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 14 residentes y 11 trabajadores.[1]

Perfil de los usuarios y del centro

Edad media 85 años		**Media de tiempo institucionalización** 14 meses		**Con hijos** 100%		
Sexo	**Femenino** 64%	**Masculino** 36%	**Otros** -	**Visitas familiares/amigos/as** 93%	**Salidas acompañado/a por familiares/amigos/as** 86%	
Nacionalidad	**Española** 100%	**Otras** -		**Salidas solo/a** 29%	**Mudanza voluntaria** -	
Estado civil	**Viudo/a** 93%	**Soltero/a** -	**Separado/a** -	**Divorciado/a** 7%	**Casado/a (con cónyuge en el centro)** -	**Casado/a (sin cónyuge en el centro)** -
Nivel de estudios	**Sin estudios** 44%	**Primarios** 14%	**Bachiller** 7%	**Superiores** 14%	**FP** 21%	
Profesión	**Agricultura, alimentación y medio natural** -	**Industria, construcción y energía** 21%	**Comercio, hostelería y distribución** 7%	**Servicios administrativos, financieros y empresariales** 14%	**Servicios sociales, comunitarios y bienestar** 57%	**Información, comunicación y economía digital** -
Ingresos	**Medio-bajo** 7%	**Medio** 65%	**Medio-alto** 21%	**Alto** 7%	**Sin ingresos** -	
Movilidad	**Sin restricción** 28%	**Restricción leve** 43%	**Restricción grave** 29%	**Centro**: ubicación en entorno urbano, privado, mini residencia, residencia + centro de día, 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 residencia[2]

Usuarios que consideran que **la vida en la residencia es muy repetitiva**, rutinaria, que todos los días son iguales	**64%**
Usuarios que se sienten **aburridos constantemente** en la residencia	**57%**
Usuarios a los que **el tiempo se les pasa muy lento**, las horas y los días se les hacen interminables en la residencia	**50%**
Usuarios que consideran que las **actividades** que organiza la residencia **no tienen significado**	**43%**
Usuarios que consideran que la residencia **no organiza suficientes actividades**	**43%**
Usuarios que consideran que las **actividades** que organiza la residencia **no son suficientemente variadas**	**43%**
Usuarios a los que le parece que en la residencia **es complicado encontrar distracciones**, maneras de ocuparse	**29%**
Usuarios que sienten obligados o **forzados a participar en actividades**	**7%**

Bienestar psíquico percibido por los usuarios de la residencia[3]

Usuarios que se sienten desempoderados, **sin libertad para tomar decisiones**	**64%**
Usuarios que sienten que **la vida ha perdido sentido** por tener que vivir en la residencia	**57%**
Usuarios que sufren **soledad no deseada** en la residencia	**29%**
Usuarios que se sienten encerrados, **privados de libertad de movimiento** en la residencia	**29%**
Usuarios que sienten que han sufrido **pérdida de facultades cognitivas** desde que viven en la residencia	**29%**
Usuarios que se sienten **enfadados, irritados, cabreados** en el día a día de la residencia	**21%**
Usuarios que **desean que llegue el final** de sus vidas cuanto antes (entre los cuales existe ideación suicida – 0%)	**21%**
Usuarios que se sienten **tristes o deprimidos** por vivir en la residencia	**14%**
Usuarios que se sienten **nerviosos, inquietos** por tener que vivir en la residencia	**7%**

[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 residencia[4]

Usuarios que desean que la residencia traiga **obras de teatro**	**93%**
Usuarios que desean que la residencia traiga expertos a dar **charlas informativas**	**93%**
Usuarios que desean que la residencia traiga/organice **recitales de poesía**	**86%**
Usuarios que desean que la residencia traiga **actuaciones musicales**	**79%**
Usuarios que desean que la residencia organice **tertulias entre residentes** en torno a temas concretos	**79%**
Usuarios que desean que la residencia traiga un **espectáculo de humor/cómico**	**71%**
Usuarios que desean que la residencia traiga un **espectáculo de magia**	**64%**
Usuarios que desean que la residencia organice **excursiones, salidas**	**64%**
Usuarios que desean que la residencia organice **juegos colectivos**	**57%**
Usuarios que desean que la residencia organice **actividades con niños y jóvenes**	**57%**
Usuarios que desean colaborar con las **tareas de mantenimiento/domésticas** de la residencia para ocupar el tiempo	**50%**
Usuarios que desean que la residencia organice un **cine fórum** para ver y charlar sobre películas	**43%**
Usuarios que desean que la residencia organice un **taller de informática** para aprender a usar las nuevas tecnologías	**43%**
Usuarios que desean que la residencia organice actividades en las que se deba **utilizar la tecnología** (ordenador, tableta…)	**43%**
Usuarios que desean que la residencia organice un **club de lectura**	**43%**
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de **manualidades**	**43%**
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de **artes escénicas** (coro, teatro, tocar instrumentos…)	**36%**
Usuarios que desean que la residencia organice un **taller de escritura**	**36%**
Usuarios que desean **convivir con animales** en la residencia	**29%**
Usuarios que desean colaborar con las **tareas de gestión/organización** de la residencia para ocupar el tiempo	**21%**
Usuarios que desean **visitar otra residencia por un día**	**14%**

[4] Resultados de encuesta estructurada.

Actividades de la residencia identificadas y valoradas por los residentes[5]

Usuarios que refieren disfrutar de las actividades de **fisioterapia** (mencionado por el 57% de los usuarios)	**87,5%**
Usuarios que refieren disfrutar de la **terapia ocupacional** (mencionado por el 93% de los usuarios)	**77%**
Usuarios que refieren disfrutar del **taller de cocina** (mencionado por el 21% de los usuarios)	**67%**
Usuarios que refieren disfrutar de la **lectura guiada del periódico** (mencionado por el 21% de los usuarios)	**67%**
Usuarios que refieren disfrutar de las **excursiones** (mencionado por el 100% de los usuarios)	**64%**
Usuarios que refieren disfrutar del **bingo** (mencionado por el 21% de los usuarios)	**33%**
Usuarios que refieren disfrutar de las **manualidades** (mencionado por el 87,5% de los usuarios)	**33%**

Actividades demandadas por los residentes[6]

Usuarios que desean que la residencia organice **fiestas** (verbenas, celebraciones, juergas, tomar el vermú…)	**21%**
	%
	%

Actividades sugeridas de forma aislada:[7] salidas (al teatro, ballet, musical, concierto, zarzuela, ópera, restaurantes, piscina, playa), actividades para repasar los estudios elementales, petanca.

[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 residencia[8]

Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es el **personal auxiliar/gerocultor**	**43%**
Usuarios que afirman que no hay **nada** en la residencia **que destaque especialmente por ser positivo**	**21%**

Usuarios que consideran que **el personal es atento**[9]	**100%**

Aspectos destacados aislados:[10] libertad de movimiento dentro de la residencia, sensación de hogar, comida, dirección, tranquilidad, localización geográfica.

Aspectos destacados como MÁS NEGATIVOS de la residencia[11]

Usuarios que afirman que no hay **nada** en la residencia **que destaque especialmente por ser negativo**	**43%**
Usuarios que consideran que lo peor de la residencia es tener que **convivir con personas con deterioro cognitivo**	**29%**

Usuarios a los que **no les gusta vivir en la residencia** en general[12]	**57%**

Aspectos destacados aislados:[13] falta de personal, comida, aburrimiento crónico.

[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.

Otras demandas para el aumento del bienestar[14]

Usuarios que se sienten **incómodos por la convivencia con otros usuarios con deterioro cognitivo** en la residencia	**29%**
Usuarios que sienten que en la residencia **falta personal** (mal servicio, prisas)	**29%**
Usuarios que consideran que la **comida no está bien cocinada** y es de **mala calidad**	**21%**
Usuarios que se quejan de que en la residencia **no se organizan suficientes excursiones**	**21%**
Usuarios que lamentan que **no hay actividades durante los fines de semana**	**21%**

[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

JOSROS@UCM.ES

Funded by the European Union

MARIE CURIE ACTIONS

UNA4CAREER