



Publicado em 22/04/2026 - 09:56

Solidão eleva risco clínico e reduz a sobrevida de idosos com câncer

Consenso internacional aponta o isolamento social como preditor independente de mortalidade durante o tratamento oncológico

Ana Andrade, da Agência Einstein

Há cada vez mais evidências de que a solidão pode ser um fator de risco relevante para pacientes com câncer, principalmente pessoas idosas.

Um consenso internacional, publicado recentemente na revista científica *The Lancet Healthy Longevity*, estabeleceu que o isolamento social impacta diretamente a sobrevida, a intensidade de sintomas e a adesão desse grupo ao tratamento oncológico.

O artigo, que reuniu 40 especialistas de 14 países, define a solidão como uma experiência subjetiva e negativa, decorrente da discrepância entre as relações sociais desejadas e as efetivamente existentes. No contexto da oncologia geriátrica, essa lacuna pode ser fatal. Segundo o texto, a solidão atua como um preditor independente de mortalidade, influenciando mecanismos biológicos como a inflamação sistêmica e o comprometimento da resposta imunológica associado ao estresse crônico.

Na prática do consultório, o isolamento cria uma barreira invisível, mas persistente, capaz de comprometer o desfecho do tratamento. “Uma vez que o paciente começa a diminuir a adesão e perde a motivação por conta de um sentimento de solidão, isso pode afetar significativamente o modo como ele vê sua relação com a doença e os objetivos do tratamento”, analisa a oncologista Patrícia Taranto, do Einstein Hospital Israelita.

Como consequência, muitos entram em um ciclo de negligência. “Ele talvez não entenda que o tratamento pode levá-lo a uma melhora de qualidade de vida porque

não tem motivação, nem muitas vezes logística ou força física para seguir com consultas frequentes, realização e coletas de exames”, relata Taranto. Ao interromper o acompanhamento adequado, pode haver piora na qualidade de vida e aumento do risco de morte.

Solidão e depressão

Embora frequentemente confundidas, a solidão e a depressão são condições distintas. A solidão é uma experiência emocional relacionada à percepção de insuficiência nas relações sociais, ao passo que a depressão envolve sintomas persistentes e abrangentes, como baixa autoestima e anedonia (perda de prazer).

“Em pessoas idosas, a solidão está frequentemente ligada à perda de relações sociais resultante de condições e eventos adversos da vida, tais como morte de cônjuge, parentes e amigos e problemas de saúde física e mental que limitam sua mobilidade ou funcionalidade”, aponta o psiquiatra e psicogeriatra Marcus Kiiti Borges, membro do departamento de Psicogeriatria da ABP (Associação Brasileira de Psiquiatria). “Além disso, a aposentadoria pode causar sensação de inutilidade, sentimento de vazio e perda de propósito na vida.”

O isolamento prolongado desregula o eixo neuroimunoendócrino, aumentando os níveis de cortisol e potencializando processos inflamatórios, como o aumento de interleucinas, proteínas essenciais para o sistema imunológico. Esse mecanismo é especialmente crítico em pacientes oncológicos, cuja imunidade já se encontra fragilizada.

O consenso indica que o impacto da solidão é ainda mais severo em indivíduos expostos a vulnerabilidades simultâneas, como pobreza e residência em áreas rurais. A distância física dos centros de referência, somada ao declínio funcional inerente à idade, agrava as barreiras de acesso ao tratamento.

Um novo olhar para o cuidado

Para reverter esse cenário, os autores do artigo defendem a implementação de uma abordagem multidisciplinar que inclua profissionais de diferentes especialidades, como oncologistas, geriatras, psicólogos e assistentes sociais.

Entre as estratégias práticas para combater o isolamento, destacam-se grupos de apoio presenciais, que favorecem a troca de experiências e reduzem a sensação

de isolamento; atividade física, especialmente em equipe, por associar benefícios fisiológicos, como fortalecimento muscular e liberação de endorfinas, com engajamento social; e visitas domiciliares, essenciais para pacientes com mobilidade reduzida.

“O contato humano pode propiciar mais empatia e cuidado, e tudo isso auxilia uma possível melhora na saúde mental do paciente. Dessa forma, ele se sente mais amparado e pode ter maior adesão e motivação no seguimento do tratamento e no cuidado ao longo da jornada oncológica”, conclui a oncologista do Einstein.

<https://www.cnnbrasil.com.br/saude/solidao-eleva-risco-clinico-e-reduz-a-sobrevida-de-idosos-com-cancer/>

Veículo: Online -> Portal -> Portal CNN Brasil