

ESTRATÉGIAS PARA MINIMIZAR A SOLIDÃO DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: REVISÃO INTEGRATIVA

JADE MAUSS DA GAMA¹; YASMIN BASTOS CARGNIN²; FRANCIELE ROBERTA CORDEIRO³

¹*Universidade Federal de Pelotas – jademaussdagama@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – yasmintriii@yahoo.com.br*

³*Universidade Federal de Pelotas – franciele.cordeiro@ufpel.edu.br*

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população global tem gerado preocupação em diversos sistemas de saúde, devido ao surgimento de potenciais riscos à saúde e aumento da vulnerabilidade dessa população, exemplificados por quedas, incapacidade, internação hospitalar, perda do cônjuge, institucionalização e morte (ZHAO *et al.*, 2019).

A fragilidade desses idosos e a falta de familiares e/ou cuidadores que os auxiliem em domicílio, seja em afazeres domésticos ou no sustento e manutenção das suas rotina, prevê uma taxa significativa de institucionalização de idosos, processo geralmente causador de estresse (TSAI *et al.*, 2020). Em instituições, os idosos vivem constantemente com outros indivíduos sem parentesco ou intimidade, supervisionados por funcionários também desconhecidos, configurando-se risco para o surgimento de sintomas depressivos, redução da qualidade de vida, isolamento social, pensamentos suicidas e solidão (ZHANG *et al.*, 2020).

A vivência da solidão em idosos já é preocupante, visto que os indicadores atuais prevêem o crescimento do seu impacto conforme a população envelhecida aumenta (NEVES; SANDERS; KOKANOVIC, 2019). Atrelada a problemática da institucionalização, ainda que se divida o espaço da instituição com outras pessoas, a experiência de estar separado da sociedade amplifica os sentimentos de solidão. Idosos que vivem em casas de repouso têm o dobro de chances de se sentirem solitários comparando-os com quem vive em sua própria casa (DADSWELL *et al.*, 2020).

Diante disso, delimitou-se como objetivo deste trabalho identificar as estratégias para minimizar a solidão de idosos institucionalizados na literatura internacional.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa que seguiu as etapas: identificação do tema e definição da questão de pesquisa; estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão dos estudos; determinação das informações extraídas e categorização das mesmas; avaliação dos estudos incluídos; interpretação dos resultados e síntese do conhecimento (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

A questão norteadora desta revisão foi: quais as estratégias para minimizar a solidão de idosos institucionalizados apresentadas na literatura internacional. Os estudos foram extraídos das bases de dados Web of Science e Scielo através dos descritores “Saúde do idoso institucionalizado”, “Solidão”, “Instituição de longa permanência para idosos” e “Fim de vida”, utilizando o operador booleano AND, resultando em 516 artigos.

Para o gerenciamento da revisão foi utilizado o aplicativo *Rayyan*. Nele os documentos foram inseridos, tendo sido aplicados durante a leitura os critérios de inclusão: artigos originais realizados com idosos institucionalizados, publicados nos últimos cinco anos, escritos em inglês, português ou espanhol. Os documentos duplicados ou inacessíveis foram excluídos (83), resultando em 11 estudos considerados relevantes para compor a presente revisão.

A extração dos dados foi realizada no aplicativo de gerenciamento de pesquisas do Google. Posteriormente, os dados foram organizados no Google planilhas, tendo sido codificados e categorizados seguindo a proposta de aproximação temática. Dessa forma, as estratégias identificadas nos estudos foram classificadas em: estratégias relacionais, estratégias individuais e estratégias digitais.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quanto à caracterização dos estudos, 45,5% (n=5) eram de 2019 (CHU *et al.*, 2019; ELIAS *et al.*, 2019; NEVES, SANDERS; KOKANOVIĆ, 2019; WIJESIRI *et al.*, 2019; ZHAO *et al.*, 2019), 36,4% (n=4) de 2020 (DADSWELL *et al.*, 2020; LIN *et al.*, 2020; TSAI *et al.*, 2020; ZHANG *et al.*, 2020) e 18,2% (n=2) de 2021 (OLOFSSON *et al.*, 2021; WANG *et al.*, 2021). Em relação ao país, a China destacou-se com 36,4% (n=4) (TSAI *et al.*, 2020; ZHANG *et al.*, 2020; ZHAO *et al.*, 2019; WANG *et al.*, 2021) e Taiwan com 18,2% (n=2) (LIN *et al.*, 2020; CHU *et al.*, 2019).

No que concerne a abordagem, 72,7% (n=8) eram qualitativos (TSAI *et al.*, 2020; DADSWELL *et al.*, 2020; LIN *et al.*, 2020; ZHANG *et al.*, 2020; ELIAS *et al.*, 2019; NEVES; SANDERS; KOKANOVIĆ, 2019; OLOFSSON *et al.*, 2021; WANG *et al.*, 2021), 18,2% (n=2) quantitativos (ZHAO *et al.*, 2019; CHU *et al.*, 2019) e apenas 9,1% (n=1) era quanti-qualitativo (WIJESIRI *et al.*, 2019).

Estratégias relacionais

Elas incluíram atividades artísticas como a prática de artes participativas em residências (DADSWELL *et al.*, 2020) e trabalhos manuais, representados em dois artigos pela prática horticultural que estimula o contato social e bem-estar físico e mental (CHU *et al.*, 2019; LIN *et al.*, 2020).

Já o apoio social, outro aspecto abordado nesta categoria, foi discutido em quatro estudos. Colocou-se em evidência a oportunidade de socialização na execução de atividades em grupo nas instituições (NEVES; SANDERS; KOKANOVIĆ, 2019), além de constatar a redução na solidão ao manter contato com a família em visitas programadas ou chamadas telefônicas (WIJESIRI *et al.*, 2019). Assim, instituições de longa permanência para idosos devem promover e facilitar atividades em grupo, visando compensar o processo de isolamento que naturalmente acontece após a institucionalização de pessoas em fim de vida (ZHAO *et al.*, 2019).

Ademais, a terapia social foi versada em três artigos, pela ressignificação de situações negativas anteriores após o compartilhamento das histórias de vida com os grupos (OLOFSSON *et al.*, 2021) e o impacto positivo do apoio social na redução da ideação suicida nesses espaços (WANG *et al.*, 2021). Para administrar e resignar a solidão persistente, a religiosidade foi vista como estratégia por um dos estudos, onde uniram-se os participantes pertencentes aos

mesmos grupos religiosos para realização de atividades em conjunto, como meditação (WIJESIRI *et al.*, 2019).

Além do estímulo mental e físico, a socialização entre idosos institucionalizados permite o surgimento de uma comunidade a qual os indivíduos sentem-se pertencentes, o que contribui para o combate à solidão na terceira idade.

Estratégias individuais

Dois estudos apontaram métodos como distração e conformidade, configurando as estratégias individuais. De acordo com Neves; Sanders e Kokanović (2019), distrair-se constituiu-se acerca de atividades para “ocupar a mente”, como passear, fazer uma arte e assistir TV. Além disso, os autores destacaram que focar a atenção em outros residentes dessas instituições auxiliou os próprios idosos a tornarem-se alheios aos próprios sentimentos, já que entendiam que alguns colegas eram mais “vulneráveis” e “solitários” (NEVES; SANDERS; KOKANOVIĆ, 2019). Em contrapartida, Wijesiri *et al.* (2019) constataram que pessoas ligadas à filosofias budistas entendem a solidão como uma experiência positiva e necessária para sustentar a calma e o silêncio, levantando a hipótese de que o alívio da solidão seja culturalmente específico.

Assim, é imprescindível considerar crenças espirituais e valores pessoais individuais no planejamento de intervenções para essa população, visto que estes fatores podem representar a única fonte de conforto, orientação e significado na vida dos idosos institucionalizados.

Estratégias digitais

Por fim, foram encontradas estratégias digitais, as quais contemplaram programas de videoconferência em smartphones, cujo efeito demonstrou ser semelhante aos da visita pessoal dos familiares na instituição (TSAI *et al.*, 2020), e de atividades de horticultura realizadas por meio do uso de óculos de realidade virtual 3D, que estimulou os participantes a integrarem a intervenção (LIN *et al.*, 2020).

Essa perspectiva corrobora para a implementação de dispositivos e soluções tecnológicas nas atividades rotineiras das pessoas em instituições de longa permanência, pela possibilidade de proporcionar uma experiência enriquecedora para o bem-estar geral dos idosos e inclusiva para essa população.

4. CONCLUSÕES

Compreende-se que é fundamental o desenvolvimento de estratégias para promover a interação social, atividades recreativas e apoio psicossocial em instituições de longa permanência, a fim de combater a solidão e proporcionar uma melhor qualidade de vida para os idosos residentes.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CHU, H. *et al.* Efficacy of a horticultural activity program for reducing depression and loneliness in older residents of nursing homes in Taiwan. **Geriatric Nursing**, v. 40, n. 4, p. 386-391, 2019.

DADSWELL, A. *et al.* The impact of participatory arts in promoting social relationships for older people within care homes. **Perspectives in public health** v. 140, n. 5, p. 286-293, 2020.

ELIAS, S.M.S. *et al.* Spiritual reminiscence therapy for older people with loneliness, anxiety and depression living in a residential aged care facility, Malaysia: a qualitative approach. **Australasian journal on ageing**, v. 38, n. 1, p.E25-E30, 2019.

LIN, T. *et al.* Effects of a Combination of Three-Dimensional Virtual Reality and Hands-on Horticultural Therapy on Institutionalized Older Adults' Physical and Mental Health: quasi-Experimental Design. **Journal of medical Internet research**, v. 22, n. 11, p.1-11, 2020. MENDES, K.D.S.; SILVEIRA, R.C.C.P.; GALVÃO, C.M. Uso de gerenciador de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. **Texto Contexto Enferm**, v. 28, p.1-13, 2019.

NEVES, B.B.; SANDERS, A.; KOKANOVIĆ, R. "It's the worst bloody feeling in the world": experiences of loneliness and social isolation among older people living in care homes. **Journal of Aging Studies**, v. 49, p. 74-84, 2019.

OLOFSSON, J. *et al.* Older migrants' experience of existential loneliness. **Nursing ethics**, v. 28, n. 7-8, p.1183-1193, 2021.

TSAI, H. *et al.* Effects of a smartphone-based videoconferencing program for older nursing home residents on depression, loneliness, and quality of life: a quasi-experimental study. **BMC geriatrics**, v. 20, n. 1, p.1-11, 2020.

WANG, R. *et al.* Social support moderates suicidal ideation among Chinese nursing home residents with limited activities of daily living and loneliness. **Archives of psychiatric nursing**, vol. 35, n. 6, p. 638-644, 2021.

WIJESIRI, H.S.M.S.K. *et al.* Loneliness among older people living in care homes in Sri Lanka. **International journal of older people nursing**, v. 14, n. 4, p.1-11, 2019.

ZHANG, D. *et al.* Role of resilience and social support in the relationship between loneliness and suicidal ideation among Chinese nursing home residents. **Aging & mental health**, v. 25, n. 7, p.1262-1272, 2020.

ZHAO, M. *et al.* Relationship Between Loneliness and Frailty Among Older Adults in Nursing Homes: the Mediating Role of Activity Engagement. **Journal of the American Medical Directors Association**, v. 20, n. 6, p.759-764, 2019.