



16 Marzo, 2026

**mas**
ESTÁ PASANDO

Los mayores de 65 años son uno de los grupos de población más afectados por la soledad no deseada.

TODOS CONTRA LA SOLEDAD

El Gobierno eleva a asunto de estado **este grave problema, que afecta al 13,8% de la población de manera crónica**, y propone la primera estrategia nacional para combatirlo.

Según el Barómetro de la Fundación Once, el 20% de la población de España experimenta la soledad no deseada, y un 13,8% lo hace de manera permanente. Y tal y como señala una investigación de Cruz Roja sobre el tema, el 44% la sufre de manera indirecta. Este tipo de soledad no elegida, que afecta especialmente a los mayores de 65 años, pero también a los jóvenes y a los migrantes, va en aumento, en parte porque vivimos en un mundo mucho más individualizado, en el que las redes sociales virtuales están sustituyendo en muchos casos a las reales. Se trata por tanto de un grave problema contra el que todos debemos luchar como sociedad. Un verdadero asunto de esta-

do para el que el Gobierno ha propuesto la primera estrategia nacional, con el objetivo de identificarlo y combatirlo. «Vamos a defender los preceptos del estado social. Aquí no se va a abandonar a nadie ni se va a dejar solo a nadie», ha asegurado el ministro de Derechos Sociales, Con-

«DE JOVEN LA BUSCABA, PERO AHORA ME VOY A LA CAMA MUY TRISTE», CUENTA UNA MAYOR

mo y Agenda 2030 Pablo Bustinduy, quien valora como un referente importante el Ministerio de la Soledad que existe en Japón.

UNA MISIÓN COLECTIVA

En la elaboración del Marco Estratégico de las

Soledades 2026-2030 han participado ministerios, autonomías, entidades locales y sociales y 33 expertos, muchos de los cuales han sufrido la soledad no deseada en primera persona. «Si no se cuenta cómo la vivimos realmente las personas, es muy difícil que las cosas funcionen, porque

desde fuera no se entiende lo que supone pasar por estas situaciones», asegura una persona joven, experta por experiencia.

Entre los principales objetivos y líneas de actuación de la estrategia destacan la de prevenir el

aislamiento social que se produce, por ejemplo, por el teletrabajo, las dificultades económicas y de acceso a la vivienda o en el entorno rural. También la prescripción de participación social y comunitaria en la atención sanitaria primaria; la creación de entornos de proximidad en los que participar, desde una perspectiva inclusiva; o el impulso de modelos de viviendas colaborativas. «De joven buscaba la soledad y la disfrutaba, era mía. Ahora, en cambio, la soledad pesa: se va una a la cama muy triste», explica una persona mayor en el citado marco. Evitar que ella y otras muchas personas en su misma situación se sientan así es el fin último de esta estrategia, una misión urgente que nos atañe a todos.