



fundación
AXA

s•ledadES
Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada



NOTA DE PRENSA

Según el estudio sobre Soledad no Deseada y Salud Mental 2026 en Cantabria, de Fundación ONCE y Fundación AXA, elaborado dentro del Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada

El 45% de los cántabros que tienen problemas de salud mental se sienten además solos

La cifra es ligeramente inferior a la de la media nacional, situada en el 49,5%

El trabajo, presentado este martes en Santander, indica que el 27% de los ciudadanos de Cantabria tienen problemas de salud mental, tres puntos por encima de la media estatal

Evidencia también que la prevalencia de soledad no deseada en esta comunidad es un punto inferior a la de la media nacional, si bien tiene un perfil “marcadamente cronificado”

Santander, 22 de septiembre de 2026. El 45,4% de los cántabros con problemas de salud mental se sienten además solos, frente al 49,1% de la media nacional, tal y como evidencia el estudio sobre Salud Mental y Soledad no Deseada 2026 en Cantabria, impulsado por Fundación ONCE y Fundación AXA en el marco del **Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada (SoledadES)** y presentado este martes en Santander.

El trabajo pone de manifiesto también que el porcentaje de cántabros que dicen sentirse solos sin querer estarlo (19%) es ligeramente inferior al de la media estatal (20,2%), aunque “marcadamente cronificado”; que las personas afectadas por salud mental (27%) superan en tres puntos a la media del conjunto de España, y que un tercio de la población cántabra convive con una de estas dos situaciones o con las dos a la vez (frente al 12% del conjunto estatal).

Titulado ‘**Estudio sobre Soledad no Deseada y Salud Mental en Cantabria 2026**’, el informe se enmarca en el ‘**Estudio sobre Soledad No Deseada y Salud mental**

Departamento de Comunicación Fundación ONCE
915068888 • comunicacion@fundaciononce.es

Síguenos en



Interno



en España 2026', elaborado por la consultora Fresno mediante una encuesta telefónica a un total de 400 personas de 18 o más años de Cantabria y con el análisis de la literatura existente.

El trabajo se dio a conocer este martes en la sede de ONCE en Santander, en un acto que contó con la presencia de la consejera de Inclusión Social, Juventud, Familia e Igualdad del Gobierno de Cantabria, **Begoña Gómez del Río**; la concejala de Servicios Sociales, Familia, Salud, Autonomía Personal e Igualdad del Ayuntamiento de Santander, **Zulema Gancedo**; el presidente del Consejo Territorial de ONCE Cantabria, **Sergio Olavarría**, y el director general de Fundación AXA, **Josep Alfonso**.

También intervinieron **Juan Ignacio Vela**, director de Contenidos del Observatorio de la Soledad No Deseada; **Daniel Ferreras**, miembro del equipo del estudio de investigación, y **Elisa Irureta**, presidenta de CERMI Cantabria.

Tal y como se explicó en el encuentro, el objetivo de este trabajo es poner sobre la mesa la relación entre soledad no deseada y salud mental en esta comunidad, identificando particularidades, factores asociados y posibles ámbitos de actuación. Como el estudio estatal, analiza la situación de la soledad no deseada, de la salud mental y de la relación entre ambas y concluye que las dos están estrechamente relacionadas.

Soledad no deseada

Desde esta perspectiva, el estudio señala que en el apartado centrado en la soledad no deseada, el rasgo más singular de Cantabria es la **elevada persistencia** del fenómeno, ya que prácticamente la mitad de las personas en situación de soledad (49,5%) lleva cinco o más años en esta situación y el 70,4% al menos tres.

La soledad reciente (menos de un año) es residual en la comunidad (1,3%), muy por debajo del conjunto de España (10,4%), “lo que dibuja un perfil de **soledad más cronificada y con menor entrada de nuevos casos** que el promedio estatal”.

La brecha de género en el problema de soledad no deseada es inferior en esta comunidad que en el conjunto del Estado. Así, el 19,9% de las mujeres cántabras se encuentra en situación de soledad no deseada, frente al 18% de los hombres (brecha de solo 1,9 puntos, muy inferior a los 6,6 puntos nacionales).

Salud mental

En cuanto a la salud mental, en conjunto, **los datos apuntan a una carga sistemáticamente más elevada en Cantabria que en el promedio estatal** en prácticamente todos los segmentos sociodemográficos analizados y en un contexto de empeoramiento generalizado de la salud mental entre 2024 y 2026 a nivel nacional.

Así, el informe detalla que del 27,2% de cántabros con problemas de salud mental, el 19,3% está diagnosticado (casi seis puntos por encima de la media estatal, que se



sitúa en el 13,3%), frente al 7,9% que no lo está (10,6% en el conjunto del Estado), pero que sospecha tenerlos.

Con respecto a los **problemas de salud mental diagnosticados más frecuentes en Cantabria**, son la depresión (15,2%) y la ansiedad (13,4%), con prevalencias superiores a las observadas en el conjunto de España (12% y 11,5%, respectivamente).

También evidencia el trabajo que aunque los problemas de salud mental afectan más a las mujeres en este territorio, la brecha de género (de 6,5 puntos) es aquí más estrecha que en el conjunto del Estado (14,1 puntos).

Y advierte de **un hecho que debe “ser vigilado”**: el de la **automedicación**. Explica en este sentido el informe que el consumo actual de fármacos relacionados con la salud mental es “notablemente mayor en Cantabria” (**18,6%** en la última semana, frente al 14,2% nacional), lo que configura un **perfil más medicalizado**. Al mismo tiempo, **casi un tercio (32,6%) de las personas con un diagnóstico clínico de salud mental en Cantabria no recibe ningún tipo de apoyo** (ni psicológico ni farmacológico), casi ocho puntos por encima del promedio nacional (24,7%).

Cuando reciben apoyo, en Cantabria predomina la **combinación del psicológico y medicación** (38,3%) sobre la medicación aislada (19,3%), un patrón más integrado que el estatal, pero la brecha de cobertura entre personas diagnosticadas es más amplia. Además, el 72,1% de las personas que sospechan tener problemas sin diagnóstico no reciben ningún apoyo, y el consumo de medicación sin apoyo psicológico en este colectivo casi duplica la cifra nacional (18,2% frente al 10,1%), “lo que apunta a un **riesgo de automedicación** que debe ser vigilado”.

Soledad y salud mental

El estudio constata que la soledad no deseada y la salud mental están estrechamente relacionadas también en Cantabria, donde, como en el resto del Estado, la prevalencia del primer problema se multiplica casi por cinco entre las personas aquejadas también del segundo. De esta forma, el **45,4%** de quienes sufren por salud mental padecen soledad no deseada, frente al **9,2%** de quienes no tienen problemas de salud mental, una brecha de 36,2 puntos porcentuales.

En sentido inverso, **casi dos de cada tres personas en situación de soledad no deseada (64,8%) presentan problemas de salud mental**, y de ellas el 46,3% cuenta ya con diagnóstico clínico (12 puntos por encima del promedio nacional (34,3%)). Esto, subraya el informe, sitúa al sistema sanitario cántabro “en una **posición privilegiada**” para la **detección precoz de la soledad**, ya que casi la mitad del colectivo en soledad está ya en contacto con él por motivos de salud mental.

Y, de manera combinada, más de un tercio de la sociedad cántabra (34,9%) convive con uno de los dos problemas y una parte “significativa” de esta población, con los

dos. “Esta acumulación de vulnerabilidades”, advierte el informe, “es más intensa que en el conjunto del Estado”.

Otras conclusiones

En cuanto a las **implicaciones sociales** de estos dos fenómenos, el informe indica, entre otras cuestiones, que la combinación de vivir solo con un diagnóstico clínico de salud mental dispara la prevalencia de soledad hasta el **69,3%** en esta comunidad, casi cinco puntos por encima del promedio estatal (64,6%). Y subraya que este hallazgo es “especialmente relevante en una comunidad con un peso significativo de hogares unipersonales de personas mayores en el medio rural”.

Además, el informe llama la atención sobre aspectos tales como que las relaciones personales de calidad y el apoyo social percibido tienen un importante potencial para reducir la soledad no deseada y proteger la salud mental; que la soledad puede motivar el uso de recursos digitales, como redes sociales o la IA, aunque su uso como vía de escape no está muy extendido, y acerca de que existe una importante falta de recursos públicos que deriva en un déficit de diagnóstico y de apoyo profesional.

En este sentido, añade que **los recursos digitales se perciben de forma “especialmente crítica” en Cantabria**, donde el 71% de la población considera que las redes sociales empeoran la salud mental. “Esta mirada crítica cántabra”, apunta el trabajo, “refuerza la necesidad de promover **una alfabetización digital emocional** y de reforzar los espacios presenciales de encuentro”

Otro punto sobre el que llama la atención el estudio es el hecho de que la **discapacidad sea “un factor de vulnerabilidad especialmente intenso en Cantabria”**. En este sentido, explica que la prevalencia de la soledad no deseada entre las personas con discapacidad en esta comunidad alcanza el **28,7%**, frente al 17% entre la ciudadanía sin discapacidad. La **carga de salud mental es todavía más marcada**, ya que el 44,1% de quienes tienen discapacidad declara tener problemas de salud mental (diagnosticados o no), frente al 23,3% de las personas sin discapacidad.

Esta brecha (20,8 puntos porcentuales) es notablemente más amplia que la nacional (13,1 puntos) y configura a Cantabria como uno de los territorios donde la intersección discapacidad–salud mental es más intensa. Cuando ambas condiciones coinciden, prácticamente **una de cada dos personas** con discapacidad y diagnóstico clínico se encuentra en situación de soledad no deseada (45,1%).

SoledadES

El **Observatorio Estatal de la Soledad no Deseada (SoledadES)** es un espacio de intercambio de investigaciones y conocimientos entre administraciones y profesionales que pretende conocer la dimensión del aislamiento involuntario en que viven muchas personas en España y contribuir después a su mejora. Es una iniciativa de Fundación ONCE en colaboración con Cruz Roja, Cáritas, ONCE, Red contra la Soledad no deseada, Plataforma de Mayores y Pensionistas, Federación Española de



Municipios y Provincias (FEMP), Plataforma del Tercer Sector, Plataforma del Voluntariado de España, Red de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión Social, Consejo de la Juventud de España, UGT, CCOO, CERMI, Plataforma de Organizaciones de Pacientes, Fundación Social Padre Ángel, Unión Profesional, Consejo General de Colegios de Farmacéuticos y Orden Hospitalaria de San Juan de Dios.

Síguenos en

