

# La soledad en las sociedades contemporáneas

Preguntas para generar respuestas desde la Acción Comunitaria

Elisa Sala Mozos  
[esalamozos@gmail.com](mailto:esalamozos@gmail.com)





¿Qué está pasando con la soledad?

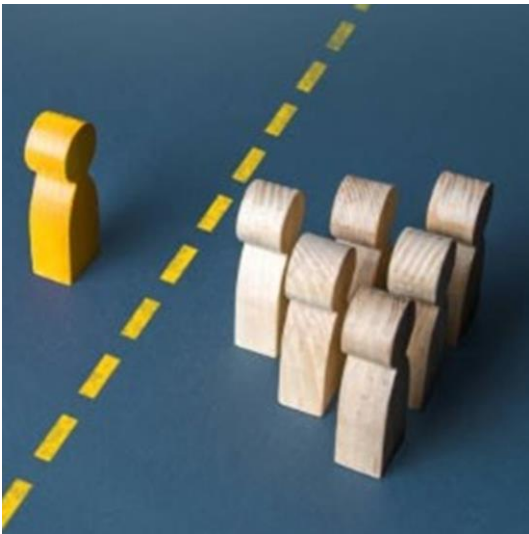
# ¿Por qué ahora?

- La disminución de las conexiones y fragilidad de relaciones, una tendencia global.
- La “glorificación” de la autonomía y “demonización” de la dependencia.
- La política pública en los siglos XX y XXI.
- El desarraigo de los cuidados de la cotidianeidad.



# Sobre las soledades y el aislamiento

AISLAMIENTO



SOLEDAD EXISTENCIAL



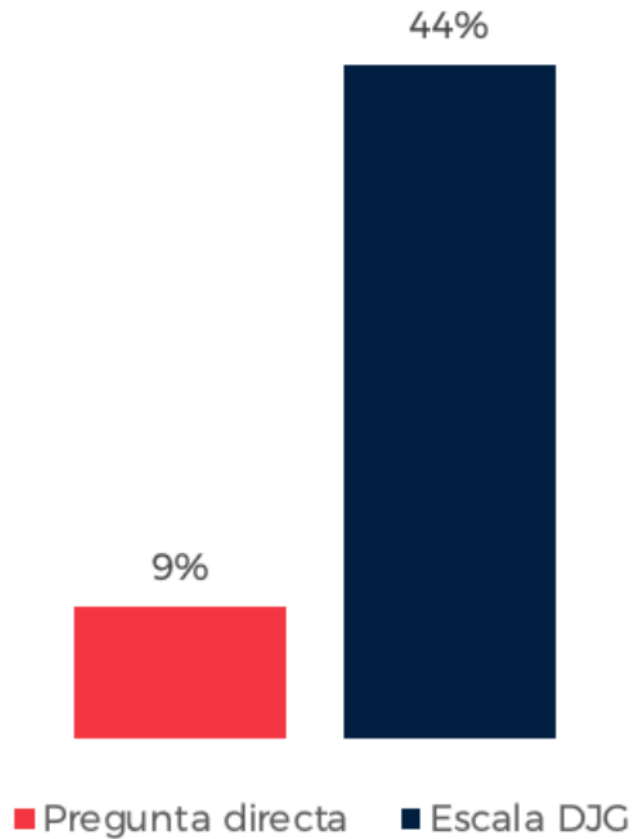
SOLEDAD EMOCIONAL



SOLEDAD SOCIAL



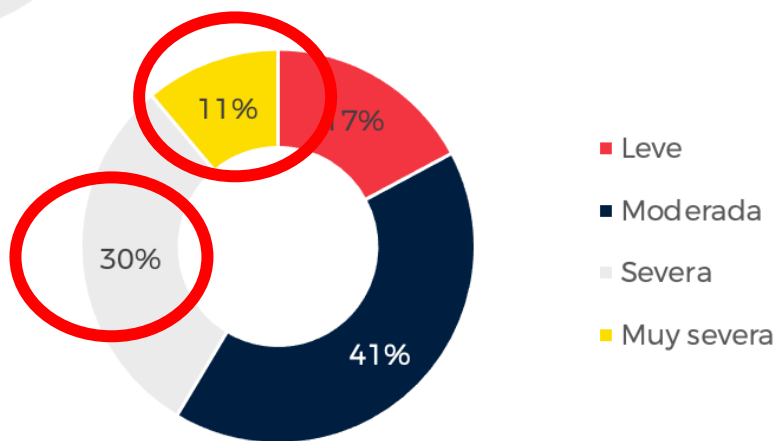
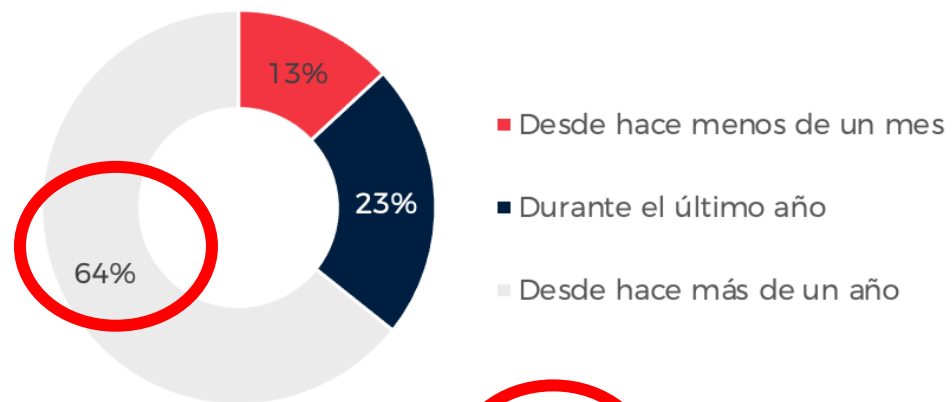
# La prevalencia de la soledad



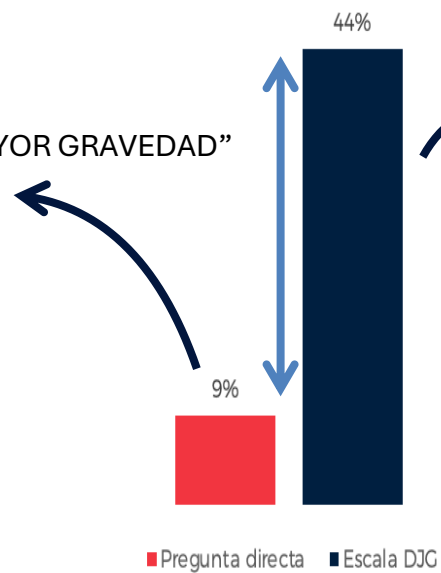
n: 5825 personas >18



# Maticemos los resultados



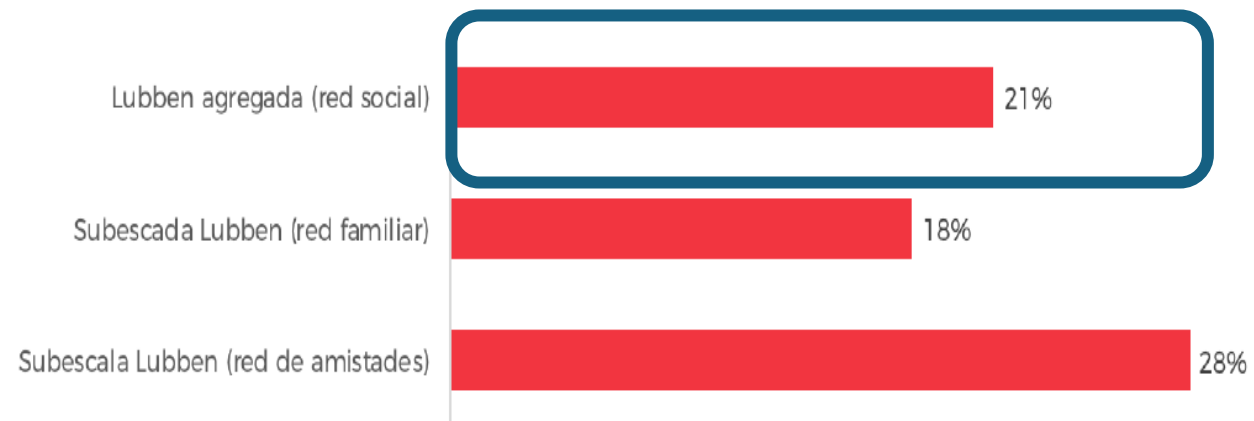
SOLEDADES DE “MAYOR GRAVEDAD”



SOLEDADES TRANSITORIAS/LEVES  
SENTIMIENTO INHERENTE A LA VIDA!

# El riesgo de aislamiento social

n: 5825 personas >18



# Impacto de la soledad y el aislamiento en la salud comunitaria



- COHESIÓN SOCIAL
- CAPITAL SOCIAL



Disminución de capacidad de resiliencia individual y COMUNITARIA



LAS RELACIONES SON EL TEJIDO INVISIBLE QUE ESTRUCTURA LA VIDA, LAS FAMILIAS Y LAS COMUNIDADES (Fantova F. 2017)



LA ESTRUCTURA, FUNCIÓN Y CALIDAD DE NUESTRAS RELACIONES SON UN FACTOR CRÍTICO PARA LA SALUD INDIVIDUAL Y LA SEGURIDAD Y LA RESILIENCIA DE LAS COMUNIDADES. (Holt-Lunstad et al., 2023)

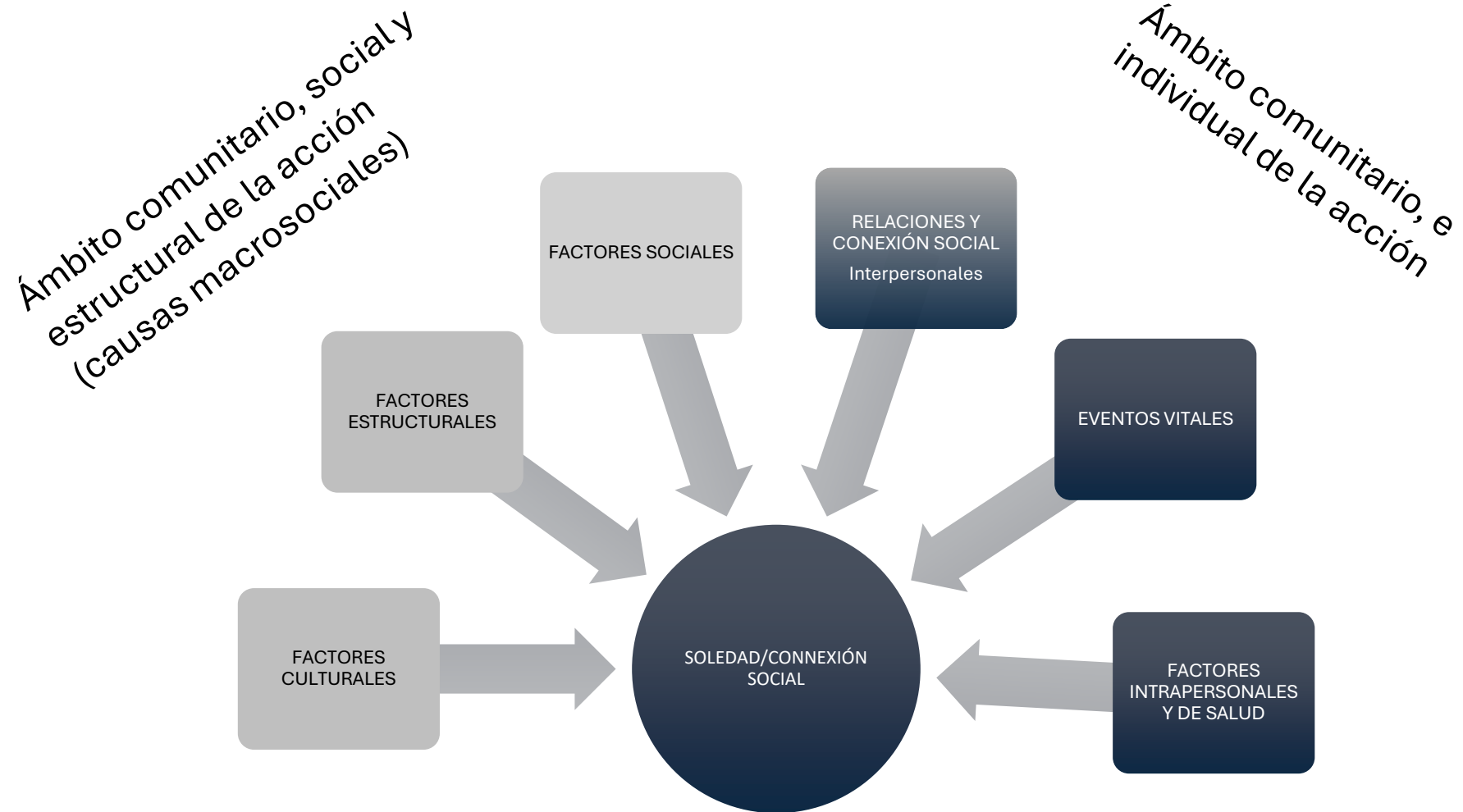


LOS CUIDADOS SON LA ACTIVIDAD QUE HA GARANTIZADO LA SUPERVIVENCIA DE LA HUMANIDAD A LO LARGO DE LA HISTORIA (Tronto J. 2019)

**¿Dónde debemos poner el  
foco desde las políticas  
públicas?**



# Mirar las soledades y el aislamiento desde las políticas públicas



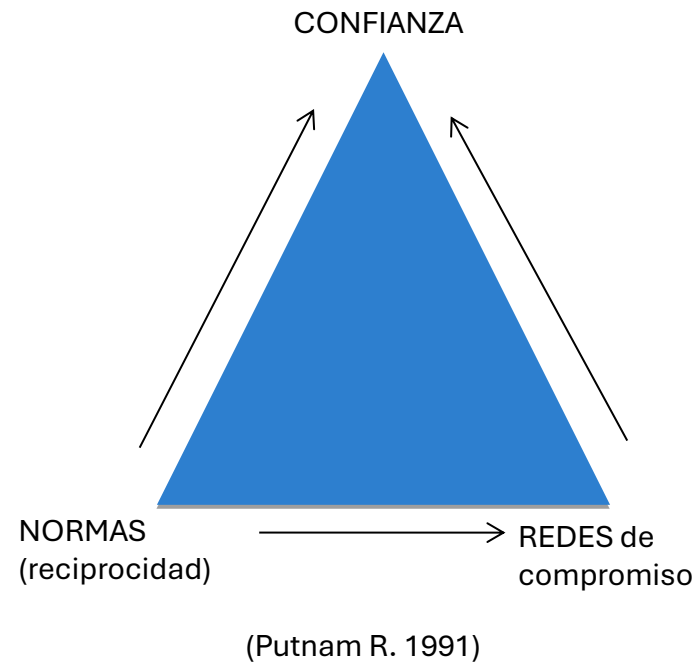
Fuente. Sala Mozos E. 2023 a partir de Victor et al., 2009, Yanguas et al., 2020, Sala Mozos E. 2019

INFRAESTRUCTURA DURA



INFRAESTRUCTURA BLANDA

# CAPITAL SOCIAL

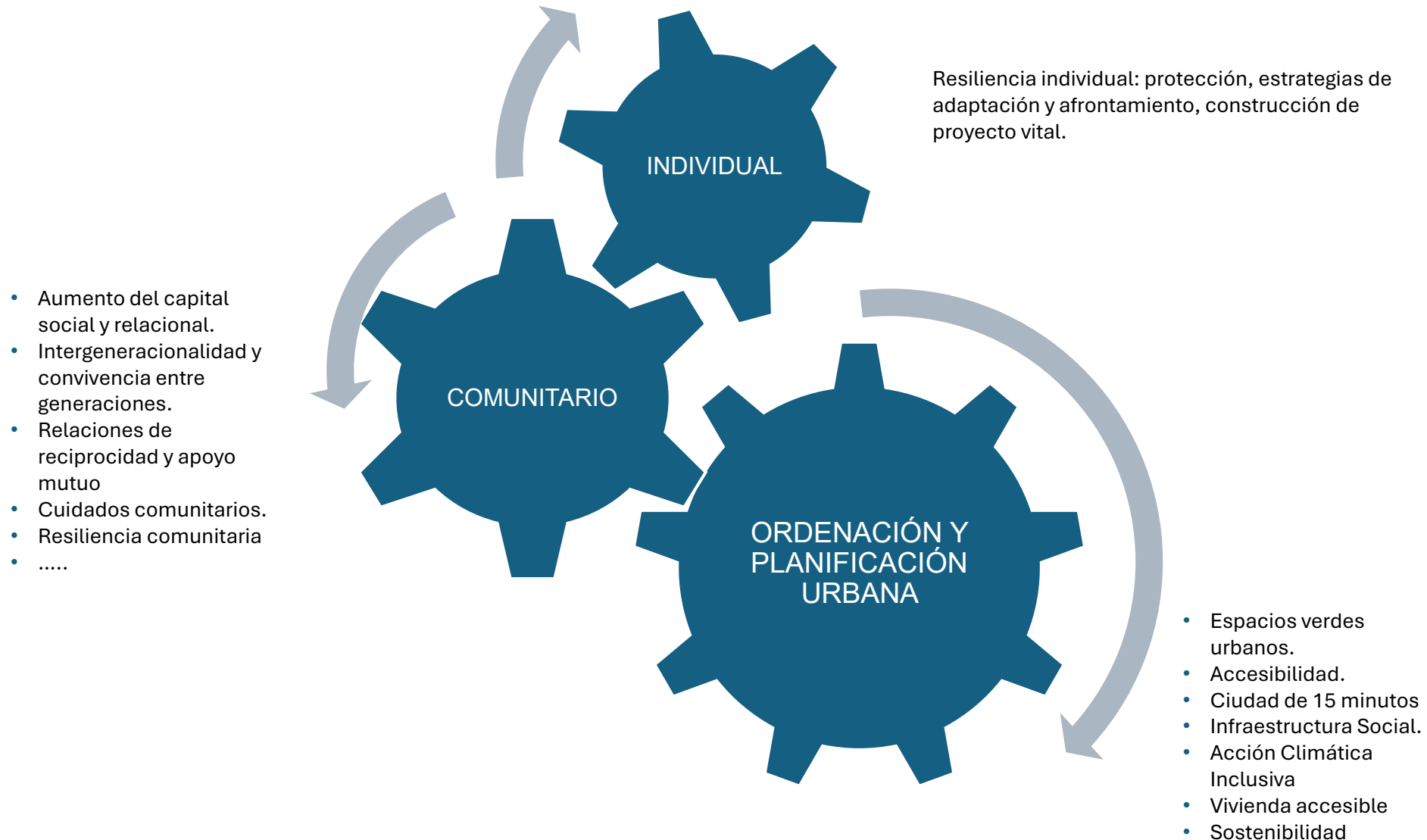


# INFRAESTRUCTURA SOCIAL



Las condiciones físicas que determinan el desarrollo del capital social. (Klinenberg E. 2019)

# La construcción de respuestas



# ¿Por qué la Acción Comunitaria?

Porque nos permite trabajar con la población y atender a las causas concretas de la problemática en un territorio determinado.

Porque nos permite abordar las demandas/necesidades/expectativas complejas del contexto actual, desde la construcción colectiva y la corresponsabilidad.

Porque si necesitamos construir respuestas a necesidades emergentes y resignificar procesos vitales, tiene sentido que lo hagamos de la mano de las personas que están viviendo este proceso.

Porque los procesos de acción comunitaria son transformadores y educativos.

Porque en un proceso comunitario las personas/la comunidad son las protagonistas el proceso transformador y pueden apropiarse también del resultado

Porque un proceso comunitario es en si mismo un PROCESO RELACIONAL.

# Las buenas noticias...



La población española está dispuesta a actuar en su barrio a escala comunitaria.



# Los componentes, los retos



## COMUNIDAD

¿Qué es?

La pertenencia

Ni “por” ni “para” ni “con”:  
DESDE

No solo “objeto”, también  
“activo”



## PROCESO

Articulación de lo “publico-  
comunitario”

Confianza, cesión de control:  
COLABORACIÓN

Tan o más importante el  
proceso que el resultado

Transformador y educativo:  
TIEMPO



## RELACIONES

Reflexión sobre los  
mecanismos que cohesionan  
y los que minan la cohesión

De reciprocidad, de apoyo  
mutuo: INTERDEPENDENCIA

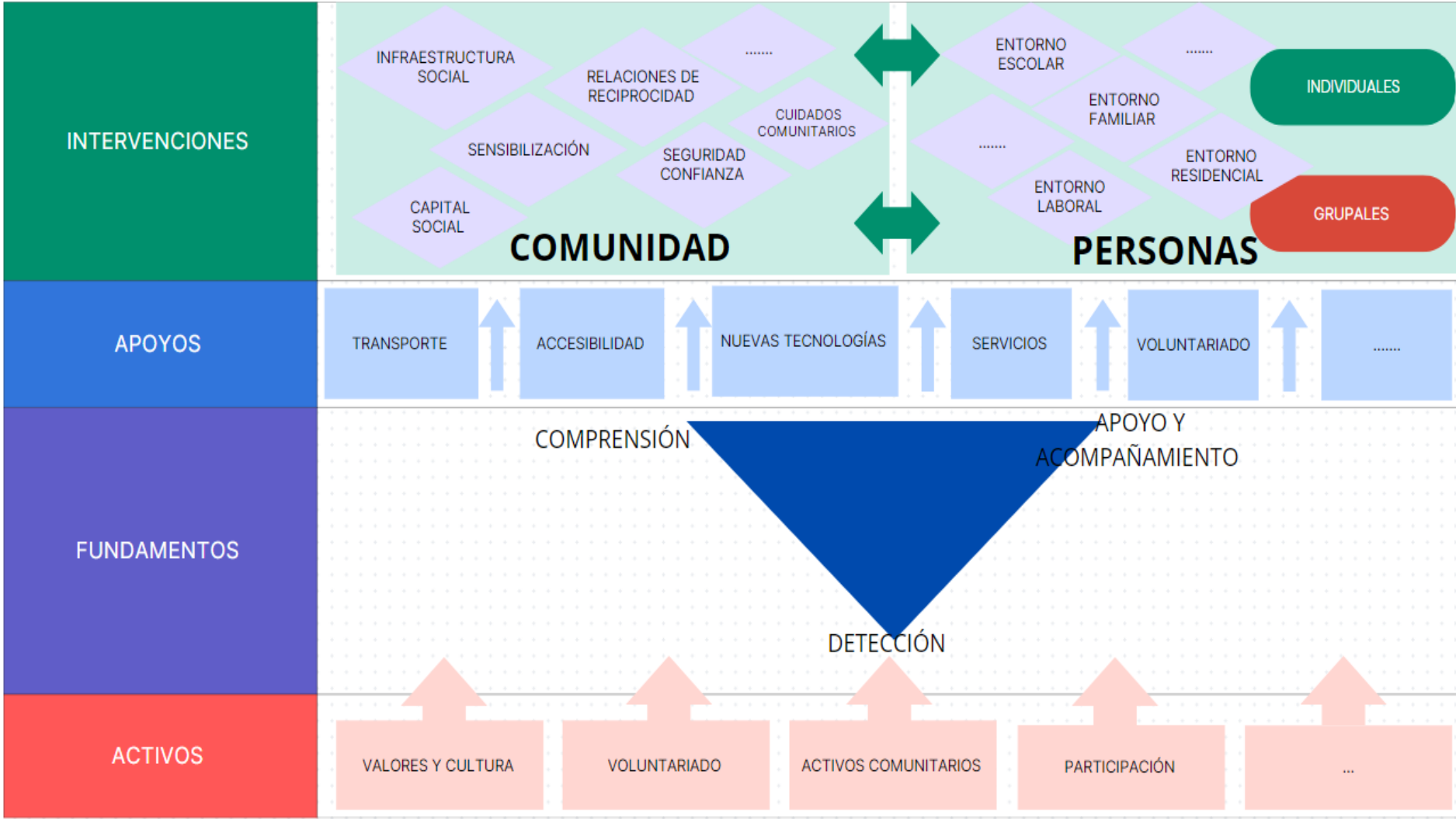
Modelos de gobernanza y  
formas organizativas  
estables.

# La intervención en soledad y aislamiento desde las políticas públicas

Un proceso complejo: implicación de múltiples agentes

Dos planos complementarios de la intervención/acción

De una lógica paliativa a una lógica preventiva.



# MUCHAS GRACIAS!!



El contenido aquí presentado es un contenido Creative Commons. De uso libre siempre y cuando sea con fines no lucrativos y se cite correctamente la fuente original.



[esalamozos@gmail.com](mailto:esalamozos@gmail.com)

[linkedin.com/in/elisa-sala-mozos-45142030](https://www.linkedin.com/in/elisa-sala-mozos-45142030)