



Fatores que contribuem para a solidão na pessoa idosa

Factors that cause loneliness in the elderly

Factores que provocan soledad en el adulto mayor

Taciana Maria Bezerra de Araújo¹, Karoline de Lima Alves², Antônia Lêda Oliveira Silva¹, Robson Antão de Medeiros¹, Luiz Fernando Rangel Tura¹.

RESUMO

Objetivo: Identificar as produções científicas sobre os possíveis fatores que contribuem para a solidão na pessoa idosa. **Métodos:** Revisão integrativa da literatura nas bases de dados Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) via PubMed, SciVerseScopus (SCOPUS) Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) Via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Web of Science (WoS), ProQuest Dissertations & Theses Database que identificassem a solidão em pessoas idosas nos últimos 10 anos (2012-2022). Foram utilizados os descritores “elderly” e “loneliness”. **Resultados:** A amostra final foi composta por 10 artigos, os quais descreveram as principais causas da solidão na pessoa idosa. Os principais fatores foram o nível econômico, a baixa escolaridade, a idade, a falta de companhia, as doenças crônicas, o estado civil viúvo, a privação da convivência com familiares e comunidade, a ausência de filhos, a aposentadoria e o ambiente em que está inserido. **Considerações finais:** A solidão detém de aspectos multifatoriais. No entanto, intervenções focadas em consolidar redes de apoio social, promover e incentivar relacionamentos significativos tem um grande potencial de prevenir a solidão.

Palavras-chave: Solidão, Pessoa idosa, Envelhecimento.

ABSTRACT

Objective: Identify possible factors that contribute to loneliness in older people. **Methods:** Integrative literature review in the Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) databases via PubMed, SciVerseScopus (SCOPUS) Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS) via Virtual Health Library (VHL) and Web of Science (WoS), ProQuest Dissertations & Theses Database that identified loneliness in older people in the last 10 years (2012-2022). The descriptors “elderly” and “loneliness” were used. **Results:** The final sample consisted of 10 articles, which described the main causes of loneliness in elderly people. The main factors were economic level, low education, age, lack of companionship, chronic illnesses, widowed marital status, deprivation of coexistence with family and community, absence of children, retirement and the environment in which it's inserted. **Final considerations:** Loneliness has multifactorial aspects. However, interventions focused on consolidating social support networks and promoting and encouraging meaningful relationships have great potential to prevent loneliness.

Keywords: Loneliness, Elderly person, Aging.

¹ Universidade Federal da Paraíba (UFPB), João Pessoa - PB.

² Faculdade Nova Esperança (FACENE), João Pessoa - PB.

RESUMEN

Objetivo: Identificar posibles factores que contribuyen a la soledad en las personas mayores. **Métodos:** Revisión integrativa de literatura en las bases de datos Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) vía PubMed, SciVerseScopus (SCOPUS) Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud (LILACS) vía Virtual Health Library (BVS) y Web of Science (WoS), ProQuest Base de datos de Disertaciones y Tesis que identificaron la soledad en personas mayores en los últimos 10 años (2012-2022). Se utilizaron los descriptores “anciano” y “soledad”. **Resultados:** La muestra final estuvo compuesta por 10 artículos, que describieron las principales causas de la soledad en las personas mayores. Los principales factores fueron el nivel económico, la baja escolaridad, la edad, la falta de compañía, las enfermedades crónicas, el estado civil viudo, la privación de la convivencia con la familia y la comunidad, la ausencia de hijos, la jubilación y el entorno en el que se inserta. **Consideraciones finales:** La soledad tiene aspectos multifactoriales. Sin embargo, las intervenciones centradas en consolidar redes de apoyo social y promover y fomentar relaciones significativas tienen un gran potencial para prevenir la soledad.

Palabras clave: Soledad, Persona mayor, Envejecimiento.

INTRODUÇÃO

A solidão pode apresentar aspectos multifatoriais e ser vivenciada em qualquer fase da vida, desde a infância ao envelhecimento. Neste sentido, o ser humano com o passar dos anos é exposto a situações de ganhos e perdas, escolhas e consequências durante sua construção pessoal. Dessa forma, lidar com algum destes acontecimentos, pode causar no indivíduo interpretações sobre o sentido da vida, de formas positiva ou negativa, dentro da sua singularidade na velhice (SILVA SFM, 2019). O vínculo social assume grande importância para o progresso humano. Uma pessoa que não interage com o ambiente em que está inserida é caracterizada como isolamento social. Por sua vez, a forma como o ser humano se sente, pode gerar sentimentos relacionados à solidão ou à solidude. O primeiro implica em sentir-se sozinho de maneira negativa, enquanto a solidude está associada a sensações positivas de bem-estar, conexão consigo mesmo, prazeres da vida e realizações de sonhos (RODRIGUES RM, 2018). De acordo com Pinheiro AAA e Tamayo A (1984), a partir da década de 1970, a comunidade científica despertou o interesse em compreender e conceituar a palavra solidão.

Eles identificaram seis dimensões: falta de objetivo e significado de vida, reação emocional, sentimento indesejado e desagradável, sentimento de isolamento e separação, deficiência nos relacionamentos e carência de intimidade, e desapego. Os autores sugeriram o seguinte conceito: solidão é uma reação emocional de insatisfação decorrente da falta e/ou deficiência de relacionamentos pessoais significativos, que inclui algum tipo de isolamento. Parreira VPT (2022) concluiu que o apoio social e o risco de violência nos idosos têm uma relação significativa com a solidão. Este público pode enfrentar diferentes formas de violência na sociedade, destacando-se o abandono, uma das mais frequentes e de grande impacto na dimensão psicossocial. Embora a violência contra os idosos, do ponto de vista social, seja mais associada ao aspecto físico, outras formas, como infantilização, agressão verbal, patrimonial, financeira, psicológica e assistencial, também têm repercussões negativas, causando esse sentimento. Portanto, é essencial adotar medidas efetivas para prevenir esses atos que afetam diretamente o bem-estar da pessoa idosa (PARREIRA VPT, 2022; DUTRA BSG e CARVALHO CRA, 2021).

Almeida FIS, et al. (2022) afirmam que a solidão está associada à vivência e experiências de cada pessoa, especificando a habilidade de se adaptar às perdas e aceitação dos aspectos fisiológicos do envelhecimento, motivo pelo qual muitos idosos se isolam. No entanto, o processo de envelhecimento, quando não vivenciado de maneira ativa e saudável, pode representar um elemento de risco para aderir a esse sentimento e possíveis transtornos psicológicos (ALMEIDA FIS, et al., 2022). A solidão na pessoa idosa se mostra mais presente naquelas com estado de saúde inadequado, assim como nas que não praticam atividades físicas, são dependentes diariamente para as atividades de vida diária e apresentam déficit na qualidade dos sentidos, como visão e audição, fundamentais para uma boa mobilidade na velhice.

De acordo com a literatura, a solidão não está apenas relacionada à vida social, mas também a outros fatores de saúde que diminuem a qualidade de vida e o bem-estar dos idosos (SILVA SFM, 2019). As consequências da solidão podem ser irreversíveis, um estudo levantou os principais fatores associadas às tentativas do suicídio em pessoas idosas, no qual, mostraram que a vivência do sentir solidão associada a dificuldades materiais e sociais junto a problemas psiquiátricos e a outras tentativas anteriores de tirar a própria vida pode trazer possíveis transtornos de personalidade não diagnosticados, interligados a doenças crônicas degenerativas que levam à perda da autonomia e independência favorecendo ao intenso sofrimento, solidão e isolamento social havendo uma relação da depressão grave associada ao suicídio (MINAYO MCS e CAVALCANTE FG, 2015).

Nesse contexto, a presente pesquisa justifica-se pela necessidade de conhecer os possíveis fatores que contribuem para a solidão na pessoa idosa. Além disso, destaca-se a relevância desse estudo diante do crescimento significativo dessa população, ressaltando a importância de os órgãos públicos e a sociedade em geral estarem preparados para lidar com esse aumento em todo o mundo. Dessa forma, a questão de pesquisa estabelecida é: "Quais são os principais fatores que promovem a solidão em pessoas idosas?" e teve o objetivo de identificar as produções científicas sobre os possíveis fatores que contribuem para a solidão na pessoa idosa.

MÉTODOS

Essa investigação se baseia em uma análise abrangente da literatura, que envolve uma avaliação detalhada de estudos originais, possibilitando uma compreensão aprofundada de um assunto específico. Esse método é importante por fornecer uma visão completa e detalhada do tema em estudo, identificando lacunas na pesquisa atual e orientando pesquisas futuras e ações baseadas em evidências científicas (PEREIRA AS, et al., 2018). O método utilizado para esta revisão incluiu as seguintes etapas sequenciais: 1) Formulação da questão de pesquisa e definição dos objetivos do estudo; 2) Estabelecimento de critérios específicos para inclusão e exclusão na seleção dos artigos; 3) Realização de uma busca detalhada em fontes de literatura; 4) Reunião e avaliação crítica dos estudos identificados; 5) Análise e apresentação dos resultados; 6) Resumo e divulgação das conclusões principais (SOUZA MT, et al., 2010).

Dessa forma, a pergunta central abordada foi: "Quais são as evidências científicas existentes sobre os elementos que levam à solidão em pessoas idosas?". Para abordar essa questão foi realizada uma busca inicial nas bases de dados Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) via PubMed, Sci Verse Scopus (SCOPUS) Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) Via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Web of Science (WoS) e as dissertações e teses foram pesquisadas usando o ProQuest Dissertations & Theses Database. Para a seleção precisa dos artigos, foram utilizados termos específicos provenientes do Medical Subject Headings (MeSH) como critério. Os termos adotados foram "elderly" e "loneliness". Para aprimorar e ajustar a pesquisa, os operadores booleanos "AND" e "OR" foram fundamentais para conectar de forma adequada os termos. A forma como esses termos foram combinados foi ajustada para atender às particularidades de cada base de dados.

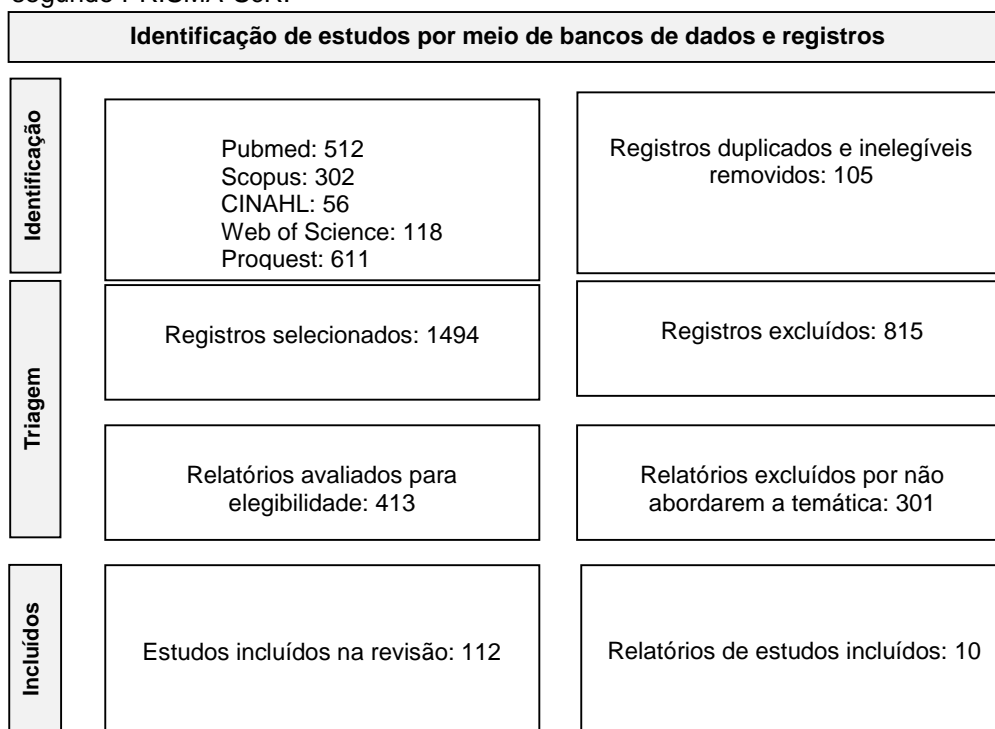
Como critérios de elegibilidade estabeleceram-se publicações que identificassem a solidão em pessoas idosas nos últimos 10 anos (2012-2022) incluindo artigos com textos completos, gratuitos e disponíveis online, sem recorte temporal, e nos idiomas português, espanhol e inglês. Os critérios de exclusão foram: artigos que envolvessem a temática, mas estivessem duplicados e que não estivessem alinhados aos critérios de inclusão, cartas ao editor, resumos em anais de eventos, artigos incompletos, estudos em fase de projeto ou ainda sem resultados. Para acessar essas bases de dados utilizou-se o Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), acessado por meio da Comunidade Acadêmica Federada (CAFE) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

Dessa maneira, para a apresentação das etapas de seleção dos artigos, utilizou-se o modelo Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA-P) - (Identificação, Triagem, Elegibilidade, Inclusão), adaptado ao estudo. Utilizou-se também um quadro para a apresentação dos

resultados. Para análise dos resultados, utilizaram-se as ferramentas de avaliação crítica recomendadas pelo Instituto Joanna Briggs (JBI, 2021; PAGE MJ, et al., 2022).

Foram selecionados 112 para leitura na íntegra e 10 foram incluídos nesta revisão. A seleção dos estudos foi realizada de acordo com as recomendações do Preferred Reporting of Systematic Reviews and Meta-Análises (PRISMA), com adaptação de fluxograma na (**Figura 1**).

Figura 1 - Diagrama de fluxo do processo de identificação e seleção dos estudos, segundo PRISMA-ScR.



Fonte: Araújo TMB, et al., 2024.

Durante o desenvolvimento deste estudo, foi prestada uma atenção especial à observância dos princípios éticos. Um esforço minucioso foi feito para garantir que todos os autores dos documentos analisados fossem devidamente referenciados e reconhecidos, em total conformidade com a Lei de Direitos Autorais nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998 (BRASIL, 1998).

Isso não apenas reafirma o compromisso com a ética acadêmica, mas também fortalece a transparência e a integridade na análise e exposição dos estudos que compõem a base desta revisão integrativa.

RESULTADOS

Dos 1.599 artigos obtidos na busca inicial na base de dados, 1.494 artigos permaneceram após a remoção dos artigos duplicados e inelegíveis 1494. Após a triagem desses artigos para elegibilidade, 301 foram removidos por não abordarem a temática; posteriormente, 112 artigos em texto completo pertencentes ao objetivo do estudo, foram revisados. Portanto, um total de 10 artigos atendeu aos critérios de inclusão e foram incluídos nesta revisão, conforme o **Quadro 1**.

Quadro 1 - Distribuição dos estudos incluídos na revisão bibliográfica.

N	Autor/ano	Tipo de estudo	Objetivo	População
1	Wu J, et al., 2022 (Europa e China)	Pesquisa Qualitativa	Explorar se a desigualdade de renda e a generosidade com o bem-estar no nível do país moderam o efeito do status socioeconômico no nível individual sobre a solidão na velhice.	12 países europeus e a China foram incluídos no estudo.
2	Yang M, et al., 2022 (China)	Pesquisa Quantitativa	Estabelecer um modelo de mediação múltipla para avaliar os efeitos mediadores da solidão e da autoestima no suporte emocional intergeracional e, conseqüentemente, sobre o bem-estar subjetivo em migrantes idosos.	728 idosos.
3	Meneses KF, et al., 2021 (Brasil)	Pesquisa Qualitativa	Analisar a concepção de pessoas idosas sobre grupos de convivência.	16 idosos.
4	Simon G, et al., 2021 (Brasil)	Estudo piloto Randomizado	Mitigar os impactos psicológicos do isolamento social.	96 idosos.
5	Hernández FN, et al., 2020 (Cuba)	Estudo Observacional	Caracterizar a solidão social em idosos hospitalizados.	212 idosos.
6	Casemiro NV e Ferreira HG, 2020. (Brasil)	Estudo descritivo Exploratório	Investigar a prevalência de Prática de Atividades Prazerosas (PAP), Bem-Estar Subjetivo (BES), Depressão e Solidão.	59 idosos.
7	Minayo MCS, et al., 2017 (Brasil)	Pesquisa Qualitativa	Conhecer o perfil dos idosos residentes nas unidades selecionadas, com ou sem história de comportamento suicida.	122 idosos.
8	Cardona JL, et al., 2015 (Colômbia)	Estudo Observacional	Identificar a previsibilidade de variáveis sociodemográficas no sentimento de solidão em idosos.	869 participantes.
9	Carmona CF, et al., 2014 (Brasil)	Pesquisa Qualitativa	Investigar o sentimento de solidão em idosas, bem como o papel da rede de apoio social na vivência dessa fase do ciclo vital.	5 idosas.
10	Rissardo RM, et al., 2012 (Brasil)	Pesquisa Qualitativa	Conhecer a percepção do idoso sobre os motivos que levaram à sua institucionalização, bem como seus sentimentos diante desta condição.	10 idosos.

Fonte: Araújo TMB, et al., 2024.

Referente ao ano de publicação dos estudos de 2020 a 2022 destacam-se duas publicações de cada ano. Já, de 2012 a 2017 destacou-se uma publicação de cada ano. Quanto aos países de origem observam-se 6 estudos realizados no Brasil, 1 na Europa e China, 1 china, 1 em Cuba e 1 na Colômbia. No que concerne às metodologias utilizadas a pesquisa qualitativa está em maior número 5, estudo observacional 2, estudo descritivo exploratório 1, estudo randomizado 1, pesquisa quantitativa 1.

DISCUSSÃO

Wu J, et al. (2022) destacam a influência do nível econômico e da baixa escolaridade como fatores para promover o sentimento de solidão em pessoas idosas, ressaltando a importância da renda como facilitador do bem-estar geral. Em contraste, Hernández FN, et al. (2020) enfatizam a idade, a falta de companhia, o baixo nível de escolaridade e as doenças crônicas como fatores que afetam a percepção de apoio e

participação social, incluindo o uso limitado das novas tecnologias. Ambas as pesquisas apontam para a complexidade das influências sociais e econômicas na experiência da solidão entre pessoas idosas, destacando a necessidade de abordagens preventivas para mitigar esse problema crescente (HERNÁNDEZ FN, et al., 2020; WU J, et al., 2022).

Minayo MCS, et al. (2017) apontam como fatores para a solidão a perda de laços afetivos e de pessoas significativas, vícios, ambiente em que está inserido, doenças crônicas incapacitantes e dolorosas, desesperança e falta de sentido para a vida. Esses elementos podem aumentar a vulnerabilidade emocional e psicológica, impactando negativamente na qualidade de vida dessa população. No entanto, diversas medidas podem ser adotadas para lidar com estes problemas e prevenir a solidão, por exemplo, a criação de espaços de convivência e atividades para pessoas idosas podem ajudar a combater a perda de laços afetivos e a falta de sentido para a vida como também em programas de conscientização sobre saúde mental sendo oferecido apoio psicológico de forma universal e acessível para reduzir a solidão entre essas pessoas (MINAYO MCS, et al., 2017).

Carmona CF, et al. (2014) e Hernández FN, et al. (2020) destacam a prevalência crescente da solidão com o avanço da idade, possivelmente devido à associação entre envelhecimento e a diminuição da funcionalidade, o que pode favorecer o isolamento social.

Por outro lado, Cardona JL, et al. (2015) apontam o estado civil viúvo como um fator significativo para a presença do sentimento de solidão. Enquanto para pessoas idosas a viuvez pode representar liberdade e autonomia, para outros é o início deste sentimento. Essas perspectivas destacam a complexidade do sentimento de solidão na terceira idade e a importância de considerar as experiências individuais ao abordar esse tema (CARMONA CF, et al., 2014; CARDONA JL, et al., 2015; HERNÁNDEZ FN, et al., 2020).

Para Jesus LSO (2022) a privação da convivência com familiares e comunidade, assim como a falta de ocupações, são as principais causas da solidão e depressão entre os idosos institucionalizados. Estudos têm demonstrado o significado e a importância de uma rede de apoio social e seus benefícios para a prevenção da solidão na pessoa idosa, mas aqueles que se encontra em casas de convivência de longa permanência dificilmente recebem a assistência devida.

Por esta razão, é fundamental fornecer serviços e programas que possam proporcionar o contato entre os idosos e outras gerações, promovendo encontros intergeracionais para a troca de experiências e vivências, favorecendo a interação social e aliviando a sensação de solidão. Ou seja, ser uma pessoa idosa institucionalizada pode ser um fator que propicie a solidão. Um estudo realizado com 10 participantes institucionalizados apontou a solidão, a angústia e a ausência de liberdade como os principais sentimentos negativos vivenciados por eles.

A mudança para um ambiente institucional em muitos casos implica na separação da família e do ambiente em que a pessoa idosa vivia anteriormente, afetando diretamente a rotina e seus costumes. Isso pode ocasionar uma diminuição das interações sociais e afetivas contribuindo para a solidão. Além disso, a solidão entre aqueles institucionalizados pode estar relacionada com a perda de conexões pessoais influenciando negativamente a saúde mental e emocional dessas pessoas. Desta forma, é importante ressaltar abordagens que promovam interações sociais e suporte emocional dentro desses contextos institucionais (RISSARDO LK, et al., 2012).

A ausência de filhos também é um fator que pode proporcionar ou intensificar a solidão na pessoa idosa, especialmente em momentos de necessidade ou fragilidade. Estudos ressaltam a complexidade das relações sociais na velhice, especialmente para os que não têm filhos.

Enquanto um apontou ter uma rede de apoio mais diversificada e frequente para as pessoas idosas não significou ter ausência de solidão. Já o outro, revela que a maioria deles sem filhos possui redes de suporte e não relataram solidão, mas sim o desejo de estar sozinho. Isso traz à tona a importância de considerar não apenas a presença ou ausência de filhos, mas também a diversidade e a qualidade das redes de suporte social na velhice.

Ou seja, a presença de filhos muitas vezes é associada à sensação de segurança, pois os filhos geralmente desempenham um papel no apoio e cuidado e a falta desse suporte familiar favorece a sentimentos negativos, aumentando a probabilidade de se sentirem solitários e angustiados (KŘENKOVÁ L, 2019; SILVA JB, 2023).

A aposentadoria pode se transformar em um elemento significativo no surgimento da solidão entre as pessoas idosas. O fim das ocupações laborais frequentemente resulta na perda do convívio diário com colegas e na redução das interações sociais, contribuindo para um sentimento de isolamento. Além disso, a aposentadoria pode desencadear uma reflexão do propósito e significado na vida, o que, quando combinados, podem proporcionar um desequilíbrio emocional.

Nesse contexto, a diminuição da renda torna-se um fator negativo para aqueles que não se programaram para o futuro, criando uma discrepância no estilo de vida e tornando-os suscetíveis a um novo ciclo ao qual precisam se adaptar. Nos artigos encontrados, a questão da aposentadoria e renda ainda é um fator social pouco abordado quando associado ao sentimento de solidão. No entanto, diante do crescente envelhecimento da população e do aumento do número de aposentadorias no Brasil, torna-se necessário intensificar os estudos nessa temática (MESQUITA R, et al., 2022).

Conforme Almeida FIS, et al. (2022), a sensação de estar sozinho, abandonado e distante de relações satisfatórias são alguns dos fatores que promovem a solidão, sendo apontada como um elemento de perigo para a saúde as pessoas idosas e considerada um potencial para desencadear a depressão e o suicídio.

Assim, pode manifestar-se de forma emocional, social ou existencial, podendo ser vivenciada a partir de duas perspectivas diferentes. Primeiro a experiência de autoconhecimento, realizações e busca por uma conexão consigo mesmo, associado ao prazer de estar só é denominado pela literatura de *solitude*. Na segunda perspectiva, pode ser interpretada como uma vivência de fracasso, falta de esperança, angústia e aflição, que ocasionalmente resulta em um estado psicológico frágil remetendo ao sentimento de solidão propriamente dito (ALMEIDA FIS, et al., 2022).

Quanto à influência do ambiente para a solidão nesse grupo, Teixeira LMF (2010) destaca que os que vivem em áreas rurais têm menos depressão e solidão. Enquanto, Silva DMSN (2019) aponta que os níveis de solidão são mais elevados nessas áreas, associando-se a um maior declínio cognitivo.

Considerando essas perspectivas divergentes, pode-se concluir que o impacto do ambiente na saúde mental de pessoas idosas é complexo e pode depender de uma variedade de fatores, incluindo contexto cultural, suporte social e acesso a serviços de saúde. Integrar essas visões pode nos ajudar a ter uma compreensão mais completa desse tema (TEIXEIRA LMF, 2010; SILVA DMSN, 2019).

Compreender os resultados anteriores que apontam para os fatores que propiciam a solidão é de extrema importância para encontrar soluções eficazes. A solidão tem sido correlacionada com uma série de problemas psicossociais.

No entanto, intervenções focadas em consolidar redes de apoio social, promover e incentivar relacionamentos significativos tem um grande potencial de prevenir a solidão.

Estratégias que promovem o fortalecimento familiar, a participação em grupos de interesse comum e o uso de tecnologia para facilitar a interação social podem desempenhar um papel fundamental para prevenir a solidão. Além disso, estratégias que visam compreender e conscientizar sobre o tema solidão, por exemplo, como rodas de conversas e oficinas pedagógicas podem ajudar a reduzi-la incentivando essas pessoas a procurarem apoio e também a participarem de atividades que promovam bem-estar. No Brasil, as políticas públicas desempenham um papel fundamental na luta contra a solidão na população idosa.

Os Centros de Convivência da Terceira Idade e os Centros-Dia para Idosos são programas previstos na Política Nacional e no Estatuto da Pessoa Idosa, que oferecem atividades socioeducativas, assistência médica e multiprofissional, assim como a construção e reconstrução das histórias dos idosos e seus vínculos familiares e territoriais (MORI GM, 2019).

Barronio G (2019) identificou que os participantes que desempenham o papel de provedor familiar podem reduzir a sensação de solidão. Ter um propósito e a conexão com a família gera responsabilidades que podem proporcionar um sentimento de pertencimento e valorização.

Assim, o papel de suporte e cuidador de outros membros da família pode promover um sentimento de satisfação, diminuindo assim, a probabilidade de solidão. Este papel também pode proporcionar momentos de interação social, seja por meio de eventos compartilhados com a família e amigos próximos durante encontros promovidos ou no dia a dia reduzindo assim o sentimento de inutilidade. Outro fator é a intergeracionalidade que pode desempenhar um papel significativo na prevenção da solidão.

A interação entre diferentes gerações pode trazer benefícios emocionais, mentais e sociais, fornecendo um senso de propósito e significado em prol das trocas de experiências e vivências entre ambos que podem ajudar a reduzir a solidão, especialmente em pessoas idosas. Foi conduzido um estudo de escopo com o propósito de mapear os programas/projetos intergeracionais existentes, os quais buscam promover a interação entre diferentes gerações.

Em sua caracterização, os programas enfocaram a promoção do envelhecimento ativo e a prevenção de problemas associados à idade, avaliando aspectos como habilidades cognitivas, físicas, emocionais e de comunicação, além de indicadores de autoestima, confiança em si mesmo, valorização pessoal, bem-estar e, de modo significativo, solidão e depressão (SILVA R, et al., 2023).

Phang JK, et al. (2023) destacaram a eficácia dos programas intergeracionais digitais na redução da solidão e do isolamento social entre as pessoas idosas, identificando quatro configurações de mecanismos e resultados distintos.

Enquanto isso, a revisão integrativa conduzida por Kusumota LD, et al. (2022) enfatizou o potencial positivo das mídias sociais na redução da solidão e do isolamento social, com a maioria dos participantes relatando benefícios.

Essas perspectivas levantam questões sobre a eficiência relativa dos programas digitais intergeracionais em comparação com o uso direto das mídias sociais, bem como sobre as diferentes necessidades e preferências dos mais velhos em relação às formas de interação e suporte social (KUSUMOTA LD, et al., 2022; PHANG JK, et al., 2023).

Outra investigação buscou sintetizar conhecimento científico e práticas locais, resultando em uma compilação de ações de intervenção voltadas para a redução do isolamento social e da solidão em pessoas idosas. Nesse estudo, foram identificados 11 tipos de intervenções capazes de abordar esse problema, incluindo o aumento das interações sociais, a oferta de suporte prático, a promoção do bem-estar físico e mental, assim como o fornecimento de cuidados domiciliares e comunitários. Notadamente, atividades sociais em grupo, grupos de apoio com componentes educativos, jogos e tecnologias de informação e comunicação foram destacados como os mais eficazes para enfrentar a solidão (PAQUET C, et al., 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão permitiu, por meio da busca nas evidências científicas, conhecer os principais fatores que causam a solidão na pessoa idosa. Sendo assim, a solidão mostrou ser um problema multifatorial, destacando-se: o nível econômico, baixa escolaridade, idade avançada, falta de companhia, doenças crônicas e a perda de laços afetivos. Além disso, questões como viuvez, ausência de filhos, aposentadoria e a transição para instituições de longa permanência podem promover ou agravar esse sentimento. A solidão pode ser vivenciada de diversas formas, incluindo aspectos emocionais, sociais e existenciais. Para lidar com esse problema, é necessário oferecer suporte psicológico, promovendo encontros intergeracionais e criação de espaços de convivência para combater o isolamento social e a solidão. Para se atingir tais objetivos, recomenda-se que a sociedade se esforce para a promoção de projetos que os tornem mais ativos e acolhidos de forma significativa.

REFERÊNCIAS

1. ALMEIDA FIS, et al. A solidão na terceira idade: impactos psicossociais na saúde mental do idoso. *Revista Anima Educação*. 2022; 12.
2. BARRONIO G. Apoio social, bem-estar subjetivo e solidão em idosos: Estudo comparativo entre Brasil e Portugal. Dissertação (Mestrado em Psicogerontologia) - Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto, Portugal. 2019, 45.
3. BRASIL. Ministério da Saúde (MS). Lei no 9.610, de 19 de fevereiro de 1998, que altera, atualiza e consolida a legislação sobre direitos autorais e dá outras providências. *Diário Oficial da União*. Brasília: Ministério da Saúde, 1998.
4. CARDONA JL, et al. Variáveis associadas com o sentimento de solidão em adultos que participam de programas da terceira idade do município de Medellín. *Med. U.P.B.* 2015; 34(2): 102-114.
5. CARMONA CF, et al. A experiência de solidão e a rede de apoio social de idosos. *Revista Psicol. Estud.* 2014; 19(4): 681-691.
6. CASEMIRO NV e FERREIRA HG. Indicadores de saúde mental em idosos frequentadores de grupos de convivência. *Revista SPAGESP*. 2020; 21(2): 83-96.
7. DUTRA BSG e CARVALHO CRA. Violência simbólica: Estigma e infantilização e suas implicações na participação social das pessoas idosas. *Revista Kairós-Gerontologia*. 2021; 24(1): 79-91.
8. HERNÁNDEZ FN, et al. Soledad social en ancianos hospitalizados en el servicio de Geriátrica. Hospital Comandante Faustino Pérez". *Revista Médica electron*; 2020: 42(3): 1781-1791.
9. JESUS LSO. Solidão e sintomas depressivos no idoso institucionalizado. Dissertação (Mestrado em Gerontologia - ramo da Saúde) - Instituto Politécnico de Portalegre, Escola Superior de Educação e Ciências Sociais. 2022, 99.
10. KŘENKOVÁ L. Sem filhos e apoio social na velhice: uma revisão da literatura. *Finlandês Yearbook of Population Research*. 2019; 53: 25-50.
11. KUSUMOTA L, et al. Impacto de mídias sociais digitais na percepção de solidão e no isolamento social em idosos. *Rev. latinoam. enferm.* 2022; 30: 3573.
12. MENESES KF, et al. Concepção de pessoas idosas sobre grupos de convivência. *Revista Pesquisa*. 2021; 13: 123-129.
13. MESQUITA R, et al. Perfil, adoecimentos e percepções de servidores aposentados da Universidade Federal do Amapá/Unifap. *Concilium*. 2022; 22(4): 798-810.
14. MINAYO MCS e CAVALCANTE FG. Tentativas de suicídio entre pessoas idosas: revisão de literatura (2002/2013). *Rev. Ciência & Saúde Coletiva*. 2015; 20(6): 1751-1762.
15. MINAYO MCS, et al. O comportamento suicida de idosos institucionalizados: histórias de vida. *Revista Physis*. 2017; 27(4): 981-1002.
16. MORI GM. Combate à solidão e ao isolamento social na velhice. Um caminho a ser trilhado. *Revista Longevidade*. 2019; 1(3).
17. PAGE MJ, et al. A declaração PRISMA 2020: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, Brasília. 2022; 31(2): 2022107.
18. PAQUET C, et al. Social Prescription Interventions Addressing Social Isolation and Loneliness in Older Adults: Meta-Review Integrating On-the-Ground Resources. *Journal of medical Internet research*. 2023; 25: 40213.
19. PARREIRA VPT. A Solidão nos Idosos: o Efeito Preditivo dos Afetos Negativos. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde) - Instituto de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada. 2022; 186.
20. PEREIRA AS, et al. Metodologia da pesquisa científica. UFSM, NTE, 2018; 1.
21. PHANG JK, et al. "Digital Intergenerational Program to Reduce Loneliness and Social Isolation Among Older Adults: Realist Review." *JMIR aging*. 2023; 6: 39848.
22. PINHEIRO AAA e TAMAYO Â. Conceituação e Definição de Solidão. *Revista de Psicologia*. 1984; 2(1) 29-37.
23. RISSARDO LK, et al. Sentimentos de residir em uma instituição de longa permanência: percepção de idosos asilados. *Revista enfermagem* 2012; 20(3): 380-385.

24. RODRIGUES RM. Solidão, um fator de risco. *Revista Port Med Geral Fam.* 2018;34.
25. SANTOS RIM, et al. Síndrome do Ninho Vazio: Experiências de Idosos Integrantes da Universidade da Maturidade do Amapá. *Revista. CIEN y ENF.* 2021; 27(14).
26. SILVA R, et al. Programas intergeracionais entre crianças e pessoas idosas no contexto português: uma scoping review. *Revista Científica Internacional da Rede Académica das Ciências da Saúde da Lusofonia*, 2023; 5: 40–41.
27. SILVA SFM. Mudanças relacionadas com a idade e bem-estar subjetivo: a influência da saúde e da solidão. *Dissertação (Mestrado Integrado em Psicologia) Universidade do Minho.* 2019, 34.
28. SILVA DMSN. Saúde e Solidão: As relações entre demência e solidão na população idosa da Região Centro. *Dissertação (Mestrado em Antropologia Médica e Saúde Global) - Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra.* 2019, 80.
29. SILVA JB. Velhice sem filhos: redes de suporte social em São Paulo - Brasil. *Dissertação (Mestrado em Gerontologia) - Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Universidade de Lisboa.* 2023; 72.
30. SIMON G, et al. Ativação comportamental para prevenir depressão e solidão entre idosos socialmente isolados com condições de longo prazo: o estudo piloto randomizado controlado BASIL COVID-19. *Revista PLoS Med.* 2021; 12(10): 1003779.
31. SOUZA MT, et al. Integrative review: what is it? How to do it? *Einstein (São Paulo)* 2010; 8(1): 102 – 106.
32. TEIXEIRA LMF. Solidão, Depressão e Qualidade de Vida em Idosos: Um Estudo Avaliativo Exploratório e Implementação-Piloto de um Programa de Intervenção. *Dissertação (Mestrado em Psicologia). Universidade de Lisboa,* 2010; 101.
33. WU J, et al. The micro-macro interplay of economic factors in late-life loneliness: Evidence from Europe and China. *Front Public Health.* 2022; 13(10): 968411.
34. YANG WY. Relationship between Intergenerational Emotional Support and Subjective Well-Being among Elderly Migrants in China: The Mediating Role of Loneliness and Self-Esteem. *Int J Environ Res Public Health.* 2022;19(21):14567.