

IMPACTO DA SOLIDÃO NAS PESSOAS IDOSAS UMA REFLEXÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO DOS ASSISTENTES SOCIAIS COM PESSOAS IDOSAS

Carlota Damas

Instituto Politécnico de Castelo Branco
carlotadamas21@gmail.com

Daniela Pereira

Instituto Politécnico de Castelo Branco
danielaforpra@gmail.com

Florencio Vicente Castro

Catedrático Universidad. Investigador de INFAD
fvicentec@gmail.com

Received: 12 enero 2023

Revised: 17 enero 2023

Evaluator 1 report: 10 febrero 2023

Evaluator 2 report: 06 marzo 2023

Accepted: 22 marzo 2023

Published: junio 2023

RESUMO

Neste artigo pretende-se refletir sobre o impacto da solidão nos idosos, bem como compreender as razões que os levam a este estado e quais os meios que utilizam para atenuar esses sentimentos. Neste seguimento e, tendo em conta a formação das autoras, torna-se pertinente que a reflexão assente na perspetiva de Intervenção dos Assistentes Sociais com Idosos, compreendendo de que forma estes apoiam, orientam e resolvem as necessidades e problemas de cada um. Trata-se de uma investigação qualitativa, transversal, descritiva, interpretativa e exploratória, na qual participaram 10 idosos da Associação AVISO. Com a aplicação da Escala de Solidão-UCLA, nas duas últimas semanas de novembro de 2022, constatou-se que a maioria dos utentes apresentam sentimentos de solidão, estando os mesmos associados a diversas variáveis, como a falta de suporte familiar e social, a perda do cónyuge e/ou dos filhos por falecimento, entre outros. Percebeu-se ainda que a Associação é o alicerce de muitos dos utentes, visto que se assume como um suporte emocional para estes.

Palavras-Chave: solidão; envelhecimento; idosos

ABSTRACT

The impact of loneliness on the elderly. A reflection on the importance of intervention by social workers with elderly people. This article intends to reflect on the impact of loneliness on the elderly, as well as to understand the reasons that lead to this state and what means they use to mitigate these feelings. In

IMPACTO DA SOLIDÃO NAS PESSOAS IDOSAS UMA REFLEXÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO DOS ASSISTENTES SOCIAIS COM PESSOAS IDOSAS

this context, and taking into account the authors training, it is pertinent the reflection be based on the perspective of Intervention by Social Workers with the Elderly, understanding how they support, guide and solve the needs and problems of each one. This is a qualitative, cross-sectional, descriptive, interpretative and exploratory investigation in which 10 seniors from Associação AVISO participated. With the application of the UCLA Loneliness Scale, in the last two weeks of November 2022, it was found that most users have feelings of loneliness, which are associated with several variables, such as lack of family and social support, loss of spouse and/ or children due to death, among others. It was also noticed that the Association is the foundation of many users, since it is assumed as an emotional support for them.

Keywords: Loneliness; aging; elderly

INTRODUÇÃO

A velhice não é um facto estático, mas antes o prolongamento do ciclo de vida do ser humano. Nos últimos anos tem-se assistido a um envelhecimento demográfico, havendo o aumento da proporção dos idosos na população total. Este fenómeno decorre de uma transição demográfica cujo modelo, onde a fecundidade e mortalidade eram elevadas, foi substituído por outro em que ambas são baixas, levando, conseqüentemente, ao estreitamento na base da pirâmide de idades (diminuição dos jovens) e alargamento do topo (aumento dos idosos) (Freitas, 2011, p. 15).

Nesta linha de ideias, compreende-se que o envelhecimento tem sido foco de reflexão por parte dos Homens, encarando-o de diversas formas, reforçando a dimensão heterogénea deste processo (Fechini & Trompieri, 2012, p. 107). Alguns encaram-no como uma perda progressiva da capacidade de se adaptarem ao meio que os envolve e de realizarem as atividades de vida diária (AVD's), influenciando a sua independência (Fechini & Trompieri, 2012, p. 107; Oliveira et al., 2015, p. 198; Menezes et al., 2018, p. 9). Outros, consideram que esta é uma fase marcada por uma crescente vulnerabilidade e dependência (Fechini & Trompieri, 2012, p. 107). Por sua vez, outros tantos olham para o envelhecimento como um ponto de sabedoria, serenidade e bom senso (Fechini & Trompieri, 2012, p. 107).

Para Simões e Sapeta (2017, p. 11) o envelhecimento tem sido visto como uma fase de degeneração do organismo que ocorre após o período reprodutivo, sendo a idade o critério mais comum para marcar o início desta etapa. Esta perspectiva vai de encontro à que é referida por Ermida (1999, cit. por Simões & Sapeta, 2017, p. 11), ao considerar que é um processo de diminuição orgânica e funcional que ocorre com a passagem do tempo, existindo uma evolução mais rápida e significativa nas últimas fases da vida. Por sua vez, Berger e Mailloux-Poirier (Simões & Sapeta, 2017, p. 11) afirmam que se trata de um processo que inclui várias dimensões, envolvendo "(...) mecanismos de reparação e de destruição desencadeados ou interrompidos em momentos e a ritmos diferentes para cada ser humano".

De acordo com Rosa (2012, cit. por Simões & Sapeta, 2017, p. 11), o envelhecimento pode ser analisado segundo duas perspectivas, nomeadamente na perspectiva do envelhecimento demográfico e na perspectiva do indivíduo. No que concerne à primeira, compreende as alterações que ocorrem na estrutura da sociedade, havendo um aumento exponencial do número de pessoas com 65 e mais anos (Agostinho, 2022, p. 5). Por sua vez, a segunda compreende as mudanças que ocorrem gradualmente na estrutura biológica, psicológica e social de cada indivíduo (Agostinho, 2022, p. 5). Estas mudanças podem variar de acordo com as funções que os sujeitos exercem nos contextos sociais e culturais, onde diversos fatores que envolvem os estilos de vida, tornam este grupo etário bastante heterogéneo (Araújo & Batista, 2022, p. 64), daí existir "(...) uma variedade de modos de ser velho e de contextos que o determinam" (Simões & Sapeta, 2017, p. 12).

Neste sentido, compreende-se que o envelhecimento é um fenómeno irreversível, imutável e complexo, variando de indivíduo para indivíduo (Tavares et al., 2019, p. 79; Fechine & Trompieri, 2012, p. 107), uma vez que cada um vive este processo de forma diferente, "(...) considerando sua história particular e todos os aspectos estruturais relacionados a ela, juntamente a saúde, educação e condições económicas" (Oliveira et al., 2015, p. 199), fazendo com que não possa haver uma única denominação/perspetiva de envelhecimento (Simões & Sapeta, 2017, p. 12).

MARCO TEÓRICO

A SOLIDÃO ENQUANTO CONCEITO

Para além da preocupação existente com o crescimento acentuado do envelhecimento da população e com o conjunto de problemas sociais, económicos e políticos decorrentes desse mesmo, surge comumente associada a ideia de solidão (Afonso, 2022, p. 2) que, apesar de ser um fenómeno transversal a todas as faixas etárias, considera-se mais frequente a sua presença na última fase do ciclo de vida do Ser Humano, trazendo “(...) consequências graves e difíceis de ultrapassar por quem as sente” (Freitas, 2011, p. 19).

Nesta linha de ideias, a solidão “(...) tem sido vista como um dos maiores problemas das pessoas de idade”, havendo fatores pessoais e sociais “(...) que contribuem para a solidão” (Freitas, 2011, p. 20). A mesma é percebida como um conceito subjetivo e multidimensional, sendo a sua definição um trabalho complexo (Azeredo & Afonso, 2016, p. 314). No entanto, apesar das suas características, diversos autores têm vindo a desenvolver algumas definições sobre este sentimento, havendo três denominadores que comumente são referidos por estes, entre os quais: sentir-se só (aspeto subjetivo) não é sinónimo de estar só (aspeto objetivo); a solidão pode ser o resultado “(...) de um isolamento imperfeito”; e a solidão revela-se como um sentimento que se traduz numa “(...) experiência psicologicamente desagradável e angustiante para quem a sente, podendo levar à exclusão social” (Azeredo & Afonso, 2016, p. 314).

As expectativas e/ou insatisfação que as pessoas expressam relativamente às suas relações sociais determinam a existência deste sentimento (Ribeiro, 2018, p. 334), estando relacionado com “(...) a qualidade da interação social e não com a quantidade dos contactos estabelecidos” (Freitas, 2011, p. 20). Reconhecendo que a perda de papéis sociais, problemas de saúde, reforma, luto, entre outros, potenciam a solidão (Paço, 2016, p. 37; Afonso, 2022, p. 3; Ribeiro, 2018, p. 335), compreende-se que os idosos apresentam uma maior vulnerabilidade para experienciar este fenómeno. Weiss (1957, cit. por Pocinho et al., 2010, p. 66) fez a distinção de dois tipos de solidão: a social e a emocional. No que tange à primeira, a pessoa sente-se só e insatisfeita devido à falta de rede social (família, amigos, conhecidos), por sua vez, na segunda o indivíduo está só e insatisfeito em virtude de sentir falta de uma relação pessoal íntima.

Importa reforçar que este sentimento não é só experienciado quando o indivíduo se encontra isolado, até porque sentir-se só não é sinónimo de estar só, podendo ocorrer também no seio da rede familiar e institucional (Azeredo & Afonso, 2016, p. 314), “(...) onde há, frequentemente, falta de comunicação, participação social e afetiva” (Freitas, 2011, p. 21). Desta forma, entende-se que a solidão e o isolamento, embora sejam conceitos muitas vezes confundidos, não são sinónimos, visto que o isolamento, podendo promover a solidão e levar ao aparecimento de depressão e do declínio cognitivo, corresponde a um estado em que as pessoas vão perdendo o envolvimento social com outras ocasionando, deste modo, poucas ou até mesmo nenhuma interações sociais no seu quotidiano, assumindo-se, portanto, com um carácter objetivo (Bezerra et al., 2021, p. 2).

A solidão pode ter diversas causas e efeitos conforme a “(...) cultura e a pessoa que atinge” (Freitas, 2011, p. 23). Para além das que já foram referidas, para Morales e Moya (1996, cit. por Freitas, 2011, p. 23) e Pinquart e Sorenson (2003, cit. por Freitas, 2011, p. 23) a solidão relaciona-se com um conjunto de características de personalidade (como por exemplo, introversão e tendência à depressão), com a baixa autoestima, com as competências sociais (por exemplo, comportamento tímido na relação que estabelece com os outros) e com as características sociodemográficas (como por exemplo, idade e estado civil).

O SERVIÇO SOCIAL GERONTOLÓGICO E O PAPEL DA GERONTOLOGIA SOCIAL

A Gerontologia é um campo do saber especificamente comprometido com a velhice e com o envelhecimento que tem como principal objetivo o estudo das pessoas idosas como um todo (Paúl, 2012, cit. por Crispim, 2020, p. 41). Dada a complexidade desta área de conhecimento e de intervenção, justifica-se cada vez mais, pelas exigências que se colocam a todos os cidadãos numa sociedade progressivamente envelhecida, o contributo multidisciplinar das diversas ciências, entre elas: as ciências biomédicas (biologia, bioquímica, medicina); as ciên-

IMPACTO DA SOLIDÃO NAS PESSOAS IDOSAS UMA REFLEXÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO DOS ASSISTENTES SOCIAIS COM PESSOAS IDOSAS

cias psicológicas (psicologia do desenvolvimento, psicologia social, psicologia cognitiva) e as ciências sociais (sociologia, demografia, serviço social) (Agostinho, 2022, diap. 13). Todas as ciências referenciadas estudam as várias vertentes do envelhecimento e propõem-se a atuar perante a pessoa idosa de uma forma integral, considerando o seu desenvolvimento pessoal, bem-estar e qualidade de vida (Agostinho, 2022, diap. 18).

Tal como foi anteriormente mencionado, a área da Gerontologia apresenta uma multiplicidade de contributos, sendo um deles o do Serviço Social. O Serviço Social, enquanto profissão e disciplina científica da área das ciências sociais, dá importantes contribuições para a intervenção com as pessoas idosas, sendo nesse contexto de extrema relevância referir qual o papel que assume no ramo Gerontológico.

Na perspetiva de García e Jiménez (2003, cit. por Ribeirinho, 2013, p. 178), o Serviço Social Gerontológico "(...) encarrega-se de conhecer as causas e os efeitos dos problemas sociais, individuais e coletivos das pessoas idosas e de como conseguir que essas pessoas assumam uma ação organizada, tanto preventiva como transformadora". Trata-se, assim, de uma intervenção profissional intencionada e científica na realidade social das pessoas idosas, conhecendo-a e transformando-a, contribuindo com outras profissões para atingir o bem-estar desse coletivo (Ribeirinho, 2013, pp.178-179).

Outro ponto de vista apresentado dentro desta temática é o de Ribeirinho (2013, p. 178), definindo-a como uma "(...) área da Gerontologia que intervém em populações heterogêneas, com problemáticas muito complexas e multidimensionais, o que requer um conhecimento vasto sobre os problemas subjacentes a esta realidade, mas também a contextualização desses problemas num contexto social global mais amplo".

Nesta lógica e ao fim de apresentadas as perspetivas dos autores, pode-se afirmar que o Serviço Social na vertente do envelhecimento é uma área científica que assume um papel determinante e desafiador ao mesmo tempo, pois os profissionais deste ramo estão encarregues de desenvolver uma intervenção holística que tenha em consideração "(...) as dimensões biopsicossociais, culturais e espirituais da Pessoa Idosa, expectativas, capacidades (...)" (Ribeirinho, 2013, p. 351, cit. por Candeias, 2021, diap. 4). Tal trabalho requer aprofundamento teórico e intervenções contextualizadas no tempo e no espaço, enquadradas pelos princípios da Intervenção do Serviço Social, prendendo-se os mesmos com o respeito pela dignidade humana, pelas características e valores próprios/individuais, pela autonomia e pelo *empowerment*, sendo só assim possível promover e salvaguardar os direitos e deveres de cada um dos atores sociais.

ESTUDOS EFETUADOS NO ÂMBITO DA TEMÁTICA DA SOLIDÃO

Para a elaboração deste ponto, realizou-se uma pesquisa sistemática da literatura, tendo em consideração teses e artigos que estudassem o tema da solidão e do isolamento nos idosos, bem como os efeitos destes fenómenos na vida dos mesmos. Para tal, pesquisaram-se teses e artigos científicos publicados em língua portuguesa em Portugal e no Brasil nos Repositórios Científicos Abertos, nas Revistas Científicas e no Google Académico, entre os anos de 2015 e 2020.

Nas teses e artigos selecionados para a análise foram apresentados os autores, o ano, o título e objetivos do estudo sobre o formato de tabela 1. Para além de serem apresentados estes elementos, foram ainda mencionados outros de forma sucinta por escrito.

Tabela 1- Estudos sobre o fenómeno da solidão.

Autor(es)	Ano	Título	Objetivo(s)
Lopes, N.	2015	“A solidão nos idosos em função da rede de suporte social, no concelho de Vila do Bispo”	Verificar se a satisfação com o suporte social, condicionada pelas variáveis sociodemográficas e contextuais, influencia a solidão sentida pelos idosos
Cavalcanti, K.; Mendes, J.; Freitas, F.; Martins, K.; Lima, R. & Macêdo, P.	2016	“O olhar da pessoa idosa sobre a solidão”	Identificar os fatores que influenciam a solidão das pessoas idosas
Azeredo, Z. & Afonso, S.	2016	“Solidão na perspetiva do idoso”	Conhecer a opinião dos idosos em relação aos sentimentos de solidão
Pereira, P.	2017	“Solidão em idosos no concelho de Vila Pouca de Aguiar”	Caracterizar a solidão percebida por uma amostra de idosos
Faisca, L.; Afonso, R.; Pereira, H. & Patto, M.	2019	“Solidão e sintomatologia depressiva na solidão”	Prevenir e intervir sobre a sintomatologia depressiva na velhice
Ferreira, H. & Casemiro, N.	2020	“Solidão em idosos e fatores associados”	Analisar a frequência da solidão em idosos e relações entre solidão com prática de atividades prazerosas, depressão, bem-estar subjetivo e autoavaliação de saúde
Tereso, S. & Moreira, M.	2020	“Envelhecer sozinho- Um estudo de caso no interior de Portugal”	Perceber a realidade dos idosos que vivem sós; conhecer o contexto em que vivem e de que forma sentem solidão

Fonte: Autoria Própria

Indo ao encontro do que foi evidenciado em acima, pretende-se agora mencionar os outros elementos que compuseram o estudo além dos destacados na tabela, tais como o tipo de investigação feita, as técnicas e instrumentos de recolha de dados, as características sociodemográficas das amostras e os resultados retirados dos mesmos.

No que diz respeito ao tipo de investigação feita, todas são quantitativas (estudos baseados na observação de factos objetivos, de acontecimentos e de fenómenos que existem), transversais (recolha de dados foi efetuada num único período temporal) e descritivos (descrição dos fenómenos em estudo relativos a uma população específica, que no caso em concreto são pessoas idosas).

Já no que se refere às técnicas e instrumentos de dados, foram utilizados maioritariamente os questionários para a caracterização sociodemográfica, a Escala de Solidão- UCLA, a Escala de Satisfação com o Suporte Social,

IMPACTO DA SOLIDÃO NAS PESSOAS IDOSAS UMA REFLEXÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO DOS ASSISTENTES SOCIAIS COM PESSOAS IDOSAS

a Escala de Depressão Geriátrica e o Índice *Lawton-Brody*, tendo todas estas o intuito de avaliar alguns dos fenómenos vivenciados pelos participantes dos estudos.

Relativamente às características sociodemográficas dos idosos inquiridos nos sete estudos, pode-se facilmente verificar que a grande maioria dos participantes são do sexo feminino. Além do aspeto anteriormente referido, há a predominância do estado civil de viúvo(a) e do baixo nível de escolaridade apresentado por esta população.

Por fim, e no que tange aos resultados retirados dos estudos apresentados na tabela, pode-se analisar que alguns deles evidenciam que os idosos revelam níveis de solidão baixos, devendo-se em grande parte aos contactos diários com os familiares, com os vizinhos e com os amigos, o que provoca nestes sujeitos uma enorme satisfação pessoal. Em contrapartida, os idosos(as) viúvos (as) e/ou divorciados(as) sentem sintomatologias depressivas, devendo-se, eventualmente, ao facto de se encontrarem sozinhos(as) sem terem ninguém com quem partilhar as suas felicidades e as suas tristezas.

MARCO EMPÍRICO

OBJETIVOS DA INVESTIGAÇÃO

Este estudo tem como objetivo avaliar o nível de solidão dos idosos da Associação AVISO, pretendendo com isto conhecer o contexto das pessoas idosas que vivem sós e o que sentem sobre o facto de viverem sozinhas. Para além desse objetivo, há ainda um outro que tem por base refletir sobre a importância da Intervenção dos Assistentes Sociais com Pessoas Idosas, tendo em vista compreender de que forma os profissionais apoiam, orientam e resolvem as necessidades e problemas de cada idoso.

AMOSTRA E/OU PARTICIPANTES

A técnica que se utilizou no presente estudo para escolher a amostra foi a não probabilística por conveniência, na qual participaram 10 idosos (N=10) do Centro de Atividades e Convívio da Associação AVISO, no ano de 2022. A amostra convidada foi constituída por 11 de indivíduos, no entanto, a amostra produtora de dados foi composta por 10 pessoas. Esta diferença resulta dos critérios de elegibilidade para esta investigação, sendo eles os seguintes:

- Critérios de inclusão: pessoas com 65 e mais anos que frequentam o Centro de Atividades e Convívio da Associação AVISO, de ambos os sexos, de todas as classes económicas e sociais e que aceitaram participar no presente estudo ao assinarem o Termo de Consentimento de Livre Aceitação;

- Critérios de exclusão: existência de algum tipo de demência e/ou doenças do foro cognitivo que comprometam a qualidade da investigação, a não comparência na Instituição (no dia da recolha de dados) e/ou a recusa por se constituir como participante no estudo.

CARACTERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO ASSOCIAÇÃO DE APOIO VOLUNTÁRIO AO IDOSO SÓ – AVISO

A Associação de Apoio Voluntário ao Idoso Só - AVISO, situada na cidade de Castelo Branco, consiste numa Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) que presta um conjunto de apoios/serviços de forma voluntária às pessoas, famílias e às comunidades, tendo como principal intuito contribuir para a melhoria da qualidade de vida e do bem-estar de toda a população, em particular da idosa (AVISO, 2021).

De forma a ir ao encontro dos objetivos da Instituição acima referidos, são definidas três respostas sociais, por parte da Associação AVISO que promovem e asseguram o bem-estar dos indivíduos: o Centro de Atividades e Convívio “Atelier Sénior”, Distribuição de Bens Alimentares e o Voluntariado ao Domicílio. Embora sejam prestados três tipos de resposta social distintos, o artigo apenas se irá focar na resposta do Centro de Atividades e Convívio “Atelier Sénior”, visto ter sido nessa valência que aplicamos os Inquéritos por Questionário e a Escala da Solidão- UCLA aos utentes.

METODOLOGIA E/OU INSTRUMENTOS UTILIZADOS

Trata-se de uma investigação quantitativa, com um carácter transversal, descritivo e interpretativo.

Os instrumentos de recolha de dados são ferramentas que permitem ao investigador reunir a informação necessária para a continuidade do seu estudo (Lakatos & Marconi, 1990, cit. por Santos *et al.*, 2019, p. 41). Neste sentido, as técnicas de recolha de dados utilizadas no processo de investigação foram as seguintes: observação participante; inquéritos por questionário e as escalas de atitudes e opiniões.

Deste modo e indo ao encontro do que foi referido, a primeira técnica a ser utilizada foi a observação participante, direta ou de campo, que se caracteriza por ser uma metodologia qualitativa em que o investigador assume um papel de grande relevância (Mónico *et al.* 2017, p. 725). Nesta técnica de recolha de dados o investigador possui um contacto direto, frequente e prolongado com os atores sociais, pretendendo com isto “(...) apreender, compreender e intervir nos diversos contextos (...)” (Mónico *et al.* 2017, p. 727).

O segundo instrumento a ser aplicado foi o inquérito, definindo-se o mesmo por ser “(...) uma interrogação particular acerca de uma situação englobando indivíduos, com o objetivo de generalizar” (Ghiglione & Matalon, 2001, p. 7, cit. por Vieira, 2014, p. 42). Quer isto dizer que, o inquérito por questionário é um instrumento de investigação quantitativo, que recolhe as informações relacionadas com a idade, o sexo, o estado civil e residência (características sociodemográficas) de cada um dos sujeitos.

O inquérito por questionário pode ser constituído por uma série de perguntas, mas também pode integrar outros instrumentos, como por exemplo, testes e escalas de atitudes e opiniões.

As escalas de atitudes e opiniões são instrumentos que permitem medir o grau de intensidade das atitudes e opiniões dos indivíduos a respeito de um determinado fenómeno (Pardal & Lopes, 2011, p. 89). Deste modo, no decorrer da investigação, foi autoadministrada a versão de Russel, Peplau e Cutrona (1980) validada e adaptada por Neto (1989) da Escala da Solidão- UCLA para a língua portuguesa, aos 10 utentes da Associação AVISO, por forma a avaliar o índice de solidão dos inquiridos no respetivo estudo. As investigadoras optaram pela autoadministração nos dois instrumentos para que sejam asseguradas a mesmas condições de aplicação, pois há alguns dos idosos da amostra que não sabem ler, outros têm dificuldades em ver, impossibilitando a leitura da escala, e outros dada a sua condição física, não poderem escrever.

No contexto da autoadministração dos instrumentos, torna-se ainda pertinente destacar o período em que foi realizada a recolha de informações dos instrumentos utilizados, assim como a duração da aplicação dos mesmos. Em relação ao período de aplicação dos instrumentos, o mesmo decorreu nas duas últimas semanas de novembro de 2022, nas instalações físicas da Associação, devido à maior facilidade de contacto com os utentes. Relativamente à duração da aplicação dos instrumentos, demorou em média cerca de 15 minutos por cada um dos utentes, dando espaço para que pudessem refletir sobre as suas respostas.

Referenciado o modo de aplicação, importa mencionar a composição da Escala e o seu nível de medição, de acordo com Neto. De acordo com a versão validada e adaptada por Neto (1989), a Escala da Solidão-UCLA conjuga um total de 18 itens, avaliados numa escala de tipo *Likert* com 4 alternativas de resposta que vão desde o nunca (1), até muitas vezes (4) e onde a pontuação varia entre a mínima de 18 e a máxima de 72 pontos. A pontuação total é obtida através da soma dos itens, em que metade dos quais se encontram formulados de forma inversa (itens 1,4,5,8,9,13,14,17 e 18), refletindo desta forma sentimentos de solidão, com a apresentação de resultados elevados e a satisfação social manifestada pela ausência de solidão, com resultados baixos (Neto, 1989, cit. por Dias, 2013, p. 26).

PROCEDIMENTOS ÉTICOS E LEGAIS

Ao ser realizada uma investigação, deve-se ter sempre em consideração que os princípios éticos e deontológicos devem ser cumpridos/respeitados (Martins, 2022a, p. 1). A importância e qualidade da investigação, o consentimento, a confidencialidade, a recolha, armazenamento e tratamento de dados são alguns exemplos de orientações práticas que devem ser seguidos de acordo com a Ética (Martins, 2021, p. 1). Naturalmente, a parti-

IMPACTO DA SOLIDÃO NAS PESSOAS IDOSAS UMA REFLEXÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO DOS ASSISTENTES SOCIAIS COM PESSOAS IDOSAS

cipação dos sujeitos no estudo deve ser voluntária (liberdade individual) e consciente, podendo a qualquer momento abandonar a investigação.

No desenho inicial desta investigação foram tomadas todas as orientações para agir de acordo com os princípios éticos e deontológicos, tendo sido elaborado o pedido formal de autorização à Associação, bem como redigido um Protocolo de Consentimento e de Livre Aceitação aos utentes, tendo como objetivo divulgar a natureza da investigação, questionar o interesse em participar e garantir a confidencialidade das informações prestadas a que só as investigadoras têm acesso (Martins, 2022a, pp. 1-2).

HIPÓTESE DO ESTUDO

No que diz respeito às hipóteses, estas podem ser vistas como previsões que o investigador tem sobre a relação que se estabelece entre as variáveis, existindo "(...) um papel de articulação e de diálogo entre as teorias, as observações e as experimentações, servindo de guia à própria investigação" (Praia *et al.*, 2002, p. 254). Ao ser formulada uma hipótese torna-se indispensável a sua confirmação (Praia *et al.*, 2002, p. 254). Neste contexto, a presente investigação irá recair, fundamentalmente, na seguinte hipótese: O estado de solidão varia de acordo com o estado civil.

Todas as características da investigação mencionadas anteriormente, poderão ser consultadas na Tabela 2.

Tabela 2- Características gerais do estudo.

Data	Últimas duas semanas de novembro de 2022
Local	Associação de Apoio Voluntário ao Idoso Só - AVISO
Tipo de estudo	Investigação quantitativa, com um carácter transversal, descritivo e interpretativo
Objetivos	- Avaliar o nível de solidão dos idosos da Associação AVISO; -Refletir sobre a importância da intervenção dos Assistentes Sociais com pessoas idosas
Amostra	10 inquiridos
Instrumentos de recolha de dados	Inquérito por questionário; Escala da Solidão - UCLA
Hipótese	O estado de solidão varia de acordo com o estado civil

Fonte: Autoria Própria

RESULTADOS ALCANÇADOS E DISCUSSÃO

Dada a recolha de dados efetuada com o Inquérito por Questionário e com a Escala da Solidão- UCLA, conseguiu-se perceber as características sociodemográficas dos sujeitos que integram a amostra do estudo e o nível de solidão apresentado pelos utentes.

Deste modo e no que concerne à caracterização da amostra, a mesma é constituída só por indivíduos do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 80 e os 92 anos, havendo um predomínio da viuvez, podendo ser este um indicativo que poderá condicionar o nível de solidão apresentado (Tabela 3). Nesta linha de ideias, compreende-se que existe um padrão de feminização da população idosa que vive só, podendo ser o resultado de as mulheres viverem mais anos do que os homens (Cabral, *et al.*, 2013, cit. por Tereso & Moreira, 2020, p. 32). Para além disso, pode-se verificar, neste caso específico, a relutância do sexo masculino em frequentar este tipo de respostas sociais.

Tabela 3- Características gerais dos participantes.

Sexo	10 utentes do sexo feminino
Idade	1 utente- 80 anos; 2 utentes- 83 anos; 2 utentes- 85 anos; 1 utentes- 88 anos; 1 utentes- 89 anos; 3 utentes- 92 anos
Estado civil	7 utentes- viúvas; 3 utentes- casadas

Fonte: Autoria Própria

Embora os estudos anteriormente analisados comprovem que o estado civil de viuvez surge associado a maiores níveis de solidão, na presente investigação pode-se analisar que a viuvez não é um fator condicionante, havendo casados que pontuam um valor mais alto de solidão, do que todos os viúvos que frequentam a Associação. Tal pode ser comprovado através dos resultados, onde 3 sujeitos casados pontuaram entre 57 e 59 pontos (estando próximos da pontuação máxima que se pode obter-72 pontos) (Tabela 4), afirmando os mesmos que tal se deve ao facto de não se sentirem apoiados pelos familiares. Por outro lado, os 7 sujeitos viúvos obtiveram pontuações inferiores, tendo as mesmas oscilado entre os 49 e 54 pontos (Tabela 4). Estes resultados vão de encontro à ideia de Azeredo e Afonso (2016, p. 314), ao considerarem que viver sozinho não é sinónimo de se sentirem sós.

Tabela 4- Pontuação na Escala UCLA por estado civil.

Casadas	Todas as casadas pontuaram entre 57 e 59 pontos (estando próximos da pontuação máxima que se pode obter-72 pontos)
Viúvas	Todas as viúvas obtiveram pontuações inferiores, tendo as mesmas oscilado entre os 49 e 54 pontos

Fonte: Autoria Própria

Em conversas informais tidas durante a autoadministração da Escala da Solidão- UCLA nas instalações físicas da Associação, foi possível constatar que a falta de suporte familiar e social; a perda do cônjuge ou dos filhos por falecimento; a relação com os filhos quebrada, devido à emigração dos mesmos para locais distantes; situações de saúde frágeis; e a ausência de amigos, são algumas das razões que estão por trás do sentimento de solidão vivenciado, indo tais motivos aos que são referenciados por Paço (2016, p. 37), Afonso (2022, p. 3) e Ribeiro (2018, p. 335). Outro aspeto que intensificou os sentimentos de solidão dos utentes da Associação AVISO foi a Pandemia COVID-19. A Pandemia provocou grandes implicações emocionais na vida dos idosos, dado que houve uma suspensão repentina com as estruturas sociais mais próximas (família, vizinhos, amigos e estrutura religiosa) e uma restrição nos seus domicílios demasiado prolongada, não podendo os mesmos durante esse período estabelecer contactos físicos.

Expostas as características sociodemográficas referentes aos participantes no estudo e os impactos da solidão presenciados pelos mesmos, importa analisar em quais perguntas houve uma maior concordância e discordância.

No que concerne às que apresentaram um maior consenso, podem-se apontar as questões 1 “Sinto-me em sintonia com as pessoas que estão à minha volta”; 9 “Há pessoas a quem me sinto chegado”; 14 “Há pessoas que me compreendem realmente”; 17 “Há pessoas com quem consigo falar” e 18 “Há pessoas a quem posso recorrer” (Tabela 5). Contrariamente, as que registaram uma maior divergência foram as questões 2 “Sinto falta de camaradagem”; 5 “Tenho muito em comum com as pessoas que me rodeiam”; 6 “Já não sinto mais intimidade com ninguém”; 7 “Os meus interesses e ideias não são partilhados por aqueles que me rodeiam”; 8 “Sou uma pessoa voltada para fora”; 12 “Sinto-me isolado(a) dos outros”; 15 “Sou infeliz por ser tão retraído (a)”; e a 16 “As pessoas estão à minha volta, mas não estão comigo” (Tabela 5).

Tabela 5- Concordância e discordância das questões na Escala UCLA

Concordância	- “Sinto-me em sintonia com as pessoas que estão à minha volta”; - “Há pessoas a quem sinto chegado”; - “Há pessoas que me compreendem realmente”; - “Há pessoas com quem consigo falar”; - “Há pessoas a quem posso recorrer.
Discordância	- “Sinto falta de camaradagem”; - “Tenho muito em comum com as pessoas que me rodeiam”; - “Já não sinto mais intimidade com ninguém”; - “Os meus interesses e ideias não são partilhados por aqueles que me rodeiam”; - “Sou uma pessoa voltada para fora”; - “Sinto-me isolado(a) dos outros”; - “Sou infeliz por ser tão retraído (a)”; - “As pessoas estão à minha volta, mas não estão comigo”.

Fonte: Autoria Própria

Ainda existiram questões onde se registaram uma divisão de opiniões, nomeadamente, as questões 3 “Não há ninguém a quem possa recorrer”; 4 “Sinto que faço parte de grupo de amigos”; 10 “Sinto-me excluído (a)”; 11 “Ninguém me conhece realmente bem”; e a 13 “Consigo encontrar camaradagem quando quero”. Tal poderá, eventualmente, dever-se à forma como as questões estão formuladas, levando a uma diversidade de opiniões sobre o que foi perguntado, acrescentando ainda o problema da desejabilidade social, na medida em que, havendo um determinado estigma ligado à solidão, os sujeitos podem distorcer as respostas subvalorizando a sua experiência de solidão (Fernandes, 2007, cit. por Dias, 2013, p. 27).

CONCLUSÃO

Com este artigo pretendeu-se avaliar o nível de solidão dos idosos que frequentam o Centro de Atividades e Convívio da Associação AVISO, bem como identificar eventuais fatores, a partir de conversas informais, que terão contribuído para o sentimento de solidão vivenciado pelos mesmos. Apesar da existência de diversos estudos com a temática e problemática da presente investigação, através de alguma pesquisa constatou-se que nenhuma foi realizada na Associação AVISO, tornando-se por este motivo pertinente desenvolver um estudo com os utentes frequentadores das instalações.

Diante do conjunto de limitações do presente estudo desenvolvido neste artigo, torna-se importante referir que condições como o baixo número amostral e a inexistência de representatividade de sujeitos do sexo masculino, são fatores que podem limitar os resultados que são apresentados nesta investigação. No entanto, reconhece-se que poderá ser replicado noutros contextos, incluindo indivíduos de ambos os sexos. Esta investigação poderá contribuir para que outros investigadores levantem novas hipóteses sobre o tema, fazendo com que haja, consequentemente, novos estudos com o intuito de aprofundar o conhecimento derivado neste.

Ao longo do envelhecimento, o organismo vai perdendo progressivamente algumas funcionalidades, podendo favorecer a solidão dos idosos. Tendo em consideração a revisão literária e o estudo elaborado, conclui-se que muitas das pessoas com 65 e mais anos se sentem sós, permitindo perceber que à medida que se envelhece o fenómeno tende a aumentar. A solidão pode levar a um estigma social associado a representações sociais negativas perante este público-alvo, fazendo com que os indivíduos não só rejeitem o seu processo de envelhecimento, como também se sintam inúteis.

Tal facto pode ser comprovado a partir das informações disponibilizadas por alguns utentes que compõem a amostra, ao considerarem que: a presença de algumas doenças, ao se agravarem com o tempo, comprometeram algumas das relações sociais que tinham anteriormente; a perda do cônjuge veio acentuar a presença de sentimentos de solidão, na medida em que ficam sem a sua companhia de muitos anos para partilhar as suas tristezas

e felicidades; e a Pandemia, ao condicionar os contactos físicos agravando a solidão, eventualmente, já sentida. Para além do que foi referido pelos utentes, considera-se que o facto de estes viverem em meio urbano faz com que exista a perda de relações de proximidade (por exemplo, com os vizinhos, com os serviços, entre outros), fazendo com que estes se sintam cada vez mais sós, na medida em que não estabelecem vínculos de amizade e de convívio.

Apesar de terem mencionado estes aspetos reconheceram, ao longo da aplicação da Escala, a gravidade do nível de solidão apresentado, afirmando que há 5 ou 6 anos atrás os sentimentos de solidão não eram tão acen-tuados como hoje em dia. Embora se associe a frequência de sentimentos de solidão aos idosos institucionaliza-dos em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas, este estudo permitiu averiguar que esses sentimentos tam-bém predominam noutros contextos, sendo exemplo disso a Associação de Apoio Voluntário ao Idoso Só- AVISO.

Azeredo e Afonso (2016, p. 316) consideram que quando não existe compreensão por parte dos profissionais face a estas situações, tendencialmente, agravam os sentimentos de tristeza desencadeados, por exemplo, por perdas, agravando o estado de solidão, sendo importante estes estarem capacitados de forma a combatê-la.

Referente aos meios para atenuar a solidão, no estudo desenvolvido por Azeredo e Afonso (2016, p. 320) apontaram-se as seguintes sugestões: “(...) a família estar mais presente/não abandonar o idoso (...)”; “(...) haver melhor comunicação entre as pessoas (...)”; “(...) haver mais passeios/ de conveniência (...)”; “(...) haver atividades como canto, dança, ginástica, trabalhos manuais (...)”; “(...) haver mais solidariedade interge-neracional (...)”; “(...) os jovens fazerem trabalho comunitário com idosos (...)”; e “(...) haver mais apoio social”. Por sua vez, quando os utentes da presente investigação foram confrontados com os meios que os ajudam a ate-nuar os sentimentos de solidão, todos eles referiram que a Associação AVISO é o seu alicerce.

Por fim, é fundamental que desde cedo a sociedade seja educada para lidar com a solidão, por forma a não desvalorizar a velhice, permitindo minimizar os efeitos deste fenómeno.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Afonso, P. (2022). *A solidão dos idosos*. Semana Diocesana da Saúde. Lisboa. https://www.patriarcado-lisboa.pt/site/docs/2022116pspl04_6_sds_22_a_solidao_dos_idosos.pdf
- Agostinho, C. (2022). O envelhecimento e a sua divisão em termos de idade cronológica. In: Curso de Mestrado em Gerontologia Social, Programa da UC de Fundamentos de Gerontologia 2022-23 da ESECB. Castelo Branco: IPCB.
- Agostinho, C. (2022). Fundamentos em Gerontologia Social. In: Curso de Mestrado de Gerontologia Social, Programa da UC de Fundamentos de Gerontologia- 2022-23 da ESECB. Castelo Branco. IPCB.
- Azeredo, Z. & Afonso, M. (2016). Solidão na perspetiva do idoso. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 19(2), 313-324. <https://doi.org/10.1590/1809-98232016019.150085>
- Bezerra, P., Nunes, J. & Moura, L. (2021). Envelhecimento e isolamento social: Uma revisão integrativa. *Revista Acta Paulista de Enfermagem*, 34, 1-9. <http://dx.doi.org/10.37689/actaape/2021AR02661>
- Candeias, M. (2021). Intervenção do Serviço Social com Pessoas Idosas. In: Curso de Licenciatura em Serviço Social, Programa da UC de Intervenção do Serviço Social com Pessoas Idosas- 2021-22 da ESECB. Castelo Branco. IPCB.
- Cavalcanti, K.; Mendes, J.; Freitas, F.; Martins, K.; Lima, R. & Macêdo, P. (2016). O olhar da pessoa idosa sobre a solidão. *Avances en Enfermería*, 34 (3), 259-267. <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v34n3.60248>
- Crispim, R. (2020). *Ser-se pessoa (in)ativa em estruturas residenciais para idosos - O Serviço Social a favor da inclusão e ativação das pessoas idosas nas dinâmicas intrainstitucionais e no seu projeto de vida*. [Dissertação de Mestrado, Universidade de Coimbra]. Repositório Científico da Universidade de Coimbra. <http://hdl.handle.net/10316/94871>
- Dias, N. (2013). *Solidão, depressão e qualidade de vida do idoso em diferentes contextos de vida: A perspetiva do próprio e do seu cuidador*. [Dissertação de Mestrado, Universidade de Lisboa]. Repositório da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10451/9842>

**IMPACTO DA SOLIDÃO NAS PESSOAS IDOSAS
UMA REFLEXÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO DOS
ASSISTENTES SOCIAIS COM PESSOAS IDOSAS**

- Faisca, L.; Afonso, R.; Pereira, H. & Patto, M. (2019). Solidão e sintomatologia depressiva na velhice. *Análise Psicológica*, 37 (1), 209-222. <http://hdl.handle.net/10400.12/7115>
- Fechine, B. & Trompieri, N. (2012). O Processo de Envelhecimento: As principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. *Revista Científica Internacional*, 1(7). <http://dx.doi.org/10.6020/1679-9844/2007>
- Ferreira, H. & Casemiro, N. (2020). Solidão em idosos e fatores associados. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 9 (1), 90-98. <https://doi.org/10.18554/refacs.v9i1.5199>
- Lopes, N. (2015). *A solidão nos idosos em função da rede de suporte social, no Concelho de Vila do Bispo*. [Dissertação de Mestrado, Universidade do Algarve]. Repositório da Universidade do Algarve. <http://hdl.handle.net/10400.1/7900>
- Martins, E. (2021). Os códigos de ética profissional e suas regras deontológicas. In: Curso de Licenciatura em Serviço Social, Programa da UC de EDSS- 2021-22 da ESECB. Castelo Branco. IPCB.
- Martins, E. (2022a). Princípios éticos e deontológicos da investigação (Protocolo). In: Curso de Mestrado em Gerontologia Social, Programa da UC de MIG- 2022-23 da ESECB. Castelo Branco. IPCB.
- Menezes, J., Costa, M., Iwata, A., Araújo, P., Oliveira, L., Souza, C. & Fernandes, P. (2018). A visão do idoso sobre o seu processo de envelhecimento. *Revista Contexto & Saúde*, 18(35), 8-12. <https://doi.org/10.21527/2176-7114.2018.35.8-12>
- Mónico, L.; Alferes, V.; Castro, P. & Parreira, P. (2017). A observação participante enquanto metodologia de investigação qualitativa. *Investigação Qualitativa em Ciências Sociais*, 3, 724-733. <https://proceedings.ciaiq.org/index.php/ciaiq2017/article/view/1447/1404>
- Mota, C. (2010). *Dar mais vida à idade: a promoção de um envelhecimento ativo*. [Dissertação de Mestrado, Universidade do Minho]. Repositório da Universidade do Minho. <https://hdl.handle.net/1822/25804>
- Oliveira, J., Ferreira, S., Bispo, N. & Concone, M. (2015). Alterações físicas decorrentes do envelhecimento na perspetiva de idosos institucionalizados. *Revista Kairós-Gerontologia*, 18(4), 197-214. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2015v18i4p197-214>
- Paço, C. (2016). *Solidão e isolamento na velhice: Um estudo realizado na Freguesia da Misericórdia em Lisboa*. [Dissertação de Mestrado, Universidade de Lisboa]. Repositório da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10400.5/13212>
- Pardal, L. & Lopes, E. (2011). Métodos e Técnicas da Investigação Social. Areal Editores: Porto.
- Pereira, P. (2017). *Solidão em idosos no Concelho de Vila Pouca de Aguiar*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Bragança]. Repositório Científico de Acesso Aberto. <http://hdl.handle.net/10198/14269>
- Pocinho, M., Farate, C. & Dias, C. (2010). Validação psicométrica da escala UCLA- Loneliness para idosos portugueses. *Revista Interações*, 10(18), 65-77. <https://www.interacoesismt.com/index.php/revista/article/view/304>
- Praia, J., Cachapuz, A. & Gil-Pérez, Daniel. (2002). A hipótese e a experiência científica em educação em ciência: Contributos para uma reorientação epistemológica. *Ciência e Educação*, 8(2), 253-262. <https://doi.org/10.1590/S1516-73132002000200009>
- Ribeirinho, C. (2013). Serviço Social Gerontológico: Contextos e Práticas Profissionais. In M. Carvalho (Eds.), *Serviço Social no Envelhecimento* (pp.177-200). Edições Pactor.
- Ribeiro, R. (2018). Solidão, um fator de risco. *Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar*, 34(5), 334-338. <https://doi.org/10.32385/rpmgf.v34i5.12073>
- Santos, L. & Lima, J. (2019). *Orientações metodológicas para a elaboração de trabalhos de investigação*. (2ª Edição). Coleção Cadernos do IUM. https://www.ium.pt/wp-content/uploads/20190821_CAD-08_Miolo_WEB-1.pdf
- Simões, A. & Sapeta, P. (2017). Construção social do envelhecimento individual. *Revista Kairós-Gerontologia*, 20(2), 9-26. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2017v20i2p09-26>

- Taraves, J., Ventura, J. & Fernández-Calvo, B. (2019). Reserva cognitiva e abertura à experiência em idosos sem demência: Um estudo correlacional. *Revista Kairós-Gerontologia*, 22(4), 77-97. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2019v22i4p77-97>
- Tereso, S. & Moreira, M. (2020). Envelhecer sozinho - Um estudo de caso no interior de Portugal. *Egitania Scientia*, 27, 25-41. <https://doi.org/10.46691/es.v0i0367>

