

Soledad, vínculos sociales y participación social: aproximaciones desde la experiencia de personas mayores chilenas

Loneliness, social ties and social participation: approaches from the experience of Chilean older people

Paula Fernández-Dávila Jara* 

Escuela de Psicología y Filosofía, Universidad de Tarapacá, Arica, Chile (paula.ferda@academicos.uta.cl)

Lorena P. Gallardo-Peralta 

Departamento de Trabajo Social, Universidad Alberto Hurtado (logallardo@uahurtado.cl)

Esteban Sánchez-Moreno 

Facultad de Ciencias Políticas y Sociología León XIII, Fundación Pablo VI, Universidad Pontificia de Salamanca, España (esteban.sanchez@fpablovi.org)

*Autora para correspondencia.

Recibido: 15-mayo-2025

Aceptado: 07-marzo-2026

Publicación: 15-marzo-2026

Citación recomendada: (2026). Soledad, vínculos sociales y participación social: aproximaciones desde la experiencia de personas mayores chilenas. *Psicoperspectivas*, 25(1). <https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol25-issue1-fulltext-3576>

Resumen

En la actualidad, la soledad es una grave problemática psicosocial que afecta a las personas mayores, debido a que repercute negativamente en la salud física y mental, en la calidad de vida e incluso es un condicionante de la morbilidad y mortalidad. La investigación reciente destaca la naturaleza subjetiva y psicosocial de esta problemática, debido a su estrecha asociación con la calidad de los vínculos sociales. En este contexto, el objetivo de la presente investigación es comprender la relación entre la participación social y los sentimientos de soledad en personas mayores chilenas residentes en el extremo norte de Chile, mediante un estudio descriptivo, utilizando metodologías cualitativas para la recolección y análisis de datos. Participaron 15 personas mayores de ambos sexos, mediante una entrevista semiestructurada. Los resultados evidencian que la soledad es una problemática común para las personas mayores, asociada a situaciones familiares y sociales desfavorables, al aislamiento y una insuficiente participación social. Los hallazgos del estudio refuerzan el abordaje desde una perspectiva psicosocial de la experiencia de la soledad, considerando los distintos escenarios de participación social de las personas mayores, que contribuyen a su bienestar subjetivo y calidad de vida.

Palabras claves: calidad de vida, participación social, personas mayores, redes sociales, soledad

Abstract

Loneliness is currently a serious psychosocial problem affecting older adults, as it has a negative impact on physical and mental health and quality of life, and is even a determining factor in morbidity and mortality. Recent research highlights the subjective and psychosocial nature of this problem, due to its close association with the quality of social ties. In this context, the objective of this research is to understand the relationship between social participation and feelings of loneliness in Chilean older adults living in the far north of Chile, through a descriptive study using qualitative methodologies for data collection and analysis. Fifteen older adults of both sexes participated in a semi-structured interview. The results show that loneliness is a common problem for older adults, associated with unfavorable family and social situations, isolation, and insufficient social participation. The study's findings reinforce the psychosocial approach to the experience of loneliness, considering the different scenarios of social participation of older adults that contribute to their subjective well-being and quality of life.

Keywords: loneliness, older people, quality of life, social networks, social participation

Conflictos de interés: Las personas autoras declaran no tener conflictos de interés.



Publicado bajo [Licencia Creative Commons Atribución/Reconocimiento 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) (CC BY 4.0)

El envejecimiento poblacional constituye uno de los principales desafíos sociales, políticos y sanitarios del siglo XXI, tensionando los sistemas de protección social y demandando nuevas formas de comprensión e intervención sobre las condiciones de vida de las personas mayores (Huenchuan, 2018). Más allá del incremento en la longevidad, el desafío radica en promover una vejez activa y participativa, donde la autonomía, la integración social y el ejercicio pleno de derechos sean ejes fundamentales del desarrollo individual y colectivo (Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), 2018; Organización Mundial de la Salud (OMS), 2021a).

Desde una perspectiva de derechos y de envejecimiento activo, la vejez ha dejado de concebirse exclusivamente como una etapa de dependencia o declive, reconociéndose progresivamente a las personas mayores como sujetos sociales con agencia, cuyas trayectorias vitales son diversas y con capacidad de participación en los distintos ámbitos de la vida social (Moore et al., 2018; OMS, 2021b). No obstante, este cambio paradigmático coexiste con experiencias persistentes de exclusión, aislamiento social y vulnerabilidad psicosocial, entre las cuales la soledad emerge como una de las problemáticas más relevantes y complejas (OMS, 2025).

La soledad en la vejez ha sido reconocida como un fenómeno psicosocial multidimensional, de carácter eminentemente subjetivo, que no se explica únicamente por la ausencia objetiva de relaciones sociales, sino por la percepción de insatisfacción respecto de la calidad, disponibilidad y significación de los vínculos sociales y afectivos (De Jong Gierveld et al., 2018, Fernández-Roses et al., 2025; OMS, 2025; Yanguas et al., 2020). Diversos estudios han evidenciado su asociación con un deterioro del bienestar subjetivo, la salud mental y física, así como con un mayor riesgo de morbilidad y mortalidad, posicionándola como un determinante social de la salud en la vejez (Cruwys, 2023; Gallardo-Peralta et al., 2024; Freak-Poli et al., 2022; Surkalim et al., 2022).

La evidencia científica señala que, a nivel global la prevalencia de la soledad en personas mayores varía significativamente: en Europa, oscila entre el 20% y el 34%; en América Latina, entre el 25% y el 32%; y en China, alcanza un 3.8 % (OMS, 2021a). En Chile, esta problemática ya era evidente antes de la pandemia, pero el confinamiento y las restricciones sanitarias intensificaron el aislamiento social, lo que generó un impacto negativo en la salud emocional de las personas mayores (Herrera et al., 2021; León-Aguilera et al., 2021).

Ahondando en los anterior, estudios recientes a nivel nacional evidencian que la experiencia de soledad en personas mayores se encuentra estrechamente vinculada a dinámicas familiares tensionadas, procesos de desvinculación intergeneracional, aumento de los hogares unipersonales y limitadas oportunidades de integración social significativa (Carrasco et al., 2021; Fernández-Dávila, 2024; Herrera & Fernández, 2023). Si bien la familia continúa siendo una red central de apoyo, los cambios sociodemográficos y culturales han reducido su capacidad de provisión de cuidado y contención emocional, incrementando la relevancia de otros espacios relacionales de carácter comunitario y social (Sung et al., 2022).

En este escenario, la participación social se configura como un eje fundamental para la comprensión del bienestar subjetivo en la vejez (Observatorio del Envejecimiento UC, 2020). Desde las ciencias sociales y los estudios gerontológicos, la participación social se entiende como un proceso relacional, mediante el cual las personas mayores se integran activamente en espacios comunitarios, organizativos, culturales, recreativos o políticos, construyendo vínculos significativos, sentido de pertenencia y reconocimiento social (Ouden et al., 2021; Prohaska et al., 2020; Santini et al., 2020). Este enfoque supera una visión instrumental de la participación, concibiéndola como un derecho social y una dimensión clave del ejercicio de ciudadanía en la vejez (OMS, 2021b).

La evidencia empírica señala que la participación social favorece la ampliación y diversificación de las redes sociales, fortalece la autoestima, promueve el bienestar emocional y actúa como un factor protector frente a la soledad y el aislamiento social (Gallardo-Peralta et al., 2016, 2018, 2024). No obstante, el acceso a instancias de participación no es homogéneo y se encuentra mediado por condiciones estructurales como el nivel educativo, el estado de salud, la autonomía funcional, el territorio

y las trayectorias de vida, lo que exige una aproximación analítica que considere tanto los factores individuales como los contextuales (Ejlskov et al., 2020; Santini et al., 2020; Takács & Nyakas, 2021).

A pesar del creciente reconocimiento internacional del impacto de la soledad en la salud y la importancia de la participación social para el bienestar de las personas mayores, la política pública chilena aún no contempla intervenciones específicas orientadas a su abordaje (Fernández-Dávila, 2024). Se observan estrategias escasamente coordinadas desde una perspectiva intersectorial, junto a débiles respuestas sistemáticas por parte de las instituciones públicas o privadas (Arenas & Letelier, 2025). En este contexto, se vuelve relevante investigar estas experiencias desde la realidad sociocultural chilena, aportando conocimiento situado que oriente el diseño de políticas y programas que respondan a cuestiones escasamente trabajada en el país.

En este marco, la ciudad de Arica, ubicada en el extremo norte de Chile y en la frontera con Perú y Bolivia, representa un territorio de especial interés. Se trata de una zona con alta proporción de personas mayores, marcada por una notable diversidad étnico-cultural incluyendo población afrodescendiente e indígena y atravesada por desigualdades estructurales en el acceso a servicios y redes de apoyo. Su carácter periférico y fronterizo acentúa la distancia respecto a los centros de toma de decisiones, generando condiciones particulares de vida para la vejez. Sin embargo, este contexto ha sido poco explorado en estudios gerontológicos en Chile, lo que refuerza la pertinencia de una mirada específica que considere su singularidad social, cultural y territorial (Gallardo-Peralta & Rodríguez-Rodríguez, 2025; Instituto Nacional de Estadísticas (INE), 2022).

Desde este marco teórico-empírico, la presente investigación analiza cómo la participación social incide en la experiencia de soledad en personas mayores, considerando sus trayectorias de vida y los significados que atribuyen a sus vínculos familiares, sociales y comunitarios. Con ello, se busca contribuir con evidencia cualitativa relevante para el campo de las ciencias sociales y los estudios sobre envejecimiento en Chile.

Método

Diseño del estudio

Este trabajo corresponde a una investigación de enfoque cualitativo de carácter interpretativo, orientado a comprender los significados que las personas mayores atribuyen a la experiencia de soledad y a su participación social a lo largo de sus trayectorias de vida (Creswell, 2007). Para desarrollar este estudio se adoptó un diseño descriptivo y exploratorio, el cual resulta coherente con el objetivo de comprender procesos relacionales y vivencias subjetivas (Patton, 1990).

Participantes

Los criterios de inclusión considerados fueron: (a) tener 65 años o más; (b) residir en la ciudad de Arica; (c) no presentar deterioro cognitivo que dificultara la comunicación y la comprensión de la entrevista; y (d) participar o haber participado en algún espacio social, comunitario u organizacional, lo que permitió explorar distintos modos de vinculación social en la vejez. La muestra estuvo compuesta por 15 personas mayores, seleccionadas por conveniencia. Se priorizó una muestra diversa en términos de género, estado civil, número de hijos/as, pertenencia étnica y nivel educativo, con el objetivo de ampliar la variabilidad de los relatos y experiencias. Si bien se consideró inicialmente la pertenencia a pueblos originarios y/o afrodescendientes como un criterio de interés analítico, esta condición no se manifestó en la muestra final, lo que constituye una limitación del estudio. De igual modo, la participación de personas con roles de dirigencia social respondió a la intención de incluir experiencias de participación activa, sin que ello implique asumir homogeneidad en las trayectorias de los participantes. En la **Tabla 1** se describen los perfiles sociodemográficos.

Tabla 1
Características principales de la muestra cualitativa de personas mayores (n=15)

ID	Sexo	Edad	Estado civil	Número Hijos/as	Indígena o Afrodescendiente	Nivel educativo
Entrevistado 1	Mujer	65	Viuda	2	No	Secundaria
Entrevistado 2	Mujer	70	Soltera	Sin hijos	Afrodescendiente	Educación superior
Entrevistado 3	Mujer	74	Casada	4	No	Secundaria
Entrevistado 4	Mujer	69	Divorciada	2	No	Secundaria
Entrevistado 5	Hombre	72	Casado	3	No	Secundaria
Entrevistado 6	Hombre	82	Casado	4	No	Secundaria
Entrevistado 7	Hombre	81	Casado	3	No	Secundaria
Entrevistado 8	Hombre	73	Viudo	2	No	Secundaria
Entrevistado 9	Hombre	65	Casado	2	No	Educación superior
Entrevistado 10	Mujer	70	Soltera	1	No	Educación superior
Entrevistado 11	Mujer	74	Viuda	5	No	Secundaria incompleta
Entrevistado 12	Hombre	75	Casado	4	No	Secundaria
Entrevistado 13	Mujer	77	Casada	5	No	Primaria
Entrevistado 14	Mujer	68	Casada	6	No	Primaria
Entrevistado 15	Hombre	74	Casado	5	No	Primaria

Aspectos éticos

El estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad Complutense de Madrid (CE_20211216-02_SOC). Todas las personas participantes firmaron un consentimiento informado previo, conforme a la Declaración de Helsinki (1964). Asimismo, se adoptaron medidas orientadas a resguardar el bienestar emocional de los participantes durante el proceso de entrevista, favoreciendo un trato respetuoso y ofreciendo contención en caso de que emergieran relatos asociados a experiencias de malestar emocional. Los nombres utilizados en las citas corresponden a códigos alfanuméricos, con el fin de resguardar el anonimato de las personas participantes.

Instrumento

La técnica de recolección de información utilizada fue la entrevista semiestructurada en profundidad, seleccionada por su pertinencia para explorar significados, percepciones y experiencias desde la perspectiva de los propios sujetos (Hernández-Sampieri, 2009). La entrevista permitió acceder a los relatos de vida de las personas mayores, poniendo énfasis en sus trayectorias relacionales, experiencias de soledad y formas de participación social. Se elaboró una pauta de entrevista compuesta por preguntas abiertas, organizadas en cuatro dimensiones analíticas: (i) significados atribuidos a la vejez y a la experiencia de soledad: ¿Qué significa para usted sentirse solo/a en esta etapa de la vida?; (ii) factores personales, familiares y sociales asociados a la vivencia de soledad: ¿Qué situaciones pueden influir en que las personas mayores presenten soledad en la vejez?; (iii) vínculos familiares, sociales y redes de apoyo a lo largo del curso de vida: ¿Cómo han cambiado sus vínculos familiares a lo largo del tiempo?; y (iv) participación social y desafíos para la integración social de las personas mayores: ¿En qué espacios sociales, comunitarios u organizativos participa actualmente o ha participado en el pasado?. Las preguntas fueron formuladas de manera flexible, permitiendo profundizar en los relatos y adaptar la conversación a las experiencias singulares de cada participante.

Procedimiento

La investigación fue conducida por la primera autora, quien estableció contacto con las principales instituciones vinculadas con el trabajo con personas mayores en la región: el Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA) y la Oficina Comunal del Adulto Mayor de la Municipalidad de Arica. Estas instituciones facilitaron el acceso a dirigentes de clubes de adultos mayores, quienes jugaron un rol de enlace entre el equipo investigador y las personas participantes. Las entrevistas fueron realizadas de forma individual, a través de videollamadas, debido a las restricciones de contacto vigentes durante el periodo de

recolección. Cada entrevista tuvo una duración aproximada de entre 60 y 90 min.

Análisis

Las entrevistas fueron transcritas íntegramente y analizadas mediante análisis temático, que siguió las fases de Braun y Clarke (2006): lectura en profundidad de las transcripciones, la identificación de fragmentos relevantes en relación con los ejes del estudio, una codificación abierta de los contenidos y su posterior agrupación en categorías temáticas; con el apoyo del software ATLAS.ti v.9. Se alcanzó saturación teórica tras 13 entrevistas. Se aplicó doble codificación y auditoría externa. En la **Tabla 2**, se muestra las principales categorías de análisis.

Tabla 2
Categorías de análisis entrevistas individuales

Categorías
Significados sobre la vejez
Vivencia de soledad en la vejez
Significado de la experiencia de soledad
Factores asociados a la vivencia de soledad en la vejez
Significados emocionales sobre las relaciones familiares
Importancia de las relaciones sociales y de amistad en la vejez
Vínculos familiares a través de las trayectorias de vida
Vínculos sociales a través de las trayectorias de vida
Expectativas sobre las relaciones familiares y sociales
Integración de las personas mayores en organizaciones con pares
Integración de las personas mayores en organizaciones con pares y provisión de apoyo social
Integración de las personas mayores en organizaciones con pares y disminución de soledad

Resultados

A partir del análisis temático de las entrevistas se identificaron doce categorías analíticas, las cuales fueron integradas en cinco grandes temas interpretativos. Esta reorganización permitió articular las experiencias de soledad y participación social en la vejez desde una perspectiva relacional, situada y de curso de vida (ver **Tabla 3**).

Tabla 3
Temas y subcategorías emergentes del análisis

Tema	Subcategorías
La soledad como experiencia subjetiva y relacional	Significados de la soledad
	Invisibilización y malestar emocional
	Estar solo/a vs sentirse solo/a
Transformaciones de los vínculos familiares	Cambios intergeneracionales
	Ambivalencias del apoyo familiar
Trayectorias de vida y heterogeneidad	Trayectorias familiares, sociales y laborales
	Desigualdades acumuladas
Participación social	Pertenencia y reconocimiento
	Vínculos históricos
	Funcionamiento social
Barreras para la participación	Barreras estructurales
	Barreras subjetivas

Los resultados que se presentan a continuación -según estos cinco temas-, incorporan citas que ilustran los significados atribuidos por los participantes.

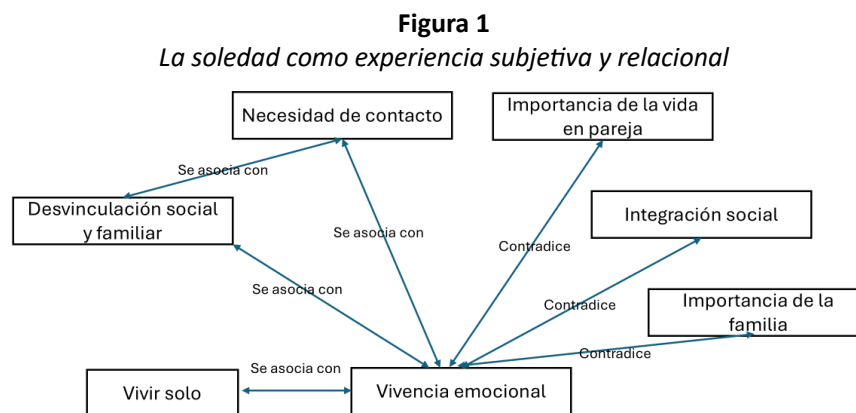
La soledad como experiencia subjetiva y relacional

Los entrevistados describen la soledad como una experiencia netamente subjetiva, que no se reduce a la ausencia de compañía física, sino que se vincula principalmente con la calidad de los vínculos significativos, especialmente con la familia. En este sentido, los participantes señalaron que es posible sentirse solo incluso estando acompañado, cuando las relaciones carecen de profundidad emocional, reciprocidad o reconocimiento. Además, la soledad aparece asociada a sentimientos de invisibilización social, pérdida de roles significativos y disminución de espacios de reconocimiento, particularmente tras la jubilación o el fallecimiento de personas cercanas. Estas experiencias se intensifican en contextos donde las redes sociales se han ido debilitando a lo largo del tiempo. No obstante, tales efectos pueden atenuarse mediante la vida en pareja, la convivencia cotidiana con la familia y la integración de las personas mayores en grupos de pares. Lo anterior se ve reflejado en las siguientes citas textuales:

La soledad es algo que está presente en la vida de las personas, no por el hecho de estar solas, sino por el aislamiento social o porque las personas se van quedando solas o solos, o porque no aprendemos a envejecer y la familia al final nos tiene que dejar vivir solos o nosotros queremos vivir solos porque no toleramos a la familia (Entrevistada 2, 2022, Arica).

Yo siempre he dicho que la soledad es terrible; yo he tenido varios casos de amigos de que en la vida de repente no le ha ido muy bien en su vida en la parte tanto parejas, con hijos, o trabajo y muchos lo que están haciendo es aislarse... aislarse es quedarse en casa sin salir y llegar a tal extremo que hemos tenido casos, amigos mi "compadre" que también le paso algo similar y que por enfermedad, un paro cardiaco en el baño lo pilló y estuvo una semana botaito¹ y sin que nadie pudiera tenderle la mano (Entrevistado 5, 2022, Arica). No es, no tener gente alrededor...eso no es. A veces el tener gente alrededor hace que se sienta más solos, porque la gente alrededor no los pesca, porque no está dentro de sus intereses el conversar con ellos; porque los adultos mayores somos lateros, somos repetitivos. Y eso es parte de nuestro envejecimiento (Entrevistada 10, 2022, Arica).

En la **Figura 1** se sintetiza estas dimensiones, mostrando cómo la soledad se configura en la intersección entre subjetividad, calidad vincular y reconocimiento social, más que como una condición objetiva de aislamiento.



Transformaciones en los vínculos familiares a lo largo del curso de vida

Los relatos evidencian que la familia continúa siendo una referencia central en la vida de las personas mayores; sin embargo, su función como red de apoyo emocional se ha transformado. Los participantes identifican procesos de distanciamiento intergeneracional, asociados a cambios en las dinámicas familiares, exigencias laborales de los hijos y nuevas configuraciones de convivencia. Una participante menciona: "El nido vacío, cuando los hijos se van a otro lugar y dejan el espacio... entonces nos sentimos como que no le prestamos utilidad, que no nos sentimos útil" (Entrevistada 1, 2022, Arica). Si bien algunos entrevistados valoran el apoyo instrumental recibido por parte de sus familias, otros manifiestan sentimientos de carga o de no querer "molestar", lo que contribuye a la vivencia de soledad:

Los temas de conversación míos no son los de la familia, mis prioridades ya no son de la familia, yo no estoy ya tan de acuerdo con ese lenguaje de los jóvenes; entonces eso va produciendo un aislamiento que es como

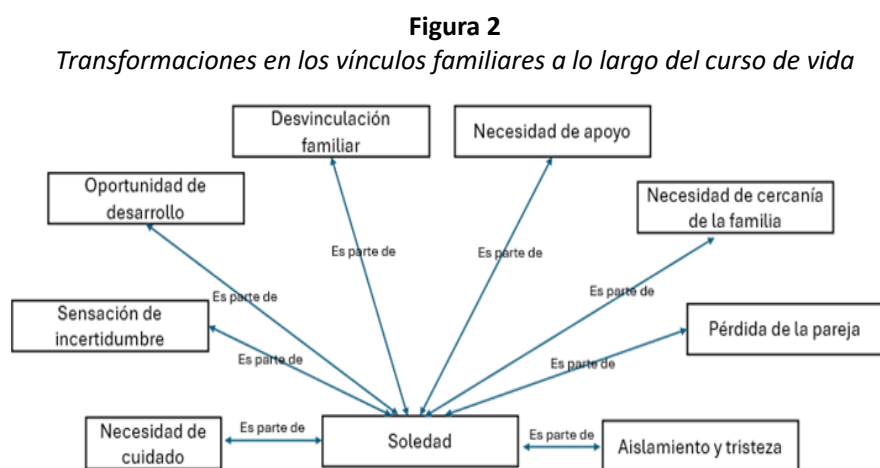
¹ Aislado socialmente.

peor que la soledad de estar solo digamos...porque yo estoy dentro de mi familia y resulta que no me siento acompañada porque simplemente yo no puedo interactuar con ellos, no tengo digamos influencia sobre ellos (Entrevistada 2, 2022, Arica).

Esta tensión revela la coexistencia de expectativas tradicionales de cuidado familiar con prácticas contemporáneas que limitan la disponibilidad de tiempo y presencia afectiva. Respecto a esto, un participante señala:

A veces las personas pueden estar rodeadas de mucha gente, la familia, la casa, pero realmente están solas. Sobre todo, la gente menor que tiene otras actividades, que tiene un ritmo de vida intenso, pasa a segundo plano a tercer plano la persona que está ahí, y solamente un ¡hola mamá!, ¡hola abuelita! pero nadie se sienta a tomarle la mano, a decirle cómo se siente. Entonces la mayoría de los adultos mayores que yo conozco o he tenido la experiencia, se sienten solos, sobre todo cuando quedan viudas o los hijos se van” (Entrevistado 12, 2022, Arica).

En la **Figura 2** se ilustra dichas transformaciones, evidenciando la coexistencia de apoyo instrumental y carencias afectivas, así como la tensión entre expectativas tradicionales de cuidado y dinámicas familiares contemporáneas.



Trayectorias de vida y heterogeneidad de experiencias

Los resultados muestran que la experiencia de soledad y participación social en la vejez no es homogénea, sino que se encuentra fuertemente condicionada por las trayectorias de vida de las personas mayores, las cuales influyen en la configuración actual de las redes sociales y en la forma en que se vive la vejez. Esta heterogeneidad refuerza la necesidad de aproximaciones interventivas que reconozcan la diversidad de experiencias en la vejez, evitando generalizaciones y promoviendo estrategias contextualizadas. Lo anterior se ve reflejado en las siguientes citas textuales:

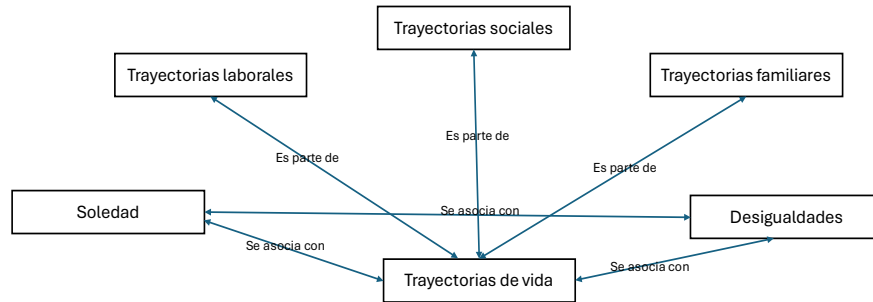
Casi no tuve amistades por un buen tiempo; más que nada me relacionaba con una hermana, pero amigas tuve algunas que no me dejaban tenerlas (Entrevistada 4, 2022, Arica).

Después que yo empecé a quedar sola, empecé a ocupar mi tiempo en otras actividades, buscando mejorar mi entorno, la calidad de vida de otras personas y en conjunto ha sido buena, ¡me gusta! (Entrevistada 1, 2022, Arica).

A medida que uno va madurando, también va escogiendo el relacionarse socialmente; y ese escoger está vinculado estrechamente con la personalidad que uno va construyendo en el tiempo. Entonces uno evita ciertos espacios o ciertos lugares que dificulten el sentido de la vida que uno le va dando a través del tiempo (Entrevistado 9, 2022, Arica).

La **Figura 3**, a continuación, representa esta heterogeneidad, subrayando la influencia acumulativa del curso de vida en la configuración de experiencias actuales.

Figura 3
Trayectorias de vida y heterogeneidad



Participación social como espacio de pertenencia y resignificación

La participación social emerge como un elemento clave para contrarrestar la experiencia de soledad en la vejez. Los participantes que forman parte de clubes de personas mayores, organizaciones comunitarias o espacios recreativos describen estos contextos como lugares de encuentro, apoyo mutuo y construcción de sentido. Al respecto una participante expresa:

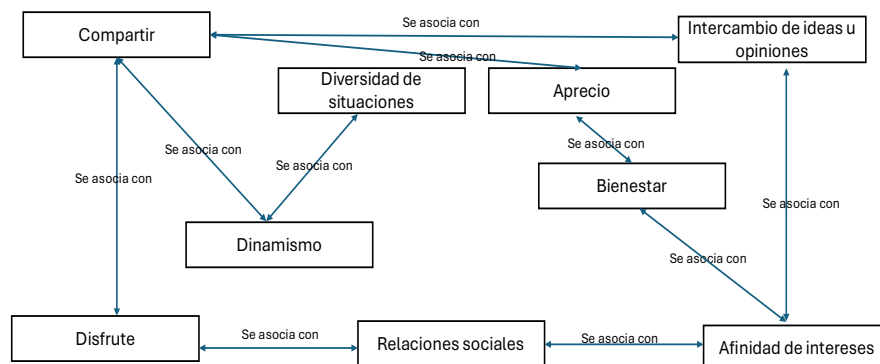
importantes también...en las relaciones sociales uno puede formar amistades, porque la relación social, si uno se junta porque somos del mismo grupo literario o del mismo grupo que teje, entonces ahí se va a armando también otras conversaciones. Increíble... el otro día yo participé en un grupo que salió en el wasap que se llamaba tejer, en un grupo feminista joven y fui yo a tejer, ahí era la única primero, después habíamos como cuatro personas mayores y nos relacionamos bien; y llamo a veces a algunas de las chiquillas y me sentí super bien, porque a mí me gusta relacionarme con todo tipo de personas jóvenes, ya más viejos... tengo amigas de noventa y tanto varias, porque ahora las mujeres vivimos mucho; pero son fundamentales (Entrevistada 3, 2022, Arica).

La participación permite la generación de nuevos vínculos significativos, la resignificación de la vejez como una etapa activa y la recuperación de un sentido de utilidad social. Un participante señala:

Yo creo que es una bonita manera de vivir... Más menos en mi caso yo tengo muchos grupos y donde yo comparto, bailo... no se cantar ah; pero me gusta el baile le hago empeño y estoy bailando tango, cueca, he hecho bailes folclóricos en otros grupos y hay otros grupos que se dedican a la gastronomía y yo soy cocinero en todos los grupos; así que imagínate que yo donde voy, estoy cocinando. Yo diría que es algo muy importante en la vida de una persona, una por el hecho de relacionarse, poder convivir, poder compartir, disfrutar de la amistad y no tan solo las amistades, de un buen plato de comida, o por último de brindar un salud por lo que uno está viviendo... Para mí, yo disfruto de eso. (Entrevistado 12, 2022, Arica).

En la **Figura 4** se ilustra cómo la participación social opera como espacio de pertenencia, reconocimiento y resignificación positiva de la vejez.

Figura 4
Participación social como espacio de pertenencia y resignificación



Barreras estructurales y subjetivas para la participación

El análisis da cuenta de diversas barreras que limitan la participación social de las personas mayores. Entre las barreras estructurales se identifican problemas de salud, limitaciones de movilidad, dificultades de acceso y escasez de espacios comunitarios adecuados. Lo anterior se ve reflejado en las siguientes citas textuales:

A veces uno quiere, pero no puede. A veces he estado solo y no puedo salir; ahí uno siente la soledad. Esa es la soledad en el tiempo de uno, de los viejos (Entrevistado 7, 2022, Arica).

Hay lugares para el adulto mayor acá, pero están tan lejos y no se juntan muchos, es un peligro las zonas en las que se encuentran (Entrevistada 11, 2022, Arica).

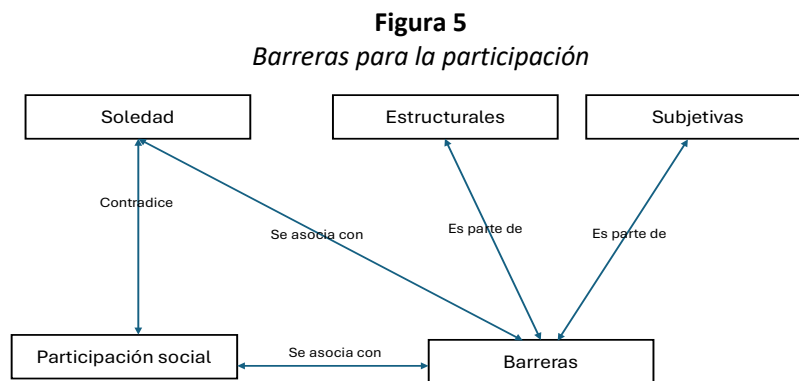
A ello se suman barreras subjetivas, como el miedo a relacionarse, experiencias previas de rechazo o la internalización de estereotipos negativos asociados a la vejez. Estas barreras afectan de manera desigual a las personas participantes, condicionando sus posibilidades de integración social y profundizando las experiencias de soledad:

Yo tengo que acercarme a la municipalidad a averiguar, que no lo he hecho. Mi nieto me está diciendo siempre y no he ido a la municipalidad; no he ido al consultorio, no he ido a ni una cosa...Soy una dejada (Entrevistada 4, 2022, Arica).

Al mismo tiempo, la presencia de facilitadores como redes comunitarias activas y espacios organizativos significativos aparece como un elemento clave para promover la participación y el bienestar en la vejez:

Van como un poquito tristes, pero después se van contentos y esperan el momento de volver a reunirnos y hacerlos participar... eso es lo que ellos quieren, hacer cosas nuevas, quizás compartir una experiencia de hace 10 años, que a veces los hijos no tocan diariamente, porque para ellos es importante hablar de sus vidas, es muy importante un adulto mayor que lo escuche (Entrevistada 10, 2022, Arica).

En la **Figura 5** se sistematiza estas barreras, distinguiendo entre condicionantes estructurales y subjetivos que interactúan de manera dinámica.



Síntesis integradora de los resultados

En relación con el objetivo del estudio, orientado a comprender la relación entre la participación social y sentimientos de soledad en personas mayores, los resultados muestran que dicha relación se configura como un proceso relacional y dinámico, en el que interactúan la calidad de los vínculos sociales, las trayectorias de vida y las oportunidades de integración comunitaria disponibles para las personas mayores.

Los hallazgos evidencian que la soledad en la vejez se experimenta principalmente como una vivencia subjetiva asociada al debilitamiento de vínculos significativos y a la pérdida de espacios de reconocimiento social, más que a la mera ausencia de compañía. En este contexto, las transformaciones en las dinámicas familiares marcadas por procesos de distanciamiento intergeneracional y cambios en las formas de convivencia, emergen como un factor relevante que tensiona el rol tradicional de la familia como principal fuente de apoyo socioemocional.

Asimismo, los resultados muestran que estas experiencias se encuentran profundamente mediadas por las trayectorias biográficas de las personas mayores, las cuales influyen en la configuración actual de sus redes sociales y en sus posibilidades de construir o sostener vínculos significativos en la vejez. Desde esta perspectiva, la participación social adquiere un papel central al constituirse como un espacio de encuentro, reconocimiento y pertenencia que permite ampliar redes socioemocionales y resignificar la vejez como una etapa activa de la vida.

No obstante, el análisis también revela que el acceso y la permanencia en estos espacios se encuentran condicionados por barreras estructurales y subjetivas, como limitaciones de salud, condiciones territoriales o la internalización de percepciones negativas sobre la vejez, que generan desigualdades en las oportunidades de integración social.

En conjunto, los resultados permiten comprender que la participación social actúa como un recurso psicosocial clave para enfrentar la experiencia de soledad en la vejez, aunque su impacto se encuentra mediado por condiciones biográficas, familiares y contextuales. De este modo, el estudio aporta una comprensión situada de la relación entre participación social y soledad en personas mayores del norte de Chile, destacando la relevancia de fortalecer espacios comunitarios de participación como estrategia para promover el bienestar subjetivo y la integración social en la vejez.

Discusión y conclusión

Los resultados de este estudio permiten profundizar en la comprensión de la soledad en la vejez como un fenómeno psicosocial complejo, que presenta un carácter relacional, estrechamente vinculado a las trayectorias de vida y a las oportunidades de participación social disponibles para las personas mayores; aportando una comprensión psicosocial y territorialmente particular de este fenómeno (Fernández-Roses et al., 2025; Victor et al., 2022). Los hallazgos confirman que la soledad no puede ser comprendida exclusivamente en términos individuales, sino que se configura partir de procesos relacionales, trayectorias de vida y contextos territoriales específicos (Aartsen et al., 2025; Cruwys, 2023; Hamilton-West et al., 2020).

En concordancia con la evidencia científica disponible en el contexto nacional, los resultados confirman que la soledad experimentada por las personas mayores no se reduce a la ausencia objetiva de redes sociales, sino que se asocia principalmente a la calidad y significación de los vínculos sociales disponibles (Gallardo-Peralta et al., 2024; Herrera et al., 2021). Tal como señalan diversos autores, la percepción de reconocimiento, reciprocidad y apoyo emocional resulta central para comprender el bienestar subjetivo en la vejez (Araya & Iriarte, 2024; León-Aguilera, 2021). En este sentido, los relatos de los participantes refuerzan la idea de que es posible experimentar soledad incluso en contextos de interacción frecuente, cuando estos vínculos son débiles y no satisfacen necesidades afectivas y relacionales.

Asimismo, los hallazgos permiten analizar el rol de la familia como principal red de apoyo en la vejez. Si bien esta continúa ocupando un lugar central en los discursos de las personas mayores, los resultados demuestran que la sociedad chilena atraviesa un profundo proceso de transformación sociodemográfica y sociosanitaria, el cual incide directamente en las formas de vida de la población. Dichos cambios se expresan en dinámicas de distanciamiento intergeneracional y en la reconfiguración de las modalidades de convivencia, a partir de las cuales emergen nuevas formas de interacción social en los ámbitos familiar, comunitario y cultural (Gallardo-Peralta et al., 2022; Herrera & Fernández, 2023). Estas transformaciones se asocian estrechamente a la emergencia de problemáticas psicosociales, entre ellas la vivencia de la soledad, la cual se configura como un fenómeno psicosocial específico, más que como un síntoma secundario de otras problemáticas sociales o de salud mental (Campos-Romero et al., 2021; Carrasco et al., 2021; Gallardo-Peralta, 2019; Gallardo-Peralta et al., 2018). Como se observa, la tensión entre las expectativas tradicionales de cuidado y las prácticas familiares contemporáneas plantean desafíos sustantivos para el diseño de políticas sociales y el desarrollo de estrategias de intervención dirigidas a la población mayor.

En este escenario, la participación social emerge como un factor clave para la mitigación de la soledad, al ofrecer espacios de pertenencia, reconocimiento y resignificación de la vejez (Sánchez-Moreno et al., 2025). Los resultados coinciden con investigaciones que destacan el valor de la participación social como un recurso psicosocial que favorece la construcción de vínculos significativos y el fortalecimiento del sentido de utilidad social en la vejez (Hernández-Vergel et al., 2021).

Los relatos de los participantes plantean la relevancia de la compañía en los vínculos conformados por pares, considerando dichos espacios de relación como momentos de distensión emocional, disfrute y unión (Caro et al., 2021; Observatorio del Envejecimiento, 2023). En relación con esto último, cabe destacar el importante papel que cumplen las distintas agrupaciones de personas mayores como agentes de apoyo social, a través de las cuales se despliegan tanto recursos de apoyo emocionales como instrumentales destinados a satisfacer las necesidades que puedan presentar sus integrantes (Gallardo-Peralta et al., 2016; Tijeras et al., 2020). Además, se observa que una débil integración comunitaria en la vejez, se considera un importante factor de vulnerabilidad para la vivencia de soledad, debido a su asociación con el aislamiento social de las personas mayores, asociándose a una percepción insatisfactoria de contactos interpersonales y recursos de apoyo, junto a sensaciones de falta de afecto y consideración de su comunidad (Gallardo-Peralta, 2019; Gallardo-Peralta et al., 2016; Gonzales-Portillo et al., 2023; Gonzalo-Plaza, 2021).

Desde una perspectiva crítica, resulta relevante considerar las barreras estructurales y subjetivas que limitan el acceso y la permanencia de las personas mayores en instancias de participación social. Las dificultades de movilidad, los problemas de salud, las condiciones territoriales y la escasez de espacios comunitarios adecuados se relacionan con factores subjetivos como la desconfianza, la motivación y la internalización de estereotipos negativos asociados a la vejez. Esta combinación de factores reproduce desigualdades en el acceso a la participación y refuerza experiencias de exclusión social (Andrade, 2020; Iantzi-Vicente, 2024).

Sumado a lo anterior, cabe destacar la heterogeneidad de las trayectorias de vida identificada en los relatos de los participantes, que refuerza la necesidad de superar enfoques homogéneos sobre la vejez (Madero-Cabib et al., 2019). Más bien, las distintas experiencias personales, sociales, familiares y laborales, acumuladas a lo largo del curso de vida inciden de manera significativa en la configuración actual de las redes sociales y en la vivencia de la soledad de las personas mayores (Vidal et al., 2024). Este hallazgo es consistente con el enfoque de curso de vida, que subraya la importancia de considerar los procesos históricos y biográficos en el análisis de las problemáticas sociales (Elder & Johnson, 2018).

De esta forma, los resultados de esta investigación implican importantes contribuciones para las ciencias sociales, referidas a la consideración de la integración social como eje fundamental para el diseño de políticas públicas y estrategias de intervención. Teniendo en cuenta que la experiencia de soledad en la vejez presenta una estrecha asociación con el aislamiento social y la funcionalidad de las redes sociales de las personas mayores, se hace necesario primeramente potenciar la integración de los sujetos en diversos espacios de interacción social y comunitarios, con el objetivo de ampliar sus ambientes de relación, y por otra parte, favorecer la construcción y consolidación de relaciones sociales que proporcionen contención emocional, apoyo y sentido de pertenencia y unidad (Hagan, 2021; Víctor et al., 2022).

Asimismo, los hallazgos permiten ampliar la perspectiva teórica y metodológica en el estudio de la experiencia de soledad y la participación social en la vejez, pues incorpora una mirada interaccional de los sujetos en sus distintos ambientes sociales, como comunitarios de relación, lo que permite analizar la integración social y la calidad de los vínculos sociales, junto con detectar tempranamente aquellos factores de riesgo que se relacionan a la experiencia de soledad y así, poder diseñar e implementar estrategias preventivas para dicha vivencia emocional en la vejez (Ogrin et al., 2021; OMS, 2021a). Así, un desafío clave para las distintas disciplinas es reemplazar la visión vulnerable de la vejez y considerar a las personas mayores como sujetos activos de cambio. Mediante este paradigma alejado del edadismo, se podría vislumbrar la creación y reconstrucción de los vínculos sociales en esta etapa de la vida para prevenir la experiencia de soledad (Celdrán & Martínez, 2020; Fernández-Dávila, 2024; OMS, 2020).

Finalmente, el fortalecimiento del funcionamiento social en la vejez emerge como un elemento central para promover procesos de envejecimiento con éxito, debido a su estrecha asociación con la salud física y mental de los sujetos. En este sentido, la prevención de la vivencia de soledad a través de la construcción de vínculos sociales íntimos y estrechos se constituye en un factor protector para el bienestar emocional y la calidad de vida en la vejez (Gallardo-Peralta et al., 2024; OMS, 2020; Rodríguez et al., 2017).

Como se puede observar, los resultados refuerzan la relevancia de fortalecer enfoques interdisciplinarios que integren lo subjetivo, lo relacional y lo estructural en el abordaje de la soledad en la vejez. Asimismo, plantean la necesidad de políticas públicas e intervenciones comunitarias que superen una lógica asistencial, promoviendo espacios de participación social significativa, territorialmente pertinente y orientada al fortalecimiento del tejido social.

Este estudio presenta ciertas limitaciones que deben considerarse al interpretar sus resultados. En primer lugar, el tamaño y la representatividad de la muestra constituyen una restricción, ya que se basa en entrevistas en profundidad exploratorias. Si bien este enfoque permite un análisis extenso de sus experiencias, los hallazgos no pueden generalizarse a toda la población mayor chilena. Asimismo, la selección de los participantes pudo haber favorecido a quienes tienen mayor predisposición a la interacción social, dejando subrepresentadas las experiencias de personas con un nivel más alto de aislamiento.

Otro aspecto relevante es que el estudio se desarrolla en un contexto sociocultural específico, lo que restringe la extrapolación de los hallazgos a otras realidades con dinámicas familiares y comunitarias distintas. Finalmente, la naturaleza transversal del estudio limita la posibilidad de analizar cambios en el tiempo. Un diseño longitudinal permitiría explorar cómo evolucionan la participación social y la experiencia de la soledad en función de diversos factores individuales y contextuales. A pesar de estas limitaciones, el presente estudio proporciona una base para futuras investigaciones con muestras más amplias y metodologías mixtas, que profundicen en la dimensión comunitaria y política de la participación social en la vejez, así como para el diseño de intervenciones psicosociales situadas que contribuyan al bienestar y la inclusión social de las personas mayores.

Referencias

- Aartsen, M., Precupețu, I., & Suanet, B. (2025). *Macro social influences on loneliness in later life: Towards a better understanding of the loneliness paradox in Europe*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-94565-6>
- Andrade, C. (2020). Vejez y articulación de soportes para la salud. *Revista Mexicana de Sociología*, 82(1), 65-91. <https://doi.org/10.22201/iis.01882503p.2020.1.58061>
- Araya, A., & Iriarte, E. (2024). Factores asociados a la percepción de soledad entre personas mayores que viven en la comunidad. *Revista Médica de Chile*, 151(8). <https://www.revistamedicadechile.cl/index.php/rmedica/article/view/10193>
- Arenas, A., & Letelier, J. (2025). Participación social de las personas mayores en Chile: Una mirada de gobernanza. *Revista Electrónica Instituto de Investigaciones Jurídicas y Sociales AL Gioja*, 34, 112-134. <https://doi.org/10.62169/rg.i34.2545>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Campos-Romero, S., Márquez-Doren, F., & Perucca-Gallegos, D. (2021). Viviendo la experiencia de cuidar a un familiar mayor y ser empleado: Roles en conflicto. *Gerokomos*, 32(4), 230-233. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2021000500230
- Caro, S., Matus, C., Rojas, M., Bustamante, B., & Soto, K. (2021). *Envejecimiento y redes de apoyo en Chile: Desafíos y propuestas para la integración social de las personas mayores en contextos urbanos y rurales*. Pontificia Universidad Católica de Chile y Sistema de las Naciones Unidas en Chile. <https://ciapat.cedeti.cl/wp-content/uploads/2021/09/Publicacion-Envejecimiento-y-redes-de-apoyo-en-Chile.pdf>
- Carrasco, M., Fernández, M., Alexander, E., & Herrera, M. (2021). Loneliness in older Chilean people: Importance of family dysfunction and depression. *International Journal of Mental Health Promotion*, 23(1), 99-109. <https://doi.org/10.32604/IJMHP.2021.011568>

- Celdrán, M., & Martínez, R. (2020). La soledad en personas mayores: Cómo abordarla desde su complejidad. *Barcelona Societat. Revista de Conocimiento y Análisis Social*, 25, 94-106. https://ajuntament.barcelona.cat/dretssocials/sites/default/files/revista-castellano/10_en_profundidad_celdran_bcn25_es.pdf
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2018). *Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el desarrollo sostenible: Perspectiva regional y de derechos humanos*. CEPAL. <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/431e4d95-46d9-4de6-a0a6-d41b1cb7d0b9/content>
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. (2nd ed.). Sage Publications.
- Cruwys, T. (2023). Future directions in addressing loneliness among older adults. *Advances in Psychiatry and Behavioral Health*, 3(1), 187-195. <https://doi.org/10.1016/j.ypsc.2023.03.008>
- De Jong Gierveld, J., van Tilburg, T., & Dykstra, P. (2018). Loneliness and social isolation: New ways of theorizing and conducting research. In *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 391-404). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781316417867.031>
- Ejlskov, L., Bøggild, H., Kuh, D., & Stafford, M. (2020). Social relationship adversities throughout the lifecourse and risk of loneliness in later life. *Ageing & Society*, 40(8), 1718-1734. <https://doi.org/10.1017/S0144686X19000345>
- Elder, G. H., Jr., & Johnson, M. K. (2018). The life course and aging: Challenges, lessons, and new directions. In G. H. Elder, Jr., & M. J. Shanahan (Eds.), *Invitation to the life course: Toward new understandings of later life* (pp. 49-81). Routledge.
- Fernández Roses, D., García Aguña, S., Gallardo-Peralta, L. P., & Sánchez-Moreno, E. (2025). La soledad en personas mayores: Un estudio cualitativo sobre experiencias subjetivas, factores influyentes y estrategias de afrontamiento. *Revista Española de Sociología*, 34(2). <https://doi.org/10.22325/FES/RES.2025.263>
- Fernández-Dávila, P. (2024). *La soledad en las personas mayores chilenas: Una conceptualización a través de factores biopsicosociales y las trayectorias de vida* [Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. <https://hdl.handle.net/20.500.14352/104308>
- Freak-Poli, R., Ryan, J., Neumann, J. T., Tonkin, A., Reid, C. M., Woods, R. L., Nelson, M., Stocks, N., Berk, M., McNeil, J. J., Britt, C., & Owen, A. J. (2021). Social isolation, social support and loneliness as predictors of cardiovascular disease incidence and mortality. *BMC Geriatrics*, 21(1), 711. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02602-2>
- Gallardo-Peralta, L. (2019). Soledad en las personas mayores chilenas: Su implicancia en el envejecimiento con éxito. *Paraninfo Digital*, 13. <https://ciberindex.com/index.php/pd/article/view/e30096/e30096>
- Gallardo-Peralta, L., Barrón, A., Molina-Martínez, M. Á., & Schettini, R. (2018). Family and community support among older Chilean adults: The importance of heterogeneous social support sources for quality of life. *Journal of Gerontological Social Work*, 61(6), 584-604. <https://doi.org/10.1080/01634372.2018.1489928>
- Gallardo-Peralta, L., Conde-Llanes, D., & Córdova, I. (2016). Asociación entre envejecimiento exitoso y participación social de personas mayores chilenas. *Gerokomos*, 27(3), 104-108. <https://gerokomos.com/wp-content/uploads/2016/11/27-3-2016-104.pdf>
- Gallardo-Peralta, L., Sánchez Moreno, E., Rodríguez Rodríguez, V., Soto Higuera, A., Tereucán Angulo, J., & Valencia Gálvez, L. (2024). Prevalencia de la soledad en las personas mayores que viven en zonas rurales. Diferencias por grupos étnicos y variables predictivas. *Revista Médica de Chile*, 151(8). <https://www.revistamedicadechile.cl/index.php/rmedica/article/view/10309>
- Gallardo-Peralta, L. P., & Rodríguez-Rodríguez, V. (Eds.; 2025). *Soledad y envejecimiento: Experiencias en España y América Latina*. Tirant Humanidades.
- Gallardo-Peralta, L. P., Sánchez-Moreno, E., & Herrera, S. (2022). Aging and family relationships among Aymara, Mapuche and non-Indigenous people: Exploring how social support, family functioning, and self-perceived health are related to quality of life. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15), 9247. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159247>
- Gonzales-Portillo, J., Arbeláez-Caro, J. S., Ahumada-Trejos, A., Ramírez-Gallego, N. M., Trujillo-Marín, A. V., & Velasco-Gómez, J. A. (2023). Factores de vulnerabilidad asociada a la percepción de soledad social en adultos mayores del departamento del Quindío (Colombia). *Revista Psicología y Salud*, 33(1). <https://doi.org/10.25009/pys.v33i1.2778>
- Gonzalo-Plaza, N. (2021). *Efectos de la soledad en la salud de la población anciana*. Repositorio Institucional UCM. <https://hdl.handle.net/20.500.14352/10375>

- Hagan, R. (2021). Loneliness, older people and a proposed social work response. *Journal of Social Work*, 21(5), 1084-1104. <https://doi.org/10.1177/1468017320927630>
- Hamilton-West, K., Milne, A., & Hotham, S. (2020). New horizons in supporting older people's health and wellbeing: Is social prescribing a way forward? *Age and Ageing*, 49(3), 319-326. <https://doi.org/10.1093/ageing/afaa016>
- Hernández-Sampieri, R. (2009) *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill.
- Hernández-Vergel, V. K., Solano-Pinto, N., & Ramírez-Leal, P. (2021). Entorno social y bienestar emocional en el adulto mayor. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(95), 530-543. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.27.95.6>
- Herrera, M. S., & Fernández, M. B. (2023). Gender and family structures affecting intergenerational support from adult children to older parents: A cross-national study in a developing country. *Journal of Women & Aging*, 35(3), 280-298. <https://doi.org/10.1080/08952841.2022.2044709>
- Herrera, M. S., Elgueta, R., Fernández, M. B., Giacomani, C., Leal, D., Marshall, P., Rubio, M., & Bustamante, F. (2021). A longitudinal study monitoring the quality of life in a national cohort of older adults in Chile before and during the COVID-19 outbreak. *BMC Geriatrics*, 21, 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02110-3>
- Huenchuan, S. (2018). *Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: perspectiva regional y de derechos humanos* (LC/PUB.2018/24-P). CEPAL. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/44369-envejecimiento-personas-mayores-agenda-2030-desarrollo-sostenible-perspectiva>
- Iantzi-Vicente, S. (2024). Active and healthy aging: A systematic review of the social science literature. *Research on Ageing and Social Policy*, 12(2), 127-145. <https://doi.org/10.17583/rasp.14998>
- Instituto Nacional de Estadísticas. (INE, 2022). *Envejecimiento en Chile: evolución, características de las personas mayores y desafíos demográficos para la población*. <https://www.senama.gob.cl/storage/docs/envejecimiento-en-chile-evolucion-y-caracteristicas-de-las-personas-mayores.pdf>
- León-Aguilera, D., Gómez-Maldonado, E., Urrutia-Quiroz, B., & Rojas, G. 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. <https://archivo.revistas.ucr.ac.cr/index.php/gerontologia/article/download/49684/49766?inline=1>
- Madero-Cabib, I., Azar, A., & Pérez-Cruz, P. (2019). Advantages and disadvantages across the life course and health status in old age among women in Chile. *International Journal of Public Health*, 64, 1203-1214. <https://doi.org/10.1007/s00038-019-01300-6>
- Moore, A. R., Prybutok, V., Ta, A., & Amey, F. (2018). Personal social networks and health among aging adults in Agincourt, South Africa: A multidimensional approach. *Social Networks*, 55, 142-148. <https://doi.org/10.1016/j.socnet.2018.06.001>
- Observatorio del Envejecimiento UC. (2020). *Redes de apoyo en personas 60+*. <https://observatorioenvejecimiento.uc.cl/wp-content/uploads/2020/02/redes-de-apoyo-en-personas.pdf>
- Observatorio del Envejecimiento UC. (2023). *Los vínculos sociales de las personas mayores en Chile* (Año 4, v24). Centro de Estudios de Vejez y Envejecimiento, Pontificia Universidad Católica de Chile, & Compañía de Seguros Confuturo. <https://observatorioenvejecimiento.uc.cl/wp-content/uploads/2023/10/Reporte-Los-Vi%CC%81nculos-Sociales-de-las-Personas-Mayores-en-Chile.pdf>
- Ogrin, R., Cyarto, E. V., Harrington, K. D., Haslam, C., Lim, M. H., Golenko, X., & Lowthian, J. A. (2021). Loneliness in older age: What is it, why is it happening and what should we do about it in Australia? *Australasian Journal on Ageing*, 40(2), 202-207. <https://doi.org/10.1111/ajag.12929>
- Organización Mundial de la Salud. (OMS, 2020). *Década del envejecimiento saludable 2020-2030*. OMS. <https://www.who.int/es/initiatives/decade-of-healthy-ageing>
- Organización Mundial de la Salud. (OMS, 2021a). *Aislamiento social y soledad entre las personas mayores*. OMS. <https://www.who.int/teams/social-determinants-of-health/demographic-change-and-healthy-ageing/social-isolation-and-loneliness>
- Organización Mundial de la Salud. (OMS, 2021b). *Informe mundial sobre discriminación por edad*. OMS. <https://www.who.int/es/teams/social-determinants-of-health/demographic-change-and-healthy-ageing/combating-ageism/global-report-on-ageism>

- Organización Mundial de la Salud. (OMS, 2025). *De la soledad a la conexión social: Trazando un camino hacia una vida más saludable*. Organización Mundial de la Salud.
<https://www.who.int/es/publications/m/item/from-loneliness-to-social-connection>
- Ouden, W. van den, Van Boekel, L., Janssen, M., Leenders, R., & Luijckx, K. (2021). The impact of social network change and health decline: A qualitative study on experiences of older adults who are ageing in place. *BMC Geriatrics*, 21, Article 1-13. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02385-6>
- Patton, M. Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. (2nd ed.). Sage.
- Prohaska, T., Burholt, V., Burns, A., Golden, J., Hawkey, L., Lawlor, B., & Fried, L. (2020). Consensus statement: Loneliness in older adults, the 21st century social determinant of health? *BMJ Open*, 10(8), e034967. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-034967>
- Rodríguez, J., Russo, M., & Carrasco, M. (2017). Políticas públicas para una población que envejece: Panorama y propuestas para el sistema de salud chileno. *Temas de la Agenda Pública*, 92, 1-12. <https://politicaspUBLICAS.uc.cl/web/content/uploads/2017/03/Paper-No-92-3.pdf>
- Sánchez-Moreno, E., Gallardo-Peralta, L. P., Rodríguez-Rodríguez, V., de Gea Grela, P., & García-Aguña, S. (2025). Unravelling the complexity of the relationship between social support sources and loneliness: A mixed-methods study with older adults. *PLoS ONE*, 20(1), e0316751. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0316751>
- Santini, Z. I., Jose, P. E., York Cornwell, E., Koyanagi, A., Nielsen, L., Hinrichsen, C., Meilstrup, C., Madsen, K. R., & Koushede, V. (2020). Social disconnectedness, perceived isolation, and symptoms of depression and anxiety among older Americans (NSHAP): A longitudinal mediation analysis. *The Lancet Public Health*, 5(1), 62-70. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(19\)30230-0](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(19)30230-0)
- Sung, P., Malhotra, R., Cheng, G. H. L., & Chan, A. W. M. (2022). Transitions in social network types over time among older adults. *Gerontology*, 68(7), 817-828. <https://doi.org/10.1159/000521213>
- Surkalim, D. L., Luo, M., Eres, R., Gebel, K., van Buskirk, J., Bauman, A., & Ding, D. (2022). The prevalence of loneliness across 113 countries: Systematic review and meta-analysis. *BMJ*, 376, e067068. <https://doi.org/10.1136/bmj-2021-067068>
- Takács, J., & Nyakas, C. (2022). The role of social factors in successful ageing: A systematic review. *Developments in Health Sciences*, 4(1), 11-20. <https://doi.org/10.1556/2066.2021.00044>
- Tijeras, E., García, L. G., & Zegarra, S. P. (2020). Relación entre el apoyo social, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y el bienestar en adultos mayores. *European Journal of Health Research*, 6(2), 133-143. <https://revistas.uautonoma.cl/index.php/ejhr/article/view/1329/930>
- Victor, C., Rippon, I., Barreto, M., Hammond, C., & Qualter, P. (2022). Older adults' experiences of loneliness over the lifecourse: An exploratory study using the BBC loneliness experiment. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 102, 104740. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2022.104740>
- Vidal, S., Cabib, I., Bogolasky, F., & Valente, R. (2024). Socio-spatial trajectories and health disparities among older adults in Chile. *Health & Place*, 89, 103324. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2024.103324>
- Yanguas, J., Pérez, M., Puga, M. D., Tarazona, F., Losada, A., Márquez, M., & Pinazo, S. (2020). *El reto de la soledad en las personas mayores*. Fundación Bancaria "La Caixa". <https://solidaridadintergeneracional.es/files/biblioteca/documentos/reto-soledad.pdf>

Credit

Conceptualización: P.F.D., L.G.P., E.S.M.; Metodología: P.F.D., L.G.P., E.S.M.; Análisis Formal: P.F.D., L.G.P., E.S.M.; Investigación: P.F.D., L.G.P., E.S.M.; Curaduría de datos: P.F.D., L.G.P., E.S.M.; Redacción (borrador original): P.F.D., L.G.P., E.S.M.; Redacción (revisión y edición): P.F.D., L.G.P., E.S.M.; Visualización: P.F.D., L.G.P., E.S.M.; Supervisión: P.F.D., L.G.P., E.S.M.