

**La soledad: asociación con la salud mental en un estudio poblacional** (pp. 463-478)

Eduardo J. Pedrero-Pérez<sup>1,2</sup>, Agustín Haro-León<sup>2</sup>, Josselyn Sevilla-Martínez<sup>2</sup>  
y Elena Díaz Zubiaur<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidad Complutense de Madrid; <sup>2</sup>Madrid Salud, Ayuntamiento de Madrid (España)

La soledad es un problema emergente de salud pública en países desarrollados. El objetivo es establecer la prevalencia en una muestra representativa de una gran ciudad y su relación con indicadores de salud mental. Se realizó un muestreo aleatorio estratificado ( $n= 8.828$ ), se preguntó por el grado en que se había sentido sólo durante el último año y se incluyeron cuestionarios relativos a su salud mental. Un 10,2% declaró sentirse solo durante el último año. Quienes se sienten solos cuadriplican las probabilidades de desarrollar más síntomas de mala salud mental (63% vs. 16%), recibir un diagnóstico de ansiedad/depresión y de serles prescritos psicofármacos. El modelo estructural sugiere que la soledad empeora la salud mental, conllevando mayor prescripción de fármacos, lo que incrementa la sensación de soledad. La soledad suele quedar en el anonimato y la intimidad, y se aborda principalmente mediante la prescripción de psicofármacos que agravan el problema, sumiendo al sujeto en un círculo vicioso con difícil escapatoria. Los resultados obligan a ofrecer respuestas más eficaces que el mero abordaje farmacológico.