

Bibliotecas públicas frente a la soledad no deseada: reflexiones iniciales desde el proyecto *SOLIBCM*

Public libraries facing unwanted loneliness: initial reflections from the *SOLIBCM* project

Sara Martínez-Cardama

Martínez-Cardama, Sara (2025). "Bibliotecas públicas frente a la soledad no deseada: reflexiones iniciales desde el proyecto *SOLIBCM*". *Anuario ThinkEPI*, v. 19, e19a15.

<https://doi.org/10.3145/thinkepi.2025.e19a15>

Publicado en *IweTel* el 30 de septiembre de 2025



Sara Martínez-Cardama

<https://www.directorioexit.info/ficha3231>

<https://orcid.org/0000-0001-7035-5884>

Universidad Carlos III de Madrid

smarti1@bib.uc3m.es

Resumen: La soledad no deseada (SND) constituye un desafío social con efectos demostrados sobre la salud mental, la cohesión social y costes socioeconómicos. Este artículo presenta el marco conceptual y contextual del proyecto *SOLIBCM*, una investigación aplicada que explora la percepción de la SND en jóvenes universitarios y su relación con los espacios comunitarios, con especial atención a las bibliotecas públicas. El proyecto pretende contribuir a la generación de evidencias en un ámbito poco explorado y orientar futuras líneas de intervención que integren a las bibliotecas en las estrategias de prevención y abordaje de la soledad no deseada.

Palabras clave: Soledad no deseada; Bibliotecas públicas; Espacios comunitarios; Jóvenes.

Abstract: Unwanted loneliness has emerged as a social challenge with demonstrated effects on mental health, social cohesion, and socio-economic costs. This article presents the conceptual and contextual framework of the *SOLIBCM* project, an applied research study that explores perceptions of unwanted loneliness among university students and its relationship with community spaces, with particular attention to public libraries. The project aims to contribute to empirical evidence in an underexplored field and to inform future lines of intervention that integrate libraries into strategies for the prevention and mitigation of unwanted loneliness.

Keywords: Unwanted loneliness; Public libraries; Community spaces; Youth.

1. Introducción

La soledad no deseada (SND) constituye un fenómeno creciente que ha ganado centralidad en el debate público tras la pandemia del Covid-19, situándose como uno de los principales desafíos sociales de nuestro tiempo. Sus efectos son tangibles para la calidad de vida de las personas, asociándose a un deterioro de la salud mental y mayor prevalencia de enfermedades crónicas. Asimismo, su repercusión socioeconómica está cada vez más documentada, suponiendo costes económicos importantes que repercuten en el sistema sanitario (**Casal-Rodríguez; Rivera-Castiñeira; Rodríguez-Míguez-Míguez, 2023**). También tiene efectos sociales y cívicos medibles, ya que debilita la confianza interpersonal que lastra la participación política o comunitaria (denominada prosociabilidad) (**Cuccu; Stepanova, 2021**).

El abordaje conceptual de la soledad es complejo porque se articula sobre tres planos. Primero, la soledad demográfica, una condición estructural que se valora con indicadores objetivos (p. ej., hogares unipersonales, edad avanzada, redes pequeñas) y que mide, por tanto, las condiciones de riesgo, pero no necesariamente malestar. Segundo, el aislamiento social, también objetivo, que describe la escasez de contactos e interacciones. Y, por último, la soledad no deseada (SND), que describe una experiencia subjetiva de desajuste entre la red social disponible y la cantidad (o calidad) de relaciones que se desean (**Perlman; Peplau, 1981**). Se trata, por tanto, de una situación que genera malestar, y que en ocasiones es difícilmente reconocida y, por tanto, verbalizada.

A partir de esta distinción, los planes e investigaciones recientes apuntan a la necesidad de abordar estos conceptos desde una perspectiva holística teniendo en cuenta factores demográficos y sociales que contribuyan a generar estrategias que promuevan la conexión social y el apoyo comunitario.

Las respuestas institucionales en España han sido hasta ahora diversas, articuladas especialmente dentro de planes de salud, envejecimiento activo o servicios sociales, pero con poca sistematización. En este contexto, la biblioteca pública puede desempeñar un papel relevante como espacio de conexión y facilitador de relaciones, pero su presencia en planes estratégicos sobre SND y en otras medidas sigue siendo residual; no considerándose como agente prioritario en su detección y prevención. Este vacío contrasta con la trayectoria de las bibliotecas en la adaptación a distintos retos sociales —alfabetización digital, inclusión, empoderamiento ciudadano— y con su progresiva conceptualización como infraestructuras sociales de proximidad. En este contexto, cabe preguntarse cómo están contribuyendo las bibliotecas a paliar esta problemática social que no solo afecta a los sectores envejecidos de la población, sino que se extiende a diferentes grupos demográficos, realidades sociales y económicas y franjas de edad.

2. Soledad no Deseada (SND): entre la hiperconectividad y el aislamiento

El concepto de SND debe abordarse desde la necesaria interseccionalidad, entendiendo que hay diferentes soledades como personas que la padecen. El análisis inicial de las políticas y planes denota una falta de personalización de las acciones para el tratamiento de la SND en función de en dónde ésta tenga su origen: enfermedad, aislamiento social, envejecimiento... (*Observatorio del Cáncer de la AECC, 2023*). En muchas ocasiones se observa una perspectiva demográfica de identificación de la SND (hogares unipersonales y mayores de 65, por ejemplo), frente a grupos o situaciones que pueden tener propensión al aislamiento como inmigrantes o adolescentes, la dicotomía rural vs. urbano, o cuestiones como la diversidad sexual. Recientemente, por ejemplo, la *Fundación ONCE y Ayuda en Acción* (2024) han actualizado datos sobre la prevalencia de la soledad en el colectivo joven del país, algo ya demostrado en estudios internacionales previos. Se detecta que la soledad no deseada afecta a uno de cada cuatro jóvenes en España, recalcando la importancia del valor socioeconómico y la variable de diversidad sexual, teniendo más presencia dentro del colectivo LGTBI+. La

percepción de falta de espacios colectivos de ocio dentro de la comunidad en parte de la juventud puede abocar a este proceso, ya que el hogar es el lugar en donde más se produce la SND y entre sus razones hay prevalencia sobre la dificultad de establecer nuevas relaciones o encajar en espacios sociales ya preestablecidos.

Mucha soledad juvenil se enmascara entre numerosas interacciones digitales (Santaolalla-Rueda, 2025). La presencialidad y el entorno digital constituyen un factor relevante a la hora de estudiar comportamientos que pueden desencadenar en SND. En el ámbito juvenil, fenómenos como el *Fear of Missing Out* (FOMO) y la sobreexposición a redes sociales incrementan la percepción de aislamiento (Ibáñez-Marco; Martínez-Cardama, 2024). Este fenómeno se vincula estrechamente con la creciente dependencia de los medios sociales y está directamente relacionado con la ansiedad y la aspiración constante de alcanzar ciertas expectativas sociales que a menudo no se satisfacen. Estos hallazgos invitan a relacionar la SND con el concepto de bienestar digital, que promueve un uso crítico y equilibrado de los entornos online para favorecer experiencias presenciales más significativas.

Este hecho se refleja como factor analizado en el estudio de la *Fundación ONCE y Ayuda en Acción* (Ruiz-Villafranca *et al.*, 2024). A pesar de no hallar en su análisis multivariante el consumo de medios sociales como algo destacado, es cierto que confirman que una intensidad en su uso muestra una mayor contribución a la generación de SND. Asimismo, la encuesta indicaba que la mayoría de los jóvenes percibe que mantener demasiadas relaciones en línea y estar excesivamente atentos a las redes sociales contribuye de manera significativa a la soledad no deseada. Es por tanto necesario hacer confluir la percepción de la soledad con los estudios realizados sobre bienestar digital y alfabetización digital (Kisilowska, 2021). El concepto de “bienestar digital” (*digital wellbeing*) se plantea como clave no solo para la reducción del FOMO y otros trastornos asociados sino para la búsqueda de experiencias presenciales más significativas. No cabe duda de que, aunque los medios sociales puedan convertirse en lugares de apoyo y refugio, también pueden ser una falsa fachada de éxito y fuente de expectativas no cumplidas y relaciones no significativas. Mientras que, por un lado, facilitan la comunicación, también refuerzan el binomio “conexión vs. aislamiento”, provocando lo que se conoce como “soledad conectada” (Weissbourd *et al.*, 2021). Esto se produce cuando altos niveles de participación digital coexisten con espacios físicos limitados para la socialización significativa, lo que conduce a una dependencia de las interacciones virtuales como formas principales de conexión (Santaolalla-Rueda, 2025). En este contexto, los espacios comunitarios de proximidad adquieren relevancia como agentes de prevención y apoyo. Aunque la biblioteca pública suele aparecer de forma marginal en planes estratégicos, la literatura anglosajona reconoce su potencial como promotora de salud y bienestar (*libraries promoting health and wellbeing*) (Lenstra; Peritore, 2024). Incorporar a las bibliotecas como puertas de entrada a la conexión social y al ocio saludable constituye un reto y una oportunidad en las políticas contra la SND.

3. Bibliotecas como espacios comunitarios frente la SND: cómo promover la salud mental en entornos públicos

Pese a que muchos anticiparon su declive con la aparición del acceso a la información en línea, la biblioteca pública, lejos de declinar, está renovando su papel como institución pública clave dentro de la infraestructura social sirviendo a agendas cívicas cada vez más amplias (Klinenberg, 2018). La concepción de la biblioteca pública como un espacio de encuentro ha ganado aceptación, sustentada teóricamente en el modelo democrático de Habermas, que subraya la importancia de contar con espacios públicos donde las personas puedan reunirse y deliberar. Las corrientes de interpretación de la biblioteca pública como generadora de capital social coinciden en la idea de “esfera pública” de Habermas, al destacar que el acceso a los espacios públicos es una condición *sine qua non* para la democracia (Larsen, 2020).

Estas instituciones, ubicadas en una variedad de entornos, ofrecen recursos y programas diseñados para responder a las necesidades específicas de las comunidades que enfrentan los efectos de una sociedad cada vez más fragmentada. Las bibliotecas han demostrado ser cruciales para apoyar a aquellos individuos que atraviesan altos niveles de aislamiento social, soledad y problemas de salud mental, así como para combatir comportamientos antisociales. La transición hacia plataformas en línea durante la pandemia de Covid-19 agudizó la sensación de desconexión. En este contexto de transformación, las bibliotecas públicas desempeñan un papel esencial en la resiliencia comunitaria, ayudando a las personas a adaptarse y superar situaciones adversas (Dalmer *et. al.*, 2022).

En particular, en materia de salud mental, la literatura internacional ha relatado escenarios de intervención y apoyo en esta materia a través de soluciones escalables, recursos o a través de la formación de alianzas con *stakeholders* dentro del ámbito de la política sanitaria (Hall; McAlister, 2021). En el marco universitario, han sido estudiadas en Reino Unido como un elemento clave en el enfoque *Whole University* (universidad integral) que establece que todos los aspectos de la vida universitaria apoyen y promuevan la salud mental (Brewster; Cox, 2023). En otros contextos europeos como Croacia, han sido estudiadas en el marco de cómo proveen ayuda a la comunidad para proporcionar una red de apoyo a los cuidados en el caso de enfermedades como el Alzheimer o la demencia (Faletar-Tanacković; Petr-Balog; Erdelez, 2021). Todas estas iniciativas tratan de incorporar a través de las instituciones públicas un enfoque holístico denominado *Health in all Policies* (HiAP), un nuevo marco conceptual válido para bibliotecas que se basa en integrar la promoción y protección de la salud de manera permeable a través de todas las políticas.

La *Agenda 2030* y los ODS (especialmente los ODS 10 y 11, que buscan crear sociedades más inclusivas y justas) proporcionaron un marco de referencia para impulsar la función social de la biblioteca y abordar retos de carácter transversal, entre los que se encuentran la disminución del aislamiento, promoción de la salud y del ocio saludable. Este vínculo lo desarrolla, en parte, gracias a su espacio físico entendido como infraestructura social. Más allá de las concepciones de “tercer lugar”, la biblioteca pública se articula como un espacio-refugio, a la luz del ODS 11.7, un espacio público seguro e inclusivo (Dolley, 2025) donde fomentar relaciones de calidad y donde las personas puedan expresar su soledad sin estigmas, en donde se favorezca la discusión, el encuentro intergeneracional y la construcción de vínculos que refuercen la cohesión social.

En un reciente *ThinkEPI*, Sánchez-García (2024) daba cuenta de los avances en la función social de la biblioteca pública a la luz de la *Agenda 2030*, advirtiendo de que estas funciones requieren planificación estratégica e inversión real. En este sentido, citaba casos mediáticos en la lucha contra el aislamiento y la soledad como “Cuentos por teléfono” (Biblioteca Soto del Real) y la figura de su director, Juan Sobrino, al ser citado en la prensa con motivo del Día de la Salud Mental, ilustrando el papel de la biblioteca como infraestructura de proximidad más allá del circuito sanitario. En este sentido, es de interés la necesaria incorporación de perfiles diversos en este tipo de intervenciones socioeducativas, como señalaba Parra-Valero (2024) con relación a los educadores sociales. La colaboración entre diferentes profesionales permitiría consolidar a la biblioteca como un espacio integral de prevención y acompañamiento frente a la soledad no deseada, garantizando intervenciones más eficaces.

4. Primeros pasos de una investigación aplicada sobre la SND en los jóvenes universitarios

En este marco se sitúa el proyecto de investigación SOLIBCM (*Percepción de la soledad no deseada en jóvenes universitarios y su relación con espacios comunitarios: co-creación de un mapa de acciones sobre bibliotecas públicas en la Comunidad de Madrid*) de la Universidad Carlos III de Madrid, que constituye un ejemplo de investigación aplicada en España sobre la intersección entre soledad no deseada

[SND] y bibliotecas públicas. Su punto de partida es triple: la escasez de estudios que vinculen SND y bibliotecas, la falta de un enfoque sobre la soledad en la juventud universitaria con relación a los espacios comunitarios como las bibliotecas, y la ausencia de datos sobre la percepción de estas como espacios de interacción y cohesión social.

El proyecto SOLIBCM constituye solo el primer paso en una línea de investigación aplicada que seguirá desarrollándose en los próximos años, en la que investigadores y profesionales tratarán de descubrir las relaciones entre la SND y las bibliotecas públicas con el fin último de poder orientar a la hora de establecer posibles líneas de intervención y que sean reconocidas como infraestructura social clave en la lucha contra la soledad.

Referencias

- Brewster, Liz; Cox, Andrew M.** (2023). "Taking a 'whole-university' approach to student mental health: The contribution of academic libraries". *Higher education research & development*, v. 42, n.1, pp. 33-47.
<https://doi.org/10.1080/07294360.2022.2043249>
- Casal-Rodríguez, Bruno; Rivera-Castiñeira, Berta; Rodríguez-Míguez, Eva** (2023). *El coste de la soledad no deseada en España*. Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada (SoledadES), Fundación ONCE & Nextdoor.
<https://www.soledades.es/estudios/el-coste-de-la-soledad-no-deseada-en-espana>
- Cuccu, Liliana; Stepanova, Elena** (2021). *Loneliness & social and civic behaviours* (EUR 30929 EN). Publications Office of the European Union.
<https://doi.org/10.2760/802268>
- Dalmer, Nicole K.; McKenzie, Pam; Rothbauer, Paulette; Martin-Yeboah, Ebenezer; Oswald, Kevin** (2022). *Palaces for the people: Mapping public libraries' capacity for social connection and inclusion*. Social Sciences and Humanities Research Council of Canada.
<https://macsphere.mcmaster.ca/handle/11375/28142>
- Dolley, Joanne** (2025). "Libraries: activated public spaces reducing social isolation". En: Joanne Dolley; Keiran Hardy; Tony Matthews (Eds.). *Public space and the sustainable development goals: Inclusion, safety, culture and nature*, pp. 8-18. Cheltenham: Edward Elgar Publishing. ISBN: 978 1035322411
<https://doi.org/10.4337/9781035322411>
- Faletar-Tanacković, Sanjica; Petr-Balog, Kornelija; Erdelez, Sanda** (2021). "How can libraries support dementia friendly communities? The study into perceptions and experiences of Croatian public librarians". *Education for information*, v. 37, n. 4, pp. 525-543.
<https://doi.org/10.3233/EFI-211560>
- Hall, Katherine; McAlister, Shenika** (2021). "Library services and resources in support of mental health: a survey of initiatives in public and academic libraries". *Journal of Library Administration*, v. 61, n. 8, pp. 936-946.
<https://doi.org/10.1080/01930826.2021.1984137>
- Ibáñez-Marco, Marta; Martínez-Cardama, Sara** (2024). "Fear of missing Out (FOMO) en estudiantes universitarios: desafíos informativos e implicaciones para la alfabetización digital". *Revista general de información y documentación*, v. 34, n. 1, pp. 85-97.
<https://doi.org/10.5209/rgid.93742>
- Kisilowska, Małgorzata** (2022). "Fear of Missing Out, information literacy, and digital wellbeing". En: Serap Kurbanoglu; Sonja Špiranec; Yurdagül Ünal; Joumana Boustany; Denis Kos (eds.). *Information literacy in a post-truth era. ECIL 2021*. Communications in Computer and Information Science, v. 1533. Cham: Springer.
https://doi.org/10.1007/978-3-030-99885-1_15
- Klinenberg, Eric** (2018). *Palaces for the people: How social infrastructure can help fight inequality, polarization, and the decline of civic life*. New York: Crown. ISBN: 978 1524761165
- Larsen, Håkon** (2020). "The public sphere and Habermas: reflections on the current state of theory in public library research". *Journal of documentation*, v. 77, n. 1, pp. 251-258.
<https://doi.org/10.1108/JD-05-2020-0075>

Lenstra, Noah; Peritore, Nicole (2024). "Public library partnerships for public health: Health in all Policies (HiAP) as a new conceptual framework for LIS teaching and research". *Journal of Education for Library and Information Science*, v. 65, n. 2, pp. 216-225.

<https://doi.org/10.3138/jelis-2023-0003>

Observatorio del Cáncer de la AECC (2023). *Soledades no deseadas en pacientes oncológicos. Más allá de la soledad no deseada*. Asociación Española contra el Cáncer.

<https://observatorio.contraelcancer.es/sites/default/files/informes/Soledades%20no%20Deseadas%20Desk.pdf>

Parra-Valero, Pablo (2025). "El educador social en la biblioteca pública: del acompañamiento a la transformación comunitaria". *Anuario ThinkEPI*, v. 19, n. 1.

<https://doi.org/10.3145/thinkepi.2025.e19a11>

Perlman, Daniel; Peplau, Letitia-Anne (1981). "Toward a social psychology of loneliness". *Personal relationships*, n. 3, pp. 31-56.

<https://peplau.psych.ucla.edu/wp-content/uploads/sites/141/2017/07/Perlman-Peplau-81.pdf>

Ruiz-Villafranca, Raúl; Tuñón-Jiménez, Adrián; Fresno-García, José-Manuel; Del-Río-Hernández, Fernando; Sonat, Dugyu (2024). *Estudio sobre juventud y soledad no deseada en España*. Fundación Once; Ayuda en Acción.

https://www.soledades.es/sites/default/files/contenidos/Estudio%20soledad%20juvenil_V12_accesible.pdf

Sánchez-García, Sandra (2024). "La transformación social de las bibliotecas: luces y sombras". *Anuario ThinkEPI*, v. 18.

<https://doi.org/10.3145/thinkepi.2024.e18a24>

Santaolalla-Rueda, Pablo (2025). "Alone and unaware: An ethnography of unidentified and unacknowledged youth loneliness". *Ethnography*, Onlinefirst.

<https://doi.org/10.1177/14661381251335848>

Weissbourd, Richard; Batanova, Milena; Lovison, Virginia; Torres, Eric (2021). *Loneliness in America: How the pandemic has deepened an epidemic of loneliness and what we can do about it*. Making Caring Common, Harvard Graduate School of Education.

<https://mcc.gse.harvard.edu/reports/loneliness-in-america>