

A SOLIDÃO DO IDOSO E A INFLUÊNCIA NA SUA SAÚDE FÍSICA E MENTAL

Ana Júlia Rodrigues Neves¹, Flora Amaral Souza Santos¹, Gabriela Gontijo Rezende¹, Giovanna Santos Neri¹, José Tadeu de Azevêdo Júnior¹, Kamila Duarte e Lima¹, Lohany Christiny Campos¹, Mirian Eugênia Miranda de Souza¹, Camila Fernanda Costa Dalla Mutta Resende¹ e Rogério Pacheco Rodrigues¹.

kamila.lima@aluno.imepac.edu.br
¹Faculdade de Medicina de Itumbiara

Palavras-chave: Idoso, solidão, saúde

Introdução

É fato que, em decorrência do envelhecimento populacional, surgiram novos desafios na sociedade, dentre os quais é importante citar, a solidão do idoso. Este é um problema de saúde pública que afeta muitas pessoas idosas, tendo um impacto negativo tanto em sua saúde física, quanto em sua saúde mental (PERSSINOTTO, 2019). Em face a isso, pode-se afirmar que, por meio das respostas obtidas no questionário realizado no Acolhimento Gênésio e Milica (AGM) no município de Itumbiara-GO, este trabalho tem por objetivo mostrar como o processo de isolamento da população idosa e a influência no processo de saúde e doença desses.

Metodologia

Neste trabalho, o método utilizado para a coleta dos dados foi através de um questionário de caráter qualitativo, composto de sete perguntas abertas, as quais foram realizadas em formato de entrevista com alguns dos idosos presentes no AGM, a qual foi gravada com a autorização dos entrevistados. Esse questionário visava coletar dados acerca da solidão dos idosos e analisá-los.

Resultados e Discussão

Tendo em vista os resultados obtidos, pode-se discutir sobre a prevalência do vínculo social entre os idosos que frequentam o AGM. Diante disso, elucidou-se o acolhimento enquanto intervenção social a qual mitiga, ainda que de modo gradual, a solidão. Durante a visita ao AGM foram entrevistados 11 idosos que frequentam o local pelo menos 3 vezes na semana. Dentre as perguntas utilizadas na aplicação do questionário, a primeira delas foi “você se sente sozinho?” e 55% responderam que sim, 36% responderam que ocasionalmente e 9% responderam que não se sentem sozinhos. A segunda pergunta foi quanto tempo eles ficam sozinhos quando não estão no AGM e 30% responderam que ficam sozinhos durante toda a parte do tempo, 50% ficam sozinhos somente em um período do dia manhã ou noite e 20% responderam que nunca ficam sozinhos. A terceira pergunta foi “Tem ajuda da família, amigos ou vizinhos no dia a dia?” 45,4% responderam que sim, 36,3% responderam que não tem ajuda, 18,3% responderam que tem ajuda ocasionalmente. A

quarta pergunta foi “Tem autonomia em realizar as próprias atividades básicas?” 72% responderam que sim, 14% responderam que na maioria das vezes sim e 14% responderam que na maioria das vezes não. A próxima pergunta foi “Quais hábitos da sua rotina contribuem para a sua saúde física e mental?” Dentre as respostas mais ouvidas foi conversação com família, amigos e vizinhos, atividades físicas, ouvir música, assistir televisão, usar o celular, dançar, cozinhar, ir à igreja. Por fim, perguntou-se “Qual o grupo de pessoas você tem mais proximidade?” Dentre as respostas, a família foi a mais respondida, seguida por amigos, igreja, vizinhos, respectivamente, estiveram presentes nas respostas também as colaboradoras do AGM, médicos, psicólogos. E, também, “Além das atividades realizadas no centro de acolhimento, quais outras atividades realiza?” As respostas foram: atividades físicas, assistir televisão, ler, ouvir músicas, conversar com família e vizinhos e usar o celular. Por conseguinte, segundo já afirmado por NETO (2000), a troca de vivências minimiza o sentimento solitário, bem como viabiliza a aproximação desses indivíduos, de modo a propiciar uma possível troca positiva entre tais idosos.

Considerações Finais

Mediante ao exposto, o resultado da pesquisa constatou que a maioria dos entrevistados se sentem sozinhos. Contudo, através dos relatos coletados, verificou-se que o ambiente do lar de acolhimento promove boa convivência para os idosos, porém, não isenta a presença da solidão devido aos fatores externos, como perda do cônjuge e distância dos familiares.

Agradecimentos

Agradecemos à Faculdade de Medicina de Itumbiara, ao lar de acolhimento Gênésio e Milica (AGM) e aos professores orientadores.

Referências Bibliográficas

NETO F. **Psicologia social**. Vol. 3. Lisboa: Universidade aberta; 2000.

PERISSINOTTO, C. M., CENZER, I.S. & COVINSKY, K.E. Solidão em pessoas idosas: um preditor de declínio funcional e morte. **Archives of Internal Medicine**, v.179, n.10, p.1456-1462, 2019.