, al tiempo que visibiliza la pluralidad de experiencias de soledad y normaliza la búsqueda de compañía.

“Esos espacios relacionales son muy heterogéneos: hay gente mayor, gente joven, gente de aquí, gente de allí..., que compartan diferentes experiencias. Tampoco queremos que la gente que está en situación de vulnerabilidad solo se junte con gente que está en situación de vulnerabilidad...” (EP15)

Las entidades también identifican el voluntariado cruzado como mecanismo privilegiado para generar reciprocidad, donde personas en proceso de afrontar su soledad asumen roles activos acompañando a otras en situación similar.

Esta dinámica transforma la relación asistencial tradicional en colaboración horizontal que potencia la autoestima y el sentido de utilidad social.

“Voluntariado cruzado donde personas en recuperación acompañan a otras (...) Gente que igual se ha quedado viuda o está pasando una época un poquito más difícil, pues en esta tarea de voluntariado descubre también que ahí colabora en rebajar ese sentimiento de soledad.” (EP15)

Junto a estas propuestas operativas, aparece una reflexión estructural sobre la responsabilidad compartida entre instituciones y ciudadanía. Las entidades advierten que la sostenibilidad de las redes comunitarias depende no solo de recursos públicos, sino del compromiso activo de la población general, que frecuentemente delega en terceros la construcción del tejido social.

“No todo es responsabilidad del Ayuntamiento, ojo, el ciudadano tiene que ejercer de ciudadano y no es el caso siempre, porque eso supone energía, un esfuerzo que la gente prefiere que otros hagan. ¿Por qué me voy a interesar yo en los problemas de la comunidad?” (EP4)

“Propuestas comunitarias, desde acciones comunitarias, las propias asociaciones vecinales que hay. Estructuras vecinales organizadas que abren sus puertas y abren acciones a la comunidad.” (EP13)

Otra idea surgida del análisis pasa por la creación de infraestructuras relacionales básicas, cafeterías comunitarias, espacios de lectura, talleres vespertinos, que funcionen como nodos estables donde la población pueda generar encuentros espontáneos sin necesidad de compromiso formal previo.

“Sería importante un sitio de encontrarse, que haya un espacio (...) que, en ese horario de 6 en adelante, fines de semana, pueda establecer relaciones yendo a un sitio, tomándose un café, haciendo una actividad, haciendo un taller, charlando, leyendo el periódico.” (EP7)

La propuesta global apunta hacia un modelo de redes comunitarias que combine espacios heterogéneos, reciprocidad entre pares, infraestructuras básicas de encuentro y corresponsabilidad ciudadano-institucional.

Este enfoque, desplaza el énfasis desde la asistencia individualizada hacia la generación de ecologías relacionales capaces de sostener vínculos de forma autónoma y duradera.

d) Fortalecimiento de la coordinación institucional

Finalmente, todas las voces insisten en la necesidad de promover una mayor coordinación entre entidades, servicios sociales y red socioeconómica.

Experiencias piloto que ya se han puesto en marcha en el municipio (como “Creamos Comunidad”) muestran que las redes funcionan cuando hay protocolos claros de derivación y protección de datos, pero se paralizan por falta de continuidad institucional.

Se propone por ello, la creación de mesas estables de trabajo que integren a todos los actores territoriales, evitando que cada iniciativa dependa de convocatorias puntuales o personas concretas.

Uno de los principales obstáculos identificados pasa por la fragilidad de las redes intersectoriales, que no cuentan con marcos institucionales estables. Esta intermitencia explica por qué experiencias potencialmente exitosas no logran consolidarse como sistemas sostenibles de intervención.

“La red que hoy día está como un poco debilitada [...] necesitamos armar esa red con la institución” (EP14)

“Recursos profesionalizados que estén capacitados en la soledad no deseada, gente que se especialice y que las administraciones les den recursos...” (EP13)

Es por ello por lo que, de acuerdo con la información obtenida, ponemos en valor la necesidad de una coordinación proactiva, liderada por la Administración, que articule sistemáticamente los activos comunitarios ya existentes como recursos capaces de detectar y responder a las soledades invisibles.

“Yo creo que todos los agentes sociales se tienen que poner en marcha. Desde centros escolares, medicina primaria, farmacias, comercios, asociaciones... pero tiene que haber una estructura dirigida y con recursos, que tiene que estar en las instituciones municipales.” (EP8)

“Es muy importante trabajar con servicios sociales, porque es verdad que aquí ha salido muchas veces (...) que las personas que están en entidades [...] sí que es verdad que tienen cierta red” (EP1)

Las entidades proponen la formación de mesas técnicas estables por colectivos específicos (como la “mesa del mayor” existente en otros municipios) que permitan visibilizar necesidades, coordinar recursos y diseñar respuestas diferenciadas según perfiles y territorios. Estas plataformas institucionales facilitarían la transición de intervenciones fragmentadas a estrategias municipales coherentes.

“En otros ayuntamientos tienes, por ejemplo, la mesa del mayor. Que creo que es algo que debería existir en Getxo” (EP4)

Un aspecto especialmente valorado es el rol que, a la hora de abordar la problemática de la soledad no deseada, ejerce el tercer sector.

El tercer sector, aporta una lectura situada y actualizada de las soledades emergentes gracias a su contacto directo con la diversidad de trayectorias vitales de diferentes colectivos, cumpliendo un valioso rol como fuente cualificada de inteligencia comunitaria, capaz de identificar patrones invisibles a la vez que proponer ajustes operativos basados en evidencias prácticas.

“El tercer sector, las asociaciones me parecen vitales, porque al final estamos en contacto con muchas realidades y conocemos más o menos un poco de forma objetiva la realidad de lo que está pasando. (...) ofrecemos una mirada real de lo que pasa. Entonces eso, de cara a paliar también la soledad, creo que ayuda a dar claves de lo que está pasando y de las necesidades que hay” (EP5)

Finalmente, se reseña la percepción de una infrautilización de dispositivos municipales con potencial relacional (oficina de jóvenes, centros cívicos) bien por falta de programación comunitaria que incluya la dimensión de la soledad no deseada o bien por una estrategia de comunicación efectiva con la población.

Es necesario revitalizar estos espacios como nodos de encuentro accesibles en la lucha contra la soledad.

“Se crean cosas, por ejemplo, la oficina de jóvenes, (...) pues habrá 2 o 3 trabajando, me parece bien, (...) pero ahí tendría que haber más vida, más comunicación, más información, y eso no se da”. (EP6)

Las propuestas que hemos recogido muestran que la soledad no deseada requiere respuestas que combinen

- detección temprana (comercios como radares comunitarios y conectores territoriales)
- reconstrucción personal (recuperación de autoestima y proyecto vital propio), espacios relacionales diversos (talleres heterogéneos, micro participaciones, voluntariado cruzado) y
- coordinación institucional estable (mesas técnicas por colectivos, redes intersectoriales con liderazgo municipal).

Estas propuestas se integran en el diagnóstico como un mapa accionable de recursos ya existentes que pueden y deben reorganizarse para lograr un mayor impacto. Hablamos por ejemplo de comercios de proximidad actuando como radares tempranos, tercer sector ejerciendo su papel marco de inteligencia comunitaria, espacios municipales actuando como nodos relacionales y por supuesto los servicios sociales como eje articulador.

“Existen muchas barreras, pero a la vez existen activos comunitarios. Cómo reducir uno potenciando el otro es para mí es el reto.” (EP1)

“También tengo la parte de esperanza que veo que hay comercios muy involucrados, un tejido de voluntariado bastante potente. Quiero creer que se le puede dar la vuelta.” (EP)

5.

Conclusiones y propuestas





5. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS

Abordar el apartado de conclusiones y propuestas, nos lleva a identificar Getxo como un municipio con una importante capacidad relacional, con barrios vivos, ciudadanía predispuesta a la interacción y un tejido comunitario activo.

Sin embargo, el trabajo realizado también pone de manifiesto una brecha creciente entre convivencia y conexión real. Las personas comparten espacios, rutinas y proximidad física, pero cada vez resulta más difícil sostener vínculos cotidianos estables, accesibles y significativos.

Precisamente ahí, es donde situamos uno de los hallazgos centrales de este diagnóstico, en esa detección de la soledad no deseada no sólo donde no hay interacción sino ahí donde faltan oportunidades reales de reconocimiento, reciprocidad y pertenencia.

Porque la soledad no deseada se nos ha presentado como una realidad compleja que trasciende los perfiles tradicionalmente asociados a la misma.

Si bien factores como el progresivo envejecimiento poblacional o el crecimiento exponencial de las viviendas unipersonales se han erigido como factores de vulnerabilidad a la hora de abordar la soledad no deseada, el análisis ha evidenciado que la experiencia de desconexión afecta también a otros perfiles a menudo menos “identificables”.

Estamos hablando de personas jóvenes, población migrada, personas LGBTQ+, personas con diversidad funcional o personas adultas con trayectorias laborales y vitales marcadas por la debilitación de los vínculos de la vida cotidiana.

Los relatos recogidos reflejan una idea recurrente que no podemos perder de vista a la hora de abordar estrategias contra la soledad no deseada:

Muchas personas no se sienten necesariamente aisladas, pero sí desvinculadas.

Mantienen contactos, coinciden con otras personas en espacios cotidianos y participan en la vida del municipio, pero perciben dificultades crecientes para construir relaciones sostenidas en el tiempo. Esta percepción aparece especialmente reforzada en las entrevistas. De manera prácticamente unánime, las organizaciones identifican una progresiva fragilidad de las redes de proximidad y una pérdida de espontaneidad en las dinámicas vecinales tradicionales.

La transformación de los ritmos cotidianos, una creciente individualización de las relaciones en nuestra vida social, la reducción de tiempos dedicados a la comunidad y la creciente “privatización” de las relaciones aparecen como elementos explicativos de un fenómeno que cada vez resulta más silencioso, pero más visible.

Y así, los resultados nos muestran que buena parte de las interacciones sobre las que se sustentan los vínculos vecinales, saludos, conversaciones breves, reconocimiento cotidiano, se han ido debilitando, perdiendo fuerza como vínculos protectores frente a la soledad. Esta cuestión resulta especialmente significativa porque evidencia una transición desde modelos tradicionales de apoyo comunitario hacia formas de sociabilidad más frágiles y condicionadas.

El vecindario sigue siendo importante para las personas, y se valora su papel contra la soledad, pero también se evidencia que ha perdido parte de su capacidad como herramienta cotidiana de cuidado mutuo.

Sin embargo, lejos de transmitir una imagen de desvinculación irreversible, el diagnóstico identifica un importante potencial relacional latente, traducido en ese 88 % de las personas encuestadas que pone en valor el barrio como conector comunitario.

Este resultado, modifica sustancialmente la manera de interpretar el fenómeno. La limitada densidad relacional observada en muchos contextos no parece responder tanto a una falta de interés social como a la ausencia de condiciones comunitarias lo suficientemente facilitadoras. Existe disposición a relacionarse, pero no siempre existen espacios, tiempos, dinámicas o contextos accesibles que permitan transformar esa disposición en vínculo.

Las entrevistas semiestructuradas refuerzan claramente esta interpretación, identificando en su análisis una carencia de espacios cotidianos donde relacionarse de manera natural, no dirigida y no estigmatizante.

De forma reiterada aparece la idea de que muchas actividades comunitarias existentes logran convocar, pero no generar pertenencia, paliando los posibles efectos positivos sobre la soledad.

Esta diferencia resulta clave desde la perspectiva de la intervención social comunitaria, ya que se traduce en un reto en sí misma, reto que no se sitúa únicamente en trabajar por el incremento de la oferta de actividades, sino en la necesidad de fortalecer las condiciones que permitan consolidar relaciones cotidianas significativas.

En este sentido, el diagnóstico confirma el papel estratégico que desempeñan el barrio y el vecindario como infraestructuras sociales de prevención de la soledad no deseada.

El análisis territorial realizado evidencia que las oportunidades de interacción y construcción de vínculos no se distribuyen homogéneamente en el municipio, confirmando que el territorio en sí mismo no constituye un elemento neutro en la experiencia de la soledad.

Aspectos como la configuración urbana, la accesibilidad, la densidad comercial, la presencia de equipamientos, el acceso a transporte público o la existencia de espacios públicos amigables condicionan directamente las oportunidades de relación y pertenencia.

Precisamente por ello, el diagnóstico sitúa los activos comunitarios como uno de los principales elementos protectores frente a la soledad no deseada. Comercios de proximidad, cafeterías, asociaciones, plazas, parques, centros culturales, equipamientos deportivos o espacios vecinales aparecen constantemente en los discursos recogidos como lugares fundamentales de reconocimiento cotidiano y generación de vínculo.

Esta lectura refuerza una idea central que no podemos perder de vista:

la prevención de la soledad no deseada no depende exclusivamente de recursos especializados, sino de la capacidad de sostener ecosistemas cotidianos que promuevan los vínculos y la relación.

Por ello, podemos afirmar que los resultados, avalan como estrategia de intervención las acciones dirigidas hacia el fortalecimiento de las capacidades relacionales del barrio y el vecindario, que es precisamente el punto de partida de VecinDIA-RIO y que se traduce en propuestas como:

- Reforzar los vínculos cotidianos de proximidad.
- Generar espacios de encuentro accesibles e inclusivos.
- Favorecer dinámicas comunitarias estables y sostenidas en el tiempo.
- Reducir barreras de participación social.
- Potenciar el uso relacional del espacio público.
- Incrementar la coordinación entre recursos, asociaciones y ciudadanía.
- Incorporar la dimensión relacional en las políticas urbanas, sociales y comunitarias.
- Diseñar estrategias específicas para colectivos con mayores dificultades de vinculación.

Todo ello exige superar enfoques centrados exclusivamente en la atención en la persona para incorporar perspectivas preventivas, territoriales y comunitarias, en las que se aborde la soledad no sólo como una problemática emocional, sino como un indicador de la calidad relacional de los entornos cotidianos.

Por ello, las respuestas deben orientarse no solo a acompañar situaciones de soledad ya consolidadas, sino también a reconstruir aquellas condiciones de la comunidad que nos ayuden a identificarla, paliarla y prevenirla.

Estamos en condiciones de afirmar que, en este sentido, Getxo dispone de fortalezas comunitarias significativas sobre las que construir estrategias innovadoras frente a la soledad no deseada. Existe tejido social, existe predisposición ciudadana y existe conciencia compartida sobre la importancia de fortalecer las relaciones de proximidad.

El principal desafío reside por ello en transformar ese potencial en experiencias cotidianas reales de vínculo, pertenencia y cuidado mutuo, porque la lucha contra la soledad no pasa únicamente por evitar que las personas estén solas, sino por garantizar que puedan sentirse parte de algo común.

Y es precisamente en el barrio, en el vecindario y en la vida cotidiana donde esa posibilidad continúa teniendo una mayor capacidad de construirse:

1. Activación de micro_redes vecinales (escalera/ portal/comunidad) con el objetivo de desarrollar acciones simples pero sostenidas:

- Mapa de vecinos/as voluntarios (quién puede ayudar y en qué)
- Dinámicas de presentación entendidas no como macro eventos sino como pequeños encuentros de proximidad
- Uso normalizado de canales básicos de comunicación (WhatsApp, tablón físico)

2. Activación de espacios relacionales cotidianos que se conviertan en puntos de conexión:

- Comercios de proximidad como “detectores amables de la soledad”
- Cafeterías/bares con dinámicas suaves (mesa compartida, café vecinal)
- Farmacias / centros de salud como puntos de derivación informal

3. Formaciones breves y prácticas que sensibilicen sobre aspectos relacionados con las distintas fases de la soledad

4. Señalética específica que enlace con los posibles recursos comunitarios

Uno de los principales valores de este trabajo, es que nos ha permitido poner nombre y estructurar muchas situaciones que percibimos, pero que en muchas ocasiones aparecen de forma dispersa o fragmentada, dificultando su relación con la soledad no deseada.

Ello nos ha facilitado pasar de intuiciones aisladas a una lectura compartida de la situación de la soledad no deseada en Getxo, lo que sin duda lo convierte en un valioso recurso para entender mejor cómo están cambiando las relaciones cotidianas, qué factores están debilitando los vínculos, qué perfiles están emergiendo y cómo las características del entorno influyen directamente en las oportunidades de conexión social que intervienen en la soledad no deseada.

Porque los datos muestran que la soledad no aparece únicamente donde faltan recursos, sino donde falta sentimiento de pertenencia, reconocimiento cotidiano y espacios naturales de relación, lo que implica que el reto no puede abordarse únicamente desde respuestas asistenciales o intervenciones puntuales, sino que es fundamental incorporar de manera transversal, la dimensión relacional dentro de las dinámicas comunitarias del municipio.

Pero no solo hemos identificado fragilidades, sino también fortalezas y oportunidades.

Y es que, junto a la existencia de vínculos más débiles o relaciones más superficiales, aparece de manera muy clara una ciudadanía que sigue valorando enormemente la cercanía, el apoyo cotidiano y la vida comunitaria.

Existe deseo de conexión, necesidad de pertenencia y una importante capacidad relacional que hoy por hoy no está suficientemente activada. Y eso cambia mucho la lectura del fenómeno, porque significa que no partimos de cero. Getxo cuenta ya con tejido asociativo, espacios comunitarios, infraestructura comercial, equipamientos y agentes sociales que sostienen vínculos todos los días y que pueden y deben ejercer un papel clave en la prevención temprana de la soledad.

Por eso creemos firmemente, que este trabajo no debe entenderse solamente como un documento que describe la situación de la de la soledad no deseada en Getxo, sino que como una herramienta que nos ayude a construir una hoja de ruta compartida.

Esta transformación, radica en que nos ofrece una base común desde la que priorizar acciones, coordinar esfuerzos y empezar a incorporar la soledad no deseada como una dimensión transversal dentro de las distintas intervenciones que ya se realizan en el municipio.

Y ahí la cooperación de todos los agentes, resulta absolutamente central, porque si algo nos confirma este diagnóstico es que la prevención real de la soledad se enraíza en lo cotidiano, en los espacios de confianza, en las relaciones pequeñas, en las dinámicas comunitarias y en aquellos lugares donde las personas vuelven a sentirse reconocidas como parte de algo.

Porque el gran reto que afrontamos no es únicamente acompañar a quienes ya están solos.

El gran reto reside en construir entornos donde cada vez menos personas lleguen a sentirse solas. Y para eso necesitamos seguir trabajando, compartiendo miradas, conectando recursos y fortaleciendo aquellas relaciones cotidianas que siguen siendo la principal infraestructura social de cualquier comunidad.

www.moviendote.org

