



ESCUELA DE
SOCIOLOGÍA Y
TRABAJO SOCIAL

“SOLEDAD VOLUNTARIA EN PERSONAS MAYORES QUE VIVEN EN CONDICIÓN DE PRECARIEDAD”

EXPLORANDO LA ELECCION DE LA SOLEDAD

Autor: Andrea Merino Barra

Profesor guía: Fernando Cofré Cerda

Tesis para optar al grado de Licenciada en Trabajo Social

Santiago, diciembre de 2023

Agradecimientos

Quisiera expresar mi profundo reconocimiento a todos aquellos cuya valiosa contribución resultó fundamental para la conclusión exitosa de este trabajo de investigación, la realización de este proceso se fundamenta en un sólido respaldo y colaboración de diversas personas y recursos.

Agradezco de manera significativa el apoyo irrompible y la motivación constante proporcionada por mi familia. Su comprensión y estímulo constituyeron pilares fundamentales en cada etapa de este periplo académico.

También expresar un profundo agradecimiento a mi profesor guía de este proceso Sr. Fernando Cofré Cerda, cuya orientación, paciencia y dedicación fueron esenciales a lo largo de todo este proceso de investigación, su extenso conocimiento y asesoramiento desempeñaron un papel crucial en la configuración y desarrollo del proceso académico.

De igual forma, presentar un reconocimiento al cuerpo académico, cuya incidencia ha sido decisivo en la configuración de mi enfoque investigativo y en el cultivo de las destrezas críticas indispensables para la realización de esta investigación.

Por último, pero no menos importante, expresar mi gratitud a las personas que compartieron de manera generosa sus experiencias, lo que ha sido fundamental para el avance de este estudio.

Índice

Capítulo I

1.- Introducción	5
------------------------	---

Capitulo II

2.- Estado del arte	8
---------------------------	---

Capitulo III

3.- Problematicación	17
----------------------------	----

Capitulo IV

4.- Pregunta de investigación y objetivos	20
---	----

Capítulo V

5.- Marco teórico	22
-------------------------	----

5.1 Soledad	22
-------------------	----

5.2 Persona Mayor	27
-------------------------	----

5.3 Precariedad	32
-----------------------	----

Capítulo VI

6.- Marco Metodológico	38
------------------------------	----

Capitulo VII

7.- Análisis de datos	46
-----------------------------	----

7.1 Primera categoría: Soledad	46
7.2 Segunda categoría: Precariedad	54
7.3 Tercera categoría: Efectos	.62
 <u>Capítulo VIII</u>	
8.-Hallazgos y conclusiones	70

CAPITULO I

1.- Introducción

La soledad en las personas mayores es un fenómeno que ha cobrado mayor importancia en Chile en los últimos años y se ha convertido en un problema social de primer orden. Esto les sucede a los adultos mayores que experimentan una sensación de aislamiento y desconexión de la sociedad, lo que puede impactar negativamente en su salud física y mental.

Este problema es complejo y multifactorial ya que se relaciona con factores personales, familiares, sociales y culturales. Es importante recalcar que el envejecimiento es un proceso natural e irreversible que trae consigo cambios fisiológicos, psicológicos y sociales que afectan la calidad de vida de los adultos mayores.

La esperanza de vida en Chile ha aumentado en los últimos años, lo que ha llevado a un aumento en la proporción de personas mayores en la población. El Instituto Nacional de Estadísticas publica en 2022 qué:

“El porcentaje de personas de 60 años y más que vive en Chile, respecto a la población total, ha ido aumentando progresivamente en las últimas décadas, y si bien en 1992 este grupo etario equivalía al 9,5% del total de habitante del país, en 2022 aumentó al 18,1% y se espera que en 2050 las personas mayores equivalgan al 32,1% de la población.” (INE, 2022).

El aumento de la población adulta mayor ha tenido un impacto importante en la estructura social y familiar del país. Por un lado, la transformación de la estructura familiar tradicional conduce a una mayor vulnerabilidad social de las personas mayores. Así también existen cambios en los roles y relaciones familiares que afectan a las personas mayores con su entorno social y familiar (Landriel, 2001).

El problema de la soledad en las personas mayores en Chile es una realidad que requiere la atención de los trabajadores sociales y demás profesionales que trabajan en el ámbito social. La soledad en los adultos mayores puede impactar negativamente en su salud física y mental.

Para ello, este estudio tiene como objetivo conocer los elementos que promueven la soledad voluntaria en personas mayores que viven en condiciones de precariedad en la Villa Cañada Norte, comuna de Lo Prado y cuáles son los posibles efectos de esta determinación.

A través de este estudio se espera contribuir a la generación de conocimiento sobre la soledad en las personas mayores de la villa Cañada Norte de la comuna de Lo Prado, brindando así elementos que aporten en el diseño de políticas públicas y estrategias de intervención para abordar de manera efectiva esta problemática. Se espera que los hallazgos de este estudio puedan ser de utilidad para los profesionales que trabajan en el campo social.

CAPITULO II

2.- Estado del arte

En la búsqueda de antecedentes relacionados con la problemática, se encuentra el documento realizado por Ana Maciel Rivero (2015), uruguaya, la cual, en su anteproyecto propone un estudio cualitativo que busca sondear el sentido que le entregan las personas mayores de Montevideo a la soledad y como esto toma relevancia al momento de requerir cuidados. Pretende establecer, si para las personas mayores es o no un problema la condición de soledad, ya que en otros estudios la plantean como un problema, al respecto Doblas (2005) menciona qué:

“La cara más negativa de la soledad es asociada por estas personas mayores algunas veces al miedo a caer enfermas no teniendo a nadie al que les socorra de inmediato, o que les atienda si el mal no reviste demasiada gravedad, otras al déficit afectivo o relacional que acusan en el marco de una vida doméstica que transcurre en solitario. Son los grandes hándicaps que atribuyen a su soledad; por eso, cuando la citan como el problema más importante que padecen, lo que más recalcan es el vacío que encuentran dentro de sus viviendas.” (Doblas, 2005, pág. 188)

Por lo antes mencionado, es de interés para la autora reconocer como es representada, significada y vivida la situación de vivir solos/as. Es de importancia también mencionar que el estudio pretende dar voz al alto porcentaje de personas mayores que viven en condición de soledad en Montevideo y generar a su vez conocimiento al respecto, el cual pueda aportar a la generación de políticas públicas y a la temática.

En Colombia, desde el ámbito de la salud, también encontramos análisis relacionados con la soledad en personas mayores. El artículo realizado por Claudia Camargo y Diego Chavarro (2019), el cual aborda el sentimiento de soledad, su importancia, causas y efectos, resaltando la necesidad de la continua valorización que se debe realizar de la problemática. A diferencia de otros países, cuentan con un instrumento validado para la valorización de la soledad, la escala ESTE (escala de soledad en tercera edad). Podemos

apreciar en este estudio la relevancia de contar con instrumentos validados para generar intervenciones que vayan directamente enfocadas en el fenómeno. En el caso de la escala ESTE, fue adaptada para medir cuatro variables de la soledad en personas mayores: crisis existencial, conyugal, social y familiar.

En el análisis realizado por Camargo y Chavarro (2019) podemos ver como la soledad influye en la condición de salud de las personas mayores, tanto en el aspecto físico como el psicológico, en la perspectiva física se puede ver como se debilita el sistema inmunológico, como afecta el patrón del sueño y aumenta el riesgo de enfermedades digestivas y cardíacas, desde la perspectiva psicológica, aumenta el riesgo de alcoholismo, depresión y suicidio. Mencionan, además la perspectiva social la cual tiene un considerable impacto en generar o desarrollar condiciones crónicas y decrecimiento del autocuidado.

Los autores, proponen la valorización continua, esto con el fin de pesquisar el fenómeno y generar las intervenciones adecuadas que permitan cambiar las realidades afectadas por la problemática.

Continuando, desde el área de salud se encuentra el artículo “Estado de ánimo caracterizado por soledad y tristeza: factores relacionados en personas mayores”, el cual plasma el estudio realizado en España por Pilar Jürschik, Teresa Botigué, Carmen Nuin, y Ana Lavedán (2013), el cual indaga la prevalencia y los factores de riesgo vinculados con el estado de ánimo negativo en personas mayores. El estudio contó con un alcance de 398 muestras cuyos participantes se encontraban en los 77 años promedio, arrojando que el 52,3 % de los participantes experimentaba un estado de ánimo negativo. En relación con esto, se establece la interacción social para lograr la felicidad durante este ciclo vital, siendo las personas mayores con menor vinculación las que presentan el peor estado anímico, se logró identificar también que las enfermedades coronarias, la desnutrición y el deterioro

funcional eran condiciones de salud muy frecuentes en la muestra, en correspondencia con los factores de riesgo asociados con el estado de ánimo negativo, el estudio manifestó:

“En el análisis multivariante regresión logística, seis variables (sexo femenino, vivir solo, tener pocos amigos, estar en riesgo o desnutridos, presentar accidente cerebrovascular, y la percepción mala del estado de salud) presentaron una asociación significativa con peor estado de ánimo.” (Jürschik et. al, 2013, pàg.17)

Estableciendo que los factores que tienen incidencia en el estado anímico de las personas mayores son múltiples y complejos y pueden estar vinculados con factores psicológicos, biológicos y sociales (Jürschik et. al, 2013).

En conclusión, el estudio realza la relevancia de la interacción social y el importante rol que desempeñan los profesionales de la salud en la detección y tratamiento de la depresión en las personas mayores, se destaca además la importancia de implementar medidas estandarizadas para evaluar tanto la función biológica y psicosocial, como el estado nutricional y el deterioro cognitivo en las personas mayores.

Por otra parte, podemos encontrar el artículo realizado por Garza RI, González J., Rubio L., y Dumitrache C (2020). titulado “Soledad en adultos mayores de España y México: un análisis comparativo” el cual indaga detalladamente la prevalencia y las peculiaridades asociadas a la soledad en adultos mayores de España y México, cuyo objetivo principal es analizar el predominio de factores tanto culturales como demográficos en la manifestación de la soledad en esta población.

Con el fin de concretar el propósito, se realiza una exhaustiva revisión de la literatura existente en torno al tema, teniendo en consideración investigaciones previas las cuales han logrado identificar que la soledad en esta etapa del ciclo vital se encuentra

principalmente determinada por dimensiones sociales y de salud, más que por la dimensión sociodemográfica (Garza et al, 2020).

Asimismo, el artículo plantea las diferencias culturales en relación con la prevalencia y diversas dimensiones de la soledad en personas mayores entre España y México, realizando además un análisis crítico de los estudios previos que han examinado la temática, destacando las particularidades y matices que existen en cada contexto cultural.

“A partir de los análisis del estudio, se puede concluir que las diferencias culturales construidas según el país de pertenencia tienen peso sobre la prevalencia de situaciones de soledad en el adulto mayor, ya que los resultados de las submuestras de ambos países en las características demográficas como sexo, la escolaridad y el estado civil hicieron diferencia en la respectiva caracterización.” (Garza et al, 2020, pag.112)

Además, el artículo realiza una revisión de la literatura científica con relación a los factores de riesgo vinculados al desarrollo de la soledad en personas mayores, poniendo especial atención en las dimensiones sociodemográficas, tales como: el nivel educativo, el estado civil y la situación de vida, se analizan también los estudios que evidencian la influencia de dichos factores en la experiencia de la soledad en esta etapa de la vida. A su vez, el artículo se ocupa de analizar las consecuencias negativas que acarrea la soledad en torno a la salud mental y física de las personas mayores explorando el impacto perjudicial de la soledad en estos aspectos fundamentales del bienestar. Se puede concluir que el enfoque comparativo plasmado en el artículo resalta la importancia de considerar tanto los factores culturales como demográficos en la prevención y el abordaje de la soledad en esta población, haciendo énfasis en la relevancia de desarrollar estrategias y políticas que promuevan la prevención y el tratamiento de la soledad.

Prosiguiendo y en relación al uso de un instrumento de utilidad al momento de realizar una medición de la soledad en personas mayores se encuentra la escala ESTE, podemos encontrar el artículo realizado por José González y Rosa Garza ambos Doctores en ciencias de la educación de México, “ La medición de soledad en personas adultas mayores: estructura interna de la escala ESTE en una muestra del norte de México” (2021), el cual aborda la evaluación de la soledad en personas mayores mediante el uso de la escala ESTE, dicha investigación tuvo su enfoque en el análisis de la estructura interna de la escala antes mencionada y sus propiedades psicométricas, para el estudio de enfoque cuantitativo, se recopiló una muestra de 338 personas mayores y sus resultados indicaron que la escala ESTE tiene una estructura interna de tres variables las cuales corresponden a la soledad emocional, social y existencial, si bien las variables están relacionadas, son muy distintas lo que sugiere que la escala puede servir para medir múltiples aspectos relacionados a la soledad en personas mayores en México. Además, los resultados indicaron que la escala tiene una alta confiabilidad y validez, lo que asevera que es una herramienta válida para la medición de la soledad en personas mayores, estos hallazgos vienen a portar en el levantamiento de información para las distintas disciplinas que trabajan con personas mayores y futuras intervenciones.

Continuando con un análisis del concepto de soledad desde una perspectiva distinta está Jean Gajardo Jauregui (2015) en su momento presidente del colegio de terapeutas ocupacionales de Chile, quien en su ensayo discute el concepto de soledad en las personas mayores desde la percepción de riesgo, y las diversas racionalidades, planteando dos categorías de clasificación, la categoría cultural y la epidemiológica. Con relación a la cultural se menciona que existe la idea de un envejecimiento normativo con representaciones de envejecimiento y el vivir esta etapa en compañía, este envejecimiento normativo se encuentra delimitado por procesos los cuales se naturalizan y se reproducen,

lo cual, los convierte en una norma social. En relación con la categoría epidemiológica de la soledad el autor plantea la objetivación del fenómeno como un factor de riesgo el cual se puede detectar y prevenir. Se menciona la medicalización del concepto de soledad en la vejez y como esto puede coartar la comprensión de la problemática y sus posibles abordajes.

La soledad no deseada es una problemática que ha sido de interés de estudio y análisis desde la disciplina del trabajo social, el artículo realizado por Jone Martínez Palacios (2020), ofrece una revisión crítica y reflexiva de la práctica del trabajo social en relación a la soledad no deseada, propone el acoger una mirada más amplia o perspectiva más integral, fundada en enfoques críticos y la intersectorialidad, buscando atender de manera más integral y efectiva la problemática, resalta también la relevancia de desarrollar investigaciones, políticas y prácticas que tengan en consideración lo complejo de la soledad y que susciten intervenciones transformadoras y contextualizadas.

Martínez Palacios (2020) señala, que la profesionalización del trabajo social origina un prisma desmedido en el procedimentalismo y la especialización, lo cual, obstaculiza generar la relación entre los diferentes ámbitos de la experiencia de vida de una persona. En relación con esto, la intersectorialidad se manifiesta como un enfoque que facilita una comprensión más amplia y detallada, permitiendo abordar la problemática de una manera integral. En su artículo, se realiza un análisis sobre las múltiples propuestas e iniciativas que han emergido para acometer la problemática, entre estas, la creación del Ministerio de la Soledad en el Reino Unido y en Madrid el Plan Madrid de los cuidados, el principal objetivo de estas iniciativas es desarrollar políticas públicas que aborden de manera integral y crítica la soledad, distinguiendo la complejidad de esta, buscando resultados positivos extenderse más allá de la esfera individual.

Si bien, en la revisión bibliográfica realizada prevalece la soledad desde una perspectiva negativa y de cuidado, encontramos el estudio realizado por Paredes, M., Guzmán, A., Barceinas, F., y Beltrán, I. (2021), el cual hace referencia a la transición de la soledad negativa a la soledad positiva, por medio de un diseño industrial.

Este estudio se enfoca en realizar un exhaustivo análisis de la problemática de la soledad en la población de personas mayores en México, el cual propone una solución fundada en un diseño industrial, esto con el fin de mejorar tanto su bienestar físico como emocional. Para ello, se ha ideado un conjunto de elementos denominado “LUAR”, el propósito fundamental de este kit es orientar a las personas mayores hacia una vivencia de la soledad que se caracterice por aspectos positivos, proporcionándoles un entorno agradable y tranquilo, así como herramientas que les permitan realizar un análisis reflexivo e introspectivo.

El concepto de la soledad positiva genera un impacto significativo en la propuesta. Se reconoce la necesidad de transformar la percepción de la soledad durante la vejez, y se resalta la importancia de reservar momentos de reflexión y auto conexión, entendiendo que la soledad positiva desempeña un papel fundamental al regular las emociones, generando un efecto relajante, que nos prepara para interactuar de manera más efectiva con los demás, mientras que, al mismo tiempo, estimula la creatividad y la confianza en uno mismo.

El desarrollo del proyecto incluyó una fase de validación del Kit con expertos en gerontología, psicología y sociología, así como con potenciales usuarios. A partir de la retroalimentación recibida, se realizaron ajustes y mejoras con el objetivo de optimizar la efectividad del kit. Se establece un proceso gradual que guiara al usuario hacia la adopción de este cambio en su comportamiento.

En conclusión, el kit LUAR se presenta como una propuesta respaldada por el campo de diseño industrial para abordar la problemática de la soledad en las personas mayores. A través de la combinación de una lámpara ambientadora y un libro interactivo, se busca guiar a los usuarios hacia una experiencia de la soledad enriquecedora, proporcionándoles un entorno acogedor y las herramientas necesarias para llevar a cabo un análisis introspectivo y reflexivo.

CAPITULO III

3.- Problematicación

La soledad voluntaria en personas mayores que viven en situación de precariedad es un fenómeno complejo, que plantea contradicciones y desafíos en el ámbito de la disciplina del trabajo social. Aunque existen investigaciones en relación con la problemática, la mayoría de estos estudios y análisis se orientan en la soledad no deseada o involuntaria, marginando el fenómeno de la soledad voluntaria en personas mayores que viven en situación de precariedad. La literatura relacionada a esta problemática ha destacado la importancia de ocuparse de la misma ya que puede tener consecuencias negativas en el

bienestar físico, emocional y mental de las personas mayores. En cambio, la soledad voluntaria en personas mayores en situación de precariedad ha recibido poca atención en la investigación académica y práctica, desde el trabajo social, considerando que estas personas se ven enfrentadas a una doble vulnerabilidad, ya que, por una parte, encontramos la precariedad socioeconómica y, por otra, la elección de vivir en soledad.

La presente investigación se propone abordar la problemática de la soledad voluntaria en un contexto de precariedad, considerando la conexión entre los sujetos de estudio, el entorno circundante y la naturaleza intrínseca del problema en consideración. Los sujetos objeto de investigación, son parte del estrato demográfico de personas mayores, quienes representan un grupo poblacional particularmente propenso a la influencia de factores contextuales. En este escenario, se centra la atención en la Villa Cañada Norte, localizada en la comuna de Lo Prado, la cual exhibe notables índices de vulnerabilidad económica, según lo que evidencia la Encuesta de caracterización socioeconómica nacional, la cual en 2017 indica que, el 24,48 % de la población residente de la comuna de Lo Prado se encuentra en una situación de pobreza multidimensional.

La problematización se centra en la comprensión de la influencia de los factores contextuales, en las decisiones individuales de adoptar la soledad voluntaria dentro del segmento poblacional estudiado. En este contexto, se pretende discernir los elementos que contribuyen a la toma de esta decisión, este enfoque persigue una comprensión de la problemática social mencionada.

Lo propuesto en esta investigación es de relevancia disciplinar, puesto que, facilitará ampliar el conocimiento en relación con la soledad voluntaria en personas mayores en situación de precariedad, permitiendo aproximarnos a las causas y consecuencias de esta problemática, cuestión fundamental para diseñar estrategias de intervención efectivas y adecuadas a las necesidades de las personas mayores que viven en esta situación.

Además, generará la instancia de reflexión sobre el rol del trabajador social en el abordaje de la soledad voluntaria en personas mayores en situación de precariedad, permitiendo con esto contribuir al desarrollo de prácticas profesionales más sensibles, efectivas y enfocadas en la transformación.

CAPITULO IV

Pregunta de investigación

¿Como se genera y afecta la soledad voluntaria en personas mayores que viven en condiciones de precariedad en la Villa Cañada Norte, comuna de Lo Prado?

Objetivo general

Conocer cómo se genera y afecta la soledad voluntaria en personas mayores que viven en condiciones de precariedad en la Villa Cañada Norte, comuna de Lo Prado.

Objetivos específicos

1.- Explorar los elementos que influyen en la elección de la soledad voluntaria en personas mayores de la Villa Cañada Norte que viven en condiciones de precariedad.

2.- Reconocer cuales de estos elementos influyen a la precariedad cuando existe la determinación de vivir en soledad voluntaria en las personas mayores de la Villa Cañada Norte.

3.- Analizar los efectos que tiene la determinación de vivir en soledad voluntaria en las personas mayores de la Villa Cañada Norte.

CAPITULO V

5.- Marco conceptual

5.1 Soledad: Cuando se habla del término soledad se puede determinar que es un fenómeno complejo y multidimensional, el cual afecta considerablemente en la vida de las personas mayores, contemplando además que la población mundial envejece notablemente, se ha vuelto decisivo el comprender y abordar el efecto de la soledad en este ciclo vital. El término soledad refiere a una experiencia subjetiva de aislamiento, falta de compañía o conexión emocional con otros individuos, según la Real Academia Española (RAE), la soledad se define como el estado de estar solo, emocional y existencialmente el cual puede experimentarse de manera voluntaria o involuntaria. “Carencia voluntaria o involuntaria de compañía” (RAE, 23º).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015) reconoce que la soledad es un reto relevante para la salud y el desarrollo integral de las personas mayores, en el informe presentado por este organismo en relación con el envejecimiento y la salud, se destaca

que la soledad puede tener consecuencias perjudiciales tanto en lo físico como en lo cognitivo, ya que, la soledad está directamente vinculada a un mayor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas, deterioro cognitivo, depresión y mortalidad prematura.

En el informe referido, la OMS (2015) entrega un consistente sustento de evidencia científica en la relación entre la soledad y la salud de las personas mayores, analizando las causas de riesgo y determinantes sociales que potencian la soledad en este rango etario, así como, las estrategias e intervenciones para abordar la presente problemática.

La soledad es comúnmente asociada con la ausencia de compañía, es importante entender que la soledad no es simplemente la falta de presencia física de otros, sino también la carencia de relaciones significativas y de apoyo emocional. Además, cabe señalar, que la soledad puede tener consecuencias perjudiciales en múltiples aspectos, tales como, la autoestima, la autoeficacia, percepción de riesgo y presencia de enfermedades cardiovasculares, presión arterial, entre otros.

“Las consecuencias de la soledad se pueden desglosar desde las dimensiones física, psicológica y social. En la primera se puede presentar debilidad del sistema inmunológico, problemas cardíacos o digestivos y problemas en el patrón del sueño; en la dimensión psicológica, la baja autoestima, depresión o alcoholismo y suicidio, y en la dimensión social, prejuicios sociales o aislamiento.” (Camargo y Chavarro, 2019, pág. 3)

La soledad es una problemática que ha sido objeto de interés y estudio de diversas disciplinas, como: psicología, sociología, filosofía y trabajo social. A lo largo de la historia el término soledad ha sido planteado desde diferentes posturas, generando debates y reflexiones en torno a su significado e implicaciones tanto para el individuo como para la sociedad.

Desde una perspectiva filosófica podemos mencionar a Nussbaum (2018) quien nos induce a reflexionar sobre la soledad desde una perspectiva ética y existencial, la autora argumenta que la soledad puede ser una experiencia humana compleja, y que, en ciertos casos, una elección autónoma y valiosa, sin embargo, previene sobre los peligros de la soledad no deseada o forzada e intercede por la necesidad de políticas y prácticas sociales que promuevan la vinculación humana y el sentido de pertenencia.

Nussbaum (2018) nos entrega una perspectiva profunda y reflexiva sobre la naturaleza y el significado de la soledad, abordando diversos puntos de vista, filosóficos, existenciales y éticos relacionados con la problemática, con argumentos y conceptos los cuales permitirán fundar perspectivas más amplias y enriquecedoras.

Mediante el análisis crítico de las ideas de la autora, se logra explorar las múltiples dimensiones de la soledad en personas mayores, incluyendo la relación que existe entre la soledad y la autonomía, la relevancia de las relaciones sociales y afectivas y la influencia de los valores culturales a la experiencia de la soledad. Se examinan además las implicancias éticas y prácticas de la situación de soledad en personas mayores, teniendo en consideración variables como la calidad de vida, la salud física y el bienestar emocional, explorando también posibles estrategias e intervenciones que podrían ser implementadas con el fin de aplacar los efectos negativos de la soledad en este ciclo de vida (Nussbaum, 2018).

Desde la psicología, el fenómeno de la soledad ha sido objeto de estudio referente a diversos aspectos de la salud y desarrollo integral de las personas mayores. Enmarcado en lo anterior, Segrin y Passalacqua (2010) se adentraron en las funciones de la soledad, el apoyo social y el estrés relacionado a la salud deficiente. La investigación realizada por estos autores viene a comprobar que la soledad en personas mayores está vinculada a una serie de efectos negativos en la salud, develando que la

soledad se relaciona con un aumento del estrés físico y psicológico, así como también, con el aumento de las probabilidades de experimentar prevalencia de patologías relacionadas con la salud mental, como, ansiedad y depresión. Además, plantea, que la soledad tiene una estrecha relación con los malos hábitos o hábitos poco saludables, así como, la adherencia a la medicación y prácticas de autocuidado (Segrin y passalaqua, 2010).

Desde la disciplina del trabajo social se han ocupado de la problemática, generando no solo investigaciones al respecto, si no también, intervenciones que permitan aplacarla, abordando las necesidades emocionales y sociales. En ese contexto encontramos a Pérez Arranz (2018), quien plasma en su texto, una iniciativa de intervención: “La Asistencia Personal”. Este es un nuevo servicio para las personas mayores, que tiene como principal objetivo: proveer atención y apoyo personalizado. Dado que la soledad es una experiencia social y emocional percibida como negativa, este servicio tiene como fin aplacar la sensación de aislamiento y promover el bienestar emocional de las personas mayores al suministrar un apoyo cercano e individualizado.

La Asistencia Personal se centra a su vez en empoderar a las personas mayores y promover su participación activamente en la toma de decisiones de su cotidiano. Esto es de suma relevancia en este contexto, ya que, fortalecer su capacidad de determinar acciones o decisiones y ejercer control sobre su entorno, genera en sentido de pertenencia y conexión con el entorno, contrarrestando el sentimiento de soledad y aportando a la creación o restauración de redes de apoyo social. Dicha asistencia pretende establecer también relaciones significativas y duraderas de las personas mayores con su entorno, lo que fortalecerá red de contactos y el apoyo social, auxiliando a su vez en aliviar el sentimiento de soledad.

Si bien se puede reflejar que la soledad es un tema de investigación relevante en diversos ámbitos, es importante destacar que existe una brecha importante entre la soledad involuntaria y la soledad voluntaria, requiriendo un enfoque más profundo y sistemático entorno a la soledad voluntaria, reconociendo esta última como una experiencia positiva en la cual las personas pueden encontrar autorreflexión y satisfacción, se considera que sus análisis aún son limitados.

A margen de la condición socioeconómica en que se viva la soledad voluntaria, es fundamental que los investigadores y académicos puedan centrarse en explorar dicha variable y comprender las diversas dimensiones y motivaciones que la misma nos presenta, esto permitirá recoger una perspectiva integra de cómo las personas mayores eligen estar solas y también cómo dicha decisión puede afectar o no su comprensión de bienestar y desarrollo integral de dicho ciclo vital.

Además, se requieren investigaciones que realicen un análisis de los mecanismos subyacentes que fomentan la decisión de la soledad voluntaria, haciendo de la misma una experiencia gratificante, esto al margen de variables relevantes como la condición socioeconómica. Estos estudios pueden proporcionar información valiosa la cual aportara en la comprensión de la naturaleza compleja de la soledad y al desarrollo de intervenciones, considerando enfoques más holísticos que aborden tanto la soledad involuntaria como la voluntaria y promuevan el desarrollo integral de este ciclo vital.

La soledad es un fenómeno complejo y estudiado exhaustivamente, aunque tradicionalmente se ha asociado con sentimientos de tristeza, aislamiento y falta de conexión, investigaciones recientes han comenzado a explorar un enfoque más positivo de la soledad, conocido como “Solitud”. Este nuevo enfoque busca comprender como la soledad puede ser experimentada de manera constructiva y beneficiosa para el individuo, pudiendo ser vista como un espacio de introspección, autodescubrimiento y

crecimiento personal. La soledad es entonces una sensación agradable de estar en paz con uno mismo a diferencia de la soledad la cual implica una sensación de carencia (Terrazas y Rojas, 2020).

En el artículo “De la soledad a la soledad” escrito por Brenda Terrazas y Diana Rojas (2020), se aborda el tema de la soledad desde diferentes enfoques, mencionando la importancia de aprender a manejarla de manera positiva, aludiendo a como este proceso puede contribuir al crecimiento personal y emocional. Sería crucial enseñar a los niños a lidiar de forma constructiva con los momentos de soledad, esto para que en la adultez no vean la soledad de manera negativa, sino como una oportunidad para explorar su propio yo (Terrazas y Rojas, 2020).

Por otra parte, en el artículo “Aislamiento, soledad, soledad: Hannah Arendt y formas de no estar con otros”. Escrito por Porcel, B. (2020), menciona que Hannah realiza una distinción entre el aislamiento, la soledad y la soledad. El aislamiento se refiere a la separación política de los seres humanos, mientras que la soledad hace referencia a la separación emocional y ontológica de los seres humanos, por otra parte, la soledad refiere al dialogo silencioso con uno mismo, una dualidad reflexiva que consiste en estar solo consigo mismo y que permite confrontar las líneas de pensamiento que creamos y seguimos. La soledad no se asemeja a la soledad, ya que la ausencia de otros es sustituida por el dos en uno de cada uno (Porcel, 2020).

5.2 Persona Mayor

El Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA), es una institución en Chile que se encarga de promover y proteger los derechos y el bienestar de las personas mayores del país, dicha institución establece que se considerará como persona mayor a cualquier persona que tenga 60 años o más, siendo este el único criterio determinante.

En 2022 SENAMA publica el Código de Ética el cual como objetivo principal tiene el garantizar la atención integral y de calidad para las personas mayores, promoviendo su participación activa, autónoma y el respeto por su dignidad, dicho código establece valores y principios fundamentales que pretenden guiar la labor de funcionarios y profesionales que trabajan con personas mayores, estos principios incluyen el respeto a la dignidad y los derechos de las personas mayores, la promoción de su autonomía y la participación de las mismas, la igualdad de trato y la no discriminación, el fomento de la solidaridad y la colaboración, y la transparencia en la gestión y el uso de recursos(Senama, 2022).

Dicho Código de Ética destaca la importancia de promover una cultura de envejecimiento activo y saludable, así como la prevención del maltrato y la violencia hacia las personas mayores, estableciendo a su vez la responsabilidad de los profesionales y funcionarios de actualizar y mejorar constantemente sus conocimientos y habilidades con el fin de brindar una atención de calidad.

La Real Academia Española (RAE) define el término “anciano/a” como el adjetivo que se utiliza para hacer referencia a una persona que ha llegado a edad avanzada, indicando también que “anciano/a” puede ser usado como sustantivo para referirse a una persona de avanzada edad, es relevante destacar que el término “anciano/a” puede tener connotaciones negativas o peyorativas según el contexto, esto producto de que puede transmitir una imagen de dependencia o fragilidad, por este motivo se ha actualizado el termino, siendo hoy utilizado el de persona mayor. La Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las Personas Mayores en 2015, actualiza el cambio del término estableciendo que:

“Persona Mayor: Es aquella de 60 años o más, salvo que la ley interna determine una edad base menor o mayor, siempre que esta no sea superior a los 65 años.

Este concepto incluye, entre otros, el de persona adulta mayor.” (Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las Personas Mayores, 2015, pag.20)

El artículo “Un perfil de las personas mayores en España, (2017). Indicadores estadísticos básicos” realizado por Abellán, Ayala y Puyol, proporciona características demográficas y socioeconómicas sobre las personas mayores en España. Ofrece información relevante en relación con la situación y características de las personas mayores en ese país, dichos indicadores llegan a englobar variables como la edad, el género, el estado civil, la distribución geográfica, nivel educacional, nivel de ingresos, salud y acceso a servicios y recursos.

Dicho artículo se encuentra basado en indicadores estadísticos que ofrecen información importante sobre la situación de las personas mayores en el país, analizando la evolución demográfica de la población mayor de dicho país, destacando el crecimiento de dicha población y su importancia en el contexto económico y social, establece también desigualdades y diferencias existentes en esta población, lo cual permite generar un perfil sobre la población de personas mayores, estableciendo algunas características en común entre las personas pertenecientes a dicho rango etario.

Si bien según la revisión realizada existen una serie de características en común entre las personas mayores, se encuentra el artículo "Anthropometric and Physiological Characteristics of Elderly Population in the District of Arica-Chile/Características Antropométricas y Fisiológicas de Adultos Mayores de la Comuna de Arica-Chile", que se enfoca en investigar las características antropométricas y fisiológicas de la población de personas mayores en la ciudad de Arica, Chile. El estudio realizado entrega datos recopilados relevantes relacionados con medidas de masa corporal, estatura y peso y

examinan a su vez variables fisiológicas, como la presión arterial y frecuencia cardíaca, con el fin de establecer parámetros sobre la salud cardiovascular de la población de personas mayores, considerando que estas características son una variable en común entre ellas.

Es imposible desconocer que como sociedad enfrentamos una serie de desafíos producto de la evidente variación en la población de personas mayores de nuestro país, la cual asciende apresuradamente al pasar de los años. En esa dirección se encuentra el artículo realizado por Leiva et. al (2020) llamado “Personas Mayores en Chile: el desafío social, económico y sanitario del siglo XXI” publicado por la revista médica de Chile, el que aborda los posibles desafíos que enfrenta la sociedad chilena con relación a la población de personas mayores e indica también ciertas variables en común entre las personas que viven en este rango etario

El artículo plantea cómo el fenómeno del envejecimiento en la población acarrea consigo retos a nivel social, económico y sanitario en el siglo XXI. Examinando en profundidad el impacto económico y social del envejecimiento de la población, en ámbitos como la seguridad social, la participación laboral y protección social. Se destacan desafíos que surgen en términos de políticas públicas y estrategias que permitan abordar las necesidades y el promover la participación de las personas mayores.

Prosiguiendo con lo vinculado a las personas mayores se encuentra la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores (CDPM), aprobada por la Organización de los Estados Americanos (OEA) en 2015 y ratificada en Chile en 2017, siendo un importante instrumento internacional diseñado específicamente con el fin de promover, proteger y asegurar el reconocimiento, disfrute y ejercicio de los derechos humanos y libertades fundamentales de las personas mayores, la Convención considera persona mayor a aquella que tiene 60 años o más, a lo menos que

la legislación interna establezca lo contrario en relaciona la edad, pero nunca será superior a los 65 años.

La CDPM establece los deberes de los Estados para garantizar el conjunto de derechos que contiene y promover la conciencia en la sociedad en general, cabe señalar que se observa que las legislaciones extranjeras revisadas por la presente , tales como, España, Portugal, Argentina, Brasil y Colombia, cuentan con disposiciones especiales para la protección de las personas mayores- Incluyendo en estas disposiciones, estatutos de protección que consideran a las personas mayores como un grupo vulnerable- Algunas de estas normativas fueron implementadas con anterioridad a la adopción de la CDPM en países latinoamericanos. Es de importancia mencionar que la CDPM hace énfasis en el acceso que deben tener las personas mayores a servicios básicos como salud, vivienda, alimentación, pensiones adecuadas y vestuario entre otras disposiciones sociales las cuales promueven el cuidado de su salud emocional, bienestar, arraigo familiar, esparcimiento y educación, así como la promoción intergeneracional de la solidaridad, regulando medidas relevantes como el proteger a las personas mayores de abusos y el posible maltrato que puedan sufrir. (OEA, 2015)

Se puede establecer un marco referencial relacionado a las características de una persona mayor, pero no puede quedar al margen una característica importante dentro de las variables, como es la suma de una discapacidad, en el estudio realizado por Fuentes-García et al. (2013) “Desigualdades socioeconómicas en el proceso de discapacidad en una cohorte de adultos mayores de Santiago de Chile” se plasma dichas desigualdades y su impacto en el proceso de discapacidad.

“En las transiciones de funcionalidad de ambos períodos se observan peores condiciones para mantención y recuperación de la limitación en los de nivel bajo

respecto de los de nivel medio, y una diferencia más acentuada en comparación con los de nivel alto.” (Fuentes- García et. al. 2013, pág. 228)

Dicho estudio se basa en una muestra representativa de personas mayores de Santiago y examina factores socioeconómicos, tales como: el nivel educativo, los ingresos económicos y la ocupación laboral, y como estos influyen en el desarrollo de discapacidades en esta población. Los resultados muestran que existen desigualdades socioeconómicas significativas en el proceso de discapacidad, las personas mayores con bajos niveles educativos, ingresos limitados y ocupaciones menormente calificadas tienen mayor posibilidad de experimentar discapacidades en comparación a los que tienen mejor estatus socioeconómico.

El trabajo de Fuentes-García (2013) al igual que los antes mencionados, presenta la relevancia de prevenir y abordar la soledad mediante la intervención, considerando políticas públicas atingentes que aporten en mitigar dicha situación, entregando mejores oportunidades laborales y algo tan relevante con es la distribución justa de los recursos, acceso a educación, lo que viene a contribuir a reducir las desigualdades y mejorar la calidad de vida de las personas mayores en el territorio.

5.3 Precariedad

La precariedad refiere a la inseguridad y vulnerabilidad en múltiples aspectos de la vida ya sea en lo laboral, la vivienda, la salud y/o el acceso a recursos económicos. Según la Real Academia Española (RAE) el significado de precario/a dícese de “quien no posee los medios o recursos suficientes”. La precariedad puede coartar las oportunidades de desarrollo y bienestar de las personas, acrecentando su vulnerabilidad y afectando la capacidad de satisfacer necesidades básicas con el fin de desarrollarse integralmente.

En relación con la precariedad económica, se puede mencionar que a nivel latinoamericano es un problema complejo y multifacético el cual ha sido agravado por las políticas neoliberales, dando lugar a nuevas formas y manifestaciones de la pobreza. El artículo realizado por Klein, A. (2012) "Empobrecimiento, nuevos pobres y viejos pobres: Un palimpsesto de inscripciones borrosas", explora la evolución de la concepción de la pobreza y los pobres en la región, reconociendo la diversidad y heterogeneidad de la pobreza, destacando la necesidad de abordar la pobreza y la exclusión social de manera integral e interdisciplinaria, reconociendo que se requiere de enfoques que abarquen y consideren la complejidad de los factores que contribuyen a estas problemáticas.

Si bien el texto no se centra específicamente en la precariedad en las personas mayores, se puede establecer una conexión entre la situación de pobreza y exclusión social que se describe y la precariedad que enfrentan muchas personas mayores en América Latina, en el mismo se señala que el modelo neoliberal ha generado exclusión social y falta de protección, lo que ha llevado a la pérdida de la cultura solidaria y ha fomentado relaciones sociales basadas en la desconfianza, la destrucción y el aislamiento (Klein, 2012).

El artículo resalta la relevancia de abordar la pobreza y la exclusión social de manera integral e interdisciplinaria, dentro de un contexto más amplio, lo que implica la necesidad de implementar políticas y programas específicos para abordar la precariedad que enfrentan las personas mayores (Klein, 2012).

En la sociedad contemporánea, se puede observar la exacerbación de la precariedad y la vulnerabilidad la cual es políticamente inducida y mantenida a través de mecanismos legislativos y de mercado de distribución de la vulnerabilidad. Esta condición de mayor incertidumbre e inseguridad no se debe solo a variables como lo económico, sino también a factores sociales y políticos como el patriarcado y la normalización de ciertas funciones corporales que generan dolor social y desigualdad. Sin embargo, esta condición de mayor

vulnerabilidad abre también posibilidades de resistencia, subversión y formas alternativas de vivir y habitar el mundo (Klein, 2012).

Dentro de este orden de ideas, se encuentra el texto “De la precariedad económica a la vulnerabilidad existencial. Notas para una ampliación de paradigma” de Juan Báez, José Bergua, Maribel Casas, Amparo Gracia y Laura Moya (2023) el cual nos ayudará a comprender el concepto de vulnerabilidad y su relación con la precariedad en la soledad contemporánea.

El artículo desafía el concepto de precariedad y su enfoque económico, proponiendo en su lugar el concepto de vulnerabilidad con una dimensión existencial y corporal. Los autores realizan una crítica a las principales instituciones económicas y políticas de bienestar y proponen el concepto de vulnerabilidad como una forma de abordar la creciente importancia del cuidado en los debates contemporáneos sobre políticas públicas y sociales.

El concepto de vulnerabilidad se diferencia del de precariedad en que, la vulnerabilidad hace referencia a la fragilidad intrínseca de todos los seres humanos, los hace susceptibles de ser dañados, mientras que la precariedad hace referencia a la inestabilidad y la incertidumbre en las condiciones materiales y simbólicas las cuales determinan una incertidumbre vital con respecto al acceso sostenido a los recursos esenciales para el pleno desarrollo de la vida. Cabe señalar que la vulnerabilidad se refiere a la posibilidad de ser heridos, mientras la precariedad se refiere a la experiencia social contemporánea desde la que no existe presente ni futuro sólido sobre el cual construir una vida estable. (Báez et al. 2023)

Desde una perspectiva teórica, el concepto de vulnerabilidad y su relación con la precariedad puede entenderse como un complemento de los enfoques tradicionales de

justicia social, los cuales se basan la concepción liberal de la autosuficiencia individual (Báez et al. 2023).

En cambio, una perspectiva relacional sobre la vulnerabilidad y la precariedad enfatiza la interdependencia constitutiva entre los individuos y la necesidad de que las instituciones vayan más allá de las limitaciones de la justicia liberal, esta perspectiva reconoce que la vulnerabilidad es una condición compartida que afecta a todos los individuos, independientemente de su estatus o condición social, reconociendo que la vulnerabilidad no es una carencia o un defecto, sino una condición inherente a la condición humana (Báez, et al. 2023).

Por otra parte, se encuentra el artículo "Exclusión Social: Fundamentos teóricos de la intervención" de Sánchez Alías y Jiménez Sánchez (2013), el cual aborda la precariedad desde el ámbito laboral y como la misma lleva a la exclusión social. Según los autores, las condiciones precarias del empleo postindustrial son las que representan una amenaza de polarización y ruptura social, en este sentido, la exclusión social es abordada como un factor potencialmente desestabilizador, por lo que las medidas de protección social recomendadas se orientan exclusivamente a mantener la cohesión social precisa, presentándolas abiertamente como un elemento productivo al servicio de la política económica.

La exclusión social no aludiría a una situación, sino más bien a un proceso en el que los individuos van a perder el sentimiento de pertenencia en la sociedad a medida que aumenta su precariedad, ocurriendo una serie de rupturas sucesivas, alejando el concepto de trayectoria, de procesos, de personas que se van quedando fuera del sistema (Sánchez y Jiménez, 2013).

En este contexto, la precariedad laboral se convierte en un factor determinante en el proceso de exclusión social. No solo la falta de empleo, sino también la falta de perspectivas, de vivienda, de lazos sociales, de autoestima, etc., son factores que se entrelazan y acumulan y contribuyen a la precariedad. La implementación de nuevas políticas sociales que no aportan en la inclusión social como respuesta desde las estructuras de poder, dejan de manifiesto la aceptación institucional de la nueva pobreza, la que se conoce como exclusión (Sánchez y Jiménez, 2013).

Para abordar la exclusión social desde una perspectiva integral y estructural se debe generar una renovación del pacto social y por su parte, la intervención de los agentes sociales habrían de propiciar redes fuertes de interacción y solidaridad que estimulen sentimientos de seguridad en la población, desde una perspectiva crítica esta se orienta al abordaje integral y estructural de la exclusión social, alejándose de la tendencia a individualizar las causas que conllevan a la exclusión, abordando lo micro y macrosociales desde el trabajo social (Sánchez y Jiménez, 2013).



CAPITULO VI

6.- Marco Metodológico

En el marco de la presente investigación de carácter cualitativo, se optó por un enfoque exploratorio, la elección de un enfoque exploratorio yace en la necesidad de abordar una esfera de investigación aun escasamente explorada. El periodo dispuesto para la realización de la investigación es de marzo a noviembre de 2023. Se utilizará el enfoque fenomenológico, puesto que, desde su perspectiva metodológica y filosófica permitirá comprender la experiencia desde la mirada del sujeto, consiguiendo enfatizar en el análisis y descripción de sus vivencias subjetivas.

“El lenguaje fenomenológico de Husserl (1991) es descriptivo y su propósito es hacer evidente la experiencia original por medio de la intuición. La evidencia del fenómeno o de la experiencia vivida se constituye mediante la percepción directa o intuición clara, vale decir, como tal se supusieron o vieron su significado en la conciencia. Pues para Husserl los procesos yacen en el fondo de la conciencia del sujeto conocedor, o en el yo, en el que hay un reflejo de sí mismo, es decir, el interés de la fenomenología husserliana, tal como se ha señalado, es epistemológico y se centra en el ¿qué se conoce como persona, fenómeno o cosa?, estudia la experiencia para revelar la conciencia por medio de la reducción fenomenológica.”
(Barbera et. al. 2012, pág. 202)

La fenomenología brindará las herramientas para adentrarse en la vivencia de la soledad permitiendo captar los procesos, motivaciones, elecciones y preferencias personales, las influencias socioculturales y contextuales, elementos que inciden en la elección de vivir en soledad en un entorno precario.

“De lo dicho, se aprecia que la tradición fenomenológica husserliana es epistemológica y se focaliza en el regreso a la intuición reflexiva para describir la experiencia vivida tal como se constituye en la conciencia. Es una constante búsqueda epistemológica y un compromiso con la descripción y clarificación de la

estructura esencial del mundo vivido de la experiencia consciente” (Barbera et. al. 2012, pág. 202)

Con el fin de lograr el objetivo planteado, se utilizará como técnica de recolección de información, la entrevista semiestructurada, la que será aplicada a personas mayores en condición de precariedad que han elegido vivir en soledad voluntaria. Se elige esta técnica como herramienta ya que permitirá explorar las variables cognitivas y existenciales de los sujetos de estudio, permitiendo contextualizar en un marco más amplio la información recogida.

“La entrevista tiene un enorme potencial para permitirnos acceder a la parte mental de las personas, pero también a su parte vital a través de la cual descubrimos su cotidianidad y las relaciones sociales que mantienen. En este contexto, la entrevista como instrumento de investigación es suficiente para la realización del proceso investigativo y en muchos su uso es forzado y frecuentemente obligatorio.” (López y Deslauriers, 2011, pág. 1)

Para la selección de los participantes, se empleará un enfoque de muestreo intencional, ya que este permite elegir de manera específica a los participantes. El muestreo intencional se centra en seleccionar, en este caso, sujetos que tengan abundante información relevante para lograr profundizar en el análisis.

“El muestreo intencional constituye una estrategia no probabilística válida para la recolección de datos, en especial para muestras pequeñas y muy específicas.” (Alaminos, 2006, pág. 50)

Con relación a la estrategia de selección de participantes, está guiada por el interés de alcanzar una representación diversa y enriquecedora, se considerará la diversidad de género y la temporalidad de las vivencias de la soledad voluntaria. Esta elección se

encuentra fundamentada en la necesidad de enfrentar las complejidades propias del fenómeno, a partir de variados puntos de vista, lo cual tendrá una incidencia positiva en la obtención de una comprensión más contextualizada de la materia de estudio. (Alaminos, 2006)

La participación equitativa de individuos emerge como un pilar primordial para abordar las posibles disparidades en la experiencia de la soledad y en la decisión a conciencia de vivirla. En tal sentido, el conformar una muestra diversificada en términos de género permitirá una exploración más detenida de la forma en que influyen estas variables en la percepción y en la decisión de experimentar la soledad voluntaria. (Alaminos, 2006)

De igual manera, el incluir sujetos con variaciones en los periodos temporales en que han experimentado la soledad voluntaria es de suma importancia, ya que, la experiencia misma de la soledad puede tener variaciones por elementos históricos, sociales y personales que pueden mutar en el tiempo. (Alaminos, 2006)

Todo lo antes expuesto permitió construir una muestra de cuatro personas mayores, residentes de la Villa Cañada Norte de la Comuna de Lo Prado, las cuales viven la soledad voluntaria en condición de precariedad.

Cuadro tipológico del muestreo

ENTREVISTADO	EDAD	SEXO	TIEMPO VIVIDO EN SOLEDAD
1	65	Femenino	9 años
2	66	Masculino	6 años
3	78	Femenino	15 años
4	75	Masculino	12 años

Las entrevistas se llevarán a cabo de manera individual en espacios cómodos y privados, respetando estrictamente los principios de confidencialidad y consentimiento informado por parte de los participantes. El consentimiento será por escrito mediante una carta que plasmará la información sobre las características de la investigación, el objetivo y las condiciones de respeto y confidencialidad en las que se desarrollará.

Con el fin de guiar las entrevistas, se utilizará una guía de preguntas semiestructuradas, buscando con esto llegar a los elementos que influyen en la elección de la soledad voluntaria, así como los posibles efectos que experimentan en la vida cotidiana. Se transcribirán literalmente las entrevistas y posteriormente se procederá a la categorización de los datos, con el objeto de identificar patrones, temas y relaciones entre ellos.

Matriz de elaboración de instrumento

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CATEGORIAS	SUBCATEGORIAS
¿Como se genera y afecta la soledad voluntaria en personas mayores que viven en condiciones de precariedad en la Villa Cañada Norte, comuna de Lo Prado?	Conocer cómo se genera y afecta la soledad voluntaria en personas mayores que viven en condiciones de precariedad en la Villa Cañada	Explorar los elementos que influyen en la elección de la soledad voluntaria en personas mayores de la Villa Cañada Norte que viven en condiciones de precariedad.	Soledad voluntaria	Vinculación con el medio.
				Redes de apoyo.
				Determinación de vivir en soledad.

	Norte, comuna de Lo Prado.	Reconocer cuales de estos elementos influyen a la precariedad cuando existe la determinación de vivir en soledad voluntaria en las personas mayores de la Villa Cañada Norte.	Precariedad	Nivel de ingresos.
		Analizar los efectos que tiene la determinación de vivir en soledad voluntaria en las personas mayores de la Villa Cañada Norte.		Condición de la vivienda.
				Estado de salud.
	Efectos			Efectos emocionales.
			Efectos psicológicos.	
			Efectos físicos.	

Propuesta de instrumento

SUBCATEGORIAS	PREGUNTAS
Vinculaciòn con el medio	¿Cómo percibe usted que su elección de vivir en soledad voluntaria ha afectado su conexión con la comunidad y el entorno que lo rodea?
Redes de apoyo	¿Cuáles son las fuentes de apoyo o contactos sociales , y cómo han influido en su calidad de vida?
Determinaciòn de vivir en soledad	¿Qué elementos o circunstancias específicas la llevaron a tomar la decisión de vivir en soledad ?
Nivel de ingresos	¿Cómo ha influido su nivel de ingresos en su decisión de vivir en soledad , y cuáles son los desafíos económicos que enfrenta como resultado de esta elección?
Condición de la vivienda	¿Cómo influye la condición de su vivienda en su elección de vivir en soledad ?
Estado de salud	¿Cómo percibe usted que su elección de vivir en soledad ha influido en su estado de salud física y emocional?
Efectos emocionales	¿Cómo ha experimentado usted emocionalmente su elección de vivir en soledad voluntaria ? ¿Ha notado cambios en su bienestar emocional desde que tomó esta decisión, ya sean positivos o negativos?
Efectos psicologicos	¿Ha notado cambios en su salud mental desde que decidió vivir en soledad ?
Efectos fisicos	¿Ha notado algún cambio en su salud física desde que optó por vivir en soledad ?

El análisis de los datos se realizará siguiendo el enfoque del análisis temático, el cual permitirá organizar e indagar en los datos que se recopilarán, entregando la posibilidad de encontrar y entender los patrones o temas que surgirán de los datos, proporcionando la posibilidad de comprender mejor los aspectos sociales, profundizar en las experiencias personales y en lo que los sujetos de estudio comprenden de dichas experiencias.

“Estos postulados, tal como se demuestra a continuación, son asumidos desde el análisis temático, definido como un método para el tratamiento de la información en investigación cualitativa, que permite identificar, organizar, analizar en detalle y reportar patrones o temas a partir de una cuidadosa lectura y relectura de la información recogida, para inferir resultados que propicien la adecuada comprensión/interpretación del fenómeno de estudio (Braun y Clarke, 2006). El identificar, establecer e informar temas y estructuras, permite tanto revelar las experiencias, significados y realidades de los sujetos, como examinar las

circunstancias en que los eventos, realidades, significados y experiencias son efectos de los discursos de la sociedad” (Mieles et. al, 2012, pág.217)

CAPITULO VII

Análisis de datos

PRIMERA CATEGORIA: SOLEDAD VOLUNTARIA

SUBCATEGORIA	ENTREVISTADO 1	ENTREVISTADO 2	ENTREVISTADO 3	ENTREVISTADO 4
VINCULACION CON EL MEDIO	Las relaciones con mis vecinos no son tan importantes para mí, porque si uno les pide un favor empiezan a meterse en todo después y eso a mí no me gusta, yo trato de no meterme en nada, así uno se evita problemas, la gente es tan rara que nunca se sabe con qué van a salir.	que yo haya tomado la decisión de vivir sin mucho contacto con mi familia y vecinos, no fue algo de un día para otro, sino que esto solo se fue reforzando con el paso del tiempo, siempre me costó relacionarme con las personas, eso de andar con amigos o en fiestas nunca fue lo mío, incluso nunca me gustó mucho ir a las fiestas familiares.	a veces cuando hacen cosas en la plaza o en la sede vecinal voy, pasan por las casas invitando y si me siento bien voy un ratito para salir, no están seguido pero como le digo si me siento bien voy, con mis hijos hablamos de vez en cuando por teléfono, cuando pueden me vienen a ver, mi hija, la mayor, es peluquera, ella viene cada mes o pasadito a cortarme el pelo, las uñas, sobre todo las de los pies, a mí me cuesta mucho agacharme para cortármelas, pero estoy casi siempre sola, hago aseo, lentito, igual me cuesta moverme, pero hasta la comida me la hago yo, todavía puedo hacerme mis cosas.	El jaleo de los vecinos igual me aburre, son tan bulliciosos, pero a todos les importa solo su familia y su vida, nadie piensa en los demás, como en mí que no tengo esa parte, lo de la familia, la verdad es que no me interesa para nada tener alguna relación con los vecinos, eso se presta solo para cahuines y problemas, las señoras son tan buenas para armar cahuines y a mí esa cosa no me gusta para nada, no estoy para andar en eso, los jóvenes solo piensan en fiestas, en tomar, en andar por ahí y eso tampoco me gusta, uno espera que lo respeten y como a uno lo encuentran enojón prefiero estar solo, como le decía antes yo soy un bicho raro para ellos y a mí no me interesa esta gente
REDES DE APOYO	No son muchos, cuando necesito algo urgente le pido ayuda a la señora Miriam del almacén, ella tiene buena voluntad, siempre que puede me ayuda y si ella no puede le dice a su hijo el Carlitos y el muchacho si puede me ayuda	mire yo soy una persona que aún puedo hacer las cosas por mí mismo, la verdad es que no me visto necesitando ayuda, por ejemplo, mis horas para el médico las pido yo, lo del médico no es muy seguido soy un hombre que goza de muy buena salud, aunque no lo parezca jajajajajajaja, la casa la limpio yo, me preparo la comida, voy a la feria ósea no necesito ayuda por ahora, sabe que, yo confío mucho en mí mismo para resolver mis cosas, independiente de lo que sea.	Mis apoyos son poquitos, si pasa algo urgente puedo llamar a alguno de mis hijos, los llamo solo en caso de emergencia, trato de no molestarlos, ellos tienen sus cosas que hacer, igual yo entiendo eso, la verdad es que siento que yo ahora soy como una carga para ellos, igual eso me da un poquito de pena, uno da tanto por los hijos, yo dejé hasta de comer en algunos momentos para que a ellos no les faltara.	Yo no me ando metiendo con la gente de por aquí, ni quiero que se metan conmigo, no me interesa tener gente cerca, soy bien honesto con usted, nunca me lleve bien con la gente del barrio, yo he vivido toda mi vida aquí y prefiero tenerlos lejíto de mí, no quiero que me vengan a decir que tengo que hacer, la gente es rebuena para decir lo que los demás tienen que hacer, yo estoy bien así como estoy, así solito soy feliz, no necesito amigos.
DETERMINACIÓN DE VIVIR EN SOLEDAD	pufffff mi vida no ha sido nada fácil, trabajé desde chica en el campo, después me vine a Santiago a trabajar de empleada de casa particular para mandarle plata a mi mamá, a los 19 años quede embarazada de mi hija y seguí trabajando, cuando ella creció seguí trabajando para poder pagarle los estudios y así, cuando estuve con	como antes le dije que siempre me gustó estar solo y ahí en ese momento, era la oportunidad, al final creo que siempre quise estar un poco lejos de la gente y luego de la muerte de mi señora pude hacerlo, pero creo que siempre quise que fuera así	yo comencé a estar sola no porque quisiera, me fui quedando sola, sufrí mucho por eso, que mis hijos después de entregarles tanto me vieran como un problema me mató, ahí empecé a irme pa'bajo, no quería estar con nadie y empecé a quedar sola, después de un tiempo ya me acostumbre a vivir así, después de la partida de	La razón por la que vivo solo y no quiero tener contacto con nadie es bien sencilla, la gente me cansa, me altera, las veces que estuve con gente termine molesto, prefiero estar solo para que me voy a complicar la vida por algo que no me interesa, eso es una pérdida de tiempo, compartir con la gente para mí solo trae dramas y no tuve ni tengo

	una pareja, el me prohibía todo, no podía salir, solo me dedique a trabajar, sufrí hartó con él, cuando el falleció, dije yo, no me junto más con un hombre, quería hacer mi vida tranquila, sin nadie que me digiera lo que podía o no hacer, a veces pienso como sería mi vida si el aún estuviera y creo que estoy mejor sola		mi esposo, pensaba en lo que es la vida, que uno nunca sabe cuándo le llegará el momento de partir de este mundo, fue un momento tan triste cuando mi esposo partió, él era muy bueno conmigo, era un hombre trabajador, chistoso, muy bueno para reírse, nunca tuvimos mucho pero lo poco que teníamos lo disfrutábamos y cuando partió ahí empecé a darme cuenta de que ahora tenía que empezar a ver qué hacer con mi vida, con el tiempo entendí que la tranquilidad y la paz de vivir sola no se paga con nada mijita	paciencia para eso, tengo mi casa, no será una maravilla pero es mía, tengo mi pensión que tampoco es mucha y eso es todo lo que necesito, no cambiaría nada de mi vida.
--	---	--	---	---

Primera Categoría “Soledad voluntaria”

La categoría de “Soledad voluntaria” se manifiesta como un fenómeno complejo que sugiere entrar en una exploración. El fenómeno adquiere cualidades que requieren de un análisis, en esta línea, se ha desglosado esta categoría en tres subcategorías, las cuales van dirigidas a permitir una mejor comprensión del fenómeno.

Las subcategorías son: “Vinculación con el medio”, donde se examinará como aquellos que optan por la soledad voluntaria se relacionan con su entorno, “Redes de apoyo”, esta subcategoría intenta revelar las interconexiones y los sistemas de apoyo que pueden mantenerse en el contexto de la soledad como elección; y “Determinación de vivir en soledad”, la cual se enfoca en los motivos, factores o incentivos que contribuyen en la elección de llevar una vida en soledad.

Subcategoría: Vinculación con el medio

El análisis de la subcategoría de vinculación con el medio está basado en el entendimiento de que la elección de vivir en soledad es consciente, esta desconexión puede

deberse a múltiples razones incluyendo previas experiencias negativas, la percepción clara de intrusión en la vida privada o preferencias personales.

Según los antecedentes proporcionados por los entrevistados, se logran identificar patrones comunes con relación a la vinculación con el medio, considerando que cada entrevistado mantiene sus particularidades, se dejan ver algunos elementos clave en sus respuestas.

Todos los entrevistados expresan una clara preferencia por mantener distancia con los vecinos y familia, esta preferencia tiene su base en una serie de razones claras, entre las cuales se incluyen principalmente el mantener su autonomía, no ser un inconveniente para nadie y evitar situaciones de conflicto y problemas.

“Las relaciones con mis vecinos no son tan importantes para mí, porque si uno les pide un favor empiezan a meterse en todo después y eso a mí no me gusta, yo trato de no meterme en nada, así uno se evita problemas, la gente es tan rara que nunca se sabe con qué van a salir”. (Entrevistada1)

Se observa también que los entrevistados tienen una relación limitada con su entorno, esto implica, que, aunque algunos de ellos participen ocasionalmente en actividades comunitarias, la mayoría de ellos gran parte del tiempo se sienten cómodos en su soledad y no tienen la necesidad de mantener relación con su familia ni su entorno.

“a veces cuando hacen cosas en la plaza o en la sede vecinal voy, pasan por las casas invitando y si me siento bien voy un ratito para salir, no están seguido pero como le digo si me siento bien voy, con mis hijos hablamos de vez en cuando por teléfono, cuando pueden me vienen a ver, mi hija, la mayor, es peluquera, ella viene cada mes o pasadito a cortarme el pelo, las uñas, sobre todo las de los pies, a mí

me cuesta mucho agacharme para cortármelas, pero estoy casi siempre sola, hago aseo, lentito, igual me cuesta moverme, pero hasta la comida me la hago yo, todavía puedo hacerme mis cosas”.(Entrevistada 3)

Es importante destacar que la soledad voluntaria, según los datos recogidos, no siempre conlleva una experiencia negativa, lo cual coincide con lo expuesto por Porcel (2020), con relación a la presente dimensión:

“Arendt denomina solitud al modo de existencia que consiste en el dialogo silencioso de cada uno consigo mismo, el dos-em-uno. Sostiene que “La solitud es algo más y algo diferente de otras formas de estar solo, en particular y sobre toda de la soledad y del aislamiento” (Porcel, 2020, pág. 67)

En los casos presentados, la soledad voluntaria es una elección consciente que tiene directa relación con preservar la paz, la comodidad personal y la independencia, si bien los entrevistados mantienen algunas diferencias con relación a su percepción con el entorno, existe un claro interés de mantener su independencia.

Subcategoría: Redes de apoyo

Enfocado en la subcategoría de redes de apoyo en el contexto de la soledad voluntaria, las respuestas que ofrecen los entrevistados entregan una visión amplia de la relación que mantiene cada sujeto con su entorno y con relación a sus redes de apoyo.

Las respuestas de los entrevistados permiten visualizar diferentes perspectivas en cuanto a las redes de apoyo, aunque comparten la característica de haber elegido vivir en soledad, sus experiencias y razones varían.

La primera entrevistada menciona como red de apoyo a una vecina, este apoyo se activa en situaciones de emergencia:

“No son muchos, cuando necesito algo urgente le pido ayuda a la señora Miriam del almacén, ella tiene buena voluntad, siempre que puede me ayuda y si ella no puede le dice a su hijo el Carlitos y el muchacho si puede me ayuda”. (Entrevistada 1)

Otro de los entrevistados declara y muestra una notable independencia y confianza en sí mismo al afirmar que puede manejar todas sus actividades diarias y contar con la capacidad de cuidar de sí mismo sin recurrir a ningún tipo de apoyo externo.

“mire yo soy una persona que aún puedo hacer las cosas por mí mismo, la verdad es que no me visto necesitando ayuda, por ejemplo, mis horas para el médico las pido yo, lo del médico no es muy seguido soy un hombre que goza de muy buena salud, aunque no lo parezca jajajajajajaja, la casa la limpio yo, me preparo la comida, voy a la feria ósea no necesito ayuda por ahora, sabe que, yo confío mucho en mí mismo para resolver mis cosas, independiente de lo que sea”.(Entrevistado 2)

La tercera entrevistada, si bien señala que su red de apoyo está compuesta principalmente por sus hijos, se muestra reacio a solicitar ayuda, lo cual sugiere una dinámica en situaciones de emergencia, además de una preocupación por ser una carga y consigo un claro sentimiento de culpa.

“Mis apoyos son poquitos, si pasa algo urgente puedo llamar a alguno de mis hijos, los llamo solo en caso de emergencia, trato de no molestarlos, ellos tienen sus cosas que hacer, igual yo entiendo eso, la verdad es que siento que yo ahora soy como una carga para ellos, igual eso me da un poquito de pena, uno da tanto por los hijos,

yo dejé hasta de comer en algunos momentos para que a ellos no les faltara”.(Entrevistada 3)

No así el cuarto entrevistado, el cual se muestra renuente a las relaciones sociales, el mismo declara el no querer involucrarse con la comunidad, lo cual muestra claramente su preferencia de vivir en soledad.

“Yo no me ando metiendo con la gente de por aquí, ni quiero que se metan conmigo, no me interesa tener gente cerca, soy bien honesto con usted, nunca me lleve bien con la gente del barrio, yo he vivido toda mi vida aquí y prefiero tenerlos lejitos de mí, no quiero que me vengan a decir que tengo que hacer, la gente es rebuena para decir lo que los demás tienen que hacer, yo estoy bien así como estoy, así solito soy feliz, no necesito amigos”(Entrevistado 4)

En el conjunto de estas respuestas se deja ver la diversidad de experiencias de estas personas mayores, mientras algunos han cultivado alianza limitada pero útil, otros han priorizado en mantener su independencia y autosuficiencia.

Subcategoría: Determinación de vivir en soledad

La presente subcategoría dentro del contexto de la soledad voluntaria pretende visualizar las motivaciones que llevaron a las personas mayores a tomar la opción de llevar una vida sin compañía e independiente. Este análisis busca comprender las razones subyacentes tras la decisión de vivir en soledad voluntaria.

Dentro de las respuestas recogidas se revelan diversas experiencias y motivaciones que han llevado a los entrevistados a tomar la decisión de vivir en soledad, a pesar de algunas diferencias existentes, comparten la preferencia de vivir independientemente, sin las restricciones que implican las relaciones sociales.

Entre las respuestas de los entrevistados se puede ver como se describe una vida de esfuerzo y sacrificio:

“puffffff mi vida no ha sido nada fácil, trabajé desde chica en el campo, después me vine a Santiago a trabajar de empleada de casa particular para mandarle plata a mi mamá, a los 19 años quede embarazada de mi hija y seguí trabajando, cuando ella creció seguí trabajando para poder pagarle los estudios y así, cuando estuve con una pareja, el me prohibía todo, no podía salir, solo me dedique a trabajar, sufrí hartito con él, cuando el falleció, dije yo, no me junto más con un hombre, quería hacer mi vida tranquila, sin nadie que me digiera lo que podía o no hacer, a veces pienso como sería mi vida si el aún estuviera y creo que estoy mejor sola”.(Entrevistada 1)

Otro de los entrevistados menciona una preferencia innata por la soledad:

“como antes le dije que siempre me gustó estar solo y ahí en ese momento, era la oportunidad, al final creo que siempre quise estar un poco lejos de la gente y luego de la muerte de mi señora pude hacerlo, pero creo que siempre quise que fuera así”.
(Entrevistado 2)

Se menciona también que inicialmente no se buscó el vivir en soledad, sino más bien se ha encontrado con esta situación a medida que los hijos se alejan:

“Yo comencé a estar sola no porque quisiera, me fui quedando sola, sufrí mucho por eso, que mis hijos después de entregarles tanto me vieran como un problema me mató, ahí empecé a irme pa´bajo, no quería estar con nadie y empecé a quedar sola, después de un tiempo ya me acostumbre a vivir así, después de la partida de mi esposo, pensaba en lo que es la vida, que uno nunca sabe cuándo le llegará el

momento de partir de este mundo, fue un momento tan triste cuando mi esposo partió, él era muy bueno conmigo, era un hombre trabajador, chistoso, muy bueno para reírse, nunca tuvimos mucho pero lo poco que teníamos lo disfrutábamos y cuando partió ahí empecé a darme cuenta de que ahora tenía que empezar a ver qué hacer con mi vida, con el tiempo entendí que la tranquilidad y la paz de vivir sola no se paga con nada mijita". (Entrevistada 3)

Asimismo, menciona otro de los entrevistados que se ha tomado la decisión de vivir en soledad debido a la percepción de que vivir conectado al entorno solo dificultará la vida generando problemas con sus interacciones.

"La razón por la que vivo solo y no quiero tener contacto con nadie es bien sencilla, la gente me cansa, me altera, las veces que estuve con gente termine molesto, prefiero estar solo para que me voy a complicar la vida por algo que no me interesa, eso es una pérdida de tiempo, compartir con la gente para mí solo trae dramas y no tuve ni tengo paciencia para eso, tengo mi casa, no será una maravilla pero es mía, tengo mi pensión que tampoco es mucha y eso es todo lo que necesito, no cambiaría nada de mi vida". (Entrevistado 4)

En términos generales, las respuestas de los entrevistados dejan ver una diversidad de motivaciones que los llevan a tomar la decisión de vivir en soledad, desde las dolorosas experiencias personales hasta preferencias naturales. Todos los entrevistados comparten la apreciación de mantener su tranquilidad e independencia, esto según su perspectiva se los ofrece la vida en soledad, con relaciones restrictivas.

SEGUNDA CATEGORIA: PRECARIEDAD				
SUBCATEGORIA	ENTREVISTADO 1	ENTREVISTADO 2	ENTREVISTADO 3	ENTREVISTADO 4
NIVEL DE INGRESOS	No me complica tanto, porque no es mucho lo que necesito para vivir, teniendo para comer me basta, igual hay que dibujar con la plata que recibo, por ejemplo, yo me atiende en el Cesfam, tengo hipertensión y diabetes, me dan la mayoría de los remedios pero igual hay algunos que tengo que comprar, más lo típico de una casa, luz, agua , gas y para comer, al final prefiero estar un poco apretada pero no pedirle nada a nadie	Yo vivo solo con mi pensión y lo poco que puedo hacer con la venta de las cositas que hago, esas que le mostré, no es mucho pero me doy vuelta, cuando al fin decidí vivir solo pensé en lo de la plata, tenía algunos ahorritos, no eran muchos pero en caso de una emergencia tendría de donde sacar, gracias a Dios aún no he tenido que sacar de ahí, eso igual me tiene un poco más tranquilo y con mi pensión me doy vuelta de ahí compro las cosas de la casa.	siento que son más las cosas buenas que malas, casi siempre me siento tranquila, hasta contenta a veces jajajajajajaja	Yo recibo una pensión de 300.000 pesos, apenas me alcanza para pasar el mes, la verdad es que a veces los últimos días del mes los paso a la arrastra, imagínese si viviera con más gente, no me alcanzaría ni para pagar las cuentas, menos para comer y por lo demás nunca tuve ganas de mantener a nadie, solo a mí mismo
CONDICION DE LA VIVIENDA	Bueno usted misma puede ver cómo está mi casa, bien malita, en el invierno aquí mismo tengo goteras (living), en el comedor el piso no está muy bueno, en el invierno es tan helada esta casa, ahí pongo mi estufita, tengo estufa a parafina que calienta mas según yo jajajajajajaja, ahí aprovecho de secar ropa también, pero cuando	Cuando uno vive solo eso es muy importante, hoy mi casita es mi espacio, mi refugio, donde puedo ser yo y disfrutar de eso.	Mi casa hija es bien humilde y bien feita, así como me voy echando a perder yo con el paso del tiempo mi casita también, pero es mía y me siento bien viviendo aquí	Mi casa es donde más tranquilo me siento, es donde puedo estar lejos de todos, usted puede ver que mi casa no es gran cosa, pero puedo hacer lo que quiero, nadie me apura, no tengo que cuidarme de lo que piensen o digan los demás, que le quiero decir es que mi casa no tiene nada que ver con que yo quiera vivir solo,

	<i>decidí vivir sola no pensé en eso, no creo que sea importante.</i>			<i>me da lo mismo como está porque para mí no es importante, así como está es cómoda para mí.</i>
ESTADO DE SALUD	<i>Creo que mi salud física como dice usted está maltratada por el paso de los años y todo lo que he vivido</i>	<i>además, esto de no tener compromisos con nadie me evita ese estrés que como propio de las relaciones con personas, eso también es importante para mantener una buena salud física y con relación a lo mental esto de estar solo me ha servido para conocerme</i>	<i>Al tiempo después que partió mi esposo me encontraron hipertensión y diabetes y hace un tiempo atrás encontraron neuropatía diabética, la verdad es que realmente no sé si todo esto tiene relación con que viva sola, puede ser también por el paso de los años, porque el cuerpo se va apagando con los años, además con la poca plata que tengo se me hace muy difícil comprar las cosas que me da el médico para que coma, eso también puede que me haga mal para la salud.</i>	<i>Físicamente en nada, solo tengo lo típico para mi edad, y emocionalmente bien, estoy acostumbrado a estar solo</i>

Segunda categoría “Precariedad”

La categoría denominada “Precariedad” involucra múltiples facetas del bienestar y, con el objeto de efectuar un análisis descriptivo, se ha fragmentado esta categoría en tres subcategorías:

“Nivel de ingresos”, que se enfoca en rescatar los datos relacionados a la variante económica de la precariedad y su relación con los recursos financieros disponibles; “Condición de la vivienda”, la cual indaga en las condiciones habitacionales y su posible impacto en la calidad de vida; y “Estado de salud” que se ocupa de levantar información sobre la salud física y mental en el contexto de precariedad.

Subcategoría: Nivel de ingresos

La presente subcategoría en el contexto de la categoría de precariedad se enfoca directamente en realizar un análisis de como el nivel de ingresos afecta la calidad de vida de las personas mayores que experimentan no solo la decisión de vivir en soledad voluntaria, si no también, como afectan los ingresos que perciben a esta importante decisión, el presente análisis busca comprender como manejan los entrevistados sus recursos y como esta gestión financiera influye en su bienestar.

Si bien las respuestas de los entrevistados dejan en manifiesto la influencia de sus niveles de ingresos en su calidad de vida, a pesar de algunas diferencias sus estrategias financieras, existe un denominador en común de adaptación y lucha ante situaciones económicas difíciles.

En el caso del nivel de ingresos la primera entrevistada deja en manifiesto que sus necesidades básicas son modestas, lo cual le permite subsistir, él se centra en su alimentación, sin embargo, tiene la presión constante de administrar sus recursos limitados,

pero a pesar de enfrentar esta situación económica ajustada, prefiere evitar pedir ayuda a terceros, así puede mantener su independencia.

“No me complica tanto, porque no es mucho lo que necesito para vivir, teniendo para comer me basta, igual hay que dibujar con la plata que recibo, por ejemplo, yo me atiendo en el Cesfam, tengo hipertensión y diabetes, me dan la mayoría de los remedios pero igual hay algunos que tengo que comprar, más lo típico de una casa, luz, agua, gas y para comer, al final prefiero estar un poco apretada pero no pedirle nada a nadie”.(Entrevistada 1)

El segundo entrevistado, también depende de su pensión y de pequeñas actividades que le permiten generar ingresos, si bien lo que recauda no es significativo, valora el hecho de tener algunos ahorros a los cuales puede acudir en caso de alguna emergencia, el enfoque del entrevistado es su autosuficiencia.

“Yo vivo solo con mi pensión y lo poco que puedo hacer con la venta de las cositas que hago, esas que le mostré, no es mucho pero me doy vuelta, cuando al fin decidí vivir solo pensé en lo de la plata, tenía algunos ahorritos, no eran muchos pero en caso de una emergencia tendría de donde sacar, gracias a Dios aún no he tenido que sacar de ahí, eso igual me tiene un poco más tranquilo y con mi pensión me doy vuelta de ahí compro las cosas de la casa”.(Entrevistado 2)

La tercera entrevistada, a pesar de tener limitaciones económicas, hace énfasis en su satisfacción con la vida y muestra la capacidad de tener una actitud positiva, si bien no menciona muchos detalles de su situación financiera, parece encontrar cierto equilibrio en su capacidad de disfrutar la vida, esto a pesar de las dificultades económicas.

“siento que son más las cosas buenas que malas, casi siempre me siento tranquila, hasta contenta a veces jajajajajajaja”. (Entrevistada 3)

Y el último entrevistado se ve enfrentado a una pensión relativamente baja, lo cual con mucha dificultad le permite cubrir sus gastos, expone de manera clara los desafíos financieros que enfrenta, pero aun así destaca la importancia de mantener su independencia, con un deseo claro de no querer cargar económicamente con otros sino solo consigo mismo.

“Yo recibo una pensión de 300.000 pesos, apenas me alcanza para pasar el mes, la verdad es que a veces los últimos días del mes los paso a la arrastra, imagínese si viviera con más gente, no me alcanzaría ni para pagar las cuentas, menos para comer y por lo demás nunca tuve ganas de mantener a nadie, solo a mí mismo”. (Entrevistado 4)

En resumen, cada uno de ellos aborda su situación financiera de manera distinta, pero todos comparten la adaptación como respuesta a los desafíos económicos que enfrentan. El hecho de enfrentar las dificultades económicas no los limita para mantener una sensación de autonomía y para preservar su bienestar y evitar depender de terceros para satisfacer necesidades básicas.

Subcategoría: Condición de la vivienda

Este análisis busca comprender como los entrevistados perciben sus viviendas y como las percepciones influyen en su decisión de vivir en soledad, considerando las limitaciones en la calidad de sus viviendas.

En general las respuestas de los entrevistados exponen múltiples perspectivas sobre la importancia de la calidad de sus viviendas, teniendo en consideración en contexto de

precariedad económica y el vivir en soledad, cabe mencionar que todos los entrevistados comparten una especial relación con sus viviendas, sin considerar las limitaciones en su calidad.

Una de las entrevistadas describe su vivienda como en mal estado, sin embargo, no considera que la calidad de su vivienda sea un factor relevante en su elección de vivir en soledad, no percibe la calidad de la vivienda como prioridad y valora otros aspectos en su vida.

“Bueno usted misma puede ver cómo está mi casa, bien malita, en el invierno aquí mismo tengo goteras (living), en el comedor el piso no está muy bueno, en el invierno es tan helada esta casa, ahí pongo mi estufita, tengo estufa a parafina que calienta mas según yo jajajajajaja, ahí aprovecho de secar ropa también, pero cuando decidí vivir sola no pensé en eso, no creo que sea importante”.(Entrevistada 1)

En cambio, otro de los entrevistados resalta la importancia de su casa como un espacio de refugio y personal.

“cuando uno vive solo eso es muy importante, hoy mi casita es mi espacio, mi refugio, donde puedo ser yo y disfrutar de eso”. (Entrevistado 2)

La tercera entrevistada admite que su vivienda se ha deteriorado con el tiempo, pero valora su propiedad y se siente cómodo viviendo en ella. La propiedad es un espacio personal significativo, esto independiente de su estado.

“Mi casa hija es bien humilde y bien feita, así como me voy echando a perder yo con el paso del tiempo mi casita también, pero es mía y me siento bien viviendo aquí”. (Entrevistada 3)

Y el último de los entrevistados indica que su casa es donde se siente tranquila y alejada de los demás, si bien, el entrevistado considera su casa modesta, la considera cómoda.

“Mi casa es donde más tranquilo me siento, es donde puedo estar lejos de todos, usted puede ver que mi casa no es gran cosa, pero puedo hacer lo que quiero, nadie me apura, no tengo que cuidarme de lo que piensen o digan los demás, que le quiero decir es que mi casa no tiene nada que ver con que yo quiera vivir solo, me da lo mismo como está porque para mí no es importante, así como está es cómoda para mí”. (Entrevistado 4)

En resumen, estas respuestas dejan ver que las reales condiciones de la vivienda no son relevantes para los entrevistados, si bien coinciden en que les gustaría que tuviera una mayor calidad para complementar su bienestar, también la ven como un lugar como he independiente. A pesar de las limitaciones que presentan sus viviendas, todos mantienen una especial conexión con sus hogares y valoran la libertad y comodidad que les brindan.

Subcategoría: Estado de salud

El presente análisis busca explorar como la salud de los entrevistados está relacionada con su elección, en un contexto de limitaciones económicas, busca develar como afecta la salud en la calidad de vida de los entrevistados.

La primera entrevistada señala que su salud física se ha visto afectada por el paso del tiempo y sus experiencias de vida, no hace una conexión directa entre su salud y su elección de vivir en soledad.

“Creo que mi salud física como dice usted está maltratada por el paso de los años y todo lo que he vivido”. (Entrevistada 1)

El segundo entrevistado a diferencia del primero destaca la importancia de no tener mayor compromiso con otras personas como un factor que disminuye el estrés, considera que este factor es vital para mantener una buena salud.

“además, esto de no tener compromisos con nadie me evita ese estrés que como propio de las relaciones con personas, eso también es importante para mantener una buena salud física y con relación a lo mental esto de estar solo me ha servido para conocerme”. (Entrevistado 2)

Una de las entrevistadas refiere tener problemas de salud, tales como, hipertensión y diabetes, pero no asegura que sus problemas de salud se encuentren directamente relacionados con el vivir en soledad, lo asocia más bien al envejecimiento natural y la falta de recursos para llevar una buena alimentación y la inversión en su salud.

“Al tiempo después que partió mi esposo me encontraron hipertensión y diabetes y hace un tiempo atrás encontraron neuropatía diabética, la verdad es que realmente no sé si todo esto tiene relación con que viva sola, puede ser también por el paso de los años, porque el cuerpo se va apagando con los años, además con la poca plata que tengo se me hace muy difícil comprar las cosas que me da el médico para que coma, eso también puede que me haga mal para la salud”.(Entrevistada 3)

A diferencia del último entrevistado, el cual menciona que, básicamente, no presenta problemas de salud, más allá de lo típico para su edad.

“Físicamente en nada, solo tengo lo típico para mi edad, y emocionalmente bien, estoy acostumbrado a estar solo”. (Entrevistado 4)

Estos testimonios destacan como el bienestar de las personas mayores está influenciado por la conjugación de factores contextuales e individuales, donde la soledad y

la salud pueden desempeñar roles significativos en un entorno de recursos económicos limitados.

TERCERA CATEGORIA: EFECTOS				
SUBCATEGORIAS	ENTREVISTADO 1	ENTREVISTADO 2	ENTREVISTADO 3	ENTREVISTADO 4
EFFECTOS EMOCIONALES	entre altos y bajos po', como todos nomas jajajajajajaj, a veces pienso como serían las cosas si viviera con alguien, pero sabe que, la tranquilidad es impagable señorita, cuando usted llegue a mi edad se va a dar cuenta, porque, aunque a veces tenga problemas de plata, mi casa feita pero limpia y todo lo demás que se le pueda ocurrir, sigo	En este tiempo he aprendido incluso a entender y manejar mis emociones, incluso hasta disfrutarlas porque cuando uno aprende a reconocerlas se da esto que le comento, igual creo que lo más importante es que puedo disfrutar de la calma y la paz que tengo hoy	Con tanto tiempo viviendo sola, para mí es muy importante la libertad que tengo de hacer las cosas a mi propio tiempo, sin presiones, sin discusiones, sin tener que preguntarle a nadie, creo que hace tiempo me di cuenta de que tratar con las personas no es nada fácil para mí, la gente es tan problemática jajajajajajja, en fin, como le decía, he pasado por	Como le decía mmmmmmm (silencio)..... mi parte emocional está bien para mí y si puedo mantenerme lejos de los problemas mejor

	<i>pensando que estar sola es lo mejor</i>		<i>momentos buenos y malos, como todos no más</i>	
EFFECTOS PSICOLOGICOS	<i>Si pues, casi todos positivos, le digo casi todos porque de repente mi viene un bajoncito y me da un poquito de pena pensar que estoy vieja y sola, aunque no sería igual si a una no la vieran como una cabra chica, hasta de la plata de uno quieren disponer y eso no me gusta</i>	<i>Mire, todos los cambios creo que son para mejor, como le he comentado, siento que desde que vivo solo sin mucho contacto con la gente, solo lo justo y necesario, ha sido muy bueno, creo que hasta más estable estoy fíjese, sí que solo han sido cambios para mejor.</i>	<i>Si, estuve bien mal, pero hace varios años ya me siento mejor, yo creo que es donde me atienden en el consultorio, la psicóloga</i>	<i>Mientras yo este solo voy a estar bien, estoy bien y espero mantenerme así.</i>
EFFECTOS FISICOS	<i>Yo creo que lo normal para mi edad no más, no creo que sea porque vivo sola, debe ser parte del paso de los años</i>	<i>pero como le mencioné tengo muy buena salud y los cambios que he tenido creo que son producto solo del paso del tiempo jajajajajajajajaja</i>	<i>Varios cambios, pero como le decía hace un rato, no sé si es solo porque vivo sola, a mi edad mijita no puedo esperar estar como una lola de quince jajajajajaja, los años no pasan en vano, los sacrificios de la vida pasan la cuenta pues....., uno va perdiendo energía, cuesta moverse, yo hago todo lento, mis dolores me acompañan mucho además, pero como le decía no sé qué tanto tenga que ver que viva sola</i>	<i>No por vivir solo, creo que los cambios son normales para mi edad, no tiene que ver con vivir solo</i>

Tercera categoría “Efectos”

La categoría de “Efectos”, en su diversidad, integra manifestaciones multidimensionales las cuales incitan a generar un análisis del fenómeno, para lograr este fin se ha desagregado la categoría en tres subcategorías:

La primera subcategoría es “Efectos emocionales”, donde se abordará la temática afectiva y emocional, “Efectos psicológicos” que indagará en las posibles repercusiones en lo cognitivo y mental y “Efectos físicos”, enfocada en las manifestaciones tangibles en el cuerpo humano como consecuencia de experiencias o estímulos particulares.

Subcategoría: Efectos emocionales

Las respuestas proporcionadas por los entrevistados emanan luces sobre los posibles efectos emocionales que trae consigo la soledad voluntaria, teniendo en cuenta sus distintas experiencias y miradas, existe una tendencia común en la aparición de efectos positivos de vivir en soledad.

La primera entrevistada muestra una tener claridad sobre los altibajos que vive, pero reconoce que, se pregunta a menudo sobre cómo sería su vida si viviera con alguien, le entrega un enorme valor a la tranquilidad que le brinda la soledad, ve esta tranquilidad como “impagable” y como recompensa por asumir los problemas del cotidiano vivir.

“entre altos y bajos po’, como todos nomas jajajajajajaj, a veces pienso como serían las cosas si viviera con alguien, pero sabe que, la tranquilidad es impagable señorita, cuando usted llegue a mi edad se va a dar cuenta, porque, aunque a veces tenga problemas de plata, mi casa feíta pero limpia y todo lo demás que se le pueda ocurrir, sigo pensando que estar sola es lo mejor”. (Entrevistada 1)

El segundo entrevistado resalta el proceso de desarrollo emocional y el autodescubrimiento que ha experimentado durante el tiempo que ha vivido en soledad, logra además identificar la importancia de entender y disfrutar de sus emociones, menciona la paz y calma que encuentra en la soledad, siendo aspectos esenciales de su bienestar emocional.

“En este tiempo he aprendido incluso a entender y manejar mis emociones, incluso hasta disfrutarlas porque cuando uno aprende a reconocerlas se da esto que le comento, igual creo que lo más importante es que puedo disfrutar de la calma y la paz que tengo hoy”. (Entrevistado 2)

La tercera entrevistada entrega una alta valoración a la libertad y las inexistentes presiones sociales aprecia la independencia emocional, la interacción con otros se presenta para él como una potencial fuente de conflictos, a lo largo de su experiencia ha aprendido a dar prioridad a su bienestar emocional.

“Con tanto tiempo viviendo sola, para mí es muy importante la libertad que tengo de hacer las cosas a mi propio tiempo, sin presiones, sin discusiones, sin tener que preguntarle a nadie, creo que hace tiempo me di cuenta de que tratar con las personas no es nada fácil para mí, la gente es tan problemática jajajajajaja, en fin, como le decía, he pasado por momentos buenos y malos, como todos no más”.
(Entrevistada 3)

El cuarto entrevistado resalta la importancia de mantener su bienestar emocional, es por esto por lo que se mantiene alejado de lo que para él son problemas, muestra un evidente deseo de evitar conflictos y preocupaciones que puedan surgir al relacionarse con otros, percibe su soledad como un recurso valioso que le permite preservar su equilibrio emocional.

“Como le decía mmmmmmm (silencio)... mi parte emocional está bien para mí y si puedo mantenerme lejos de los problemas mejor”. (Entrevistado 4)

Las respuestas de los entrevistados sugieren que la soledad voluntaria tiene un impacto positivo en sus estados emocionales, claramente se ven enfrentados a desafíos, pero valoran su tranquilidad, la independencia emocional y la paz que han encontrado en su elección de vivir en soledad su vejez, efectos importantes a la hora de entender por qué han tomado esta decisión.

Subcategoría: Efectos psicológicos

Los antecedentes recogidos sugieren que, el que existan matices en las experiencias individuales, no impide visualizar patrones en común.

La primera entrevistada menciona principalmente efectos positivos, resaltando como la soledad le brinda una sensación de independencia y evita que terceros interfieran con su vida. No obstante, reconoce que en ocasiones le invade un sentimiento de nostalgia y pena, lo que evidencia una dualidad en las emociones que se pueden experimentar viviendo en su situación.

“Si pues, casi todos positivos, le digo casi todos porque de repente mi viene un bajoncito y me da un poquito de pena pensar que estoy vieja y sola, aunque no sería igual si a una no la vieran como una cabra chica, hasta de la plata de uno quieren disponer y eso no me gusta”. (Entrevistada 1)

El segundo entrevistado expresa que los cambios vinculados a su decisión de vivir en soledad en su mayoría son positivos y contribuyen a su estabilidad, la soledad en este caso es vista como una fuerza estabilizadora que lo mantiene alejado del estrés y las tensiones relacionadas con las interacciones sociales.

“Mire, todos los cambios creo que son para mejor, como le he comentado, siento que desde que vivo solo sin mucho contacto con la gente, solo lo justo y necesario, ha sido muy bueno, creo que hasta más estable estoy fíjese, sí que solo han sido cambios para mejor”. (Entrevistado 2)

Por otra parte, la tercera entrevistada menciona una notable mejora en su salud mental a lo largo de los años, atribuyendo este cambio positivo a la atención recibida en el CESFAM, la que incluye la atención de la psicóloga, esta información muestra como la atención profesional puede influir en los efectos psicológicos de la soledad voluntaria.

“Sí, estuve bien mal, pero hace varios años ya me siento mejor, yo creo que es donde me atienden en el consultorio, la psicóloga”. (Entrevistada 3)

En cuanto al cuarto entrevistado, este muestra un sentimiento de estabilidad emocional y de bienestar, el cual atribuye un significado positivo a su estado, en este caso la soledad es vista como un factor que contribuye a su bienestar psicológico.

“mientras yo este solo voy a estar bien, estoy bien y espero mantenerme así”.

(Entrevistado 4)

Como muestran las respuestas de los entrevistados la soledad voluntaria puede tener efectos psicológicos tanto positivos como desafiantes, si bien algunos experimentan momentos de nostalgia y tristeza, la independencia y la estabilidad parecen ser efectos predominantes al vivir en soledad voluntaria.

Subcategoría: Efectos físicos

Conforme a las respuestas entregadas por los cuatro entrevistados, se percibe una perspectiva compartida en cuanto a los efectos físicos de vivir en soledad voluntaria, todos coinciden en que los cambios en su salud física son atribuibles a factores relacionados con el proceso natural de envejecimiento y no necesariamente al vivir en soledad voluntaria.

La primera entrevistada estima que los cambios en su salud física son “normales para su edad” y que no se encuentran relacionados con su elección.

“Yo creo que lo normal para mi edad no más, no creo que sea porque vivo sola, debe ser parte del paso de los años”. (Entrevistada 1)

Asimismo, el segundo entrevistado, el cual indica que, a pesar de tener buena salud, atribuirá cualquier cambio en su salud física al “paso del tiempo”, remarcando que es un proceso natural de envejecimiento en lugar de un efecto de la soledad.

“pero como le mencioné tengo muy buena salud y los cambios que he tenido creo que son producto solo del paso del tiempo jajajajajajajaja”. (Entrevistado 2)

Igualmente, la tercera entrevistada el cual entiende que los cambios físicos que experimenta son parte del proceso de envejecimiento y no pretende tener una vitalidad que no esté acorde con su edad asocia sus cambios al paso de los años y los sacrificios realizados a lo largo de su vida, los cuales han traído dolores y pérdida de energía, estos no son atribuidos a efectos de la soledad.

“Varios cambios, pero como le decía hace un rato, no sé si es solo porque vivo sola, a mi edad mijita no puedo esperar estar como una lola de quince jajajajajaja, los años no pasan en vano, los sacrificios de la vida pasan la cuenta pues..., uno va perdiendo energía, cuesta moverse, yo hago todo lento, mis dolores me acompañan mucho además, pero como le decía no sé qué tanto tenga que ver que viva sola”.(Entrevistada 3)

En cuanto al cuarto entrevistado, sostiene que los cambios en su salud física son “normales para su edad” y al igual que los otros entrevistados, no los vincula a vivir solo.

“No por vivir solo, creo que los cambios son normales para mi edad, no tiene que ver con vivir solo”. (Entrevistado 4)

En su conjunto, las respuestas indican una coincidencia entre los entrevistados, que los efectos físicos son principalmente atribuibles al proceso natural de envejecimiento, no así, a las elecciones de vivir en soledad voluntaria.

CAPITULO VIII

Hallazgos y conclusiones

El incremento de la población de personas mayores a nivel mundial ha traído consigo la prominencia de la soledad en esta población y, si bien, esto constituye un desafío importante en el ámbito social en Chile.

Por una parte, este fenómeno incide directamente en la experiencia de las personas mayores, permitiéndoles percibirlo de manera negativa o positiva. En el caso de la percepción negativa, se puede mencionar el aislamiento y desconexión lo cual impacta desfavorablemente en su bienestar físico y mental.

No obstante, es importante reconocer que la soledad voluntaria en condiciones de precariedad también puede albergar aspectos positivos. En algunos casos, la elección consciente de vivir en soledad puede ser una estrategia de adaptación en el caso de las limitaciones económicas.

En otros casos, al elegir vivir en soledad, las personas mayores pueden experimentar un sentido de control y autonomía, evitando las presiones que les generan las relaciones familiares y/o sociales.

La complejidad del fenómeno radica en su naturaleza indeterminada; mientras que se puede manifestar como algo negativo o perjudicial para las personas mayores que la viven, en el presente caso es interpretada como una estrategia exitosa de afrontamiento positivo en ciertos contextos.

Es de importancia considerar estas variables al momento de abordar el fenómeno, teniendo en consideración los posibles factores negativos como las posibles oportunidades de adecuación y empoderamiento que puede brindar esta elección.

En relación con la finalidad de esta investigación, la cual habita en la identificación de los elementos que contribuyen a la elección de vivir en soledad y también a los posibles efectos de esta determinación derivados en la comunidad de estudio. En este contexto se evaluará si la investigación ha alcanzado un resultado a la pregunta de investigación y los objetivos que fueron planteados.

En el análisis de los datos recopilados en relación con la primera categoría “Soledad voluntaria” y sus tres subcategorías, entrega información que permite conclusiones respecto a la pregunta de investigación, objetivo general y específicos.

8.1.-Pregunta de investigación, objetivo general y específicos

Con relación a la pregunta de investigación ¿Como se genera y afecta la soledad voluntaria en personas mayores que viven en condiciones de precariedad en la Villa Cañada Norte, comuna de Lo Prado?, el objetivo general de conocer cómo se genera y afecta la soledad voluntaria en personas mayores que viven en condiciones de precariedad

en la Villa Cañada Norte, comuna de Lo Prado. El análisis de los datos muestra una comprensión de los factores determinantes, como preservar los espacios de tranquilidad y autocontrol:

“A esta altura de mi vida no tengo compromisos con nadie, mi hija ya está criada, puedo hacer lo que quiera, si quiero me levanto o me acuesto, como o no como, veo tele o pongo música, sin que nadie me diga nada. A mi edad lo único que quiero es estar lo más tranquila posible.” (Entrevistada 1)

En relación con los efectos, se rescata de las respuestas lo positivo que es para las personas que han tomado la determinación de vivir en soledad, tanto en lo emocional como lo mental:

“Aaaaaaah, deprimida no, yo soy una persona positiva, a pesar de que la vida no me ha tratado bien, siempre me doy ánimo y tengo excelente memoria, me acuerdo hasta de las fechas de cumpleaños de mis nietos, de mi hija y así, siento que estoy muy bien para mi edad, espero de verdad mantenerme así ya que no quiero ser una vieja cacho jajajajajajaj” (Entrevistada 3)

En cuanto al primer objetivo específico, se puede mencionar que las subcategorías de “Determinación de vivir en soledad” y “Vinculación con el medio”, dan respuesta a cuáles son los elementos que influyen en la elección de la soledad voluntaria, estas subcategorías posibilitaron identificar elementos que influyen en la elección de vivir en soledad voluntaria, como la necesidad de resguardar la paz, la autonomía y el evitar conflictos.

“quería hacer mi vida tranquila, sin nadie que me digiera lo que podía o no hacer, no depender de nadie y creo que estoy mejor sola, no tengo problemas con nadie”. (Entrevistada 1)

De igual forma, la segunda categoría “Precariedad”, su subcategoría “Nivel de ingresos”, “Condición de la vivienda” y “Estado de salud”, dan respuesta al segundo objetivo específico, de cuáles son los elementos que influyen a la precariedad cuando existe la determinación de vivir en soledad voluntaria. La primera subcategoría permite visualizar la lucha y adaptación de los entrevistados ante situaciones económicas complejas.

“achicar lo más posible mis gastos, ir comprando solo lo más necesario, bueno a veces no alcanza ni para lo necesario, trato de ir comprando así de a poquito”.
(Entrevistada 1)

La subcategoría condición de salud, deja en manifiesto que, a pesar de las limitaciones en la calidad de las viviendas, los entrevistados siguen valorando su independencia.

“Mi casita hija es bien humilde y bien feíta, así como me voy echando a perder yo con el paso del tiempo, mi casita también, pero es mía y me siento bien viviendo aquí” (Entrevistada 3)

Y por último la subcategoría estado de salud, algunos entrevistados relacionan la soledad con una disminución en sus niveles de estrés y el cuidado de su salud mental.

“A veces pienso como serían las cosas si viviera con alguien, pero sabe que, la tranquilidad es impagable señorita, cuando usted llegue a mi edad se va a dar cuenta, porque, aunque a veces tenga problemas de plata, mi casa feíta pero limpia y todo lo demás que se le pueda ocurrir, sigo pensando que estar sola es lo mejor”.
(Entrevistada 3)

Por otra parte, se encuentra la tercera categoría “Efectos” de la cual se desprenden tres subcategorías, las cuales permiten realizar un análisis de estos, dando así respuesta al

tercer objetivo específico, que es los efectos que tiene la determinación de vivir en soledad voluntaria en las personas mayores de la Villa Cañada Norte.

Con relación a los efectos emocionales, los entrevistados muestran una inclinación compartida hacia mantener efectos emocionales positivos, entregando valor agregado a la serenidad, la paz y la independencia emocional que caracterizan sus experiencias de soledad voluntaria. Si bien, se deja ver variaciones emocionales en algunos entrevistados, la elección consciente de vivir en soledad parece generar beneficios emocionales importantes.

“Mire, todos los cambios creo que son para mejor, como le he comentado, siento que desde que vivo solo sin mucho contacto con la gente, solo lo justo y necesario, ha sido muy bueno, creo que hasta más estable estoy fíjese, sí que solo han sido cambios para mejor”. (Entrevistada 1)

A continuación, en la subcategoría efectos psicológicos, se deja ver una oscilación entre aspectos desafiantes y positivos, ya que, la soledad es percibida como un elemento estabilizador que logra aplacar el estrés. Si bien, en determinados momentos, se pueden ver expuestos a sentimientos de melancolía o nostalgia, se menciona la relevancia y lo positivo de la atención profesional oportuna.

“Si, estuve bien mal, pero hace varios años ya me siento mejor, yo creo que es donde me atienden en el consultorio, la psicóloga”. (Entrevistada 3)

Dentro de este orden de ideas, se encuentra la tercera subcategoría efectos físicos, donde los participantes concuerdan en que los cambios presentados en la salud física se imputan mayormente a un proceso natural de envejecimiento, y no, directamente a la elección de vivir en soledad voluntaria.

“Pero como le mencioné tengo muy buena salud y los cambios que he tenido creo que son producto solo del paso del tiempo jajajajajajaja”. (Entrevistada 1)

Cabe mencionar que, que en el análisis de los datos se ha manifestado que la decisión de vivir en soledad está influenciada por una serie de factores determinantes, entre estos se destacan la necesidad imperiosa de mantener la tranquilidad, potenciar la autonomía y eludir escenarios que los expongan a conflictos.

En resumen, se puede establecer que la presente investigación logro el propósito de abordar la pregunta de investigación y los objetivos propuestos. En el intertanto del análisis de los datos, se logró una comprensión de los elementos que contribuyen a la elección de la soledad voluntaria en personas mayores de la villa cañada norte de la comuna de lo prado y los posibles efectos de esta.

8.2.-Aportes al ámbito académico y práctico

Por otra parte, la presente investigación ha generado aportes tanto en el ámbito académico como práctico, entre ellos se encuentran, la comprensión de los factores principales que inciden en la determinación de vivir en soledad voluntaria, identificando entre estos la necesidad de resguardar la autonomía, la tranquilidad y la resistencia a verse expuestos a conflictos.

Asimismo, la exploración multifactorial de los efectos, lo cual no solo enriquece lo existente sobre el fenómeno, sino que también proporciona un marco para futuras investigaciones.

A continuación, la investigación ha resaltado la complejidad del fenómeno, la relevancia social y cultural del mismo. Los hallazgos muestran la importancia de tener en

consideración las particularidades locales al abordar la soledad voluntaria, entregando un punto de vista contextualizado.

Finalmente, la investigación deja una base para futuras investigaciones, que deseen profundizar en aspectos específicos identificados en este análisis. La metodología y los resultados presentados aquí pueden servir como punto de partida para investigaciones complementarias o adicionales al tema.

Estos aportes en su conjunto reafirman el impacto y relevancia de la investigación, aportando al cuerpo de conocimientos existentes y entregando orientación práctica para tratar la complejidad que implica la soledad voluntaria en personas mayores que viven en condición de precariedad.

8.3.-Aportes y desafíos para el Trabajo Social

En otro orden de ideas, emergen nuevos desafíos para el Trabajo Social, derivados de la presente investigación, en la cual se muestran obstáculos que requieren atención específica de parte de los profesionales del Trabajo Social. Estos desafíos, extrapolados de los resultados de este estudio, llevan consigo consideraciones y ajustes en la práctica del Trabajo Social:

La identificación de diferentes efectos psicológicos, que van desde conseguir estabilidad emocional hasta momentos de tristeza y nostalgia, plante un desafío para la disciplina. La gestión y apoyo de estas experiencias exigen enfoques personalizados y diferenciados.

La manifestación de la independencia emocional presentada por los entrevistados sugiere la necesidad de abordar respetuosamente las preferencias personales. Como disciplina se nos presenta el desafío de promocionar la autonomía fomentando las redes de apoyo social.

Al mismo tiempo, dada la relación que se expone en este caso, entre la determinación de vivir en soledad voluntaria y las limitaciones económicas, los Trabajadores Sociales se ven enfrentados al reto de desarrollar intervenciones que aborden de manera eficaz las barreras financieras, lo que implica generar la conexión de las personas mayores con sistemas de apoyo, recursos económicos y programas que brinden asistencia en esa dimensión. Es importante considerar la coordinación con profesionales de salud mental, dada la relevancia de los efectos psicológicos, se presenta otro desafío para los Trabajadores Sociales, el realizar un trabajo mancomunado con los profesionales de salud mental. La coordinación interdisciplinaria es esencial para abordar de forma integral las necesidades emocionales y psicológicas de las personas mayores.

La identificación del fenómeno de la soledad voluntaria implica generar nuevas estrategias de adaptación positiva, instándolos a fortalecer y promover estas estrategias. Esta perspectiva involucra la potenciación y reconocimiento de la capacidad de las personas mayores de tomar decisiones conscientes e informadas sobre su estilo de vida.

Estos aspectos marcan la dificultad propia de la soledad voluntaria en personas mayores que viven en condición de precariedad. Esto también deja ver la necesidad de aprender de una práctica de trabajo social adaptable, contextualizada y centrada en la persona para ocuparse de manera efectiva de este fenómeno adverso.

8.4.-Aportes a la comunidad y sujetos de estudio

La información recogida y analizada generará contribuciones significativas tanto a los sujetos de estudio como a la comunidad en cuestión. Esto producto de facilitar una plataforma para la expresión de las experiencias individuales, se ha entregado un espacio

valioso, tanto para la representación y el reconocimiento de las voces de los sujetos de estudio.

Los resultados obtenidos se propagan más allá del ámbito académico, siendo un aporte en beneficios concretos a la comunidad. La comprensión de los impactos emocionales, psicológicos y físicos proporcionará herramientas para las futuras intervenciones, dirigidas a mejorar la calidad de vida de las personas mayores que eligen vivir en soledad voluntaria, las cuales prometen mejorar el bienestar y desarrollo integral en los posibles participantes.

El presente estudio resalta la resiliencia expuesta por las personas mayores que optan por vivir en soledad voluntaria en condición de precariedad y como esta elección se configurara como una estrategia adaptativa. Este hallazgo aporta en robustecer la narrativa de la comunidad, destacando no solo los desafíos propios de su contexto, sino también las estrategias de empoderamiento que emergen de esta elección.

Este enfoque fortalece la percepción positiva de las decisiones tomadas en condiciones desfavorables.

Además de las consideraciones individuales, la presente investigación realza la importancia de abordar la soledad voluntaria desde una mirada contextualizada que tomará en cuenta las particularidades culturales y sociales, permitiendo así visualizar las necesidades específicas de la comunidad, promoviendo y fomentando la conciencia social, esto dará paso a la comprensión y aceptación respetuosa de la elección de vida adoptada por los participantes.

Bibliografía:

Abellán García, A., Ayala García, A., & Pujol Rodríguez, R. (2017). Un perfil de las personas mayores en España, 2017. Indicadores estadísticos básicos.

Aguilera, D. L., Maldonado, E. G., Quiroz, B. U., Y Rojas, N. (2021). Soledad en personas mayores: una propuesta de intervención a través del acompañamiento telefónico en Santiago de Chile. *Anales en Gerontología*, 13(13), 117-144.

Alaminos, A. (2006). Tema 2. El muestreo en la investigación social. Elaboración, análisis e interpretación de encuestas, cuestionarios y escalas de opinión, 41.

Alías, A. S., & Sánchez, M. J. (2013). Exclusión social: fundamentos teóricos y de la intervención. *Trabajo social global-Global Social Work: Revista de investigaciones en intervención social*, 3(4), 133-156.

Arendt, H., Cruz, M., y Novales, R. G. (1993). *La condición humana* (Vol. 306). Barcelona: Paidós.

Arévalos, D. H. (2021). La construcción de lazos afectivos entre pares generacionales: experiencias estudiantiles ante la pérdida del sentido de la vida.

Avila, H. F., González, M. M., & Licea, S. M. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿métodos o técnicas de indagación empírica?. *Didasc@ lia: didáctica y educación* ISSN 2224-2643, 11(3), 62-79.

Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. (2019). Adultos Mayores: Legislación Internacional y Extranjera. Recuperado de https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio/10221/27626/2/BCN_2019_adultos_mayores_legislacion_internacional_y_extranjera.pdf

Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. (s.f.). Ley Chile. Recuperado de <https://www.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=1108819> Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. (2020). Reporte Comunal. https://www.bcn.cl/siit/reportescomunales/comunas_v.html?anno=2020&idcom=13117

Camargo Rojas, C. M., y Chavarro Carvajal, D. A. (2020). El sentimiento de soledad en personas mayores: conocimiento y tamización oportuna. *Universitas Medica*, 61(2). <https://doi.org/10.11144/Javeriana.umed61-2.essm>

Cardona Jiménez, J. L., Villamil Gallego, M. M., Villa, E. H., & Echeverri, Á. Q. (2013). El sentimiento de soledad en adultos. *Medicina upb*, 32(1).

Cardona, J. L., Villamil, M. M., Henao, E., & Quintero, A. (2009). Concepto de soledad y percepción que dé su momento actual tiene el adulto mayor en el municipio de Bello, Colombia, 2007. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 27(2), 153-163.

Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, 15 junio de 2015. <file:///C:/Users/Alumno/Downloads/Ratificacion-Conv-Interamericana-Prot-Derechos-Pers-Mayores.pdf>

Dabove, M. I. (2016). Derechos humanos de las personas mayores en la nueva Convención Americana y sus implicancias bioéticas. *Revista Latinoamericana de Bioética*, 16(1), 38-59.

Díaz, J., Espinoza-Navarro, O., y Pino, A. (2015). Anthropometric and Physiological Characteristics of Elderly Population in the District of Arica-Chile/Características Antropométricas y Fisiológicas de Adultos Mayores de la Comuna de Arica-Chile. *International Journal of Morphology*, 33(2), 580-586.

Durán García, G. (2022). Desafíos y resistencias. Una etnografía sobre la construcción emocional del envejecimiento femenino (Resumen).

Doblas, J. (2005). Personas mayores viviendo solas. La autonomía como valor en alza. Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales.

Carballo, R. F. (2001). La entrevista en la investigación cualitativa. *Pensamiento actual*, 2(3).

Carrasco, M., Herrera, S., Fernández, B., Y Barros, C. (2013). Impacto del apoyo familiar en la presencia de quejas depresivas en personas mayores de Santiago de Chile. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 48(1), 9-14.

Carvajal-Carrasca, Gloria & Caro-Castillo, Clara Virginia. (2009). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichán*, 9 (3), 281-296. Recuperado el 02 de julio de 2023, de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008&lng=en&tlng=es.

Fuentes-García, A., Sánchez, H., Lera, L., Cea, X., y Albala, C. (2013). Desigualdades socioeconómicas en el proceso de discapacidad en una cohorte de adultos mayores de Santiago de Chile. *Gaceta Sanitaria*, 27, 226-232.

Gajardo Jauregui, J. (2015). Vejez y soledad: implicancias a partir de la construcción de la noción de riesgo. *Acta bioethica*, 21(2), 199-205.
González-Tovar, J., & Garza-Sánchez, R. I. (2021). La medición de soledad en personas adultas mayores: estructura interna de la escala ESTE en una muestra del norte de México. *Interdisciplinaria*, 38(3), 169-184.

Garza RI, González J., Rubio L., Y Dumitrache CG (2020). Soledad en personas mayores de España y México: un análisis comparativo.

Herrera, R. R., & Rico, M. A. (2001). Un estudio sobre la soledad en personas mayores: entre el estar solo y el sentirse solo. *Revista multidisciplinar de Gerontología*, 11(1), 23-28.

Higuera, J. C. B. (1984). La soledad en los mayores. *ARS MEDICA Revista de Ciencias Médicas*, 13(3), 126-144.

Instituto Nacional de Estadísticas. (Sep. 2022). Cerca de un tercio de la población de Chile en 2050 estaría compuesta por personas mayores. Ministerio de Economía y Hacienda. <https://www.ine.gob.cl/estadisticas/sociales/demografia-y-vitales/demografia-y-migracion/2022/09/27/cerca-de-un-tercio-de-la-poblaci%C3%B3n-de-chile-en-2050-estar%C3%ADa-compuesta-por-personas-mayores>

Jiménez, J. L. C., Gallego, M. M. V., Villa, E. H., y Echeverri, Á. Q. (2013). El sentimiento de soledad en adultos. *Medicina UPB*, 32(1), 9-19.

Jürschik, P., Botigué, T., Nuin, C., y Lavedán, A. (2013). Estado de ánimo caracterizado por soledad y tristeza: factores relacionados en personas mayores. *Gerokomos*, 24(1), 14-17.

Klein, A. (2012). Empobrecimiento, nuevos pobres y viejos pobres: Un palimpsesto de inscripciones borrosas. *Espiral (Guadalajara)*, 19(55), 119-155.

Klein, A. (2022). La precariedad de lo precario como agotamiento social. Una aproximación alternativa a la llamada "sociedad del envejecimiento". *Argumentos. Revista de Crítica Social*, (26).

Landriel, E. (2001). Adultos mayores y familia: algunos aspectos de la intervención del trabajo social. *XVII Seminario latinoamericano de escuelas de trabajo social*.

Leiva, A., Troncoso, C., Martínez, M., Nazar, G., Concha, Y., Martorell, Miquel, Ramírez, K., Petermann, F., Cigarroa, I., Díaz, X., y Celis, C. (2020). Personas mayores en Chile: el nuevo desafío social, económico y sanitario del Siglo XXI. *Revista médica de Chile*, 148(6), 799-809. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872020000600799>

López Estrada, R. E., & Deslauriers, J. P. (2011). La entrevista cualitativa como técnica para la investigación en Trabajo Social.

Maciel Rivero, A. C. (2015). Personas adultas mayores: representaciones sociales sobre la soledad y su incidencia a la hora de precisar cuidados. Un estudio cualitativo en la ciudad de Montevideo.

Martínez-Palacios, J. (2020). La interseccionalidad como herramienta analítica para la praxis crítica del Trabajo Social. Reflexiones en torno a la soledad no deseada. *Cuadernos de Trabajo Social*, 33(2), 379-390.

Medina, J. I. G. V. (2018). Una nueva epidemia asola la sociedad occidental: la soledad. *Razón y fe*, 277(1431), 51-62.

Melián, J. M. B., Amores, J. A. B., Cortés, M. C., Bernal, A. G., y Santander, L. M. (2022). De la precariedad económica a la vulnerabilidad existencial. Notas para una ampliación de paradigma. *Digithum*, (29), 1-11

Mieles Barrera, M. D., Tonon, G., & Alvarado Salgado, S. V. (2012). Investigación cualitativa: el análisis temático para el tratamiento de la información desde el enfoque de la fenomenología social. *Universitas humanística*, (74), 195-225.

Montero, M., Lena, L., & Sánchez-Sosa, J. J. (2001). La soledad como fenómeno psicológico: un análisis conceptual. *Salud mental*, 24(1), 19-27.

Nussbaum, M.C. (2018). La soledad: Una perspectiva filosófica. Fondo de Cultura Económica

Osorio Parraguez, P., Torrejón, M. J., y Anigstein, M. S. (2011). Calidad de vida en personas mayores en Chile. *MAD*, (24), 61–75. <https://doi.org/10.5354/rmad.v0i24.13531>

Organización Mundial de la Salud. (1995). Calidad de vida: conceptos, definiciones y aplicaciones en la atención de la salud. Ginebra: OMS.

Organización Mundial de la Salud, O. M. Informe mundial sobre el envejecimiento y la Salud; 2015. Available in: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf.

Organización Mundial de la Salud, A. M. (2016). *Acción multisectorial para un envejecimiento saludable basado en el ciclo de vida: proyecto de estrategia y plan de acción mundiales sobre el envejecimiento y la salud: Informe de la Secretaría* (No. A69/17). Organización Mundial de la Salud.

Ortega González, Diosnara. (2018). Envejecimiento y trato al adulto mayor en Chile: Un camino de desigualdad persistente. *Sofía Austral*, (22), 223-246. <https://dx.doi.org/10.4067/S0719-56052018000200223>

Osorio Parraguez, P., Torrejón, M. J., & Anigstein, M. S. (2011). Calidad de vida en personas mayores en Chile. *MAD*, (24), 61–75. <https://doi.org/10.5354/rmad.v0i24.13531>

Palma-Ayllón, E., & Escarabajal-Arrieta, M. D. (2021). Efectos de la soledad en la salud de las personas mayores. *Gerokomos*, 32(1), 22-25.

Paredes Zárate, M., Guzmán Toledo, A. Y., Barceinas Xicontécatl, F., & Beltrán Rodríguez, I. N. (2021). Luar. Transición a una soledad positiva.

Pedrero, E. (2001). La calidad de vida y las personas mayores. Monografía presentada a los seminarios de psicogerontología.

Pérez Arranz, S. (2018). La Asistencia Personal. Un nuevo servicio para las personas mayores desde el Trabajo Social.

Porcel, B. (2020). Aislamiento, soledad, solitud: Hannah Arendt y las formas de no estar con otros. *Cadernos Arendt*, 1(2), 60-70.

Quiroz, C. O. A., & Flores, R. G. (2007). Ansiedad y depresión en adultos mayores. *Psicología y salud*, 17(2), 291-300.

Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R., Van Roekel, E., Lodder, G., Bangee, M., y Verhagen, M. (2015). Soledad a lo largo de la vida. *Perspectivas sobre la ciencia psicológica*, 10 (2), 250-264.

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., [versión 23.6 en línea]. <<https://dle.rae.es>> [31 de mayo 2023].

Ruiz, E. M. L. (2022). Revisión de la investigación científica sobre el fenómeno de la soledad en personas mayores. *Investigaciones en gerontología social*, 181.

Sánchez de la Fuente, L. (2015). Combatir la soledad en las personas mayores por medio del apoyo social.

Sandoval F., Tamiya N., Lloyd-Sherlock, P. Y Noguchi, H. (2016). Relación de la depresión con comportamientos de salud y condiciones sociales de adultos mayores dependientes comunitarios en la República de Chile. *Psicogeriatría Internacional*, 28 (12), 2029-2043.

Sartre, J –P. (1943). El ser y la Nada: Ensayo de ontología fenomenológica. Buenos Aires, Argentina: Editorial Losada

Servicio Nacional del Adulto Mayor (2022) Código de Ética. Recuperado de https://www.senama.gob.cl//storage/docs/CODIGO_DE_ETICA_-2022.pdf

Segrin, C. y Passalacqua, S.A. (2010). Funciones de la soledad, el apoyo social, los comportamientos de salud y el estrés en relación a la salud deficiente. *Health Communication*, 25(4), 312-322.

Terrazas, B. y Rojas, D. (2020) De la soledad a la solitud. Recuperado de https://unamglobal.unam.mx/global_revista/de-la-soledad-a-la-solitud/

Zapata Farías, H. (2001). Adulto mayor: participación e identidad. *Revista De Psicología*, 10(1), Pág. 189–197. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2001.18562>