

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 23 residentes y 15 trabajadores.¹

Perfil de los usuarios y del centro

Edad media 85 años		Media de tiempo institucionalización 44 meses		Con hijos 74%		
Sexo	Femenino 74%	Masculino 26%	Otros -	Visitas familiares/amigos/as 96%	Salidas acompañado/a por familiares/amigos/as 30%	
Nacionalidad	Española 96%	Otras 4%		Salidas solo/a 9%	Mudanza voluntaria -	
Estado civil	Viudo/a 66%	Soltero/a 17%	Separado/a 4%	Divorciado/a -	Casado/a (con cónyuge en el centro) 9%	Casado/a (sin cónyuge en el centro) 4%
Nivel de estudios	Sin estudios 65%	Primarios 13%	Secundarios -	Superiores 9%	FP 13%	
Profesión	Agricultura, alimentación y medio natural 4%	Industria, construcción y energía 9%	Comercio, hostelería y distribución 9%	Servicios administrativos, financieros y empresariales 13%	Servicios sociales, comunitarios y bienestar 65%	Información, comunicación y economía digital -
Ingresos	Medio-bajo 9%	Medio 65%	Medio-alto 13%	Alto 13%	Sin ingresos -	
Movilidad	Sin restricción 39%	Restricción leve 39%	Restricción grave 22%	Centro: ubicación en entorno rural, concertado, gran residencia, residencia, 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	65%
Usuarios que consideran que la residencia no organiza suficientes actividades	56,5%
Usuarios que consideran que las actividades que organiza la residencia no son suficientemente variadas	56,5%
Usuarios a los que el tiempo se les pasa muy lento , las horas y los días se les hacen interminables en la residencia	52%
Usuarios que consideran que las actividades que organiza la residencia no tienen significado	48%
Usuarios que se sienten aburridos constantemente en la residencia	35%
Usuarios a los que le parece que en la residencia es complicado encontrar distracciones , maneras de ocuparse	35%
Usuarios que sienten obligados o forzados a participar en actividades	4%

Bienestar psíquico percibido por los usuarios de la residencia³

Usuarios que se sienten desempoderados, sin libertad para tomar decisiones	78%
Usuarios que sienten que han sufrido pérdida de facultades cognitivas desde que viven en la residencia	35%
Usuarios que sienten que la vida ha perdido sentido por tener que vivir en la residencia	30%
Usuarios que se sienten nerviosos, inquietos por tener que vivir en la residencia	26%
Usuarios que se sienten enfadados, irritados, cabreados en el día a día de la residencia	26%
Usuarios que sufren soledad no deseada en la residencia	13%
Usuarios que se sienten encerrados, privados de libertad de movimiento en la residencia	13%
Usuarios que desean que llegue el final de sus vidas cuanto antes (ideación suicida – 1%)	13%
Usuarios que se sienten tristes o deprimidos por vivir en la residencia	9%

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	96%
Usuarios que desean que la residencia traiga un espectáculo de magia	91%
Usuarios que desean que la residencia traiga un espectáculo de humor/cómico	91%
Usuarios que desean que la residencia organice tertulias entre residentes en torno a temas concretos	91%
Usuarios que desean que la residencia traiga expertos a dar charlas informativas	87%
Usuarios que desean que la residencia traiga/organice recitales de poesía	87%
Usuarios que desean que la residencia traiga actuaciones musicales	83%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades con niños y jóvenes	83%
Usuarios que desean que la residencia organice un cine fórum para ver y charlar sobre películas	78%
Usuarios que desean que la residencia organice juegos colectivos	70%
Usuarios que desean colaborar con las tareas de gestión/organización de la residencia para ocupar el tiempo	61%
Usuarios que desean que la residencia organice un taller de informática para aprender a usar las nuevas tecnologías	52%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades en las que se deba utilizar la tecnología (ordenador, tableta...)	52%
Usuarios que desean colaborar con las tareas de mantenimiento/domésticas de la residencia para ocupar el tiempo	52%
Usuarios que desean visitar otra residencia por un día	48%
Usuarios que desean que la residencia organice excursiones, salidas	43,5%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de artes escénicas (coro, teatro, tocar instrumentos...)	43,5%
Usuarios que desean que la residencia organice un club de lectura	30%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de manualidades	30%
Usuarios que desean que la residencia organice un taller de escritura	22%
Usuarios que desean convivir con animales en la residencia	13%

⁴ Resultados de encuesta estructurada.

Actividades de la residencia identificadas y valoradas por los residentes⁵

Usuarios que refieren disfrutar del mercadillo (mencionado por el 40% de los usuarios)	89%
Usuarios que refieren disfrutar de las actividades de fisioterapia (mencionado por el 100% de los usuarios)	78%
Usuarios que refieren disfrutar de la terapia ocupacional (mencionado por el 96% de los usuarios)	73%
Usuarios que refieren disfrutar del bingo (mencionado por el 100% de los usuarios)	65%
Usuarios que refieren disfrutar de las actividades religiosas (mencionado por el 100% de los usuarios)	65%
Usuarios que refieren disfrutar del taller de cocina (mencionado por el 56,5% de los usuarios)	38,5%
Usuarios que refieren disfrutar de las excursiones (mencionado por el 100% de los usuarios)	35%
Usuarios que refieren disfrutar de las manualidades (mencionado por el 100% de los usuarios)	30%
Usuarios que refieren disfrutar de la terapia canina (mencionado por el 100% de los usuarios)	26%

Actividades demandadas por los residentes⁶

Usuarios que desean que la residencia organice fiestas (verbenas, celebraciones, juergas, tomar el vermouth...)	30%
Usuarios que desean que la residencia organice salidas al teatro, ballet, musical, concierto, zarzuela, ópera	17%
Usuarios que desean que la residencia organice salidas a restaurantes	17%
Usuarios que desean que la residencia organice salidas a museos, galerías, exposiciones	13%
Usuarios que desean que la residencia organice actividades de jardinería	13%

Actividades sugeridas de forma aislada:⁷, salidas (al fútbol, a la piscina, a celebraciones locales [cabalgatas, fiestas de pueblos], a jardines, a la playa), crear una revista de residentes (con noticias, actividades, defunciones, menús, recetas, contribuciones artísticas...), espectáculo de marionetas, crear un mercadillo vecinal, participar en actividades de voluntariado.

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	35%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es el personal auxiliar/gerocultor	26%
Usuarios que consideran que lo mejor de la residencia es la limpieza y la higiene	13%

Usuarios que consideran que el personal es atento ⁹	74%
---	------------

Aspectos destacados aislados:¹⁰ zonas exteriores y ajardinadas, organización, libertad de movimiento dentro de la residencia, sensación de hogar, terapia ocupacional, sensación de seguridad, animación sociocultural, comida.

Aspectos destacados como MÁS NEGATIVOS de la residencia¹¹

Usuarios que afirman que no hay nada en la residencia que destaque especialmente por ser negativo	22%
Usuarios que se quejan de la calidad y la preparación de la comida	56,5%
Usuarios que denuncian que lo peor es sufrir maltrato físico o psicológico por parte de los trabajadores	13%

Usuarios a los que no les gusta vivir en la residencia en general ¹²	48%
--	------------

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, dirección, volumen de ocupación de la residencia, aburrimiento crónico, mala educación de residentes varones, convivencia con personas con deterioro cognitivo.

Otras demandas para el aumento del bienestar¹⁴

Usuarios que consideran que la comida no está bien cocinada y es de mala calidad	78%
Usuarios que lamentan que no hay actividades durante los fines de semana	61%
Usuarios que consideran que el precio de la residencia es muy caro	30%
Usuarios que sienten que en la residencia falta personal (mal servicio, prisas)	30%
Usuarios que se quejan de que en la residencia no se organizan suficientes excursiones	30%
Usuarios que consideran que la dirección del centro está ausente , poco comprometida o desatiende sus funciones	26%
Usuarios que sienten que las actividades son infantilizantes (pensadas para niños o personas con deterioro cognitivo)	26%
Usuarios que se quejan de que no se puede elegir entre varias opciones de menú	22%
Usuarios que lamentan que no hay suficientes actividades por las tardes	22%
Usuarios que lamentan que la TV es repetitiva (siempre los mismos canales y películas, no canales de pago)	22%
Usuarios que refieren que la residencia ha empeorado últimamente, en general	17%
Usuarios que lamentan que no hay suficientes actividades para personas con deterioro cognitivo	17%
Usuarios que lamentan que no se les permite colaborar con tareas para ayudar y sentirse útiles	17%
Usuarios que lamentan el volumen de ocupación de la residencia (porque dificulta la convivencia)	17%
Usuarios que se quejan de que el personal les ha maltratado física o psíquicamente	17%
Usuarios que se quejan de la mala comunicación entre usuarios y entre usuarios y trabajadores (falta de comunidad)	13%

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.

CONTACTO

Dra. Josefa Ros Velasco

IP Proyecto PRE-BORED

658659684

IOSROS@UCM.ES



Funded by
the European Union

