

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 19 residentes y 12 trabajadores.¹

Perfil de los usuarios y del centro

Edad media 82 años		Media de tiempo institucionalización 55 meses		Con hijos 58%		
Sexo	Femenino 74%	Masculino 26%	Otros -	Visitas familiares/amigos/as 84%	Salidas acompañado/a por familiares/amigos/as 26%	
Nacionalidad	Española 95%	Otras 5%		Salidas solo/a 5%	Mudanza voluntaria -	
Estado civil	Viudo/a 32%	Soltero/a 32%	Separado/a 4%	Divorciado/a 16%	Casado/a (con cónyuge en el centro) 5%	Casado/a (sin cónyuge en el centro) 11%
Nivel de estudios	Sin estudios 47%	Primarios 32%	Bachiller 11%	Superiores -	FP 10%	
Profesión	Agricultura, alimentación y medio natural 5%	Industria, construcción y energía 10%	Comercio, hostelería y distribución 11%	Servicios administrativos, financieros y empresariales 42%	Servicios sociales, comunitarios y bienestar 32%	Información, comunicación y economía digital -
Ingresos	Medio-bajo 36%	Medio 37%	Medio-alto 11%	Alto 16%	Sin ingresos -	
Movilidad	Sin restricción 42%	Restricción leve 21%	Restricción grave 37%	Centro: ubicación en entorno urbano, concertado, gran residencia, residencia + centro de día + hospital, precio entre 1800-2300, sociosanitario		

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	47%
Usuarios que se sienten aburridos constantemente en la residencia	47%
Usuarios a los que el tiempo se les pasa muy lento , las horas y los días se les hacen interminables en la residencia	37%
Usuarios que consideran que las actividades que organiza la residencia no tienen significado	32%
Usuarios que sienten obligados o forzados a participar en actividades	32%
Usuarios que consideran que la residencia no organiza suficientes actividades	26%
Usuarios que consideran que las actividades que organiza la residencia no son suficientemente variadas	26%
Usuarios a los que le parece que en la residencia es complicado encontrar distracciones , maneras de ocuparse	10,5%

Bienestar psíquico percibido por los usuarios de la residencia³

Usuarios que se sienten enfadados, irritados, cabreados en el día a día de la residencia	63%
Usuarios que se sienten desempoderados, sin libertad para tomar decisiones	58%
Usuarios que se sienten tristes o deprimidos por vivir en la residencia	53%
Usuarios que sufren soledad no deseada en la residencia	47%
Usuarios que sienten que la vida ha perdido sentido por tener que vivir en la residencia	42%
Usuarios que se sienten nerviosos, inquietos por tener que vivir en la residencia	37%
Usuarios que se sienten encerrados, privados de libertad de movimiento en la residencia	32%
Usuarios que desean que llegue el final de sus vidas cuanto antes (ideación suicida – 0%)	26%
Usuarios que sienten que han sufrido pérdida de facultades cognitivas desde que viven en la residencia	21%

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 un espectáculo de humor/cómico	89,5%
Usuarios que desean que la residencia traiga obras de teatro	79%
Usuarios que desean que la residencia traiga expertos a dar charlas informativas	79%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades con niños y jóvenes	74%
Usuarios que desean que la residencia organice tertulias entre residentes en torno a temas concretos	74%
Usuarios que desean que la residencia organice juegos colectivos	68%
Usuarios que desean que la residencia traiga actuaciones musicales	63%
Usuarios que desean que la residencia traiga/organice recitales de poesía	63%
Usuarios que desean que la residencia traiga un espectáculo de magia	63%
Usuarios que desean que la residencia organice excursiones, salidas	63%
Usuarios que desean que la residencia organice un taller de informática para aprender a usar las nuevas tecnologías	53%
Usuarios que desean que la residencia organice un club de lectura	53%
Usuarios que desean convivir con animales en la residencia	47%
Usuarios que desean que la residencia organice un cine fórum para ver y charlar sobre películas	47%
Usuarios que desean colaborar con las tareas de gestión/organización de la residencia para ocupar el tiempo	47%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades en las que se deba utilizar la tecnología (ordenador, tableta...)	47%
Usuarios que desean visitar otra residencia por un día	47%
Usuarios que desean que la residencia organice un taller de escritura	47%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de manualidades	47%
Usuarios que desean colaborar con las tareas de mantenimiento/domésticas de la residencia para ocupar el tiempo	47%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de artes escénicas (coro, teatro, tocar instrumentos...)	42%

⁴ Resultados de encuesta estructurada.

Actividades de la residencia identificadas y valoradas por los residentes⁵

Usuarios que refieren disfrutar de la música en la sala (mencionado por el 32% de los usuarios)	100%
Usuarios que refieren disfrutar del bingo (mencionado por el 16% de los usuarios)	100%
Usuarios que refieren disfrutar de las actividades religiosas (mencionado por el 26% de los usuarios)	100%
Usuarios que refieren disfrutar de la terapia ocupacional (mencionado por el 63% de los usuarios)	92%
Usuarios que refieren disfrutar del teatro (mencionado por el 37% de los usuarios)	87,5%
Usuarios que refieren disfrutar de la lectura guiada del periódico (mencionado por el 37% de los usuarios)	87,5%
Usuarios que refieren disfrutar de las manualidades (mencionado por el 47% de los usuarios)	82%
Usuarios que refieren disfrutar de las excursiones (mencionado por el 68% de los usuarios)	81%
Usuarios que refieren disfrutar del cine (mencionado por el 16% de los usuarios)	60%
Usuarios que refieren disfrutar de las actividades de fisioterapia (mencionado por el 42% de los usuarios)	57%

Actividades demandadas por los residentes⁶

Usuarios que demandan la organización de fiestas y celebraciones (verbenas, bailes, tomar el vermú...)	21%
	%
	%

Actividades sugeridas de forma aislada:⁷ salidas (a museos, galerías, exposiciones), actividades para realizar con las familias en la residencia, saltar en paracaídas, montar en globo.

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 consideran que lo mejor de la residencia es el personal auxiliar/gerocultor	32%
Usuarios que afirman que no hay nada en la residencia que destaque especialmente por ser positivo	26%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es la terapia ocupacional	16%

Usuarios que consideran que el personal es atento ⁹	68%
---	------------

Aspectos destacados aislados:¹⁰ zonas exteriores y ajardinadas, la tranquilidad, ser servido y que me lo den todo hecho, salidas y excursiones, cafetería, actividades religiosas.

Aspectos destacados como MÁS NEGATIVOS de la residencia¹¹

Usuarios que afirman que no hay nada en la residencia que destaque especialmente por ser negativo	32%
Usuarios que se quejan de la calidad y la preparación de la comida	16%

Usuarios a los que no les gusta vivir en la residencia en general ¹²	47%
--	------------

Aspectos destacados aislados:¹³ falta de valoración de los trabajadores por parte de la dirección, falta de personal, falta de salidas al

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.

¹² Resultados de encuestas estructuradas.

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

exterior, maltrato psicológico y/o físico hacia residentes por parte de trabajadores, demasiada rotación del personal, mala educación de compañeros usuarios, hurtos de enseres personales por parte de trabajadores hacia residentes, fisioterapia insuficiente, obligatoriedad a la hora de comer y/o participar en actividades, horario para acostarse demasiado temprano.

Otras demandas para el aumento del bienestar¹⁴

Usuarios que lamentan que no hay actividades durante los fines de semana	42%
Usuarios que sienten que en la residencia falta personal (mal servicio, prisas)	37%
Usuarios que se sienten incómodos por la convivencia con otros usuarios con deterioro cognitivo en la residencia	32%
Usuarios que demandan recuperar la sala de cine y la proyección de películas	26%
Usuarios que lamentan el exceso de rotación del personal (los trabajadores cambian mucho)	21%
Usuarios que se quejan de que en la residencia no se organizan suficientes excursiones	21%
Usuarios que están molestos por vivir con personas criticonas y maleducadas	21%
Usuarios que consideran que la comida no está bien cocinada y es de mala calidad	16%
Usuarios que aprecian falta de formación/educación y profesionalidad en los trabajadores	16%
Usuarios que consideran que la comida es muy repetitiva	16%
Usuarios que refieren que la residencia ha empeorado últimamente, en general	16%

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

CONTACTO

Dra. Josefa Ros Velasco

IP Proyecto PRE-BORED

658659684

IOSROS@UCM.ES



Funded by
the European Union

