

La soledad no deseada, un factor de riesgo para el desarrollo de demencia

Las personas que se sienten solas tienen un mayor riesgo de padecer demencia. Esta es una de las principales conclusiones a las que ha llegado un estudio realizado por investigadores de la Universidad Autónoma de Madrid tras analizar los datos de más de 20.000 personas.

SINC

27/5/2019 11:28 CEST



Las personas que se sienten solas tienen mayor riesgo de padecer demencia. / [Kevin Bidwell](#)

Como consecuencia del envejecimiento de la población y las estimaciones acerca del aumento de personas con demencia en las próximas décadas, la investigación actual ha centrado sus esfuerzos en identificar factores de riesgo modificables que pudieran prevenir o retrasar la aparición de esta enfermedad. Uno de estos factores, señalan los expertos, podría ser la soledad no deseada, la cual se ha relacionado previamente con peor estado de salud, depresión e incluso mortalidad prematura.

Comprender el efecto nocivo de la soledad no deseada en la demencia puede servir para diseñar intervenciones de tipo ambiental, psicológico y social

Un [grupo](#) del departamento de Psiquiatría de la Universidad Autónoma de Madrid (UAM), que es centro colaborador de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y forma parte del CIBER de Salud Mental ([CIBERSAM](#)), ha realizado una rigurosa revisión de los estudios publicados hasta la fecha sobre la asociación longitudinal entre soledad no deseada y demencia.

El trabajo, publicado en la revista *Ageing Research Reviews*, revisa más de 2.500 artículos relacionados con la temática y evalúa los resultados y calidad metodológica de ocho estudios. “Estos estudios sumaban 33.555 participantes mayores de 50 años procedentes de América, Asia y Europa. Ninguno de estos individuos tenía demencia al inicio del estudio. Los resultados mostraron que la soledad no deseada se asocia con un mayor riesgo de demencia”, aseguran los autores.

Además, argumentan los investigadores, esta asociación es independiente de la presencia de depresión. “La influencia de la soledad no deseada sobre el riesgo de desarrollar demencia parece ser estadísticamente comparable al efecto que tienen otros reconocidos factores de riesgo como la diabetes o la inactividad física”, añaden los autores.

“Aunque este trabajo se ha realizado siguiendo una metodología robusta, los resultados han de interpretarse con cautela debido al limitado número de estudios incluidos”, indica la primera firmante del trabajo, Elvira Lara.

El trabajo concluye que comprender el efecto nocivo de la soledad no deseada en la demencia puede servir para diseñar intervenciones de tipo ambiental, psicológico y social que podrían retrasar o quizás prevenir la aparición de demencia.

Referencia bibliográfica:

Lara, E; Martín-María, N; De la Torre-Luque, A; Koyanagi, A; Vancampfort, D; Izquierdo, A; Miret, A. "[Does loneliness contribute to mild cognitive impairment and dementia? A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies](#)". *Ageing Research Reviews*. Doi: 10.1016/j.arr.2019.03.002.

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

SOLEDAD

DEMENCIA

ENVEJECIMIENTO

ENFERMEDAD

PSIQUIATRÍA

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)