

DUPLAMENTE TRANCAFIADOS? OS DESAFIOS DO ISOLAMENTO SOCIAL NO CONTEXTO DO ENVELHECER

Maria Clara Avelino Welter¹

Maria do Socorro Araújo²

Râmerson Barbosa da Silva³

Beatriz Sobreira Léda⁴

Betania Maria Oliveira de Amorim⁵

RESUMO

A velhice é um conceito complexo que atravessa diversas esferas, dentre essas a cronológica, biológica, social, subjetiva e política. É um período da vida em que ocorrem grandes transformações entre as quais, diversas mudanças físicas, aposentadoria, doenças, afastamento ou perda de pessoas queridas e, às vezes, uma acentuada redução da autonomia e independência em vários aspectos da vida. Estas vicissitudes tendem a corroborar para o desencadeamento do sentimento de solidão e comprometimento da saúde mental dos idosos. No período da pandemia da COVID-19, os idosos foram considerados um grupo social de alto risco, o que os obrigou a manterem-se afastados do convívio social. Este estudo busca compreender em que medida o distanciamento dos amigos e familiares durante a pandemia veio a intensificar o sentimento de solidão para os idosos. Trata-se de um estudo quali-quantitativo aos moldes de uma pesquisa-ação, tendo uma amostra de 58 participantes oriundos de 8 estados do Brasil. Os dados quantitativos foram obtidos por meio de um formulário auto preenchido na ferramenta *Google Forms*. Considerando que na pesquisa-ação a abordagem coletiva é priorizada, utilizou-se também uma roda de conversa (via *Google Meet*) com 5 idosos, por ser esta uma metodologia participativa que consiste na criação de espaços de diálogo, em que as pessoas se expressam, escutam a si e aos outros, estimulando assim a construção da autonomia dos sujeitos por meio da problematização e do compartilhamento de informações. Para a interpretação dos dados, realizamos a análise de discurso para identificar os mecanismos de produção de sentido utilizados pelos idosos na formação do discurso. Os dados apontam para uma desmistificação do caráter exclusivamente negativo referente ao isolamento devido à pandemia. Apesar das limitações impostas, os idosos mostraram-se ativos, interessados em construir e manter relações afetivas e vivenciar as surpresas e esperanças de um porvir.

Palavras-chave: COVID-19, solidão, idosos, diálogo.

¹ Graduanda do curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande - PB, maria.avelino@estudante.ufcg.edu.br

² Graduanda do curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande - PB, maria.araujo@estudante.ufcg.edu.br

³ Graduando do curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande - PB, ramerson.barbosa@estudante.ufcg.edu.br

⁴ Graduanda do curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande - PB, beatriz.sobreira@estudante.ufcg.edu.br

⁵ Professora Associada da Unidade Acadêmica de Psicologia, Universidade Federal de Campina Grande - PB, betania.maria@professor.ufcg.edu.br

INTRODUÇÃO

De acordo com Henrique e Dias (2020), a velhice é um conceito complexo, atravessado pelas mais diversas esferas tais quais a cronológica, biológica, social, subjetiva e política. É um período da vida permeado por grandes transformações no corpo físico, social, afetivo, emocional, com aposentadoria, doenças, afastamento ou perda de pessoas significativas e até mesmo redução da autonomia e independência nos aspectos mais elementares da vida. Torna-se assim um tempo de constantes elaborações de luto e proeminente sentimento de solidão, o que pode comprometer a saúde mental dessa população.

Desse modo, entende-se que o processo de envelhecer é natural, humano e esperado, mas junto desse processo inevitável, aparecem segregações, ignorâncias e acima de tudo, exílio. Assim, o processo das vivências experienciadas pelos idosos é quase sempre demarcado por solidão e incompreensões, sendo estes sujeitos propensos a perderem algo tão valioso na perspectiva humana, a contingência em serem ouvidos. Compreende-se portanto, que devido a uma série de fatores e condições inerentes a terceira idade, os idosos são suscetíveis a danos mais evidentes no que se refere ao isolamento, visto que em sua maioria moram sozinhos, com o/a companheiro(a), ou em casas de repouso, sendo o isolamento sinônimo íntimo de solidão (WANG et al., 2020).

Sendo assim, durante a pandemia de COVID-19 e o obrigatório isolamento social, os sujeitos idosos viram-se duplamente impactados, uma vez que já experienciavam desafios, exclusão e principalmente isolamento antes mesmo da pandemia. As adversidades que a velhice impõe, especialmente as que se relacionam com questões de saúde, tornaram-se ainda mais latentes e preocupantes no período da pandemia, dado que os idosos foram considerados o principal grupo de risco, a ser preservado e isolado (PECOITS et al., 2021).

“A COVID-19 tende a impactar a saúde e o bem-estar dos idosos, ainda que eles não sejam infectados pelo novo coronavírus. Nesse sentido, um primeiro desafio envolve as repercussões psicológicas da pandemia ou das medidas adotadas para contê-la, com destaque para o medo (por exemplo, de ser infectado, transmitir a doença, vir a falecer ou mesmo perder pessoas queridas), bem como à frustração e à solidão que podem ser provocadas em decorrência da mudança da rotina e do distanciamento social.” (ARANTES et al., 2020, p. 2).

Além disso, é imprescindível fazer recortes sociais, de gênero e de raça nessa população, visto que muitos idosos encontram-se em situações de vulnerabilidade e já possuem, sem o contexto de uma pandemia, a tendência de apresentar condições de saúde

mais fragilizadas (ARAÚJO et al., 2019). Outrossim, as mulheres idosas muitas vezes são responsáveis pelos lares. Ou seja, mesmo tendo em casa a companhia de filhos e netos, ainda podem ficar expostas à solidão, dada a omissão e a falta de atenção por parte dos familiares. Essa realidade é apresentada no estudo realizado pela Organização das Nações Unidas (ONU), no qual verifica-se que a realidade dos países desenvolvidos, nos quais o arranjo domiciliar do idoso mais comum é o de morar sozinho. Em contrapartida, nos países em desenvolvimento tocados pela pobreza, a maioria desses idosos vive com seus filhos, por ser uma forma de fonte de renda (SAMPAIO et al., 2016).

Diante do risco de um vírus que compromete significativamente as pessoas mais vulneráveis, como é o caso dos idosos, a medida sanitária utilizada foi o isolamento social, comprometendo ainda mais a qualidade de vida do idoso. A este respeito, Geib (2012) nos aponta que a urbanização faz com que as pessoas e as atividades econômicas tornem-se mais concentradas, acarretando processos de exclusão daquelas populações menos preparadas para essa realidade, como é o caso dos idosos. Dessa forma, a exclusão leva à uma espécie de esquecimento das necessidades humanas do idoso, principalmente em situação de isolamento social.

Diante dessa realidade, espaços de escuta psicológica e apoio à essa população se fizeram também duplamente necessários. A importância de escutar e acolher as pessoas idosas sempre se fez de forma central nas ações e intervenções sobre esse grupo, visto que tais comportamentos são verdadeiros criadores das redes de apoio social formadas por familiares e amigos, redes que abalam significativamente os efeitos do estresse nos indivíduos mais velhos e oferecem suporte social na forma de amor, afeição, preocupação e assistência (RAMOS apud COCKERHAM, 2002).

Em decorrência dessa situação, a rede de apoio social do idoso teve interferências externas devido à pandemia e a virtualização das interações sociais se tornou uma realidade objetiva, sendo também um elemento forte de exclusão dos idosos durante a pandemia. A ausência imputada no período pandêmico, além de física, é virtual e simbólica, visto que o afastamento dos familiares e amigos de uma pessoa com maior idade está muitas vezes associado à doença – COVID-19 – e mortalidade entre essas pessoas (RAMOS, 2002).

Devido ao contexto pandêmico e a todas as questões envolvidas neste período singular, fez-se necessário o uso ainda maior das tecnologias para comunicação; do jovem ao idoso, era necessário ter, no mínimo, um celular para falar com parentes, familiares próximos e amigos. Contudo, o acesso aos recursos tecnológicos não é uma realidade para grande parte



dos idosos, quer seja pela falta de poder aquisitivo, quer seja pela falta de conhecimento, baixa escolaridade e competência técnica para utilizá-los.

Temos então um problema de relevância inestimável: a exclusão ainda mais expressiva de um grupo que já era excluído e a dificuldade de inserção dos idosos na realidade da pandemia de COVID-19. Além disso, para essa inserção é preciso o contato com a tecnologia necessária, dominada pelas gerações mais jovens. Desse modo, o problema também é o da lacuna entre gerações, visto que o ciclo de interações sociais é mais um fator de exclusão para a terceira idade, já assolada por uma ameaça quase desconhecida - a COVID-19 - e pelo simples fato de ter sofrido mudanças de rotina, importantíssimas para o quadro de bem-estar do idoso (PECOITS et al., 2021).

O envelhecimento populacional tem gerado novas demandas para os sistemas de saúde públicos e privados em todo o mundo (GUEDES, 2017). Portanto, falar do idoso é falar de uma grande parcela da população e cuidar dele é cuidar da humanidade. Na sociedade da COVID-19, apesar dos altos índices de exclusão, ampliaram-se as possibilidades de contato com pessoas a nível mundial, tornando-se necessário que as gerações mais tecnológicas pensassem em intervenções possíveis com as ferramentas remotas, principalmente para a população idosa.

Sendo assim, este estudo busca compreender em que medida o distanciamento social durante a pandemia intensificou o sentimento de solidão para os idosos, pois, como nos diz Cavalcanti (2016), a solidão é considerada um dos maiores flagelos da sociedade e costuma afetar principalmente os idosos.

METODOLOGIA

Uma vez que este estudo busca compreender a realidade dos indivíduos idosos em meio ao isolamento social devido a pandemia de COVID-19 e, de forma mais específica, em que medida esse mecanismo de proteção contra o vírus intensificou o sentimento de solidão nos idosos, optou-se por uma pesquisa-ação. Algumas características deste tipo de pesquisa foram primordiais para sua escolha, a saber: sua aplicabilidade em qualquer lugar que possua interação social e passando por um problema; seu caráter situacional, que não busca generalizações mas sim diagnosticar um problema específico em uma determinada situação e alcançar, por fim, uma significância prática e o fato o pesquisador que se coloca como um praticante social e intervém em uma situação distintiva (ENGEL, 2000).



Dessa forma, a primeira etapa da pesquisa se deu na forma de um levantamento de dados por meio de um formulário online auto preenchido. Para construção dessa ferramenta, utilizou-se a plataforma *Google Forms*. O link desse instrumento foi compartilhado para pessoas acima de 60 anos de idade dos mais diversos Estados do Brasil e divulgado nas redes sociais como *Instagram* e grupos de *Whatsapp*. As informações se referiam a dados sociodemográficos como idade, gênero, cidade, estado, renda média e quantidade de filhos, e questões referentes à percepção do respondente sobre sua vida na pandemia da COVID-19 - como era a vida antes e durante a pandemia, o quanto a vida mudou com o contexto pandêmico, atividades realizadas durante o período de isolamento social e com que frequência se sentiam sozinhos.

Em um segundo momento, utilizou-se uma roda de conversa (via *Google Meet*) com 5 idosos, selecionados por conveniência e disponibilidade. Esta metodologia foi escolhida por ser de caráter coletivo e participativo, aspectos primordiais na pesquisa-ação. Além disso, a roda de conversa propicia a criação de espaços de diálogo, expressão e escuta de si mesmo e dos outros, bem como a partilha de vivências entre os participantes e a construção da autonomia dos sujeitos por meio de problematizações e compartilhamento de informações.

Nesta roda de conversa, realizada no mês de outubro de 2021, os participantes foram acolhidos pelos facilitadores com músicas conhecidas entre diversas gerações, buscando fortalecer uma primeira aproximação. Logo após, uma dinâmica “quebra-gelo” de apresentação foi sugerida. Tratava-se de um círculo cromático projetado em slide, contendo cada cor algumas palavras para que os participantes se identificassem e, posteriormente, compartilhassem com o grupo sua escolha.

Em seguida, apresentou-se um slide em forma de um mural vazio para construção, intitulado “Nosso Mural”, buscando iniciar um momento de compartilhamento de vivências e promover reflexões. Nessa ocasião, questionou-se aos participantes sobre o que mais gostavam de fazer antes da pandemia e, à medida que as atividades foram sendo mencionadas, adicionaram-se imagens de tais afazeres no mural.

Diante disso, dispararam-se perguntas aos idosos, sendo a principal delas: “Foi possível fazer o que gostamos durante a pandemia?” O propósito de tal questionamento era abrir um espaço, de forma amena, para que os participantes pudessem partilhar sobre o que estavam vivendo durante a realidade pandêmica, sendo livres para trazerem à tona situações e sentimentos que os atravessaram durante tal conjuntura. Poderiam, inclusive, questionarem-se uns aos outros e apontar as medidas de enfrentamento das quais estavam se utilizando para ultrapassar as dificuldades, especialmente a solidão, durante o isolamento social.

Durante todo o momento da roda de conversa, o grupo mediador teceu anotações sobre o discurso dos participantes e analisou-os posteriormente por meio de uma análise de discurso, desenvolvida pelos psicólogos sociais Billig e Potter, para identificar mecanismos de produção de sentido utilizados pelos idosos na formação do discurso.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O formulário online auto preenchido foi respondido por 58 pessoas com idades entre 60 e 95 anos, sendo 68,8% destas do gênero feminino e renda média entre 3-4 salários mínimos (34,5%) ou mais que 5 salários mínimos (22,4%). Os sujeitos são das mais diversas cidades do país, com prevalência das regiões Nordeste (70,1%) e Sul (22,80%). Grande parte dos respondentes tem dois (37,9%) ou três (24,1%) filhos e considerava sua vida muito boa (46,6%) ou boa (31%) antes da pandemia.

Mais de 40% deles consideraram sua vida boa durante a pandemia e um percentual de 31% alegou que sua vida esteve ruim nesse mesmo período. Sobre o quanto a vida mudou com a realidade pandêmica 39,7% dos idosos responderam que a vida mudou muito e a mesma porcentagem se deu para “razoavelmente”.

Muitas destas pessoas realizaram atividades das mais variadas para atravessar os dias de isolamento social, como praticar esportes, realizar atividades manuais, tocar instrumentos musicais, estudar online, participar de reuniões online, assistir programas de televisão ou *lives*, trabalhar remota ou normalmente, sem conseguir parar mesmo diante do perigo de se contaminar; mudar de ramo trabalhista, ler e fazer atividades de passatempo como palavras cruzadas, estar em contato com amigos e familiares por dos canais de comunicação e maior frequência no uso das redes sociais.

No que diz respeito à frequência com que sentia solidão, 34,5% dos idosos respondentes alegaram que às vezes se sentiam solitários; 29,3% respondeu que sentia solidão “raramente” e 27,6% nunca tinha esse sentimento, o que surpreendeu os pesquisadores.

As análises das falas dos participantes, por sua vez, foram orientadas pelo método de análise de discurso, desenvolvido pelos psicólogos sociais da Psicologia Social Discursiva (BILLIG, 1987; POTTER, 1996; WETHERELL; POTTER, 1992). Apesar dos estudos guiados pelo método de análise de discurso serem, em maior parte dos casos, estudos qualitativos, Potter (1996) afirma que a análise de discurso não exclui obrigatoriamente a quantificação, sendo importante levar em consideração os dados apresentados no formulário.

Sendo assim, percebeu-se nas respostas do formulário, especialmente na pergunta relacionada às atividades realizadas durante o período de isolamento social, uma grande necessidade destes idosos de se mostrarem ativos, apesar do período da vida e da realidade pandêmica. Esta característica pode ser explicada pela demanda que tal população apresenta de ser protagonista da própria história, mesmo com todas as mudanças físicas, sociais, econômicas, entre outras, que a velhice lhe impõe (GOLDFARB, 1998). Esta observação pôde ser verificada também durante a reunião online, seja por meio de movimentos corporais, expressões faciais ou construção de discursos.

Desse modo, foi possível identificar modos de construção discursivamente representados no grupo de idosos, contendo termos e falas que confrontam os dados evidenciados na maior parte dos estudos previamente analisados, em que o isolamento denotava sempre um caráter negativo (DA SILVA SANTOS; BRANDÃO; ARAÚJO, 2020).

Uma perspectiva mais positiva da vivência da pandemia pode ser representada em um recorte das falas: “A pandemia aproximou muito as pessoas. Neste sentido, o grupo pesquisado demonstra uma particularidade, na medida em que, necessariamente a pandemia não representou motivo de dor e sofrimento, como em muitos casos. Para este grupo significou aproximação com a família que mantinha uma rotina tão fora de casa: “Trabalhei 30 anos fora de casa, estar em casa sempre foi algo bom.”

Além disso, foi possível verificar que mesmo quando os idosos dirigiam expressões negativas sobre a pandemia, elas sempre surgiam de forma menos acentuada, sempre no diminutivo e com complementos que verbalizam seus pensamentos “coisa chatinha que mexeu com muita gente”, “não achei a pandemia tão ruinzinha assim (...) descobri que posso viver bem sozinha também”, demonstrando a resiliência e parcimônia adotada por eles durante o período pandêmico.

Sobre este ponto, alguns estudos apontam que de fato, a população idosa tende a apresentar um grau mais elevado de resiliência quando comparada a outros grupos, sendo essa força perante as adversidades atribuída tanto a fatores internos quanto externos, como capacidade cognitiva, saúde física, status social, estabilidade financeira, rede de apoio, domínio sobre recursos eletrônicos, entre outros (MOURA apud VAHIA; JESTE; REYNOLDS, 2021).

Apesar do envelhecimento populacional ser uma realidade, o idoso ainda é pouco valorizado, mantendo-se uma visão preconceituosa, estigmatiza e estereotipada sobre este grupo social. Por esta razão, nosso estudo aponta para o fato que necessariamente o distanciamento social não pode ser caracterizado como justificativa para o abandono do idoso,



fazendo-se necessário refletir, investir e instituir ferramentas tecnológicas que possam ser utilizadas como recursos para ampliar as ações de cuidado junto à população idosa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considera-se, portanto, que a pesquisa-ação realizada cumpriu o seu papel enquanto meio de aproximação com a realidade, construção de interações sociais significativas, escuta ativa, produção de subjetividades e autonomia e intervenção mediante um problema específico, neste caso, a solidão experienciada pela população idosa no período de isolamento social decorrente da pandemia de COVID-19.

Destaca-se a sua importância no sentido de permitir a visualização de outras formas de compreensão do isolamento social a partir das representações dos idosos sobre sua realidade, mostrando que a perspectiva negativa do isolamento nem sempre condiz com o que os idosos experienciaram, uma vez que experiências positivas também emergiram nesse período. Salienta-se, ainda, a especificidade do grupo participante da intervenção por meio da reunião online, principalmente sobre suas condições sociais e econômicas e sua disponibilidade e habilidade para acessar os recursos tecnológicos utilizados.

Por fim, ressalta-se a importância de espaços que promovam o cuidado humanizado do idoso, buscando potencializar suas capacidades físicas e psíquicas com vistas a promoção de um envelhecimento saudável.

REFERÊNCIAS

ARANTES, Ana Claudia Quintana et al. Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: recomendações aos trabalhadores e cuidadores de idosos. **Fiocruz**, 2020.

ARAÚJO, Fábio Baptista et al. Fragilidade, perfil e cognição de idosos residentes em área de alta vulnerabilidade social. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 3047-3056, 2019.

BARNASKI, Maria Rita Oliveira et al. O uso das tecnologias em tempos de pandemia pelos idosos. **Anais do Seminário Interinstitucional de Ensino, Pesquisa e Extensão**, 2020.

BILLIG, Michael. *Arguing and Thinking: A Rhetorical Approach to Social Psychology*, Cambridge, **Cambridge University Press**, 1987.

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



DA SILVA SANTOS, Stephany; BRANDÃO, Gisetti Corina Gomes; ARAÚJO, Kleane Maria da Fonseca Azevedo. Isolamento social: um olhar a saúde mental de idosos durante a pandemia do COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e392974244-e392974244, 2020.

ENGEL, Guido Irineu. Pesquisa-ação. **Educar em Revista**, p. 181-191, 2000.

GEIB, Lorena Teresinha Consalter. Determinantes sociais da saúde do idoso. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, p. 123-133, 2012.

GOLDFARB, Delia Catullo. Corpo, tempo e envelhecimento. **Editora do Psicólogo**. São Paulo, 1998.

GUEDES, Marcelo Barbosa Otoni Gonçalves et al. Apoio social e o cuidado integral à saúde do idoso. **Physis: Revista de saúde coletiva**, v. 27, p. 1185-1204, 2017.

HENRIQUES, Ana; DIAS, Isabel. As duas faces do isolamento dos idosos em tempo de pandemia: quem "achata a curva" da solidão?. **Boletins do Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto**, 2020.

MOURA, Maria Lucia Seidl de. Idosos na pandemia, vulnerabilidade e resiliência. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 24, 2021.

PECOITS, Roberta Vieira et al. O impacto do isolamento social na saúde mental dos idosos durante a pandemia da Covid-19. **REVISTA AMRIGS**, 2021.

POTTER, Jonathan. Discourse Analysis and Constructionist Approaches: Theoretical Background. In: John T.E. Richardson (Ed.)(1996). *Handbook of qualitative research methods for psychology and the social sciences*. Leicester: **BPS Books**, 1996.

RAMOS, Marília Patta. Apoio social e saúde entre idosos. **Sociologias**, p. 156-175, 2002.

SAMPAIO, Talita Santos Oliveira; SAMPAIO, Lucas Silveira; VILELA, Alba Benemérita Alves. Conteúdos e estrutura representacional sobre família para idosos em coresidência. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 1309-1316, 2019.

WANG, Huali et al. Dementia care during COVID-19. **The Lancet**, v. 395, n. 10231, p. 1190-1191, 2020.

WETHERELL, Margaret; POTTER, Jonathan. Mapping the Language of Racism: Discourse and the Legitimation of Exploitation. Hemel Hempstead: **Harvester Wheatsheaf**, 1992.