

PRE-BORED

Well-being and prevention of boredom in Spanish nursing homes

Noviembre, 2025

INFORME I: INVESTIGACIÓN EN CENTROS RESIDENCIALES PARA ADULTOS MAYORES

Información preliminar

En el año **2022** se inició una colaboración entre el centro residencial para adultos mayores que recibe el presente informe y el **Proyecto PRE-BORED. Well-being and prevention of boredom in Spanish nursing homes** (European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under the Marie Skłodowska-Curie grant agreement No 847635) a partir de la cual dicho centro autorizaba a la responsable del mencionado proyecto, la **Dra. Josefa Ros Velasco**, a realizar trabajos de investigación en sus instalaciones.

Los trabajos de investigación, sujetos a los objetivos generales del proyecto PRE-BORED, tuvieron por fin conocer el nivel de satisfacción de los adultos mayores (sin deterioro cognitivo) que viven en el centro en torno a las oportunidades que se les brinda a la hora de ocupar su tiempo de manera significativa. Asimismo, se persiguió comprender las variables que determinan dichos niveles de satisfacción y explorar otros factores relacionados con la ocupación del tiempo y la percepción del entorno que pudiesen estar contribuyendo a la merma de la sensación de bienestar por parte de los usuarios. El fin último de esta investigación es mejorar la calidad de vida de los adultos mayores que viven en el centro a partir del estudio de las demandas de mejora de los propios interesados. La metodología empleada es cuantitativa (escalas de medición/análisis estadístico) y cualitativa (entrevistas en profundidad/análisis narrativo), encontrándose los pormenores de esta detallados en los consentimientos informados que se facilitaron al centro. Seguidamente, se desglosan los resultados obtenidos de manera pormenorizada.

Resultados

Muestra: el estudio en este centro se ha realizado con una muestra de 26 residentes y 10 trabajadores.¹

Perfil de los usuarios y del centro

Edad media 85 años		Media de tiempo institucionalización 25 meses		Con hijos 81%		
Sexo	Femenino 81%	Masculino 19%	Otros -	Visitas familiares/amigos/as 92%	Salidas acompañado/a por familiares/amigos/as 58%	
Nacionalidad	Española 88%	Otras 12%		Salidas solo/a 11,5%	Mudanza voluntaria -	
Estado civil	Viudo/a 64%	Soltero/a 12%	Separado/a 4%	Divorciado/a 8%	Casado/a (con cónyuge en el centro) 8%	Casado/a (sin cónyuge en el centro) 4%
Nivel de estudios	Sin estudios 18%	Primarios 39%	Bachiller 8%	Superiores 31%	FP 4%	
Profesión	Agricultura, alimentación y medio natural 5%	Industria, construcción y energía 15%	Comercio, hostelería y distribución 8%	Servicios administrativos, financieros y empresariales 15%	Servicios sociales, comunitarios y bienestar 42%	Información, comunicación y economía digital 15%
Ingresos	Medio-bajo 13%	Medio 43%	Medio-alto 16%	Alto 28%	Sin ingresos -	
Movilidad	Sin restricción 23%	Restricción leve 42%	Restricción grave 35%	Centro: ubicación en entorno urbano, pública, gran residencia, residencia + centro de día, precio entre 1800-2300, moderna		

¹ Los resultados del estudio con trabajadores no se encuentran actualmente disponibles.

Niveles de satisfacción de los usuarios con la ocupación del tiempo en la residencia²

Usuarios que consideran que la vida en la residencia es muy repetitiva , rutinaria, que todos los días son iguales	85%
Usuarios que consideran que la residencia no organiza suficientes actividades	81%
Usuarios que consideran que las actividades que organiza la residencia no son suficientemente variadas	81%
Usuarios que consideran que las actividades que organiza la residencia no tienen significado	69%
Usuarios que se sienten aburridos constantemente en la residencia	50%
Usuarios a los que el tiempo se les pasa muy lento , las horas y los días se les hacen interminables en la residencia	46%
Usuarios a los que le parece que en la residencia es complicado encontrar distracciones , maneras de ocuparse	42%
Usuarios que sienten obligados o forzados a participar en actividades	31%

Bienestar psíquico percibido por los usuarios de la residencia³

Usuarios que se sienten enfadados, irritados, cabreados en el día a día de la residencia	58%
Usuarios que sufren soledad no deseada en la residencia	54%
Usuarios que se sienten tristes o deprimidos por vivir en la residencia	46%
Usuarios que se sienten desempoderados, sin libertad para tomar decisiones	46%
Usuarios que sienten que la vida ha perdido sentido por tener que vivir en la residencia	42%
Usuarios que se sienten encerrados, privados de libertad de movimiento en la residencia	42%
Usuarios que se sienten nerviosos, inquietos por tener que vivir en la residencia	35%
Usuarios que desean que llegue el final de sus vidas cuanto antes (ideación suicida – 4%)	35%
Usuarios que sienten que han sufrido pérdida de facultades cognitivas desde que viven en la residencia	19%

² Resultados de encuesta estructurada. * Se emplea un código de semáforo aplicado a tres tercios porcentuales (100-66%, 65-33%, 32-1%): verde = aspectos no urgentes/ítems valorados positivamente (dependiendo del caso); amarillo = valoración en la media; rojo = aspectos urgentes/ítems valorados negativamente/sin mucha representatividad.

³ Resultados de encuesta estructurada.

Preferencias frente a actividades para la ocupación del tiempo en la residencia⁴

Usuarios que desean que la residencia traiga actuaciones musicales	77%
Usuarios que desean que la residencia traiga expertos a dar charlas informativas	73%
Usuarios que desean que la residencia traiga un espectáculo de humor/cómico	69%
Usuarios que desean que la residencia traiga obras de teatro	65%
Usuarios que desean que la residencia organice juegos colectivos	65%
Usuarios que desean colaborar con las tareas de gestión/organización de la residencia para ocupar el tiempo	65%
Usuarios que desean que la residencia organice tertulias entre residentes en torno a temas concretos	61,5%
Usuarios que desean que la residencia organice un taller de informática para aprender a usar las nuevas tecnologías	58%
Usuarios que desean que la residencia organice un cine fórum para ver y charlar sobre películas	54%
Usuarios que desean que la residencia organice excursiones, salidas	54%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades en las que se deba utilizar la tecnología (ordenador, tableta...)	54%
Usuarios que desean que la residencia traiga/organice recitales de poesía	50%
Usuarios que desean que la residencia organice un club de lectura	50%
Usuarios que desean colaborar con las tareas de mantenimiento/domésticas de la residencia para ocupar el tiempo	46%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades con niños y jóvenes	42%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de artes escénicas (coro, teatro, tocar instrumentos...)	42%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de manualidades	42%
Usuarios que desean que la residencia traiga un espectáculo de magia	38,5%
Usuarios que desean visitar otra residencia por un día	35%
Usuarios que desean convivir con animales en la residencia	23%
Usuarios que desean que la residencia organice un taller de escritura	19%

⁴ Resultados de encuesta estructurada.

Actividades de la residencia identificadas y valoradas por los residentes⁵

Usuarios que refieren disfrutar de las actividades de fisioterapia (mencionado por el 58% de los usuarios)	80%
Usuarios que refieren disfrutar de la música en la sala (mencionado por el 50% de los usuarios)	69%
Usuarios que refieren disfrutar de los bolos (mencionado por el 11,5% de los usuarios)	67%
Usuarios que refieren disfrutar de la lectura de periódico en grupo (mencionado por el 54% de los usuarios)	64%
Usuarios que refieren disfrutar de las excursiones (mencionado por el 15% de los usuarios)	50%
Usuarios que refieren disfrutar del taller de cocina (mencionado por el 15% de los usuarios)	50%
Usuarios que refieren disfrutar de las sesiones de cine (mencionado por el 27% de los usuarios)	43%
Usuarios que refieren disfrutar del bingo (mencionado por el 19% de los usuarios)	40%
Usuarios que refieren disfrutar de la terapia canina (mencionado por el 50% de los usuarios)	38,5%
Usuarios que refieren disfrutar de la terapia ocupacional (mencionado por el 61,5% de los usuarios)	25%
Usuarios que refieren disfrutar del show de magia (mencionado por el 46% de los usuarios)	25%

Actividades demandadas por los residentes⁶

	%
	%
	%

Actividades sugeridas de forma aislada:⁷ salidas (al teatro, ballet, musical, concierto, zarzuela, ópera, restaurantes, museos, galerías, exposiciones, piscina, jardines, cine, desfiles de moda), jardinería, tener un billar, tener una mesa de ping-pong, meditación.

⁵ Resultados de entrevistas en profundidad. * Se han cuantificado las respuestas espontáneas de los usuarios a preguntas de respuesta libre a través del análisis narrativo.

⁶ Resultados de entrevistas en profundidad.

⁷ Resultados de entrevistas en profundidad. Menos de tres usuarios han demandado la actividad.

Valoración general de la residencia

Aspectos destacados como MÁS POSITIVOS de la residencia⁸

Usuarios que afirman que no hay nada en la residencia que destaque especialmente por ser positivo	46%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es la compañía y el compañerismo entre residentes	15%

Usuarios que consideran que el personal es atento ⁹	31%
---	------------

Aspectos destacados aislados:¹⁰ personal auxiliar/gerocultor, zonas exteriores y ajardinadas, organización, terapia ocupacional, seguridad, equipo de enfermería, atención médico-sanitaria, el/la psicólogo/a, ser servidos y que te lo den todo hecho, libertad para hacerse la higiene personal uno mismo, decoración, interés por mejorar.

Aspectos destacados como MÁS NEGATIVOS de la residencia¹¹

Usuarios que afirman que no hay nada en la residencia que destaque especialmente por ser negativo	15%
Usuarios que se quejan de que lo peor es la calidad y la preparación de la comida	31%
Usuarios que denuncian que lo peor de la residencia es el maltrato psicológico y físico de trabajadores a residentes	27%
Usuarios que consideran que lo peor de la falta de formación/educación de los trabajadores	15%
Usuarios que sienten que lo peor es la falta personal (mal servicio, prisas)	11,5%

⁸ Resultados de entrevistas en profundidad.

⁹ Resultados de encuestas estructuradas.

¹⁰ Resultados de entrevistas en profundidad. Menos de tres usuarios se han manifestado sobre estos aspectos.

¹¹ Resultados de entrevistas en profundidad.

Usuarios a los que no les gusta vivir en la residencia en general ¹²	88,5%
--	--------------

Aspectos destacados aislados:¹³ dirección ausente, escasez de actividades religiosas y espacios para el rezo, no poder ayudar y colaborar para sentirse útiles, convivencia con personas con deterioro cognitivo, compañeros maleducados, largas esperas para ser acompañados al aseo, cambios constantes en los horarios de las actividades.

Otras demandas para el aumento del bienestar¹⁴

Usuarios que sienten que en la residencia falta personal (mal servicio, prisas)	61%
Usuarios que se sienten incómodos por la convivencia con otros usuarios con deterioro cognitivo en la residencia	54%
Usuarios que consideran que la comida no está bien cocinada y es de mala calidad	50%
Usuarios que sienten que las actividades son infantilizantes (pensadas para niños o personas con deterioro cognitivo)	46%
Usuarios que se quejan de los comités de residentes (pérdida de tiempo, no libertad de expresión, cupo limitado)	42%
Usuarios que lamentan el volumen de ocupación de la residencia (porque dificulta la convivencia)	42%
Usuarios que aprecian falta de formación/educación y profesionalidad en los trabajadores	42%
Usuarios que están molestos por vivir con personas crítonas y maleducadas	42%
Usuarios que se quejan de que la vida en la residencia es excesivamente aburrida	38,5%
Usuarios que sienten que las actividades deportivas (fisioterapia) son insuficientes (no se cubren las vacaciones)	38,5%
Usuarios que se quejan de que la residencia es extremadamente ruidosa	31%
Usuarios que se quejan de que el personal les ha maltratado física o psíquicamente	31%
Usuarios que consideran que la dirección del centro está ausente , poco comprometida o desatiende sus funciones	27%
Usuarios que refieren que la residencia ha empeorado últimamente, en general	27%

¹² Resultados de encuestas estructuradas.

¹³ Resultados de entrevistas en profundidad. Menos de tres usuarios se han manifestado sobre estos aspectos.

¹⁴ Resultados de entrevistas en profundidad. No se recogen las demandas que no hayan sido compartidas por al menos tres usuarios.

Usuarios que consideran que la comida es escasa y pasan hambre	27%
Usuarios que se quejan de que en la residencia no se organizan suficientes excursiones	23%
Usuarios que consideran que la comida es muy repetitiva	23%
Usuarios que sienten que se les da un trato infantilizante , paternalista y que a menudo se les engaña	23%
Usuarios que consideran que el precio de la residencia es muy caro	19%
Usuarios que se quejan de la mala comunicación entre usuarios y entre usuarios y trabajadores (falta de comunidad)	19%
Usuarios que lamentan que no hay actividades durante los fines de semana	19%
Usuarios que denuncian la falta de profesionalidad y/o capacidad de sanitarios (incluye médico, enfermero, psicólogo)	19%
Usuarios que se quejan de que la residencia es insegura (falta control usuarios con deterioro cognitivo, falta vigilancia)	15%
Usuarios que lamentan que no hay suficientes actividades por las tardes	15%
Usuarios que se quejan de pasar frío o calor por ausencia de calefacción o aire acondicionado	15%
Usuarios que lamentan la desinformación acerca de las actividades que se realizan en el día a día	15%
Usuarios que se quejan de la falta de higiene personal de otros residentes (mal olor, duchas mal hechas)	15%
Usuarios que lamentan la escasez de actividades religiosas y/o ausencia de capilla/espacios para el rezo	11,5%
Usuarios que lamentan que no se les permite colaborar con tareas para ayudar y sentirse útiles	11,5%
Usuarios que sienten que la residencia solo es un negocio (exceso de publicidad, comercialización)	11,5%
Usuarios que lamentan la ausencia de servicios sanitarios en la noche y/o los fines de semana (a veces también en el día)	11,5%
Usuarios que lamentan el exceso de rotación del personal (los trabajadores cambian mucho)	11,5%
Usuarios que se quejan de que se les acuesta demasiado temprano por la noche	11,5%
Usuarios que se quejan de las largas esperas para ser acompañados al aseo	11,5%
Usuarios que se quejan del favoritismo por parte de los trabajadores hacia algunos residentes	11,5%
Usuarios que demandan recuperar la sala de cine y la proyección de películas	11,5%

CONTACTO

Dra. Josefa Ros Velasco

IP Proyecto PRE-BORED

658659684

IOSROS@UCM.ES



Funded by
the European Union

