

SOLEDAD Y AISLAMIENTO SOCIAL EN PUERTO RICO

Estudios ofrecen un panorama sobre cómo se sienten nuestros jóvenes y adultos mayores.



SOLEDAD

La soledad significa sentirse solo incluso en momentos en los que estás acompañado. No necesariamente hay que estar socialmente aislado para experimentar sentimientos de soledad.



AISLAMIENTO SOCIAL

El aislamiento social es un estado marcado por la falta de conexiones sociales. El aislamiento social puede llevar a la soledad en algunas personas, mientras que otras personas pueden sentirse solas sin necesariamente estar aisladas socialmente.

POBLACIÓN ESTUDIANTIL 6TO A 12MO GRADO

AISLAMIENTO SOCIAL



36.1%

4 de 10 estudiantes no participó en ninguna actividad social o recreativa en los últimos 30 días antes del estudio.



SUS PRINCIPALES ACTIVIDADES SON:

75.9% Escuchar música



68.9% Uso de redes sociales



57.3% Compartir con familiares o amigos



56.4% Jugar videojuegos



43.8%

4 de 10 estudiantes no tiene a nadie en quien contar cuando se meten en problemas en la comunidad.

SOLEDAD



63.5%

6 de 10 estudiantes dicen padecer de soledad moderada y severa.



68.8% vs. 59.4%

Las jóvenes reportan niveles más altos de soledad moderada y severa que los jóvenes.



7.6%

Los estudiantes de noveno grado reportaron el nivel más alto de soledad severa.



69.3%

Los estudiantes de 12mo reportaron el nivel más alto de soledad moderada y severa.

Fuente: Módulo de aislamiento social y soledad en Consulta Juvenil, durante años escolares 2022-2024. Estudiantes en intermedia y superior. Muestra final: 7,356 representativo de población estudiantil en esos niveles en la isla.

En Fundación Triple-S ofrecemos herramientas útiles para educar y crear conciencia sobre este importante tema en nuestra página grupotriples.com/socializaressaludable



FUNDACIÓN
TRIPLE-S

POBLACIÓN ADULTA 18+

AISLAMIENTO SOCIAL



34.3%

Personas con ingresos de menos de \$15 mil reportan aislamiento social moderado y alto.



32.4%

Personas con escolaridad hasta nivel secundario reportan aislamiento social moderado y alto.



25.7%

1 de 4 adultos reportaron aislamiento social moderado o alto.



28.75%

3 de 10 adultos no participó en actividades sociales o recreativas en los 30 días antes de la encuesta.



35.27%

4 de 10 adultos reporta que lo que hace principalmente en su tiempo libre es ver TV o utilizar redes sociales.

SOLEDAD



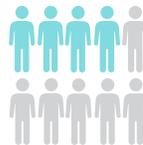
39.2%

4 de 10 personas con ingresos de menos de \$15 mil reportan el nivel más alto de soledad.



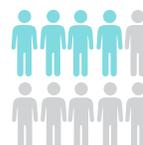
38.2%

4 de 10 personas con escolaridad hasta nivel secundario reportan soledad moderada y alta.



35%

4 de 10 personas reporta soledad moderada o alta.



41.3%

4 de 10 personas entre las edades de 45 a 54 años reportan niveles moderados y altos de soledad.



45.91%

1 de 2 adultos dice que no hay muchas personas en las que puede confiar.

Fuente: Aislamiento Social y Soledad en Puerto Rico, Behavior Risk Factor Surveillance System, Depto. de Salud. Resultado preliminares publicados en diciembre de 2024.

AISLAMIENTO Y SOLEDAD A TRAVÉS DE LA ISLA

Porcentaje de personas que expresan tener aislamiento social o soledad moderado o alto por región.

AISLAMIENTO SOCIAL

REGIÓN	PORCIENTO
• Ponce	28.5%
• Metro/Fajardo	26.5%
• Bayamón	26.1%
• Aguadilla/Mayagüez	25.2%
• Arecibo	24.9%
• Caguas	22.2%

SOLEDAD

REGIÓN	PORCIENTO
• Ponce	37.9%
• Aguadilla/Mayagüez	37.5%
• Bayamón	35.9%
• Metro/Fajardo	35%
• Caguas	32.1%
• Arecibo	31.8%