

# IMPACTO DA SOLIDÃO NA SAÚDE FÍSICA, COGNITIVA E EMOCIONAL DA PESSOA IDOSA

Rafael Menezes Souza Canuto; Ingrid Barboza Guimarães; Marcello de Santis Almeida Mazalli; Vinícius Munhoz Barbosa; Rodrigo Jorge Salles

**Universidade São Judas**

Psicologia, Mooca, prof.rodrigosalles@ulife.com.br



## Introdução

O envelhecimento é algo comum a todos, sendo um processo irreversível, natural e individual. Em seu curso, é guiado pelas perdas progressivas de papéis e funções sociais, além das vulnerabilidades físicas, cognitivas, mentais e socioeconômicas que os sujeitos podem vivenciar durante este processo (Zimerman, 2000).

As relações sociais e a qualidade de apoio que um sujeito possui, são fatores protetivos que estão ligados a resultados de saúde e bem-estar (Ferreira & Casemiro, 2021). Em contrapartida, levando em consideração o isolamento social e a solidão, ambos são fatores associados a um acometimento em diversas vias na saúde do sujeito (Kraav et al., 2021).

O isolamento social é definido como a falta de uma rede social mais ampla (Gierveld, Tilburg & Dykstra, 2006). Já a solidão pode ser definida como uma experiência desagradável que ocorre quando de alguma forma, as relações sociais de um sujeito são deficientes, seja quantitativamente ou qualitativamente. Desta forma, o sujeito pode se sentir solitário mesmo que tenha uma grande rede social (Gierveld, 1998).

A solidão é um problema mundial e associado a diversas condições crônicas, tais como: doenças pulmonares, doenças cardíacas, doenças vasculares, entre outras. Além disso, a solidão é vista como um importante fator de problemas psicológicos, como depressão, estresse e ansiedade (Yanguas, Pinazo-Henandis & Tarazona-Santabalbina, 2018).

Assim como qualquer outra etapa do desenvolvimento humano, a velhice possui suas próprias peculiaridades que precisam ser analisadas e estudadas. Por ser uma fase favorável a diversas perdas, observa-se ser uma etapa propensa para o surgimento de diversos sintomas e distúrbios. Nesse sentido, a motivação de estudo é verificar a associação entre a solidão, como um preditor para um comprometimento cognitivo, depressão e um prejuízo na qualidade de vida. Além de analisar tal questão, é fundamental analisar e produzir reflexões que possam subsidiar a sociedade com políticas públicas, visando à obtenção de formas de acolhimento e auxílio a essa parcela da população.

## Objetivos

O presente estudo teve como objetivo avaliar a associação entre solidão e o adoecimento mental em pessoas idosas participantes em um centro de convivência.

## Metodologia

A pesquisa se caracteriza como uma investigação de campo, descritiva e quantitativa. Trata-se de uma amostra não probabilística por conveniência de 65 participantes de um centro de convivência para idosos. Os participantes de pesquisas foram recrutados presencialmente a partir de uma carta convite, divulgado pela instituição e profissionais que atuam no centro de convivência. Os participantes foram avaliados através de um questionário de caracterização de participante, incluindo informações básicas de saúde, aplicação do teste de rastreio cognitivo (MEEM), da escala de solidão (UCLA-BR), da escala de depressão geriátrica (GDS-15).

## Resultados

Trata-se dos resultados parciais do estudo, que foi realizado com participantes de um Centro de Convivência para Idosos, no Município de Itapevi, São Paulo. A população desse estudo é composta por 65 participantes, com idades entre 60 e 84 anos, com média de idade de 70,30. Em relação ao sexo dos participantes, em sua maioria do sexo feminino (n:50) e masculino (n:15). De forma unanime, todos os participantes informaram possuírem algum diagnóstico para doenças crônicas, variando de um diagnóstico a cinco diagnósticos de doenças crônicas variadas.

O tempo em que os participantes frequentam o centro de convivência mostrou-se heterogêneo, variando entre 2 semanas a 240 meses. De forma geral, todos os participantes afirmam realizar pelo menos uma atividade física em sua rotina, variando entre atividades de esporte coletivo e individual. Um outro dado interessante é a percepção dos participantes em relação ao papel do grupo de convivência na vida deles, em que, a maioria dos participantes afirmaram ser muito importante (n:49) e importante (n:15).

Os resultados do presente estudo corroboram com os dados sobre os fatores protetivos na solidão para pessoas idosas, onde, a participação em locais como centro de convivência para pessoas idosa e ambientes de convívio social, são espaços que permitem ao sujeito a manutenção e a construção de novos vínculos, sendo estes fatores protetivos para a solidão (Ferreira & Casemiro, 2021).

## Conclusões

A realização do trabalho permite concluir e reforçar a literatura científica sobre os fatores protetivos para solidão na pessoa idosa. Foi observado que as pessoas idosas participantes de centros de convivência podem ter um impacto menor na saúde associado com a solidão. Além disso, tais espaços possibilitam a convivência social, manutenção de vínculos e criação de novos vínculos entre os sujeitos, sendo fatores protetivos que estão ligados a resultados de saúde e bem-estar.

## Bibliografia

- Ferreira, H. G., & Casemiro, N. V. (2021). Solidão em pessoas idosas e fatores associados. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 9(1), 90-98. <https://doi.org/10.18554/refacs.v9i1.5199>
- Gierveld, J. (1998). A review of loneliness: Concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews in Clinical Gerontology*, 8(1), 73-80. doi:10.1017/S0959259898008090
- Gierveld, J., van Tilburg T., Dykstra P. A. (2006). Loneliness and social isolation. In Vangelisti A. L., Perlman D. (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 485-500). Cambridge, MA: Cambridge University Press
- Kraav, S. L., Lehto, S.M, Junttila, N., Ruusunen, A., Kauhanen, J., Hantunen, S., & Tolmunen, T., (2021) Depression and loneliness may have a direct connection without mediating factors. *Nordic Journal of Psychiatry* 75:7, 553-557.
- Yanguas, J., Pinazo-Henandis, S., & Tarazona-Santabalbina, FJ (2018). A complexidade da solidão. *Acta Biomédica Atenei Parmensis*, 89 (2), 302–314. <https://doi.org/10.23750/abm.v89i2.7404>
- Zimerman, G. I. (2000). Morte. In: *Velhice: aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre: Artmed.