

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 33 residentes y 8 trabajadores.¹

Perfil de los usuarios y del centro

Edad media 84 años		Media de tiempo institucionalización 33 meses		Con hijos 54,5%		
Sexo	Femenino 58%	Masculino 42%	Otros -	Visitas familiares/amigos/as 82%	Salidas acompañado/a por familiares/amigos/as 64%	
Nacionalidad	Española 100%	Otras -		Salidas solo/a 12%	Mudanza voluntaria -	
Estado civil	Viudo/a 49%	Soltero/a 18%	Separado/a 18%	Divorciado/a 9%	Casado/a (con cónyuge en el centro) 6%	Casado/a (sin cónyuge en el centro) -
Nivel de estudios	Sin estudios 46%	Primarios 21%	Bachiller 6%	Superiores 18%	FP 9%	
Profesión	Agricultura, alimentación y medio natural 3%	Industria, construcción y energía 24%	Comercio, hostelería y distribución 18%	Servicios administrativos, financieros y empresariales 36%	Servicios sociales, comunitarios y bienestar 18%	Información, comunicación y economía digital 3%
Ingresos	Medio-bajo 37%	Medio 36%	Medio-alto 15%	Alto 12%	Sin ingresos -	
Movilidad	Sin restricción 39%	Restricción leve 24%	Restricción grave 36%	Centro: ubicación en entorno urbano, concertado, gran residencia, residencia, precio entre 2700-3200, 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	85%
Usuarios que consideran que las actividades que organiza la residencia no son suficientemente variadas	85%
Usuarios que consideran que las actividades que organiza la residencia no tienen significado	67%
Usuarios que se sienten aburridos constantemente en la residencia	61%
Usuarios a los que el tiempo se les pasa muy lento , las horas y los días se les hacen interminables en la residencia	58%
Usuarios a los que le parece que en la residencia es complicado encontrar distracciones , maneras de ocuparse	54,5%
Usuarios que sienten obligados o forzados a participar en actividades	12%

Bienestar psíquico percibido por los usuarios de la residencia³

Usuarios que se sienten desempoderados, sin libertad para tomar decisiones	73%
Usuarios que se sienten nerviosos, inquietos por tener que vivir en la residencia	54,5%
Usuarios que se sienten enfadados, irritados, cabreados en el día a día de la residencia	48,5%
Usuarios que sienten que la vida ha perdido sentido por tener que vivir en la residencia	45,5%
Usuarios que sufren soledad no deseada en la residencia	45,5%
Usuarios que se sienten encerrados, privados de libertad de movimiento en la residencia	45,5%
Usuarios que sienten que han sufrido pérdida de facultades cognitivas desde que viven en la residencia	45,5%
Usuarios que desean que llegue el final de sus vidas cuanto antes (ideación suicida – 9%)	36%
Usuarios que se sienten tristes o deprimidos por vivir en la residencia	24%

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	88%
Usuarios que desean que la residencia traiga actuaciones musicales	82%
Usuarios que desean que la residencia traiga un espectáculo de magia	82%
Usuarios que desean que la residencia traiga un espectáculo de humor/cómico	82%
Usuarios que desean que la residencia traiga expertos a dar charlas informativas	76%
Usuarios que desean que la residencia organice tertulias entre residentes en torno a temas concretos	76%
Usuarios que desean que la residencia organice un cine fórum para ver y charlar sobre películas	73%
Usuarios que desean que la residencia traiga/organice recitales de poesía	70%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades con niños y jóvenes	67%
Usuarios que desean que la residencia organice juegos colectivos	51,5%
Usuarios que desean que la residencia organice excursiones, salidas	48,5%
Usuarios que desean convivir con animales en la residencia	45,5%
Usuarios que desean colaborar con las tareas de gestión/organización de la residencia para ocupar el tiempo	39%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de manualidades	39%
Usuarios que desean colaborar con las tareas de mantenimiento/domésticas de la residencia para ocupar el tiempo	39%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de artes escénicas (coro, teatro, tocar instrumentos...)	36%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades en las que se deba utilizar la tecnología (ordenador, tableta...)	36%
Usuarios que desean que la residencia organice un club de lectura	33%
Usuarios que desean que la residencia organice un taller de informática para aprender a usar las nuevas tecnologías	30%
Usuarios que desean visitar otra residencia por un día	27%
Usuarios que desean que la residencia organice un taller de escritura	27%

⁴ Resultados de encuesta estructurada.

Actividades de la residencia identificadas y valoradas por los residentes⁵

Usuarios que refieren disfrutar de la terapia ocupacional (mencionado por el 6% de los usuarios)	100%
Usuarios que refieren disfrutar de las actividades religiosas (mencionado por el 12% de los usuarios)	75%
Usuarios que refieren disfrutar del bingo (mencionado por el 42% de los usuarios)	64%
Usuarios que refieren disfrutar de las actividades de fisioterapia (mencionado por el 42% de los usuarios)	57%
Usuarios que refieren disfrutar de las manualidades (mencionado por el 79% de los usuarios)	46%
Usuarios que refieren disfrutar de las excursiones (mencionado por el 82% de los usuarios)	44%

Actividades demandadas por los residentes⁶

Usuarios que desean que la residencia organice actividades de jardinería/cuidado de huerto	15%
	%
	%

Actividades sugeridas de forma aislada:⁷ fiestas (verbenas, celebraciones, juergas, tomar el vermouth), salidas (al fútbol, a la piscina, a la playa, a la montaña/campo), crear revista de la residencia hecha por residentes que recoja la vida cotidiana de estos (anuncios, menús, actividades, colaboraciones artísticas de residentes, recetas, defunciones, etc.), billar, actividades para realizar con las familias en la residencia, actividades al aire libre en las zonas ajardinadas de la residencia.

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	30%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia son las zonas exteriores y ajardinadas	21%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es el personal auxiliar/gerocultor	15%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es la compañía y el compañerismo entre residentes	9%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es la atención médico/sanitaria	9%

Usuarios que consideran que el personal es atento ⁹	61%
---	------------

Aspectos destacados aislados:¹⁰ libertad de movimiento dentro de la residencia, limpieza e higiene, disponer de tiempo libre, no depender del dinero para poder vivir.

Aspectos destacados como MÁS NEGATIVOS de la residencia¹¹

Usuarios que se quejan de la calidad y la preparación de la comida	45,5%
Usuarios que afirman que no hay nada en la residencia que destaque especialmente por ser negativo	12%

Usuarios a los que no les gusta vivir en la residencia en general ¹²	67%
--	------------

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.

Aspectos destacados aislados:¹³ falta de personal, horarios inflexibles (levantarse, desayunar, comer, cenar, acostarse), maltrato físico o psicológico por parte de trabajadores hacia residentes, ruido constante, convivencia con personas con deterioro cognitivo, mala educación de compañeros residentes, prohibición de salir a la calle solos (siendo autónomos), horario para acostarse muy temprano, ausencia de servicios médico/sanitarios por la noche y/o los fines de semana (a veces también durante el día), trabajador social.

Otras demandas para el aumento del bienestar¹⁴

Usuarios que consideran que la comida no está bien cocinada y es de mala calidad	79%
Usuarios que se sienten incómodos por la convivencia con otros usuarios con deterioro cognitivo en la residencia	39%
Usuarios que lamentan que no hay actividades durante los fines de semana	39%
Usuarios que se quejan de que la residencia es extremadamente ruidosa	36%
Usuarios que están molestos por vivir con personas crítonas y maleducadas	36%
Usuarios que denuncian la falta de profesionalidad y/o capacidad de sanitarios (incluye médico, enfermero, psicólogo)	30%
Usuarios que se quejan de los comités de residentes (pérdida de tiempo, no libertad de expresión, cupo limitado)	27%
Usuarios que se quejan de que la vida en la residencia es excesivamente aburrida	27%
Usuarios que lamentan que no hay suficientes actividades por las tardes	24%
Usuarios que se quejan de que el personal les ha maltratado física o psíquicamente	24%
Usuarios que denuncian haber sufrido hurtos por parte del personal (enseres personales y/o dinero)	24%
Usuarios que se quejan de que en la residencia no se organizan suficientes excursiones	21%
Usuarios que consideran que el precio de la residencia es muy caro	21%
Usuarios que lamentan el volumen de ocupación de la residencia (porque dificulta la convivencia)	21%

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 sienten que en la residencia falta personal (mal servicio, prisas)	18%
Usuarios que consideran que la comida es muy repetitiva	15%
Usuarios que desearían cambiar de compañero (de habitación, mesa de comedor, salón)	15%
Usuarios que denuncian problemas con la medicación (mal suministrada, errónea, no suministrada, sin información)	15%
Usuarios que sienten que se les da un trato infantilizante , paternalista y que a menudo se les engaña	15%
Usuarios que lamentan que no se les permite salir solos de la residencia (siendo autónomos)	15%
Usuarios que consideran que la dirección del centro está ausente , poco comprometida o desatiende sus funciones	12%
Usuarios que sienten que las actividades son infantilizantes (pensadas para niños o personas con deterioro cognitivo)	12%
Usuarios que aprecian falta de formación/educación y profesionalidad en los trabajadores	12%
Usuarios que lamentan que los trabajadores no son valorados por la residencia (malos salarios, no reconocimiento)	12%
Usuarios que lamentan que las zonas exteriores y ajardinadas están descuidadas (en términos funcionales)	12%
Usuarios que se quejan de pasar frío o calor por ausencia de calefacción o aire acondicionado	12%
Usuarios que sienten que la residencia solo es un negocio (exceso de publicidad, comercialización)	12%
Usuarios que denuncian que se les ha retirado la documentación (DNI, tarjeta sanitaria/banco) o enseres (móvil)	12%
Usuarios que se quejan de que se les acuesta demasiado temprano por la noche	12%
Usuarios que se quejan de que la cena se sirve demasiado temprano	12%
Usuarios que se quejan de que la residencia es insegura (falta control usuarios con deterioro cognitivo, falta vigilancia)	9%
Usuarios que se quejan de la mala comunicación entre usuarios y entre usuarios y trabajadores (falta de comunidad)	9%
Usuarios que consideran que la comida es escasa y pasan hambre	9%
Usuarios que denuncian que el trato del trabajador social es incorrecto (antipático o poco profesional)	9%
Usuarios que lamentan la ausencia de servicios sanitarios en la noche y/o los fines de semana (a veces también en el día)	9%
Usuarios que se quejan de que no se les permite cerrar la puerta de la habitación con llave/pestillo	9%
Usuarios que sienten que las actividades deportivas (fisioterapia) son insuficientes (no se cubren las vacaciones)	9%
Usuarios que lamentan que la residencia disponga de un huerto solo para hacer fotos o enseñarlo a los familiares	9%

CONTACTO

Dra. Josefa Ros Velasco

IP Proyecto PRE-BORED

658659684

IOSROS@UCM.ES



Funded by
the European Union

