

## SOLIDÃO NA PESSOA IDOSA: FATORES DE RISCO, IMPACTOS E INTERVENÇÕES

EMILLY LAIANNY QUIRINO DE LIMA<sup>1</sup>  
GABRIEL CARLOS CARVALHO PINHEIRO<sup>2</sup>  
ISADORA FERRAZ DE QUEIROGA FREIRE<sup>3</sup>  
MARIA EDUARDA SILVA DE SOUSA<sup>4</sup>  
MILENA NUNES ALVES DE SOUSA<sup>5</sup>

### RESUMO

A pesquisa analisou os fatores e impactos da solidão na velhice, além de identificar intervenções para melhorar a vida dos idosos solitários. Utilizando a base de dados PUBMED e outras fontes, foram encontradas 112 publicações, com 50% provenientes do PUBMED. O inglês foi o idioma predominante (46,9%), sendo 2021 o ano mais prevalente (15,6%). O tipo de estudo mais recorrente foi o de campo (18,75%). O estado civil foi o principal fator de risco para a solidão em idosos (21,8%), junto com a perda de entes queridos e o estado de saúde prejudicado. O isolamento social foi o impacto mais comum (26,6%), seguido pela dependência e depressão. As intervenções prevalentes foram o uso de tecnologias, socialização, atenção à saúde, qualidade do sono, rede de apoio e avaliação holística (13,3% cada). Conclui-se que é crucial considerar estado civil, perda de entes queridos e saúde física como fatores de risco. Abordar o isolamento social é essencial. As intervenções sugeridas, como tecnologias, socialização e suporte da rede de apoio, podem melhorar a qualidade de vida dos idosos solitários. Esses resultados têm implicações práticas, destacando a necessidade de intervenções personalizadas para lidar com a solidão na velhice, envolvendo profissionais de saúde, assistência social e familiares.

**Palavras-chave:** Envelhecimento; Isolamento social; Saúde; Sistemas de apoio psicossocial; Grupos de autoajuda.

<sup>1</sup>Estudante do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos. E-mail: emillylima@med.fiponline.edu.br ORCID: 0009-0000-5294-0879

<sup>2</sup>Estudante do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos. E-mail: gabrielpinheiro@med.fiponline.edu.br ORCID: 0009-0000-7202-6742

<sup>3</sup>Estudante do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos. E-mail: isadorafreire@med.fiponline.edu.br ORCID: 0009-0005-8296-4341

<sup>4</sup>Estudante do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos. E-mail: mariasousa1@med.fiponline.edu.br ORCID: 0009-0001-9164-2492

<sup>5</sup> Doutora e Pós-Doutora em Promoção da Saúde. Pró-Reitora de Pós-graduação, Pesquisa e Extensão e Docente no Centro Universitário de Patos. E-mail: milenanunes@fiponline.edu.br. ORCID: 0000-0001-8327-9147

## LONELINESS IN THE ELDERLY: RISK FACTORS, IMPACTS AND INTERVENTIONS

### ABSTRACT

*The research examined the factors and impacts of loneliness in old age, as well as identified interventions to improve the lives of lonely elderly individuals. Using the PUBMED database and other sources, 112 publications were found, with 50% originating from PUBMED. English was the predominant language (46.9%), with the year 2021 being the most prevalent (15.6%). The most common study type was field research (18.75%). Marital status was the primary risk factor for loneliness in the elderly (21.8%), along with the loss of loved ones and compromised health. Social isolation was the most common impact (26.6%), followed by dependence and depression. Prevalent interventions included the use of technology, socialization, healthcare attention, sleep quality, support networks, and holistic assessment (13.3% each). It is concluded that considering marital status, loss of loved ones, and physical health as risk factors is crucial. Addressing social isolation is essential. The suggested interventions, such as technology use, socialization, and support from social networks, can enhance the quality of life for lonely seniors. These findings have practical implications, emphasizing the need for personalized interventions to address loneliness in old age, involving healthcare professionals, social workers, and family members.*

**Keywords:** *Aging; Social isolation; Health; Psychosocial support systems; Self-help groups.*

## 1. INTRODUÇÃO

Em face do cenário atual, o processo de envelhecimento do ser humano é um fenômeno natural e inevitável, em que mudanças físicas, fisiológicas e do sistema imune ocorrem no corpo. Para Brunner e Ahmadi-Abhari (2018) e Souza; Giacomini; Firmo (2022), a capacidade cognitiva também pode diminuir a depender de como a pessoa leva sua vida adulta, em que muitos fortalecem por meio de atividade físicas para proporcionar bem-estar ao corpo e do raciocínio lógico para estimular a mente a manter o grau de cognição. O rápido e progressivo envelhecimento da população expõe um cenário amplo e cheio de dificuldades ligadas às demandas de cuidados.

Na fase do envelhecimento é comum ocorrerem doenças crônicas, declínio cognitivo, ou seja, baixos valores das funções cognitivas em geral, além de prejuízos no processamento psicomotor, na linguagem e na capacidade de abstração. O isolamento social durante a pandemia, uma alternativa eficaz considerada pela Organização Mundial da Saúde (OMS), gerou um sentimento de angústia e transtornos ansiosos na população, sendo maior nos idosos, tornando-se um fator de risco para proporcionar o aumento dos casos de doenças crônicas devido o surgimento de depressão, de estresse, de ansiedade e de irritação (Jantara *et al.*, 2020).

Com isso, é válido destacar que além da necessidade do isolamento, o surgimento das doenças crônicas potencializa a aflição por parte dos idosos e torna-os mais suscetíveis a desenvolver problemas psicológicos. Ainda mais, compreendendo-se o envelhecimento do ser humano como um processo complexo e multidimensional que está relacionado a diversos fatores, sendo esses, biológicos, psicológicos, sociais e culturais (Brito; Oliveira; Eulálio, 2015; Almeida *et al.*, 2021). Ademais, a solidão na velhice é um desafio significativo para a saúde gerontológica do Brasil, já que no processo de envelhecimento, a solidão torna-se mais propensa a se manifestar.

A velhice é um ciclo de vida que se caracteriza pelo aumento da probabilidade de sofrer limitações devido a deterioração da saúde, a diminuição das redes sociais, a rejeição social e a morte de familiares e amigos contemporâneos. Com isso, essa

caracterização produz sentimentos de estar sobrecarregado e de inutilidade, o que pode gerar isolamento, levando ao sentimento de solidão no idoso (Quintero *et al.*, 2015; Díaz; Moreno; Arias-Rojas, 2019). Dito isso, perda de entes queridos, divórcios, distanciamento da família e amigos e restrições de mobilidade são considerados fatores que contribuem tanto para o surgimento quanto para o agravamento do sentimento de solidão nas pessoas mais velhas, ocasionando sérios impactos na saúde física e mental desses indivíduos, aumentando o risco de depressão e ansiedade e de adquirir doenças crônicas como hipertensão arterial, sendo necessárias intervenções.

Com base no que foi exposto, o objetivo da pesquisa é analisar os fatores e os impactos da solidão na velhice e as intervenções para melhorar a vida dos idosos que se sentem solitários, na tentativa de sensibilizar a população por meio da educação, visando promover mais empatia e compreensão com a pessoa idosa, como também procurar realizar políticas públicas para proporcionar melhorias no bem-estar dos idosos e um melhor processo de envelhecimento.

A solidão se caracteriza como um sentimento de quem está desacompanhado, sendo atrelada do sentimento de tristeza e de melancolia e em decorrência de todas essas necessidades é fundamental desenvolver métodos de apoio e medidas intervencionistas que sejam sensíveis ao desejo destas pessoas por meio de apoio emocional, de oportunidades de interação social e de programas de saúde para fortalecer a saúde física e mental da população idosa (Bezerra; Nunes; Moura, 2021; Gabarrell-Pascuet *et al.*, 2022; Nguyen *et al.*, 2020; Díaz; Moreno; Arias-Rojas, 2019).

Segundo Azeredo e Afonso (2019), os profissionais que convivem com essas pessoas deverão estar atentos à sua comunicação verbal e não verbal, pois, muitas vezes, expressam seus sentimentos de solidão de forma atípica, através de queixas psicossomáticas, manifestações agressivas e/ou depressivas, ou ainda através de atividades nem sempre bem interpretadas pelos outros e/ou através de tentativas de suicídio, podendo esse chegar mesmo a acontecer. Sabendo disso, é relevante se atentar para o fato de que a solidão na população idosa cresce exponencialmente, ocasionando prejuízos no que se refere ao bem-estar desse grupo etário. Desse modo, a atenção com a pessoa idosa torna-se de extrema necessidade devido a

problemas já enfrentados por eles na sociedade, tanto pelo preconceito, quanto pela dificuldade de acessibilidade em práticas comuns de rotina.

É indispensável a pesquisa acerca do assunto para diversos fins, dentre eles está a compreensão dos efeitos da solidão na saúde física e mental dos idosos, assim como o aprendizado sobre inclusão e respeito com eles, objetivando entender e se sensibilizar em como se dá a sensação de isolamento e tristeza na terceira idade.

Ademais, essa pesquisa contribui significativamente para a área da saúde ao se tratar tanto da redução dos índices de doenças depressivas, quanto da diminuição de custos no tratamento de tais condições, reduzindo a hiperutilização dos serviços de saúde pela população idosa que lida diariamente com a solidão.

## 2. MÉTODO

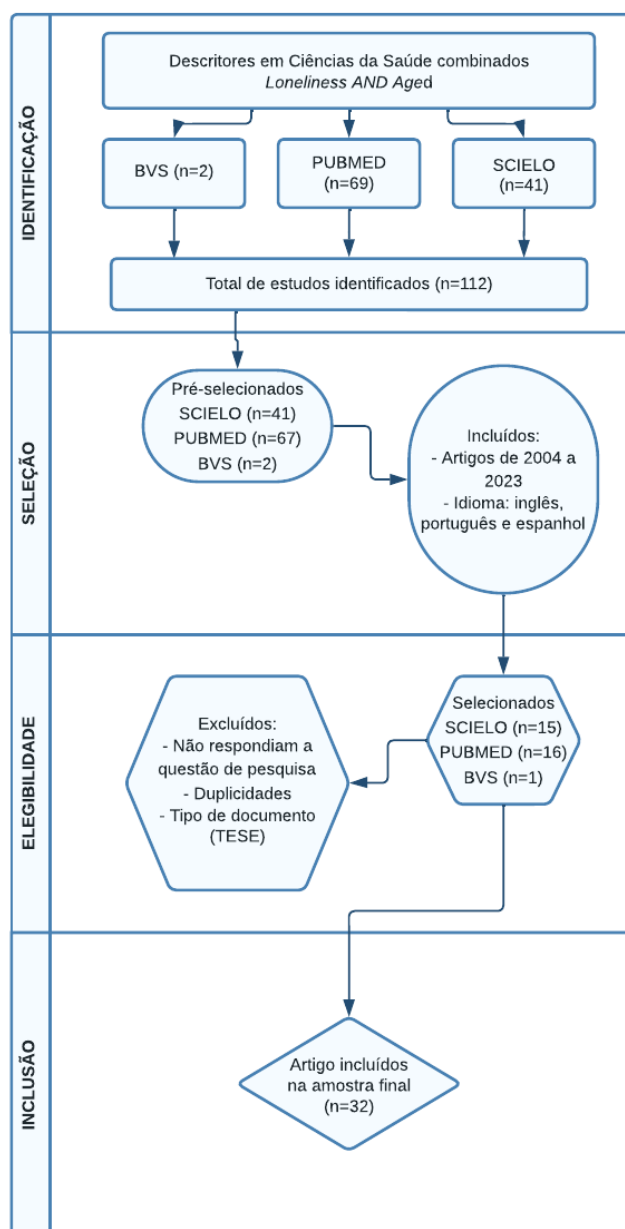
Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que se define como um método bastante utilizado nas pesquisas na área de saúde para orientar os estudos relevantes de revisão, que englobam a busca, seleção e análise de produção do conhecimento sobre determinado tema (Sousa; Bezerra; Egypto, 2023).

De acordo com Dantas *et al.* (2023), são necessárias seis etapas para realizar o método, sendo elas: identificação do tema e seleção da hipótese ou questão de pesquisa, amostragem ou busca na literatura, extração de dados ou categorização, análise crítica dos estudos incluídos, interpretação dos dados e apresentação da revisão integrativa.

Sendo assim, em primeiro lugar, definiu-se a questão de pesquisa: Quais os fatores de risco, os impactos e as intervenções para melhorar a vida dos idosos solitários? Após realizada essa etapa, foram estabelecidos os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) em português/inglês: Solidão/*Loneliness* e Idoso/*Aged*. Diante disso, na base de dados *U.S. National Library of Medicine* (PubMed) foi usada a combinação *Loneliness* [TI] AND *Aged* [TI] e nas bases *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) foi feita a pesquisa combinando Solidão AND Idoso, com o uso dos vocabulários controlados.

Foram elegíveis os critérios de inclusão artigos de 2004 a 2023 e idiomas inglês, português e espanhol; como critérios de exclusão não responder à questão de pesquisa, duplicidades e tipo de documento, sendo excluídos as teses. Encontraram-se um total de 112 resultados em todas as bases de dados, selecionando-se 32 artigos (figura 1).

**Figura 1:** Fluxograma de seleção dos estudos.



Fonte: Dados de pesquisa, 2022.

No terceiro passo, dada a categorização, foram extraídos os dados: autor, ano, título, idioma, país, periódico, tipo de estudo, principais resultados que respondem à questão de pesquisa, impactos da solidão na vida dos idosos, fatores que contribuíram para a solidão do idoso e, por fim, intervenções para a melhoria da vida dos idosos solitários. Por fim, a quarta e quinta etapa abordam a interpretação crítica dos dados encontrados, culminando na sexta etapa, a qual aborda a apresentação.

### 3. RESULTADOS

No quadro 1, verifica-se que o ano que prevaleceu entre as pesquisas foi o de 2021 totalizando 15,6% (n=5). Além disso, verifica-se que o idioma que mais apareceu foi inglês, resultando em 46,9% (n=15), observa-se também que o periódico e tipo de estudo que mais apareceram foi, respectivamente, Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia e pesquisa de campo, finalizando em 12,5% (n=4) e 18,75% (n=6).

**Quadro 1:** Caracterização geral dos artigos selecionados para compor a RIL.

<b>Autores (Ano)</b>	<b>Título</b>	<b>Idioma</b>	<b>Periódico</b>	<b>Tipo de Estudo</b>
Steptoe, Kunz-Ebrecht e Brydon (2004)	<i>Loneliness and neuroendocrine, cardiovascular, and inflammatory stress responses in middle-aged men and women</i>	Inglês	Psuchoneuroen docrinology	Estudo comparativo
Routasalo et al. (2005)	<i>Predictors and subjective causes of loneliness in an aged population</i>	Inglês	Arch. Gerontology Geriatric	Estudo comparativo
Routasalo et al. (2006)	<i>Social contacts and their relationship to loneliness among aged people - a population-based study</i>	Inglês	Gerontology	Pesquisa por amostra

Pestana e Santo (2008)	As engrenagens da saúde na terceira idade: um estudo com idosos asilados	Português	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Estudo Qualitativo
Brownie e Horstmansh of (2011)	<i>The management of loneliness in aged care residents: an important therapeutic target for gerontological nursing</i>	Inglês	Geriatric Nursing	Pesquisa por amostra
Vicente et al. (2014)	Estudo longitudinal dos fatores associados à evolução de sintomas depressivos em idosos institucionalizados	Português	Jornal Brasileiro de Psiquiatria	Pesquisa de campo
Azul et al. (2015)	<i>Loneliness of older people aged 70: a comparison of two Finnish cohorts born 20 years apart</i>	Inglês	Archives of Gerontology and Geriatrics	Estudo comparativo
Minayo e Cavalcante (2015)	Tentativas de suicídio entre pessoas idosas: revisão de literatura (2002/2013)	Português	Ciência & Saúde Coletiva	Pesquisa documental
Torres et al. (2015)	Representações sociais e crenças normativas sobre envelhecimento	Português	Ciência & Saúde Coletiva	Análise estatística descritiva e inferencial
Cavalcanti et al. (2016)	O olhar da pessoa idosa sobre a solidão	Português	Revista Avances en Enfermería	Pesquisa descritiva e quantitativa
Azeredo e Afonso (2016)	Solidão na perspectiva do idoso	Português	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	Pesquisa de campo
Khalaila e Vitman-	<i>Internet use, social networks, loneliness, and</i>	Inglês	Springer link	Estudo descritivo-



Schorr (2018)	<i>quality of life among adults aged 50 and older: mediating and moderating effects</i>				correlacional
Rodrigues et al. (2018)	<i>Loneliness in the institutionalized elderly with functional dependence</i>	Português	Revista Motricidade		Pesquisa de campo
Azeredo e Afonso (2019)	<i>Loneliness from the perspective elderly</i>	Português	Revista brasileira de geriatria e gerontologia		Pesquisa de campo
Díaz, Moreno e Arias-Rojas (2019)	<i>Soledad en el adulto mayor: implicaciones para el profesional de enfermería</i>	Espanhol	Revista Cuidarte		Revisão Sistemática
Santos-Orlandi et al. (2019)	<i>Elderly caregivers of the elderly: frailty, loneliness and depressive symptoms</i>	Português	Revista Brasileira de Enfermagem		Estudo de transversal com entrevistas
Grangeiro et al. (2020)	<i>Terapias expressivas em idosos hiperfrequentadores: efeito no número consultas e estado mental</i>	Português	Revista Psicologia, Saúde e Doenças		Estudo quasi-experimental & experimental
Oliveira et al. (2020)	<i>Loneliness in senescence and its relationship with depressive symptoms: an integrative review</i>	Português	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia		Método de Prisma e
Jeste et al. (2020)	<i>Study of loneliness and wisdom in 482 middle-aged and oldest-old adults: a comparison between people in Cilento, Italy and San Diego, USA</i>	Inglês	Aging and Mental Health		Pesquisa por amostra

Nguyen et al. (2020)	<i>Predictors of Loneliness by Age Decade: Study of Psychological and Environmental Factors in 2,843 Community-Dwelling Americans Aged 20-69 Years</i>	Inglês	J. Clin. Psychiatry	Pesquisa de campo
O'Shea et al. (2021)	<i>Loneliness Among US Adults Aged ≥55 Early in the COVID-19 Pandemic: Findings From the COVID-19 Coping Study</i>	Inglês	Public Health	Pesquisa de campo
Park et al. (2021)	<i>Applying Latent Profile Analysis to Identify Lifestyle Profiles and Their Association with Loneliness and Quality of Life among Community-Dwelling Middle- and Older-Aged Adults in South Korea</i>	Inglês	International Journal of Environmental Research and Public Health	Pesquisa online transversal
Pengpid e Peltzer (2021)	<i>Associations of loneliness with poor physical health, poor mental health and health risk behaviours among a nationally representative community-dwelling sample of middle-aged and older adults in India</i>	Inglês	Int. J. Geriatric Psychiatry	Pesquisa Nacional Transversal
Almeida et al. (2021)	<i>Vivências de pessoas idosas que moram sozinhas: arranjos, escolhas e desafios</i>	Português	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	Pesquisa de campo

Bezerra, Nunes e Moura (2021)	Envelhecimento e isolamento social: uma revisão integrativa	Português	Acta Paulista de Enfermagem	Revisão integrativa com 6 etapas
Kusumota et al. (2022)	Impacto de mídias sociais digitais na percepção de solidão e no isolamento social em idosos	Português	Revista Latino-Americana de Enfermagem	Pesquisa de campo
Vázquez-Nold et al. (2022)	<i>Percepción de la soledad subjetiva en adultos mayores que viven solos</i>	Espanhol	Revista de Informação Científica	Estudo descritivo transversal
Gabarrell-Pascuet et al. (2022)	<i>The effect of loneliness and social support on the course of major depressive disorder among adults aged 50 years and older: A longitudinal study</i>	Inglês	Revista Depression and anxiety	Estudo longitudinal
Guo et al. (2023)	<i>Analysis on influencing factors on loneliness in the elderly aged 60 and above in China</i>	Chinês	Jornal de Epidemiologia	Pesquisa social longitudinal
Baumbach et al. (2023)	<i>Associations between changes in physical activity and perceived social exclusion and loneliness within middle-aged adults - longitudinal evidence from the German ageing survey</i>	Inglês	BMC Health	Public Estudo comparativo
Richardson et al. (2023)	<i>Impact of COVID-19 policies on perceptions of loneliness in people aged 75 years and over in the cognitive function and aging study (CFAS II)</i>	Inglês	Journal of the American Geriatrics Society	Estudo longitudinal

Chamberlain et al. (2023)	<i>Retrospective sectional study examining the association between loneliness and unmet healthcare needs among middle-aged and older adults using the Canadian Longitudinal Study of Aging (CLSA)</i>	cross-	Inglês	BMJ Open	Estudo longitudinal
---------------------------	---	--------	--------	----------	---------------------

Fonte: Dados de pesquisa, 2023.

De acordo com o quadro 2, constatou-se que o impacto que mais prevaleceu na pesquisa foi o isolamento social, totalizando 26,6% (n=4). Além disso, o fator contribuinte que mais apareceu foi o estado civil, resultando em 21,8% (n=5). Por fim, as intervenções mais prevalentes foram: uso das tecnologias, socialização, atenção à saúde e qualidade do sono, Rede de apoio aos idosos e Avaliação holística, todos finalizando em 13,3% (n=2).

**Quadro 2:** Categorização dos estudos selecionados na pesquisa

<b>Categorias</b>	<b>Subcategorias</b>	<b>Autores (Ano)</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Impactos da solidão na vida dos idosos</b>	Separação da família durante a pandemia	Díaz, Moreno e Arias-Rojas (2019) Santos-Orlandi et al. (2019) Richardson et al. (2023)	3	9,3
	Isolamento social	Díaz, Moreno e Arias-Rojas (2019) Nguyen et al. (2020) Bezerra, Nunes e Moura (2021) Gabarrell-Pascuet et al. (2022)	4	12,5
	Necessidades de cuidados de saúde não satisfeitas	Chamberlain et al (2023)	1	3,12

<b>Fatores que contribuíram para a solidão do idoso</b>	AVC, angina, lesões físicas, dificuldade nas atividades de vida diária, transtorno depressivo e sintomas de insônia	Nguyen <i>et al.</i> (2020) O'Shea <i>et al.</i> (2021)	2	6,25
	Dependência dos idosos	Rodrigues <i>et al.</i> (2018)	1	3,12
	Risco de desenvolver Alzheimer.	Brownie e Horstmanshof (2011)	1	3,12
	Suicídio	Minayo e Cavalcante (2015)	1	3,12
	Depressão	Vicente <i>et al.</i> (2014) Oliveira <i>et al.</i> (2020)	2	6,25
	Sexo feminino, viúvos e com idade entre 70 e 80 anos	Rodrigues <i>et al.</i> (2018) Santos-Orlandi <i>et al.</i> (2019) Vázquez-Nold <i>et al.</i> (2022)	3	9,3
	Problemas familiares	Bezerra, Nunes e Moura (2021) Guo <i>et al.</i> (2023)	2	6,25
	Qualidade de vida baixa	Díaz, Moreno e Arias-Rojas (2019) O'Shea <i>et al.</i> (2021) Baumbach <i>et al.</i> (2023)	3	9,3
	Estado civil	Steptoe, Kunz-Ebrecht e Brydon (2004) Azeredo e Afonso (2016) Rodrigues <i>et al.</i> (2018) Nguyen <i>et al.</i> (2020) O'Shea <i>et al.</i> (2021)	5	15,6
	Morar sozinho	Almeida <i>et al.</i> (2021) O'Shea <i>et al.</i> (2021)	2	6,25
	Doenças crônicas	Rodrigues <i>et al.</i> (2018) Díaz, Moreno e Arias-Rojas (2019)	2	6,25

<b>Intervenções para melhoria da vida dos idosos solitários.</b>	Má compreensão e expectativas não realizadas de contatos com amigos.	Routasalo <i>et al.</i> (2006)	1	3,12
	Descobrimto de alguma doença ou morte de alguém do grupo familiar	Routasalo <i>et al.</i> (2005)	1	3,12
	Estado de saúde ruim.	Azul <i>et al.</i> (2015)	1	3,12
	Depressão	O'Shea <i>et al.</i> (2021)	1	3,12
	Perda de cōnjuge	Azeredo e Afonso (2016)	1	3,12
	Envelhecimento	Oliveira <i>et al.</i> (2020)	1	3,12
	Apoio social e instrumental	Vázquez-Nold <i>et al.</i> (2022)	1	3,12
	Formas de convívio, atividades de comunicação e solidariedade intergeracional	Azeredo e Afonso (2016)	1	3,12
	Uso das tecnologias	Khalaila, Vitman-Schorr (2018) Kusumota <i>et al.</i> (2022)	2	6,25
	Socialização	Cavalcanti <i>et al.</i> (2016) Almeida <i>et al.</i> (2021)	2	6,25
	Estilo de vida ativo e equilibrado	Park <i>et al.</i> (2021)	1	3,12
	Atenção à saúde e qualidade do sono	Jeste <i>et al.</i> (2020) Nguyen <i>et al.</i> (2020)	2	6,25
	Abordagem simplificada e a capacitação prévia dos idosos para uso das TICs	Kusumota <i>et al.</i> (2022)	1	3,12

Diminuição da depressão, ansiedade, solidão e estresse	Grangeiro <i>et al.</i> (2020)	1	3,12
Rede de apoio aos idosos	Pestana Santo (2008) Torres <i>et al.</i> (2015)	2	6,25
Avaliação holística	Díaz, Moreno e Arias-Rojas (2019)	2	6,25

Fonte: Dados de pesquisa, 2023.

#### 4. DISCUSSÃO

Avalia-se, no processo de envelhecimento do ser humano, a capacidade de se adaptar a situações problemáticas relacionadas ao isolamento social para manter sua qualidade de vida (Almeida *et al.*, 2021). Nesse contexto, o processo de envelhecer dá espaço para o sentimento de solidão vivido pelos idosos diariamente, tornando doloroso um estágio natural da vida e, conseqüentemente, necessitando de adaptação. Desse modo, torna-se importante conhecer os fatores que provocam esse sentimento, os impactos causados por ele e as intervenções que podem ser adotadas para mitigar esse cenário tão presente no processo de envelhecimento.

Neste sentido, o surgimento do sentimento de solidão foi principalmente associado com a percepção de saúde e com a forma que ela influenciava no bem-estar psicológico (Vázquez-Nold *et al.*, 2022). Concordante com os autores, existem diversos fatores que impulsionam o aparecimento da solidão na terceira idade, tendo impactos significativos e necessitando de intervenções que promovam a saúde desse grupo etário, de modo que melhore a qualidade de vida e o bem-estar, sobretudo mental, no que se refere a todo o processo de envelhecer.

Desse modo, pode-se afirmar que existe uma conexão significativa entre a dependência, estado civil e idade do idoso com a solidão, evidenciando que idosos com doenças do sistema osteolocomotor e cardiovascular, assim como viúvos, apresentaram maior sentimento de solidão e de inutilidade. Com isso, observou-se um aumento frequente na ocorrência de depressão em idosos. (Steptoe; Kunz-Ebrecht; Brydon, 2004; Azeredo; Afonso, 2016; Rodrigues *et al.*, 2018; Santos-Orlandi

*et al.*, 2019; Díaz; Moreno; Arias-Rojas, 2019; Nguyen *et al.*, 2020; O’Shea *et al.*, 2021; Vázquez-Nold *et al.*, 2022).

Além disso, por meio de uma escala de depressão utilizada em idosos acima de 60 anos, foram evidenciados resultados impactantes em relação ao crescimento da solidão de forma exponencial na população idosa proveniente do envelhecimento, indicando a solidão como um fator estimulante do surgimento da depressão em idosos, em que estes apresentaram escore elevado no “questionário” utilizado para avaliar a escala e o nível da depressão. (Oliveira *et al.*, 2020). Contudo, a solidão contribuiu não apenas para o desenvolvimento do estado depressivo e ansioso, mas também para tornar mais propenso o risco de desenvolver Alzheimer pela ausência da família com a pessoa idosa (Brownie; Horstmanshof, 2011).

Nesse contexto, o isolamento social da pessoa idosa está intimamente ligado aos impactos causados pela ausência ou inadequação da família e amigos, a limitações funcionais, a fatores sociodemográficos e a fatores estruturais, como a vida financeira, aumentando a percepção do sentimento de solidão, e evidenciando que esses fatores são as principais causas de suicídio, incluindo também o fato do indivíduo ter em sua vida algum evento traumático (Minayo; Cavalcante, 2015; Díaz; Moreno; Arias-Rojas, 2019; Nguyen *et al.*, 2020; Bezerra; Nunes; Moura, 2021; Gabarrell-Pascuet *et al.*, 2022; Guo *et al.*, 2023).

Ademais, na pesquisa foi encontrado que 78,73% dos idosos moravam com seus familiares; 55,32% referiram não sentir-se só; e 79,79% não moravam sozinhos, um número significativo dos idosos da pesquisa (75,53%) não se sentiu excluído da sociedade e apenas 15,96% têm sentimento solitário, apresentando primordialmente a elaboração de grupos para socialização e convivência entre os idosos como uma forte intervenção diante do cenário de solidão e depressão, pois estas atividades favorecem o bem estar físico, psíquico e social, fazendo-os esquecer dos possíveis momentos de solidão (Cavalcanti *et al.*, 2016).

Concordante a isso, foi identificado nos resultados dois padrões de mediação longitudinal significativos, em que o menor apoio social previu níveis subsequentes mais elevados de solidão, que por sua vez previu um aumento na recorrência de transtorno depressivo (Gabarrell-Pascuet *et al.*, 2022).



Além disso, é notório que a variável presença/ausência de depressão relacionou-se com todos os aspectos emocionais. Assim, ao comparar a intensidade da relação entre a evolução da depressão e a evolução dos sentimentos de solidão, dos sintomas de ansiedade e dos afetos, é possível ver que os idosos que mantiveram depressão foram os que mais pioraram na solidão, nos sintomas ansiosos e nos afetos negativos (Vicente *et al.*, 2014; Oliveira *et al.*, 2020).

Ademais, no que se refere à saúde do idoso, tanto em aspectos físicos, quanto emocionais, a solidão foi associada negativamente, enquanto a sabedoria foi associada positivamente à saúde geral, qualidade do sono e felicidade na maioria dos grupos, com níveis variados de significância (Jeste *et al.*, 2020).

Pode-se também acrescentar que a prevalência de solidão foi maior no período da pandemia, incluindo alguns motivos, tais como: solidão anterior, viver sozinho, ser do sexo feminino, viver em uma área de maior privação, contato social pré-pandêmico frequente em grupos comunitários e separação da família durante a pandemia (Díaz; Moreno; Arias-Rojas, 2019; Santos-Orlandi *et al.*, 2019; Richardson *et al.*, 2023).

Observa-se que além dos problemas que a velhice proporciona, como as doenças crônicas, o declínio cognitivo, prejuízos no processamento psicomotor, na linguagem e na capacidade de abstração, também se deve considerar o isolamento enquanto fator associado à solidão e a falta de interação dos idosos com familiares ou com outras pessoas como ocorreu na pandemia. Dito isso, é possível ver que as pessoas com perfis de vida ativo e equilibrado apresentaram um nível de solidão menor, comprovando o fato de que as intervenções no estilo de vida são eficazes para melhorar todas as esferas da saúde (Park *et al.*, 2021).

Por conseguinte, foi constatado, diante de relatos de pessoas idosas tratando-se de solidão, que a maioria deles a apresentavam quando havia perda de seu cônjuge, assim como, idosos com uma rede familiar pobre, com distúrbios do sono e com menor autoeficácia social. Verificou-se também que com ações relativamente simples de promoção à saúde, conseguiu-se diminuir o número de consultas médicas de idosos HF, melhorando a articulação e a efetivação de políticas integrais e intersetoriais (Grangeiro *et al.*, 2020). Em contrapartida, os escores de solidão não foram associados ao sexo, idade ou posição socioeconômica, mas foram mais baixos

nos casados do que nos solteiros ou divorciados (Steptoe; Kunz-Ebrecht; Brydon, 2004; Nguyen *et al.*, 2020).

A solidão foi associada a acidente vascular cerebral, angina, lesões físicas, dificuldade nas atividades diárias, aumentando também as chances de transtorno depressivo e insônia, podendo usar como escape o cigarro e o álcool, apesar de não serem opções saudáveis como a prática de exercícios físicos. Dito isso, as associações entre solidão, uso de tabaco, bem como de índice de massa corporal foram negativas e entre solidão, sedentarismo e baixo peso foram positivas (Pengpid; Peltzer, 2021; Baumbach; Barth; König e Hajek, 2023).

Tal sentimento não esteve associado à frequência de contatos com filhos e amigos, mas sim às expectativas e satisfação desses contatos. Além disso, os preditores mais poderosos foram questões de como viver sozinho, depressão, má compreensão por parte dos mais próximos e expectativas não realizadas de contatos com amigos (Routasalo *et al.*, 2006).

Ademais, a solidão mostrou-se mais comum entre os idosos que viviam em áreas rurais do que entre aqueles que viviam em áreas urbanas, como bem observado por (Routasalo *et al.*, 2005). Assim, conforme os autores, os preditores mais importantes da solidão a partir de análise multivariada foram o mau estado funcional, a viuvez e os baixos rendimentos e as causas subjetivas mais comuns para esse sofrimento foram problemas como o descobrimento de alguma doença ou morte de alguém do grupo familiar.

Dito isso, a diferença de idade entre o grupo de idosos não foi um critério para analisar o aumento da solidão (Steptoe; Kunz-Ebrecht; Brydon, 2004). Todavia, o estado de vida, a autoavaliação de saúde e a memória em comparação com pares de idade foram fatores significativos para sofrer de solidão, assim como idosos com autoavaliação de saúde ruim e que viviam sozinhos tinham maior probabilidade de sofrer de solidão (Azul *et al.*, 2015).

Verificou-se que, com ações relativamente simples de promoção à saúde, conseguiu-se diminuir o número de consultas médicas de idosos HF, já que foi constatado que os entrevistados solitários possuíam uma maior necessidade de

cuidados de saúde não satisfeitas, melhorando a articulação e a efetivação de políticas integrais e intersetoriais (Grangeiro *et al.*, 2020; Chamberlain *et al.*, 2023).

A narrativa utilizada em inúmeras propostas de trabalho social com idosos é o aprendizado para envelhecer com qualidade de vida, submetendo-os ao controle de comportamentos adversos às reais experiências de vida e de subsistência, muitas vezes, relegadas a mínimos sociais (Escorsim, 2021). Pode-se dizer que a solidão entre os idosos é um desafio crescente que merece atenção e resolução no que está ligado a condições precárias na vida deles. Com isso, é válido ressaltar que o uso da Internet estava positivamente associado à qualidade de vida, porém essa relação foi moderada pelo tempo que os idosos passavam com os familiares (Khalaila; Vitman-Schorr, 2018).

Segundo Rodrigues *et al.* (2018), Vázquez-Nold *et al.* (2022) e Santos-Orlandi *et al.* (2019), houve predomínio da solidão no sexo feminino, em viúvos e idosos com idade entre 70 e 80 anos, tendo como necessidade de intervenção o apoio social e o apoio instrumental, apresentando melhora no bem-estar psicológico. Nessa perspectiva, os impactos negativos relacionados à solidão em idosos que moram sozinhos apresentaram a socialização como uma intervenção favorável (Almeida *et al.*, 2021). Além do mais, diante da solidão vivida pelos idosos, o uso de tecnologias englobando sites de redes sociais, internet e aplicativos impulsiona resultados positivos (63,6%) sobre o uso de mídias sociais para minimizar a percepção de solidão e/ou o isolamento social dos idosos (Kusumota *et al.*, 2022).

Portanto, a implementação de centros-dia, casas-lar, serviços domiciliares e oficinas abrigadas, evidenciou melhorias nos aspectos de amparo para a pessoa idosa, sendo uma forma de estimular o convívio entre as gerações, além de incentivar a tolerância entre os grupos, visando assim, reduzir os índices crescentes e frequentes nesse grupo etário e, conseqüentemente, proporcionar uma melhor qualidade de vida e uma construção de uma rede social de apoio ao idoso (Pestana Santo, 2008; Torres *et al.*, 2015).

Pode-se acrescentar que a participação dos idosos em grupos de socialização e de ajuda, de certa forma, auxilia na melhora emocional, através do apoio psicológico com profissionais da área da saúde mental e da saúde física. Assim, esses contatos

com profissionais trazem melhora no estado físico e mental, sendo uma resposta às queixas de solidão e isolamento social utilizadas de forma preventiva (Casemiro; Ferreira, 2020). O artigo demonstra-se relevante principalmente ao se tratar da promoção da saúde no idoso, visando mitigar os efeitos da solidão e, conseqüentemente, proporcionar uma melhor qualidade de vida, bem como reduzir danos causados pelo processo da velhice. Além disso, conhecer os fatores que potencializam o sentimento de solidão é importante para que sejam realizadas intervenções eficazes.

Ademais, o reconhecimento rápido do idoso frágil é fundamental para minimizar o impacto da fragilidade comum ao processo de envelhecimento humano, mas passível de intervenções (Lucena; Sousa, 2023). Para as autoras, útil à construção de planos de cuidados individuais e coletivos.

## 5. CONCLUSÃO

Os achados desta revisão comprovaram que a solidão é um fator muito prevalente na vida dos idosos, evidenciando a alta ocorrência dessa problemática associando-se, principalmente, a fatores como estado civil, baixa qualidade de vida e viuvez. Apesar da elevada incidência, essa temática ainda é pouco debatida e gera diversas conseqüências psicológicas e sociais na velhice.

Portanto, certifica-se que medidas são necessárias para amenizar os impactos desse problema, tais como estímulo à socialização, a exemplo de atividades comunicacionais, redes de apoio e incentivo para que tenham um estilo de vida mais ativo e equilibrado, entre outras. Diante dessas intervenções, espera-se que a solidão seja menos comum entre a população senil.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Priscilla Kelly Pereira de *et al.* Vivências de pessoas idosas que moram sozinhas: arranjos, escolhas e desafios. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 23, n.5, p. e200225, 2021.
- AZEREDO, Zaida de Aguiar Sá; AFONSO, Maria Alcina Neto. Loneliness from the perspective of the elderly. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 19, n. 2, p. 313-324, 2016.
- AZEREDO, Zaida de Aguiar Sá; AFONSO, Maria Alcina Neto. Solidão na perspectiva do idoso. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 19, n. 2, p. 313-324, 2016.
- BAUMBACH, Linda; KÖNIG, Hans-Helmut; HAJEK, André. Associations between changes in physical activity and perceived social exclusion and loneliness within middle-aged adults—longitudinal evidence from the German ageing survey. **BMC Public Health**, v. 23, n. 1, p. 1-9, 2023.
- BEZERRA, Patricia Araújo; NUNES, José Walter; MOURA, Leides Barroso de Azevedo. Envelhecimento e isolamento social: uma revisão integrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, eAPE02661, 2021.
- BRITO, Tarciana Duarte de Queiroz; OLIVEIRA, Ana Raquel; EULÁLIO, Maria do Carmo. Deficiência física e envelhecimento: Estudo das representações sociais de idosos sob reabilitação fisioterápica. **Avances en Psicología Latinoamericana**, v. 33, n. 1, p. 121-33, 2015.
- BROWNIE, Sonya; HORSTMANSHOF, Louise. The management of loneliness in aged care residents: an important therapeutic target for gerontological nursing. **Geriatric Nursing**, v. 32, n. 5, p. 318-325, 2011.
- BRUNNER, Eric J.; AHMADI-ABHARI, Sara. Modelling the growing need for social care in older people. **The Lancet Public Health**, v. 3, n. 9, p. e414-e415, 2018.
- CASEMIRO, Níldila Villa; FERREIRA, Heloísa Gonçalves. Indicadores de saúde mental em idosos frequentadores de grupos de convivência. **Revista da SPAGESP**, v. 21, n. 2, p. 83-96, 2020.
- CHAMBERLAIN, S. *et al.* Retrospective cross-sectional study examining the association between loneliness and unmet healthcare needs among middle-aged and older adults using the Canadian Longitudinal Study of Aging (CLSA). **BMJ open**, v. 13, n. 3, p. e068769, 2023.

ÍAZ, Lorena Chaparro; MORENO, Sonia Carreño; ARIAS-ROJAS, Mauricio. Soledad en el adulto mayor: implicaciones para el profesional de enfermería. **Revista cuidarte**, v. 10, n. 2, e633, 2019.

ELORANTA, Sini *et al.* Loneliness of older people aged 70: A comparison of two Finnish cohorts born 20 years apart. **Archives of Gerontology and Geriatrics**, v. 61, n. 2, p. 254-260, 2015.

ESCORSIM, Silvana Maria. O envelhecimento no Brasil: aspectos sociais, políticos e demográficos em análise. **Serviço Social & Sociedade**, n.142, p. 427-446, 2021.

FONSECA CAVALCANTI, Karla *et al.* O olhar da pessoa idosa sobre a solidão. **Avances en Enfermería**, v. 34, n. 3, p. 259-267, 2016.

GABARRELL-PASCUET, Aina *et al.* The effect of loneliness and social support on the course of major depressive disorder among adults aged 50 years and older: A longitudinal study. **Depression and anxiety**, v. 39, n. 2, p. 147-155, 2022.

GRANGEIRO, Adriano *et al.* Terapias expressivas em idosos hiperfrequentadores: efeito no número consultas e estado mental. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 21, n. 3, p. 698-712, 2020.

GUO, J. *et al.* Analysis on influencing factors on loneliness in the elderly aged 60 and above in China. **Zhonghua liu Xing Bing xue za zhi Zhonghua Liuxingbingxue Zazhi**, v. 44, n. 7, p. 1086-1091, 2023

JANTARA, Romario Daniel *et al.* Isolamento Social e Solidão e sua interface com a COVID-19. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 23, p. 557-569, 2020.

JESTE, Dilip V. *et al.* Study of loneliness and wisdom in 482 middle-aged and oldest-old adults: a comparison between people in Cilento, Italy and San Diego, USA. **Aging & mental health**, v. 25, n. 11, p. 2149-2159, 2021.

KHALAILA, Rabia; VITMAN-SCHORR, Adi. Internet use, social networks, loneliness, and quality of life among adults aged 50 and older: mediating and moderating effects. **Quality of life research**, v. 27, p. 479-489, 2018.

USUMOTA, Luciana *et al.* Impacto de mídias sociais digitais na percepção de solidão e no isolamento social em idosos. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 30, p. e3573, 2022.

LUCENA, M. M.; SOUSA, M. N. A. Reconhecimento rápido do idoso frágil em uma comunidade do sertão paraibano. **Revista Contemporânea**, v. 3, n. 3, p. 1556–1574, 2023. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/484>. Acesso em: 26 nov. 2023.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; CAVALCANTE, Fátima Gonçalves. Tentativas de suicídio entre pessoas idosas: revisão de literatura (2002/2013). **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 6, p. 1751-1762, 2015.

NGUYEN, Tanya T. *et al.* Predictors of loneliness by age decade: study of psychological and environmental factors in 2,843 community-dwelling Americans aged 20-69 years. **The Journal of clinical psychiatry**, v. 81, n. 6, p. 15111, 2020.

O'SHEA, Brendan Q. *et al.* Loneliness among US adults aged  $\geq 55$  early in the COVID-19 pandemic: Findings from the COVID-19 Coping Study. **Public Health Reports**, v. 136, n. 6, p. 754-764, 2021.

OLIVEIRA, Leticia Menezes de *et al.* Loneliness in senescence and its relationship with depressive symptoms: an integrative review. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 22, n. 6, e190241, 2020.

PARK, Kang-Hyun *et al.* Applying Latent Profile Analysis to identify lifestyle profiles and their association with loneliness and quality of life among community-dwelling middle-and older-aged adults in South Korea. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 23, p. 12374, 2021.

PENGPID, Supa; PELTZER, Karl. Associations of loneliness with poor physical health, poor mental health and health risk behaviours among a nationally representative community-dwelling sample of middle-aged and older adults in India. **International journal of geriatric psychiatry**, v. 36, n. 11, p. 1722-1731, 2021.

PESTANA, Luana Cardoso; ESPÍRITO SANTO, Fátima Helena do. As engrenagens da saúde na terceira idade: um estudo com idosos asilados. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 42, n.2, p. 268-275, 2008.

QUINTERO, Ángela *et al.* Changes in depression and loneliness after laughter therapy in institutionalized elders. **Biomédica**, v. 35, n. 1, p. 90-100, 2015.

RICHARDSON, Connor D. *et al.* Impact of COVID-19 policies on perceptions of loneliness in people aged 75 years and over in the cognitive function and aging study (CFAS II). **Journal of the American Geriatrics Society**, v. 71, n. 2, p. 463-473, 2023.

RODRIGUES, Vítor *et al.* Solidão no idoso institucionalizado com dependência funcional. **Motricidade**, v. 15, n. 4, p. 36-40, 2019.

ROUTASALO, Pirkko E. *et al.* Social contacts and their relationship to loneliness among aged people—a population-based study. **Gerontology**, v. 52, n. 3, p. 181-187, 2006.

SANTOS-ORLANDI, Ariene Angelini dos *et al.* Elderly caregivers of the elderly: frailty, loneliness and depressive symptoms. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, n. suppl 2, p. 88-96, 2019.

SAVIKKO, Niina *et al.* Predictors and subjective causes of loneliness in an aged population. **Archives of gerontology and geriatrics**, v. 41, n. 3, p. 223-233, 2005.

SOUSA, Milena Nunes Alves de; BEZERRA, André Luiz Dantas; EGYPTO, Ilana Andrade Santos do. Trilhando o caminho do conhecimento: o método de revisão integrativa para análise e síntese da literatura científica. **Observatório De La Economía Latinoamericana**, v. 21, n. 10, p. 18448-18483, 2023.

SOUZA, Gislaine Alves de; GIACOMIN, Karla Cristina; FIRMO, Josélia Oliveira Araújo. A necessidade de cuidado na percepção de pessoas idosas em processo de fragilização. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 30, n. 4, p. 486-495, 2022.

STEPTOE, Andrew *et al.* Loneliness and neuroendocrine, cardiovascular, and inflammatory stress responses in middle-aged men and women. **Psychoneuroendocrinology**, v. 29, n. 5, p. 593-611, 2004.

TORRES, Tatiana de Lucena *et al.* Representações sociais e crenças normativas sobre envelhecimento. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n.12, p. 3621-3630, 2015.

VÁZQUEZ-NOLD, L. *et al.* Percepción de la soledad subjetiva en adultos mayores que viven solos. **Revista Información Científica**, v. 101, n. 4, e3746, 2022.

VICENTE, Filomena *et al.* Estudo longitudinal dos fatores associados à evolução de sintomas depressivos em idosos institucionalizados. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 63, n.4, p. 308-316, 2014.