

INSTRUMENTO BREVE PARA DETECTAR RIESGO DE SOLEDAD NO DESEADA EN PERSONAS MAYORES CASTELLANOMANCHEGAS: UCLA-3

a. DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS BÁSICOS

Sexo: () Mujer () Hombre

Edad: _____ años

Estado civil: () Soltero/a. () Casado/a .

() Separado/a. () Divorciado/a.

() Pareja de hecho o convivencia estable.

() Viudo/a. *Especificar:* () Menos de 1 año. () 1 año o más

Convivencia: () Vive solo/a () Vive con la pareja e hijos () Vive con la pareja

() Vive con hijos () Vive con hermanos () Vive con padre/madre

() Vive con amigos () Otros: _____

Nivel de estudios: () No sabe leer ni escribir () Primaria incompleta () Formación primaria

() Formación secundaria (formación profesional, bachillerato)

() Estudios universitarios

UCLA-3. Escala breve de soledad de UCLA de tres ítems

1. ¿Con qué frecuencia siente que le falta compañía?

Nunca o casi nunca, Algunas veces, A menudo

2. ¿Con qué frecuencia se siente abandonado/a?

Nunca o casi nunca, Algunas veces, A menudo

3. ¿Con qué frecuencia se siente aislado/a de los demás?

Nunca o casi nunca, Algunas veces, A menudo

Interpretación UCLA-3:

Correspondiendo las puntuaciones:

1 punto: Nunca o casi nunca 2 puntos: Algunas veces 3 puntos: A menudo o siempre.

Se suman las puntuaciones que pueden oscilar entre 3 y 9:

De 3-5 puntos : **Soledad leve o ausencia de soledad**

De 6-8 puntos : **Soledad moderada**

9 puntos (máx.): **Soledad grave**

A la vez, se puede hacer una Medida directa de la soledad con pregunta única:

¿Con qué frecuencia se siente solo/a?

A menudo/siempre, Alguna vez, Ocasionalmente, Casi nunca, Nunca

Siendo

1: Nunca

2: Casi nunca

3: Ocasionalmente

4: Alguna vez

5: A menudo/siempre

Las puntuaciones 4 y 5 indican soledad; y 5, soledad grave.

La razón de hacer las cuatro preguntas juntas es que el estigma de la soledad puede hacer que las personas no informen de sus sentimientos si se les pregunta directamente y las preguntas nos ayudan a entender otros aspectos que contribuyen a los sentimientos de soledad de una persona.

Para comprender mejor si alguien se siente solo, se recomienda hacer las cuatro preguntas, pero si sólo tiene espacio para una pregunta, debe utilizar la cuarta:

¿Con qué frecuencia se siente solo/a?