

## SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS EM TEMPOS DE PANDEMIA: IMPACTOS DO ISOLAMENTO SOCIAL

Allana Petrucia Medeiros de Miranda<sup>1</sup>  
João Marcelo Matias da Silva<sup>2</sup>  
Maria Clara Araújo de Freitas<sup>3</sup>  
Nayara Ariane Laureano Gonçalves<sup>4</sup>

### INTRODUÇÃO

As infecções por coronavírus se caracterizam por uma variação de sintomas que vão de infecções assintomáticas a quadros respiratórios graves, em decorrência do acometimento das vias respiratórias inferiores e superiores. Constatou-se que há diversos tipos de coronavírus, no entanto os que infectam o ser humano são alpha coronavírus 229E e NL63 e beta coronavírus OC43, HKU1, registrados pela comunidade científica desde 1960 (RAFAEL et al., 2020).

Em dezembro de 2019, grupos de pesquisadores identificaram um surto de casos de pneumonia sem causa conhecida na cidade de Wuhan, na China. Ao analisarem esses casos, identificaram um novo tipo de coronavírus, denominado SARS-CoV-2, o agente causador da COVID-19, acometendo também as vias aéreas, podendo resultar em sérios agravos à saúde, causando entre outras complicações, a Síndrome Respiratória Aguda (HAMMERSCHMIDT, SANTANA, 2020).

Devido ao alto nível de transmissibilidade, ocorrendo principalmente, de uma pessoa para outra por meio das gotículas respiratórias, ao falar, tossir ou espirrar, pelo contato direto e ainda, pelo manuseio de objetos contaminados, o vírus se alastrou mundialmente, sendo considerada como Pandemia pela Organização Mundial de Saúde, em março de 2020, alterando assim, a dinâmica da sociedade e o processo de globalização (OMS) (OPAS, 2020).

Constata-se a inexistência de um tratamento específico para a cura da doença, ou um meio de profilaxia medicamentosa, apenas estudos e análises para o desenvolvimento de

---

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [allanapetrucia@gmail.com](mailto:allanapetrucia@gmail.com);

<sup>2</sup>Graduando do Curso de Farmácia da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [joamarceloms13@hotmail.com](mailto:joamarceloms13@hotmail.com);

<sup>3</sup>Graduanda do Curso de Farmácia da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [clarafreitas200@gmail.com](mailto:clarafreitas200@gmail.com)

<sup>4</sup>Enfermeira. Mestre em Recursos Naturais pela UFCG, [nayariane@gmail.com](mailto:nayariane@gmail.com)

vacinas. Dessa forma, através da comunicação e direcionamento em massa à população, as autoridades sanitárias orientam que a prevenção da doença seja realizada através do isolamento social, com intuito de diminuir e retardar a transmissão de indivíduo para indivíduo (SILVA, SANTOS, OLIVEIRA, 2020).

Essa recomendação das autoridades especialistas relacionadas à redução da sociabilização física tem sido a alternativa mais eficaz encontrada na atualidade capaz de reduzir o número de contaminações e evitar a ocorrência de óbitos por essa causa. As medidas de proteção são indicadas, principalmente, para as pessoas consideradas como grupo de risco, destacando: portadores de doenças crônicas, idosos, pessoas obesas, gestantes e puérperas (LIMA, et al, 2020)

Com essa mudança, a dinâmica social sofreu interferências de forma abrupta e rápida, principalmente, no que diz respeito às pessoas idosas, tendo em vista que estas pertencem ao grupo de risco da doença, juntamente com as pessoas portadoras de doenças crônicas. Torna-se perceptível que o isolamento social, medida adotada em meio à pandemia, interfere na saúde mental desse grupo populacional, especialmente aos indivíduos da melhor idade, visto que estes, geralmente, são isolados da sociedade rotineiramente (SILVA, SANTOS, OLIVEIRA, 2020).

Nesse sentido, faz-se necessário um olhar centrado na saúde mental dos idosos, pois além do receio de ser infectado pela doença, sofrem pelo isolamento adotado como medida de proteção. Assim sendo, o presente estudo tem como objetivo compreender os impactos do isolamento social à saúde mental da população idosa em meio à pandemia da Covid-19.

## **METODOLOGIA**

O presente estudo consiste em uma revisão narrativa da literatura, sendo caracterizada por descrever revisões e publicações amplas acerca de um assunto específico (BRUM, et al., 2015). Assim, foi realizado um levantamento eletrônico das publicações mais relevantes, no qual a principal fonte utilizada foi o periódico CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior), base de dados LILACS (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), biblioteca Virtual em Saúde (BVS), biblioteca SciELO (Scientific Electronic Library on Line), utilizando os descritores (DECS): isolamento social, infecções por coronavírus e idosos relacionados a partir do operador booleano “and”.

Posteriormente, foram aplicados os critérios de inclusão, tais como: artigos disponíveis na íntegra, publicados no ano de 2020, no idioma português, resultando em seis estudos, sendo quatro destes artigos científicos, e dois materiais extras, desenvolvidos pelo Ministério da Saúde e pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Os critérios de exclusão envolveram os estudos disponibilizados de forma repetida nas bases de dados e que não responderam ao objetivo do estudo.

A interpretação e apresentação dos resultados foram organizadas textualmente, sendo a análise e discussão desses resultados embasados à luz da literatura especializada na temática.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O Brasil apresenta o maior número de pessoas com transtorno de ansiedade em nível mundial, dados apontam que 18,6 milhões de brasileiros, aproximadamente 9,3% da população brasileira apresenta a probabilidade de desenvolver algum tipo de transtorno mental em algum momento da vida, tais como: ansiedade e depressão. Destaca-se que diante de situações de estresse, como a situação vivenciada na atualidade, relacionada à pandemia da Covid-19, esse risco é mais elevado, sendo necessárias intervenções mais efetivas (OMS, 2020).

Alguns estudiosos avaliaram os impactos psicológicos advindos da quarentena em situações de epidemias pregressas, ressaltando: H1N1, SARS, Ebola, entre outras. Evidencia-se que os indivíduos submetidos à quarentena possuíam níveis elevados de estresse psicológico em relação aos que não foram submetidos, apresentando sintomas de ansiedade, estresse, insônia, irritabilidade, medo, entre outros (BROOKS et al, 2020).

Com essa nova pandemia, decretada pela Organização Mundial de Saúde, ocasionada pelo novo coronavírus, inúmeras medidas preventivas vem sendo inseridas a nível mundial alterando a rotina populacional de maneira drástica e rápida. Podendo repercutir em diversos problemas relacionados à saúde mental da população, seja pelo risco de adoecimento e morte ou pelas medidas de enfrentamento adotadas pelas autoridades sanitárias, sendo o isolamento social uma das mais significativas (SILVA, SANTOS, OLIVEIRA, 2020).

Destaca-se que um dos principais grupos de risco para a Covid-19, é a população idosa, sendo esta parcela vítima de uma visão preconceituosa e estigmatizada causada pela discriminação e segregação etária. Refere-se que pessoas acima de sessenta anos sofrem um potencial risco de morte quando expostos ao SARS-CoV-2, podendo ter um percentual de

óbito quase quatro vezes maior quando comparada com a média geral (HAMMERSCHMIDT, SANTANA, 2020).

A vulnerabilidade psicossocial ligada a vários fatores inerentes ao momento de pandemia, como o prejuízo econômico e a alta letalidade, tem gerado muitos riscos à saúde mental, sobretudo em grupos específicos que formam a sociedade brasileira, que são os de pessoas relacionadas com gênero, idade e nível socioeconômico (SILVA, SANTOS, OLIVEIRA, 2020).

O processo de envelhecimento pode ocasionar o aparecimento ou agravamento de transtornos mentais como ansiedade e depressão, sofrimento entre outros (TAVARES, 2009). No atual cenário mundial, associado ao medo e estresse causado pela pandemia, os sintomas de tais transtornos tendem a aumentar entre pessoas acima de sessenta anos (SILVA, SANTOS, OLIVEIRA, 2020).

A estratificação etária é uma das ações utilizadas na proteção da pessoa idosa, mas apesar de ser vista como positiva na organização de serviços, se mostrou um instrumento, também, usado para aumentar o preconceito e discriminação, intensificando a “velhofobia” ou “gerontofobia” (HAMMERSCHMIDT, SANTANA, 2020). É possível perceber os impactos psicossociais na população em um recente estudo feito na China, que detectou o aumento de sintomas de ansiedade e depressão (SILVA, SANTOS, OLIVEIRA, 2020).

Diante do risco eminente, as autoridades sanitárias recomendam o distanciamento e isolamento social, principalmente, da população acima de sessenta anos, juntamente com portadores de doenças respiratória e doenças crônicas, como diabetes e hipertensão. Esse distanciamento social é considerado uma das principais medidas para diminuir o contágio do coronavírus, porém são necessárias ações para diminuir seus efeitos na saúde mental dos idosos (HAMMERSCHMIDT, SANTANA, 2020).

Torna-se necessário traçar estratégias de cuidado para a pessoa idosa, respeitando as medidas preventivas preconizadas. Ressalta-se que muitas dessas iniciativas com sugestões de atividades para reduzir o impacto negativo do distanciamento social foram desenvolvidas visando apenas os idosos institucionalizados em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs) (BRASIL, 2020). Sendo preciso, no entanto, adaptá-las para os demais idosos não institucionalizados.

Evidencia-se que os idosos institucionalizados tornam-se mais vulneráveis e a assistência deve priorizar os indivíduos tabagistas, portadores de doenças crônico-degenerativas (doença de Parkinson; doença de Alzheimer e outros tipos de demência; artrite reumatoide e outras doenças

osteoarticulares; insuficiência renal; diabetes mellitus; hipertensão arterial sistêmica, insuficiência cardíaca e outras doenças cardiovasculares) (BRASIL, 2020).

Nessa perspectiva, as atividades sugeridas para realização nas ILPIs devem considerar o grau de funcionalidade do idoso, sendo grau I (independente), grau II (semi-dependente), grau III (dependente), assim o desenvolvimento das ações deve preservar o nível de saúde física, cognitiva e mental, incentivando a manutenção das relações sociais, por meio de recursos tecnológicos, tais como: vídeo-chamadas e telefonemas para possibilitar conversas com familiares e amigos (BRASIL, 2020).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da elaboração do presente estudo, tornou-se perceptível a necessidade de fortalecer os sistemas de saúde para lidar da melhor maneira possível com a atual pandemia da Covid-19, sendo preciso evidenciar os impactos negativos do isolamento social à saúde mental de idosos. Permitindo assim, a sensibilização dos profissionais de saúde quanto à necessidade de incluir nos cuidados destinados aos idosos institucionalizados ou não, as medidas de prevenção dos transtornos psicológicos e a manutenção das habilidades cognitivas e motoras dos idosos durante a pandemia.

Assim, resultados desse estudo apontam que ainda prevalece o estigma da estratificação etária na atual pandemia, enfatizando os termos “velhofobia” ou “gerontofobia” reforçando assim a negatividade da pessoa idosa, a sua marginalização e associação à inutilidade, considerando na maioria das vezes apenas a sua fragilidade e o processo patológico.

Logo, torna-se imprescindível avaliar os fatores de risco à saúde da pessoa idosa relacionados à Covid-19, sendo preciso acompanhá-lo mais de perto, com o olhar mais humanizado e holístico, traçando estratégias de cuidado que minimizem os impactos negativos dessa restrição social, priorizando os sinais de sofrimento diante do risco de adoecimento e morte.

**Palavras-chave:** Isolamento Social; Infecção por Coronavírus; Idoso.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Frente Nacional de Fortalecimento às Instituições de Longa Permanência para Idosos. Relatório Técnico Consolidado. Brasília: Ministério da Saúde,

2020. Disponível em: <https://sbgg.org.br/relatorio-tecnico-frente-nacional-de-fortalecimento-a-ilpi-2/>. Acesso em: 10 jun. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA. Nota Técnica GVIMS/GGTES/ANVISA Nº 05/2020. Orientações para a prevenção e o controle de infecções pelo novo coronavírus (SARS-Cov-2) em Instituições de Longa Permanência para idosos (ILPI). Brasília: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: [https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/nota\\_tecnica\\_05\\_2020\\_anvisa\\_GGTES.pdf](https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/nota_tecnica_05_2020_anvisa_GGTES.pdf). Acesso em: 12 jun. 2020.

BROOKS, S.K et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **Lancet**, v. 395, n.10227, p. 912-920, 2020. Disponível em: <<https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S0140-6736%2820%2930460-8>>. Acesso em 01 de junho de 2020.

HAMMERSCHMIDT, K. S. A.; SANTANA, R. F. Saúde do idoso em tempos de pandemia covid-19. *Revis. Cogitare Enfermagem, Curitiba*, v.25: e72849, 2020. Disponível em:<<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/72849/pdf>>. Acesso em 05 de jun. 2020.

LIMA, K. C et al . A pessoa idosa domiciliada sob distanciamento social: possibilidades de enfrentamento à covid-19. *Rev. bras. geriatr. gerontol.*, Rio de Janeiro , v. 23,n.2, e200092, 2020 . Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S180998232020000200101&lng=e&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180998232020000200101&lng=e&nrm=iso)>. Acesso 11 jun. 2020. Epub 20-Mayo-2020.

RAFAEL, R.M.R et al. Epidemiologia, políticas públicas e pandemia de Covid-19: o que esperar no Brasil?. *Rev enferm UERJ*, Rio de Janeiro, 2020; 28:e49570, p. 1-6,2020. Disponível em:<<https://www.epublicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/49570/33136>>. Acesso em 05 de jun. 2020.

SILVA, H. G. N.; SANTOS, L. E. S.; OLIVEIRA, A. K. S. Efeitos da pandemia no novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. *J. nurs. Health*, v.10, n.4,2020. Disponível em:<<https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/18677/11414>> Acesso em 05 de jun.2020.

TAVARES, S.M.G. A Saúde Mental do idoso brasileiro e sua autonomia. **Envelhecimento & Saúde**, São Paulo, v. 47, n. 1, p. 87-89, abr. 2009. Disponível em: [http://periodicos.ses.sp.bvs.br/pdf/bis/n47/a22\\_bisn47.pdf](http://periodicos.ses.sp.bvs.br/pdf/bis/n47/a22_bisn47.pdf). Acesso em: 11 jun. 2020.