

Perspectivas Psicossociais da "Síndrome do Ninho Vazio": Uma Revisão Integrativa

Psychosocial Perspectives of the "Empty Nest Syndrome": An Integrative Review
Perspectivas Psicosociales del "Síndrome del Nido Vacío": Una Revisión Integradora

Arthur Gimenez **FONSECA**

Medicina - Bacharelado - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Campus Três Lagoas, 79613-000 Três Lagoas - MS, Brasil
<https://orcid.org/0000-0003-0085-5650>

André Gustavo de Lima **GODAS**

Medicina - Bacharelado - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Campus Três Lagoas, 79613-000 Três Lagoas - MS, Brasil
<https://orcid.org/0000-0003-2574-9336>

Giovanna Bruna de Almeida **CARVALHO**

Medicina - Bacharelado - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Campus Três Lagoas, 79613-000 Três Lagoas - MS, Brasil
<https://orcid.org/0000-0003-2204-9801>

João Victor Camargo **CALDEIRA**

Medicina - Bacharelado - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Campus Três Lagoas, 79613-000 Três Lagoas - MS, Brasil
<https://orcid.org/0000-0002-4338-5735>

Mateus Teixeira **CANDIDO**

Medicina - Bacharelado - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Campus Três Lagoas, 79613-000 Três Lagoas - MS, Brasil
<https://orcid.org/0000-0003-3369-3336>

Adailson Silva **MOREIRA**

Professor Adjunto, Medicina - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Campus Três Lagoas, 79613-000 Três Lagoas - MS, Brasil
<https://orcid.org/0000-0002-2680-8919>

Resumo

Introdução: A síndrome do ninho vazio (SNV) é acompanhada da solidão e depressão dos pais em resposta à partida de seus filhos de casa. Objetivo: Buscar, na literatura, informações existentes até o momento sobre a *síndrome do ninho vazio*, bem como fazer crítica reflexão sobre elas, relacionando-as ao atualizado conhecimento de fisiopatologia e psicologia para melhor compreender as manifestações desse estágio da vida familiar e, assim, constituir-se numa clara exposição a respeito do tema. Método: Através de uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL), realizou-se uma pesquisa nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica (MedLine), no segundo semestre de 2021. Devido à carência de estudos, foi utilizado apenas um descritor: *empty nest syndrome*. Foram incluídos apenas artigos completos e publicados nos idiomas português, inglês e espanhol, dos anos de 2005 a 2021. Foram excluídos teses, dissertações, monografias, artigos em duplicata e artigos que não tratavam do objeto de estudo proposto. Resultado: Selecionou-se um total de quatorze artigos, divididos e analisados de acordo com três assuntos proposto para este estudo. Conclusão: Fica clara a relação causal entre sinais e sintomas psiquiátricos e a SNV, de maneira que o enfrentamento positivo ou negativo da fase pós-parental pode acarretar em agravos psicopatológicos, bem como ser positivo para a vida familiar. O estilo de vida e o local em que a família assiste influenciam intensamente na maneira pela qual atravessa tal período. Fatores como gênero, condição socioeconômica e hierarquia de trabalho também são capazes de modificar a resposta da família e de seus indivíduos à SNV.

Descritores: Solidão; Relações Familiares; Relações Pais-Filho.

Abstract

Introduction: The empty nest syndrome is followed by the loneliness and depression of parents as their children leave their home. Objective: To search, based on scientific literature, informations about the empty nest syndrome, as well as making a critic reflection about them, relating them to the current knowledge on physiopathology and psychology for a better understanding of this family's stage manifestations and therefore, a precise report of the syndrome. Methods: Through an Integrative Literature Review (RIL), a search was conducted on the Latin American and Caribbean Health Sciences (LILACS) and Online Medical Literature Search and Analysis (MedLine) databases. Only one descriptor was used: "empty nest syndrome". Only complete articles published in Portuguese, English and Spanish from 2005 to 2021 were included. Theses, dissertations, monographs, duplicate articles and articles which did not address the proposed study object were excluded. Result: A total of ten articles were selected, divided and analyzed according to three subjects proposed to this study. Conclusion: It is evident that the psychiatric symptoms are related to the empty nest syndrome, so that coping with the phase after becoming parents, positively or negatively, can end up on psychopathological aggravations, as well as it can be positive to the family. The lifestyle and the place where the family lives intensely influence on the way the family goes through this period. Factors as genre, socioeconomic condition and work hierarchy are also capable of changing the family's answer to the empty nest syndrome.

Descriptors: Loneliness; Family Relations; Parent-Child Relations.

Resumen

Introducción: el síndrome del nido vacío (SNV) es acompañada de soledad y depresión por parte de los padres en respuesta a la salida de los niños de casa. Objetivo: procurar, en la literatura científica, informaciones existentes hasta ahora sobre el síndrome del nido vacío, así como también hacerlas crítica reflexiva, relacionándolas al conocimiento actualizado de fisiopatología e psicología para mejor comprender las manifestaciones de este estadio de la vida familiar y, de este modo, construirse una clara exposición acerca del tema. Metodología: A través de una Revisión Integradora de la Literatura (RIL), se realizó una búsqueda en las bases de datos Literatura Latinoamérica y del Caribe en Ciencias de la Salud (LILACS) y Sistemas En Línea de Investigación y Análisis de Literatura Médica (MedLine), en el segundo semestre de 2021. Debido a la escasez de artículos, ha sido utilizado apenas uno descriptor: *empty nest syndrome*. Fueron incluídos solamente artículos completos y publicados en los idiomas portugués, inglés y español (castellano), desde 2005 hasta 2021. Fueron excluídos tesis, disertaciones, monografías, artículos duplicados, y artículos que no se abordaban del objeto de estudio propuesto. Resultado: han sido seleccionados un total de catorce artículos, divididos y analizados de acuerdo con tres temas propuestos a este estudio. Conclusión: Se queda clara la relación de causa entre señales y síntomas psiquiátricos y el SNV, puesto que el enfrentamiento positivo o negativo de la etapa posparental puede acarrear empeoramientos psicopatológicos, como también pueda ser positiva a la vida familiar. El estilo de vida y local en que la familia assiste influyen intensamente en la manera por los cuales traspasa tal período. Factores como género, condición socioeconómica y jerarquía de trabajo también son capaces de cambiar la respuesta de la familia y sus individuos a la SNV.

Descriptores: Solitud; Relaciones Familiares; Relaciones Padres-Hijos.

INTRODUÇÃO

Conforme evoluíram até tornarem-se *Homo sapiens*, os primeiros hominídeos desenvolveram características fisiológicas cada

vez mais semelhantes às do ser humano moderno, isso inclui tamanho de cérebro e crânio, proporcionalidade entre os membros e

regiões encefálicas capazes de processar informações e emitir comandos cada vez mais complexos¹.

Tal processo demorou milhões de anos para se completar e permanece ocorrendo; entretanto, há um descompasso nítido entre a evolução biológica, processo do qual se originou a incrível máquina orgânica que é o corpo humano, e a evolução das relações sociais, que ocorre em permanente aceleração², de forma que o organismo humano acaba não sendo capaz de se adaptar a todas as situações que o convívio social lhe apresenta, entre elas, as mudanças no modo como a família se desenvolve: na gênese do homem tal como é hoje, as relações familiares eram marcadas por grande número de membros entre os quais responsabilidades e tarefas eram divididas de modo praticamente igualitário a depender do sexo; conforme civilização e escrita surgiram, as famílias passaram a ter caráter progressivamente nuclear, com centralização das tarefas relacionadas a educação e criação dos filhos e ao sustento comum.

Assim, as famílias passaram a se multiplicar e o papel de seus membros modificou-se, o que fez com que os indivíduos fossem impelidos a constituir suas famílias, e não apenas a permanecer na de origem, de maneira a surgir, portanto, a fase do *ninho vazio*. Essa fase é o sentimento vivenciado em famílias tradicionalmente nucleares ao ver o lar esvaziar-se dos filhos, isto é, aqueles a quem se destinava o cuidado, para qual o *ninho* foi constituído, partem deixando para trás o espaço em que cresceram e foram educados. Esse sentimento é natural e experimentado nas mais diversas espécies do reino animal³, não sendo exclusividade humana; tal fase pode acarretar sinais e sintomas patológicos, bem como seu atravessamento pode decorrer destes, o que caracteriza a *síndrome do ninho vazio* (SNV). Essa síndrome é relacionada ao sofrimento e solidão dos pais, sendo evidente sua relação com a diminuição do vínculo de dependência estabelecido entre pais e filhos, uma vez que, estes deixam o lar em busca de independência e aqueles se veem sem o papel de provimento do lar e cuidado dos filhos⁴. O objetivo deste trabalho foi realizar uma Revisão Integrativa de Literatura (RIL), buscando informações existentes até o momento sobre a SNV, bem como refletir sobre elas, relacionando-as ao atualizado conhecimento de fisiopatologia e psicologia para melhor compreender as manifestações desse estágio da vida familiar e, assim, constituir-se numa clara exposição a respeito do tema.

MATERIAL E MÉTODO

O método escolhido para a realização deste ensaio foi a *Revisão Integrativa de Literatura*, na qual buscaram-se publicações nacionais e internacionais relativas ao tema; realizaram-se as etapas de formulação do problema, coleta, avaliação, análise e interpretação dos dados coletados e apresentação dos resultados. A RIL determina o atual conhecimento sobre um tema específico, conduzida de modo a identificar, analisar e sintetizar resultados de estudos independentes sobre o mesmo assunto, contribuindo para um possível entendimento positivo sobre o tema abordado⁵⁻⁶. Além disso, a RIL pode ser classificada como uma ferramenta de análise e síntese sobre determinado assunto que pode auxiliar o profissional a desenvolver seu conhecimento e senso crítico e os aplicar na prática⁷.

Seis etapas foram realizadas para a construção desta revisão: na primeira etapa definiu-se a questão norteadora; na segunda estabeleceram-se critérios de inclusão e exclusão; na terceira ocorreu a definição das bases de dados utilizadas e a realização da busca de produções científicas; na quarta foi realizada a análise dos dados; na quinta realizou-se discussão dos dados encontrados e, finalmente, na sexta etapa foi apresentada a síntese da revisão⁸ (Figura 1).

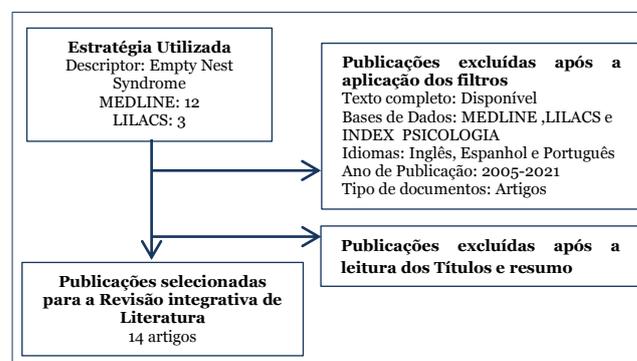


Figura 1: Organograma com as etapas realizadas na revisão integrativa de literatura

Foi realizada pesquisa nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica (MedLine) e Index Psicologia, no segundo semestre de 2021, utilizando apenas um descritor: *empty nest syndrome*. Utilizaram-se artigos que contivessem o texto completo e publicados nos idiomas português, inglês e espanhol. Os períodos de publicação considerados foram os anos de 2005 a 2021. Foram excluídos teses, dissertações, monografias, artigos em duplicata e artigos que, após leitura do resumo, não tratavam do objeto

de estudo proposto. De acordo com as análises feitas, pôde ser elencadas três categorias: O estilo de vida como facilitador da SNV; SNV: sinais e sintomas associados ; e A influência do local em que os familiares vivem no desenvolvimento da SNV. Selecionou-se um total de 14 artigos para a análise, preocupando-se com a frequência com que os assuntos apareceram.

RESULTADOS

Os dados apresentados referem-se aos artigos identificados de acordo com os critérios de seleção elaborados para esta RIL.

Após a análise dos artigos selecionados, em relação aos tipos de estudos, obtiveram-se 4 artigos de estudo comparativo (28,6%), 2 artigos de estudo de caso coletivo (14,3%), 1 artigo de estudo expositivo (7,1%), 5 artigos de estudo transversal (35,7%) e 2 artigos de revisão (14,3%). Quadro 1.

Quadro 1. Classificação dos tipos de estudos nos artigos selecionados

Tipo de Estudo	Nº de artigos	%
Estudo comparativo	04	28,6
Estudo de caso coletivo	02	14,3
Estudo expositivo	01	7,1
Estudo transversal	05	35,7
Revisão	02	14,3
Total de artigos	14	100

Fonte: Dados da pesquisa

Em relação ao ano de publicação dos artigos selecionados para este trabalho, apenas 1 artigo (7,1%) foi publicado nos anos de 2008, 2009, 2010 e 2017. No ano de 2012 e 2013 foram publicados 6 artigos (42,8%) e em 2019 e 2021 foram publicados 4 artigos (28,5%).

Observou-se, também, que dos 14 artigos selecionados, 7 artigos (50%) foram da China, 2 artigos (14,3%) foram do Brasil e México e 1 artigo (7,1 %) da Nigéria, Malásia e Grécia. Quadro 2.

Quadro 2. Código, autor/ano, título e país de origem dos artigos selecionados

Código	Autor/Ano	Título	País de Origem
A1	Agwu et al., 2008	Patterns of menopausal symptoms and adaptive ability in a rural population in south-east Nigeria	Nigéria
A2	Sartori e Zilberman, 2009	Revisitando o conceito de síndrome do ninho vazio	Brasil
A3	García-Campos et al., 2010	Symptoms at menopause and care of grandchildren	México
A4	Wang e Zhao	Empty nest syndrome in China	China
A5	Wang e Zhao, 2012	Family functioning, social support, and quality of life for Chinese empty nest older people with depression	China
A6	Wong et al., 2012	Midlife crisis perceptions, experiences, help-seeking, and needs among multi-ethnic Malaysian women	Malásia
A7	Wang et al., 2013	Anxiety disorders and its risk factors among the Sichuan empty-nest older adults: a cross-sectional study	China
A8	Carvalho-Barreto e Lima, 2013	Transição da pós-parentalidade no contexto do sertão cearense	Brasil
A9	Huerta-Franco et al., 2013	Comparison of mood among male and female workers as a function of reproductive stage	México
A10	Wang et al., 2017	Loneliness and depression among rural empty-nest elderly adults in Liuyang, China: a cross-sectional study	China
A11	Bougea et al., 2019	Empty-nest-related psychosocial stress: Conceptual issues, future directions in economic crisis.	Grécia
A12	Li et al., 2019	Resilience and affect balance of empty-nest older adults with mild cognitive impairment in poor rural areas of Hunan province, China	China
A13	Zhengyue et al., 2021	Catastrophic health expenditure among single empty-nest elderly with multimorbidity in rural Shandong, China: the effect of co-occurrence of frailty	China
A14	Fan et al., 2021	Cognitive function and its influencing factors in empty-nest elderly and non-empty-nest elderly adults in China	China

Fonte: Dados da pesquisa

De acordo com a análise das sínteses dos artigos selecionados para este estudo, observou-se que todos os artigos (100%) relacionaram a SNV com fatores como a idade e o gênero feminino, principalmente no período da menopausa.

Embora todos os artigos publicados trouxeram o país de origem, observou-se que dos 14 artigos selecionados, 7 artigos (50%) relatam estudos feitos com a população da China, 1 artigo (7,1%) com a população da Malásia, 1 artigo (7,1%) com a da Nigéria, 1 artigo (7,1%) com mulheres do México, 1 artigo (7,1%) com famílias do Brasil e 3 artigos (21,4%) não relataram estudo com uma população específica. Quadro 3.

Quadro 3. Código, título e síntese dos artigos selecionados

Código	Título	Síntese do Artigo
A1	Patterns of menopausal symptoms and adaptive ability in a rural population in south-east Nigeria	Observou-se que mulheres da Nigéria, viúvas ou que tiveram seus filhos e parentes afastados, caracterizando a SNV, foram menos capazes de lidar com sintomas da menopausa. Escolaridade ou conhecimento antecipado sobre as características da menopausa e como ela ocorre não teve influência significativa sobre o grau de descendência dos sujeitos aos sintomas.
A2	Revisitando o conceito de síndrome do ninho vazio	Revisão dos conceitos aplicados à SNV, verificar sua aplicabilidade nos dias de hoje, bem como suas particularidades em diferentes culturas. O período da SNV acontece junto com diversas mudanças, como a aposentadoria e a menopausa, o que pode agravar sentimentos de depressão e baixa autoestima. Além disso, fatores sociais e culturais influenciam no aparecimento e na intensidade da síndrome.
A3	Symptoms at menopause and care of grandchildren	Estudo com mulheres pós-menopáusicas, na cidade no México. Dados sobre sua interação com crianças e netos, e dezenas de sintomas emocionais frequentemente encontrados na menopausa. As mulheres que recebiam a visita de seus filhos com mais frequência diminuíram o interesse sexual. Mulheres sem crianças ou netos tiveram pontuações menores para a SNV e sintomas inespecíficos de depressão. O cuidado de netos foi associado à perda de interesse sexual e depressão. A idade estava inversamente associada com ondas de calor e ansiedade. A escolaridade foi fortemente associada com menores escores para depressão, ansiedade e SNV.
A4	Empty nest syndrome in China	Aumento da SNV na China ligado ao processo de urbanização e o desenvolvimento da economia. O texto também relaciona a velhice e a solidão. Fatores econômicos têm uma influência importante no nível de solidão dos idosos em famílias de ninhos vazios. A partida dos filhos desempenha um papel significativo na solidão de seus pais. Os idosos de famílias de ninhos vazios se sentem mais solitários e têm uma menor qualidade de vida do que as de famílias de ninhos não vazios. Solidão e isolamento social estão relacionados à doenças cardiovasculares, câncer e asma.
A5	Family functioning, social support, and quality of life for Chinese empty nest older people with depression	Aumento do número de famílias de ninhos vazios na China, acomete pessoas mais velhas, que sofrem de agravos de saúde física e mental. Depressão e solidão se tornaram um problema significativo na China. O estudo comparou o funcionamento familiar, o apoio social, e qualidade de vida entre o ninho vazio de pessoas mais velhas com depressão e ninho não vazio de pessoas mais velhas e entre seus conjuges.
A6	Midlife crisis perceptions, experiences, help-seeking, and needs among multi-ethnic Malaysian women	Exploraram-se as atitudes de mulheres da Malásia em relação às crises de meia-idade com destaques para a SNV. Destacou-se, então, que metade daquelas que passam pelo estágio do ninho vazio ultrapassa essa fase de forma positiva e a outra metade ultrapassa de forma negativa. O apoio social fez diferença no melhor enfrentamento dessa fase.
A7	Anxiety disorders and its risk factors among the Sichuan empty-nest older adults: a cross-sectional study	Determinou-se a prevalência e correlatos de transtornos de ansiedade entre idosos com ninho vazio na China: 30,11% dos idosos com ninho vazio apresentaram sintomas ou transtornos de ansiedade. Os níveis de ansiedade foram significativamente diferentes em termos de sexo, nível educacional, ocupação, residência e renda, mas não em idade. A ansiedade do paciente teve associação significativamente positiva com depressão e solidão. Mulheres, morando em áreas rurais ou sozinhas corriam risco de apresentar transtornos de ansiedade.
A8	Transição da pós-parentalidade no contexto do sertão cearense	O objetivo deste trabalho foi conhecer o modo como pais naturais do sertão central cearense enfrentam a saída de seus filhos de casa. Participaram dessa investigação dois casais naturais do sertão central cearense que tinham, pelo menos, um filho que saiu de casa sem ter sido por conflito ou casamento não planejado. As categorias "Sentimento de perda e aceitação quanto à saída dos filhos" e "Mudanças nas relações conjugal e parental" foram identificadas e discutidas. Considera-se que a SNV, é um fenômeno normativo no desenvolvimento familiar, no qual o contexto tem relativa importância, mas que não ocasiona necessariamente psicopatologias na família.

Fonte: Dados da pesquisa

Quadro 3 (continuação). Código, título e síntese dos artigos selecionados

Código	Título	Síntese do Artigo
A9	Comparison of mood among male and female workers as a function of reproductive stage	Compara a frequência de alterações do humor de trabalhadores masculinos e femininos idosos, demonstrando a relação da autoestima dos voluntários, a satisfação conjugal e atitudes com a sexualidade. Foi possível identificar: sintomas inespecíficos de depressão e sentimentos de SNV em 103 homens e 129 mulheres de 40 a 64 anos de idade.
A10	Loneliness and depression among rural empty-nest elderly adults in Linyang, China: a cross-sectional study	Comparou a solidão, os sintomas depressivos e episódios depressivos maiores entre adultos mais velhos que apresentam e não apresentam a SNV em áreas rurais da China. Concluiu-se que a solidão e a depressão são mais severas em idosos que apresentam SNV dos que os que não apresentam a síndrome.
A11	Empty-nest-related psychosocial stress: Conceptual issues, future directions in economic crisis.	Avaliou através de uma revisão de literatura definições, antecedentes históricos e teóricos da síndrome do ninho vazio através dos componentes principais do papel parental. Em seguida, avaliou o efeito do estresse na saúde emocional e bem-estar dos pais com SNV levando em conta diferenças de gênero, nacionalidade e cultura.
A12	Resilience and affect balance of empty-nest older adults with mild cognitive impairment in poor rural areas of Hunan province, China	Avaliou a taxa de prevalência de Comprometimento Cognitivo leve (MCI) entre idosos com SNV em áreas rurais pobres da província de Hunan na China, e explorou o efeito da resiliência na interferência do equilíbrio no MCI.
A13	Catastrophic health expenditure among single empty-nest elderly with multimorbidity in rural Shandong, China: the effect of co-occurrence of frailty	Avaliou o gasto com despesas médicas de idosos com múltiplas comorbidades e com SNV em relação a idosos sem comorbidades e com SNV. Relataram um gasto catastrófico em idosos com SNV e múltiplas comorbidades quando comparados com idosos com SNV e sem comorbidades, não havendo relação com uma maior faixa salarial.
A14	Cognitive function and its influencing factors in empty-nest elderly and non-empty-nest elderly adults in China	Avaliou a função cognitiva de idosos com SNV que vivem sozinhos e idosos com SNV que vivem com seu cônjuge. Demonstrando que idosos com SNV que viviam como um casal apresentaram os menores escores de depressão, o que pode proteger a função cognitiva.

Fonte: Dados da pesquisa

Quanto às categorias elencadas, após a análise de cada artigo selecionado para este estudo, 7 artigos (50%) relataram que o estilo de vida pode influenciar na SNV, 10 artigos (71,4%) relataram sinais e sintomas associados à SNV e 6 artigos (42,9%) demonstraram alguma relação entre o local em que as famílias vivem e a síndrome. Quadro 4.

Quadro 4. Artigos selecionados de acordo com as categorias propostas

Categorias propostas	Código do artigo	%
O estilo de vida como facilitador da Síndrome do Ninho Vazio	A3, A4, A5, A6, A8 e A9, A11	50
Sinais e sintomas que podem levar à Síndrome do Ninho Vazio	A1, A2, A4, A5, A6, A7, A8 e A9, A13, A14	71,4
A influência do Local em que as famílias vivem no desenvolvimento da Síndrome do Ninho Vazio	A4, A2, A5, A8, A10 e A12	42,9

Fonte: Dados da pesquisa

DISCUSSÃO

No presente estudo, após avaliados os resultados e analisados todos os artigos selecionados, foram elencadas três categorias discutidas de acordo com o tema central proposto.

○ O Estilo de Vida como Facilitador da Síndrome do Ninho Vazio

A Síndrome do Ninho Vazio é um fenômeno presente no desenvolvimento familiar, em que o contexto tem certa importância, mas que não provoca, necessariamente, psicopatologias na família⁹.

Investigações que procuraram identificar os eventos estressores de vida causadores de adoecimento apontaram que a saída do filho de casa é um evento estressor que pode influenciar no adoecimento^{3,10}. Esse fator só se torna gênese de patologia e psicopatologia se adicionado a outros eventos de estresse como o

enlutamento ou adoecimento de um membro da família. Logo, para as investigações, apenas a saída dos filhos não é um fator ocasionador de doenças, por si só.

Estudos investigaram os fatores relacionados à evolução somática e sintomas psicológicos de trabalhadores dos gêneros feminino e masculino de uma população de nível socioeconômico médio; verificou-se as diversidades de sintomas psiquiátricos¹¹. Foi demonstrado que as *ondas de calor*, depressão, ansiedade e sintomas não específicos à depressão, foram maiores em mulheres peri e pós-menopáusicas do que o observado em mulheres pré-menopáusicas e homens^{10,12}. Analisando-se a importância do ambiente para o desencadeamento dos sintomas, é interessante analisar o estado do ciclo de vida do trabalhador e seu desenvolvimento no trabalho.

Pesquisas apontaram que as trabalhadoras pós-menopáusicas tiveram maior frequência de SNV em comparação com outros grupos de trabalhadores¹⁰, e mulheres com a síndrome tinham piores sintomas de menopausa¹³. Demonstrou-se também que mulheres com ocupação de alta hierarquia tiveram menos pontuações na SNV. Nesta fase muitos eventos simultâneos que implicam em perda como exemplos: doença grave de um familiar, morte ou aposentadoria do cônjuge, chance de desemprego, crianças que saem de casa e mudanças físicas tem um maior impacto, principalmente, em trabalhadoras com uma situação social e econômica menos favorecida. Sendo assim, mulheres de meia idade e de níveis socioeconômicos baixos podem ser mais propensas a efeitos de estresse interpessoal^{10,14}.

A velhice está associada à solidão. Assim como fatores econômicos tem uma grande influência no nível de solidão de idosos em famílias com ninhos vazios. O afeto dos pais pelos filhos aumenta seus sentimentos de amor, logo a partida dos filhos desempenha um papel significativo na solidão de seus pais. Percebe-se, pois, que idosos de famílias com ninhos vazios sentem-se mais solitários e têm menor qualidade de vida do que as famílias de ninhos não vazios¹⁵.

Sentimentos de solidão e isolamento social estão relacionados a muitos distúrbios, incluindo doenças cardiovasculares, câncer e asma, por isso a importância de se fornecer apoio social e emocional para os idosos através de práticas culturais. Assim, nota-se a importância de alterar hábitos de vida, deixar o sedentarismo e a solidão de lado, fomentar a prática de exercícios físicos nos idosos ou

peças de famílias com ninhos vazios, frequentar eventos culturais, ir a festas, conhecer pessoas novas e manter uma alimentação equilibrada e saudável para que os sintomas de desequilíbrio psicológico frente a solidão não se sobressaíam. A formação de associações sêniores também pode ser eficaz⁴.

O número de famílias com ninho vazio na China vem aumentando cada vez mais. O ninho de pessoas mais velhas é uma parcela da população vulnerável a sofrer problemas de saúde mental. Depressão e solidão são vistas como problemas sérios em pessoas mais velhas. Assim, certamente os problemas sociais e mentais em pessoas que vivem em famílias com ninhos vazios estão se tornando um problema significativo na China¹³. Há uma escassez de estudos que enfatizem o funcionamento familiar, o suporte social e a qualidade de vida em ninhos vazios de pessoas mais velhas com depressão e seus conjugues.

Um estudo demonstrou que a percepção do funcionamento familiar, apoio social e qualidade de vida entre o ninho vazio de pessoas mais velhas com depressão eram inferiores aos de ninhos não vazios de pessoas mais velhas. Percebeu-se também que os ninhos não vazios de pessoas mais velhas tinham pobre funcionamento familiar, principalmente no que diz respeito ao envolvimento afetivo e controle comportamental, o que sugere que esses ninhos não vazios dessas pessoas mais velhas podem ter problemas afetivos excessivos de envolvimento e de controle comportamental¹⁶.

De modo geral, as pessoas, ainda hoje, buscam constituir uma família, encontrar o parceiro ideal e ter filhos, dedicando-se em média 20 anos a estes e acompanhando seu crescimento e desenvolvimento. Quando os pais se tornam verdadeiros amigos e companheiros, os filhos iniciam o movimento de deixar a casa dos pais e seguir com sua própria vida, em outros *ninhos*. Diversos estudos sugerem que o casal se sente bem por ter filhos e poder criá-los, apesar de que a presença de certas culturas (principalmente as mulheres) que se dedicam exclusivamente a criação dos filhos, pode diminuir a qualidade de vida dos pais¹⁷.

Vários estudos têm demonstrado que, após a saída dos filhos de casa, a maioria dos casais se reencontra e vive bem física, social e psicologicamente¹⁷⁻¹⁸, aumentando, assim, a qualidade de vida, enquanto outro estudo considera que não há alteração significativa na vida dos casais depois que seus ninhos são esvaziados^{11,18}.

Observou-se que os fatores sociais e culturais estão ligados à maneira que os pais enfrentaram essa fase há tempos¹⁹⁻²⁰. Ao se analisar a parte financeira, há evidências de aumento da renda, uma vez que as mães acabam procurando afazeres fora de casa depois da saída dos filhos²¹.

o *Síndrome do Ninho Vazio: Sinais e Sintomas associados*

No período da pós-parentalidade ocorre uma mudança no estilo de vida dos pais e jovens, na qual, muitas vezes, aparecem dificuldades para se adequar a uma transição, podendo esta ser repentina. Essa mudança se inicia quando os filhos tomam a decisão de partir do ambiente familiar deixando a residência. Dessa forma, quando de fato o último filho sai do lar, a reação pode tomar proporções maiores, causando a SNV⁹.

Nessa fase, são observados sinais de depressão, dependência e desestruturação familiar, que são gerados como consequência do sofrimento e não aceitação, assim como a perda do papel da função parental com a saída dos filhos da casa dos pais. As mulheres são as mais afetadas por serem as responsáveis e principais cuidadoras dos filhos, papel tradicionalmente ligado ao sexo feminino^{17,22}.

Na China, foi feito um estudo que ressaltou o surgimento da solidão profunda nos pais quando ocorria falta de familiares para prestar os cuidados, pois nesse país ocorre atualmente a desintegração da família que perde parte dos integrantes por não existir adultos disponíveis para ajudar os mais velhos, devido à redução da natalidade²³.

Essa síndrome é relatada com maior frequência em mulheres, tanto maduras quanto pós-menopáusicas, além dos estudos mostrarem que está muito relacionada com a satisfação conjugal. Outro fator de suma importância é a função que a mulher exerce na sociedade e sua estabilidade, que aumentam as chances de ocorrer sintomas de depressão, solidão e da SNV se a mulher ocupar cargos de baixa hierarquia ou passar por algum problema financeiro¹⁰. O local para onde os residentes da comunidade costumam migrar para desenvolver suas atividades de trabalho tem maior índice de casos da SNV²³.

A SNV parece estar ligada à cultura, ou seja, em países onde as pessoas estão acostumadas e preparadas para se separarem dos filhos, a síndrome parece não trazer grandes mudanças ou conflitos. Contudo, em culturas em que as pessoas se dedicam exclusivamente à criação dos filhos, observou-se que ainda existem sofrimento e sentimento

de solidão, que podem estar associados ao desenvolvimento de quadros depressivos e alcoolismo. Alguns estudos têm apontado que, depois da saída dos filhos de casa, muitos casais superam a perda e seguem suas vidas normalmente, mas também, existem considerações que relatam não haver alterações significativas na vida do casal após a saída dos filhos¹⁷.

Os sintomas depressivos, solidão e baixa autoestima são os principais sinais da SNV, sendo que a depressão pode afetar 40,4% dos idosos em zona rural com SNV, como mostra um estudo feito na China. A maioria das evidências aponta que essa síndrome está relacionada com problemas e piora da saúde mental dos indivíduos devido ao impacto negativo que a falta dos filhos causa nos pais. Existem também mais fatores de risco como o *status* único e doença física que limita as funcionalidades e capacidades de exercer funções do cotidiano²⁴. Estudo de Yang e colaboradores²² relataram que os idosos com SNV que vivem sozinhos tiveram a pior função cognitiva e um risco mais elevado de desenvolverem depressão, enquanto os idosos com SNV que vivem como um casal tiveram a melhor função cognitiva e um menor risco de desenvolver depressão. Jing e colaboradores²⁵ relataram um gasto catastrófico em idosos com SNV e múltiplas comorbidades quando comparados com idosos com SNV e sem comorbidades, não havendo relação com uma maior faixa salarial.

Em um estudo na província do interior de Hubei, na China, compararam a SNV e a solidão em dois grupos de idosos: um cujos filhos ainda viviam em casa (grupo controle) e outro cujos filhos já haviam saído de casa (grupo SNV). Aplicaram-se questionários sobre saúde, sentimentos de solidão e qualidade de vida. Conclui-se que a solidão é vivida por mais de um terço dos idosos, o grupo da SNV tende a ter mais problemas físicos, emocionais e financeiros, fatores que contribuem para a reduzida vida social desses idosos, e a solidão pode ser amenizada pela presença dos filhos, netos ou amigos¹⁵.

Algumas medidas para melhorar e prevenir a SNV são estímulos para atividades em grupo, facilitar a integração social, aumentar as oportunidades para comunicação com seus filhos, buscar adultos e jovens interessados em ajudar pessoas com problemas psicológicos para encorajar na hora de enfrentar as dificuldades²². Uma outra medida muito eficaz é buscar e apresentar atividades prazerosas para aumentar a autoestima das mulheres e idosos¹⁷.

○ A Influência do Local em que as Famílias Vivem no Desenvolvimento da Síndrome do Ninho Vazio

Nota-se o grande número de publicações a respeito da SNV no continente asiático. Um dos fatores que influencia esse aspecto é o econômico, que força muitos filhos a irem para a cidade em busca de estudo ou trabalho e a deixar seus pais em suas cidades natais.

Geralmente esses filhos são provenientes de áreas rurais que migram para zonas urbanas. Esse é o contexto socioeconômico em que se encontram diversos países da Ásia, em que a urbanização influi diretamente na saúde mental das famílias⁴. As publicações recentes sobre esse assunto são de maioria desses países pela consequência social e econômica que a situação provoca na sociedade. Provavelmente, isso é mais documentado pela facilidade da geração do século XXI em realizar estudos, formalizá-los e compartilhá-los com a comunidade científica e do recente crescimento econômico dos países subdesenvolvidos que enfrentam tal situação; fenômeno de êxodo rural não é inédito e também deve ter sido experimentada pelos europeus na época da primeira revolução industrial, contudo não havia o aporte documental na época, tanto da contribuição para caracterizar transtorno psicológico e social, quanto para reunir evidências e construir conhecimento.

Além do aspecto econômico, concluiu que casais na China são encorajados a permanecerem juntos, visto que o divórcio e a separação, para essa cultura, não são fomentados²⁶. Dentro do atual cenário contemporâneo urbano, em que se têm diversas relações e diversos tipos de família, o sistema heteronormativo contribui para a SNV, no sentido literal da palavra. A mãe e o pai, tendo um ao outro, torna a saída do filho e os sentimentos que a situação traz ainda mais ressaltados²⁷. Eram pais que cooperaram juntos para o crescimento de um filho e que agora se veem sem ele. Esse fenômeno é ainda mais evidenciado e certamente com mais foco de estudos na China, pois a primeira geração de filhos-únicos está tendo seus filhos-únicos também e com eles as dificuldades de aceitação da independência de seus descendentes, mesmo com uma condição financeira melhor.

Ainda considerando a China e a política do filho-único, é significativo considerar as mudanças sociais no país que contribuem para os diversos estudos sobre a SNV em famílias chinesas. Esse país asiático, por conta da política do filho-único, tem visto a taxa de idosos

aumentar. Com a idade, surgem as dificuldades das atividades diárias autônomas e os vazios psicológicos que acompanham a terceira idade. Percebe-se que a influência cultural é fator decisivo no desenvolvimento da síndrome²². Na China é tradição que os filhos cuidem de seus pais, inclusive o próprio tratamento entre os membros é baseado numa hierarquia baseada na idade, quanto mais velho maior o respeito. A desintegração da família alargada nos últimos anos significou que, muitas vezes, não há filhos adultos disponíveis para ajudar os adultos mais velhos quando necessário. Consequentemente, o sentimento de vazio deixado pelos filhos associado às dificuldades que isso proporciona, favorecerem o desenvolvimento da SNV nas famílias⁴. Outro estudo mostrou que o fator da dependência dos filhos não necessariamente vai ser decisivo no desenvolvimento da disfunção. Indivíduos indianos idosos não imigrantes indicaram que, embora pudessem obter ajuda de outros e viver de forma independente, a partida de seus filhos causava uma solidão profunda nos pais²⁸.

Os resultados obtidos a partir de estudos nas famílias asiáticas encontraram diversas dificuldades, entre elas a própria caracterização do que seria um ninho vazio. Surgiram voluntários que tiveram filhos, mas não viveram com nenhum deles, ou não tiveram filhos ou os que eram pais de filhos que tinham deixado casa e, portanto, viviam sozinhos ou sendo somente o pai ou a mãe. Na maioria dos estudos os pais de ninho vazio eram indivíduos casados com 60 anos ou mais, que tinham pelo menos um filho adulto vivendo longe de seu município original por pelo menos 10 dos últimos 12 meses antes da entrevista. Outro ponto de dificuldade, considerando os países asiáticos em desenvolvimento, estuda a SNV decorrente da saída de um filho numa área rural, pode ser que essa área rural não represente o país como um todo²³.

Tomando o Ocidente como referência, um estudo pioneiro sobre pós-parentalidade, realizado nos Estados Unidos com aproximadamente 200 pais e mães, identificou a satisfação dos pais com a saída dos filhos de casa. Tais comprovações, tão diferentes das orientais, são justificáveis por questões econômicas, em que os pais são mais independentes financeiramente dos filhos além de um aumento no cuidado consigo e de sua rede de apoio social²⁹.

No Brasil, poucos estudos objetivaram compreender esse fenômeno no contexto brasileiro ou o estudaram somente em contextos distintos nas capitais ou grandes

centros urbanos, mesmo com a maior parte da população vivendo fora dessa realidade⁹. Um único estudo tentou retratar a estrutura e dinâmica das famílias do Ceará, tanto pelo aumento do número de filhos, pela necessidade de mais gente trabalhando nas lavouras, como também pela migração, principalmente de pais e filhos, entre regiões do estado ou do país, buscando melhores condições de vida. Contudo, logo após o estabelecimento da família, os outros membros eram trazidos. A família tendia a se manter coesa, mesmo se houvesse separação em algum momento³⁰.

Depois dos anos 90 e a melhoria econômica, a realidade mudou: muitos lares passaram pelo adiamento etário da saída dos filhos da casa dos pais, conhecido com *síndrome do ninho cheio*, e outros casos apontavam existência de precocidade na saída dos filhos durante a adolescência ou no início da idade adulta, por diversas razões como melhorias econômicas, estudos e congregações religiosas³¹. Tais motivos, por serem comuns no contexto das famílias do sertão cearense, parecem colaborar para a adaptação mais breve dos pais, mesmo que o sentimento separação e distanciamento ainda se mantenha presente⁹.

CONCLUSÃO

Diante da exposição presente, fica clara a relação de causa entre sinais e sintomas psiquiátricos e a SNV, de maneira que o enfrentamento positivo ou negativo da fase pós-parental pode acarretar em agravos psicopatológicos, bem como ser positivo para a vida familiar.

Além disso, o estilo de vida e local em que a família reside influem intensamente na maneira pela qual a família atravessa tal período. Quanto mais isolado o local da habitação familiar, maior a dificuldade no atravessamento da SNV.

No mais, fatores como gênero, condição socioeconômica e hierarquia de trabalho também são capazes de modificar a resposta da família e de seus indivíduos à SNV.

REFERÊNCIAS

1. Jones S, Martin RD, Pilbeam DR, Bunney S, Dawkins R. The Cambridge encyclopedia of human evolution. Cambridge: Cambridge University Press, 1992.
2. Hattori WT, Yamamoto ME. Evolução do comportamento humano: psicologia evolucionista. Biol Ambiente Divers. 2012; 34(83):101-12.
3. Rocha RAB, Meireles EAS, Araujo EMRJ, Abreu MR, Araújo SMM. Síndrome do ninho vazio. Ciência & Consciência. 2010;1:1.

4. Wang J, Zhao X. Empty nest syndrome in China. *Int J Soc Psychiatry*. 2012;58(1):110.
5. Souza MT, Silva MD, Carvalho, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein*. 2010;8(1):102-6.
6. Virgolino FSS, Silva AB, Porto SCAS, Souza Neto VL, Saraiva AM. Mudança no ciclo familiar diante da síndrome do ninho vazio: uma revisão. *Rev UninCor*. 2013;10(1):456-64.
7. Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto contexto enferm*. 2008; 17(4):758-64.
8. Leão DM, Silveira A, Rosa ED, Balk RS, Souza NS, Torres OM. Cuidado familiar em âmbito domiciliar à criança com doenças crônicas: revisão integrativa. *Rev enferm UFPE On Line*. 2014;8(7): 2445-54.
9. Carvalho-Barreto A, Lima KSS. Transição da pós-parentalidade no contexto do sertão cearense. *Psicol Clín*. 2013;25(2):181-95.
10. Huerta-Franco MR, Vargas-Luna M, Huerta-Franco EDR, Flores-Hernández C, González-Yebra AL, Morales-Mata I. et al. Comparison of mood among male and female workers as a function of reproductive stage. *Ciênc Trab*. 2013;15(46):12-7.
11. Bougea, A., Despoti, A., & Vasilopoulos, E. (2019). Empty-nest-related psychosocial stress: Conceptual issues, future directions in economic crisis. *Psychiatrike*. 2019; 30(4), 329-338.
12. García-Campos R, Aguilar-Zavala H, Malacara JM. Symptoms at menopause and care of grandchildren. *Climacteric*. 2010;13(5):492-98.
13. Agwu UM, Umeora OUJ, Ejikeme BN. Patterns of menopausal symptoms and adaptive ability in a rural population in South-east Nigeria. *J Obstet Gynaecol*. 2008;28(2):217-21.
14. Wang Z, Shu D, Dong B, Luo L, Hao Q. Anxiety disorders and its risk factors among the Sichuan empty-nest older adults: a cross-sectional study. *Arch Gerontol Geriatr*. 2013; 56(2):298-302.
15. Liu LJ, Guo Q. Loneliness and health-related quality of life for the empty nest elderly in the rural area of a mountainous county in China. *Quality Life Res*. 2007;16(8):1275-80.
16. Wang JK, Zhao XD. Family functioning, social support, and quality of life for Chinese empty nest older people with depression. *Int J Geriatr Psychiatry*. 2012;27(11):1204-8.
17. Sartori ACR, Zilberman ML. Revisitando o conceito de síndrome do ninho vazio. *Rev psiquiatr clín*. 2009;36(3):112-22.
18. Harris RL, Ellicott AM, Holmes DS. The timing of psychosocial transitions and changes in women's lives: an examination of women aged 45 to 60. *J Pers Soc Psychol*. 1986;51(2):409-16.
19. Takamatsu K, Makita K, Nozawa S. Study of psychosocial factors in Japanese patients suffering from menopausal disorders. *J Obstet Gynaecol Res*. 2004;30(4):309-15.
20. Lewis RA, Freneau PJ, Roberts CL. Fathers and the postparental transition. *Family Coordinator*. 1979;28(4):514-20.
21. Wong LP, Awang H, Jani R. Midlife crisis perceptions, experiences, help-seeking, and needs among multi-ethnic Malaysian women. *Women Health*. 2012;52(8):804-19.
22. Glick PC. Updating the life cycle of the family. *J Marriage Fam*. 1977;39(1):5-13.
23. Yang F, Li Z, Wang GW, Shi XX, Fu C. Cognitive function and its influencing factors in empty-nest elderly and non-empty-nest elderly adults in China. *Aging (Albany NY)*. 2021;13(3), 4552.
24. Wang G, Hu M, Xiao SY, Zhou L. Loneliness and depression among rural empty-nest elderly adults in Liuyang, China: a cross-sectional study. *BMJ Open*. 2017;7(10):e016091.
25. Jing Z, Li J, Fu PP, Wang Y, Yuan Y, Zhao D et al. Catastrophic health expenditure among single empty-nest elderly with multimorbidity in rural Shandong, China: the effect of co-occurrence of frailty. *Int J Equity Health*. 2021; 20:23.
26. Chen, HC, Chou FH, Chen MC, Su SF, Wang SY, Feng WW et al. Survey of quality of life and depression for police officers in Kaohsiung, Taiwan. *Quality Life Res*. 2006;15(5):925-32.
27. Xie L, Zhou J, Deng Y, Richmond CJ, Na J. Resilience and affect balance of empty-nest older adults with mild cognitive impairment in poor rural areas of Hunan province, China. *Geriatr gerontol int*. 2019;19(3):222-27.
28. Miltiades HB. The social and psychological effect of an adult child's emigration on non-immigrant Asian Indian elderly parents. *J Cross Cult Gerontol*. 2001;17(1):33-55.
29. Axelson LJ. Personal adjustment in the postparental period. *Marriage Family Living*. 1960; 22(1):66-8.
30. Vidal AA. Estrutura e dinâmica da família sertaneja: estudo exploratório das famílias agricultoras da região do Maciço de Baturité/CE [tese]. Fortaleza: Universidade de Fortaleza; 2007.
31. Baumgart JAR, Santos DL. Síndrome do ninho vazio temporária: possíveis considerações. *Pensando Famílias*. 2009;13(1):93-101.

CONFLITO DE INTERESSES

Os autores declaram não haver conflitos de interesse

AUTOR PARA CORRESPONDÊNCIA

André Gustavo de Lima Godas

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul –
Campus Três Lagoas MS
Unidade II - Av. Ranulpho Marques Leal, nº 3484,
79613-000, Três Lagoas – MS, Brasil
E-mail: andrelgodas@gmail.com

Submetido em 30/12/2021

Aceito em 09/01/2022