



Nota de prensa

Madrid, 27 de diciembre de 2018

Decálogo #adiósSoledad

La Fundación AXA alerta del impacto de la soledad en más de 4 millones de españoles

- **La Navidad, una de las peores épocas del año para las personas que están o se sienten solas**

Más de cuatro millones de personas en España se sienten solas en Navidad, según datos de la Fundación AXA que advierte del impacto socioeconómico de una de las peores epidemias de las sociedades modernas. Tal y como se recoge en el informe “La Soledad en España” más de la mitad de la población española se siente sola en algún momento del año, fenómeno que se agudiza en periodos como las fiestas navideñas y razón por la que la Fundación AXA ha lanzado un “decálogo contra la soledad en Navidad” #adiósSoledad.

“La soledad es un problema social, económico y sanitario de las sociedades modernas que requiere una actuación urgente por parte de todos”, afirma Josep Alfonso, director de la Fundación AXA. “Identificar las señales de alerta, activar las relaciones sociales y mostrarse activo son sólo tres ejemplos de las cosas que podemos hacer”, añade.

La Fundación AXA impulsó el primer ‘Informe sobre la soledad’ en 2015 junto a la Fundación Once, momento desde el que ha prestado especial atención a este fenómeno social y del que nace este decálogo contra la soledad en Navidad #adiósSoledad.

Solteros desempleados, mujeres mayores o adolescentes

Desde la Fundación AXA se hace hincapié en prestar especial atención a las mujeres mayores y solteros desempleados como colectivos más susceptibles de sentirse solos. La implementación de las nuevas tecnologías ha cambiado, asimismo, el patrón de socialización permitiendo, por ejemplo, que personas que se sienten solas combatan esta situación.

Por otra parte, señala Josep Alfonso, desde la Fundación AXA, “el uso intensivo de las redes sociales puede ser también un síntoma de que hay personas que se sienten solas y buscan salir de esta situación a través de sus perfiles virtuales”. Esta situación, además, es especialmente preocupante en el caso de jóvenes donde el sentimiento de soledad suele aparecer junto a la etapa de la adolescencia.

Para el 75% de los españoles, los mayores y jubilados son los colectivos más proclives a sufrir la soledad. Las personas sin hogar o en situación de riesgo de pobreza o exclusión y los parados son también los colectivos más sensibles a poder experimentar este sentimiento.

#adiósSoledad

1. **La ausencia de comunicación es una señal de alerta ante la soledad.**
2. **Presta especial atención a las personas mayores, a los que viven solos, enfermos o discapacitados.**
3. **Es importante no confundir la soledad con el duelo o la depresión.**
4. **Activa tus relaciones sociales, incluso las que ponen a disposición las instituciones.**
5. **Vivir acompañado es la herramienta perfecta, acepta invitaciones o proponlas.**
6. **Haz deporte, activa tus hobbies también en esta época del año.**
7. **Mantente intelectualmente activo.**
8. **Los animales de compañía son un buen antídoto.**
9. **Utiliza las nuevas tecnologías para conectarte con personas de tu entorno.**
10. **Participa en acciones de voluntariado.**

Durante estos días, la Fundación AXA difundirá este contenido a través de las redes sociales y animará a las personas a compartir sus fórmulas para decir #adiósSoledad.

SOBRE LA FUNDACIÓN AXA

La Fundación AXA, nacida en 1998, canaliza toda la acción social de AXA hacia la comunidad. Su estrategia se centra, principalmente, en el impulso de proyectos que promueven la protección y prevención de riesgos, en línea con la política de Responsabilidad Corporativa de la compañía. Además, la Fundación AXA apoya actividades de mecenazgo cultural.

ESTA NOTA DE PRENSA ESTÁ DISPONIBLE en axa.es/saladeprensa



www.axa.es/acerca-axa/enlaces-redes-sociales

MÁS INFORMACIÓN:

Relaciones con los Medios:

Gema Rabaneda: 91 538 8603/ 669465054
gema.rabaneda@axa.es

comunicacioncorporativa@axa.es

Estrategia de Responsabilidad Corporativa

<https://www.axa.es/responsabilidad-corporativa/informes>

SRI ratings:

axa.com/en/investor/sri-ratings-ethical-indexes