

IMPACTOS DA PANDEMIA DO COVID-19 SOBRE A SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS

Data de aceite: 01/09/2023

Arthur Lara e Sousa

Discente do Curso de Medicina do
Centro Universitário de Patos de Minas –
UNIPAM

Alexandre Resende Rosa

Discente do Curso de Medicina do
Centro Universitário de Patos de Minas –
UNIPAM

André Santana Boaventura

Discente do Curso de Medicina do
Centro Universitário de Patos de Minas –
UNIPAM

Lucas Ribeiro Marques Campos de Oliveira

Docente do Curso de Medicina do
Centro Universitário de Patos de Minas –
UNIPAM

Os primeiros casos identificados de COVID-19, diagnosticados como pneumonia grave de etiologia desconhecida, ocorreram em dezembro de 2019. Posteriormente, após o sequenciamento genético, denominou-se o vírus causador da COVID-19 como Sars-Cov-2. Os casos de COVID-19

rapidamente propagaram para uma escala global, de forma que, em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) decretou a infecção como uma pandemia global (ESTEVÃO, 2020).

Nesse sentido, justifica-se a produção deste capítulo de livro, dado que a população idosa foi amplamente atingida pelos impactos da pandemia de COVID-19. Tais impactos advêm tanto da condição de grupo de risco, tanto da privação do contato social, derivado das políticas de distanciamento (SILVA; VIANA; LIMA, 2020). Ademais, evidenciam-se também outros fatores ligados à maior sensibilidade de grupos de risco durante o período pandêmico, entre eles, a rejeição social, discriminação e xenofobia, quando considerado os grupos residentes em áreas mais suscetíveis à infecção (ORNELL *et al.*, 2020).

Sob essa perspectiva, avulta-se também a necessidade desse estudo devido às repercussões pós-pandêmicas na saúde mental dos idosos. Notou-se, durante o período crítico de propagação

da doença, a exacerbação de sentimentos como medo, estresse e incertezas, de modo a propiciar o desenvolvimento ou agravamento de quadros psicopatológicos na população idosa (PEREIRA *et al.*, 2021).

Por fim, salienta-se os direitos garantidos constitucionalmente aos idosos, que devem ser asseguradas por políticas públicas, tais como proteção, promoção e inclusão social da população geriátrica, conforme exposto por Melo (2010). Portanto, este trabalho visa a identificação dos problemas relacionados à saúde mental dos idosos durante a pandemia, tendo por objetivo esclarecer os impactos deste período, os quais reverberam na saúde pública ainda hoje.

PRIVAÇÃO DO CONTATO SOCIAL

Diante o contexto da pandemia, ações de prevenção como essas tendem a despertar sentimentos de solidão, estresse, ansiedade, tristeza, depressão, entre vários outros transtornos mentais, principalmente por levar a uma privação do contato social e limitação do espaço frequentado. Assim, um fator de grande importância e que merece relativa atenção é quanto à saúde mental dos idosos, grupo no qual apresenta maior vulnerabilidade, seja pelas condições de saúde que na maioria dos casos são grupo de risco pela quantidade de patologias e comorbidades pré-existentes, seja pelo contato social - que em muitos casos já é reduzido com o passar dos anos - e ficou ainda menor pela privação gerada com o intuito de prevenir a doença e sua propagação (PEREIRA *et al.*, 2022).

É importante ressaltar que consequências psicológicas e emocionais diante de situações repentinas e não habituais, como na pandemia da COVID-19, são normalmente mais acentuadas em idosos, especialmente ao se considerarem determinados comportamentos resultantes. Talvez uma pré-disposição maior do idoso seja associada à própria dimensão existencial decorrente da faixa etária, modificando e intensificando aspectos inerentes e importantes a esta fase da vida. (BRECH *et al.*, 2021). Um estudo demonstrou que 24% dos idosos foram classificados como socialmente isolados, e 43% dos indivíduos com mais de 60 anos relataram solidão subjetiva (TYRREL; WILLIAMS, 2020). A solidão é considerada um fator de risco para o aumento dos sintomas depressivos em idosos, além de ser considerada fator preditivo de risco para o declínio cognitivo e redução da funcionalidade geral. Dessa forma, a solidão pode piorar tanto a saúde física quanto mental do idoso (STOLZ *et al.*, 2021; SHIRA *et al.*, 2020).

De acordo com os resultados das pesquisas de Portacolone *et al.* (2021), na realização de entrevistas com idosos que moravam sozinhos e eram portadores de comprometimento cognitivo, relatam que essa população frequentemente referia sentimento de solidão associado à angústia, ao medo, à confusão e à sensação de isolamento extremo, tornando-se um fator contribuinte para um maior sofrimento durante a pandemia. Assim, o

estudo de Brandão e Zatt (2015) aponta que prejuízos no convívio pessoal, impossibilidade de aproximação relacionados a questões afetivas, por exemplo, com familiares, podem desencadear comprometimentos significativos em diferentes esferas na vida do idoso. Desse modo, é possível afirmar que os relacionamentos pessoais e sociais favorecem uma melhor qualidade de vida no processo de envelhecer, sendo estes relacionamentos capazes de prevenir complicações de ordem afetivas e emocionais (CARNEIRO *et al.*, 2007).

Com essa privação do contato social, muitos idosos, que são adeptos às tecnologias da informação, tiveram um impacto ainda maior pelo acesso a uma grande quantidade de notícias, algumas delas falsas, as conhecidas “fake news”, e isso fez com que o impacto mental fosse ainda maior, incluindo desde comportamentos suicidas até mesmo medo da repetição desses fenômenos da doença. Um estudo com a população idosa chinesa, durante a pandemia em 2020, ficou registrado que a exposição frequente às redes sociais e notícias sobre COVID-19 está ligada a um maior risco de sintomas de ansiedade e depressão, que persiste mesmo depois de outros fatores terem sido debelados. (DUARTE *et al.*, 2020).

A INFLUÊNCIA DA TECNOLOGIA NA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS DURANTE A PANDEMIA

Durante o período de isolamento social, que ocorreu como medida de saúde pública para conter a evolução da pandemia de COVID-19, grande parte da população foi privada do convívio social, de forma que a tecnologia se tornou essencial para a conexão dos indivíduos. Assim sendo, é imprescindível discorrer acerca da influência da tecnologia na saúde mental de idosos durante a pandemia, visto que atualmente a sociedade se encontra cada vez mais globalizada a partir do ambiente digital, sendo essa uma das grandes diferenças da pandemia de COVID-19 em relação às anteriores (COELHO *et al.*, 2020).

Neste sentido, o uso de tecnologias por idosos no contexto de distanciamento social mostrou-se como um subterfúgio para as relações sociais, além de ser uma ferramenta importante para as necessidades diárias, tais como chamadas por vídeo, pedidos por aplicativos, dentre outros (NABUCO *et al.*, 2020). Ademais, outra prática que se tornou comum durante o isolamento social foi a de consultas médicas online, de modo a facilitar a relação médico-paciente sem o contato direto, o que representou grande importância para pacientes dos grupos mais vulneráveis ao vírus (SILVA, 2022).

Acerca das relações afetivas, e como elas são afetadas pelo uso de eletrônicos, avulta-se a definição de afeto dada pela psicóloga Illouz:

O afeto é uma entidade psicológica, sem dúvida, mas é também, e talvez até mais, uma entidade cultural e social: através dos afetos nós pomos em prática as definições culturais da individualidade, tal como se expressam em relações concretas e imediatas, mas sempre definidas em termos culturais e

Assim, é importante ressaltar que em um contexto complexo e não-habitual, a expressão das relações afetivas tende a se diferenciar em comparação à outros momentos históricos. Conforme demonstrado por Primo (2020), as relações interpessoais por meio dos dispositivos eletrônicos se mostrou um recurso importante para o enfrentamento das dificuldades expressas neste período. Neste artigo foi apresentado que 73,6% do grupo amostral afirmou se sentir melhor após o uso das redes sociais, além de que os parâmetros avaliados, como autoestima, autorrealização, estado emocional, não tiveram diferenças significativas em relação às faixas etárias e os gêneros entrevistado. Dessa forma, os resultados podem ser transpostos à população geriátrica com certa congruência.

Outro aspecto a ser considerado no que diz respeito ao uso dos dispositivos eletrônicos pela população idosa durante o período pandêmico é a implantação de aulas de educação física de forma remota para essa camada populacional. Neste sentido, explicita-se a condição de grupo de risco desta população, classificação dada devido às doenças que recorrentemente são identificadas neste grupo, como diabetes, hipertensão, doenças cardio e neurovasculares (LI *et al.*, 2020; LE COUTEUR *et al.*, 2020). Assim, as atividades físicas surgem como necessidade, dado a importância desta tanto na relação com as doenças recorrentes na população geriátrica, quanto com a saúde mental deste grupo (BENEDETTI *et al.*, 2007).

Neste sentido, várias ações relativas à aplicação de aulas de educação física remotas para idosos foram executadas. Conforme exposto em projeto desenvolvido por Paulino e Vendruscolo, 2021, essas práticas, em âmbito da Atenção Básica, tiveram grande adesão da população geriátrica. Neste projeto, identificou-se ainda que grande parte dos idosos que fizeram parte do trabalho não possuíam proximidade com o uso dos dispositivos eletrônicos, de modo que as aulas ministradas apresentaram também um caráter inclusivo, ao incentivar a adaptação às tecnologias.

Conclui-se, então, que durante o período pandêmico a população geriátrica apresentou aumento do uso de smartphones, sendo identificada uma média de uso diária de 4 horas e 12 minutos em 2021 (ABDON *et al.*, 2022). Dessa forma, é necessário que mais estudos sejam feitos acerca do uso dos smartphones e dispositivos eletrônicos em geral pela população geriátrica no contexto pós-pandemia, a fim de esclarecer seus impactos, tanto na saúde mental, quanto na qualidade de vida desse grupo populacional.

TRANSTORNOS PSICOLÓGICOS EM IDOSOS DURANTE PANDEMIA DO COVID 19

Ansiedade

O uso de eletrônicos que nunca foi muito presente diariamente para esse grupo,

colaboraram para o desenvolvimento de ansiedade neste período, visto que não recebiam muitas notícias do que acontecia fora de suas casas e com seus familiares, assim, tiveram uma saúde mental prejudicada. Com isso, o medo desenvolvido pela alta taxa de mortalidade inicialmente na pandemia, e o isolamento social, ocasionou situações de pânico, crises de ansiedade, insônia, estresse pós-traumático e quadros de transtornos mentais (PECOITS *et al.*, 2021).

Depressão

Por se tratar de uma doença crônica, a depressão é a morbidade que mais acomete as pessoas na velhice, no entanto, em época de pandemia, o descaso para com essa parte da sociedade gerou um aumento da morbimortalidade, devido ao déficit de autocuidado e a baixa adesão de tratamentos sendo caracterizada como a ausência de atenção e atendimentos causa um humor triste, vazio ou irritável, acompanhado de alterações somáticas e cognitivas (AGUIAR *et al.*, 2021).

Sendo assim, alteração típica do envelhecimento vem à tona, e conseqüentemente, o tratamento da depressão fica comprometido, possibilitando problemas de saúde subsequentes como retardo psicomotor, sintomas subjetivos de perda da concentração e da memória e alterações do sono. (AGUIAR *et al.*, 2021)

Suicídio

Em decorrência do isolamento social da população idosa em época de pandemia, certa potencialização do medo e agonia por estar longe de seus parentes foi gerada, assim, devido à alta idade e a ausência de certeza do fim desse distanciamento, sentimentos como solidão foram intensificados (REIS *et al.*, 2021).

Nesse viés, o envelhecimento já traz consigo esse sentimento de solidão e abandono e muitas vezes não conseguem lidar mentalmente bem com essa situação, em especial com rupturas de vínculos e angústias, sendo assim, podendo evoluir para estados depressivos cujo desfecho pode ser a tentativa de suicídio (REIS *et al.*, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, desde o início da pandemia do covid 19 grande parte da população teve que se isolar como medida de saúde pública para evitar o avanço da doença. Nesse contexto, devido a intensa globalização mundial, a tecnologia se fez presente diariamente na vida dos idosos, como ferramenta de comunicações, visto que permaneciam longe da família. Ademais, passaram a realizar muitas obrigações online, como consultas médicas, compras de supermercado, farmácia em aplicativos, práticas de atividades físicas em casa, dentre outras.

No entanto, essa alteração no dia a dia da população idosa, desencadeada pela privação do contato social, trouxe consigo sentimentos de solidão, estresse, ansiedade, tristeza, depressão, entre vários outros transtornos mentais. Assim, a saúde mental dos idosos durante a pandemia mereceu atenção redobrada.

REFERÊNCIAS

ABDON, A. P. V. *et al.* Tempo de uso do smartphone e condições de saúde relacionadas em idosos durante a pandemia da covid-19. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 25, n. 6, 2022.

BINOTTO, M. A.; EL TASSA, K. O. M. **Atividade física em idosos: uma revisão sistemática baseada no international physical activity questionnaire (ipaq)**. Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento, v. 19, n. 1, 19 ago. 2014

BRECH, Guilherme Carlos *et al.* O distanciamento social na pandemia do COVID-19 na saúde mental, nos hábitos alimentares e na capacidade física em idosos: ensaio reflexivo. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 23, p. 265-285, 2020.

CARNEIRO, Rachel Shimba *et al.* Qualidade de vida, apoio social e depressão em idosos: relação com habilidades sociais. **Psicologia: reflexão e crítica**, v. 20, p. 229-237, 2007.

COELHO, A. L., MORAIS, I. DE A., & ROSA, W. V. S. A utilização de tecnologias da informação em saúde para o enfrentamento da pandemia do Covid-19 no Brasil. **Cadernos Ibero-Americanos de Direito Sanitário**, 9(3), 183-199, 2020

DUARTE, Michael de Quadros *et al.* COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3401-3411, 2020.

ESTEVÃO, A. COVID -19. **Acta Radiológica Portuguesa**, v. 32, n. 1, p. 5–6, 1 abr. 2020.

ILLOUZ, E.. **Amor nos tempos do capitalismo**. Rio de Janeiro: Zahar, 2011

LECOUTEUR, D. G., ANDERSON, R. M., & NEWMAN, A. B. COVID-19 through the lens of gerontology. **The Journals of Gerontology: Series. A**, 20(20), 1-2.

MELO, A. S. C. Políticas públicas e direitos dos idosos. **Revista Esmat**, v. 2, n. 2, p. 7, 10 abr. 2017.

NABUCO, G.; PIRES DE OLIVEIRA, M. H. P.; AFONSO, M. P. D. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, v. 15, n. 42, p. 2532, 18 set. 2020.

ORNELL, FELIPE *et al.* Pandemia de medo e CoVid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. **Revista debates in psychiatry**. 2020.

PAULINO, A. C.; VENDRUSCOLO, R. Vó, sai do celular! um relato da proposta de aulas remotas de educação física para idosos durante a pandemia. **Cadernos de Formação RBCE**, v. 12, n. 1, 19 abr. 2021.

PEREIRA, Audimere Monteiro *et al.* Impactos da pandemia frente a vulnerabilidade do idoso: uma revisão da literatura. **REIN-REVISTA EDUCAÇÃO INCLUSIVA**, v. 6, n. 2, p. 17-27, 2021.

PEREIRA, Daniela; FERREIRA, Sofia; FIRMINO, Horácio. O Impacto da Pandemia COVID19 na Saúde Mental da População Geriátrica. **Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental**, v. 8, n. 2, p. 49-57, 2022

PRIMO, A. Afetividade e relacionamentos em tempos de isolamento social: intensificação do uso de mídias sociais para interação durante a pandemia de COVID-19. **Comunicação & Inovação**, v. 21, n. 47, 3 nov, 2020.

PORTACOLONE, Elena *et al.* The effects of the COVID-19 pandemic on the lived experience of diverse older adults living alone with cognitive impairment. **The Gerontologist**, v. 61, n. 2, p. 251-261, 2021.

SANTOS, S. S.; BRANDÃO, G. C. G.; ARAUJO, K. M. F. A. Social isolation: a look health elderly mental during the COVID-19 pandemic. **Research, Society and Development**, 9(7): 1-15, e392974244. 2020

SHIRA A, *et al.* Covid-19-Related Loneliness and Psychiatric Symptoms Among Older Adults: The Buffering Role of Subjective Age. **Am J Geriatr Psychiatry**, 2020; 28(11): 1200- 1204.

SILVA, M. O. DA. **Consultas Médicas: Presenciais ou à Distância**. [s.l.] Leya, 2023

STOLZ E, *et al.* The impact of Covid-19 restriction measures on loneliness among older adults in Austria. **Eur J Public Health**, 2021;31(1): 44-49.

TYRRELL, Caitlin J.; WILLIAMS, Kadija N. The paradox of social distancing: Implications for older adults in the context of COVID-19. **Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy**, v. 12, n. S1, p. S214, 2020.