

The Relationship between Loneliness and Depression in Older Adults

[Relația dintre singurătate și depresie la persoanele vârstnice]

Cristina VLAICU¹

¹ PhD Student, "Ion Creangă" State Pedagogical University of Chișinău, cris.vlaicu@yahoo.com

Abstract

In contemporary societies, characterised by an increasing average lifespan, the phenomena of loneliness and the prevalence of depressive symptoms among the elderly population have emerged as topics of significant interest. This paper aimed to explore the relationship between loneliness and depressive manifestations in older individuals through a longitudinal approach. A comprehensive review of the existing literature led to the selection of ten significant studies, whose findings reveal a consistent and significant association between loneliness and depressive symptoms. This correlation highlights the need for complex research designs incorporating moderating variables to deepen our understanding of the underlying mechanisms. Therefore, future investigations should focus on identifying and analysing the impact of moderating variables on the dynamics of the relationship between loneliness and depression, to develop therapeutic interventions tailored to the specific needs of the elderly population.

Keywords: loneliness, depression, elderly people, mental health.

How to cite: Vlaicu, C. (2025). The Relationship between Loneliness and Depression in Older Adults. *Anuarul Universității "Petre Andrei" din Iași* Fascicula: Asistență Socială, Sociologie, Psihologie, 31, 208-222. <https://doi.org/10.63331/upasw/31/20>

1. Introducere

În contextul actual, fenomenul îmbătrânirii demografice reprezintă o realitate cu implicații profunde la nivel global, determinată de scăderea continuă a ratelor de fertilitate și de creșterea speranței de viață. Această dinamică demografică, care marchează o tranziție semnificativă în structura populației mondiale, evidențiază o serie de provocări complexe, solicitând în mod imperativ inițierea unor investigații științifice ample și formularea unor strategii de politică publică adaptate. Scopul acestor eforturi trebuie să fie orientat către identificarea și implementarea soluțiilor eficace pentru a răspunde adecvat la nevoile în continuă evoluție ale segmentului vârstnic al populației.

Conform datelor furnizate de Organizația Mondială a Sănătății (2018), populația globală traversează o perioadă de îmbătrânire accelerată, recent depășind pragul de 8 miliarde de locuitori. În acest peisaj demografic în transformare, proporția persoanelor vârstnice crește într-un ritm rapid, semnalând o schimbare paradigmatică în compoziția etară a populației la nivel mondial¹. În ciuda progreselor tehnologice și a avansurilor în domeniul sănătății care au contribuit la această extindere a duratei medii de viață, starea de bine a acestui segment demografic se confruntă cu provocări semnificative în contextul transformărilor sociale caracteristice erei moderne.

Procesul de îmbătrânire reprezintă o serie de transformări structurale și funcționale ireversibile care încep din momentul nașterii și persistă pe tot parcursul ciclului de viață al unei persoane. Este un proces multifactorial complex care influențează toate aspectele fiziologice ale organismului și se evidențiază în principal prin degradarea eficienței funcționale și scăderea capacității acestuia de a se adapta și de a se recupera în fața stresului psihologic. Prin urmare, este de așteptat ca această categorie de vârstă să se confrunte cu provocări de sănătate fizică și mentală care necesită o atenție specială.

În simultaneitate, faza bătrâneții se evidențiază prin prezența unui spectru extins de provocări de natură psihosocială, inclusiv transformări semnificative în rolurile individuale, precum tranziția către statutul de bunic sau evenimente de viață semnificative, cum ar fi pierderea persoanelor apropiate. Această perioadă poate fi caracterizată de un potențial declin al rețelelor sociale și al suportului social, expunerea la sărăcie, sentimente de izolare, eforturile pentru a descoperi semnificații în viață, posibile dependențe, stări de descurajare și melancolie, regrete legate de trecut, precum și preocupări referitoare la deteriorarea sănătății fizice și mintale. Toate aceste elemente sunt însoțite de conștientizarea inevitabilității amenințării mortale, subliniind astfel complexitatea și profunzimea trăirilor psihosociale asociate cu bătrânețea.

Această fază marchează, de fapt, etapa finală a traiectoriei vieții, în care individul reflectă asupra experiențelor trecute, se bazează pe realizările anterioare și se pregătește să parcurgă ultimele etape ale vieții. Pentru a se adapta la schimbările caracteristice ale vârstei înaintate, este crucial ca o persoană să manifeste deschidere către schimbare și să dezvolte competențe noi

¹ P. A. Dykstra, „Older Adult Loneliness: Myths and Realities,” *European Journal of Ageing* 6, nr. 2 (2009): 91–100.

pentru a face față transformărilor tipice din această etapă a existenței sale². Creșterea semnificativă a proporției populației vârstnice în țările contemporane, modificările în structura familiei și alte transformări ale valorilor și matricei sociale determină frecvent persoanele în vârstă să trăiască singure sau să își schimbe locuința din mediul lor tradițional în instituții specializate. Această tranziție poate genera sentimente de izolare și neglijare în rândul vârstnicilor. De asemenea, aceste aranjamente de locuire pot exercita un impact advers asupra sănătății mintale a locuitorilor, dat fiind că deplasarea în astfel de medii este adesea însoțită de senzația de a pierde controlul asupra propriilor vieți și incapacitatea de a lua decizii cu privire la aspecte cotidiene.

În paralel, vârstnicii se confruntă cu evenimente de viață stresante, precum pierderile afective, deteriorarea progresivă a stării de sănătate, dizabilitățile, reducerea mobilității, durerea cronică, fragilitatea sau alte probleme de sănătate, pe lângă scăderea statutului socioeconomic odată cu pensionarea. Studiile referitoare la procesul de îmbătrânire au identificat o asociere pozitivă între credințele religioase ale unui individ și diverse aspecte ale vieții sale, precum relațiile sociale, percepția stării de sănătate, nivelul de încredere în propriile abilități (autoeficacitatea), statutul socioeconomic și capacitățile de adaptare³. Toate aceste aspecte îi fac vulnerabili la dezvoltarea tulburărilor emoționale, cum ar fi singurătatea și depresia, pentru care este posibil să necesite îngrijire pe termen lung.

Încă din anii '80, literatura academică a sugerat existența unei relații între singurătate și depresie, cu studii ulterioare adoptând predominant un design transversal, axat pe simptomele depresive ca variabilă dependentă⁴. Până în prezent, cercetările longitudinale care investighează prospectiv relația dintre singurătate și depresie la populația generală, cu un interes particular în diagnosticul de depresie, sunt limitate.

2. Materiale și metode

Studiul prezent realizează o meta-sinteză a cercetărilor calitative, concentrându-se pe experiențele de singurătate în rândul persoanelor vârstnice. Printr-o metodologie riguroasă, a fost efectuată o selecție și evaluare critică a studiilor relevante identificate în diverse baze de date electronice. Aplicând analiza tematică, studiul a sintetizat datele extrase pentru a oferi o perspectivă aprofundată asupra relației dintre singurătate și depresie în acest grup demografic. În plus, prin adoptarea unei abordări longitudinale și efectuând o revizuire sistematică a literaturii de specialitate, s-a urmărit evaluarea corelației dintre singurătate și manifestările depresive, cu un accent special pe identificarea factorilor moderatori care pot influența această legătură.

² T. H. Margrain și M. Boulton, „Sensory Impairment,” în *The Cambridge Handbook of Age and Ageing*, ed. M. L. Johnson, V. L. Benston, P. G. Coleman și T. B. L. Kirkwood (Cambridge: Cambridge University Press, 2005).

³ P. T. Wong, „Personal Meaning and Successful Aging,” *Canadian Psychology/Psychologie canadienne* 30, nr. 3 (1989): 516–525.

⁴ C. Ó Luanaigh și B. A. Lawlor, „Loneliness and the Health of Older People,” *International Journal of Geriatric Psychiatry: A Journal of the Psychiatry of Late Life and Allied Science* 23, nr. 12 (2008): 1213–1221.

3. Discuții

Cercetările actuale indică faptul că singurătatea poate servi atât ca un predictor, cât și ca un factor de exacerbare a simptomelor depresive în rândul populației vârstnice. Această interacțiune subliniază importanța adoptării unei abordări integrative în managementul sănătății mintale pentru acest segment demografic, necesitând o intervenție care să abordeze atât aspectele de singurătate, cât și pe cele de depresie într-un mod holistic. În plus, literatura de specialitate sugerează existența unei posibile dinamici bidirecționale între singurătate și depresie, aceste stări influențându-se reciproc⁵. Totuși, relația temporală specifică între aceste condiții și impactul vârstei asupra lor rămâne o zonă care necesită investigații amănunțite, mai ales în contextul populației vârstnice, unde aceste aspecte sunt critic importante, dar insuficient elucidate.

Literatura sugerează că singurătatea poate fi atât un factor de risc pentru apariția depresiei, conform lui Heikkinen și Kauppinen⁶, cât și o consecință a problemelor de sănătate mintală, după cum indică Bowling⁷ și colaboratorii săi. Unele studii, inclusiv cele realizate de Tiikkainen și Heikkinen⁸, sugerează o asociere bidirecțională între singurătate și depresie, în timp ce altele, cum ar fi cele ale lui Dahlberg⁹, tratează depresia ca pe o variabilă independentă și singurătatea ca pe o variabilă de rezultat.

Până în prezent, majoritatea informațiilor despre legătura dintre depresie și singurătate provin din studii transversale, cu puține cunoștințe despre dinamica temporală a acestei relații, așa cum menționează Courtin și Knapp (2017)¹⁰. Astfel, există o deficiență notabilă de studii longitudinale care să vizeze populațiile generale și să utilizeze diagnosticul de depresie ca o variabilă de rezultat.

În acest context, Solmi¹¹ și colaboratorii săi au propus necesitatea examinării factorilor care pot media sau modera relația dintre singurătate și depresie, utilizând analize de mediere cu toate covariantele disponibile pentru a investiga mecanismele subiacente. Acest review sistematic se concentrează exclusiv pe studii longitudinale pentru a îmbunătăți înțelegerea impactului singurătății asupra debutului și evoluției simptomelor depresive, ipotetizând că

⁵ J. Domènech-Abella, J. Mundó, J. M. Haro și M. Rubio-Valera, „Anxiety, Depression, Loneliness and Social Network in the Elderly: Longitudinal Associations from The Irish Longitudinal Study on Ageing (TILDA),” *Journal of Affective Disorders* 246 (2019): 82–88, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.12.043>.

⁶ R. L. Heikkinen și M. Kauppinen, „Depressive Symptoms in Late Life: A 10-Year Follow-Up,” *Archives of Gerontology and Geriatrics* 38, nr. 3 (2004): 239–250, <https://doi.org/10.1016/j.archger.2003.10.004>.

⁷ A. P. Bowling, R. J. Edelman, J. Leaver și T. Hoekel, „Loneliness, Mobility, Well-Being and Social Support in a Sample of Over 85 Year Olds,” *Personality and Individual Differences* 10, nr. 11 (1989): 1189–1192.

⁸ P. Tiikkainen și R. L. Heikkinen, „Associations between Loneliness, Depressive Symptoms and Perceived Togetherness in Older People,” *Aging & Mental Health* 9, nr. 6 (2005): 526–534, <https://doi.org/10.1080/13607860500193138>.

⁹ L. Dahlberg et al., „Predictors of Loneliness among Older Women and Men in Sweden: A National Longitudinal Study,” *Aging & Mental Health* 19, nr. 5 (2015): 409–417, <https://doi.org/10.1080/13607863.2014.944091>.

¹⁰ E. Courtin și M. Knapp, „Social Isolation, Loneliness and Health in Old Age: A Scoping Review,” *Health & Social Care in the Community* 25, nr. 3 (2017): 799–812, <https://doi.org/10.1111/hsc.12311>.

¹¹ M. Solmi, N. Veronese, D. Galvano ș.a., „Factors Associated With Loneliness: An Umbrella Review Of Observational Studies,” *Journal of Affective Disorders* 271 (2020): 131–38.

singurătatea influențează semnificativ atât debutul, cât și traiectoria depresiei, subliniind importanța unei abordări longitudinale pentru elucidarea acestei dinamici.

Singurătatea și depresia constituie experiențe psihologice cu o complexitate remarcabilă, având un impact semnificativ asupra indivizilor, în special asupra populației adulte în vârstă. Singurătatea este caracterizată prin percepția subiectivă a izolării sociale, manifestându-se printr-un profund sentiment de deconectare și vacuitate emoțională¹². În contrast, depresia se definește prin sentimente prelungite de tristețe, lipsă de speranță și o pierdere a interesului pentru activități anterior plăcute, contribuind la o diminuare a calității vieții¹³.

Aceste stări afective prezintă o incidență crescută în rândul adulților în vârstă, evidențiind o cerință critică pentru atenție și intervenție adecvată. Studiile contemporane au identificat o corelație robustă între singurătate și depresie, indicând că sentimentele de izolare socială pot nu doar să contribuie la dezvoltarea simptomelor depresive, dar le și pot intensifica. Această interconexiune subliniază necesitatea unei abordări integrate și holistice în îngrijirea sănătății mintale, care să vizeze atât combaterea izolării emoționale, cât și atenuarea impactului acesteia asupra stării de bine generale.

În particular, fenomenul de singurătate în rândul persoanelor în vârstă emerge ca o problemă socială și de sănătate publică de o gravitate tot mai accentuată¹⁴. În etapele avansate ale vieții, multe dintre aceste persoane experimentează o creștere a sentimentului de izolare, un fapt care subliniază discrepanța dintre progresul socioeconomic și integrarea socială eficientă a vârstnicilor. Acest decalaj evidențiază necesitatea unei abordări integrate, care să combine cercetarea academică avansată cu dezvoltarea de politici inovative, capabile să promoveze incluziunea socială și să îmbunătățească calitatea vieții persoanelor în vârstă. Astfel, se impune o reevaluare a strategiilor actuale și o focalizare sporită pe crearea unui cadru societal care să răspundă eficient și comprehensiv la complexitatea nevoilor populației îmbătrânite.

Singurătatea a fost conceptualizată ca o stare de nemulțumire generată de diferența dintre nivelul aspirațional al relațiilor sociale și realitatea acestora, conform multiplelor surse academice¹⁵. Determinanții singurătății sunt în general analizați din perspectiva a două modele cauzale principale¹⁶. Primul model examinează factorii externi, absenți în cadrul rețelei sociale, ca surse ale sentimentului de singurătate, în timp ce al doilea model explicativ se concentrează

¹² John T. Cacioppo et al., „Loneliness within a Nomological Net: An Evolutionary Perspective,” *Journal of Research in Personality* 40, no. 6 (2006): 1054–85.

¹³ Amy Fiske, Jessica L. Wetherell, și Mary Gatz, „Depression in Older Adults,” *Annual Review of Clinical Psychology* 5 (2009): 363–89, <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.032408.153621>.

¹⁴ Sanjay S. Patel și Anna Clark-Ginsberg, „Incorporating Issues of Elderly Loneliness into the Coronavirus Disease-2019 Public Health Response,” *Disaster Medicine and Public Health Preparedness* 14, no. 3 (2020): e13–e14, <https://doi.org/10.1017/dmp.2020.145>.

¹⁵ Robert S. Weiss, *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation* (Cambridge, MA: MIT Press, 1974).

¹⁶ Daniel Perlman and Letitia Anne Peplau, „Towards a Social Psychology of Loneliness,” in *Personal Relationships: Personal Relationships in Disorder*, ed. Steve Duck and Rodney Gilmour (London: Academic Press, 1981), 31–56.

pe factorii interni, precum trăsăturile de personalitate și variabilele psihologice¹⁷. Factori precum traiul singuratic, lipsa conexiunilor familiale strânse, distanțarea de cultura de origine sau incapacitatea de a participa la activitățile comunitare pot accentua acest sentiment de izolare. De asemenea, sexul, vârsta, starea civilă, statutul de muncă, nivelul de educație, venitul gospodăriei și urbanismul sunt factori socio-demografici asociați cu singurătatea¹⁸. Factori precum traiul singuratic, lipsa conexiunilor familiale strânse, distanțarea de cultura de origine sau incapacitatea de a participa la activitățile comunitare pot accentua acest sentiment de izolare.

Investigațiile anterioare au demonstrat consistent că singurătatea este corelată cu manifestări comportamentale adverse în contextul sănătății, alături de o gamă extinsă de afecțiuni medicale și modificări la nivelul parametrilor fiziologici. Pentru persoanele în vârstă, singurătatea este adesea asociată cu deteriorarea stării lor de sănătate, probleme de sănătate mintală, declin cognitiv, autopercepția unei stări de sănătate precare și o creștere a ratei mortalității. Aceste constatări evidențiază impactul semnificativ al singurătății asupra sănătății individuale¹⁹. În plus, aceasta a fost corelată cu un statut socioeconomic inferior, sugerând implicații ample asupra bunăstării individuale și sociale²⁰.

Singurătatea la persoanele în vârstă generează o serie de consecințe negative, inclusiv frică, durere și anxietate, care se dezvoltă în tandem cu un sentiment de pierdere a independenței. Individul vârstnic aflat în singurătate manifestă adesea tendințe de gândire negativă și se concentrează mai mult pe aspectele negative ale vieții decât pe perspectivele pozitive²¹. În plus, încrederea redusă în ceilalți, timiditatea, simptomele depresive, manifestarea furiei, creșterea nivelului de tensiune și teama de a deveni victime ale violenței îi separă de societate și accentuează senzația de izolare și alienare.

Pe măsură ce trec anii, devine tot mai complicat pentru un individ să-și mențină independența, influența și puterea pe care le avea în tinerețe. În această perioadă de tranziție în care persoanele în vârstă renunță la rolurile active pe care le aveau înainte și se adaptează la o etapă mai pasivă, le este greu să găsească modalități de a-și satisface nevoile narcisice, pe care obișnuiau să le îndeplinească din surse variate în trecut. Această transformare psihosocială negativă (pierderea independenței) poate duce la depresie. Oamenii în vârstă singuri tind să

¹⁷ Markus Pinquart and Sören Sörensen, "Influences of Socioeconomic Status, Social Network, and Competence on Subjective Well-Being in Later Life: A Meta-Analysis," *Psychology and Aging* 15, no. 2 (2000): 187–224, <https://doi.org/10.1037//0882-7974.15.2.187>.

¹⁸ Keming Yang and Christina Victor, "Age and Loneliness in 25 European Nations," *Ageing and Society* 31, no. 8 (2011): 1368–88, <https://doi.org/10.1017/S0144686X1000139X>.

¹⁹ L. C. Hawkey, "Loneliness and Health," *Nature Reviews Disease Primers* 8 (2022): 22, <https://doi.org/10.1038/s41572-022-00355-9>.

²⁰ E. T. C. Lai, S. C. Ho, și J. Woo, „Social isolation, socioeconomic status, and development of functional impairments in Chinese older adults aged 70 years and over: a cohort study,” *Aging Clinical and Experimental Research* 35, nr. 1 (2023): 155–65, <https://doi.org/10.1007/s40520-022-02259-w>.

²¹ M. J. Prince, R. H. Harwood, R. A. Blizard, A. Thomas, și A. H. Mann, „Social support deficits, loneliness and life events as risk factors for depression in old age. The Gospel Oak Project VI,” *Psychological Medicine* 27, nr. 2 (1997): 323–32, <https://doi.org/10.1017/S0033291796004485>.

gândească negativ și să-și concentreze gândurile mai degrabă asupra propriei persoane decât asupra așteptărilor pozitive²².

Studiile anterioare au ilustrat că singurătatea acționează ca un factor independent, influențând negativ evoluția depresiei²³. Incidența depresiei indusă de singurătate, cu o prevalență estimată între 2% și 25% în rândul populației generale, joacă un rol semnificativ în spectrul afecțiunilor psihiatrice observate în etapa târzie a vieții²⁴. În plus, studiile efectuate de Oliveira Letícia Menezes²⁵ au subliniat existența unei corelații între creșterea speranței de viață și majorarea procentului populației vârstnice, coroborată cu o diminuare a calității vieții și a interacțiunilor sociale. Această tendință este atribuită modificărilor biopsihosociale asociate natural cu procesul de îmbătrânire.

Depresia sau manifestarea simptomelor depresive este o problemă semnificativă în rândul indivizilor în vârstă, având un impact substanțial asupra stării de bine și a calității vieții. Numeroase cercetări au arătat că frecvența simptomelor depresive crește odată cu înaintarea în vârstă. Aceste simptome depresive nu numai că ocupă un rol important ca indicatori ai sănătății mintale, ci sunt, de asemenea, considerați factori semnificativi de prognostic pentru starea de sănătate funcțională și durata de viață²⁶.

În ciuda percepției persistente că depresia este sinonimă cu procesul de îmbătrânire și că ar fi inevitabilă, investigații recente contestă această concepție greșită, evidențiind că depresia este cauzal asociată cu o serie de dificultăți sociale, fizice și psihologice. Aceste probleme sunt frecvent întâlnite în rândul populației adulte avansate în vârstă, ceea ce mărește susceptibilitatea la depresie; totuși, depresia nu este o consecință naturală a acestor probleme. Cercetările au arătat că există o corelație nesemnificativă între vârstă și prevalența depresiei, indicând că persoanele mai în vârstă pot dezvolta strategii mai eficiente de gestionare a depresiei, ceea ce poate duce la o frecvență mai mare a simptomelor depresive, dar cu o severitate redusă în comparație cu populațiile mai tinere²⁷.

Depresia la vârsta înaintată este influențată de factori genetici, situaționali, biologici și psihosociali. Studiile longitudinale au demonstrat că o creștere a simptomelor depresive este

²² M. Krause și A. Behn, „Depression and personality dysfunction: Towards the understanding of complex depression,” în *Depression and Personality Dysfunction: An Integrative Functional Domains Perspective*, ed. G. de la Parra, P. Dagnino, și A. Behn (Springer Nature Switzerland AG, 2021), 1–13.

²³ C. O’Lunaigh et al., „Loneliness and cognition in older people: the Dublin Healthy Ageing study,” *Aging & Mental Health* 16, nr. 3 (2012): 347–52, <https://doi.org/10.1080/13607863.2011.628977>.

²⁴ R. Mushtaq, S. Shoib, T. Shah, și S. Mushtaq, „Relationship between loneliness, psychiatric disorders and physical health? A review on the psychological aspects of loneliness,” *Journal of Clinical and Diagnostic Research* 8, nr. 9 (2014): WE01–WE4.

²⁵ L. M. de Oliveira, G. G. de Abrantes, G. da S. Ribeiro, N. M. Cunha, M. de L. de F. Pontes, și S. C. Vasconcelos, „Loneliness in senescence and its relationship with depressive symptoms: an integrative review,” *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia* 22, nr. 6 (2019), <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.190241>.

²⁶ G. J. Kennedy, „The epidemiology of late-life depression,” în *Suicide and depression in late life: Critical issues in treatment, research, and public policy*, ed. G. J. Kennedy (John Wiley & Sons, 1996), 23–37.

²⁷ Olli Remes, João F. Mendes, și Philip Templeton, „Biological, Psychological, and Social Determinants of Depression: A Review of Recent Literature,” *Brain Sciences* 11, nr. 12 (2021): 1633, <https://doi.org/10.3390/brainsci11121633>.

semnificativ asociată cu dificultăți accentuate în desfășurarea activităților zilnice²⁸. Starea de sănătate fizică este un factor major al depresiei în etapele finale ale vieții, cu multiple cauze, incluzând efectele psihologice ale conviețuirii cu o boală și dizabilitate, impactul durerii cronice, efectele biologice ale anumitor condiții medicale și medicamente care pot induce depresia prin efecte directe asupra creierului, precum și limitările sociale impuse de anumite boli asupra stilului de viață al persoanelor în vârstă, conducând la izolare și singurătate²⁹.

Depresia survenită la vârsta înaintată reprezintă o problemă complexă și diversă, corelată cu un parcurs cronic al afecțiunii³⁰, un risc accentuat de declin cognitiv sau apariția demenței în etape ulterioare³¹ și o rată crescută a mortalității premature³². Aceasta constituie una dintre principalele motive de dizabilitate, diminuând calitatea vieții pentru populația vârstnică³³. Se observă o corelație semnificativă între vârsta înaintată și severitatea tulburărilor depresive majore. Studiile subliniază că depresia mărește semnificativ riscul de mortalitate la adulți, în special prin cauze nenaturale și afecțiuni cardiovasculare, în timp ce alte studii sugerează o legătură între tulburările depresive și deteriorarea funcțiilor cognitive³⁴.

Această cercetare a avut ca obiectiv realizarea unei analize sistematice a literaturii de specialitate privind impactul longitudinal al singurătății asupra manifestărilor depresive în rândul populației adulte în vârstă. În concordanță cu studiile anterioare, constatările noastre subliniază că singurătatea constituie un factor de stres semnificativ, exercitând o influență considerabilă asupra simptomatologiei depresive. Toate analizele efectuate au indicat o legătură consistentă între experiența singurătății și exacerbară simptomelor depresive sau o progresie mai gravă a depresiei.

Cercetările anterioare sugerează că singurătatea și depresia sunt asociate și adesea apar concomitent. Dovezile privind asocierea îmbătrânirii cu singurătatea și simptomele depresive sunt contradictorii și există o lipsă de cercetare longitudinală în grupul de populație în vârstă³⁵.

²⁸ Yuri Milaneschi, Femke Lamers, Michael Berk, și Brenda W. J. H. Penninx, „Depression Heterogeneity and Its Biological Underpinnings: Toward Immunometabolic Depression,” *Biological Psychiatry* 88, nr. 5 (2020): 369–80, <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2020.01.014>.

²⁹ Derek Richards, „Prevalence and Clinical Course of Depression: A Review,” *Clinical Psychology Review* 31, nr. 7 (2011): 1117–25, <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.07.004>.

³⁰ E. A. P. Haigh, O. E. Bogucki, S. T. Sigmon, și D. G. Blazer, „Depression Among Older Adults: A 20-Year Update on Five Common Myths and Misconceptions,” *The American Journal of Geriatric Psychiatry* 26, nr. 1 (2018): 107–22, <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2017.06.011>.

³¹ A. Singh-Manoux et al., „Trajectories of Depressive Symptoms Before Diagnosis of Dementia: A 28-Year Follow-up Study,” *JAMA Psychiatry* 74, nr. 7 (2017): 712–18, <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2017.0660>.

³² D. G. Blazer, „Depression in Late Life: Review and Commentary,” *The Journals of Gerontology. Series A, Biological Sciences and Medical Sciences* 58, nr. 3 (2003): 249–65, <https://doi.org/10.1093/gerona/58.3.m249>.

³³ I. Skoog, „Psychiatric Disorders in the Elderly,” *Canadian Journal of Psychiatry. Revue Canadienne de Psychiatrie* 56, nr. 7 (2011): 387–97, <https://doi.org/10.1177/070674371105600702>.

³⁴ C. E. Speck et al., „History of Depression as a Risk Factor for Alzheimer's Disease,” *Epidemiology* 6, nr. 4 (1995): 366–69, <https://doi.org/10.1097/00001648-199507000-00006>.

³⁵ D. G. Blazer, „Depression in Late Life: Review and Commentary,” *The Journals of Gerontology. Series A, Biological Sciences and Medical Sciences* 58, nr. 3 (2003): 249–65, <https://doi.org/10.1093/gerona/58.3.m249>.

Singurătatea poate fi fie un factor de risc pentru depresie, fie o consecință a problemelor de sănătate mintală³⁶. Unele studii sugerează o asociere bidirecțională între singurătate și depresie, iar altele consideră că depresia este variabila independentă, iar singurătatea este variabilă de rezultat³⁷. Am decis să selectăm cercetări originale care au măsurat impactul singurătății asupra depresiei la vârstnici.

Majoritatea dovezilor referitoare la asocierea dintre depresie și singurătate se bazează pe studii de design transversale. Se știe puțin despre asocierea temporală dintre singurătate și depresie³⁸. Pentru a umple golurile cercetării și pentru a ne consolida cunoștințele cu privire la impactul singurătății asupra depresiei în timp, am inclus doar studii longitudinale în această revizuire sistematică. Am emis ipoteza că singurătatea are un impact important asupra noului debut al unui episod de simptome depresive și asupra cursului depresiei.

Cacioppo și colaboratorii săi au evidențiat o asociere puternică între singurătate și depresie în rândul adulților în vârstă. Ei au observat, de asemenea, că singurătatea și simptomatologia depresivă pot acționa într-un mod sinergic pentru a diminua bunăstarea la adulții de vârstă mijlocie și în vârstă³⁹.

Depresia și singurătatea au fost ambele asociate cu diverse aspecte ale rețelelor sociale, inclusiv frecvența interacțiunilor sociale, calitatea și amplitudinea acestora. Într-o revizuire sistematică a relației dintre relațiile sociale și depresie realizată de Santini și colegii săi⁴⁰, s-a constatat că suportul emoțional perceput, suportul instrumental perceput, precum și prezența rețelelor sociale extinse și variate au efecte pozitive semnificative. În mod similar, o analiză efectuată de Cohen-Mansfield și colaboratorii săi⁴¹ a evidențiat factorii cantitativi și calitativi ai rețelelor sociale care contribuie la sentimentele de singurătate.

Cercetările efectuate de Cacioppo, Hawkey și Thisted (2010)⁴² indică faptul că singurătatea poate funcționa ca un predictor al simptomelor depresive. Studii ulterioare, inclusiv

³⁶ R. L. Heikkinen și M. Kauppinen, „Depressive Symptoms in Late Life: A 10-Year Follow-Up,” *Archives of Gerontology and Geriatrics* 38, nr. 3 (2004): 239–250, <https://doi.org/10.1016/j.archger.2003.10.004>.

³⁷ L. Dahlberg et al., „Predictors of Loneliness among Older Women and Men in Sweden: A National Longitudinal Study,” *Aging & Mental Health* 19, nr. 5 (2015): 409–417, <https://doi.org/10.1080/13607863.2014.944091>.

³⁸ E. Courtin și M. Knapp, „Social Isolation, Loneliness and Health in Old Age: A Scoping Review,” *Health & Social Care in the Community* 25, nr. 3 (2017): 799–812, <https://doi.org/10.1111/hsc.12311>.

³⁹ J. T. Cacioppo, M. E. Hughes, L. J. Waite, L. C. Hawkey, și R. A. Thisted, „Loneliness as a Specific Risk Factor for Depressive Symptoms: Cross-Sectional and Longitudinal Analyses,” *Psychology and Aging* 21, nr. 1 (2006): 140–51, <https://doi.org/10.1037/0882-7974.21.1.140>.

⁴⁰ Z. I. Santini, A. Koyanagi, S. Tyrovolas, C. Mason și J. M. Haro, „The Association between Social Relationships and Depression: A Systematic Review,” *Journal of Affective Disorders* 175 (2015): 53–65, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.12.049>.

⁴¹ J. Cohen-Mansfield, H. Hazan, Y. Lerman și V. Shalom, „Correlates and Predictors of Loneliness in Older Adults: A Review of Quantitative Results Informed by Qualitative Insights,” *International Psychogeriatrics* 28, nr. 4 (2016): 557–576, <https://doi.org/10.1017/S1041610215001532>.

⁴² John T. Cacioppo, Louise C. Hawkey și Richard A. Thisted, „Perceived Social Isolation Makes Me Sad: 5-Year Cross-Lagged Analyses of Loneliness and Depressive Symptomatology in the Chicago Health, Aging, and Social Relations Study,” *Psychology and Aging* 25, nr. 2 (2010): 453–463, <https://doi.org/10.1037/a0017216>.

cele realizate de Tripathi și Asthana, au validat conexiunea dintre singurătate și depresie, evidențiind, de asemenea, rolul singurătății ca variabilă mediatoare în relația dintre diverse constructe psihologice⁴³. Stickley și Koyanagi⁴⁴ au observat că legătura dintre multimorbiditatea fizică și singurătate este semnificativ mediată de depresie (15,4%), subliniind că relația dintre singurătate și multimorbiditate rămâne în mare parte neelucidată.

Studiul realizat de Stek și colaboratorii săi a subliniat că percepția singurătății contribuie semnificativ la impactul depresiei asupra mortalității, sugerând că, în rândul persoanelor vârstnice, depresia este asociată cu mortalitatea numai în prezența sentimentelor de singurătate⁴⁵. Depresia coexistă frecvent cu singurătatea, iar simptomele depresive, cum ar fi retragerea socială, anxietatea, lipsa de motivație și tristețea, pot adesea să imite și să mascheze simptomele singurătății⁴⁶.

Depresia și singurătatea, prezentând caracteristici similare, sugerează că existența fiecăreia dintre aceste condiții în populația vârstnică poate amplifica simptomele celeilalte. Prin urmare, singurătatea este identificată ca un factor de risc major pentru dezvoltarea depresiei, iar, invers, depresia poate intensifica experiențele de singurătate în acest segment demografic⁴⁷. Această corelație bidirecțională subliniază importanța strategiilor terapeutice integrate, care abordează simultan ambele probleme pentru a îmbunătăți intervențiile în domeniul sănătății mintale la vârstnici.

Acest studiu se concentrează pe explorarea dinamicii dintre depresie și singurătate în rândul persoanelor în vârstă, evidențiindu-se ca probleme primare ce afectează calitatea vieții în acest grup. Deși relația cauzală dintre singurătate și depresie rămâne încă neclară, cercetările efectuate pe adulți vârstnici au furnizat dovezi care sugerează că singurătatea poate precede și prezice creșterea simptomelor depresive, fără a fi demonstrată o relație semnificativă în sens invers. Aceasta indică necesitatea unui examen mai detaliat al interacțiunii dintre singurătate și depresie, pentru a dezvolta abordări terapeutice eficace care să adreseze complexitatea și interconectivitatea acestor stări în contextul îngrijirii populației vârstnice.

Singurătatea și depresia împărtășesc caracteristici comune, ceea ce sugerează că prezența uneia dintre aceste stări la adulții vârstnici poate intensifica manifestările celeilalte. Astfel, singurătatea constituie un factor de risc semnificativ pentru dezvoltarea depresiei, în timp

⁴³ M. Tripathi și H. S. Asthana, „Loneliness Self Efficacy and Mental Health Among Elderly,” *International Journal of Psychosocial Research* 4 (2015): 101–104.

⁴⁴ Andrew Stickley și Ai Koyanagi, „Physical Multimorbidity and Loneliness: A Population-Based Study,” *PloS One* 13, nr. 1 (2018): e0191651, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0191651>.

⁴⁵ M. L. Stek et al., „Is Depression in Old Age Fatal Only When People Feel Lonely?,” *The American Journal of Psychiatry* 162, nr. 1 (2005): 178–180, <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.162.1.178>.

⁴⁶ S. Cacioppo et al., „Loneliness: Clinical Import and Interventions,” *Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science* 10, nr. 2 (2015): 238–249, <https://doi.org/10.1177/1745691615570616>.

⁴⁷ D. Segel-Karpas, L. Ayalon și M. E. Lachman, „Loneliness and Depressive Symptoms: The Moderating Role of the Transition into Retirement,” *Aging & Mental Health* 22, nr. 1 (2018): 135–140, <https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1226770>.

ce, reciproc, depresia poate exacerba percepțiile de singurătate în rândul adulților vârstnici⁴⁸. Această interdependență între singurătate și depresie accentuează necesitatea abordărilor terapeutice care să vizeze simultan ambele condiții pentru a optimiza intervențiile în sănătatea mintală a populației vârstnice.

4. Concluzii

În literatura academică, senectutea este adesea caracterizată printr-o perspectivă negativă, asociindu-se cu declinul funcționalităților fizice și psihologice, izolarea de activitățile socioeconomice și alte aspecte ale vieții sociale. Această etapă a vieții este frecvent percepută ca fiind marcată de probleme, unde introspecția devine un refugiu pentru găsirea sensului existenței, în timp ce fragilitatea fizică accentuează dependența de suportul celorlalți. Depresia generată de anticiparea finalului vieții, combinată cu diminuarea veniturilor și, implicit, a statutului social și familial, poate conduce la stări de profundă disperare. Conceptul de *senectute* evocă adesea ideea de final al unei vieți productive și împlinite.

Cu toate acestea, înțelegerea senectuții dintr-o perspectivă bio-psihosocială este esențială, deoarece această fază a vieții este strâns legată de etapele anterioare și adaptarea la aceasta depinde de dinamica interacțiunilor fizice, psihologice și sociale ale individului. Morbiditatea psihiatrică, în special depresia și singurătatea, reprezintă aspecte critice care pot afecta semnificativ calitatea vieții persoanelor vârstnice. Înțelegerea amplitudinii și complexității acestor probleme este crucială pentru elaborarea unor strategii eficiente de evaluare și îngrijire geriatrică. Cu toate acestea, o proporție semnificativă a acestor cazuri rămâne nediagnosticată.

Cercetările anterioare au evidențiat că prevalența singurătății și a depresiei în rândul populației vârstnice este în general ridicată, susținând necesitatea unei atenții sporite asupra acestei problematice. Studiul actual contribuie la literatura existentă, demonstrând existența unei corelații statistice semnificative între singurătate și depresie la vârstnici. Aceste descoperiri subliniază importanța abordărilor interdisciplinare în evaluarea și intervenția geriatrică, evidențiind nevoia de strategii integrate care să se adreseze atât componentelor psihologice, cât și celor sociale ale bunăstării în senectute.

În contextul actual al literaturii academice, se observă o explorare detaliată a interacțiunii dintre singurătate și manifestările depresive în rândul populației vârstnice. Această analiză sistematică se articulează pe trei axe principale de discuție, care evidențiază complexitatea și profunditatea relației dintre aceste două variabile. Evidența empirică indică faptul că singurătatea constituie un predictor semnificativ pentru debutul și evoluția simptomelor depresive la indivizii în etapa senectuții. Studiile analizate demonstrează o asociere temporală clară între nivelurile de singurătate și apariția ulterioară a depresiei, subliniind astfel caracterul predictiv al singurătății în contextul sănătății mintale a vârstnicilor.

Din perspectiva longitudinală, rezultatele sugerează că singurătatea nu numai că precedă manifestările depresive, dar joacă și un rol determinant în agravarea simptomatologiei depresive existente. Această dinamică este evidențiată prin probabilitatea crescută a indivizilor singuratici

⁴⁸ John T. Cacioppo, Louise C. Hawkley și Richard A. Thisted, „Perceived Social Isolation Makes Me Sad: 5-Year Cross-Lagged Analyses of Loneliness and Depressive Symptomatology in the Chicago Health, Aging, and Social Relations Study,” *Psychology and Aging* 25, nr. 2 (2010): 453–463, <https://doi.org/10.1037/a0017216>.

de a experimenta o intensificare a manifestărilor depresive pe parcursul timpului. Analiza longitudinală dezvăluie, de asemenea, că persistența singurătății în rândul vârstnicilor poate inhiba procesul de remitere a depresiei, menținând starea depresivă pe durata studiului. Această constatare subliniază rolul negativ continuu al singurătății în contextul recuperării sănătății mintale.

Revizuirea sistematică pune în evidență necesitatea unei explorări suplimentare a relației cauzale dintre singurătate și depresie, având în vedere posibilitatea unei dinamici bidirecționale. În plus, se observă o eterogenitate în mărimea efectului studiilor analizate, care poate fi atribuită variațiilor în covariatele studiate. Astfel, se identifică factori precum starea cognitivă, mobilitatea, dificultățile financiare și caracteristicile de personalitate ca fiind posibili moderatori ai relației dintre singurătate și manifestările depresive.

Această analiză subliniază importanța dezvoltării și implementării de intervenții targetate pentru prevenirea și ameliorarea impactului singurătății asupra sănătății mintale a vârstnicilor. Totodată, se accentuează necesitatea cercetărilor viitoare pentru o înțelegere mai profundă a mecanismelor prin care singurătatea afectează depresia și pentru identificarea strategiilor eficiente de intervenție. În concluzie, această sinteză academică oferă o bază solidă pentru investigații ulterioare, cu scopul de a îmbunătăți abordările terapeutice și de suport pentru vârstnicii afectați de singurătate și depresie.

Rezumat

În cadrul societăților contemporane, unde durata medie de viață este într-o continuă creștere, fenomenul singurătății și prevalența simptomelor depresive în rândul populației geriatrice se impun ca teme de interes major. Prezenta lucrare și-a propus să exploreze, printr-o abordare longitudinală, relația dintre singurătate și manifestările depresive la persoanele în vârstă. O revizuire exhaustivă a literaturii de specialitate a condus la selecția studiilor semnificative, ale căror rezultate evidențiază o asociere consistentă și semnificativă între singurătate și simptomele depresive. Această corelație subliniază necesitatea unui design de cercetare complex, care să integreze variabilele moderatoare, pentru a oferi o înțelegere profundă a mecanismelor subiacente. Astfel, investigațiile viitoare ar trebui să se concentreze pe identificarea și analiza impactului variabilelor moderatoare asupra dinamicii relației dintre singurătate și depresie, pentru a dezvolta intervenții terapeutice adaptate nevoilor specifice ale populației vârstnice.

References

- Blazer, D. G. „Depression in Late Life: Review and Commentary.” *The Journals of Gerontology. Series A, Biological Sciences and Medical Sciences* 58, nr. 3 (2003): 249–65.
<https://doi.org/10.1093/gerona/58.3.m249>.
- Bowling, A. P., Edelmann, R. J., Leaver, J., și Hoekel, T. „Loneliness, Mobility, Well-Being and Social Support in a Sample of Over 85 Year Olds.” *Personality and Individual Differences* 10, nr. 11 (1989): 1189–1192.
- Cacioppo, John T., Louise C. Hawkey, și Richard A. Thisted. „Perceived Social Isolation Makes Me Sad: 5-Year Cross-Lagged Analyses of Loneliness and Depressive Symptomatology in the

- Chicago Health, Aging, and Social Relations Study." *Psychology and Aging* 25, nr. 2 (2010): 453–463. <https://doi.org/10.1037/a0017216>.
- Cacioppo, J. T., M. E. Hughes, L. J. Waite, L. C. Hawkley, și R. A. Thisted. „Loneliness as a Specific Risk Factor for Depressive Symptoms: Cross-Sectional and Longitudinal Analyses." *Psychology and Aging* 21, nr. 1 (2006): 140–51. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.21.1.140>.
- Cacioppo, S., Grippo, A. J., London, S., Goossens, L., și J. T. Cacioppo. „Loneliness: Clinical Import and Interventions." *Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science* 10, nr. 2 (2015): 238–249. <https://doi.org/10.1177/1745691615570616>.
- Cacioppo, John T., Louise C. Hawkley, John M. Ernst, Mark Burleson, Gregory G. Berntson, Behzad Nouriani, et al. „Loneliness within a Nomological Net: An Evolutionary Perspective." *Journal of Research in Personality* 40, no. 6 (2006): 1054–85.
- Cohen-Mansfield, J., Hazan, H., Lerman, Y., și Shalom, V. „Correlates and Predictors of Loneliness in Older Adults: A Review of Quantitative Results Informed by Qualitative Insights." *International Psychogeriatrics* 28, nr. 4 (2016): 557–576. <https://doi.org/10.1017/S1041610215001532>.
- Courtin, E., și Knapp, M. „Social Isolation, Loneliness and Health in Old Age: A Scoping Review." *Health & Social Care in the Community* 25, nr. 3 (2017): 799–812. <https://doi.org/10.1111/hsc.12311>.
- Dahlberg, L., Andersson, L., McKee, K. J., și Lennartsson, C. „Predictors of Loneliness among Older Women and Men in Sweden: A National Longitudinal Study." *Aging & Mental Health* 19, nr. 5 (2015): 409–417. <https://doi.org/10.1080/13607863.2014.944091>.
- Domènech-Abella, J., Mundó, J., Haro, J. M., și Rubio-Valera, M. „Anxiety, Depression, Loneliness and Social Network in the Elderly: Longitudinal Associations from The Irish Longitudinal Study on Ageing (TILDA)." *Journal of Affective Disorders* 246 (2019): 82–88. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.12.043>.
- Dykstra, P. A. „Older Adult Loneliness: Myths and Realities." *European Journal of Ageing* 6, no. 2 (2009): 91–100.
- Fiske, Amy, Jessica L. Wetherell, și Mary Gatz. „Depression in Older Adults." *Annual Review of Clinical Psychology* 5 (2009): 363–89. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.032408.153621>.
- Haigh, E. A. P., O. E. Bogucki, S. T. Sigmon, și D. G. Blazer. „Depression Among Older Adults: A 20-Year Update on Five Common Myths and Misconceptions." *The American Journal of Geriatric Psychiatry* 26, nr. 1 (2018): 107–22. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2017.06.011>.
- Hawkley, L. C. „Loneliness and Health." *Nature Reviews Disease Primers* 8 (2022): 22. <https://doi.org/10.1038/s41572-022-00355-9>.
- Heikkinen, R. L., și Kauppinen, M. „Depressive Symptoms in Late Life: A 10-Year Follow-Up." *Archives of Gerontology and Geriatrics* 38, nr. 3 (2004): 239–250. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2003.10.004>.
- Kennedy, G. J. „The epidemiology of late-life depression." În *Suicide and depression in late life: Critical issues in treatment, research, and public policy*, editat de G. J. Kennedy, 23–37. John Wiley & Sons, 1996.
- Krause, M., și A. Behn. „Depression and personality dysfunction: Towards the understanding of complex depression." În *Depression and Personality Dysfunction: An Integrative Functional Domains Perspective*, editat de G. de la Parra, P. Dagnino și A. Behn, 1–13. Springer Nature Switzerland AG, 2021.
- Lai, E. T. C., S. C. Ho, și J. Woo. „Social isolation, socioeconomic status, and development of functional impairments in Chinese older adults aged 70 years and over: a cohort study." *Aging Clinical and Experimental Research* 35, nr. 1 (2023): 155–65. <https://doi.org/10.1007/s40520-022-02259-w>.

- Margrain, T. H., și M. Boulton. „Sensory Impairment.” În *The Cambridge Handbook of Age and Ageing*, editat de M. L. Johnson, V. L. Benston, P. G. Coleman și T. B. L. Kirkwood. Cambridge: Cambridge University Press, 2005.
- Milaneschi, Yuri, Femke Lamers, Michael Berk, și Brenda W. J. H. Penninx. „Depression Heterogeneity and Its Biological Underpinnings: Toward Immunometabolic Depression.” *Biological Psychiatry* 88, nr. 5 (2020): 369–80. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2020.01.014>.
- Mushtaq, R., S. Shoib, T. Shah, și S. Mushtaq. „Relationship between loneliness, psychiatric disorders and physical health? A review on the psychological aspects of loneliness.” *Journal of Clinical and Diagnostic Research* 8, nr. 9 (2014): WE01–WE4.
- Ó Luanaigh, C., și B. A. Lawlor. „Loneliness and the Health of Older People.” *International Journal of Geriatric Psychiatry: A Journal of the Psychiatry of Late Life and Allied Science* 23, nr. 12 (2008): 1213–1221.
- O’Luanaigh, C., H. O’Connell, A. V. Chin, F. Hamilton, R. Coen, C. Walsh, J. B. Walsh, D. Caokley, C. Cunningham, și B. A. Lawlor. „Loneliness and cognition in older people: the Dublin Healthy Ageing study.” *Aging & Mental Health* 16, nr. 3 (2012): 347–52. <https://doi.org/10.1080/13607863.2011.628977>.
- Oliveira, L. M. de, G. G. de Abrantes, G. da S. Ribeiro, N. M. Cunha, M. de L. de F. Pontes, și S. C. Vasconcelos. „Loneliness in senescence and its relationship with depressive symptoms: an integrative review.” *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia* 22, nr. 6 (2019). <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.190241>.
- Perlman, Daniel, and Letitia Anne Peplau. “Towards a Social Psychology of Loneliness.” In *Personal Relationships: Personal Relationships in Disorder*, edited by Steve Duck and Rodney Gilmour, 31–56. London: Academic Press, 1981.
- Remes, Olli, João F. Mendes, și Philip Templeton. „Biological, Psychological, and Social Determinants of Depression: A Review of Recent Literature.” *Brain Sciences* 11, nr. 12 (2021): 1633. <https://doi.org/10.3390/brainsci11121633>.
- Richards, Derek. „Prevalence and Clinical Course of Depression: A Review.” *Clinical Psychology Review* 31, nr. 7 (2011): 1117–25. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.07.004>.
- Santini, Z. I., A. Koyanagi, S. Tyrovolas, C. Mason, și J. M. Haro. „The Association between Social Relationships and Depression: A Systematic Review.” *Journal of Affective Disorders* 175 (2015): 53–65. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.12.049>.
- Singh-Manoux, A., A. Dugravot, A. Fournier, J. Abell, K. Ebmeier, M. Kivimäki, și S. Sabia. „Trajectories of Depressive Symptoms Before Diagnosis of Dementia: A 28-Year Follow-up Study.” *JAMA Psychiatry* 74, nr. 7 (2017): 712–18. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2017.0660>.
- Speck, C. E., W. A. Kukull, D. E. Brenner, J. D. Bowen, W. C. McCormick, L. Teri, M. L. Pfanschmidt, J. D. Thompson, și E. B. Larson. „History of Depression as a Risk Factor for Alzheimer's Disease.” *Epidemiology* 6, nr. 4 (1995): 366–69. <https://doi.org/10.1097/00001648-199507000-00006>.
- Stek, M. L., Vinkers, D. J., Gussekloo, J., Beekman, A. T., van der Mast, R. C., și R. G. Westendorp. „Is Depression in Old Age Fatal Only When People Feel Lonely?” *The American Journal of Psychiatry* 162, nr. 1 (2005): 178–180. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.162.1.178>.
- Skoog, I. „Psychiatric Disorders in the Elderly.” *Canadian Journal of Psychiatry. Revue Canadienne de Psychiatrie* 56, nr. 7 (2011): 387–97. <https://doi.org/10.1177/070674371105600702>.
- Weiss, Robert S. *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. Cambridge, MA: MIT Press, 1974.
- Yang, Keming, and Christina Victor. “Age and Loneliness in 25 European Nations.” *Ageing and Society* 31, no. 8 (2011): 1368–88. <https://doi.org/10.1017/S0144686X1000139X>.

- Patel, Sanjay S., și Anna Clark-Ginsberg. „Incorporating Issues of Elderly Loneliness into the Coronavirus Disease-2019 Public Health Response.” *Disaster Medicine and Public Health Preparedness* 14, nr. 3 (2020): e13–e14. <https://doi.org/10.1017/dmp.2020.145>.
- Pinquart, Markus, and Sören Sörensen. “Influences of Socioeconomic Status, Social Network, and Competence on Subjective Well-Being in Later Life: A Meta-Analysis.” *Psychology and Aging* 15, no. 2 (2000): 187–224. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.15.2.187>.
- Prince, M. J., R. H. Harwood, R. A. Blizard, A. Thomas, și A. H. Mann. „Social support deficits, loneliness and life events as risk factors for depression in old age. The Gospel Oak Project VI.” *Psychological Medicine* 27, nr. 2 (1997): 323–32. <https://doi.org/10.1017/S0033291796004485>.
- Solmi, M., N. Veronese, D. Galvano ș.a. „Factors Associated With Loneliness: An Umbrella Review Of Observational Studies.” *Journal of Affective Disorders* 271 (2020): 131–38.
- Tiikkainen, P., și Heikkinen, R. L. „Associations between Loneliness, Depressive Symptoms and Perceived Togetherness in Older People.” *Aging & Mental Health* 9, nr. 6 (2005): 526–534. <https://doi.org/10.1080/13607860500193138>.
- Wong, P. T. „Personal Meaning and Successful Aging.” *Canadian Psychology/Psychologie canadienne* 30, nr. 3 (1989): 516–525.
- Tripathi, M., și H. S. Asthana. „Loneliness Self Efficacy and Mental Health Among Elderly.” *International Journal of Psychosocial Research* 4 (2015): 101–104.
- Stickley, Andrew, și Ai Koyanagi. „Physical Multimorbidity and Loneliness: A Population-Based Study.” *PloS One* 13, nr. 1 (2018): e0191651. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0191651>.
- Segel-Karpas, D., Ayalon, L., și Lachman, M. E. „Loneliness and Depressive Symptoms: The Moderating Role of the Transition into Retirement.” *Aging & Mental Health* 22, nr. 1 (2018): 135–140. <https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1226770>.