



## Relação intergeracional entre idosos e jovens estudantes em tempo de pandemia da COVID-19

*Intergenerational relationship between elderly people and young students during the COVID-19 pandemic*

*Relación intergeneracional entre personas mayores y jóvenes estudiantes durante la pandemia de COVID-19*

Ana Ofélia Portela Lima  <https://orcid.org/0000-0001-6447-7121>

Antonia Karliany Magalhães Teixeira  <https://orcid.org/0000-0002-2405-5650>

Maria Liliany Valério Araujo  <https://orcid.org/0000-0003-0636-190X>

Cesario Rui Callou Filho  [https://orcid.org/0000-0002-0390-2830<sup>1</sup>](https://orcid.org/0000-0002-0390-2830)

Maria Salete Bessa Jorge  <https://orcid.org/0000-0001-6461-3015>

### Resumo

**Introdução:** Envelhecer é um processo natural e, nos últimos anos, a expectativa de vida da população tem aumentado. **Objetivo:** Compreender a influência da pandemia da COVID-19 no relacionamento entre idosos e jovens de um Centro Universitário. **Metodologia:** Pesquisa qualitativa desenvolvida em um Centro Universitário. Participaram oito alunas do curso de Enfermagem que conviveram com idosos no mesmo domicílio no período do isolamento social, com idade igual ou maior que 18 anos. A coleta de dados ocorreu em junho de 2021. Os dados foram analisados à luz da Análise de Conteúdo Temática.

**Resultados:** O período foi marcado por mudanças na convivência com idosos devido ao medo da contaminação, exigindo isolamento e novos hábitos. Apesar da ansiedade e solidão, houve fortalecimento dos vínculos familiares e valorização do tempo juntos. As estudantes adotaram estratégias como lazer, uso da tecnologia e paciência para lidar com as dificuldades. A convivência, embora desafiadora, trouxe aprendizados e maior proximidade emocional. O contexto gerou tanto desafios quanto oportunidades de crescimento e conexão. **Conclusão:** A pandemia trouxe à tona a necessidade de adaptação e resiliência, especialmente nas relações intergeracionais. Embora tenha representado um período de grandes desafios emocionais e psicológicos, também possibilitou o fortalecimento de vínculos familiares.

**Palavras-chave:** COVID-19. Envelhecimento. Idoso. Pandemia. Relação entre Gerações.

<sup>1</sup> Autor correspondente: [rufisio@gmail.com](mailto:rufisio@gmail.com) Faculdades Integradas do Ceará, UniFIC.

FisiSenectus. 2025;13(1)

 Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

## Abstract

**Introduction:** Aging is a natural process, and in recent years, the population's life expectancy has increased. **Objective:** To understand the influence of the COVID-19 pandemic on the relationship between elderly and young people at a University Center. **Methodology:** Qualitative research developed at a University Center. Eight nursing students who lived with elderly people in the same household during the period of social isolation, aged 18 or over, participated in the study. Data collection took place in June 2021. The data were analyzed using thematic content analysis. **Results:** The period was marked by changes in living with elderly people due to fear of contamination, requiring isolation and new habits. Despite anxiety and loneliness, family ties were strengthened and time together was valued. The students adopted strategies such as leisure, use of technology, and patience to deal with difficulties. Coexistence, although challenging, brought learning and greater emotional closeness. The context generated both challenges and opportunities for growth and connection. **Conclusion:** The pandemic has brought to light the need for adaptation and resilience, especially in intergenerational relationships. Although it has represented a period of great emotional and psychological challenges, it has also enabled the strengthening of family ties.

**Keywords:** Elderly. Aging. Intergenerational relationships. COVID-19. Pandemic.

## Resumen

**Introducción:** El envejecimiento es un proceso natural y en los últimos años la esperanza de vida de la población ha aumentado. **Objetivo:** Comprender la influencia de la pandemia de COVID-19 en la relación entre personas mayores y jóvenes en un Centro Universitario. **Metodología:** Investigación cualitativa desarrollada en un Centro Universitario. Participaron ocho estudiantes de enfermería que convivieron con personas mayores en el mismo hogar durante el período de aislamiento social, de 18 años o más. La recopilación de datos tuvo lugar en junio de 2021. Los datos se analizaron mediante análisis de contenido temático. **Resultados:** El período estuvo marcado por cambios en la convivencia con los ancianos por miedo al contagio, requiriendo aislamiento y nuevos hábitos. A pesar de la ansiedad y la soledad, hubo un fortalecimiento de los lazos familiares y una valoración del tiempo juntos. Los estudiantes adoptaron estrategias como el ocio, el uso de la tecnología y la paciencia para afrontar las dificultades. La convivencia, aunque desafiante, trajo consigo aprendizaje y mayor cercanía emocional. El contexto generó tanto desafíos como oportunidades de crecimiento y conexión. **Conclusión:** La pandemia ha puesto de relieve la necesidad de adaptación y resiliencia, especialmente en las relaciones intergeneracionales. Si bien representó un período de grandes desafíos emocionales y psicológicos, también permitió fortalecer los lazos familiares.

**Descriptores:** Ancianos. Envejecimiento. Relación entre generaciones. COVID-19. Pandemia.



## Introdução

Nas últimas décadas, o envelhecimento populacional tornou-se um fenômeno global, impondo novos desafios sociais, econômicos e culturais. Nesse contexto, o fortalecimento das relações intergeracionais tem sido apontado como uma estratégia relevante para promover o bem-estar de idosos e jovens, especialmente em situações de crise. A pandemia da COVID-19 evidenciou ainda mais essa necessidade, ao impor o convívio forçado no ambiente domiciliar e ao desafiar as dinâmicas familiares pré-estabelecidas. Estudos apontam que a interação entre diferentes gerações pode ser uma via de apoio mútuo, troca de experiências e desenvolvimento de empatia, sobretudo quando mediada por condições adversas como o isolamento social. Nesse sentido, compreender como esse cenário afetou as relações entre jovens e idosos torna-se essencial para pensar políticas públicas e práticas de cuidado mais humanizadas e integradoras.

Envelhecer é um processo natural e, nos últimos anos, a expectativa de vida da população tem aumentado. O envelhecimento traz transformações na vida do idoso, tais alterações afeta sua relação com os outros, tanto no ambiente familiar quanto social. Nesse contexto, surgem questões como a crise de identidade, a mudança de papéis, o impacto da aposentadoria e as diversas perdas, além da redução do convívio social. Problemas de saúde doenças crônicas não transmissíveis, transtornos mentais e cognitivos, síndromes geriátricas, fragilidade muscular e o uso excessivo de medicamentos. tornam-se mais frequentes, assim como a necessidade de políticas públicas adequadas e a formação de profissionais capacitados para atender as pessoas idosas<sup>1,2, T</sup>

O expressivo número de idosos no Brasil repercute em aspectos psicossociais, físicos e inclusive familiares, já que se observa, com frequência, o surgimento de famílias intergeracionais, ancoradas na corresidência, e marcada pela convivência entre idosos, filhos, genros, noras, netos e bisnetos, além do cônjuge, quando não vivenciam a viuvez<sup>3</sup>.

Logo, pode-se dizer que o aumento da população idosa no Brasil tem contribuído para o surgimento de arranjos familiares intergeracionais, marcados pela corresidência entre idosos, filhos, netos e outros membros. Essa convivência pode fortalecer os vínculos afetivos e promover apoio mútuo, mas também gera desafios como sobrecarga de cuidadores, conflitos geracionais, perda de privacidade e impactos na saúde mental. Tais dinâmicas exigem políticas públicas que valorizem o cuidado compartilhado e respeitem a autonomia da pessoa idosa

A intergeracionalidade refere-se à criação de vínculos entre pessoas de diferentes faixas etárias, permitindo a troca de experiências e promovendo a harmonização por meio da diversidade. Essa interação beneficia ambas as gerações, à medida que se reconhece a importância dessa troca mútua<sup>4</sup>. Para os idosos, essa interação contribui para o fortalecimento dos vínculos familiares, o sentimento de pertencimento e a preservação da autoestima, além de estimular a cognição e reduzir sentimentos de

solidão. Para os jovens, o contato com os mais velhos favorece o desenvolvimento da empatia, da responsabilidade e da valorização da história familiar e cultural.

Essa relação entre gerações foi evidenciada durante a pandemia da Covid-19, em que o mundo e o Brasil adotaram medidas de isolamento. As ações de proteção à pessoa idosa incluíram a estratificação etária, que apesar de positiva como organização dos serviços, reforçou os preconceitos da sociedade, com exposição dos idosos e supervalorização de características eminentemente negativas. Essas situações também afetaram as relações familiares, com conflitos, principalmente devido às medidas adotadas para impor o distanciamento social<sup>5</sup>

Então, essa pesquisa justifica-se pela importância de dialogar sobre as relações intergeracionais no contexto da corresidência familiar é essencial diante das transformações demográficas e sociais vivenciadas atualmente. Com o envelhecimento populacional e o aumento da expectativa de vida, torna-se urgente compreender as dinâmicas afetivas, sociais e de cuidado que permeiam a convivência entre diferentes gerações. Refletir sobre essa temática permite identificar tanto os desafios quanto as potencialidades desse convívio, contribuindo para a formulação de políticas públicas sensíveis à realidade das famílias brasileiras e para a formação de profissionais de saúde mais preparados para atuar com base em uma perspectiva integral, ética e humanizada. Neste sentido, o presente estudo tem como objetivo compreender a influência da pandemia da COVID-19 no relacionamento entre idosos e jovens estudantes de um Centro Universitário.

## Metodologia

Trata-se uma pesquisa com abordagem qualitativa, desenvolvida em um centro universitário privado localizado na cidade de Fortaleza, Ceará. As participantes do estudo foram n= 8 (oito alunas) do curso de graduação em Enfermagem, selecionadas aleatoriamente, regularmente matriculadas, porém era preciso que essas tivesse convívio com idosos no mesmo domicílio no período do isolamento social decretado pelo Governo do Estado do Ceará, com idade igual ou maior que 18 anos. Foram excluídas as acadêmicas afastadas das atividades curriculares no período da pesquisa.

A coleta de dados ocorreu no período de junho de 2021, por intermédio de um roteiro de entrevista semiestruturada. As entrevistas foram transcritas fidedignamente e analisadas a partir da Análise de Conteúdo Temática seguindo os postulados de Bardin<sup>6</sup>. Dessa forma, foi realizada leitura detalhada das entrevistas para que os temas de maior relevância pudessem ser destacados. Seguiram-se as etapas de pré-análise, exploração do material, codificação, categorização, inferência e interpretação dos dados. O fechamento amostral deu-se por saturação teórica e os resultados foram analisados à luz da literatura sobre a temática.

As entrevistadas foram identificadas de E1 a E8, a fim de preservar sua identidade e os dados sociodemográficos organizados e descritos, enquanto os elementos expostos sobre a questão norteadora, foram submetidos à avaliação em temáticas.

Foram seguidos os preceitos éticos da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e aprovada pelo Comitê de Ética com Parecer Consuntanciado nº 4.767.698.

## Resultados e Discussão

Foram entrevistadas oito alunas do curso de graduação em Enfermagem, sendo todas do gênero feminino.

Após a organização e tratamento dos dados, identificou-se para a análise quatro categorias: 1) Convivência entre o idoso e a estudante durante o isolamento social; 2) Sentimentos relacionados ao isolamento social; 3) Repercussões do isolamento social sobre as relações da estudante com o idoso; 4) Estratégias para facilitar a convivência com o idoso.

### **Convivência entre o idoso e a estudante durante o isolamento social**

Percebe-se nas falas das entrevistadas que foi um período complicado no tocante ao isolamento imposto pela necessidade de mudança de hábitos como: evitar contato físico, o beijo, cheiro do familiar em função do medo da contaminação, e em especial, a compreensão da doença se deu por medo de perder as pessoas próximas. Ocorreram muitas mudanças no estilo de vida, que implicaram em necessidades de se adaptar com a nova rotina de ficar em casa, mantendo a distância requerida para evitar a possível contaminação. Foram criados hábitos para facilitar a convivência, como expressos nas falas:

“Foi bem complicado mesmo... foi um momento que realmente exigiu manobras nas quais nunca imaginamos passar. Isolar, evitar o contato, o abraço, o beijo, o cheiro. Naquele momento, a gente não podia fazer isso e o medo maior ainda de contaminar o idoso, no caso minhas avós, e perdê-las né” (E1).

“Complicada, pois o medo de contaminar os idosos, que é uma população vulnerável, era constante. O stress demonstrado pelos idosos por conta do isolamento também foi uma peça fundamental” (E4).

“No início foi complicado, pois até meu pai compreender que não poderia fazer as atividades que costumava fazer fora de casa levou um tempo, e só veio essa compreensão com o aumento dos casos e perdas de

pessoas próximas, que o deixou depressivo e menos participativo na relação familiar” (E5).

“A convivência foi um pouco difícil, porque minha vó costumava sair direto e ter que ficar em casa, né, foi meio difícil pra ela, mas aos poucos ela foi se acostumando a ficar em casa” (E8).

Neste contexto, hábitos naturais como cumprimentar com aperto de mão, abraços e beijos no rosto precisaram ser negados, causando estranheza, pois estes representam o início e término das conversas do dia a dia e do convívio pessoal. Permanecer no domicílio sem receber visitas de amigos e parentes, o rompimento dos encontros casuais, a não mais participação do grupo religioso ao qual fez parte há muitos anos, também trazem desconfortos<sup>7</sup>

O isolamento social pode afetar profundamente a saúde do indivíduo, provocando mudanças nos hábitos e na rotina, além de agravar sentimentos de ansiedade, desamparo, tédio, solidão e tristeza. Essas alterações aumentam o risco de desenvolvimento de doenças e, por consequência, podem levar a pensamentos suicidas, reforçando a necessidade de socialização e convivência. A solidão e o isolamento estão diretamente relacionados ao agravamento de condições de saúde mental e física, destacando a importância de estratégias para promover a interação social como forma de prevenção<sup>8</sup>

No entanto, para algumas das estudantes entrevistadas, esse período foi marcado por uma convivência proveitosa, dinâmica, harmoniosa e tranquila com os idosos. A rotina acelerada anterior não permitia esse tipo de interação. Foi um momento de aproximação, no qual a família se tornou uma importante rede de apoio, como evidenciam os relatos:

“A minha convivência com os idosos (avô, mãe, marido) da minha família foi bastante proveitosa, porque eu pude perceber alguns pontos positivos em relação a mim com eles” (E2).

“A convivência com o idoso foi tranquila, foi dinâmica e harmoniosa” (E6).

“Nossa convivência foi super tranquila, já que trabalhamos juntas... ela (mãe) adora contar histórias para mim e para os meus filhos, sempre conversamos, somos muito amigas” (E3).

O distanciamento social evidencia a necessidade de reconfigurar comportamentos. A família e a sociedade podem se tornar um sistema de apoio ao idoso, sendo recomendável que o relacionamento seja pautado em respeito, transparência, informação, cooperação na definição de atividades diárias e suporte contínuo<sup>5,9</sup>

## Sentimentos relacionados ao isolamento social

A interrupção das atividades diárias impactou o comportamento e as emoções das estudantes. Novos hábitos foram adotados, como aprender a cozinhar, utilizar tecnologias e realizar jogos para aliviar sentimentos como medo, ansiedade e solidão. Essa ruptura na rotina também provocou momentos de aflição, frequentemente associados à percepção dos jovens sobre a vulnerabilidade dos idosos devido ao comprometimento de seu sistema imunológico. Esses aspectos são destacados nos depoimentos:

“O medo de sair e trazer alguma doença pra ela (mãe), não poder levá-la para os lugares nos quais íamos sempre” (E3).

“Quando foi decretada a pandemia e o caos que ela estava ocasionando, as perdas em famílias, foi um momento de bastante aflição. Medo tomou conta... e agora? O idoso que já tem o sistema imunológico comprometido. Eu olhava para TV e dizia assim, meu Deus e agora como vai ser?” (E1).

O envelhecimento torna os idosos mais suscetíveis às complicações respiratórias causadas pelo Coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave 2 (SARS-CoV-2). Isso se deve a fatores como a diminuição do número de macrófagos pulmonares, o que reduz a capacidade do organismo em combater infecções respiratórias; a perda de elasticidade nos tecidos, alvéolos e lobos pulmonares inferiores, além da redução do número de capilares, que resulta no acúmulo de secreções pulmonares e compromete as trocas gasosas. Além disso, as alterações musculoesqueléticas na caixa torácica tornam a estrutura torácica mais rígida, diminuindo a capacidade de respirar profundamente e de tossir, dificultando a remoção do excesso de secreções nas vias respiratórias<sup>10</sup>

A propagação descontrolada da Covid-19 gerou um temor global. Pesquisas indicam que, para idosos e pessoas com comorbidades, os riscos de mortalidade são mais elevados. O medo da contaminação pelo vírus, que pode ser transmitido por meio do contato social, trouxe consigo uma série de incertezas<sup>7</sup>

De acordo com as entrevistadas, a pandemia vem afetando a vida e o bem-estar da população mundial em diversos âmbitos, levando à população a ansiedade.

“Ela (Avó) queria muito sair, queria sair direto, queria sair... e querendo ou não cria um pouco de ansiedade” (E8).

O sentimento de perda da liberdade foi um dos principais estímulos para a manifestação de ansiedade e estresse, bem como, a incerteza de planos futuros, redução do convívio sociofamiliar, contribuindo para o aumento de sintomas psíquicos<sup>11</sup>, tais como angustia, ansiedade e medo.

O desespero e o pânico foram referidos por uma estudante diante da necessidade de internação hospitalar e a superlotação dos serviços de saúde e a obrigação de ser forte diante de tal situação, como mostra o relato:

“Uma coisa que aconteceu que bem no pico da pandemia... minha vó, teve um AVC. Foi um momento desesperador para mim e ali eu vi o quanto eu sou forte, então eu até me emocionei em falar (choro). Eu tinha que levar ela para o hospital o mais rápido possível, e eu pensava assim, meu Deus, eu vou levar ela pro hospital né, e perante a mídia esse hospital estava empestado (cheio), não comportando mais pessoas com covid... e eu tive que ser forte, não demonstrar que estava em pânico, quanto estava com medo de entrar com ela naquele hospital e não sair mais” (E1)

A superlotação dos sistemas de saúde tem sido uma realidade nos últimos tempos. Os serviços de saúde enfrentam uma mudança abrupta nas rotinas de trabalho dos profissionais, o que tem atraído a atenção das autoridades sanitárias, tanto no setor público quanto privado<sup>11,12</sup>.

### **Repercussões do isolamento social sobre as relações da estudante com o idoso**

As consequências do isolamento social prolongado sobre as relações da estudante com o idoso podem se manifestar de várias maneiras. Na visão das entrevistadas, os pontos negativos evidenciados foram o desgaste psicológico, o medo, a solidão, a ansiedade e o estresse. Além disso, a medida preventiva que exigiu ficar em casa e mesmo assim se distanciar dos familiares pode refletir em diferentes aspectos na saúde mental dos idosos, como mostram as falas:

“O que a pandemia ocasionou em nível psicológico, gerou muita ansiedade, muito medo, e até hoje, a gente traz isso querendo ou não” (E1).

“Estar em isolamento social causou um desgaste psicológico que nunca tínhamos vivido” (E5).

“Pontos negativos... o estresse, os meus avós se sentiam muito estressados, pois não podiam sair, e como eles são dependentes, ficava difícil até para nós, parentes ajudá-los, era sempre com receio de contaminar” (E4).

“O ponto negativo foi a distância de alguns familiares, como os netos que não podiam ter mais o mesmo contato diário. Isso foi um pouco difícil” (E6).

O distanciamento social, embora eficiente para evitar novas contaminações, pode acarretar prejuízos à saúde mental. Sentimentos de solidão e abandono se fazem presentes entre essas pessoa que passam mais tempo sozinhas, resultando em risco para a saúde física e mental. Em muitos casos, a depressão pode se agravar e haver aumento do declínio cognitivo<sup>13</sup>

Segundo Soares et al<sup>14</sup>, muitos idosos, seja vivendo sozinhos, com familiares ou em instituições de longa permanência, foram surpreendidos pela impossibilidade de receber visitas de parentes e amigos. Alguns ainda enfrentaram o afastamento de seus cuidadores como medida para reduzir o risco de contágio.

No entanto, alguns pontos foram considerados positivos pelas entrevistadas, como: a construção do vínculo afetivo, dar mais valor a possibilidade de estar junto, ter maior intimidade com o familiar, poder conversar a qualquer tempo e passar mais tempo juntos, como expressão de cuidado e de amor.

“Pontos positivos que eu vi nesse isolamento social foi a questão do vínculo afetivo, prova de amor né, porque realmente foi. Você se isolar e evitar o contato com os idosos foi a prova de amor. Dar mais valor, ter mais afeto, amor, porque as coisas elas passam, as pessoas elas vão embora” (E1).

“Conseguimos desenvolver um vínculo afetivo, e uma intimidade maior” (E4).

“O vínculo familiar que se tornou bem mais forte, o cuidado, o medo de perder um ente querido” (E6).

“O tempo juntos, momentos das refeições e conversas sobre vivências” (E5).

“Aumentou as conversas, a confiança em resolver tudo no lugar dela” (E3).

“E no meu ponto de vista o ponto positivo foi que ficamos mais próximas, não só eu e ela, nós todos aqui em casa. Tivemos mais tempo pra conversar, ela aprendeu as tecnologias” (E8).

A família constitui o primeiro núcleo de socialização dos indivíduos, sendo o espaço onde se estabelecem os vínculos afetivos fundamentais. As relações familiares exercem forte influência sobre as características emocionais e comportamentais do idoso. Em contextos marcados pela desarmonia

pela ausência de respeito, esses vínculos tendem a ser fonte de frustração, podendo contribuir para o desenvolvimento de comportamentos depressivos e agressivos. Em contrapartida, relações familiares baseadas no afeto, no cuidado e no respeito favorecem o bem-estar e a qualidade de vida da pessoa idosa<sup>15</sup>

É emergente definir e defender que o distanciamento social não caracteriza abandono, portanto, cada família em conjunto com o idoso precisa refletir e discutir as estratégias importantes para seu contexto. Durante a pandemia da COVID-19, o afastamento físico refletiu também como ato de amor, carinho e consideração, além de ser estratégia de proteção<sup>5</sup>

### **Estratégias para facilitar a convivência com o idoso**

As estudantes perceberam o momento da pandemia de diferentes formas, principalmente, por esse ser um período de grandes mudanças, limitações, adaptações e preocupações. Com isso, utilizaram alternativas como higienização das mãos com álcool, uso de máscaras e distanciamento corporal para seguir da maneira mais saudável possível.

“Se fosse chegar perto, ter que pegar, era lavando as mãos e passando álcool e elas (avó), com máscara direto, e a gente evitava” (E1).

“Fisicamente ficamos longe, não podia tocar, não podia beijar, rir de longe né, tínhamos que ter mais cuidado por ser um público de risco” (E7).

Para proteger a sociedade dos riscos de contaminação, alguns hábitos foram sendo questionados, uma vez que o modo de disseminação do vírus exige maiores cuidados em práticas que antes não eram observadas, como higienizar as mãos com álcool gel 70%, lavar as mãos frequentemente, limpar o solado dos calçados com água sanitária diluída em água, trocar de roupa quando frequentar ambientes com aglomeração de pessoas, usar máscara, entre outros. Novos cuidados foram apreendidos para evitar o contágio<sup>7</sup>

As participantes deste estudo também destacaram a paciência como uma habilidade essencial para facilitar a convivência entre a estudante e o idoso.

“Tive que ter mais paciência e mais tempo pra ela (mãe)” (E3).

Paciência é um estado de espírito, um dever-ser, condição do temperamento emocional que cunha os acontecimentos que extrapolam a vontade racional do indivíduo. É característica aprendida e utilizada para a manutenção e controle da diáde, mente e corpo. Esse importante exercício mental proporciona o equilíbrio e a homeostasia das emoções para dar à estrutura psicoemocional forças para transformar a vida, vencer obstáculos e impedir o medo. Essa condição permite a (res)significação de atitudes<sup>16</sup>

Com o fechamento dos estabelecimentos comerciais, houve a necessidade de se reinventar e buscar novos conhecimentos, e desenvolver habilidades como a culinária citada na fala:

“A gente (avó, mãe, marido) gostava muito de sair, almoçar fora, jantar fora, e aí como estava tudo fechado, a gente ficava mais em casa, eu tive que aprender a fazer alguns tipos de comida, tive que aprender a fazer comida coisa que eu não sabia fazer” (E2).

Devido à necessidade de reduzir o contato pessoal, muitos estabelecimentos comerciais foram fechados de forma abrupta. A pandemia da Covid-19 alterou profundamente a rotina, e o isolamento social trouxe diversos desafios para as famílias, incluindo a necessidade de preparar suas próprias refeições em casa. Para alguns, cozinhar pode ser uma estratégia eficaz para aliviar sentimentos como estresse e ansiedade, que se tornaram comuns nesse período<sup>17</sup>

A pandemia tem imposto uma série de restrições e novas configurações sociais, principalmente para os idosos. Todavia, os familiares têm papel fundamental nas ações de apoio que visam diminuir os impactos aos idosos<sup>18</sup>

Na visão das entrevistadas, diversas ações de lazer foram buscadas como estratégias de enfrentamento dessa nova forma de convivência com o idoso, como: ampliar a capacidade de dialogar, fazer palavras cruzadas, jogos, desenhos, pinturas e artesanatos. Além de ouvir canções juntos, assistir filmes e vídeos como formas de interagir com o familiar.

“Diálogo, sempre procurava conversar, desenvolver ações que pudessem distraí-los. Meu avô gosta de cantar, eu peguei uma caixa de som e ele cantava em karaokê, já minha avó palavras cruzadas” (E4).

“Graças a Deus temos o privilégio de possuir uma casa com um quintal onde colocamos redes, ouvimos músicas e assistimos filmes” (E5).

“E pra facilitar a convivência a gente ficava na varanda a noite conversando, ficava vendo vídeo no YouTube do padre que ela (avó) gosta, que ela é muito católica, e isso ia facilitando” (E8).

“Utilizava jogos, desenhos, pinturas... eles gostavam muito de pintar. Artesanato que era o crochê, a interatividade, assistir programas culinários, bordados” (E6).

“A gente assistiu bastante filmes, seriados, conversamos bastante, fizemos teatro, trocamos ideias sobre o passado, conversei com minha avó sobre o passado dela, como ela era no tempo que era jovem eu amei, eu não tenho nada do reclamar” (E2).

Durante a pandemia, diversas atividades de lazer foram reinventadas, com um aumento

FisiSenectus. 2025;13(1)



Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

significativo no uso de plataformas digitais, como YouTube, Netflix, Globoplay, redes sociais, canais de notícias e televisão. Além disso, surgiram programas para promover encontros online e reuniões. O isolamento social alterou e adaptou muitas formas de lazer, restringindo as opções das pessoas ao ambiente doméstico e tornando mais evidentes algumas barreiras socioculturais<sup>19</sup>

No entendimento das entrevistadas, por meio do smartphone e do tablet foi possível encontrar diversas oportunidades que causaram impactos positivos nos idosos, pois a partir deles o isolamento pode se tornar menos agressivo. Esse contexto favoreceu novos aprendizados, em especial relacionados ao uso de tecnologias digitais e redes sociais, como mostram os relatos:

“Eu estava achando eles (avó, marido, mãe) muito tristes, então comprei um celular pra cada (risos), ensinei alguns tipos de jogos, comprei um tablet, instalei o whatsapp, eles conversavam pelo whatsapp. Muitas pessoas condenam a internet, essas coisas de tecnologias foi uma das melhores coisas que inventaram. As vezes as pessoas estava se sentindo só, sem ninguém pra conversar, então eles jogam, fazem música, ver vídeo do youtube, do tiktok” (E2).

“Ensinei ela (avó) a usar o whatsapp, ensinei a ela as tecnologias” (E8).

Os recursos tecnológicos pelo uso da Internet foram uma das alternativas encontradas para enfrentar essa fase em que muitos se encontravam distantes de tudo e necessitavam resolver situações da vida diária, entre elas, as de relacionamentos e convivência social<sup>7</sup>. Esse dado evidencia como os recursos tecnológicos, antes muitas vezes subutilizados por pessoas idosas, passaram a ocupar um papel central na manutenção dos vínculos sociais e no enfrentamento da solidão durante o período de isolamento. A mediação digital tornou-se uma ferramenta de inclusão, aprendizado e aproximação intergeracional, demonstrando a capacidade de adaptação das famílias diante de novos desafios.

A videochamada por WhatsApp aproximou gerações e estimulou familiares acompanharem como o idoso está lidando com o distanciamento social, como está sua condição de saúde. Além de permitir a aproximação com entes queridos e diminuir a possível ansiedade e solidão, decorrentes da falta de contato pessoal<sup>20</sup>

Mesmo os idosos apresentando uma menor familiaridade com a tecnologia, essa permite minimizar as limitações, como por exemplo chamadas por vídeo ou pedido de comida e remédios via aplicativos, além de atuar diretamente na saúde, como subsídio para promoção do bem-estar e da qualidade de vida, pois ajudam, por exemplo, a reduzir a depressão e até mesmo a sensação de solidão, pois o meio virtual permite um maior contato dos idosos com os familiares e amigos<sup>18</sup>



## Conclusão

Pode-se ao final, compreender que a influência da pandemia da COVID-19 no relacionamento entre idosos e jovens de um Centro Universitário foi evidenciada tanto os desafios quanto os benefícios que surgiram durante o período de convivência entre essas gerações, intensificados pelo isolamento social.

A convivência foi marcada por mudanças de hábitos e adaptação à nova rotina imposta pela pandemia. Enquanto alguns relataram o desconforto e as dificuldades associadas ao distanciamento social, ao medo da contaminação e às limitações no contato físico, houve também momentos de maior aproximação e vínculo afetivo entre as gerações.

A interação com os idosos foi, para algumas das estudantes, uma oportunidade de fortalecer os laços familiares, desenvolver maior intimidade e compartilhar momentos de cuidado e carinho. A preocupação com a vulnerabilidade dos idosos também foi um ponto destacado, gerando sentimentos de ansiedade, medo e estresse.

Por outro lado, as estratégias para facilitar a convivência, como a adaptação ao uso de tecnologias, jogos, culinária e outras atividades de lazer, se mostraram essenciais para mitigar os impactos negativos do isolamento e garantir que o período fosse vivido de forma mais saudável. O uso das tecnologias, em especial, se revelou um recurso importante para combater a solidão e aproximar os membros da família, proporcionando novas formas de interação e aprendizado.

Assim, a pandemia da COVID-19 trouxe à tona a necessidade de adaptação e resiliência, especialmente nas relações intergeracionais. Embora tenha representado um período de grandes desafios emocionais e psicológicos, também possibilitou o fortalecimento de vínculos familiares, proporcionando momentos de cuidado mútuo e crescimento afetivo entre idosos e jovens.

O estudo reflete a importância de estratégias de enfrentamento que, apesar das dificuldades, promoveram o bem-estar e a construção de novos hábitos de convivência no contexto de uma crise sanitária global.

## Contribuições dos autores

AOPL, AKMT, MLVA, CRCF, trabalharam na coleta dos dados, escrita dos resultados e redação final do estudo.

AOPL trabalhou na concepção do estudo, análise dos dados, escrita dos resultados e redação final do estudo.

Recebido em 20/04/2025  
Aprovado em 17/08/2025

## Referências

1. World Health Organization. Social isolation and loneliness among older people: advocacy brief [Internet]. Genebra: WHO; 2021 [acesso em 03 fev 2025]. Disponível em: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/343206/9789240030749-eng.pdf?sequence=1>
2. Colussi EL, Kuyawa A, Marchi ACBD, Pichler NA. Perceptions of the elderly on aging and violence in intrafamily relationships. Rev bras geriatr gerontol. 2019;22(4):e190034. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.190034>
3. Aguiar ACSA, Menezes TMO, Climene LC. Arranjos familiares com pessoas idosas: fatores contributivos. av.enferm. 2018;36(3):292-301. Disponível em: <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v36n3.68425>.
4. Castro APR, Pinto AGA, Guimarães JMX, Torres GMC, Morais APP. Intergeracionalidade e promoção da saúde: reflexões e desafios na atenção à pessoa idosa. Rev bras geriatr gerontol. 2024;27:e230093. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562024027.230093.pt>
5. Hammerschmidt KS de A, Santana RF. Saúde do idoso em tempos de pandemia COVID-19. Cogitare Enferm. 2020;25. Disponível em: <https://doi.org/10.5380/ce.v25i0.72849>
6. Bardin L. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2020.
7. Velho, F.D. & Herédia, V. (2020) O idoso em quarentena e o impacto da tecnologia em sua vida. Rosa dos Ventos Turismo e Hospitalidade,12(3–Especial Covid-19), 1-14
8. World Health Organization. WHO launches commission to foster social connection [Internet]. 15 nov. 2023 [acesso em 03 fev. 2025]. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/15-11-2023-who-launches-commission-to-foster-social-connection>
9. Oliveira MCGM, Salmazo-Silva H, Gomes L, Moraes CF, Alves VP. Elderly individuals in multigenerational households: Family composition, satisfaction with life and social involvement. Estud psicol (Campinas). 2020;37:e180081. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e180081>
10. Silva IM, Schmidt B, Lordello SR, Noal DS, Crepaldi MA, Wagner A. As relações familiares diante da COVID-19: recursos, riscos e implicações para a prática da terapia de casal e família. Pensando fam, 2020;24(1):12-28. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2020000100003&lng=pt&tlang=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2020000100003&lng=pt&tlang=pt)
11. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, G Neil, Rubin GJ. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. Lancet. 2020;395(10227):912-920. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
12. IPEA. Página inicial. Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. Disponível em: <https://www.ipea.gov.br/portal/>. Acesso em: 12 jan. 2022.

13. Andrade LM, Portella MR. Uso da tecnologia da informação na promoção da saúde mental das pessoas idosas em tempos de pandemia. Congresso Internacional em Saúde. 2021. Ijuí: Unijuí: 2021, p. 1-2.
14. Soares SM, Tavares DMS, Guimarães EMP, Couto AM, Araújo JMS. Tecnologias digitais no apoio ao cuidado aos idosos em tempos da pandemia da COVID-19 [Internet]. In: Associação Brasileira de Enfermagem. Enfermagem gerontológica no cuidado do idoso em tempos da COVID-19 - 3. Brasília, DF: Editora ABEn, 2021 [acesso em 03 fev. 2025]. p. 28-33. Disponível em: <https://doi.org/10.51234/aben.20.e02.c04>
15. Lopes VM, Scofield AMTS, Alcântara RKL, Fernandes BKC, Leite SFP, Borges CL. What taken the elderly people to institutionalization? Rev enferm ufpe on line. 2018;12(9):2428-2463. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i9a234624p2428-2435-2018>
16. ARGOLO JUNIOR, C. “Mesmo quando tudo pede um pouco mais de calma, a vida não para”: O exercício da paciência como resiliência em tempos de pandemia de covid-19. Revista Jurídica UNIGRAN. 2020;22(44):17-20. Disponível em: <https://www.unigran.br/dourados/revistas/juridica?trabalho=1115>
17. Uggioni PL, Elpo CMF, Geraldo APG, Fernandes AC, Mazzonetto AC, Bernardo GL. Cooking skills during the Covid-19 pandemic. Rev Nutr. 2020;33:e200172. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1678-9865202033e200172>
18. Costa DES, Rodrigues SA, Alves RCL, Silva MRF, Bezerra ADC, Santos DC. A influência das tecnologias na saúde mental dos idosos em tempos de pandemia: uma revisão integrativa. Res., Soc. Dev. 2021;10(2) e8210212198. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i1.XX>
19. Clemente ACF, Stoppa EA. Lazer Doméstico em Tempos de Pandemia da Covid-19. Licere. 2020;23(3):460-84. Disponível em: <https://doi.org/10.35699/2447-6218.2020.25524>
20. Pelicioni PHS, Lord SR. COVID-19 will severely impact older people's lives, and in many more ways than you think! Braz J Phys Ther. 2020;24(4):293-294. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.bjpt.2020.04.005>