



# Soledad y aislamiento social entre adultos

En el marco de nuestro compromiso con el bienestar y desarrollo saludable de la infancia y juventud en Puerto Rico, la Fundación Triple-S ha estado explorando un tema crítico que afecta a nuestra sociedad: el aislamiento social y la soledad entre los jóvenes y adultos en Puerto Rico. Con el objetivo de comprender mejor esta realidad y trazar un plan de acción efectivo, hemos comisionado dos encuestas paralelas que han arrojado resultados preocupantes.

Presentamos un resumen de los hallazgos más relevantes de estas investigaciones, realizadas entre la población adulta no institucional, mayor de 18 años. Los resultados nos permiten entender mejor la relación entre el aislamiento social y la soledad con ciertas condiciones de salud en nuestra población escolar. Este análisis se realizó utilizando los datos del Sistema de Vigilancia de Factores de Riesgo y Conductuales de Puerto Rico (PR-BRFSS) de la encuesta del año 2023, que incluyó preguntas añadidas (state added) sobre aislamiento y soledad.

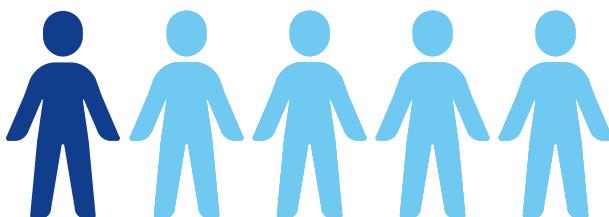


# AISLAMIENTO SOCIAL ENTRE ADULTOS

## AISLAMIENTO SOCIAL

El aislamiento social es cuando una persona no tiene interacción con otros y tiene poco apoyo social.

## DATOS DEMOGRÁFICOS



En Puerto Rico, uno de cada cinco adultos sufre de aislamiento social.

### NIVELES DE AISLAMIENTO SOCIAL POR SEXO

La prevalencia de aislamiento social moderado y alto es similar entre hombres y mujeres.



### NIVELES DE AISLAMIENTO SOCIAL POR EDUCACIÓN

La educación protege contra el aislamiento social

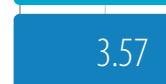
Menos de Escuela Superior



Graduado de Escuela Superior



Asiste a Universidad



Graduado de Universidad



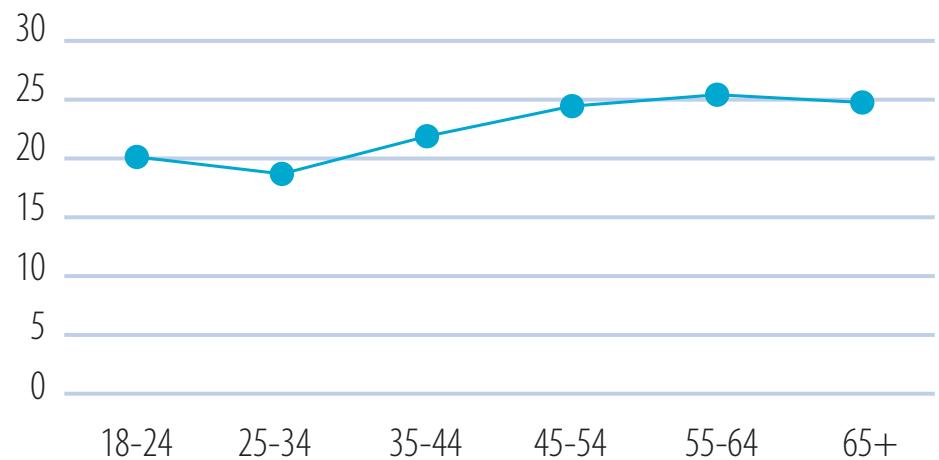
0 2 4 6 8 10  
Aislamiento Social Alto

# AISLAMIENTO SOCIAL ENTRE ADULTOS

## DATOS DEMOGRÁFICOS

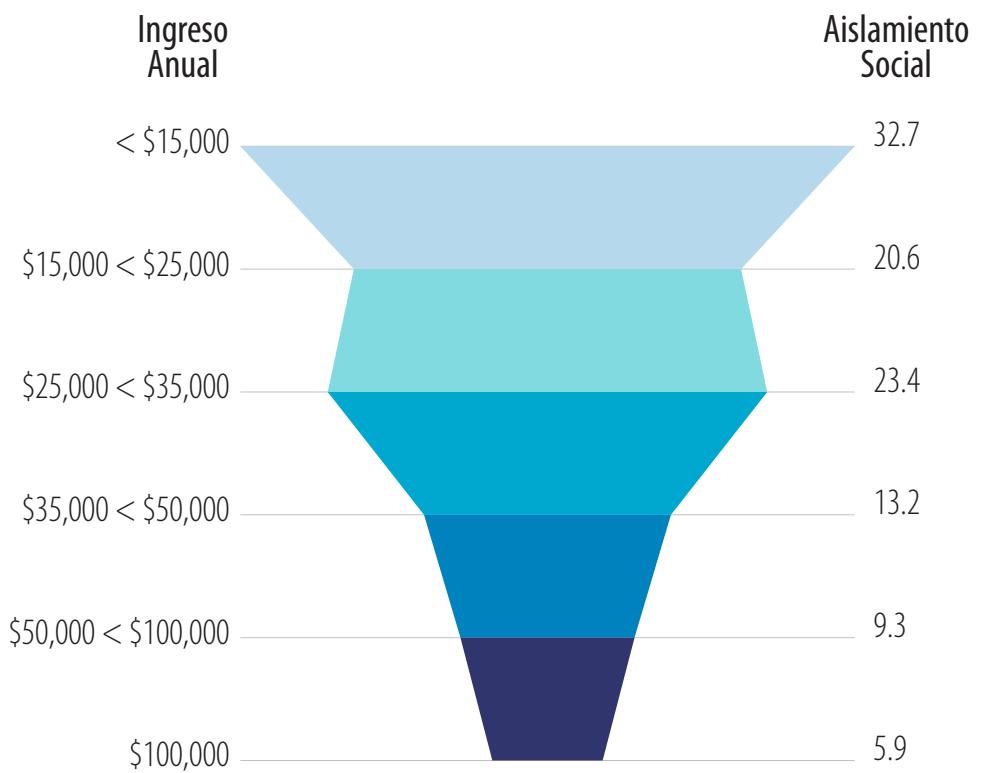
### NIVELES DE AISLAMIENTO SOCIAL POR EDAD

El aislamiento social moderado o severo aumenta con la edad, alcanzando su nivel más alto en adultos de 55-64 años.



### NIVELES DE AISLAMIENTO SOCIAL POR INGRESO ANUAL

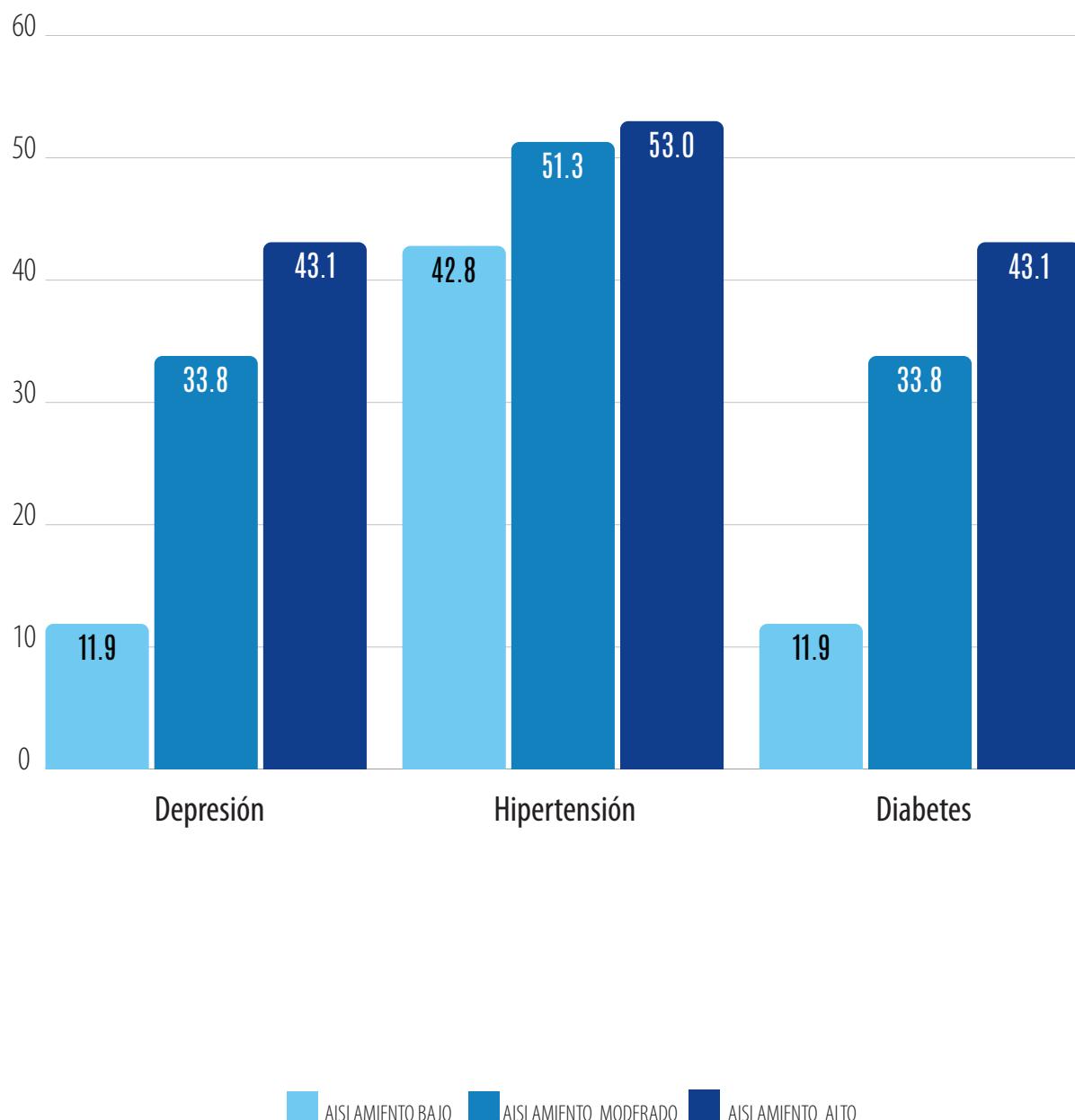
Ingresos bajos tienen casi 4 veces más riesgo de sufrir de aislamiento social que los individuos con un ingreso de \$100,000 o más.



# AISLAMIENTO SOCIAL ENTRE ADULTOS

## AISLAMIENTO SOCIAL EN LA SALUD

Las persona con mayor aislamiento social reportan más condiciones de salud como depresión, hipertensión y diabetes.



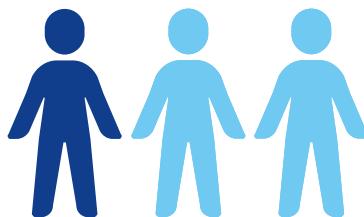
REFERENCIAS: Serrano-Rodríguez, R. A., & Rodriguez-Alamo, N. (2025). Social isolation and loneliness among adults in Puerto Rico: Findings from the 2023 Behavioral Risk Factor Surveillance System (BRFSS). Triple-S Foundation.  
Esta información no constituye una publicación oficial del Departamento de Salud de Puerto Rico.

# SOLEDAD ENTRE ADULTOS

## SOLEDAD

La soledad es una experiencia subjetiva de desconexión, que puede ocurrir incluso rodeado de otras personas.

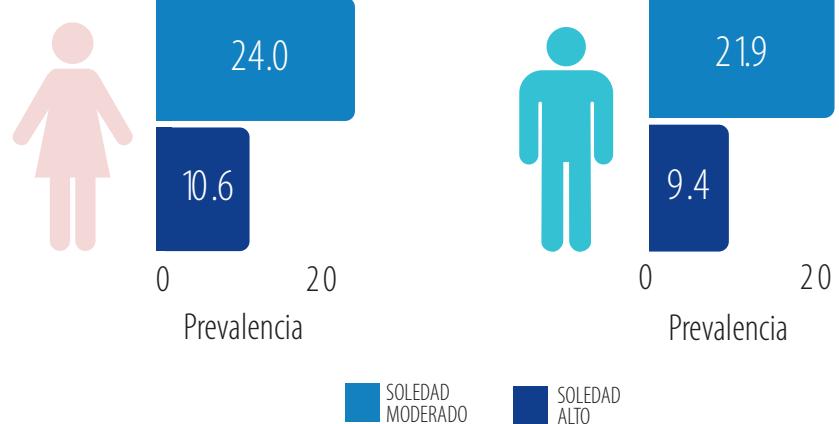
## DATOS DEMOGRÁFICOS



En Puerto Rico, uno de cada tres adultos sufre de soledad.

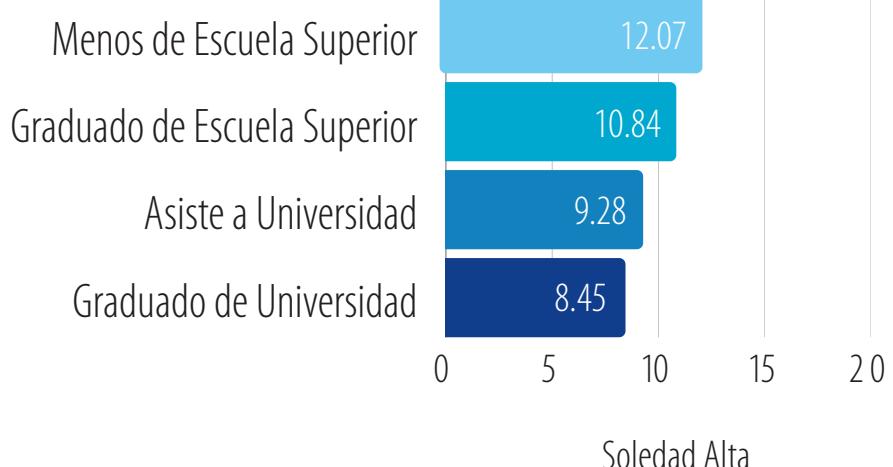
### NIVELES DE SOLEDAD POR SEXO

La prevalencia de soledad es más frecuentes en mujeres que en hombres.



### NIVELES DE AISLAMIENTO SOCIAL POR EDUCACIÓN

La educación protege contra el aislamiento social

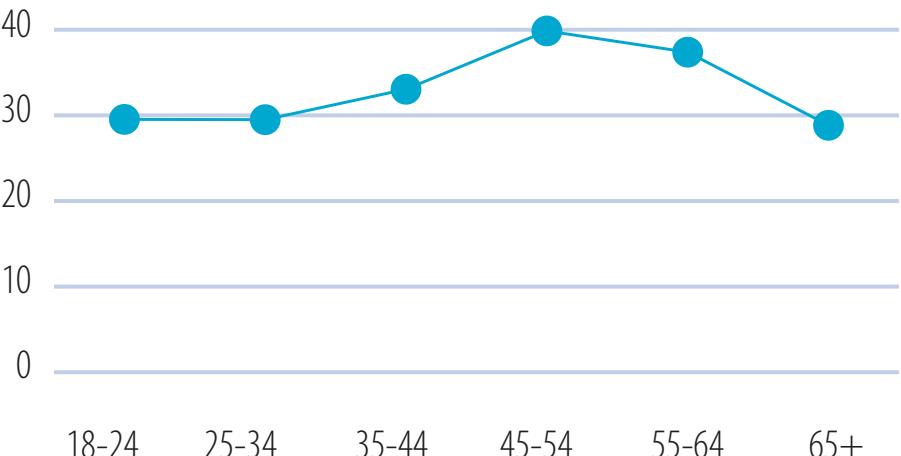


# SOLEDAD ENTRE ADULTOS

## DATOS DEMOGRÁFICOS

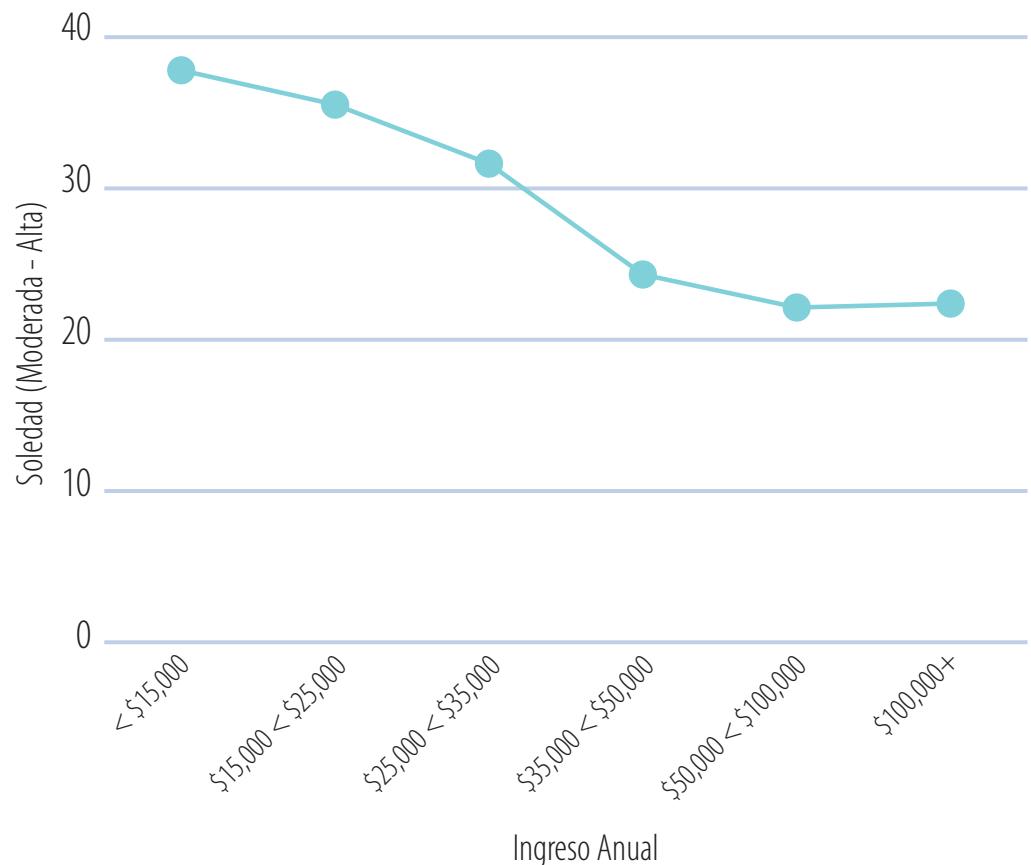
### NIVELES DE SOLEDAD POR EDAD

La soledad es más común en la mediana edad: casi 4 de cada 10 adultos de 45-54 años lo reportan.



### NIVELES DE SOLEDAD POR INGRESO ANUAL

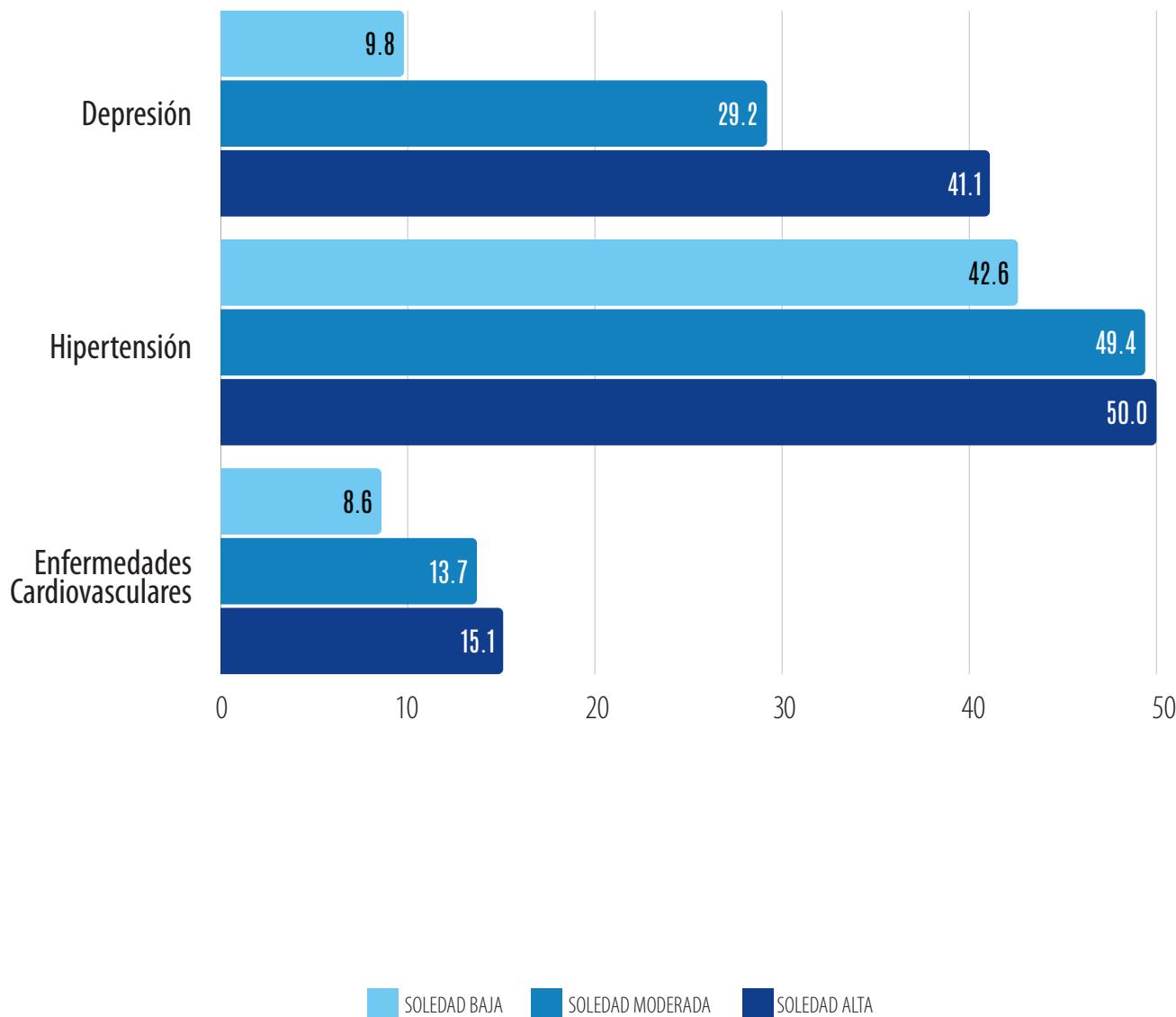
La soledad es casi el doble de frecuente en personas con ingresos bajos comparado con quienes reportan ingresos más altos.



# SOLEDAD ENTRE ADULTOS

## LA SOLEDAD NO SOLO ES UN SENTIMIENTO

En Puerto Rico, quienes presentan altos niveles de soledad reportan con mayor frecuencia enfermedades crónicas como depresión, hipertensión y enfermedades cardiovasculares, reflejando un problema emergente de salud pública.



REFERENCIAS: Serrano-Rodríguez, R. A., & Rodriguez-Alamo, N. (2025). Social isolation and loneliness among adults in Puerto Rico: Findings from the 2023 Behavioral Risk Factor Surveillance System (BRFSS). Triple-S Foundation. Esta información no constituye una publicación oficial del Departamento de Salud de Puerto Rico.