

# COVID-19: IMPACTO DO ISOLAMENTO SOCIAL NA SAÚDE DOS IDOSOS

## COVID-19: IMPACT OF SOCIAL ISOLATION ON THE HEALTH OF THE ELDERLY

ANA CAROLINA MOREIRA FILETE<sup>1</sup>, ARIÁDNA EMERICK VIEIRA<sup>1</sup>, MÁRCIA DUTRA AGUIAR<sup>1</sup>, FLÁVIA DOS SANTOS LUGÃO DE SOUZA<sup>2\*</sup>

1. Acadêmicas do curso de Graduação em Enfermagem pela Faculdade do Futuro; 2. Enfermeira, Doutora pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Escola de Enfermagem Anna Nery (UFRJ), Pós-graduação em Enfermagem Cardiológica pela Escola de Enfermagem Anna Nery (UFRJ), Graduação em Enfermagem e Obstetrícia pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Professora da Faculdade do Futuro e da UNIFACIG.

\*Rua David Gonçalves de Oliveira, 68, Pinheiro II, Manhuaçu, Minas Gerais, Brasil. CEP: 36900-000. [flavia.l.s@terra.com.br](mailto:flavia.l.s@terra.com.br)

Recebido em 30/11/2022. Aceito para publicação em 10/04/2023

### RESUMO

O estudo tem como objetivo analisar os impactos do isolamento social da COVID-19 na saúde física e mental da população idosa e abordar quanto aos aspectos relacionados ao fator biopsicossocial. Trata-se de uma Revisão Integrativa, qualitativa, exploratória, realizada a partir da seleção de publicações científicas listadas nas bases de dados: BVS, SciELO e Painel Oficial de Casos de doença pelo coronavírus. Após a seleção da amostra, 18 artigos foram analisados e, em seguida, construída a argumentação do estudo. Evidencia-se a necessidade do cuidado adequado e humanizado ao idoso, a fim de minimizar os impactos causados pelo distanciamento social.

**PALAVRAS-CHAVE:** COVID-19; Isolamento Social; Saúde do Idoso.

### ABSTRACT

To analyze the impacts of COVID-19's social isolation on the physical and mental health of the elderly population and address aspects related to the biopsychosocial factor. This is an integrative, qualitative, exploratory review, carried out from the selection of scientific publications listed in the databases: BVS, SciELO and Official Panel of Coronavirus Disease Cases. After selecting the sample, 18 articles were analyzed and then the argumentation of the study was built. The need for adequate and humanized care for the elderly is evidenced, to minimize the impacts caused by social distancing.

**KEYWORDS:** COVID-19; Social isolation; Elderly Health.

## 1. INTRODUÇÃO

A Covid-19 é uma patologia respiratória que tem como agente etiológico uma categoria de coronavírus, o SARS-CoV-2, e obteve o primeiro registro de caso em Wuhan no final de 2019, chegando ao Brasil em 26 de fevereiro e se disseminando posteriormente por vários países, considerada pandemia em 21 de março

de 2020. Como característica, apresenta sintomas leves ou moderados gripais como tosse, coriza, irritação na garganta, perda de olfato e paladar, dispneia e febre, porém podem agravar para síndrome respiratória aguda grave<sup>1</sup>.

Segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde) e CCDC (Centro de Controle e Prevenção de Doenças na China) os idosos se caracterizam como o grupo de risco para desenvolver a forma mais grave da doença, visto que em 2020 indicam um índice de mortalidade de 8,8% na faixa etária de 60 anos, e acima de 80 anos esse valor sobe para 14,8%. Considerando que no período estudado, na média geral, a letalidade da Covid-19 era de 2,3% e encontrava-se hoje no Brasil em 2,8%<sup>2,3</sup>.

As medidas de restrições e isolamento já estão ativas no Brasil há mais de um ano e meio, na tentativa de reduzir os níveis de contaminação. A OMS sugeriu que todos os países adotassem o distanciamento social com a finalidade de conter o avanço do vírus, bem como evitar a decadência dos sistemas de saúde e reduzir o número de vítimas. Este cenário de distanciamento e migração do processo de trabalho presencial para home office, proibição de aglomerações, circulação e limitação de contato com “populações especiais” como nas ILPI's (Instituições de Longa Permanência para Idosos), pode gerar fragilização do vínculo familiar e social desencadeando em danos emocionais, financeiros e sofrimento<sup>4</sup>.

Dentre a população geral, as medidas de isolamento se tornam preocupantes quando se trata da população idosa, visto que transtornos biopsicossociais, distúrbios cardiovasculares, de saúde mental, neuro cognitivos e doenças crônicas são mais prevalentes nesse grupo<sup>5</sup>. Seguindo essa vertente de pensamento, cabe destacar que o fator cidadania, fundamental ao idoso viver em sociedade assim como ter a segurança de desenvolvimento de seu papel, proporcionando então um envelhecimento em plenitude<sup>6</sup>.

Diante do exposto, levantam-se na literatura duas vertentes, tanto a necessidade do Isolamento Social

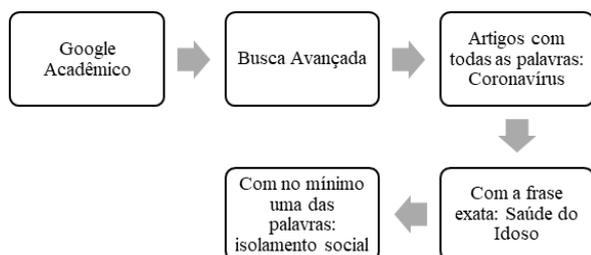
(IS) como medida de controle epidemiológico imediata e o IS quanto problema de saúde pública e os impactos negativos que ele pode causar na saúde dos idosos<sup>7</sup>.

Mediante tal fato, seguindo essa vertente de pensamento o estudo foi norteado pela problemática “Quais os impactos o isolamento social pode trazer para a saúde física e mental dos idosos?” e “De que forma o perfil biopsicossocial dos idosos pode implicar na sua saúde em tempos de pandemia?”. Em conformidade com os questionamentos expostos, o estudo tem como objetivo realizar uma análise dos impactos do isolamento social na saúde física e mental da população idosa, bem como, realizar uma investigação sobre o conceito de envelhecimento e abordar aspectos relacionados ao perfil biopsicossocial desse grupo.

## 2. MATERIAL E MÉTODOS

O estudo trata-se de uma pesquisa integrativa, qualitativa exploratória, com a finalidade de alcançar os objetivos expostos anteriormente. Para a seleção dos artigos que compõem a pesquisa, foram utilizados os seguintes descritores: COVID-19; Isolamento Social; Envelhecimento; Saúde do Idoso. O corte temporal utilizado no estudo foi do ano 2020 a 2021, para os artigos, já para as referências extras o período de 2014 a 2021.

Na elaboração deste trabalho, realizou-se a seleção de 18 publicações na plataforma SciELO e publicações em revistas como Cogitare Enfermagem, Brazilian Journal of Development, Revista de Saúde Pública, entre outras. Além disso, foi realizada a coleta de dados do Painel Oficial de Casos de doença pelo coronavírus, em 3 livros eletrônicos sobre o tema, fornecidos pelo Ministério da Saúde e OPAS (Organização Pan-Americana de Saúde), e no livro físico “Tratado de Enfermagem”. Como conceito de inclusão, foram selecionados artigos em português, disponíveis gratuitamente.



**Fluxograma 1.** Busca avançada para seleção dos artigos. **Fonte:** Autores do estudo, (2021).

Para seleção das publicações, realizou-se a procura por levantamento eletrônico dos artigos mais relevantes que abordassem o tema. Através da análise crítica da literatura, por meio da leitura, foi estabelecido um cruzamento das principais ideias abordadas pelos autores para a construção e elaboração do estudo. Foram excluídos os artigos que estavam em outra língua, fora do corte temporal estabelecido no estudo e publicações que não tinham relação com o tema aqui abordado.

## 3. RESULTADOS

Após realizar a seleção dos artigos, conforme os critérios estabelecidos de inclusão e exclusão obteve-se a amostra do estudo. Foram selecionados 18 artigos (Tabela 1), com 4 outras referências de base, para elaboração do estudo e obtenção de dados.

**Tabela 1:** Total de artigos selecionados a partir dos descritores nas bases de dados:

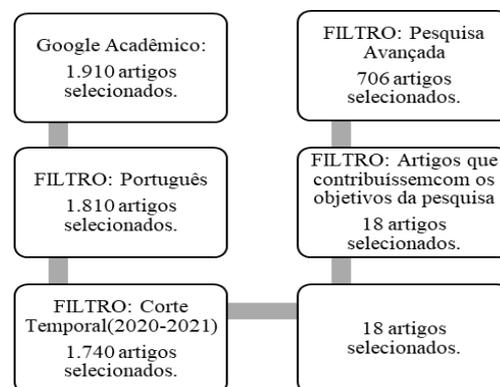
BASE / N° de artigos		
DESCRITORES	Google Acadêmico	%
Saúde do idoso, Covid-19, Envelhecimento, Isolamento Social	1.910	100%
<b>Total de artigos selecionados</b>	18	0,95%

**Fonte:** Autores do estudo, (2021).

Foi realizada a coleta dos dados e análise, conforme a metodologia citada, para atingir o objetivo proposto pelo estudo. Segue abaixo os fluxogramas 2 e 3 com o detalhamento da coleta de dados e seleção dos artigos para o estudo.



**Fluxograma 2.** Seleção dos artigos a partir dos descritores. **Fonte:** Autores do estudo, (2021).



**Fluxograma 3:** Descartes dos artigos durante a implementação dos filtros. **Fonte:** Autores do estudo, (2021).

Em conformidade com os critérios estabelecidos, foram escolhidos os artigos, apresentados no Quadro 1. De acordo com isso, tornou-se possível a abordagem e discussão do assunto através de tópicos relevantes como a conceituação do Covid-19, isolamento Social e envelhecimento, realizar uma análise em relação ao lado positivo e negativo das medidas de isolamento social para a terceira idade, levantar as vertentes do processo de envelhecimento e a questão biopsicossocial do idoso, de acordo com características biológicas, psicológicas e sociais desse grupo além de relacionar o impacto dessas particularidades com o momento pandêmico vivido.

**Quadro 1.** Artigos selecionados para a realização da pesquisa:

TÍTULO	AUTOR	ANO	ÁREA
Administração de uma ILPI durante a pandemia da Covid-19: Relato de experiência profissional.	Bianchi e Longo	2021	Enfermagem e Biologia
COVID-19: seus impactos clínicos e psicológicos na população idosa.	Costa, et al.	2020	Enfermagem, Biologia
Atuação de movimentos sociais e entidades na pandemia da COVID-19 no Brasil: O cuidado à pessoa idosa em Instituições de Longa Permanência.	Fernandes	2021	Enfermagem, Medicina.
Solidão em idosos e fatores associados.	Ferreira e Casemiro	2021	Psicologia
Senescência e institucionalização: revisão literária acerca da percepção de solidão no idoso.	Galiza, et al.	2020	Psicologia
COVID-19: Desafios do cotidiano e estratégias de enfrentamento frente ao isolamento social.	Guinancio	2020	Enfermagem
Saúde do Idoso em tempos de pandemia Covid-19.	Hammerschmidt e Santana	2020	Enfermagem
O idoso e a pandemia do Covid-19: uma análise de artigos publicados em jornais.	Leão, Ferreira, Faustino	2020	Enfermagem
Idosos e saúde mental: impactos da pandemia COVID-19.	Monteiro, Figueiredo e Cayana	2021	Enfermagem, Medicina e Odontologia
Olhares sobre o impacto do isolamento social à saúde mental do idoso.	Moreira	2021	Medicina
O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde?	Nabucco, Oliveira e Afonso	2020	Medicina
A saúde mental dos idosos em tempos de pandemia covid-19.	Oliveira, Lira e Abreu	2021	Farmácia e Enfermagem
A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa.	Pereira, et al.	2020	Psicologia
Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho.	Romero, et al.	2021	Saúde Coletiva

Ageísmo contra idosos no contexto da pandemia da covid-19: uma revisão integrativa.	Silva	2021	Medicina, Gerontologia e Saúde Coletiva
Impacto na saúde mental do idoso durante o período de isolamento social em virtude da disseminação da doença covid-19: uma revisão literária.	Silva, Viana e Lima	2020	Enfermagem
O impacto do isolamento social na qualidade de vida dos idosos durante a pandemia por COVID-19.	Silva et al.	2020	Enfermagem
Impactos do isolamento social na funcionalidade de idosos durante a pandemia da COVID-19: uma revisão integrativa.	Souza	2021	Fisioterapia, Enfermagem e Saúde Pública

**Fonte:** Autores do estudo, (2021).

Como forma adicional, o estudo também abordou a consulta em Livros Eletrônicos, Cartilhas e um levantamento de dados atualizado sobre a situação do Coronavírus no Brasil pelo Ministério da Saúde, seguindo o mesmo critério estabelecido. Além disso, o livro físico “Tratado de Enfermagem médico-cirúrgica” também foi utilizado, como descrito na metodologia. Segue no Quadro 2 abaixo para maior clareza da bibliografia utilizada:

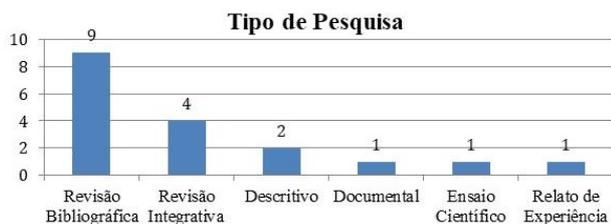
**Quadro 2.** Referências extras de dados e bibliografia utilizadas no estudo:

TÍTULO	AUTOR	ANO	ÁREA	MATERIAL
Conversando sobre Coronavírus: COVID-19	Arruda, et al.	2020	Enfermagem	Livro Eletrônico
Painel Covid	Brasil	2021	Saúde Pública e Coletiva	Painel Eletrônico
COVID-19 e o cuidado de idosos	Nunes, et al.	2020	Saúde Coletiva Ciências da Saúde, Nutrição.	Livro Eletrônico
Recomendações para Instituições de Longa Permanência				
Perguntas Frequentes sobre vacinas contra COVID-19	OPAS	2021	Saúde Coletiva	Livro Eletrônico
Brunner&Suddarth: Tratado de Enfermagem Médico Cirúrgica.	Smeltzer et al.	2014	Enfermagem	Livro Físico

**Fonte:** Autores do estudo, (2021).

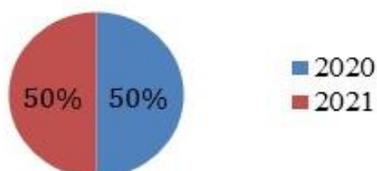
Quanto ao tipo de pesquisa (Figura 1), dos 18 artigos selecionados, (9) eram estudos de Revisão Bibliográfica ou Revisão de Literatura, (4) eram Revisão Integrativa, (2) estudos Descritivos, (1)

Documental, (1) Ensaio Científico e (1) Relato de Experiência Profissional, classificação está estabelecida pelos próprios autores.

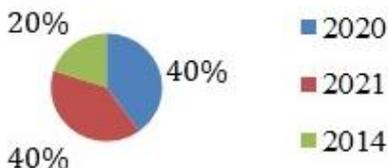


**Figura 1.** Distribuição dos artigos quanto ao tipo de pesquisa. **Fonte:** Autores do estudo, (2021).

Se referindo ao ano de publicação, a Figura 2 relata que dos 18 artigos, 50% foram publicados no ano de 2021 e 50% no ano de 2020. Já quando o assunto é as 5 referências extras utilizadas citadas acima, se encontram 40% em 2020, 40% em 2021 e 20% em 2014, como mostra a Figura 3.



**Figura 2.** Distribuição dos artigos quanto ao ano de publicação. **Fonte:** Autores do estudo, (2021).



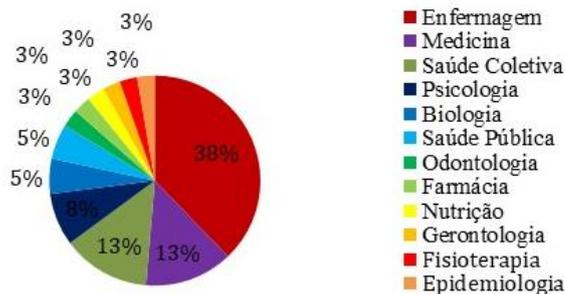
**Figura 3.** Distribuição das referências extras quanto ao ano de publicação. **Fonte:** Autores do estudo, (2021).

Seguindo a metodologia proposta e a análise integralizada, os 18 artigos incluindo as 5 referências adicionais foram abrangentes na área da saúde contando com material bibliográfico das seguintes áreas de conhecimento: Enfermagem, Medicina, Saúde Coletiva, Psicologia, Biologia, Saúde Pública, Odontologia e Farmácia. Vale ressaltar que durante a análise da área de conhecimento foi utilizado como classificação à formação profissional dos autores.

Diante da diversidade destes, as fontes de pesquisa abrangeram entre uma e três áreas diferentes de conhecimento, portanto, o número desta classificação é superior à quantidade de bases referenciais.

A Enfermagem se encontrou com 38% das áreas de conhecimento utilizadas, reconhecida em 14 referências, seguida pela Medicina e Saúde Coletiva com 13% ou identificadas 5 vezes, Psicologia 8% ou 3 momentos, Biologia e Saúde Pública ambas com 5% ou 2 ocasiões de identificação, e Odontologia, Farmácia, Nutrição, Gerontologia, Fisioterapia e

Epidemiologia com 3% cada uma ou 1 vez identificada, segundo o Figura 4.



**Figura 4.** Áreas de conhecimento das bases referenciais. **Fonte:** Autores do estudo, (2021).

#### 4. DISCUSSÃO

Os artigos então foram analisados e em seguida, construída a discussão com a elaboração de quatro eixos: 1) O Covid-19 e sua trajetória; 2) A transição etária e o Covid-19; 3) Isolamento Social e o Covid-19; 4) A Saúde Mental e Física do Idoso na Pandemia de Covid-19.

##### O Covid-19 e sua trajetória

Notificada pela primeira vez em dezembro de 2019, através de um grupo de pessoas com conexões a um mercado de frutos do mar em Wuhan, no Sul da China, a doença Covid-19 é uma infecção respiratória aguda causada pelo SARS-COV-2, potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global<sup>3</sup>.

Em fevereiro de 2020, o Ministério da Saúde relatou primeiro caso de Covid-19 no Brasil na cidade de São Paulo e, somente em 11 de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a situação como pandemia. Diante desse cenário foi que o mundo se viu numa corrida em busca do desenvolvimento de uma nova vacina introdução<sup>8</sup>.

Segundo OPAS (Organização Pan Americana de Saúde), até setembro de 2021 a OMS autorizou a utilização das vacinas Pfizer, AstraZeneca/Oxford, Janssen, à vacina da Moderna, Sinopharm e à vacina da Sinovac. Além disso, outras vacinas continuam sendo estudadas e o processo de monitoração de sua eficácia continua rigoroso, mesmo após sua introdução<sup>8</sup>.

A atualização do dia 20/10/2021 do Ministério da Saúde, conta com 604.228 óbitos acumulados e mais de 21.680.488 casos confirmados do coronavírus no Brasil. As estatísticas de vacinação, com atualização do dia 18/10/2021, contam com 259 mil de doses aplicadas, dos quais 107 mil são as pessoas totalmente vacinadas (1ª e 2ª doses ou dose única) o que contam um total de 50,4% da população brasileira vacinada.

##### A transição etária e o Covid-19

No contexto social em que vivemos, a terceira idade é retratada pelas mídias sociais e de informação através de duas imagens completamente distintas, o idoso ativo, saudável e independente, e o frágil, incapaz, fora do contexto social, economicamente

desqualificado e principalmente senil. Um tão almejado por todos e o outro visado por preconceitos que fazem parte culturalmente da sociedade<sup>7</sup>.

Diante da vertente do envelhecimento, este possui pelo menos três fases distintas, abrangendo o item biológico relacionando-se com a senescência como alterações na pele, o aparecimento das rugas ou linhas de expressão, cabelos esbranquiçados e diminuição de força física e resistência, além de alterações no estado de saúde. O item social, relativo aos diferentes papéis de desempenho na sociedade como mudanças na vida profissional, assistir à saída dos filhos de casa, desempenhar papel de avô ou avó e o item psicológico relacionado à capacidade de adaptação, de aprendizagem e motivação<sup>9</sup>.

O isolamento social (IS) é caracterizado como a falta de contato ou comunicação com um grupo social, ocasionando afastamento de atividades sociais ou entre pessoas. Vários grupos são suscetíveis aos impactos que estas medidas preventivas podem causar, dentre eles, destaca-se a população idosa<sup>10</sup>. Um quinto da população idosa tem dificuldade em realizar pelo menos uma atividade da vida cotidiana, como o preparo de alimentos, cuidado com finanças, locomoção, entre outros, revelando cada vez mais a perda de autonomia e até mesmo a sensação a anulação do “Eu”<sup>9</sup>.

Traçando um perfil do público idoso, no período de pandemia as habitações relacionadas a esse grupo geralmente se conformam de duas principais maneiras e ambas refletem em riscos. Primeiro há aqueles que moram sozinhos, em sua maioria a população feminina, que podem precisar de suporte afetivo, econômico, para adquirir alimentos, entre outros, e o segundo grupo, idosos que moram com outras pessoas, mas no risco de contágio devido ao contato com o meio externo através de terceiros, tendo em sua maioria o sexo masculino<sup>11</sup>.

Diante desse contexto, Silva, (2021)<sup>10</sup> afirma a relevância do termo “Ageísmo”, que ganhou destaque e crescimento durante a pandemia. Este implica em atitudes preconceituosas a um indivíduo ou faixa etária específica, baseado em sua idade cronológica e na criação de estereótipos discriminativos. Como exemplo, Hammerschmidte, (2020)<sup>4</sup> focaram no caso conhecido como “carro ‘cata véio’” que teve o intuito de reafirmar aos idosos sobre a importância do isolamento social durante a pandemia. Todavia se caracterizou como ageísmo, já que favoreceu atitudes preconceituosas, além de evidenciar um problema relacionado à dificuldade dessa população em manter o distanciamento social.

Mesmo que na literatura seja evidenciada a relação clara entre a incidência de doenças crônicas e a terceira idade, Silva, (2020)<sup>6</sup> afirma que ser cronologicamente idoso não simboliza “ser vulnerável” ou “perder valor”, no contexto social. Para o autor, o conceito de dividir o ser humano em grupos de acordo com sua faixa etária para determinação de fatores de risco à covid-19, estimula preconceito. A ideia ser divulgada por

profissionais da saúde, ignorando as particularidades individuais e internas dos seres humanos, agrava o caso e evidencia incompreensão da parte deles e do público geral sobre o ageísmo, demonstrando ainda que estes episódios são realizados na maioria das vezes de maneira não intencional.

Quanto ao papel social, cabe exultar o idoso como cuidador. Tal prática vem crescendo exponencialmente e esse fato se justifica graças à longevidade e à mudança demográfica no Brasil, causando um crescimento desta população<sup>6</sup>.

Não obstante, desse pensamento autores ressaltam que no ambiente doméstico este grupo assume esse papel com crianças, adolescentes, adultos e outros idosos, o que exige um maior esforço e pode causar sobrecarga, principalmente lidando com o público infantil que demanda cuidado diário<sup>4</sup>.

Vale destacar que o processo de envelhecer é complexo e heterogêneo, visto que para cada pessoa ele pode afetar de maneira diferente. Como exemplo, temos as características dos arranjos familiares, com idosos que moram sozinhos, com seus conjugues ou outros familiares, gerando uma relação intergeracional que pode ser ativa ou passiva para o seu apoio social, seja ele direcionado a atividades básicas, a atenuação do estresse e/ou de forma financeira. Portanto, é considerado como um fenômeno mutável, visto que existem muitas variáveis a afetá-lo, como a solidão ou presença de companhia no exemplo citado, que afetam o cotidiano dos indivíduos, além de se relacionar a crenças, questões culturais, econômicas, sociais, de saúde, entre outras<sup>4</sup>.

O envelhecimento não é diretamente ligado as doenças e sim com mudanças de hábitos e práticas na vida cotidiana. Revela, na verdade uma mudança nos indicadores de saúde, o que influencia diretamente na assistência e abordagem de políticas públicas que devem garantir o envelhecimento ativo, saudável, autonomia, integralização de assistência, participação social e equidade, conforme as particularidades desse público<sup>6</sup>.

Mais do que nunca, ganha ênfase a promoção de um envelhecimento de qualidade. No entanto, este fator não depende somente da garantia de seus direitos básicos como alimentação, moradia, água potável, vestuário, trabalho, habitação, transporte, acesso a serviços. Aborda também a importância de questões subjetivas como amor, liberdade, realização pessoal, solidariedade, inserção social e felicidade<sup>9</sup>.

Este fato se torna evidente através da Hierarquia de Maslow, que aborda as necessidades humanas básicas hierarquicamente como: Necessidades fisiológicas (alimento, moradia, água e sono); Necessidade de segurança e seguridade (física, psicológica e social); Necessidade de pertencimento e afeição (envolvendo laços familiares); Necessidade de Estima e Autorrespeito; e Necessidade de Autoconhecimento, que inclui o autopsenchimento. Nesse sentido, logo que uma necessidade fundamental é saciada, as pessoas possuem a tendência de procurar satisfazer outra de

nível superior e essa transferência indica uma maior proximidade de bem-estar e saúde<sup>12</sup>.

### **Isolamento social e o Covid-19**

O IS caracteriza-se como uma alavanca para o surgimento do estresse. Correlacionado diretamente com a negação do direito de ir e vir, a insegurança, ausência de controle sobre a situação e o sentimento do desconhecido pode levar ao descrédito em relação à gravidade da doença. Além disso, o sentimento de culpa ou perda na vontade para realizar atividades antes prazerosas, como os passatempos, são evidenciados<sup>13</sup>.

O medo tem como característica ser um instrumento de defesa animal, indispensável para a sobrevivência e interligado a processos biológicos no corpo humano para reação a eventos com potencial ameaçador. No entanto, essa resposta desproporcional e por um período elevado configura-se como prejudicial. Destaca ainda que, este sentimento aumenta o nível de estresse e ansiedade em indivíduos hígidos, tornando-se componente primordial para surgimento de transtornos psiquiátricos ou aumento na gravidade sintomática dos já existentes<sup>6</sup>.

Desta maneira, as mídias têm responsabilidade na divulgação de uma abundância de informações e nem sempre todas são verídicas, criando na maioria das vezes um medo intensificado. Por consequência, o conceito de “pandemia da desinformação” tornou-se evidente e se espalhou tão rápido quanto o próprio vírus. Associado a isso, a contraposição de orientações do governo e autoridades de saúde criou comportamentos irritativos e de angústia, que só agravam conforme essas medidas são prolongadas<sup>14</sup>.

Atualmente, a consciência pública tornou-se esclarecida quando relacionada aos impactos psicológicos do distanciamento social. No entanto, os idosos podem estar isolados socialmente sem se sentirem sozinhos e podem ter a solidão mesmo na ausência desse fenômeno atual. Porém, ambas as situações acarretam danos físicos e mentais. Visto que “se sentir sozinho” não é somente considerado como a “ausência de companhia”, é comum para o público idoso brasileiro terem na maioria das vezes ou sempre esse sentimento, fato este que pode ser interligado com luto complicado e abandono<sup>11</sup>.

Hoje, a solidão é um problema de saúde pública e com caráter epidêmico. Desse modo, a desconexão social é um fator de risco para agravos à saúde mental do idoso, principalmente em meio à pandemia. Medidas como a união entre grupos dessa faixa etária para interação e contato, refletem como medidas preventivas para aliviar esse tipo de sensação. Todavia, o contexto de IS criou uma barreira para essas medidas<sup>15</sup>.

Contudo, ações como a alfabetização digital e a utilização da tecnologia online é uma grande ferramenta para a promoção da saúde mental. O contato telefônico com familiares ou entes queridos é um bom exemplo de solução para isto, diminuindo esse sentimento<sup>7</sup>. Porém, outros autores destacam que esta

medida pode não ser totalmente eficiente, visto que depende diretamente das condições econômicas e grau de alfabetização do idoso<sup>5</sup>.

Além das conversas telefônicas, as Terapias Comportamentais Cognitivas ou grupos de apoio, podem ser realizadas online ou pelo celular, o que se torna benéfico na tentativa de suprir as necessidades físicas, mentais e sociais dos idosos, na tentativa de garantir bem-estar e a sensação de pertencimento<sup>5</sup>.

Diante disso, encontra-se o papel da família, que mesmo distante é responsável por garantir a qualidade de vida e o bem-estar físico, social e mental, visando à validação dos direitos de cidadania desse grupo que muitas vezes se encontram desvalorizados<sup>16</sup>. Assim sendo, dois panoramas diferentes são destacados. O primeiro relacionado ao otimismo norteado pelo pensamento “no final tudo dará certo”, abrindo brechas para atitudes imprudentes, desvalorizando as consequências. E o segundo sendo marcado pelo negacionismo baseado na preocupação intensa e exacerbada, o que é prejudicial à saúde mental<sup>6</sup>.

### **A saúde mental do idoso na pandemia de Covid-19**

Logo que iniciada a pandemia descobriu-se o público idoso como de risco, principalmente os que possuíam comorbidades, acompanhados dos maiores índices de mortalidade e como grupo mais afetado psicologicamente. Sua causalidade varia desde seu estilo de vida, que propicia o sentimento de solidão, pois participam com menor frequência de atividades sociais ou recreativas, seja por barreiras ambientais ou dificuldade de mobilidade, até alguns conceitos pré-estabelecidos, como “a sobrevivência é do mais forte”, afirmando a anulação desse grupo, os colocando muitas vezes como descartáveis ou nem tão relevantes. Além de recorrerem menos aos meios digitais, devido à capacidade limitada seja de acesso ou aprendizagem, o que é uma ferramenta para suavizar os reflexos do isolamento<sup>14,19,10</sup>.

As consequências psicológicas de uma pandemia têm uma influência maior que o próprio número de mortos. Em seu estudo, os problemas psicológicos mais relevantes relacionados aos idosos foram: ansiedade, depressão, sentimento de solidão, alterações de sono e o declínio cognitivo. Enfatiza ainda que como fatores percussores se encontram os sentimentos negativos, provenientes desse momento pandêmico, bem como a angústia na perda de familiares ou medo de risco a própria vida, desencadeando sofrimento emocional<sup>16</sup>.

A vida cotidiana passa por alterações contínuas, dentre elas destaca-se a mudança no ritmo familiar, que restringe a assistência ao idoso, juntamente à institucionalização. As ILPI's são locais direcionados ao cuidado desse idoso, no entanto, podem representar uma “quebra” desse indivíduo com o meio social e uma mudança em seus costumes. Esse fato foi agravado durante a pandemia, visto que as visitas aos idosos residentes foram proibidas pelo Ministério Público

desde o dia 20/03/2020 acarretando risco a saúde mental e o sentimento de abandono<sup>9,17</sup>.

Nesse momento atípico e com a sobrecarga dos sistemas de saúde, alguns países direcionaram prioritariamente os recursos de saúde para a população jovem e de adultos. Tal situação desencadeou um grande questionamento moral e ético, como o direito à vida garantido pelo Estatuto do Idoso e dos profissionais na escolha de quem deve viver ou morrer<sup>10</sup>.

Os idosos são considerados vulneráveis ao risco de suicídio, esclarecido por meio do sentimento de desligamento social, de perda de utilidade e do próprio distanciamento físico<sup>18</sup>. Outros autores relatam que a saúde mental é um ponto essencial para o bem-estar psicossocial independentemente da idade. Por meio disso, a importância do cuidado e o atendimento psiquiátrico não está relacionada somente a menores internações ou controle de sintomas, mas sim a holística do bem-estar e qualidade de vida<sup>19</sup>.

### **A saúde física do idoso na pandemia de Covid-19**

Com o distanciamento social, houve uma queda na procura por suporte de saúde pela população em geral, que adia essa aproximação o máximo possível, o que configura uma atitude de risco para a terceira idade, visto a tendência desse grupo na predisposição de doenças crônicas. Isso ocorre, pois nos ambientes de saúde existe uma abundância de pessoas adoentadas e supostamente infectadas pelo coronavírus, no entanto pode refletir em diagnóstico tardio ou agravamento de condições preexistentes<sup>6</sup>.

Outro fator de risco relacionado à idade é o fenômeno designado imunossenescência, uma resposta biológica do ser humano ao processo de envelhecimento, caracterizado por uma queda na capacidade do sistema imunológico, tendo como consequência um aumento na incidência de infecções, principalmente respiratórias, como a Influenza. Fato este que revela a importância de atenção à saúde física desse grupo<sup>4</sup>.

Relacionando-se a saúde física, os surtos epidemiológicos como o atual, causado pela Covid-19, tem reflexo direto em diferentes sistemas do corpo humano, causando declínios funcionais nos idosos. Dentre as alterações, afirmou que a presença de doenças cardiovasculares, que antes da pandemia já refletiam um grande risco aos brasileiros, tornam-se mais elevados devido à adequação de maus hábitos<sup>10</sup>.

Dentre as alterações comportamentais comuns nesse período destaca-se a inatividade física, má-alimentação, desequilíbrio nas horas de sono e redução da exposição solar, interferindo na qualidade de vida e trazendo resultados prejudiciais à saúde. Fato esse que se associado com o processo de envelhecimento, gera maior vulnerabilidade e surgimento de patologias<sup>20</sup>.

A prática da atividade física e alimentação saudável são fatores preditores. Sendo que, a prática de exercício físico reduz os índices de morbimortalidade, além de

ser indicada com medida não farmacológica de primeira escolha para tratamento e prevenção de diversas condições de saúde, principalmente as crônicas, elevando a expectativa de vida quando se é comparado a indivíduos não praticantes<sup>6</sup>.

Já quando se pensa em alimentação, o mesmo autor destaca que com o avançar da idade o corpo humano passa por alterações metabólicas, destacando a diminuição da necessidade de energia com o tempo. No entanto, a deficiência nutricional está diretamente relacionada a comprometimento do sistema imunológico, portanto evidencia-se a necessidade da alimentação consciente, com um aumento no consumo vitamínico e mineral, bem como maior atenção a grupos específicos, visto que hipertensos tendem a preferir uma dieta com alto consumo de sódio e diabéticos uma alimentação rica em carboidratos<sup>6</sup>.

### **5. CONCLUSÃO**

Em meio à atual pandemia, as recomendações de distanciamento e isolamento social foram utilizadas como instrumentos essenciais para conter a propagação do vírus e evitar a sobrecarga dos locais de saúde. No entanto, também ativaram a consciência pública sobre as consequências físicas e mentais que estas medidas estão proporcionando para todas as faixas etárias e sexos, pois desencadeou o compartilhamento de sentimentos experimentados por muitas pessoas simultaneamente, como a solidão, incerteza, estresse etc.

Dentre as particularidades do ser humano, os idosos foram escolhidos como público de estudo devido à exposição de fatores agravantes relacionados ao fator idade, a maioria já presente antes desse período, mas que poderiam aumentar sua predisposição durante o momento vivido, relacionando-se com sua rotina diária. Foi observada a necessidade de proteção, respeito, zelo, dignidade e rede de apoio, fatos estes que devem acompanhar essa faixa etária na garantia de cidadania. Porém, também aflorou ageísmo, julgamentos e ridicularização com esse grupo, visto o pré-julgamento sobre suas capacidades de forma geral, causando desentendimentos intergeracionais.

Ligando este pensamento ao contexto de situações vividas, o sentimento de medo, solidão e insegurança se fez presente nessa faixa etária, devido à exposição direta dos idosos pelas mídias sociais como “extremamente fracos” e “vulneráveis”. Além do papel familiar que possuiu um conceito de “superproteção” ou de “negação a doença”, o que apresentou risco devido à falta de socialização e exposição ao risco de contágio.

Diante disso, destaca-se a necessidade de boas relações intergeracionais. Dentre as medidas para fortalecimento de vínculos, o contato virtual se fez presente como meio preventivo para depressão. Podendo não ser qualitativamente o mesmo que o presencial, mas apresenta-se como facilitador para o vínculo social em época de pandemia, visto que, idosos em uso de tecnologia, reduz-se a sensação de exclusão

em seu meio social. De acordo com isso, cabe o conceito de alfabetização digital, visto que a maioria dos idosos possui dificuldade na utilização de meios eletrônicos.

Além dos reflexos da pandemia já apontados, o agravamento de patologias pré-existentes também é fator agravante, bem como outros impactos à sua saúde física, visto o adiamento na procura pelo serviço de saúde. No entanto, os impactos reais só poderão ser mensurados assim que a pandemia passar e as pessoas retornem às suas vidas cotidianas de forma normal. Visto que, levanta-se a hipótese que esse afastamento do meio social momentâneo pode se estabelecer em algumas situações, principalmente no público idoso.

Contudo, enquanto perdurar a pandemia do Covid-19, as populações vulneráveis denotam e carecem de órgãos públicos o seu reconhecimento. Esse cenário reforçou a necessidade do cuidado de enfermagem robusto, qualificado e seguro, especializado voltado para gerontologia, sendo necessário ressignificar as ações de atenção ao idoso, bem como esse grupo é visto culturalmente.

## 6. AGRADECIMENTOS

Agradecemos à Faculdade do Futuro e aos nossos mestres, em especial à nossa orientadora Dra. Flávia Lugão e nossa professora, coordenadora e amiga, Ma. Elciana Emerick.

## 7. REFERÊNCIAS

- [1] Arruda AJCG De; Calvacanti CC, Santos BMP, Silva MCN Da; Silva DBL. Conversando sobre o Coronavírus - COVID-19. Brasília: COFEN 2020; 57. p.
- [2] Nunes VMA, Machado FCA, Moraes MM, Costa LA, Nascimento ICS, Nobret TX, Silva ME. COVID-19 e o cuidado com idosos: recomendações para instituições de longa permanência. Natal, RN: EDUFRRN. 2020.
- [3] Brasil, Ministério da Saúde. Painel de casos de doença pelo coronavírus 2019 (COVID-19) no Brasil-Levantamento 27/03/2020 a 02/10/21. 2020.
- [4] Hammerschmidt K, Santana R. Saúde do idoso em tempos de pandemia Covid-19. *Cogitare Enfermagem*, 25. Recuperado em 21 setembro, 2020.
- [5] Costa FA, SilvaAS, Oliveira CBS, Costa LCS, Paixão MÊS, Celestino MNS, *et al.* De. Covid-19: seus impactos clínicos e psicológicos na população idosa. *Braz. J. of Develop.*, Curitiba. 2020; 6(7):49811-49824.
- [6] Silva MLS, Viana SAA, Lima PT. de. Impactos na saúde mental do idoso durante o período de isolamento social em virtude da disseminação da doença Covid-19: uma revisão literária. *Revista Diálogos em Saúde – ISSN 2596-206X*. 2020; 3(1).
- [7] Leão LRB, Ferreira VHS, Faustino AM. O idoso e a pandemia do Covid-19: uma análise de artigos publicados em jornais. *Braz. J. of Develop.*, Curitiba. 2020; 6(7):45123-45142.
- [8] Organização Pan Americana De Saude. Opas, 2021. Perguntas frequentes sobre vacinas contra COVID-19. Versão 5. 20 de julho de 2021.
- [9] Galiza DS, Sanches ER, Brasil JMS, Almeida LG. Senescência e Institucionalização: Revisão Literária acerca da percepção de solidão no idoso. Instituto Ensinar Brasil, Faculdades Doctum. 2020.
- [10] Silva MF, Silva DSM, Bacurau AGM, de *et al.* Ageísmo contra idosos no contexto da pandemia da covid-19: uma revisão integrativa. *Rev. Saúde Pública*. 2021.
- [11] Romero DL, Muzy J, Damacena GN, *et al.* Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho. *Cad. Saúde Pública* 2021; 37(3):e00216620.
- [12] Brunner & Suddarth. Tratado de Enfermagem Médico-Cirúrgica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. 2014.
- [13] Pereira MD, Oliveira LC, Costa CFT, *et al.* The COVID-19 Pandemic, Social Isolation, Consequences on Mental Health and Coping Strategies: An integrative review. *Research, Society and Development*. 2020; 9(7):e652974548. DOI: 10.33448/rsd-v9i7.4548.
- [14] Nabuco G, Pires Oliveira MHP, Afonso MPD. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde? *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade*, Rio de Janeiro. 2020; 15(42):2532. DOI: 10.5712/rbmfc15(42)2532.
- [15] Ferreira HG, Casemiro NV. Solidão em idosos e fatores associados. *REFACS (online) Jan/Mar 2021*; 9(1):90-98.
- [16] Moreira EMF, Sousa MNA. de. Olhares sobre o impacto do isolamento social à saúde mental do idoso. *Centro Universitário de Patos. Journal of Medicine and Health Promotion*. 2021; 6:234-244. ISSN: 2448-1394.
- [17] Bianchi SV, Longo PL. Administração de uma ILPI durante a pandemia da covid-19: relato de experiência profissional. *Brazilian Journal of Development*, Curitiba. 2021; 7(7):74349-74358.
- [18] Monteiro IVL, Figueiredo JFC, Cayana EG. Idosos e saúde mental: impactos da pandemia COVID-19. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v.4, n.2, p. 6050-6061 mar./apr. 2021.
- [19] Oliveira JT, Lira TB, Abreu CR A saúde mental dos idosos em tempos de pandemia- covid-19. *Revista Coleta Científica*, 2021; 5(9):20-30.
- [20] Guinancio JC, Sousa JGM, Carvalho BL, *et al.* COVID - 19: Daily challenges and coping strategies in the face of social isolation. *Research, Society and Development*, [S. l.]. 2020; 9(8):e259985474. DOI: 10.33448/rsd-v9i8.5474.