

## Las relaciones intergeneracionales, un factor protector ante la soledad en el mayor

Mercedes Pinel Zafra y Laura Rubio Rubio

Becarias del Gabinete de Calidad de Vida y Envejecimiento  
Vicerrectorado de Calidad Ambiental, Bienestar y Deporte  
Universidad de Granada  
(mpinel@correo.ugr.es, lrubio@correo.ugr.es)

En los últimos años se está prestando especial interés al estudio de las relaciones intergeneracionales ya que se ha demostrado que influyen positivamente en todas las generaciones implicadas en la relación. Sin embargo, poco se conoce sobre su implicación en aspectos emocionales de la vida de las personas mayores, como es la soledad.



Con este objetivo en mente, realizamos un estudio en la provincia de Granada en el que participaron 100 personas mayores de 65 años. Tuvimos en cuenta variables como el sexo, el estado civil, si tenían hijos o nietos, la cercanía física a éstos y si se relacionaban con personas de generaciones posteriores con las que no estuvieran emparentados, etc. Para medir la soledad se utilizó la escala “Este” de Rubio y Aleixandre (1), que consta de 4 factores que miden Soledad a nivel Familiar, Conyugal, Social y Crisis Existencial.

Los resultados obtenidos muestran una clara relación entre la soledad, el género y el estado civil, de manera que los hombres presentan una menor soledad conyugal, al igual que personas casadas y con pareja.

En relación a las variables consideradas intergeneracionales, resultan un factor protector o amortiguador de la soledad en estas edades. Aquellas personas mayores que tienen hijos o nietos presentan una menor Soledad a nivel Familiar, Conyugal y Social, igual que aquellos que se relacionan con personas más jóvenes que no pertenecen a su ámbito familiar. Otra variable que puede predecir la soledad es el hecho de vivir cerca o lejos de la familia, ya que aquellas personas mayores que tienen lejos a la familia, tienen una mayor Soledad Familiar, Social y Crisis Existencial.



Estos resultados muestran de una manera clara cuán beneficioso es para nuestros mayores compartir actividades, charlas, ratos de ocio... con personas más jóvenes, ya que cada cohorte generacional aporta una nueva visión de la vida y todo ello contribuye a una mayor riqueza personal que les facilitará el entendimiento de esta sociedad actual, y a la vez sentir energía, vitalidad y ganas de vivir. También los jóvenes reciben ventajas de esta relación: les aporta la visión de la experiencia y sabiduría de los años.

Como dice un participante, de 87 años, en este estudio: “Cuando yo era joven, me acercaba a reuniones de personas mayores, que hablaban de todo, de amores, de política... pero ahora, prefiero estar con la gente joven, porque de ellos puedo aprender algo y de los viejos ya no aprendo nada”. “Yo he

sido, soy y siempre seré joven, me quiero morir con ese sentimiento. La gente joven para mí es un estímulo”. Este participante, gracias a sus relaciones intergeneracionales, puede decir: “Me siento feliz, tranquilo, con energía, como si estuviera en el cielo, no me siento solo”.

Quizá esta persona entendió que la soledad puede ser hermosa cuando se tiene a alguien a quién decírselo.



- (1) Rubio, R. y Aleixandre, M. (1999). La Escala “Este”, un indicador objetivo de soledad en la tercera edad. *Geriatría. Revista Iberoamericana de Geriatría y Gerontología*, 15, 26-35.