

**A solidão da pessoa idosa em tempos de pandemia**

**Elderly person loneliness in pandemic times**

**La soledad de las personas mayores en tiempos de pandemia**

Recebido: 25/09/2020 | Revisado: 26/09/2020 | Aceito: 29/09/2020 | Publicado: 01/10/2020

**Simone Correia Ribeiro**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1459-8253>

Universidade Federal do Pará, Brasil

E-mail: [scribeiro17@gmail.com](mailto:scribeiro17@gmail.com)

**João Batista Santiago Ramos**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3355-271X>

Universidade Federal do Pará, Brasil

E-mail: [jsramos50@hotmail.com](mailto:jsramos50@hotmail.com)

**Resumo**

Considerando o atual contexto mundial de isolamento social, esta pesquisa se desenvolveu a partir de dados coletados de 6 pessoas idosas, homens e mulheres entre 60 e 90 anos, que foram submetidos a uma entrevista semiestruturada que abordou questões sobre a experiência do isolamento em tempos de COVID-19, rede de relações sociais e sentimento de solidão. Este estudo teve como objetivo averiguar como a pessoa idosa está se ajustando a esse momento, e como tem conduzido seus sentimentos mediante a perspectiva do sentimento de solidão. De acordo com os dados coletados constatamos que o fenômeno solidão se apresenta de formas distintas, e traduz geralmente os tipos de relações que estabelecemos para conosco, o outro e o ambiente. No cenário atual a solidão tem se caracterizado como uma experiência recorrente e crescente em virtude do isolamento social ocasionado pela pandemia pela qual o mundo está passando, de modo que, lidar com esse acontecimento tem se tornado uma tarefa mais desafiadora, tendo em vista que, o estar só atualmente nem sempre tem sido uma escolha, mas uma necessidade como medida de prevenção.

**Palavras-Chave:** Solidão; Pandemia; Redes sociais; Isolamento.

**Abstract**

Considering the current world context of social isolation, this research was developed from data collected from 6 elderly people, men and women between 60 and 90 years old, who were

discovered in a semi-structured interview that addressed questions about the experience of isolation in times of COVID-19, social network and feeling of loneliness. This study aimed to find out how an elderly person is adjusting to that moment, and how they have been conducting their feelings through the perspective of the feeling of loneliness. According to the data collected, we found that the phenomenon of loneliness presents itself in different ways, and generally translated the types of relationships we establish with ourselves, the other and the environment. In the current scenario, loneliness has been desired as a recurring and growing experience due to the social isolation caused by the pandemic that the world is going through, so that dealing with this event has become a more challenging task, considering that, being alone today has not always been a choice, but a necessity as a preventive measure.

**Keywords:** Loneliness; Pandemic; Social networks; Isolation.

### **Resumen**

Considerando el contexto mundial actual de aislamiento social, esta investigación se desarrolló a partir de datos recolectados de 6 personas mayores, hombres y mujeres entre 60 y 90 años, a quienes se les realizó una entrevista semiestructurada que abordó preguntas sobre la experiencia de aislamiento en los días del COVID-19, red social y sentimiento de soledad. Este estudio tuvo como objetivo conocer cómo la persona mayor se está adaptando a ese momento y cómo ha ido conduciendo sus sentimientos a través de la perspectiva del sentimiento de soledad. Según los datos recogidos, encontramos que el fenómeno de la soledad se presenta de diferentes formas, y en general traduce los tipos de relaciones que establecemos con nosotros mismos, el otro y el entorno. En el escenario actual, la soledad se ha caracterizado como una experiencia recurrente y creciente debido al aislamiento social provocado por la pandemia que atraviesa el mundo, por lo que enfrentar este evento se ha convertido en una tarea más desafiante, considerando que, estar solo hoy no siempre ha sido una opción, sino una necesidad como medida preventiva.

**Palabras clave:** Soledad; Pandemia; Redes sociales; Aislamiento.

### **1. Introdução**

Atualmente, devido ao contexto mundial de isolamento social, o fenômeno da solidão tem sido muito temido pela sociedade em geral, pois, trata-se de uma experiência diretamente correlacionada à perda, tanto de laços afetivos e sociais, como do direito da prática de ir e vir comum ao ser humano.

A solidão é um “[...] fenômeno complexo de significado abrangente e subjetivo, sobre o qual existem diversas abordagens teóricas e metodológicas que têm realçado diferentes causas e manifestações da mesma” (Teixeira, 2010, p. 3).

Carvalho & Baptista (2008) observam que a solidão é um estado da alma e tende a sugerir negativamente uma melancolia, uma depressão, sentimentos esses que estão relacionados à angústia e ao sombrio existente dentro de si mesmo. Os autores ressaltam que a solidão é uma experiência que pode ser causada pelo alheamento do outro, pela escassez do olhar e pelo isolamento afetivo.

Ressaltamos que a experiência da solidão comumente ocorre em decorrência do silêncio dos afetos, do afastamento dos vínculos e se intensifica com o isolamento. Não que esse sentimento de solidão esteja condicionado ao estar só, pois, se manifesta em diversas circunstâncias, entretanto, o isolar-se promove sensações de vazio e eventos de sofrimento. Carvalho & Baptista (2008, p. 32-33), enfatizam que “[...] a solidão é um mal-estar que cresce normalmente no silêncio ou porque o silêncio - ainda que com palavras - se torna insuportável e, a partir daí, se foge para o abismo”.

Nesse mesmo contexto Ramos (2012, p. 12) acrescenta que nos encontramos em meio a palavras de silêncio, e essas palavras “[...] quase sempre, causam dor, já que é em silêncio que somos capazes de nos colocar à escuta do sofrimento do outro”.

Lispector em sua obra *Um sopro de vida* nos leva a refletir em alguns momentos sobre a perturbação do silêncio quando cita que “no silêncio é que mais se ouvem os ruídos” (Lispector, 1978, p. 35). Na obra a autora também nos instiga a uma reflexão sobre o estar no mundo e sobre a forma em que o ser humano lida com situações de solidão e medo.

Partindo desse ponto de vista, podemos observar que por meio do silêncio o ser humano é capaz de ouvir a si mesmo, se redescobrir, no entanto, quando se torna muito presente pode disfarçar eventos de angústia, sentimentos de inferioridade ou medo.

Para além do fato de que a solidão ocorre no ser humano independentemente da sua idade, sabe-se, a partir de estudos, que o índice dessa experiência em pessoas idosas é bem maior. Isso se dá devido a alguns fatores como, diminuição da rede de relações sociais, perda da autonomia, redução das capacidades físicas e psicológicas entre outras possíveis razões.

Com o envelhecer surgem novas rotinas que normalmente se correlacionam com limitações. Essas rotinas requerem adaptações e auto-conhecimento, tanto do/a idoso/a, quanto da família.

Um fator agravante relacionado à ideia de mudança é que a pessoa idosa tem muitas dúvidas em relação ao novo e, por isso, as possíveis e/ou inevitáveis transformações se

tornam desafios muitas vezes complexos de lidar. De acordo com Beauvoir (1990), o/a idoso/a abraça com inquietação a novidade. Segundo a autora é mais confortável para a pessoa idosa sossegar sobre normas já validadas, e/ou rotinas já determinadas. O novo pressupõe incerteza e mudança de hábitos, situações essas que normalmente causam na pessoa idosa ansiedade e resistência, pois, se sente amedrontada pela possibilidade de não conseguir se adaptar e se sentir inferior.

Motta (2018) ressalta que a solidão na velhice assume configuração especial, pois remete a pessoa idosa a comparações de sua atual vivência às experiências passadas, o que pode marcar um ponto de chegada de sua trajetória, que “[...] pode revelar perdas, ou ganhos inexpressivos e, sem ater-se exclusivamente à subjetividade, expressa também a marginalidade social de que quase todo velho ou velha é objeto” (Motta, 2018, p. 89).

Considerando o atual contexto mundial de isolamento social, em virtude da pandemia ocasionada pelo COVID-19, as limitações das redes de relações sociais da pessoa idosa se acentuaram e com isso o surgimento ou a intensificação de sentimentos como a tristeza, insegurança, medo e solidão. Nesse sentido, este estudo tem como objetivo averiguar como a pessoa idosa está se ajustando a esse momento, e como tem conduzido seus sentimentos mediante a perspectiva do sentimento de solidão.

A circunstância presente indica que os idosos têm sido o público indicado como o mais vulnerável, já que “[...] o risco de desenvolvimento da forma mais grave da doença acomete mais esse grupo, sobretudo, idosos que apresentam doenças do coração como hipertensão, além de diabetes, doenças renais, doenças pulmonares, câncer [...]” (Nunes, 2020, p. 16). Desse modo, enfatizamos que as instabilidades emocionais associadas aos dilemas comuns da velhice têm sido um grande impedimento para o bem estar físico e psicológico da pessoa idosa.

Diante desse cenário cabe uma reflexão sobre o fato de que o sentimento de solidão nunca deve ser ignorado ou reduzido a um fato comum e sem importância, pois, embora por vezes represente um estado de auto-apropriação, pode estar intimamente ligado à falta de esperança e pensamentos autodestrutivos.

Na pessoa idosa esse sentimento de solidão comumente se apresenta de forma dolorida, ocasionado por perdas de papéis na sociedade, assim como perdas cognitivas e perdas de pessoas queridas, fato que reforça a necessidade de acompanhamento e cuidados para que essa pessoa idosa possa ter perspectivas de qualidade de vida.

## 2. Metodologia

A ciência, de acordo com Gil (2008) tem como finalidade atingir a autenticidade dos fatos. O que, segundo o autor, não a distingue das demais formas de conhecimento, entretanto, o conhecimento científico se diferencia fundamentalmente pela sua característica de investigação. Neste sentido,

Para que um conhecimento possa ser considerado científico, torna-se necessário identificar as operações mentais e técnicas que possibilitam a sua verificação. Ou, em outras palavras, determinar o método que possibilitou chegar a esse conhecimento. (Gil, 2008, p. 8)

Sabemos, pois, que há diferentes formas de se investigar um respectivo fenômeno ou uma dada realidade, na busca desse conhecimento científico, de modo que, a metodologia de uma pesquisa expõe a via da concepção e a práticas desenvolvidas para a compreensão do objeto estudado, e o processo de apreensão do conhecimento inclui, sobretudo, as perspectivas teóricas e o agrupamento de técnicas determinado pelo pesquisador para alcançar o objetivo proposto.

Assim, enfatizamos que o estudo é fruto de uma pesquisa realizada com 06 pessoas idosas, 03 homens (73, 78 e 79 anos) e 03 mulheres (65, 70 e 84 anos) que foram submetidas a uma entrevista semiestruturada, a partir da qual foram coletados dados pessoais sobre a experiência do isolamento em tempos de COVID-19, rede de relações sociais e sentimento de solidão.

Os sujeitos da pesquisa são pessoas que residem nas áreas urbana e rural do município de Castanhal-Pa, e que vivem em condições de estabilidade econômica e familiar. A participação na pesquisa foi voluntária e a escolha dos sujeitos foi feita a partir do convívio com familiares e amigos dos idosos.

O contato inicial se deu através de familiares dos idosos, os quais concordaram com a realização do trabalho e se colocaram disponíveis a contribuir com o necessário. Após essa aproximação, ocorreu o agendamento do dia, horário e local para a realização da entrevista.

Os dados foram coletados nas próprias residências (casas) dos entrevistados, sendo que no primeiro encontro foi pedida a permissão para uso do gravador de voz e explicado sobre o caráter voluntário da entrevista e possibilidade de desistência, caso não se sinta confortável com o questionamento, e sobre o direito a sigilo, regulamentados pela Resolução nº 466/2012,

do Conselho Nacional de Saúde, que versa sobre o respeito pela dignidade humana em pesquisas com seres vivos participantes da pesquisa científica.

Os sujeitos voluntários da pesquisa, na análise de suas informações, serão nominados, neste trabalho, pelo pseudônimo *Entrevistado (a) (1, 2, 3, 4, 5 e 6)*, seguindo a ordem de citação das falas na análise dos dados, como forma de resguardo das suas respectivas identidades.

As falas das pessoas entrevistadas foram transcritas segundo as normas gramaticais da Língua Portuguesa, de forma a corrigir alguns vícios de linguagem e/ou erros gramaticais.

Para essa investigação fizemos uso de um estudo metodológico de abordagem qualitativa, o qual se fundamentou no entendimento e na atribuição de significados de um fenômeno. De acordo com Assis (2019, p. 14) o método qualitativo “preocupa-se em analisar e interpretar os dados em seu conteúdo psicossocial. Considera que há uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito”. Os objetivos fundamentais de abordagem são o procedimento e seu significado.

Trata-se de uma pesquisa de tipo descritiva, por meio da qual observamos, registramos, e após análises, correlacionamos o fenômeno solidão na vida da pessoa idosa, sem adulterá-lo. Gil (2008, p. 28), em sua escrita enfatiza que esse tipo de pesquisa “[...] tem como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis”.

A análise dos dados coletados foi realizada por meio do método indutivo. De acordo com Marconi & Lakato (2003, p. 86) “A indução é um processo mental por intermédio do qual, partindo de dados particulares, suficientemente constatados, infere-se uma verdade geral ou universal, não contida nas partes examinadas”.

Assis (2019, p. 10) destaca que “o raciocínio indutivo parte do efeito para as causas, exigindo verificação, observação e/ou experimentação”. Ressalta ainda que esse método de abordagem trata de questões empíricas, cujas convicções são alicerçadas na experiência, não considerando princípios preestabelecidos.

### **3. Resultados e Discussão**

A solidão tem se caracterizado como uma experiência recorrente e crescente em virtude do isolamento social ocasionado pela pandemia em que o mundo está passando, de modo que, lidar com esse acontecimento tem se tornado uma tarefa mais desafiadora, tendo

em vista que, o estar só atualmente nem sempre tem sido uma escolha, mas uma necessidade como medida de prevenção.

Entretanto, os padrões de prevenção estabelecidos têm causado na sociedade inúmeras sensações de angústia, medo, insegurança, incredibilidade, entre outras. Nesse cenário, infelizmente, a pessoa idosa tem sentido um reflexo muito maior, pois, embora o isolamento seja uma forma de protegê-los, essa “[...] desconexão social coloca os idosos em risco maior para o desenvolvimento de agravos de saúde como a depressão e ansiedade” (Leão & Ferreira, *et al*, 2020, p. 3).

Sabemos, pois, que o estar só nem sempre significa experienciar a solidão, mas o sentir-se só é fator complicador e muitas vezes causador desse fenômeno em seu sentido mais prejudicial.

Em nossa pesquisa a *entrevistada 1* (senhora de 70 anos) nos relatou que vive em um sítio com seu companheiro em uma relação de boa cumplicidade, mas que se sente sozinha, principalmente nesses tempos em que os filhos se afastaram devido à pandemia. Em sua fala, nos contou que foi infectada pelo COVID 19 e nos relatou, com os olhos cheios de angústia que os sentimentos de medo e inquietude, que já se faziam presentes, se tornaram intensos ao ponto de fazê-la se sentir desesperançada, como podemos observar em suas citações:

*Eu dizia: eu estou morrendo de fraqueza meu Deus.*

*Eu jurava que anoiteceria e não amanheceria.*

*Eu deixei uma sacola com documentos no guarda roupas para alguém encontrar, caso fosse preciso. (Entrevistada 1)*

Embora sempre ajudada e apoiada pela família, a sensação de exílio em seu sítio a fazia vivenciar a solidão de forma dolorosa. Diante da questão “Conte sobre os sentimentos que lhe são presentes nesse contexto em que o mundo está inserido:” a entrevistada os respondeu:

*Me sinto assim... tão vazia. Me sinto assim, tão triste [...]*

*Tem dias em que eu choro (3x) por me sentir sozinha.*

*Para mim, parece que eu vou morrer aqui sozinha, sem ninguém.(Entrevistada 1)*

A solidão enquanto sensação de sofrimento evidencia a representação negativa do fenômeno. De acordo com Carvalho (2011, p. 18) é uma representação “[...] em que a solidão

assalta quem dela padece, envolvendo as suas vítimas num manto de tristeza, angústia, melancolia e privação”.

Ao se falar em privação, há de se atentar para a realidade de que é um fator muito recorrente na velhice. A pessoa idosa se sente privada em variadas condições, como por exemplo, do direito de tomar decisões, do direito de ir e vir sem o consentimento de alguém mais jovem, assim como do desejo de comer ou fazer o que gosta. Essa dependência do outro afeta diversos aspetos na vida do/a idoso/a e gera muitas vezes o isolamento dessa pessoa, colocando-a vulnerável a situações de riscos.

O *Entrevistado 2* (senhor de 78 anos), comunga dos sentimentos de medo e privação. Em sua fala, menciona que a tristeza se instalou, porque o mundo mudou e a incerteza de ter um futuro o deixa angustiado:

*Eu sinto tristeza porque tudo mudou. Estou preso, eu e minha mulher, não podemos sair [...].*

*Me sinto triste, a solidão dói no peito. Alguns conhecidos morreram e no jornal as notícias ruins deixam a gente as vezes sem esperança [...]*”(Entrevistado 2)

A partir dos dados coletados percebemos que nesse momento de isolamento social a pessoa idosa também se torna saudosista, visto que, passa mais tempo envolvida em seus pensamentos. Nesse saudosismo, cabe tanto o despertar de lembranças boas, como a mágoa de inúmeros desejos ainda não realizados.

Nesse contexto a *Entrevistada 3* (senhora de 84 anos) nos relatou que nesses tempos atuais se sente sozinha (embora more com seu marido, filha e neta), e que sente falta do já passou. Em sua fala discorre sobre momentos de alegria e de festas já vividos, momentos esses em família, conforme expõe:

*Eu sinto falta de quando eu era jovem. Eu me divertia muito.*

*Hoje eu me sinto muito nervosa porque eu adoeci e não consigo o que eu quero....*  
(Entrevistada 3)

A referida entrevistada desabafa que sente muita saudade de quando viajava e de quando recebia as visitas de algumas amigas em sua casa:

*Desde o início dessa pandemia, eu nunca mais sai de casa, tenho vontade de sair [...].*

*Minhas amigas não vem aqui, porque elas estão presas também.*

*(Entrevistada 3)*

Movida por esse mesmo sentimento de saudade, a *Entrevistada 4*, (senhora de 65 anos) nos contou que sofre muito por não poder ver as amigas, nem ir à igreja. Ela narra com os olhos tristes, porém cheios de esperança:

*Eu nunca mais fui à missa (pausa) sinto falta. A minha vida toda eu fui para a igreja.*

*Tenho fé que tudo isso vai passar, Deus nos protege de tudo .*

*(Entrevistada 4)*

A partir dos relatos dos entrevistados é possível perceber que o distanciamento dos amigos e, principalmente, da família tem gerado uma profunda nostalgia, condição essa que agrava a experiência da solidão.

A rede de relação social, segundo Freitas (2011) é importante para que o fenômeno solidão não se instale na pessoa idosa de forma invasiva. Ter bons relacionamentos configura expectativa de bem estar físico e mental do/a idoso/a.

Apesar desse sentimento ter envolvido a maioria das pessoas idosas durante esse contexto de pandemia, o *Entrevistado 5* (senhor de 73 anos) e o *Entrevistado 6* (senhor de 79 anos), afirmaram que suas rotinas não mudaram e que não compartilham de tal vivência em seu sentido doloroso. Em seus relatos, quando questionados se sentem solidão, mencionaram sentir apenas medo de um possível contágio. Eles narraram de forma breve sobre como se sentem envolvidos nesse cenário:

*Me sinto satisfeito, muito alegre por estar aqui nesse terreno maravilhoso. Não me sinto sozinho aqui.*

*Sempre tem a companhia de alguém com a gente (Entrevistado 5)*

*Não sai da normalidade. Não saio de casa.*

*O contato com a família é bom, só precisa acalmar o sentimento as vezes.*

*(Entrevistado 6)*

Neste caso, cabe ressaltar que a solidão nem sempre se configura como algo melancólico, mas pode também representar um ensejo de aprendizados e autoconhecimento, como menciona Seibt (2011, p. 56):

[...] a solidão é condição para a auto-apropriação. Nesse sentido, ela exige a coragem de enfrentar a si mesmo, medos, angústia, vazios, frustrações, as condições reais em que nos encontramos, as formas como nos protegemos dos sofrimentos e como lidamos com nosso sucesso.

A partir desse ponto de vista, podemos pensar a solidão como uma forma de encontro pessoal com nós mesmos, ou um momento que nos permite ouvir e sentir nosso íntimo, pois, trata de um fenômeno que, enquanto sentido positivo, se configura de acordo com Seibt (2011, p. 56), em “[...] condição para o exercício mais efetivo da liberdade e da responsabilidade, elemento de consciência de si e do mundo, de autonomia em relação às determinações em que somos formados, elemento imprescindível para a individualidade”.

#### **4. Considerações Finais**

No atual contexto de pandemia o fenômeno solidão, infelizmente, tem se apresentado em sua forma mais nociva. A constante presença de fatores como perdas de entes queridos, perda da liberdade e inúmeras preocupações, entre outras razões, tem causado sequelas muito fortes na sociedade e, principalmente, nas pessoas idosas, por representar o grupo de maior risco.

Cabe aqui mencionar que nas falas dos entrevistados desta pesquisa, além da aflição que os atinge diretamente, está nítida a preocupação com os filhos, netos e amigos próximos. Condição essa que aumenta os níveis de ansiedade e medo, uma vez que, todos se encontram vulneráveis, sobretudo, às sensações de isolamento seguidas de solidão, mesmo que de forma disfarçada, como nos leva a refletir Carvalho & Baptista (2008, p. 28-29):

[...] a solidão percorre também quantas vezes, de um modo mais ou menos oculto, os jovens na adolescência, as crianças em família pouco disponíveis e inclusive aqueles que, desfrutando de um reputado êxito social, experimentam a dificuldade de encontrar relações sinceras de afeto.

Assim, nos cabe ressaltar que há universos distintos e representações variadas do fenômeno solidão. A rede de relações que estabelecemos com o nosso íntimo, com as outras

peças e com o meio ambiente em que vivemos reflete diretamente na forma como conseguimos lidar com as situações adversas.

Dessa forma, por se tratar de um fenômeno de extrema complexidade, se torna relevante a realização de estudos neste campo no sentido de abordar suas diferentes vertentes. O conhecimento acerca dos fatores e das condições que fazem esse sentimento presente pode contribuir para a forma como o ser humano irá se comportar mediante as situações adversas, procurando assim alternativas para contemplar uma vida mais saudável.

## Referências

Assis, M. C. de. (2019). *Metodologia do Trabalho Científico*. 48 f. Recuperado de [http://biblioteca.virtual.ufpb.br/files/metodologia\\_do\\_trabalho\\_científico\\_1360073105.pdf](http://biblioteca.virtual.ufpb.br/files/metodologia_do_trabalho_científico_1360073105.pdf).

Beauvoir, S. de. (1990). *A Velhice*. Tradução de Maria Helena Franco Monteiro. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.

Brasil. M. S. (2012). *Resolução 466/2012* que aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Recuperado de [http://conselho.saude.gov.br/ultimas\\_noticias/2013/06\\_jun\\_14\\_publicada\\_resolucao.htm](http://conselho.saude.gov.br/ultimas_noticias/2013/06_jun_14_publicada_resolucao.htm).

Carvalho, A. D., & Baptista, I. (2008). Filosofia e pedagogia social: a solidão e os repositos da hospitalidade humana. In Pereira, P. C. (org.), *A Filosofia e a Cidade* (pp. 22-41). Porto, Portugal: Campo das Letras.

Carvalho, A. D. (2011). Solidão e solidariedade: olhares, sentimentos e perspectivas. In Carvalho, A. D. (org.), *Solidão, e solidariedade: entre os laços e as fraturas sociais* (pp. 17-24). Porto, Portugal: Afrontamento.

Freitas, P. C. B. (2011). *Solidão em idosos: percepção em função da rede social*. II Ciclo em Gerontologia Social Aplicada. Universidade Católica Portuguesa, Centro Regional de Braga-Faculdade de Ciências Sociais, Braga, Portugal.

Gil, A. C. (2008). *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social*. (6a ed.) São Paulo: Atlas.

Leão, L. R. B., Ferreira, V. H. S., Faustino, A. M. (2020). O idoso e a pandemia do Covid-19: uma análise de artigos publicados em jornais. *Brazilian Journal of Development*, 6 (7) 45123-45142. Recuperado de <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/12947>

Lispector, C. (1978). *Um sopro de vida*. (3ª ed.). Rio de Janeiro: Nova Fronteira.

Marconi, M. A., & Lakatos, E. M. (2011). *Metodologia do trabalho científico: procedimentos básicos, pesquisa bibliográfica, projeto e relatório, publicações e trabalhos científicos*. (6ª ed.). São Paulo: Atlas.

Motta, A. B. da. (2018). Idade e solidão: a velhice das mulheres. *Revista Feminismos*, 6 (2), 88-96. Recuperado de <https://portalseer.ufba.br/index.php/feminismos/article/view/30390/17912>.

Nunes V. M. A. N. (org). (2020). *COVID-19 e o cuidado de idosos: recomendações para instituições de longa permanência*. Recuperado de <https://repositorio.ufrn.br/jspui/handle/123456789/28754>

Ramos, J. B. S. (2012). *Por uma Utopia do Humano: olhares a partir da ética da libertação de Enrique Dussel*. Porto, Portugal: Afrontamento.

Seibt, C. L. (2011). Solidão como processo de auto-apropriação. In Carvalho, A. D. (org.). *Solidão, educação e condição humana* (pp. 55-61). Porto, Portugal: Afrontamento.

Teixeira, L. M. F. (2010). *Solidão, depressão e qualidade de vida em idosos: um estudo avaliativo exploratório e implementação-piloto de um programa de intervenção*. Tese de Doutorado. Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

#### **Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito**

Simone Correia Ribeiro – 50%

João Batista Santiago Ramos – 50%