

**IMPACTOS DA REDE DE APOIO SOCIAL NA PROMOÇÃO DA SAÚDE E
QUALIDADE DE VIDA DA PESSOA IDOSA**
**IMPACTS OF SOCIAL SUPPORT NETWORK ON PROMOTING HEALTH AND
QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY**

¹ Clenilton Martins Faria

² Mariana Medeiros Mota Tassarolo

³ Cátia Maria Dantas

⁴ Sonia Maria do Nascimento

⁵ Maciane Goulart Camêlo Sampaio

⁶ Laura Araújo Ribeiro

¹ Mestre em Psicogerontologia pelo Instituto Educatie de Ensino e Pesquisa (EDUCATIE). Especialista em Psicologia Social pela Universidade Santo Amaro (UNISA). Especialista em Psicologia da Saúde pela Faculdade Cidade Verde (FCV). Graduado em Psicologia pela Universidade Vale do Rio Doce (UNIVALE). Graduado em Pedagogia pela Faculdade IBRA de Brasília (FABRAS). E-mail: cleniltonfaria@hotmail.com.

² Mestre em Psicogerontologia pelo Instituto Educatie de Ensino e Pesquisa (Educatie). Graduada em Enfermagem pelo Centro Universitário do Espírito Santo (UNESC). Graduada em Psicologia pela Faculdade Anhanguera Linhares. Especialista em Gerontologia pelo Instituto de Ensino e Pesquisa Albert Einstein/SP. Especialista em Gestão Geriátrica e Gerontológica pela PUC/RJ. MBA em Gestão em Enfermagem pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). Especialista em Psicologia Clínica pela Faculdade Anhanguera. Especialista em Neuropsicologia pela Faculdade Anhanguera. Pós graduanda em Gerontologia e Empreendedorismo pelo Hospital Sírio Libanes/SP. E-mail: enfermeiriamarianamota@hotmail.com.

³ Mestre em Psicogerontologia pelo Instituto Educatie de Ensino e Pesquisa (EDUCATIE). Especialista em Saúde Mental pela Faculdade Unyleya (Unyleya). Graduada em Psicologia pela Universidade Nove de Julho (UNINOVE E-Mail. catiamariadantas9@gmail.com).

⁴ Mestre em Psicogerontologia pelo Instituto Educatie de Ensino e Pesquisa (EDUCATIE). Especialista em Atendimento de Emergência Pré Hospitalar Faculdades Guarulhos (FG). Graduada em Enfermagem pela Faculdades Guarulhos (FG). E-mail: sonianjardim@hotmail.com.

⁵ Especialista em Psicopedagogia Institucional, Clínica e Transtorno Global do Desenvolvimento (TGD) pela Faculdade Venda Nova do Imigrante. Especialista em Neuropsicologia pela Faculdade Anhanguera. Especialista em Psicologia Hospitalar pela Faculdade Anhanguera. Especialista em TCC (Terapia Cognitiva comportamental) pela Faculdade Iguazu. Especialista em Gestão do Trabalho Pedagógico: Supervisão, Orientação, Inspeção e Administração Escolar pela Faculdade Faveni. Especialista em Educação Especial e Inclusiva pela Faculdade Futura. Especialista em Tutoria em Educação a Distância e Docência do Ensino superior pela Faculdade Futura. Especialista em Ensino Religioso pela Faculdade FETREMIS. Graduada em Psicologia pela Faculdade Anhanguera. Graduada em Pedagogia pelo Instituto Superior Elvira Dayrell. Graduada em Letras Português/Inglês pelo Centro Universitário de Jales. Graduada em Teologia pela Faculdade Unida de Vitória. E-mail: macianepsico@gmail.com.

⁶ Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário de Espírito Santo (UNESC). E-mail: lpsico.24@gmail.com.

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo, analisar os impactos da rede de apoio social na promoção da qualidade de vida da pessoa idosa. A abordagem metodológica utilizada foi a revisão de literatura com base na leitura de artigos científicos ligados ao tema, disponíveis nas bases de dados do Google Acadêmico, Scielo, BVS Psi, PEPSIC, e Busca Integrada da USP. No que se refere ao recorte temporal, foram selecionadas publicações a partir de 2019 até 2024. Considerou-se este recorte, pois, buscou-se analisar os artigos mais recentes que pudessem abordar a temática em questão. Dentre os critérios de inclusão foram consideradas as publicações escritas em português, em contrapartida foi adotado como critério de exclusão, as publicações escritas em outros idiomas, ou sem a divulgação completa dos textos. Com base na realização deste estudo constatou-se que a rede de apoio social, seja ela formal ou informal contribui para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa ao passo que proporcionam suporte emocional ajudando os idosos a lidar com sentimentos de solidão, isolamento e depressão que frequentemente acompanham o envelhecimento; oferecem suporte prático no dia a dia, incluindo ajuda com tarefas domésticas, transporte para consultas médicas, auxílio financeiro quando necessário, entre outros serviços que facilitam a vida diária dos idosos e permitem que eles mantenham sua independência e autonomia pelo maior tempo possível; viabiliza o acesso da pessoa idosa aos serviços públicos, fornecendo informações claras e orientações sobre direitos, benefícios e recursos disponíveis para idosos; promovem a inclusão social e a participação comunitária dos idosos não apenas os mantendo ativos e engajados, mas também fortalecendo os laços com a comunidade proporcionando um senso de propósito e pertencimento.

Palavras-chave: Redes de apoio. Envelhecimento. Saúde. Qualidade de vida.

ABSTRACT

The present study aims to analyze the impacts of the social support network on promoting the quality of life of elderly individuals. The methodological approach used was a literature review based on the reading of scientific articles related to the topic, available in databases such as Google Scholar, Scielo, BVS Psi, PEPSIC, and USP Integrated Search. In terms of the temporal scope, publications from 2019 to 2024 were selected. This timeframe was chosen to focus on the most recent articles addressing the subject. Inclusion criteria considered publications written in Portuguese, while publications in other languages or without complete text disclosure were excluded. Based on this study, it was found that the social support network, whether formal or informal, contributes to promoting the health and quality of life of elderly individuals. It provides emotional support, helping them deal with feelings of loneliness, isolation, and depression often associated with aging. It offers practical support in daily life, including assistance with household tasks, transportation to medical appointments, financial aid when needed, and other services that facilitate daily life and enable them to maintain independence and autonomy for as long as possible. It enables elderly individuals to access public services by providing clear information and guidance on rights, benefits, and resources available to them. Moreover, it promotes social inclusion and community participation among the elderly,

not only keeping them active and engaged but also strengthening community bonds and providing a sense of purpose and belonging.

Keywords: Support networks. Aging. Health. Quality of life.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com Silveira (2021) o envelhecimento populacional emerge como um fenômeno global, acarretando mudanças significativas na pirâmide etária e exigindo reflexões sobre as implicações sociais, econômicas e de saúde pública. No centro desse debate, o presente estudo tem como objetivo analisar os impactos da rede de apoio social na promoção da qualidade de vida da pessoa idosa.

Estudos sobre rede de apoio social e qualidade de vida na velhice se configuram como ferramentas capazes de fomentar a compreensão das complexas relações que permeiam o envelhecimento, podendo contribuir para o conhecimento da sociedade de modo geral, e para o desenvolvimento de políticas públicas que incentivem a autonomia, a liberdade, e a independência desta parcela social, o que por sua vez, justifica a realização deste trabalho.

Dentro desta perspectiva, o problema a ser abordado no decorrer desta pesquisa será, quais os impactos da rede de apoio social na promoção da qualidade de vida da pessoa idosa?

A abordagem metodológica utilizada foi a revisão de literatura com base na leitura de artigos científicos ligados ao tema, disponíveis nas principais bases de dados, a saber: Google Acadêmico, Scielo, BVS Psi, PEPSIC, e Busca Integrada da USP. No que se refere ao recorte temporal, foram selecionadas publicações a partir de 2019 até 2024. Considerou-se este recorte, pois, buscou-se analisar os artigos mais recentes que pudessem abordar a temática em questão. Dentre os critérios de inclusão foram consideradas as publicações escritas em português, em contrapartida foi adotado como critério de exclusão, as publicações escritas em outros idiomas, ou sem a divulgação completa dos textos.

2 REVISÃO DE LITERATURA

No Brasil, o envelhecimento populacional é uma realidade crescente, representando um desafio significativo para o país nas próximas décadas, segundo dados do IBGE, a proporção de idosos na população brasileira está aumentando

significativamente, passando de 9,8% em 2010 para 14,3% em 2020. Esse crescimento é atribuído principalmente ao declínio na taxa de fecundidade e ao aumento na expectativa de vida. Essa transição demográfica coloca o Brasil diante de desafios complexos, como a necessidade de reformulação de políticas de seguridade social, adaptação do mercado de trabalho para inclusão de trabalhadores mais velhos, além do aumento da demanda por serviços de saúde e cuidados específicos para idosos (IBGE, 2013).

Diante desses desafios, diversas estratégias podem ser implementadas para fortalecer a rede de apoio social da pessoa idosa, como: incentivar a participação do idoso em atividades sociais, grupos da comunidade e programas de lazer, favorecendo a interação social e o combate ao isolamento; orientar familiares e cuidadores sobre como prover o melhor suporte ao idoso, promovendo seu bem-estar e qualidade de vida através de cuidados adequados e apoio emocional; ampliar e aprimorar serviços de saúde, assistência social e apoio psicológico direcionados à pessoa idosa, garantindo o acesso a serviços de qualidade que atendam às suas necessidades específicas; combater estereótipos negativos sobre o envelhecimento e valorizar a contribuição social da pessoa idosa, promovendo uma mudança de paradigma que reconheça o valor e o potencial dessa parcela da população, dentre outras ações (Mendonça; Vasconcelos; Lima, 2019).

Segundo Félix (2024) as redes de apoio social são fundamentais para o suporte emocional, prático e de saúde, podendo ser categorizadas em dois tipos principais: redes de apoio formal e redes de apoio informal. De acordo com autora, as redes de apoio formal incluem serviços organizados e institucionais, como agências governamentais, organizações sem fins lucrativos e profissionais de saúde. Estes oferecem assistência padronizada e profissional, como cuidados médicos, assistência domiciliar e programas sociais específicos. Por outro lado, as redes de apoio informal consistem em laços interpessoais menos estruturados, envolvendo familiares, amigos, vizinhos e membros da comunidade. Estes laços são baseados em relações pessoais, confiança mútua e apoio emocional, muitas vezes fornecendo ajuda prática no dia a dia, companhia e suporte emocional em momentos difíceis. Ambos os tipos de redes desempenham papéis complementares e são essenciais para promover o bem-estar e a resiliência em indivíduos e comunidades.

Em conformidade Mendonça; Vasconcelos; e Lima (2019), a Lei nº 10.763/2003, conhecida como Estatuto do Idoso, reconhece a importância da rede de

apoio social para a garantia dos direitos da pessoa idosa, onde políticas públicas e ações intersetoriais devem ser implementadas com o objetivo de fortalecer e ampliar as redes de apoio social, considerando as diversidades e particularidades de cada indivíduo e contexto social.

Nesta direção, Ogassavara et al. (2023) defendem que as redes de apoio social desempenham um papel fundamental na promoção da qualidade de vida e no bem-estar das pessoas idosas, pois oferecem uma série de contribuições significativas que são essenciais para o envelhecimento saudável e satisfatório. Em primeiro lugar, as redes de apoio social proporcionam suporte emocional, ajudando os idosos a lidar com sentimentos de solidão, isolamento e depressão que frequentemente acompanham o envelhecimento. A presença de familiares, amigos e membros da comunidade que se importam e estão disponíveis para ouvir e interagir é crucial para manter a saúde mental e emocional dos idosos (Ogassavara et al., 2023).

Além disso, as redes de apoio social oferecem suporte prático no dia a dia. Isso pode incluir ajuda com tarefas domésticas, transporte para consultas médicas, auxílio financeiro quando necessário, entre outros serviços que facilitam a vida diária dos idosos e permitem que eles mantenham sua independência e autonomia pelo maior tempo possível (Ogassavara et al., 2023).

Outro aspecto importante é o suporte informacional e educacional fornecido por essas redes. Os idosos muitas vezes enfrentam desafios em entender e acessar serviços públicos, cuidados de saúde e outras informações pertinentes. A rede de apoio social pode ajudar na navegação desses sistemas complexos, fornecendo informações claras e orientações sobre direitos, benefícios e recursos disponíveis para idosos. Por fim, os autores salientam que as redes de apoio social promovem a inclusão social e a participação comunitária dos idosos. Participar de grupos sociais, atividades recreativas, voluntariado e outros eventos locais não apenas mantém os idosos ativos e engajados, mas também fortalece os laços com a comunidade e proporciona um senso de propósito e pertencimento.

Seguindo esta mesma linha de raciocínio Silva et al. (2023) defende que as contribuições da rede de apoio social para pessoas idosas são multifacetadas e abrangem desde aspectos emocionais e práticos até educacionais e sociais, logo, investir no fortalecimento dessas redes é crucial para garantir que os idosos possam desfrutar de uma vida enriquecedora e digna, independentemente das dificuldades que possam enfrentar com o avançar da idade.

Mediante ao exposto, é possível constatar que a rede de apoio social, seja ela formal ou informal contribui para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa ao passo que proporcionam suporte emocional, ajudando os idosos a lidar com sentimentos de solidão, isolamento e depressão que frequentemente acompanham o envelhecimento; oferecem suporte prático no dia a dia, incluindo ajuda com tarefas domésticas, transporte para consultas médicas, auxílio financeiro quando necessário, entre outros serviços que facilitam a vida diária dos idosos e permitem que eles mantenham sua independência e autonomia pelo maior tempo possível; viabiliza o acesso da pessoa idosa aos serviços públicos, fornecendo informações claras e orientações sobre direitos, benefícios e recursos disponíveis para idosos; promovem a inclusão social e a participação comunitária dos idosos não apenas os mantendo ativos e engajados, mas também fortalecendo os laços com a comunidade proporcionando um senso de propósito e pertencimento, portanto conclui-se que as contribuições da rede de apoio social para população idosa são multifacetadas e abrangem desde aspectos emocionais e práticos até educacionais e sociais.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Retomando o objetivo proposto por este estudo que, consiste em analisar os impactos da rede de apoio social na promoção da qualidade de vida da pessoa idosa, foi possível observar, analisar, e compreender que a rede de apoio social, seja ela formal ou informal contribui para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa ao passo que proporcionam suporte emocional ajudando os idosos a lidar com sentimentos de solidão, isolamento e depressão que frequentemente acompanham o envelhecimento; oferecem suporte prático no dia a dia, incluindo ajuda com tarefas domésticas, transporte para consultas médicas, auxílio financeiro quando necessário, entre outros serviços que facilitam a vida diária dos idosos e permitem que eles mantenham sua independência e autonomia pelo maior tempo possível; viabiliza o acesso da pessoa idosa aos serviços públicos, fornecendo informações claras e orientações sobre direitos, benefícios e recursos disponíveis para idosos; promovem a inclusão social e a participação comunitária dos idosos não apenas os mantendo ativos e engajados, mas também fortalecendo os laços com a comunidade proporcionando um senso de propósito e pertencimento.

Portanto conclui-se que as contribuições da rede de apoio social para população idosa são multifacetadas e abrangem desde aspectos emocionais e

práticos até educacionais e sociais, o que por sua vez demonstra a importância de se investir e fortalecer estas redes de apoio a fim de enfrentarem sem grandes dificuldades possíveis desafios que possam surgir com o avanço da idade.

REFERÊNCIAS

DA SILVEIRA, Tatiana Santos. **O apoio social para a qualidade de vida da pessoa idosa**. 2021. Dissertação de Mestrado. Universidade do Porto (Portugal).

FÉLIX, Larissa Emmanuele de Santana. **Cuidador informal da pessoa idosa: construção de ferramenta assistencial para avaliação de literacia**. 2024. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Síntese de indicadores sociais 2013: uma análise das condições de vida da população brasileira**. Rio de Janeiro: IBGE, 2013. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 16 jul. 2024.

LOPES, R. G. da C.; KEVERN, P.; CÔRTE, B.; MORGADO, F.; BARROSO, Áurea E. S.; LUCENA, C. C. de; BRANDÃO, V. COVID-19 e a rede de apoio da Pastoral da Pessoa Idosa, Nacional. **Revista Kairós-Gerontologia**, [S. l.], v. 23, p. 219–240, 2020. DOI: 10.23925/2176-901X.2020v23i0p219-240. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/51357>. Acesso em: 15 jul. 2024.

Mendonça, A.K.L., Vasconcelos, B.K.G., & Lima, R.A.C. (2019) Entre Gerações: a importância das relações intergeracionais no trabalho social com idosos, no SESC Doca em Belém/PA. In: 30º ENAREL Encontro Nacional de Recreação e Lazer e IX Seminário de Estudos do Lazer. 2019.

OGASSAVARA, D.; SILVA-FERREIRA, T. da.; FERREIRA-COSTA, J.; BARTHOLOMEU, D.; TERTULIANO, I. W.; MONTIEL, J. M. Contextos geradores de aprendizagem e envelhecimento: benefícios para pessoas idosas. **Revista Triângulo**, Uberaba - MG, v. 16, n. 1, p. 299–314, 2023. DOI: 10.18554/rt.v16i1.6455. Disponível em: <https://seer.ufm.edu.br/revistaeletronica/index.php/revistatriangulo/article/view/6455>. Acesso em: 16 jul. 2024.

SILVA, Charles Vieira da et al. **NO CAMINHO DA SUA MORTE EU ESTAREI: compreendendo a rede de apoio de pessoas idosas em cuidados paliativos**. 2023.