



Temores en la sociedad actual

Perder a un familiar cercano es el temor que más preocupa a los españoles

- Perder la vista, la salud o padecer un cáncer son los otros miedos que más sufren los encuestados, según el estudio 'Temores en la sociedad actual' que ha realizado el CIS
- El 76,6% de los españoles cree que la democracia en España ha sufrido "mucho o bastante deterioro"
- El 78,9% de los españoles afirma que podría haber una guerra en la que se utilicen armas nucleares
- Un 79,4% se considera una persona "más bien optimista" en líneas generales

Madrid, 12 de marzo 2026. El CIS ha realizado una encuesta sobre temores en la sociedad actual en la que se pregunta a los españoles por sus miedos, lo que les preocupa en su día a día, y por los conflictos sociales y políticos, entre otras cuestiones.

El 12,3% de las personas tiene "muchos o bastantes miedos o temores"; el 32,5% "algunos"; y el 54,8% tiene "poco o ningún miedo o temor". Entre las personas que suelen tener algún tipo de recelo, el 31,4% asegura que tienen que ver principalmente con "cuestiones personales", otro 31,4% con asuntos que "concernen a la sociedad española actual"; y un 16,2% con "cuestiones internacionales y el mundo de nuestros días".

Miedos

Lo que más miedo suscita a los españoles es "perder a un familiar cercano" con un 8,18 de media, seguido de "perder la salud" con un 7,85. Perder la vista también preocupa mucho (7,52) y en cuarto lugar está "contraer un cáncer" con un 7,39 sobre 10.

Los más jóvenes y los mayores de 75 años son los grupos de edad que más expresan el temor a perder a un familiar. La media de los jóvenes de 18 a 25 años es de 8,38 y 8,56 entre quienes tienen más de 75 años.

El temor a una guerra mundial también preocupa a los encuestados y se sitúa en 8,01, seguido del miedo a “ser juzgado o perseguido por un delito que no ha cometido” con un 7,33 y muy cerca el miedo a “una crisis económica” con el 7,30.

Posibles guerras

Cuando se pregunta por la posibilidad de que haya una guerra en la que se utilicen armas nucleares, el 78,9% de los españoles afirma que sí podría pasar y el 19,4% cree que no.

El 41,7% asegura que el uso de armas nucleares supondría el fin de la humanidad, mientras que el 54,1% indica que no lo sería.

Por otro lado, el 67,7% de los encuestados opina que tener unas Fuerzas Armadas bien dotadas y entrenadas, es una garantía necesaria para evitar ser objeto de una agresión o abuso por parte de otro país, mientras que el 29,6% no lo cree.

En cuanto a los conflictos sociales, un 89,9% piensa que van en aumento temas como la violencia, la polarización o los enfrentamientos, frente a un 9% que piensan que no.

Democracia y medios de comunicación

El 76,6% de los españoles cree que la democracia en España ha sufrido “mucho o bastante deterioro”, mientras que un 20,2% asegura que no lo ha sufrido. Entre los que opinan que existe ese deterioro, un 82,4% dice sentirse muy preocupado por esa cuestión, frente al 16,3% que afirma que no les preocupa el deterioro de la democracia.

Además, un 77,1% indica que los medios de comunicación están contribuyendo a aumentar la sensación de miedo y temor en la sociedad, frente a un 20,1% que piensa que no.

Un 13,8% de los españoles dice que, en las dos últimas semanas, el miedo o las preocupaciones le han quitado el sueño, frente a un 62,3% que dice que “rara vez o nunca”. Y un 23% reconoce que “a veces” sí le han quitado el sueño.

Comparado con hace un año, un 48,9% afirma que sus miedos y preocupaciones son “mucho mayores o algo mayores”; un 41% indica que igual y solo un 9,7% asegura que “algo menores o mucho menores”.

En cuanto a la frecuencia con la que los ciudadanos experimentan últimamente sentimientos de miedo o angustia sin ninguna causa concreta e identificada, el 80,4% asegura que con “poca o ninguna” y solo el 18,5% con “mucho o bastante”.

Seguridad ciudadana

El 67,6% reconoce que se siente “muy o bastante seguro” caminando solo por determinadas zonas del lugar donde vive después del anochecer, mientras que un 29,8% afirma sentirse “poco o nada seguro”.

En cuanto a los datos por sexo, el 40,2% de los hombres manifiesta sentirse “muy seguro”, frente al 20,3% de las mujeres. En el mismo sentido, el 39,6% de las mujeres expresan que se sienten “poco o nada” seguras, con respecto al 29,8% de los hombres. Si atendemos a los tramos de edad, son los más jóvenes los que manifiestan mayor inseguridad, el 39,2% de los jóvenes entre 18 y 24 años se sienten “poco o nada seguros”.

Nuevas tecnologías

Un 33,1% siente “mucho o bastante” miedo a que su vida se vea sometida a control por las nuevas tecnologías; un 38,7% afirma que siente “poco o ningún miedo”; y un 27,5% padece “algo de miedo”.

Malestar emocional

El 14,9% de los españoles reconoce que toma algún tipo de medicación —antidepresivos o ansiolíticos— para manejar el malestar emocional frente a un 84,4% que asegura que no.

Además, un 65,8% piensa que el malestar emocional en la sociedad española no está suficientemente atendido en estos momentos; un 27,2% opina que sí lo está.

Sobre el temor a quedarse sin apoyo emocional en momentos difíciles, el 32% de los encuestados tiene “mucho o bastante temor”, frente a un 67,4% que tiene “poco o ninguno”. De hecho, el 90,1% afirma que tiene personas con las que puede hablar abiertamente de sus miedos y temores, y solo un 9,2% dice que no las tiene.

Un 86,8% afirma que tiene la sensación de que, haga lo que haga en su vida, hay factores externos que escapan a su control, frente a un 11,2% que no lo ve así.

A pesar de ello, el 79,4% se considera “más bien optimista” en líneas generales, un 15,5% “más bien pesimista” y un 3,5% dice que “equilibrada, ni optimista ni pesimista”.

Dentro de 10 años...

El 37,2% opina que sus condiciones de vida serán peores dentro de 10 años, un 29,7% dice que serán mejores que ahora y un 37,2% que serán iguales.

Estos y otros datos se encuentran en el estudio sobre *Temores en la sociedad actual*, que se ha realizado del 20 al 27 de febrero y cuenta con una muestra de 5.015 entrevistas. Pueden consultar los datos al completo en la web del Centro de Investigaciones Sociológicas (www.cis.es). Para cualquier consulta el teléfono de Comunicación es 91 580 76 25.