



Interdisciplinary

LINKSCIENCEPLACE

DOI: 10.17115

ISSN: 2358-8411

Scientific Journal



Interdisciplinary Scientific Journal. ISSN: 2358-8411

Nº 3, volume 7, article nº 10, July/September 2020

D.O.I: <http://dx.doi.org/10.17115/2358-8411/v7n3a10>

Accepted: 01/02/2020 Published: 22/09/2020

THE IMPACT OF AGING IN PANDEMIC TIMES AND SOCIAL ISOLATION IN THE THIRD AGE

O IMPACTO DO ENVELHECIMENTO EM TEMPOS DE PANDEMIA E O ISOLAMENTO SOCIAL NA TERCEIRA IDADE

Amaro Sebastião de Souza Quintino¹

Pedagogo. Pós-Graduado em Planejamento, Implementação e Gestão da Educação a Distância na Universidade Federal Fluminense (PIGEAD/UFF)
amarotiao@yahoo.com.br

Sheila Campos de Souza²

Fisioterapeuta. Mestranda no Programa de Pós-graduação em Cognição e Linguagem da Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (PPGCL/UENF).
sheilacamposdesouza@gmail.com

Peterson Gonçalves Teixeira³

Psiquiatra. Mestrando no Programa de Pós-graduação em Cognição e Linguagem da Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (PPGCL/UENF).
petersongoncalvesteixeira@gmail.com

Francisco Estácio Neto⁴

Docente. Doutor/ Supervisor de Estágio - UFF/ESR
Universidade Federal Fluminense/ UFF
francisco-estacio@hotmail.com

ABSTRACT

In this period of social isolation, new ways of relating occur, the family environment being one of the most difficult challenges to maintain a “healthy aging”, mainly for “active” elderly, who suffer from adapting to the new conditions of social isolation in times of pandemic. As a methodology, data collection was used, through a semi-structured interview, recorded and written by virtual media with 10 elderly people, including men and women of the third age, who are in social isolation, located in Barcelos, 6th district of São João da Barra - RJ. With this research it was possible to verify that the elderly called “risk groups” are the ones who

¹ Pedagogo. Pós-Graduado em Planejamento, Implementação e Gestão da Educação a Distância na Universidade Federal Fluminense (PIGEAD/UFF). E-mail: amarotiao@yahoo.com.br

² Fisioterapeuta. Mestranda no Programa de Pós-graduação em Cognição e Linguagem da Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (PPGCL/UENF). E-mail: sheilacamposdesouza@gmail.com.

³ Psiquiatra. Mestrando no Programa de Pós-graduação em Cognição e Linguagem da Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro (PPGCL/UENF). E-mail: petersongoncalvesteixeira@gmail.com

⁴ Doutor/ Supervisor de Estágio na Universidade Federal Fluminense/ UFF/ESR. E-mail: francisco-estacio@hotmail.com

suffer most from this change in routine, having to undergo necessary adjustments, prioritizing mainly their physical and psychological quality of life. This research aims to investigate how social isolation in times of pandemic is impacting people in old age, and how the elderly are surviving in this chaotic period.

Key words: Social Isolation. Third Age. Pandemic.

RESUMO

Neste período de isolamento social, ocorrem novas formas de se relacionar, sendo o ambiente familiar um dos desafios mais difíceis para manter um “envelhecimento saudável” principalmente para idosos “ativos”, que sofrem em se adaptar as novas condições de isolamento social em tempos de pandemia. Como metodologia foi utilizada a coleta de dados, mediante a uma entrevista semiestruturada, gravada e escrita pelos meios virtuais com 10 idosos, entre homens e mulheres da terceira idade, que estão em isolamento social, situado em Barcelos, 6º distrito de São João da Barra - RJ. Com esta pesquisa foi possível constatar que os idosos denominados “grupos de risco” são os que mais sofrem com essa mudança de rotina, tendo que se submeter a adequações necessárias, priorizando principalmente a sua qualidade de vida física e psicológica. Nesta pesquisa pretende-se investigar como o isolamento social em tempos de pandemia, está impactando as pessoas na terceira idade, e como os idosos estão sobrevivendo nesse período caótico

Palavras chave: Isolamento Social. Terceira Idade. Pandemia.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento está sendo um desafio para uma grande parte dos idosos que atravessam esse processo envelhecer no período pandêmico. Alguns obtêm sucessos relativos a diversas mudanças provenientes das experiências de condutas passadas, elencando alguns sucessos e fracassos, obtendo uma imagem realista de si mesmo; já outros, convivem com as incógnitas frustrantes não realizadas.

Por outro lado, o enfrentamento dessa fase do ciclo vital, pode ser vivido de forma inesperada, trazendo ao indivíduo um sentimento de baixa autoestima, depressão e desespero, favorecendo um maior isolamento, em função de perdas no decorrer da vida. Com a terceira idade, faz-se necessário pensar que à qualidade de vida dos idosos perpassa por diversas vertentes tais como: à renda, educação, qualidade dos serviços de saúde, mas destacam-se valores importantes em relação ao respeito e a experiência adquirida com a maturidade.

Esta pesquisa tem o intuito de verificar o isolamento social em tempos de pandemia e como esta situação influencia na vida ao dos idosos. Tem como foco contribuir para o entendimento sobre o envelhecimento ativo com a integração social da terceira idade, em que incluímos a família, os vizinhos e o apoio institucional, que direta ou indiretamente assume diferentes funções na vida do idoso.

Como metodologia recorre-se a entrevistas semiestruturadas, gravadas e escritas pelos meios virtuais (*Whatsapp* e *Messenger*), contando com a contribuição de familiares, de 10 idosos que estão em isolamento social, situado em Barcelos, 6º distrito de São João da Barra - RJ.

Com dados do material empírico, utilizou-se da análise de discurso, que foram apresentados pelos idosos, relacionados ao sentimento de solidão dos idosos neste período pandêmico.

Mediante essa realidade, emerge a importância de ressignificar as práticas cotidianas da família e da sociedade e rever os desejos e anseios dos idosos que muitas vezes são negligenciados.

1. O SENTIMENTO DE SOLIDÃO E O ISOLAMENTO SOCIAL DOS IDOSOS EM TEMPOS DE PANDEMIA

1.1. A aceitação dos idosos e o isolamento social

Na terceira idade os idosos atravessam o processo de envelhecimento buscando um equilíbrio emocional. Analisando o passado, refletindo sobre seus sucessos e fracassos, obtendo uma imagem realista de si mesmo eles começam a perceber avanços no enfrentamento dessa fase do ciclo vital, em função de suas limitações físicas, no decorrer da vida, os levam ao isolamento social.

Goffman entende sobre o isolamento que:

(...) é preciso refletir sobre o seu isolamento com o mundo exterior. Para ele, toda concepção tem tendência de deteriorativa. [...] é simbolizado pela barreira à relação social com o mundo externo e por proibições à saída que muitas vezes estão incluídas no esquema físico, por exemplo, portas fechadas, paredes altas, etc. (GOFFMAN, 1974, p. 16).

As restrições na vida social, o isolamento e a falta de interação com a comunidade são apontadas como fatores limitantes a qualidade de vida dos idosos. Pois, as consequências de distanciamento se configuram na impossibilidade de sair de casa, de frequentar templos religiosos, comemorações, bailes da terceira idade, até mesmo ir à padaria, tudo isso justificado pelo autocuidado de não ser contaminado pelo COVID-19.

Neste período de isolamento social ocorrem novas formas de se relacionar, sendo o ambiente familiar um dos desafios principalmente para idosos praticantes de caminhadas, esportes, grupos de convivência, dentre outros, pois, os mesmos pertencem ao grupo de risco e de maneira geral alguma comorbidade. O isolamento desencadeia mal-estar psicológico, fragiliza a capacidade de adaptação e reação ao confinamento social. Segundo a Organização das Nações Unidas para Educação, Ciência e Cultura (UNESCO, 2020) neste período pandêmico o isolamento social se faz necessário. Analisando as concepções Bauman (1999, p. 56), ele corrobora que “À medida que a rejeição adquiriu a aterradora regularidade de rotina diária, a solidão passou de infortúnio episódico a condição padrão”.

Para alguns idosos, o isolamento pode ser “doloroso” já que muitos estão fragilizados devido à dificuldade adaptação e aceitação essas novas condições impostas, produzindo respostas fisiológicas e emocionais não agradáveis, que podem impactar nosso sistema imunológico e a condição de equilíbrio mental. Bauman (2004) aponta que:

"Um traço muito importante é seu "isolamento e distância da cidade... Isolamento significa separação daqueles considerados socialmente inferiores" e, como insistem os construtores e seus agentes imobiliários, "o fator-chave para garanti-lo é a segurança. Isso significa cercas e muros rodeando o condomínio, guardas trabalhando 24 horas por dia no controle das entradas e um conjunto de instalações e serviços" "destinados a manter os outros do lado de fora" (BAUMAN, 2004, p. 60).

Durante o isolamento social que já é uma realidade vivenciada, os idosos se sentem pressionados a terem suas atividades interrompidas durante o período de quarentena. (...) “Seja qual for a intensidade do afastamento social, a qual pode ser vivido de forma adaptada, trazendo ao indivíduo um sentimento de baixa autoestima, depressão e desespero, favorecendo um maior isolamento” (FERREIRA, 2015).

O distanciamento deve ser físico e não social, as pessoas da terceira idade precisam especialmente ter um contato mais contínuo com as pessoas, eles carecem de interação social, mas neste momento não devem receber visitas devido o protocolo de segurança orientado pela OMS. Eles devem manter distância e usar máscaras para não serem infectá-los.

1.2. A exclusão social e sentimento de solidão dos idosos

A solidão na terceira idade já era um problema que atingia a muitos idosos, mas com pandemia isso se agravou, e levando em consideração o aumento de pessoas envelhecidas no Brasil e o número de idosos que estão abandonados pelas famílias, essa solidão fica ainda mais perceptível. Motta (2013) aponta que:

A solidão como um sentimento, pode estar presente em todas as idades. Significando uma falta de conexão e satisfação emocional de uma pessoa em relação a outras, um sentir-se sem afeto, apoio ou aceitação, acontece em várias circunstâncias e situações que a alguns não atingiria, mas a outros atinge fundo. Pode ocorrer quando há escasso número de pessoas presentes na vida de alguém, mas também quando as pessoas disponíveis não guardam especial significado para ela, ou vice-versa (MOTTA, 2013, p. 95).

Em tempos de pandemia, surge uma preocupação cada vez mais presente entre os profissionais de saúde e pesquisadores que monitoram as pessoas nessa faixa etária. Trindade *et al.* Em seus apontamentos enfatiza que:

As modificações ocorridas no envelhecimento como o isolamento sejam elas funcionais, psicológicas, morfológicas e bioquímicas, levam a perda da capacidade de autocuidado do indivíduo, deixando-o vulnerável à incidência de processos patológicos, levando à condição de dependência, com necessidade de auxílio para o cuidado advindo de outras pessoas, um cuidador, seja ele, formal ou informal (TRINDADE *et al.*, 2013, p. 4).

É comum encontrarmos pessoas idosas sozinhas, mesmo quando rodeadas de parentes ou amigos. Pois a solidão, não se classifica apenas pela falta de pessoas ao redor, mas com o sentimento de exclusão e a falta de interação. Nascimento (1994), denomina a nova exclusão, que se tem a ideia do não reconhecimento ou a negação de direitos aos sujeitos e grupos excluídos:

(...) o não-reconhecimento vai além da negação ou recusa de direitos. Se insere em um processo de, usando uma frase famosa de Hannah Arendt, recusa ao espaço da obtenção de direitos. Estes grupos sociais passam a “não ter direito a ter direitos”. Sem serem reconhecidos como semelhantes, a tendência é expulsá-los da órbita da humanidade (NASCIMENTO, 1994, p. 4).

Esse não-reconhecimento é advindo de diversas perdas que os idosos, vêm acumulando durante toda a sua existência, entre elas destacam-se: saúde física, diminuição das capacidades, perdas sucessivas de vínculos afetivos, redução dos rendimentos, redução das amizades devido à aposentadoria, diminuição das responsabilidades, viuvez; morte dos amigos e familiares, isolamento social, conflitos familiares, sensação de inutilidade, falta de diálogo, medo, solidão e falta de objetivos (PONTES, 2006).

Sob essa lógica, há resistências por parte dos idosos em aceitar essa situação de confinamento, em tempos de pandemia. Com relatos de angústia, limitações, dores sem explicação e falta de atividades no seu cotiando, as queixas dos idosos se tornam mais intensas. Baumam (2009), afirma que as comunidades solidárias pelo “dever individual de cuidar de si próprio e de fazer por si mesmo”, isto é, submeter-se a lógica do confinamento e da vigilância com os idosos neste momento pandêmico, com intuito de proteção da contaminação entre os mesmos.

No entanto, o isolamento se faz necessário para todos no mundo inteiro, mas os idosos são os que pertencem ao grupo de maior risco, e é preciso que a família tenha o foco na interação social e dos cuidados necessários durante a pandemia.

1.3. A terceira idade e impactos da quarentena em tempos de pandemia

Segundo a UNESCO (2020), em março do ano de 2020, alertou que toda a população se atentasse ao cenário de pandemia, que exige cuidados em saúde mental na situação vivenciada pela COVID-19. Sendo os idosos um público alvo das principais alterações, devido ser classificado “grupo de risco”, caberia um olhar atencioso a este grupo que se encontra em isolamento social e domiciliar.

Por fazer parte de um grupo com alto risco de contágio e agravamento dos sintomas da COVID-19, os idosos precisam ser observados de perto nesse momento em que manter-se afastado do convívio social é a melhor maneira de evitar a propagação da doença.

Segundo Roja; Moura (2012):

Tais procedimentos passam a exigir o desenvolvimento de diferentes habilidades, de acordo com as várias modalidades utilizadas, criando uma nova área de estudos relacionada com os novos letramentos digital (uso das tecnologias digitais), visual (uso das imagens), sonoro (uso de sons, de áudio), informacional (busca crítica da informação) ou os múltiplos letramentos, como têm sido tratados na literatura (ROJO; MOURA, 2012, p. 37).

Mediante a pandemia, esse problema ganhou uma nova perspectiva, muitos idosos estão tendo que interromper suas rotinas e atividades sociais para permanecerem em casa, embora todos os indivíduos estejam sendo afetados pela COVID-19, são os idosos, especialmente aqueles dos últimos degraus do topo da pirâmide etária, os mais vulneráveis à doença, são os que enfrentam as maiores taxas de letalidade, como afirma a UNESCO (2020) e ainda sofrem também com os seus direitos delimitados, não podem mais fazer o uso dos transportes públicos e nem receberem visita de familiares.

Vale destacar que com esta pandemia os idosos vão-se distanciando do tempo e da sociedade perdendo seu espaço com afastamento do “seu universo”, e assim sendo limitados a somente ficar em casa, e cada vez mais solitários, acumulando desgastes naturais do corpo e da mente. Esses fatores os deixam mais frágeis, tornando uma contribuição para o seu isolamento e provável sentimento de solidão (MOTTA, 2013).

Um fato interessante a relatar é que a sociedade mundial está exposta a contaminação do Coronavírus, mas, os mais velhos, e, sobretudo aqueles que têm comorbidades associadas, são os que estão em maior risco, por isso requer mais cuidados e prevenção, como afirma UNESCO (2020). É um problema de todos que todos temos de contribuir para resolver seguindo as medidas de proteção.

(...) neste sentido, é incorreto considerar que populações mais envelhecidas são automaticamente mais vulneráveis que as populações com estruturas etárias rejuvenescidas. Diversas variáveis intervenientes contam nesta equação. Por conseguinte, o mais importante a ser considerado neste momento em que existe uma ameaça global à humanidade é o respeito aos direitos humanos de todas as pessoas (independentemente da idade) e o respeito

fundamental aos princípios da equidade e da solidariedade intergeracional (ALVES, 2020, p. 16).

Mediante as medidas necessárias para conter a pandemia da COVID-19, está o isolamento social obrigatório. A proteção individual com a obrigatoriedade do uso das máscaras e produtos de higiene e proteção coletiva, as ações evitam a disseminação do vírus e protegem a sociedade como um todo.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A qualidade de vida na velhice sofre influências diretamente devido a um contexto multifatorial de abordagem a esse público, que é indicada por um período de muito tênue de longevidade. A questão principal é ter boa saúde física e mental, buscar satisfação na sobrevivência, produtividade, sexualidade, espiritualidade, status social, eficácia cognitiva, controle cognitivo, capacidade/competência social, continuidade de papéis familiares e ocupacionais, dentre outros elementos da história de vida pessoal que intensifica o sentido de qualidade de vida na perspectiva da longevidade.

Segundo Souza (2020, p. 2), idosos têm limitações por fazerem parte de um grupo com alto risco de contágio e agravamento:

Os idosos têm-se sua vulnerabilidade pelos inúmeros fatores que afetam sua saúde física (alterações fisiológicas), estado psicológico, relações sociais, nível de independência/dependência e pelas suas relações com seu meio ambiente e sociedade, motivo este, pelo risco de desenvolver a forma mais grave da doença, sobretudo, idosos que apresentam comorbidades como: hipertensão, diabetes, doenças renais, doenças pulmonares, e outras aumentam o risco de infecção e complicações clínicas de saúde. Faz-se necessária a manutenção de boas condições de saúde dos idosos e do controle dessas doenças para o não agravamento e possível hospitalização em momentos de pandemia (SOUZA, 2020, p. 2).

O fato é que o isolamento na terceira idade já era um problema antes mesmo da pandemia do novo Coronavírus, e agora isso agrava mais ainda, pois os idosos ficam mais vulneráveis ao vírus, e, com isso, considera-se um aumento no número de idosos vivendo “presos” em seus domicílios devido à quarentena, e às vezes

muitas acabam completamente abandonados pela família, devido à distância e tendo como meios de comunicação apenas as mídias virtuais. Pereira (2015, p. 325), aponta em suas teorias “que quanto maiores forem as barreiras/constrangimentos socioculturais, mais difícil será a integração do indivíduo, na sociedade, o que poderia evitar seu isolamento principalmente neste momento delicado da pandemia mundial”.

Souza (2020) corrobora com a preocupação sobre a qualidade de vida dos idosos:

(...) à qualidade de vida dos idosos perpassa à renda, educação, urbanização e qualidade dos serviços de saúde, mas destaca-se de valores e atitudes sociais que contextualizam os pontos de vista dos indivíduos e do significado da velhice, assim como é contextualizada pelo grau de compromisso da sociedade com o bem-estar (...) (SOUZA, 2020, p. 3).

Nos estudos apontados por Maio (2018), a convivência familiar contribui significativamente na relação afetiva entre os idosos, estreitando os laços familiares e o processo de envelhecimento, compreende em perdas e ganhos, já que se caracteriza por mudanças que refletem na autonomia e independência do indivíduo nesta etapa da vida.

Souza (2020) acrescenta que:

O isolamento social pode trazer diversos problemas nos níveis: individual, familiar, comunitário e social. Para alguns, o isolamento pode ser “doloroso” fragilizando a capacidade de adaptação e reação, produzindo respostas fisiológicas e emocionais que podem impactar nosso sistema imunológico e a condição de equilíbrio mental. Sendo os idosos um público alvo das principais alterações psicossociais frente a esta pandemia, caberia um olhar multiprofissional à saúde desta população que se encontra em isolamento social e domiciliar (SOUZA, 2020, p. 3).

Na percepção inicial, os idosos ativos neste período de isolamento apresentam mal-estar psicológico, fragilizado e comprometido na capacidade de adaptação e há uma reação negativa ao confinamento social.

Alves (2020) aponta que:

As sociedades envelhecidas são as mais avançadas do ponto de vista social e científico, foram elas que aumentaram a esperança de vida. Os velhos de hoje são diferentes dos do passado e os do futuro serão diferentes dos de hoje. Os do futuro, que são aqueles que hoje estão preocupados com os seus pais e avós por causa desta pandemia serão ainda mais qualificados, mais próximos das novas tecnologias, mais conectados e terão uma esperança de vida maior, porque a morte não é democrática e chega mais cedo aos que têm menos qualificações (ALVES, 2020, p. 19).

A partir da teoria supracitada, podemos destacar as seguintes questões: alguns idosos têm dificuldades para aderir à tecnologia, eles criam barreiras para imersão no mundo da tecnologia, escutam-se depoimentos tais como: “a tecnologia não é para mim”, e depois ao aprender a lidar com equipamentos, eles se encantam. É de suma importância que as famílias ou pessoas próximas se preocupem em ensiná-los.

Sendo assim, entende-se que com o aumento da perspectiva de vida carece de redefinir as prioridades, como a saúde mental e social dos idosos, oferecendo suporte e compartilhando momentos de interação neste momento delicado para a terceira idade.

3. RESULTADOS ALCANÇADOS

O *corpus* desta pesquisa é composto por depoimentos de idosos que relatam sobre a situação de afastamento social mandatório, já que isso está impactando a terceira idade, devido aos idosos ficarem cada vez mais sedentários, trazendo malefícios a essa faixa etária. Dos 10 idosos que se dispuseram a participar da pesquisa, destacam- e os recortes para a análise os mais relevantes para a discussão.

Na ocasião, foram lançadas 5 perguntas, dentre elas: O que vocês estão fazendo neste período de isolamento social? Vocês se sentem “presos” em casa? Qual a sensação de ouvir a expressão: você não pode sair, pois, faz parte do grupo de risco? O que esse distanciamento social está te causando? Você se sente indiferente, por estar limitado a sair de casa e precisar de ajuda de outras pessoas

próximas? A família lhe dá suporte necessário e atenção? Percebe-se que as respostas foram as mais variadas possíveis.

“(...) mudou tudo em minha vida, aliás, foi uma mudança repentina. Ainda não me acostumei. Eu estava doido para ter tempo para ficar com a família, agora estou em casa não aguento mais ficar aqui. Com tanta gente ao redor, mas realmente sozinho...” (J. P., 70 anos, divorciado).

“Quando aconteceu a pandemia, fiquei sem entender, só porque os idosos ou grupo de risco não poderíamos mais sair de casa. Mas a doença não era para todos? Meu filho tem 35 anos, com pressão alta, tem alergias, é do grupo de risco e está trabalhando, tendo a vida normal, e eu não posso? Custei a entender...” (J. A. L., 67 anos, casado).

“Estou me cuidando como o recomendado e na medida do possível, porém a minha mente está afetada devido ao isolamento social, tenho evitado tudo. Sinto falta de lugares e pessoas, às vezes sinto saudade de andar sem rumo” (M. P., 65 anos, mora sozinho).

Percebe-se que diante da incapacidade dos idosos controlarem suas ações que antes eram exercidas, ergue-se o escudo da impotência em tempos de isolamento. Esse sentimento, associado a outras dificuldades, poderá legitimar as estruturas de pensamentos capazes de justificar ou abrir espaço para a solidão e quadros depressivos, o que se depreende nos relatos.

“Eu não aguento mais. Desde quando começou esse isolamento, a gente fica afastado dos nossos filhos, de irmãos, de mãe, é muito triste, é muito doloroso, e a rotina de todo mundo ou quase todo mundo mudou né. Esse afastamento de todos, família, amigos, comunidade, me deixou triste, chorosa, muita solidão”. (A.S., 71 anos, casado).

“Nem sei o que dizer, só tragédia, né (risos). A idade só serve para nos limitar. Não posso mais ir para o forró, sair com meu passarinho, fazer outras coisas. Estou com saúde, graças a Deus, mas ficar só em casa, sem vida, não dá para mim não!” (A. C., 68 anos, viúvo).

“Eu tinha uma vida... Me adaptei e aprendi a viver na terceira idade, busquei formas de passar por tudo da melhor forma possível, e essa liberdade toda num instante foi cortada, estou aqui como se fosse eu, uma prisioneira, porque eu não posso ir mais onde quero, a liberdade acabou...” (C. A., 74 anos, viúva).

Fazendo uma análise dos depoimentos acima, chegou-se a uma conclusão que o isolamento está impactando a terceira idade de forma discrepante e excludente. É notória a fragilidade e a ausência de estímulo aos idosos, de forma a ampliar a necessidade buscar alternativas que possibilitem minimizar os impactos sociais e psicológicos, propondo uma implementação de uma política emergencial, direcionada para a pessoa idosa, diminuindo assim as mazelas ocorridas neste período pandêmico. O isolamento social pode ajudar a reduzir a contaminação e, com isso, diminuir as incidências preservando uma quantidade de pessoas, que de certa forma são em atividades sociais.

“Esse isolamento mudou praticamente tudo na minha vida, pois, antes do Coronavírus, eu tinha uma vida ativa (...) estou me acostumando ainda com isso tudo e de repente a liberdade foi cortada, fiquei presa dentro da minha própria casa. Eu podia sair a hora que quisesse, tinha liberdade para ir e vir, mas fazer o que? ” (M. D. M., 69 anos, viúva).

“Desde quando começou esse isolamento, fiquei afastada dos meus filhos, netos, irmãos, é muito triste isso, devido esse vírus, minha vida mudou, ainda não aceitei isso, mas sou obrigada a conviver, choro todos os dias com saudades (...) Esse afastamento de todos, família, amigos, comunidade, me deixou triste, chorosa, muita solidão” (A. M., 62 anos, casada).

O ambiente familiar contribui significativamente no comportamento do idoso. Na família onde se predomina um diálogo, atenção e respeito aos idosos, de forma que todos convivam de forma saudável e harmoniosa, possibilita a pró-atividade dos idosos, pois todos têm funções, papéis e posições adversas e as diferenças de cada um são respeitadas e levadas em consideração.

Após a análise dos depoimentos observou-se que os idosos se sentem “deixados de lado”, que é preciso saber conviver com o isolamento. É importante salientar que a solidão pode trazer consequências graves em função da sensação de abandono, motivando solidão e tristeza. Esse processo gera um ciclo vicioso, tornando-o mais dependente da companhia de outras pessoas.

“(...) depois dessa quarentena, nem sei como vou ficar, me sinto muito triste, pela pessoa que estou me tornando por só ficar preso dentro de casa, só reclamo. Meu filho fala, que sou um velho chato, amargurado. E, ficar preso não é fácil não, fico porque não tem outra saída, eu não estou servindo para nada, minha esposa que está indo

comprar as coisas e tal, mas eu não vou. Que inútil me tornei!” (B.T., 70 anos, casado).

“Nossa tem hora que eu nem me reconheço. Eu acabei de me aposentar e agora só fico em casa, o que está sendo muito difícil e até penoso em alguns aspectos. Quando aconteceu a pandemia, de certa forma eu já estava entendendo que agora sou só eu e Deus, e que é o momento de resgatar o amor próprio que estava em baixa” (L. C. M., 65 anos, viúvo, sem filhos).

A exclusão, seja ela social ou afetiva, é também responsável pelas alterações mentais principalmente nos idosos. Além de aumentar os riscos de doenças, físicas e psicológicas. A Terceira idade com o passar do tempo perde a posição de comando e decisão que estava acostumado a exercer, isso desperta um sentimento de amargura e inutilidade. Com esta situação pandêmica os filhos passam a ter responsabilidade de cuidar dos pais em diversos aspectos, e muitas vezes se esquecem do que é mais importante neste momento: a de serem ouvidos.

Observou-se que o simples fato de um idoso ajudar em pequenas tarefas pode mudar a sua visão de mundo e contribuir para o seu bem-estar. Muitas vezes, não é o idoso que se isola, é a família que o deixa isolado.

De acordo com os relatos dos idosos ficou evidenciado que a aposentadoria leva a sensação de inutilidade. Principalmente neste período pandêmico, quando os homens deixam de trabalhar, significa, para muitos idosos antigos “ser inútil” e incapaz de comandar sua própria vida, o isolamento funciona como uma válvula de escape.

Por outro lado, a família que não possui um olhar sensível para a terceira idade, sem respeito, confiança, o relacionamento com os idosos é carregado de frustrações, e com isso, estes se tornam indivíduos deprimidos e agressivos. Essas características promovem retrocesso na vida deles. O idoso torna-se isolado socialmente e com medo de cometer erros e ser punido.

Segundo UNESCO (2020), a Organização Mundial da Saúde alertou no cenário da pandemia mundial, há uma exigência de cuidados especiais não só com os idosos, mas que a saúde mental requer cuidados, mediante o acompanhamento de uma equipe interdisciplinar que possa oferecer apoio integrado, uma vez que o isolamento social pode trazer diversos problemas nos âmbitos individuais, familiares, comunitários e sociais.

CONCLUSÕES

A terceira idade é uma experiência única para cada indivíduo, com dimensões simbólicas, sociais e culturais, principalmente em tempos de pandemia. O isolamento social tem caráter de prevenção, mas também o mais importante é o idoso não se sentir abandonado e triste pela redução das visitas, ou contatos dos familiares e amigos.

Ainda que os idosos integrem grupo de risco, é preciso compreender que a velhice, em seu processo, apresenta inúmeras peculiaridades, e que a rotina dos idosos precisa ser mantida, com adequações necessárias neste momento, enfatizando principalmente para sua qualidade de vida, física, social e psicológica.

Este trabalho alcançou o objetivo geral pesquisa no que tange as discussões em relação ao isolamento dos idosos, os estudiosos citados ampararam as reflexões mencionas e os resultados apontam para a necessidade de maiores estudos sobre a temática.

Portanto, é preciso pensar na sociedade envelhecida, não como vulnerável, apesar da ameaça do COVID-19, mas também, como ponto de partida para refletir sobre o papel dos mais novos na vida mais velhos. Deve-se considerar o idoso como membro atuante dentro da sociedade, integrando-o a ambientes sociais, cuidando de sua saúde mental, respeitando suas vontades e seus desejos, permitindo que ele se expresse levando em consideração suas opiniões.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, J. E. D. A pandemia da covid-19 e o envelhecimento populacional no Brasil. *In: Rev. Longeviver*, Ano II, n. 7, Jul/Ago/Set. São Paulo, 2020. Disponível em: <https://revistalongeviver.com.br/index.php/revistaportal/article/view/841/901>. Acesso em: 20 out. 2020.

BAUMAN, Z. **Modernidade e Ambivalência**. Rio de Janeiro: Ed. Jorge Zahar, 1999.

BAUMAN, Z. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos**. Rio de Janeiro: Ed. Jorge Zahar, 2004.

BAUMAN, Z. **Confiança e medo na cidade**. Tradução Eliana Aguiar. Rio de Janeiro: Ed. Jorge Zahar, 2009.

FIORIN, J. R. **Argumentação**. São Paulo: Ed. Contexto, 2015.

GOFFMAN, E. **Manicômios, prisões e conventos**. São Paulo: Ed. Perspectiva, 1974.

FERREIRA, P. M. O envelhecimento ativo em Portugal: tendências recentes e (alguns) problemas. In: **Rev Kairós Gerontologia**. 2015. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/27113> Acesso em: 26 out. 2020.

MAIO, I.G. O envelhecimento e a capacidade de tomada de decisão: Aspectos jurídicos de proteção ao Idoso. In: **Revista Portal de Divulgação**, São Paulo, p. 13-25, out./nov./dez., 2018. Disponível em: <https://revistalongeviver.com.br/index.php/revistaportal/article/view/740/801> Acesso em: 26 out. 2020.

MOTTA, B. A. **Violências específicas aos idosos. Sinais Sociais**. Rio de Janeiro, v.8, n. 22, maio- ago. 2013.

NASCIMENTO, E. P. Hipóteses sobre a nova exclusão social: dos excluídos necessários aos excluídos desnecessários. In: **Cadernos CRH**, Salvador, n. 1, p. 29/47, jul./dez.1994. Disponível em: <https://portalseer.ufba.br/index.php/crh/article/view/18772/12144>. Acesso em: 20 out. 2020.

PEREIRA, J. K.; GIACOMIN, K.C.; FIRMO, J. O. A. A funcionalidade e incapacidade na velhice: ficar ou não ficar quieto. In: **Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 1451- 1559, jul 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/csp/v31n7/0102-311X-csp-31-7-1451.pdf> Acesso em: 24 out. 2020.

PONTES, L. P. Vivendo No Lar: um estudo sobre os motivos de ingresso dos idosos residentes na instituição Lar Franciscano, **Dissertação** (Mestrado em Ciências Sociais) Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais. UFBA, 2006.

ROJO, R. Pedagogia dos multiletramentos. In: ROJO, R. & MOURA, Eduardo. (orgs) **Multiletramentos na escola**. São Paulo: Parábola Editorial, 2012.

SOUZA, J. H. A. (2020). Isolamento social versus qualidade de vida dos idosos: um olhar multiprofissional frente à pandemia do Covid-19. **Revista Pub Saúde** ISSN 2595 1637. <https://dx.doi.org/10.31533/pubsaude3.a035>, maio 2020. Acesso em: 27 out. 2020.

TRINDADE, A. P. N. T., BARBOSA, M. A., OLIVEIRA, F. B., BORGES, A. P. O. Repercussão do declínio cognitivo na capacidade funcional em idosos institucionalizados e não institucionalizados. In: **Rev Fisioterapia**. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/pdf/cuid/v10n2/2346-3414-cuid-10-2-e607.pdf> Acesso em: 25 out. 2020.

UNESCO – Organização das Nações Unidas para Educação, Ciência e Cultura. (2020) **Suspensão das aulas e resposta à COVID-19**. Disponível em:

<https://pt.unesco.org/news/educacao-escolar-em-tempos-pandemia-na-visao-professores-da-educacao-basica-uma-pesquisa>. Acesso em: 07 mai. 2020.