

# Índice

<i>Prólogo</i> .....	15
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	21
<b>Por qué abordar el tema de la soledad desde la perspectiva del trabajo social sanitario</b> .....	22
• Respuestas frente a la soledad .....	22
• Los riesgos de algunas iniciativas frente a la soledad ...	24
• La soledad es una vivencia individual .....	25
• Cómo afrontar la soledad: preguntas sin respuesta .....	27
• Los soportes de detección de la soledad y su importancia..	30
<b>Dimensionando la soledad</b> .....	32
• La construcción social de la soledad .....	34

## PRIMERA PARTE

### PLANTEAMIENTO GENERAL

<b>CAPÍTULO 1. VIDA SALUDABLE Y SOLEDAD. SITUACIONES DE LA VIDA DIARIA</b> .....	39
<b>Definiendo la soledad</b> .....	40
• Soledad y desconexión con el entorno .....	43
• La soledad y su relación con un estilo de vida itinerante ...	45
<b>La soledad tiene matices</b> .....	46
<b>La soledad y el envejecimiento</b> .....	47
<b>Ideas destacadas</b> .....	50
<b>CAPÍTULO 2. LA SOLEDAD DE CERCA: TESTIMONIOS</b> ..	52
<b>Planteamiento</b> .....	52
<b>Los relatos: hablan algunos protagonistas</b> .....	53
<b>Los datos</b> .....	57
<b>Ideas destacadas</b> .....	60

<b>CAPÍTULO 3. ENVEJECIMIENTO Y SOLEDAD. ANÁLISIS DE LA SOLEDAD DESDE LAS APORTACIONES DE ESPECIALISTAS .....</b>	<b>61</b>
<b>Planteamiento .....</b>	<b>61</b>
<b>La opinión de los expertos .....</b>	<b>62</b>
• Virginia Salinas y Txetsu Ausin.....	62
• Giorgio Nardone.....	64
• Consuelo Santamaría y José Carlos Bermejo .....	65
• Fay Bound Alberti .....	66
• José María Martínez Selva.....	68
• Eduardo Punset .....	70
• Alejandro Cencerrado .....	74
<b>Ideas destacadas .....</b>	<b>77</b>

SEGUNDA PARTE  
**DETERMINANTES DE LA SOLEDAD**

<b>CAPÍTULO 4. DETERMINANTES DE LA SALUD Y SOLEDAD NO DESEADA EN LAS PERSONAS MAYORES .....</b>	<b>81</b>
<b>Planteamiento .....</b>	<b>81</b>
<b>Los determinantes sociales de la salud.....</b>	<b>83</b>
• Atender la soledad. Requisitos de la intervención.....	85
<b>Factores de riesgo / Factores de protección.....</b>	<b>88</b>
<b>Ideas destacadas .....</b>	<b>90</b>
<b>CAPÍTULO 5. LA GEOGRAFÍA DE LA SOLEDAD COMO DETERMINANTE: MUNDO RURAL-MUNDO URBANO. LAS COMPLEJAS COORDENADAS DE LA SALUD .....</b>	<b>92</b>
<b>Planteamiento .....</b>	<b>92</b>
• La interacción entre lo local y lo global: los diversos escenarios locales .....	93

<b>Soledad rural y soledad urbana</b> .....	96
Los muros físicos y mentales.....	97
Importancia de lo próximo y cercano.....	98
Miradas convergentes y realidades divergentes .....	100
<b>Salud mental y ciudad</b> .....	101
<b>Ideas destacadas</b> .....	103

**CAPÍTULO 6. CLAVES PARA ENTENDER EL FENÓMENO DE LA SOLEDAD EN LAS SOCIEDADES MODERNAS Y CADA VEZ MÁS VIRTUALIZADAS**..... 106

<b>Planteamiento</b> .....	106
<b>Aportación teórica de la sociología</b> .....	107
• David Riesman: la multitud solitaria .....	108
• Karl Dahrendorf: la sociedad industrial .....	109
• Theodor Adorno: la acción comunicativa.....	110
• Alain Touraine: el teórico de la acción social.....	111
• Ulrich Beck: la sociedad del riesgo .....	113
• Daniel Innerarity: la sociedad invisible .....	114
• Zygmunt Bauman: la sociedad líquida .....	115
• Pere Saborit: vidas adosadas .....	118
• Richard Sennett: el pragmatismo.....	120
• Anthony Giddens: la modernidad .....	120
• Edgar Morin: el pensamiento complejo.....	122
• Hannah Arendt: la condición humana.....	123
• Amitai Etzioni: la sociedad activa.....	123
• Giles Lipovetsky: la era del vacío .....	124
• Byung-Chul Han: la neurociencia .....	126
• Robert D. Putman: el capital social.....	129
<b>Ideas destacadas</b> .....	130

TERCERA PARTE  
**INTERVENCIÓN FRENTE A LA SOLEDAD**

<b>CAPÍTULO 7. LA INTERVENCIÓN FRENTE A LA SOLEDAD SEGÚN ALGUNOS AUTORES.....</b>	<b>135</b>
<b>Planteamiento .....</b>	<b>135</b>
• La aportación/visión de Fay Bound Alberti .....	135
• La aportación de la OMS .....	138
• Martha Nussbaum.....	140
<b>Ideas destacadas .....</b>	<b>143</b>
<b>CAPÍTULO 8. INTERVENCIÓN FRENTE A LA SOLEDAD DESDE LA PERSPECTIVA DEL TRABAJO SOCIAL SANITARIO. LOS PARADIGMAS .....</b>	<b>144</b>
<b>Planteamiento .....</b>	<b>144</b>
<b>Dos formas de afrontar el tratamiento de la soledad: medicación o clínica.....</b>	<b>146</b>
<b>Intervención centrada en la persona y soledad no deseada.....</b>	<b>148</b>
<b>La gestión de casos .....</b>	<b>151</b>
<b>La relación del profesional en la intervención centrada en la persona .....</b>	<b>153</b>
<b>Ideas destacadas .....</b>	<b>155</b>
<b>CAPÍTULO 9. EL TRABAJO SOCIAL SANITARIO FRENTE A LA SOLEDAD. EL DIAGNÓSTICO SOCIAL SANITARIO Y LA CARTERA DE SERVICIOS .....</b>	<b>157</b>
<b>Planteamiento .....</b>	<b>157</b>
<b>El diagnóstico social sanitario.....</b>	<b>157</b>
• La utilidad del diagnóstico social sanitario valorado por otros profesionales .....	161
• El diagnóstico social sanitario y su importancia en los modelos de intervención .....	162
• Relación entre diagnóstico social sanitario, investigación y planificación .....	165

• Diagnóstico social sanitario vs. intervención social frente a la soledad .....	168
<b>La Cartera de Servicios</b> .....	170
<b>Trabajo social sanitario, soledad y la teoría Nudge</b> .....	171
• Cómo formular y definir la <i>Cartera de Servicios</i> de trabajo social sanitario frente a la soledad .....	172
<b>Ideas destacadas</b> .....	174
<b>CAPÍTULO 10. LA INTERVENCIÓN DEL TRABAJO SOCIAL SANITARIO: SOLEDAD Y SALUD MENTAL EN LAS PERSONAS MAYORES</b> .....	176
<b>Planteamiento</b> .....	176
<b>Los factores de riesgo de los trastornos mentales en adultos mayores</b> .....	178
<b>Demencia, depresión y suicidio: los agujeros negros del cerebro</b> .....	181
<b>Depresión y tristeza normal</b> .....	183
• La mirada del psiquiatra: Luis Rojas Marcos.....	184
• La voz autorizada de la OMS .....	186
• Estudios más recientes .....	190
• La mirada desde la óptica del trabajo social sanitario ...	191
<b>Cartera de Servicios</b> .....	193
<b>Ideas destacadas</b> .....	196
<b>CAPÍTULO 11. IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACIÓN Y DEL EJERCICIO FÍSICO Y SOLEDAD</b> .....	197
<b>Planteamiento</b> .....	197
<b>Alimentación y soledad</b> .....	198
• El reloj biológico. Importancia de los horarios.....	200
<b>El ejercicio físico</b> .....	202
<b>Cómo medir la fragilidad en las personas mayores y sus grados</b> .....	204
<b>Cartera de Servicios: personas mayores, soledad, alimentación y movilidad</b> .....	206
<b>Ideas destacadas</b> .....	208

<b>CAPÍTULO 12. EL APOYO SOCIAL Y LA SOLEDAD NO DESEADA</b> .....	209
<b>Planteamiento</b> .....	209
<b>El apoyo social</b> .....	210
• Tipos de relaciones.....	211
<b>Redes de apoyo y soledad no deseada</b> .....	213
• El análisis de redes sociales: su utilidad .....	214
• Apoyo social e importancia de la red social .....	216
• El mapa de red y el análisis de redes .....	218
<b>Relación de ayuda e intervención frente a la soledad no deseada en personas mayores</b> .....	220
<b>Las actitudes profesionales, la relación de ayuda y la soledad</b> .....	222
• Saber comunicar y escucha activa .....	226
• Cómo prestar un buen servicio frente a la soledad no deseada .....	231
<b>Ideas destacadas</b> .....	233

CUARTA PARTE  
**INVESTIGACIÓN Y SOLEDAD**

<b>CAPÍTULO 13. USO Y ALCANCE DE LAS HERRAMIENTAS, ESCALAS Y PROTOCOLOS DE DETECCIÓN DE LA SOLEDAD NO QUERIDA</b> .....	237
<b>Planteamiento</b> .....	237
<b>Importancia de la investigación en temas de soledad</b> .....	238
• La entrevista al servicio de la investigación .....	240
<b>Escalas relacionadas con el estudio de la soledad</b> .....	241
<b>Propuesta de escala para realizar una red egocéntrica/ sociocéntrica</b> .....	247
<b>Ideas destacadas</b> .....	250

<b>CAPÍTULO 14. EL TRABAJO SOCIAL SANITARIO Y SU IMPORTANCIA EN LA INVESTIGACIÓN SOBRE LA SOLEDAD.....</b>	<b>251</b>
<b>Planteamiento .....</b>	<b>251</b>
<b>Importancia de la investigación sobre los resultados de la intervención .....</b>	<b>252</b>
<b>Importancia de disponer de bases de datos.....</b>	<b>254</b>
<b>Los programas de geolocalización.....</b>	<b>256</b>
<b>Ideas destacadas .....</b>	<b>259</b>
<b>CAPÍTULO 15. LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL Y LA SOLEDAD .....</b>	<b>262</b>
<b>Planteamiento .....</b>	<b>262</b>
<b>Ideas destacadas .....</b>	<b>268</b>
<i>Postdata .....</i>	<i>271</i>
<i>Referencias bibliográficas .....</i>	<i>275</i>