

**DECLARACIÓN DEL COMITÉ DE BIOÉTICA DE ARAGÓN**  
**SOBRE**  
**ASPECTOS ÉTICOS A CONSIDERAR ANTE LA SOLEDAD DE LAS PERSONAS VULNERABLES**

El ser humano es social por naturaleza, si bien hay momentos en los que las personas necesitan espacios de soledad para reflexionar o crecer interiormente. Esto significa que la soledad se puede convertir en un valor cuando es la elección libre de una persona que no se encuentra en una situación de vulnerabilidad o desamparo.

Sin embargo, a menudo la soledad es sinónimo de aislamiento involuntario, como resultado de unas relaciones sociales deficientes, superficiales o insatisfactorias, originando una vivencia desagradable e indeseada, que se puede asociar a la depresión y a la ansiedad, constituyendo un riesgo para la salud de las personas.

Por otro lado, también se puede considerar la soledad como una experiencia subjetiva ambivalente en el sentido de que una persona puede estar sola sin sentirse en soledad, o, por el contrario, sentirse aislada a pesar de hallarse en grupo.

Esta Declaración recoge un conjunto de reflexiones encaminadas a aportar elementos de juicio de cara a mejorar los cuidados que una sociedad solidaria debe prestar a las personas que sufren las consecuencias de una soledad indeseada, de manera especial en el caso de personas mayores o enfermas.

**HECHOS**

Según datos del Instituto Nacional de Estadística, de octubre de 2018, uno de cada cuatro hogares españoles está compuesto por una sola persona, de tal modo que hay cinco millones de hogares unipersonales, de los cuales, dos millones corresponden a personas mayores de 65 años.

Si nos atenemos a las proyecciones demográficas, dentro de 15 años, casi uno de cada tres domicilios estará habitado por una sola persona. Entre los factores que han determinado esta situación se encuentra la mayor esperanza de vida, el descenso del número de hijos por familia, el hecho de que la crisis del mercado laboral obligó a salir del lugar habitual de residencia a muchos jóvenes, las rupturas matrimoniales y la decisión personal cada vez más extendida de vivir solos.

Se estima que el porcentaje de población de 65 años y más, que actualmente se sitúa en el 19% del total de la población, pasará a ser del 25% en 2033, siendo incuestionable que el envejecimiento, aun siendo indicativo de una sociedad desarrollada, es un factor de vulnerabilidad que suele acompañarse de un deterioro de la salud y una necesidad especial de recibir ayuda de otros.

Comúnmente la soledad es identificada como algo negativo y perjudicial, sin embargo, también tiene un aspecto positivo, cuando es voluntaria y temporal, como forma de vida que aporta autonomía e independencia.

Diversos estudios apuntan a la soledad como factor de riesgo para problemas de salud como la obesidad, la enfermedad cardiovascular, el cáncer o las enfermedades respiratorias. La soledad también se relaciona con demencia senil y el deterioro cognitivo y, de hecho, las personas que viven solas tienen dos veces más posibilidades de presentar la enfermedad de Alzheimer.

Aunque soledad y aislamiento social son términos que se utilizan a menudo indistintamente, hay diferencias notables entre ambas acepciones, que podrían equiparse respectivamente a la percepción positiva o negativa del mismo concepto.

Si la soledad puede ser un estado elegido de vivir una intimidad desconectada de los demás, el aislamiento social supone la falta de contacto con otros individuos, obligada por falta de recursos personales, familiares, sociales o económicos, que origina sentimientos de inseguridad y de vulnerabilidad

### VALORES

Ya se ha subrayado que la soledad es, ante todo, una percepción, un sentimiento, una vivencia crónica de la persona, incluso si está rodeada de otras gentes. Pero el estado de soledad presenta toda su repercusión vital cuando pasa a ser una realidad física en la persona que está sola, especialmente cuando ella misma no lo percibe y, con mayor gravedad cuando su entorno no le presta la debida atención.

Se dice, con razón, que la soledad es buena sólo cuando se está en ella por voluntad propia. Esta afirmación permite introducir los valores intrínsecos al problema de la soledad en nuestra sociedad: dignidad, libertad, responsabilidad, respeto, conmiseración, solidaridad, equidad.

Vivir solo o acompañado supone el ejercicio de la libertad individual de una persona autónoma y capaz. El respeto al principio ético de autonomía sustenta esta consideración. El principio de beneficencia (llevar a la práctica lo que resulta bueno para una persona, contando con lo que ésta considera beneficioso para sí misma) no entra aquí en conflicto, sino que ratifica la decisión autónoma.

El problema surge cuando la vulnerabilidad pone en entredicho la capacidad y la autonomía de la persona que está sola, específicamente cuando está físicamente aislada. También entra en juego el principio de no maleficencia (ante todo no hacer daño, por acción o por omisión).

De igual modo, se debe tener en cuenta la máxima derivada del principio de justicia: tratar a todos con igual consideración y respeto, dando más ayuda a quien más lo necesita (aunque no lo solicite explícitamente), evitando la ley de cuidados inversos según la cual acaban recibiendo más recursos

quienes menos lo necesitan, porque son precisamente quienes tiene mayor aptitud para reclamar, ya sea por su nivel cultural o por su capacidad.

El valor responsabilidad cambia de manos para asegurar el respeto a la dignidad de las personas, que están solas, ya no por decisión libre, sino por circunstancias sobrevenidas. Es la sociedad, a través de la familia como primera y más cercana institución social, la que debe implicarse de manera prioritaria para promover los valores que pueden entrar en conflicto (autonomía, independencia, comodidad, economía, versus dignidad de la persona, convivencia, reciprocidad, solidaridad intergeneracional).

No perdamos de vista que buena parte de las personas vulnerables, que se sienten y/o están solas, son mayores y la ancianidad constituye un depósito de valores para nuestra sociedad que deberíamos cultivar: tradición, sabiduría, sacrificio, respeto, experiencia, ternura...

### DEBERES

Dada la complejidad de la cuestión, los poderes públicos deberían ejercer el liderazgo para hacer un abordaje integral de este problema, poniendo en marcha medidas que hayan demostrado ser efectivas y aportando los recursos necesarios para llevarlas a cabo.

Tanto si la soledad es elegida y deseada, como si no lo es, las respuestas que la sociedad debe articular ante este fenómeno deben contemplar a todas aquellas personas que, por un estado de salud vulnerable, unido a la falta de apoyos, pueden ser objeto de situaciones de riesgo.

A la vez que se diseñan intervenciones, es muy conveniente realizar estudios que aporten información válida sobre el alcance y las variables de este problema que adquiere una creciente magnitud. Se deben identificar de manera prioritaria a las personas que están en una situación de especial fragilidad debido a la enfermedad, a la falta de recursos económicos y sociales o cualquier otra circunstancia que aumente el riesgo debido al aislamiento social.

Es necesario definir los indicadores de riesgo que permitan hacer una detección precoz de los casos y establecer medidas preventivas. En ello, deben participar los profesionales del ámbito social y sanitario, aunque no de forma exclusiva, contando con la colaboración de personas de otras instituciones públicas o privadas que, por su misión, o su perfil profesional puedan contribuir a identificar situaciones de aislamiento social.

Los trabajos de prevención deben comenzar con intervenciones tempranas, que se vayan incorporando de manera progresiva a lo largo de la vida, cuando se vean necesarias, por ejemplo, con actuaciones para conservar las redes sociales, con actividades grupales e iniciativas participativas.

Hay que estimular la creación de tejidos de apoyo, tanto familiares como comunitarios a partir del voluntariado social o de iniciativas innovadoras, como son las “comunidades solidarias”, que ya han comenzado a funcionar en algunos países.

Se deben favorecer las redes de comunicación que conecten a las personas, lo que podría llevarse a cabo desde el entorno más cercano (comunidades, municipios, distritos, etc.) y estimular aquellas actividades que favorezcan el encuentro y la comunicación entre las personas. Por ello, será decisivo promover una cultura social que favorezca la solidaridad y participación comunitaria en la acogida a las personas que se encuentran en estas circunstancias.

Las organizaciones locales deberían implicarse en la detección de personas en riesgo e implementar intervenciones en áreas como el transporte, la vivienda, la educación y otras, que fomenten las buenas relaciones y los valores compartidos dentro de las comunidades.

Las nuevas tecnologías de la información y la comunicación pueden contribuir a aminorar los efectos del aislamiento y la soledad, facilitando las relaciones sociales. Estas se deben adaptar para dar respuesta a las necesidades y expectativas de las personas. En la medida de lo posible, en su diseño habría que considerar las características individuales y contar con la opinión de los interesados.

Además, si se quiere hacer una distribución equitativa de los recursos, se debe garantizar que estén accesibles para todos, independientemente del nivel educativo o socioeconómico.

En cualquier caso, el problema de la soledad no es una cuestión exclusiva de los gobiernos, sino que todos debemos implicarnos en su abordaje. Y por ello, hay que fomentar la educación de la sociedad en valores éticos, donde primen el respeto a la dignidad de las personas, la autonomía en sus decisiones, la solidaridad y la justicia intergeneracional. Todo esto tiene que llevar a los ciudadanos a estimular y ejercer la fraternidad, como lazo de unión entre todos los seres humanos basados en los principios y valores ya citados.

## CONCLUSIONES

- Los problemas éticos que surgen ante la soledad, aparecen principalmente cuando ésta no se elige voluntariamente y, sobre todo, en situaciones de abandono, cuando las personas dejan de ser autosuficientes en alguna faceta de su vida y precisan de la ayuda de los demás.
- Se debe promover la educación de la sociedad en valores éticos: el respeto a la dignidad de todas las personas, la autonomía en sus decisiones, la justicia, la solidaridad intergeneracional y la fraternidad. En esta tarea los medios de comunicación pueden tener una influencia decisiva.
- Las autoridades educativas deberían impulsar el desarrollo de estrategias pedagógicas transversales en la escuela donde se ejemplifique la atención a las personas en soledad, de manera especial con familiares y vecinos.
- En el ámbito de la universidad y la empresa se debe estimular la investigación encaminada a desarrollar redes de comunicación que faciliten la conexión de las personas que viven solas, de manera especial adaptando las nuevas tecnologías de la información y la comunicación a las necesidades individualizadas de las personas mayores.

- Corresponde a los poderes públicos promover iniciativas encaminadas a identificar el riesgo en situaciones de aislamiento social, mediante programas específicos de coordinación de los servicios sociales y sanitarios.
- Es urgente definir indicadores de riesgo que permitan la detección precoz de las situaciones de vulnerabilidad, permitiendo establecer medidas preventivas y estimular, desde el entorno más cercano (comunidades, municipios, distritos, atención primaria, etc.), aquellas actividades comunitarias que favorezcan el encuentro y la comunicación entre las personas.
- Cualquier actuación dirigida a este colectivo tendrá en cuenta el *Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia*, no solo para su valoración sino también para las posibles prestaciones, puesto que la soledad de las personas en situación de dependencia agrava considerablemente la situación.
- Para llevar a cabo los objetivos anteriores, se insta al Gobierno de Aragón a la elaboración de un Protocolo de Atención a la Soledad como herramienta para profesionales de todos los ámbitos implicados (sanitario, social, iniciativa privada, etc.) que establezca criterios básicos de identificación de personas que viven solas con riesgos asociados y pautas de actuación homogéneas.

Zaragoza, 15 de abril de 2019