

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 **2023** 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 39 residentes y 12 trabajadores.¹

Perfil de los usuarios y del centro

Edad media 86 años		Media de tiempo institucionalización 59 meses		Con hijos 49%		
Sexo	Femenino 56%	Masculino 44%	Otros -	Visitas familiares/amigos/as 74%	Salidas acompañado/a por familiares/amigos/as 61,5%	
Nacionalidad	Española 100%	Otras -		Salidas solo/a 15%	Mudanza voluntaria 5%	
Estado civil	Viudo/a 54%	Soltero/a 31%	Separado/a 10%	Divorciado/a 3%	Casado/a (con cónyuge en el centro) 2%	Casado/a (sin cónyuge en el centro) -
Nivel de estudios	Sin estudios 51%	Primarios 28%	Bachiller 5%	Superiores 8%	FP 8%	
Profesión	Agricultura, alimentación y medio natural 5%	Industria, construcción y energía 10%	Comercio, hostelería y distribución 33%	Servicios administrativos, financieros y empresariales 20%	Servicios sociales, comunitarios y bienestar 26%	Información, comunicación y economía digital 5%
Ingresos	Medio-bajo 28%	Medio 54%	Medio-alto 10%	Alto 5%	Sin ingresos 3%	
Movilidad	Sin restricción 33%	Restricción leve 51%	Restricción grave 16%	Centro: ubicación en entorno urbano, privado, gran residencia, residencia + hospital, 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	69%
Usuarios que consideran que las actividades que organiza la residencia no tienen significado	69%
Usuarios que se sienten aburridos constantemente en la residencia	36%
Usuarios a los que el tiempo se les pasa muy lento , las horas y los días se les hacen interminables en la residencia	28%
Usuarios a los que le parece que en la residencia es complicado encontrar distracciones , maneras de ocuparse	26%
Usuarios que consideran que la residencia no organiza suficientes actividades	23%
Usuarios que consideran que las actividades que organiza la residencia no son suficientemente variadas	23%
Usuarios que sienten obligados o forzados a participar en actividades	8%

Bienestar psíquico percibido por los usuarios de la residencia³

Usuarios que se sienten desempoderados, sin libertad para tomar decisiones	59%
Usuarios que sienten que la vida ha perdido sentido por tener que vivir en la residencia	36%
Usuarios que sufren soledad no deseada en la residencia	31%
Usuarios que se sienten enfadados, irritados, cabreados en el día a día de la residencia	31%
Usuarios que se sienten nerviosos, inquietos por tener que vivir en la residencia	28%
Usuarios que sienten que han sufrido pérdida de facultades cognitivas desde que viven en la residencia	26%
Usuarios que desean que llegue el final de sus vidas cuanto antes (ideación suicida – 8%)	26%
Usuarios que se sienten encerrados, privados de libertad de movimiento en la residencia	18%
Usuarios que se sienten tristes o deprimidos por vivir en la residencia	15%

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 obras de teatro	82%
Usuarios que desean que la residencia traiga actuaciones musicales	74%
Usuarios que desean que la residencia traiga un espectáculo de humor/cómico	72%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades con niños y jóvenes	64%
Usuarios que desean que la residencia traiga expertos a dar charlas informativas	61,5%
Usuarios que desean que la residencia traiga un espectáculo de magia	61,5%
Usuarios que desean que la residencia organice juegos colectivos	56%
Usuarios que desean que la residencia traiga/organice recitales de poesía	44%
Usuarios que desean que la residencia organice un cine fórum para ver y charlar sobre películas	41%
Usuarios que desean que la residencia organice excursiones, salidas	38,5%
Usuarios que desean convivir con animales en la residencia	31%
Usuarios que desean que la residencia organice tertulias entre residentes en torno a temas concretos	31%
Usuarios que desean visitar otra residencia por un día	26%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de manualidades	23%
Usuarios que desean colaborar con las tareas de mantenimiento/domésticas de la residencia para ocupar el tiempo	23%
Usuarios que desean colaborar con las tareas de gestión/organización de la residencia para ocupar el tiempo	18%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de artes escénicas (coro, teatro, tocar instrumentos...)	15%
Usuarios que desean que la residencia organice un club de lectura	10%
Usuarios que desean que la residencia organice un taller de informática para aprender a usar las nuevas tecnologías	8%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades en las que se deba utilizar la tecnología (ordenador, tableta...)	8%
Usuarios que desean que la residencia organice un taller de escritura	5%

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 2% de los usuarios)	100%
Usuarios que refieren disfrutar de la terapia ocupacional (mencionado por el 15% de los usuarios)	83%
Usuarios que refieren disfrutar de las actividades religiosas (mencionado por el 46% de los usuarios)	78%
Usuarios que refieren disfrutar de las actividades de fisioterapia (mencionado por el 36% de los usuarios)	64%
Usuarios que refieren disfrutar del cine (mencionado por el 44% de los usuarios)	53%
Usuarios que refieren disfrutar de la terapia canina (mencionado por el 15% de los usuarios)	50%
Usuarios que refieren disfrutar del coro (mencionado por el 15% de los usuarios)	50%
Usuarios que refieren disfrutar de las manualidades (mencionado por el 18% de los usuarios)	43%
Usuarios que refieren disfrutar de la lectura grupal (periódico, poesía, literatura) (mencionado por el 26% de los usuarios)	40%
Usuarios que refieren disfrutar de las excursiones (mencionado por el 15% de los usuarios)	33%
Usuarios que refieren disfrutar del taller de informática (mencionado por el 10% de los usuarios)	25%
Usuarios que refieren disfrutar del bingo (mencionado por el 23% de los usuarios)	22%

Actividades demandadas por los residentes⁶

Usuarios que demandan que la residencia organice fiestas y celebraciones (comidas especiales, bailes, tomar el vermú...)	8%
	%
	%

Actividades sugeridas de forma aislada:⁷ salidas (restaurantes, piscina, cine, baleario/spa), espectáculo de malabares/payasos.

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	26%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es la libertad de movimiento dentro de la residencia	13%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es el personal auxiliar/gerocultor	10%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es la atención médico-sanitaria	10%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es la tranquilidad	8%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es la habitación	8%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia son las actividades religiosas	8%

Usuarios que consideran que el personal es atento ⁹	77%
---	------------

Aspectos destacados aislados:¹⁰ ser servidos y que te lo den todo hecho, terapia ocupacional, seguridad, equipo de enfermería, compañía y compañerismo entre residentes, cafetería, sala de cine, disposición de las mesas en el comedor.

Aspectos destacados como MÁS NEGATIVOS de la residencia¹¹

Usuarios que afirman que no hay nada en la residencia que destaque especialmente por ser negativo	38%
Usuarios que se quejan de la calidad y la preparación de la comida	28%

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	56%
--	------------

Aspectos destacados aislados:¹³ falta de limpieza en los espacios comunitarios (salón, baños), maltrato psicológico o físico por parte de los trabajadores, ruido constante, convivencia con personas con deterioro cognitivo, levantarse demasiado tarde, levantarse demasiado temprano, mala educación de compañeros usuarios, hurtos por parte de trabajadores, largas esperas en el comedor, problemas con lavandería, habitación o baño compartido, inaccesibilidad a algunas zonas de la residencia (por escaleras, rampas, suelo en mal estado, etc.).

Otras demandas para el aumento del bienestar¹⁴

Usuarios que consideran que la comida no está bien cocinada y es de mala calidad	51%
Usuarios que se quejan de que en la residencia no se organizan suficientes excursiones	28%
Usuarios que están molestos por vivir con personas criticonas y maleducadas	28%
Usuarios que se quejan de la mala comunicación entre usuarios y entre usuarios y trabajadores (falta de comunidad)	20,5%
Usuarios que se quejan de que la TV es repetitiva (siempre mismos canales, no canales por cable [deportivos])	18%
Usuarios que lamentan el volumen de ocupación de la residencia (porque dificulta la convivencia)	15%
Usuarios que aprecian falta de formación/educación y profesionalidad en los trabajadores	15%
Usuarios que denuncian problemas con la lavandería (ropa mal lavada, estropeada, sin planchar, mal etiquetada)	15%
Usuarios que se quejan de que la vida en la residencia es excesivamente aburrida	13%
Usuarios que consideran que el precio de la residencia es muy caro	13%
Usuarios que se quejan de las largas esperas en el comedor	13%

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 denuncian la ausencia de actividades adaptadas a la visión o audición reducida	13%
Usuarios que sienten que en la residencia falta personal (mal servicio, prisas)	13%
Usuarios que se quejan de los comités de residentes (pérdida de tiempo, no libertad de expresión, cupo limitado)	10%
Usuarios que lamentan que no hay actividades durante los fines de semana	10%
Usuarios que se quejan de que la residencia es extremadamente ruidosa	10%
Usuarios que consideran que la comida es escasa y pasan hambre	10%
Usuarios que se quejan de que el personal les ha maltratado física o psíquicamente	10%
Usuarios que lamentan la falta de limpieza e higiene en espacios comunes (salón, baño)	10%
Usuarios que se quejan de que la residencia es vieja y anticuada , necesita reformas	10%
Usuarios que lamentan que no hay suficientes actividades por las tardes	8%
Usuarios que sienten que se les da un trato infantilizante , paternalista y que a menudo se les engaña	8%
Usuarios que lamentan la ausencia de servicios sanitarios en la noche y/o los fines de semana (a veces también en el día)	8%
Usuarios que denuncian trato de favoritismo de los trabajadores a algunos residentes	8%
Usuarios que sienten que las actividades son infantilizantes (pensadas para niños o personas con deterioro cognitivo)	8%
Usuarios que refieren que los horarios son demasiado inflexibles (levantarse, desayunar, comer, cenar, acostarse)	8%

CONTACTO

Dra. Josefa Ros Velasco

IP Proyecto PRE-BORED

658659684

IOSROS@UCM.ES



Funded by
the European Union

