

## Solidão e envelhecimento

*Loneliness and aging*  
*Soledad y envejecimiento*

Ana Maria Ribeiro dos Santos<sup>1</sup>

ORCID: 0000-0002-5825-5335

Maria do Céu Mendes Pinto Marques<sup>2</sup>

ORCID: 0000-0003-2658-3550

## EDITORIAL

As evidências científicas produzidas sobre a solidão mostram que ela pode atuar como um fator negativo decisivo para a manutenção da saúde. Nesse sentido, o editorial sobre o tema afirmou que os danos à saúde são claros e a associaram ao aumento do risco para doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes, doenças infecciosas, função cognitiva prejudicada, depressão e ansiedade. Também destacou ainda se tratar de uma questão que precisa da atenção da sociedade e, em decorrência, foi criado um comitê para estudar a solidão e o isolamento social.<sup>(1)</sup>

Por conta da evidência dos danos que ela pode causar ou agravar, a solidão tem se transformado em uma das grandes preocupações de saúde no século 21. Devido a isso, iniciativas têm sido desenvolvidas e os governos do Reino Unido e Japão criaram Ministérios da Solidão em 2018 e 2021, respectivamente.<sup>(2)</sup> Também, autoridade de saúde dos Estados Unidos mostrou as consequências de uma conexão insuficiente para a saúde física e destacou um risco 29% maior de doença cardíaca, ocorrência 32% superior de acidente vascular encefálico e 50% a mais de possibilidade de desenvolver demência em pessoas mais velhas. Além disso, estimou que a falta de conexão social aumenta o risco de morte prematura em mais de 60%.<sup>(3)</sup>

No entanto, uma das principais dificuldades relacionadas à solidão pode estar na ausência de consenso para defini-la exatamente, por representar uma experiência muito subjetiva. Trata-se de sentimento penoso e angustiante, que conduz a um mal-estar em que a pessoa se sente só, embora que rodeada de pessoas, e acredita que lhe falta suporte, sobretudo, de natureza afetiva.<sup>(4)</sup>

Mesmo que a solidão não seja vivenciada somente por pessoas mais velhas, é mais comum nessa faixa etária.<sup>(5)</sup> Metanálise que identificou a disponibilidade de dados, lacunas e padrões para a prevalência de solidão em nível populacional global verificou que a prevalência combinada de solidão para adolescentes variou de 9,2% no Sudeste Asiático a 14,4% na região do Mediterrâneo Oriental. Para adultos, o estudo foi conduzido apenas para a região europeia e a menor prevalência de solidão foi consistentemente observada em países do Norte da Europa e a mais alta em países do Leste europeu. Os autores concluíram que a solidão deve ser incorporada à vigilância geral da saúde, com cobertura geográfica e etária mais ampla, com uso de ferramentas de medição padronizadas e validadas.<sup>(6)</sup>

Revisão integrativa que analisou os fatores e os impactos da solidão na velhice, e as intervenções para melhorar a vida das pessoas

<sup>1</sup>Universidade Federal do Piauí, Teresina, Piauí, Brasil.

<sup>2</sup>Universidade de Évora, Évora, Portugal.

Autor correspondente:  
Ana Maria Ribeiro dos Santos  
E-mail: [ana.mrsantos@gmail.com](mailto:ana.mrsantos@gmail.com)

idosas que se sentem solitárias evidenciou alta ocorrência dessa problemática na vida dessas pessoas, associada principalmente a fatores como estado civil, baixa qualidade de vida e viuvez. Porém, a temática, apesar da elevada incidência, ainda é pouco debatida e gera diversas consequências psicológicas e sociais na velhice.<sup>(7)</sup>

No Brasil, estudo transversal desenvolvido com dados extraídos do banco eletrônico da linha de base do Estudo Longitudinal da Saúde dos Idosos Brasileiros (ELSI-Brasil) verificou que, embora a maioria dos participantes tenha declarado nunca sentir solidão, esse sentimento foi mais intenso naqueles com depressão, do sexo feminino, que não frequentaram a escola, que moram sós, que têm pior qualidade do sono e que apresentam percepção negativa da própria saúde. Constata-se então que a solidão é uma condição que deve ser observada por serviços e profissionais responsáveis pelo cuidado dessas pessoas, dado seu potencial para prejudicar a qualidade de vida nessa faixa etária.<sup>(8)</sup>

Contudo, o aumento da conexão social pode ajudar a reduzir o risco de problemas de saúde relativos a esse fenômeno. Nesse sentido, estratégias foram propostas para ampliar a conexão social com base em seis pilares fundamentais: Fortalecer a Infraestrutura Social; Promulgar Políticas Públicas Pró-Conexão; Mobilizar o setor de saúde; Reformar ambientes digitais e Aprofundar o conhecimento.<sup>(3)</sup>

Dessa forma, faz-se necessário que os profissionais da área de geriatria e gerontologia, em especial os enfermeiros, desenvolvam intervenções para amenizar os impactos desse fenômeno, a fim de que a solidão seja menos comum na população senil. Também são necessários estudos que possibilitem aprofundar o conhecimento acerca da solidão e suas variáveis, que possam servir de base para o estabelecimento de políticas públicas e ações que ajudem a prevenir e mitigar a solidão em pessoas idosas, auxiliando-as a se manterem saudáveis.



Como citar este artigo: Santos AMR, Marques MCMP. Solidão e envelhecimento [editorial]. Rev Enferm UFPI [internet]. 2024 [acesso em: dia mês abreviado ano];13:e6077. DOI: 10.26694/reufpi.v13i1.6077

## AGRADECIMENTOS

Trabalho realizado com apoio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), Brasil, por meio de concessão de bolsa de Pós-Doutorado no Exterior (PDE).

## REFERÊNCIAS

1. The Lancet. Loneliness as a health issue. *The Lancet*. 2023 Jul; 402(10396):79. doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(23\)01411-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)01411-3).
2. Feng X, Astell-Burt T. Lonelygenetic environments: a call for research on multilevel determinants of loneliness. *Lancet Planet Health*. 2022 Dec; 6(12):e933-e934. doi: [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(22\)00306-0](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(22)00306-0)
3. Murthy Vivek H. Letter from the Surgeon General. Our Epidemic of Loneliness and Isolation. The U.S. Surgeon General's Advisory on the Healing Effects of Social Connection and Community. U.S Department of Health and Human Services. 2023. p. 4-5. Disponível em: <https://www.hhs.gov/sites/default/files/surgeon-general-social-connection-advisory.pdf>. Acesso em: 28 jul 2024.
4. Azeredo ZAS, Afonso MAN. Loneliness from the perspective of the elderly. *Rev. bras. geriatr. gerontol*. 2016 Mar-Apr; 19(02):313-324. doi: <https://doi.org/10.1590/1809-98232016019.150085>.
5. Bezerra PA, Nunes JW, Moura LB de A. Aging and social isolation: an integrative review. *Acta paul enferm*. 2021;34:eAPE02661. doi: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2021AR02661>
6. Surkalim D L, Luo M, Eres R, Gebel K, van Buskirk J, Bauman A et al. The prevalence of loneliness across 113 countries: systematic review and meta-analysis. *BMJ* 2022 Fev; 376:e067068. doi: <https://doi.org/10.1136/bmj-2021-067068>.

7. Lima ELQ, Pinheiro GCC, Freire IFQ, Sousa MÊS, Sousa MNA et al. Solidão na pessoa idosa: fatores de risco, impactos e intervenções. *Revista Científica E-Locução*. 2024; 1(25):108-131. doi: <https://doi.org/10.57209/e-locucao.v1i25.588>.

8. Sandy Júnior PA, Borim FAS, Neri AL. Loneliness and its association with sociodemographic and health indicators in Brazilian adults and older adults: ELSI-Brazil. *Cadernos de Saúde Pública*. 2023 Jul; 39(7):e00213222. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311XPT213222>

Conflitos de interesse: Não  
Submissão: 2024/08/30  
Revisão: 2024/09/01  
Aceite: 2024/09/01  
Publicação: 2024/09/13

Editor Chefe ou Científico: José Wicto Pereira Borges  
Editor Associado: Francisco Lucas de Lima Fontes

Autores mantêm os direitos autorais e concedem à Revista de Enfermagem da UFPI o direito de primeira publicação, com o trabalho licenciado sob a Licença Creative Commons Attribution BY 4.0 que permite o compartilhamento do trabalho com reconhecimento da autoria e publicação inicial nesta revista.