Jueves 25 de marzo, 20:30 h.
Sala Florida Park. Madrid
premios a{M}pe 2010

Sociedad

1,4 millones de personas mayores de 60 años sufren soledad en España

En España hay más de siete millones de personas de entre 60 y 90 años y, de ellas, 1,4 millones sufren soledad, una situación que puede darse en muchas etapas del ciclo vital, pero que a esas edades puede responder al hecho de no saber cómo emplear el exceso de tiempo libre.

Las Palmas de Gran Canaria, EFE 24 de marzo de 2010

Esta página ha sido vista 2 veces. Entra para que tus amigos sepan que la has leído.
Me gusta
Compartir noticia
Enviar por email
Facebook
Twitter
Menéame
Ver más
Comenta esta noticia

Escribe aquí tu comentario
Adjuntar: Foto, Vídeo o Enlace

Una anciana en una residencia. EFE/Archivo

Así lo explicó a Efe la catedrática de Psicogerontología de la Universidad de Granada Ramona Rubio antes de ofrecer la ponencia "Psicología del Envejecimiento: Afrontar la soledad" en el III Ciclo de Conferencias sobre Envejecimiento Activo que se inaugura hoy en el Centro de Iniciativas de La Caja de Canarias.

Rubio manifestó que la soledad es un sentimiento cuya incidencia varía en función de las edades y de los géneros, de forma que en un joven puede aparecer por la falta de empleo o la dificultad para encontrar un amor, y en un adulto por la sensación de ir distanciándose de la vida, el miedo a enfermedades o dolencias o por la desaparición de personas queridas.

Sin embargo, consideró que en ambos supuestos hay que afrontar esa soledad, que en la mayoría de los casos "surge porque sobra tiempo, empleándolo "para evitar entrar en pensamientos circulares".

"El gran problema de la soledad es que es el pórtico de la depresión y cuanto antes se ataje mejor, de ahí que la intervención, a través de la información, resulte fundamental a la hora de trabajar con mayores", refirió.

Ramona Rubio, que desde la Universidad de Granada estudia desde hace veinte años cómo atender mejor las necesidades de este colectivo de población, advirtió de que antes de emplear el tiempo en el desarrollo de estrategias de desahogo para paliar una sensación de soledad, existen otras pautas que, a largo plazo, pueden generar "nuevos estilos de vida" a partir del uso del tiempo con otras actividades.

"Ahí es cuando hay que empezar a hablar de alternativas y hoy en día los mayores tienen muchísimas opciones, desde coberturas de servicios sociales, a centros de día, programas de preparación a la salud o de envejecimiento activo. El problema es que muchas veces la gente las desconoce", destacó.

Rubio resaltó que lo que más ha llamado su atención en el tiempo que lleva trabajando con mayores es la tendencia que suelen mostrar a "encerrarse en sí mismos y no dejarse ayudar", de ahí que insistiera en la importancia de que "a última hora" el éxito de los programas que se dirigen a ellos depende de que la persona "se decida a dar el paso" de introducir alternativas a su rutina diaria para salvarse de la soledad, lo que requiere de un ejercicio "activo".

En cualquier caso, Ramona Rubio recordó que no toda la soledad es negativa y que "una dimensión importante del hombre, que es la creatividad, necesita de esa soledad", por lo que concluyó que "eliminarla al cien por cien no es bueno", ya que se necesita "para el crecimiento propio del individuo".

Qué.es en Facebook
Hazte admirador
Qué.es tiene 2,363 admiradores
Miguel David Carmen Maria Begoñ Maria
Secundino Bernardo Charo Bruno Ezequ Pedro

En Portada

Un crédito a tu medida no es misión imposible

Media España en alerta por viento, lluvia y nieve

Investigan la muerte de un afgano al paso de un convoy español

Condenado a 817 días de cárcel un religioso español por pedofilia

Noticias de España y Alquiler de Pisos en La Trastienda digital: Noticias Extremadura
Aviso legal
Bienvenido a Gente Qué! Accede directamente si tienes cuenta en Más información Pulso Iniciar sesión Registro