

REDE DE APOIO E APOIO SOCIAL DE MULHERES IDOSAS ATIVAS NA PANDEMIA POR COVID-19

Thaís de Sousa Nascimento¹, Juliana Graciela Vestena Zillmer², Caroline de Leon Linck³, Alitéia Santiago Dilélio⁴, Lenice de Castro Muniz de Quadros⁵, Michele Cristiene Nachtigall Barboza⁶.

¹Universidade Federal de Pelotas – nascimento.s.thais@outlook.com

²Universidade Federal de Pelotas – juzillmer@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – carollinck15@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – aliteia@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – lenicemuniz@hotmail.com

⁶Universidade Federal de Pelotas – michelecnbarboza@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Com a pandemia de COVID-19 se fez necessário o isolamento social como forma de prevenir a contaminação pelo vírus. Essa medida, apesar de fundamental, trouxe para a população impactos que refletem até os dias atuais evidenciando dificuldades financeiras e no acesso a saúde, rotinas sedentárias e o aumento de sentimentos como angústia, ansiedade, insegurança e medo (GOHAR; CARVALHO; BRANDÃO, 2021).

Para os idosos foram impostas mais restrições devido aos fatores de risco que possuem. Não obstante, essas mudanças repercutiram na autonomia dos idosos ativos, visto que, a realização de atividades essenciais, que antes eram cotidianas, como ir ao supermercado, passaram a ser desestimuladas pelos governantes e profissionais de saúde. Dessa maneira, precisou-se de uma rede de apoio social para suprir parte das necessidades (JANHAQUE, *et al*, 2022). As mulheres idosas são consideradas mais aptas a morarem sozinhas, mas como consequência, vivenciam mais a solidão e por isso podem não receber a atenção necessária da sua rede de apoio (ALVES, 2019), emergindo a importância de identificar a rede e o apoio dessas mulheres.

A rede de apoio compreende as relações e interações sociais do indivíduo, que envolvem não só família e amigos, como também a comunidade. Essa rede pode oferecer apoio social, percebido como qualquer ajuda prestada por um indivíduo a outro, e é descrito por Sherbourne e Stewart (1991) como: Apoio instrumental – auxílio material ou prático; Apoio emocional – estabelecimento de relações de afeto, cuidado, compreensão e confiança; Apoio afetivo – demonstração de amor e carinho; Apoio de interação social positiva – atividades de lazer, que aliviam o estresse e proporcionam diversão; e Apoio informacional – fornecimento de instrução, orientações e conselhos. Diante do exposto, o estudo teve como objetivo descrever a rede de apoio e os tipos de apoio social proporcionado às mulheres idosas ativas que moravam sozinhas durante a pandemia da covid-19.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um recorte do banco de dados da pesquisa intitulada “Avaliação do impacto da pandemia do novo coronavírus na saúde da pessoa idosa ativa de um município do Sul do Brasil” (SPIA-COVID 19), desenvolvida pela Faculdade de Enfermagem, da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) no período de 2021 a 2023. Essa pesquisa utilizou a abordagem de métodos mistos e teve como objetivo geral avaliar o impacto da pandemia do novo coronavírus na saúde da pessoa idosa ativa de um município do Sul do Brasil (LINCK, *et al*, 2021). Para este trabalho utilizou-se os dados da etapa qualitativa, desenvolvida entre setembro de 2022 e

agosto de 2023. Esta abordagem teve como objetivo compreender a experiência da pessoa idosa ativa na pandemia do novo coronavírus, considerando seu cotidiano e os cuidados em saúde.

Participaram 35 idosos, selecionados a partir da amostragem intencional, que atendiam os critérios de inclusão, idosos com 60 anos ou mais que estavam cadastrados em grupos vinculados a Atenção Primária em Saúde, e, que residissem na área urbana de Pelotas, Rio Grande do Sul. Dentre os 35 participantes, para este resumo foram selecionadas 11 mulheres que moravam sozinhas, por apresentarem maior risco de vivenciar a solidão e falta de apoio.

Para a produção dos dados foi utilizada a entrevista semiestruturada, realizada pela primeira autora. As entrevistas foram gravadas e posteriormente transcritas de forma literal, utilizando o aplicativo *telegram*. Para a organização e gerenciamento dos dados foi aplicado o programa *Ethnograph v6* (versão demo). Aplicou-se a análise de conteúdo dirigido. A pesquisa foi aprovada por Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos sob parecer 5.041.119. Utilizaram pseudônimos para garantir o anonimato e a confidencialidade dos participantes.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram desenvolvidas três categorias que descrevem a rede de apoio e os tipos de apoio, sendo: *“Eles me cuidam muito”*: a família como central na rede de apoio; *“Me ajudaram em casa também”*: contando com o apoio instrumental e emocional de amigos e vizinhos; *“Moro sozinha, só com Deus e nossa Senhora”*: a espiritualidade como apoio social na pandemia.

***“Eles me cuidam muito”*: a família como central na rede de apoio**

A família é o principal elemento da rede de apoio das mulheres idosas, e dela tiveram apoio de filhos, netos, bisnetos, irmãos, sobrinhas, afilhadas, noras e genros. Para elas, a presença de familiares significou apoio e cuidado. Os tipos de apoio relatados foram, apoio instrumental, informacional, emocional, afetivo e de interação social positiva. O apoio correspondeu a ir ao mercado, a farmácia, ajuda financeira, levá-las ao médico, fornecer orientações sobre covid-19, receber ligação telefônica e conversa presencial, demonstrando a preocupação que tinham com o bem-estar e integridade física.

Aí então a minha nora fazia as compras para mim, deixava no portão e ia embora (participante 34).

Eles me cuidam muito, tu nem imagina, eles me ligam para perguntar como é que eu estou “vó, não está sentindo nada?”. Na pandemia “tu estás bem? Não sentisse nada?” Não, não tenho nada graças a Deus (participante 4).

Foram compartilhados momentos lúdicos e de aprendizagem que descrevem apoio de interação social positiva. Um exemplo, é a neta ensinar a avó, a fazer crochê, conforme relato *“Amigurumi. Eu faço. Gosto muito. Eu compro essa revista, aí vem, e quem me ensinou foi a minha neta”* (participante 35). Outro exemplo, é visitas dos netos para brincar *“[...] de vez em quando eu vou, ou ela vem para cá, para brincar comigo, porque ela gosta de brincar comigo”* (participante 15).

O apoio instrumental associado ao apoio emocional, é mencionado na literatura como um fator protetor para o desenvolvimento de depressão, pois este reduz sintomas de solidão e ansiedade. O apoio também está relacionado ao envolvimento cognitivo, evitando institucionalizações por deterioração da saúde, visto que mantém o idoso ativo e com as relações sociais atuantes (JANHAQUE, *et al*, 2022).

Algumas dessas idosas relataram que por desejo dos filhos, estiveram morando nas casas dos filhos durante a pandemia, para que não ficassem sozinhas

e estivessem mais perto da família caso precisassem de algum auxílio. Entretanto, as idosas sentiam falta de estarem em sua própria casa, e dessa forma, não permaneceram muito tempo com eles, como no trecho a seguir da participante 7 *“Aí eu fugia dele [filho], ele ia trabalhar e eu pedia para minha nora chamar um Uber para mim, e ela chamava um Uber e eu vinha aqui na minha casa olhava minhas coisas tudo assim”*

Segundo Guedes *et al* (2017), mudanças como essa podem ter efeito negativo para idosas, pois há a possibilidade de não exercitarem sua autonomia e perda de autoestima. Ainda descrevem que mulheres idosas recebem menos apoio do tipo informal com relação aos homens idosos, pois é mais provável que eles recebam esse cuidado de esposas. Já elas tendem a procurar a rede do tipo formal, ou seja, as instituições, serviços e profissionais da saúde. Diante disso, é mais frequente elas morarem sozinhas do que os homens, revelando a importância da preservação da independência sem que sejam desassistidas pelas famílias. A família tem um papel importante na oferta do apoio informal, mas ela não deve ser a única fonte, sendo o estado um provedor indispensável de políticas públicas para os idosos (PIGNATTI; BARSAGLINI; SENNA, 2011).

“Me ajudaram em casa também”: contando com o apoio instrumental e emocional de amigos e vizinhos

As idosas mencionaram que amigos e vizinhos fazem parte da rede de apoio, e forneceram apoio emocional, instrumental e interação social positiva. Principalmente frente a pandemia que fragilizou o apoio familiar frente a tantas perdas. Isto pode ser evidenciado nos seguintes relatos:

Eu tive amigos também que me ajudaram em casa também. É, para me trazer as coisas, as coisas assim, é, então é isso aí (participante 26).

Só que eu alugo as minhas casas, então meus amigos lá são muito bons. Eu tenho uma família na verdade (participante 34).

A rede de apoio social atua como um fator facilitador para mudanças que ocorrem com maior frequência durante a velhice, ajudando os idosos a se adaptar a lidar com perdas de familiares, viuvez, aposentadoria, agravos de saúde entre outros (JANHAQUE, *et al*, 2022). Embora a família seja a principal rede de apoio o fato dessas idosas viverem sozinhas revela que suas relações de proximidade construídas na comunidade são importantes para a ampliação da rede social e continuidade do apoio social quando não tem a presença do familiar.

“Moro sozinha, só com Deus e nossa Senhora”: a espiritualidade como apoio social na pandemia

A espiritualidade foi mencionada como uma forma de apoio para as idosas durante a pandemia. As idosas vivenciaram sentimentos de medo e angústia pela pandemia, porém a fé e esperança eram promovidas a fim de ajudar a lidar a situação de forma positiva. Mesmo com o distanciamento que impossibilitava a participação de eventos, ida à igreja e encontros religiosos, elas contavam com a presença de Deus, assim como mantiveram o contato com comunidades religiosas de modo virtual. As leituras religiosas estiveram presentes, como apoio emocional:

Só eu e Deus. Mas sempre tem as forças de Deus com a gente. Então, a gente entrega tudo nas mãos dele. Tudo dá certo”. (participante 33).

Mas eu sou muito de ler sabe? Eu sou muito de ler a Bíblia, ler livros, aí é importante isso assim, sabe. (participante 32).

A espiritualidade é relevante para a manutenção da positividade, pois age de maneira a motivar o indivíduo a seguir em frente em períodos difíceis da vida, como foi a pandemia, ou lidar com perdas e mudanças de saúde, assim como, reduz sintomas de ansiedade e estresse (GOHAR; CARVALHO; BRANDÃO, 2021).

4. CONCLUSÕES

A rede de apoio informal de mulheres idosas ativas durante a pandemia pelo covid-19 é constituída pela família, amigos, vizinhos e espiritualidade. As idosas tiveram o apoio de filhos, netos, bisnetos, irmãos, sobrinhas, afilhadas, noras e genros. Os tipos de apoio identificados foram o apoio instrumental, informacional, emocional, afetivo e de interação social positiva. A rede de apoio informal constitui-se como essencial para as idosas, e uma importante estratégia de cuidado, capaz de prevenir a covid-19, o desenvolvimento de ansiedade e depressão, além de proporcionar qualidade de vida e bem-estar.

Ressalta-se a importância de os profissionais de saúde identificarem a rede de apoio da população idosa, tendo em vista o seu papel para saúde e bem-estar desse grupo, assim como acionar estratégias de cuidado quando esse suporte for insuficiente.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, J.A. CONCEPÇÕES DE MULHERES IDOSAS DA UNITI E A RESSIGNIFICAÇÃO DA VIDA. **IX Jornada Internacional de Políticas Públicas**. Universidade Federal do Maranhão. Disponível em: http://www.joinpp.ufma.br/jornadas/joinpp2019/images/trabalhos/trabalho_submissaoid_41_415cb9eedb6ee32.pdf. Acesso em: 30 de ago. 2023.

GOHAR, A.; CARVALHO, A.B.; BRANDÃO, C.F. Implicação do isolamento social na saúde mental durante a pandemia de covid-19: um olhar sobre seu enfrentamento religioso e espiritual. **Revista online de Política e Gestão Educacional**, v.25, n.4, Esp., p.2080-2093, 2021. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/6377/637769830015/html/>. Acesso em: 25 de ago. 2023.

GUEDES, M.B.O.G. *et al.* Apoio social e o cuidado integral à saúde do idoso. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v.27, n.4, p.1185–1204, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/6Y9mMDxxqzzT8Lzww7tXW7N/?lang=pt#>. Acesso em: 21 de ago. 2023.

JANHAQUE, V.R. *et al.* Apoio social e funcionalidade familiar: um estudo transversal com pessoas idosas no contexto da covid-19. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.25, n.6, p.e220129, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/xDvzYsrkQzzB4sNrM5FwDGz/#>. Acesso em: 20 de ago. 2023.

LINCK, C.L. *et al.* Avaliação do impacto da pandemia do novo coronavírus na saúde da pessoa idosa ativa de um município do Sul do Brasil. (Projeto de Pesquisa) **Faculdade de Enfermagem**. Universidade Federal de Pelotas - Pelotas. 2021.

PIGNATTI, M.G.; BARSAGLINI, R. A.; SENNA, G. D. Envelhecimento e rede de apoio social em território rural do Pantanal matogrossense. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v.21, n.4, p.1469–1491, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/QfVh6NP45jKdspLDhqTTHWS/?lang=pt#>. Acesso em: 21 de ago. 2023.

SHERBOURNE, C. D.; STEWART, A. L. The MOS social support survey. **Social Science and Medicine**, New York, v.38, n.6, p.705-714, 1991. Disponível em: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.870.747&rep=rep1&type=pdf>. Acesso em: 04 set. 2023.