

A IMPORTÂNCIA DA ENFERMAGEM NO ACOMPANHAMENTO DA SAÚDE MENTAL DO IDOSO EM TEMPOS DE PANDEMIA

Ana Célia de Lima Bezerra do NASCIMENTO¹
Lillian Elizama de Abreu OLIVEIRA²
Brenda Borges de ANDRADE³

RESUMO

Envelhecimento é parte natural do processo fisiológico do ser humano podendo ser entendido como um processo natural da vida, e, é representado como a baixa gradativa das reservas naturais do funcionalismo dos seres humanos. Com isso passam a surgir diversos problemas de saúde nesta população que vem gerando vários desafios aos sistemas de saúde e de previdência social. Mais tornar-se velho não significa que precisa adoecer ou estar doente. enfatiza-se como destaque a promoção da saúde sendo um importante aliado para um envelhecer saudável e com qualidade. Trata-se de um resumo expandido elaborado a partir de uma revisão literária descritiva e explicativa para buscar consenso sobre a temática apresentada. O objetivo deste trabalho é mostrar como o idoso estar neste momento de pandemia e como a enfermagem poderá prestar assistência no período de isolamento promovendo junto com a família ações que possa dar qualidade de vida a esse idoso. É preciso mostrar ao idoso que se deve cuidar do corpo para isso incentivando para fazer atividades como dançar, ler, ouvir música, fazer o cultivo plantas sejam elas frutíferas ou não. O idoso pode fazer exercícios que sejam de início leves que podem ser feitos dentro da casa. Porque este momento de pandemia confirmou a necessidade do Cuidado do profissional de Enfermagem Gerontologica e reforçou a necessidade, de se qualificar de forma que, diante fundamental capacitação profissional, sendo necessário ressignificar as ações de atenção ao idoso, vislumbrando tanto o presente quanto os cenários futuros.

Palavras-chave: Idoso, Geriatria, Saude Mental, isolamento social e enfermagem.

INTRODUÇÃO

Envelhecimento é parte natural do processo fisiológico do ser humano podendo ser entendido como um processo natural da vida, e, é representado como a baixa gradativa das reservas naturais do funcionalismo dos seres humanos no que estuda a geriatria a idade avançada e o enfraquecimento das competências intelectuais são a que esta evidenciando as situações que a pessoa humana tem no decorrer de toda a sua vida o que, na normalidade, costumeiramente não pode causar qualquer problema. (SCHNEIDER).

¹ Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Potiguar - Unp, angelaacb32@hotmail.com;

² Graduanda pelo Curso de Enfermagem da Universidade Potiguar - Unp, lillianabreu12@gmail.com;

³ Orientador: Graduada pelo curso de enfermagem na faculdade Uninassau de Natal, Pós graduanda em Saúde Pública com enfase em PSF na Faculdade FACIBA - FAVENI, brenda_borges@hotmail.com.

Por tanto, o conceito de idade é considerado em seu contexto multidimensional e não é uma boa medida do desenvolvimento humano.

De acordo com a literatura de Brunner, 13^a Ed. o envelhecimento, é o processo normal ou seja natural de mudança relacionado com o tempo, que começa desde o nascimento e continua ao longo de toda a vida.

Mais, tornar-se velho não significa que necessariamente precisa adoecer ou estar doente. Ou que o ser humano que está envelhecendo já seja portador de uma doença que esteja associada, o envelhecimento precisa está associado a um nível bom de saúde e bem estar.

Enfatiza-se como destaque a promoção da saúde sendo um importante aliado para um envelhecer saudável e de qualidade, pois que pretende assegurar à população um maior controle e que visa à melhoria de sua própria saúde.

Luiz Ramos fez um alerta, adotar o isolamento social principalmente na população idosas a estratégia global de drástica redução do contato social.

O objetivo deste trabalho é mostrar como o idoso estar neste momento de pandemia e como a enfermagem poderá da assistência a esse idoso no período de isolamento promovendo junto com a família ações que possa dar qualidade de vida a esse idoso.

METODOLOGIA

Trata-se de um resumo expandido elaborado a partir de uma revisão literária descritiva e explicativa para buscar consenso sobre a temática apresentada ao sintetizar o conhecimento através da avaliação e seleção de estudos científicos contidos em bases de dados eletrônicas. A busca dos artigos foi realizada nas bases eletrônicas Scientific Electronic Library Online (SciELO), por meio das palavras-chave selecionadas segundo a classificação dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Idoso; Geriatria; Saude Mental, isolamento social e enfermagem. No período de maio a outubro de 2020. Foram encontrados 22 artigos, dos quais 10 foram descartados.

Os critérios de inclusão utilizados para os artigos analisados basearam-se na confiabilidade da fonte com o tema escolhido que traziam informações de interesse para o estudo. Os critérios usados para exclusão dos artigos foram os que não estavam relacionados à temática. Portanto, apenas 12 artigos foram utilizados para a coleta de dados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Preocupar-se com a pessoa idosa este é em um ato que converte-se em ternura e afeição. E neste momento, em meio a essa pandemia do novo covid-19, que eles entram em estado de vulnerabilidade tornam-se ainda mais vulneráveis. Por isso neste período é ainda mais importante ter mais tempo com seu idoso e da alimentação desse idoso oferecendo alguns alimentos ainda mais saudável e de boa qualidade.

Os idosos são destaque na pandemia COVID-19, em grande parte por apresentar alterações decorrentes da senescência ou senilidade. Apesar do envelhecimento populacional, infelizmente há pouca visibilidade e valorização dessa parcela da população. Verifica-se continuamente visão preconceituosa, estigmatizada e estereotipada, instigando o ageísmo, que legitima a idade cronológica como diferenciador de classes, inclusive com envolvimento de crenças e atitudes que ridicularizam o idoso.

A pandemia COVID-19 aflorou o destaque aos idosos, principalmente devido ao potencial de risco dessa população, com direcionamento de ações e estratégias de distanciamento social especificamente para esse grupo.

Segundo professora doutora Débora Teixeira da Cruz, Um assunto que não está no foco dos debates: a saúde mental dos idosos. Elencados como um grupo de risco, muitos deles estão praticando o isolamento social, evitando ao máximo qualquer exposição externa e até mesmo com seus entes queridos. Segundo ela, uma das principais fatos que vem causando preocupações neste momento é com o sentimento de solidão, que vem aumentando em razão do isolamento, e que pode aumentar todos os dias.

Em alguns casos, esse idoso sente a falta do convívio social e da relação com os seus familiares e amigos, passando a ficarem mais tristes e a apresentar sintomas de depressão e ansiedade.

A pessoa idosa que neste momento de pandemia se encontra em distanciamento social, Principalmente aqueles que têm problemas de cognição como a demência que podem ter momentos de ansiedade e estresse diferentes dos dias normais com graus mais elevados, como momentos de medo que as levam a ter insônia.

Para Sousa, Figueiredo & Cerqueira, viver só não é sinal de estar só, nem de solidão; no entanto este sentimento pode estar ligado à satisfação com a vida, que

depende da capacidade que cada um tem de se adaptar a uma sociedade cada vez mais economicista, em que outros valores se vão impondo.

Normalmente, a pessoa idosa sente medo por ele e por seus parentes e amigos mais próximos. A partir de suas preocupações passa a ter alteração no sono e até o seu apetite também pode ser afetado. E tudo isso é uma situação favorável para, agravar problemas crônicos de saúde inclusive, diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares e podendo levar o idoso até ao óbito.

A pessoa idosa gosta de ser escutada, então conversar com ela é uma boa terapia neste momento tão difícil de isolamento social. A espiritualidade contribui com o envelhecimento saudável.

A atividade que ajuda a relaxar e, mesmo que você e seu idoso estejam longe, combinar de verem o mesmo filme simultaneamente, cada um em sua casa, para que possam comentar sobre o filme depois.

É preciso mostrar ao idoso que se deve cuidar do corpo para isso incentive ele fazer atividades que gostam como dançar, ler, ouvir música, e também incentive-os a fazer alongamentos.

De acordo com a Psicóloga Alessandra Pereira, é normal que o idoso sintase triste e desanimado em alguns momentos, é necessário se adaptar a uma nova rotina, não apenas os idosos, mas todos nós.

Mesmo as pessoas idosas estando em estado de vulnerabilidade, não devem ser tratadas de forma alguma como crianças. Por esse motivo as deixem se expressar, como desejam, se for o caso aceitem suas opiniões que muitas vezes são validas e mantenham a sua autonomia, deixando que eles definam os horários que querem para realizar as tarefas do dia a dia sempre que for preciso ofereça ajuda.

Enfermagem gerontológica demonstrou seu valor no ano de 2020, seja na enfermagem quanto na gerontologia. Com isso, reitera-se a necessidade premente de políticas públicas de formação do enfermeiro gerontológico.

Para isso, a formação qualificada de enfermagem é destaque: investir nesses profissionais contribuirá não apenas para saúde, mas também para a educação, trabalho e crescimento econômico. Para atender às necessidades globais da população idosa, e demandas domésticas e responder às mudanças tecnológicas e modelos avançados de saúde e assistência social integrado. (Kalache A.)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este momento pandêmico que estamos vivendo com o novo coronavírus alertou-se para a saúde dos idosos, dando-se início a uma grande necessidade de dar proteção, respeitar, zelar, dar dignidade e criando uma rede de apoio para esse idoso.

Um quadro que confirmou a necessidade do Cuidado profissional de Enfermagem e de Gerontologia e reforçou a necessidade, de se qualificar de forma que, diante fundamental capacitação profissional, sendo necessário ressignificar as ações de atenção ao idoso, respeitando a pluralidade e vislumbrando tanto o presente quanto os cenários futuros.

Concluimos que neste momento o mais importante é passar uma sensação de acolhimento para que a pessoa idosa não tenha sentimentos de solidão e que não ache foi abandonada se sinta tão sozinha.

REFERÊNCIAS

ABRASCO, 2020 – disponível em:
<<https://www.abrasco.org.br/site/noticias/posicionamentos-oficiais-abrasco/covid-19-pessoas-idosas-precisam-de-atencao-especial/46686/>> Acesso em: Abr 8, 2020

ABRASCO - Associação Brasileira de Saúde Coletiva - **Em tempos de pandemia do Covid-19** cumpre-nos alertar para um público que permanece espantosamente invisível: as pessoas idosas. Disponível em:https://www.abrasco.org.br/site/gtenvelhecimentoesaudecoletiva/2020/04/09/covid-19_notagt_08_04/ > Acesso em: 9 Abr 2020;

ANVISA - Agência Nacional de Vigilância Sanitária: Nota técnica n. 05/2020 GVIMS/GGTES. **Orientações para a Prevenção e Controle de Infecções pelo novo coronavírus** (SARS-Cov-2) em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI). Brasília, 24 de março de 2020. [Internet]. Disponível em: [http://portal.anvisa.gov.br/documents/33852/271858/nota+t% c3% 89cnica+n% c2% ba+052020](http://portal.anvisa.gov.br/documents/33852/271858/nota+t%c3%89cnica+n%c2%ba+052020)Acesso em 02 abr. 2020;

Cartilha_LabEduca60_EACH_USP. COMPACTA - Envelhecimento saudável em tempos de Pandemia -EACH-Usp [Internet] disponível em : http://www5.each.usp.br/wpcontent/uploads/2020/04/Cartilha_LabEduca60_EACH_USP.-COMPACTA-1.pdf, acesso em: 03 agosto 2020.

ONU- Organização das nações unidas, 2020: a ONU e as pessoas idosas, disponível em: [https://nacoesunidas.org/acao/pessoasidosas/#:~:text=O% 20n% C3% BAmero% 20global% 20de% 20pessoas,anos% 20de% 20idade% 20ou% 20mais](https://nacoesunidas.org/acao/pessoasidosas/#:~:text=O%20n%C3%BAmero%20global%20de%20pessoas,anos%20de%20idade%20ou%20mais). Acesso em 21 Jul. 2020.

NCIRD – Centro Nacional de Imunização e Doenças Respiratórias, **divisão de Doenças virais**, disponível

em: <<https://translate.google.com.br/translate?hl=ptBR&sl=en&u=https://www.cdc.gov/&prev=search&pto=aue>>, Acesso em: 21 de julho de 2020

WHO, 2020 - World Health Organization. State of the world's nursing 2020: investing in education, jobs and leadership. [Internet]. Geneva: WHO; 2020. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331677/9789240003279-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. acesso em 08 abr 2020.

KAIRALLA, Maisa - 2020, geriatra da Universidade Federal de São Paulo e da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia, **Como fica a cabeça dos idosos em tempos de Covid-19 e isolamento social**,^o disponível em: <https://saude.abril.com.br/blog/chegue-bem/como-fica-a-cabeca-dos-idosos-em-tempos-de-covid-19-e-isolamento-social/> Acesso em 21 jun. 2020;

RIBEIRO, Maiara 2018, **Quarentena: Como cuidar da saúde mental dos idosos em isolamento**. 2018 [Internet]. Disponível em: <<https://drauziovarella.uol.com.br/coronavirus/quarentena-como-cuidar-da-saude-mental-dos-idosos-em-isolamento/>> acesso: 13 jul 2020;

PEREIRA, Alessandra dos Santos, Mestre em psicologia, que faz parte do Conselho Regional de Psicologia, **Como cuidar da saúde mental dos idosos em isolamento** [Internet]. Disponível em: <<https://semed.manaus.am.gov.br/psicologa-e-convidada-pela-semed-para-live-com-tematica-aos-idosos/>> acesso: 10 jun 2020;

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. Ed São Paulo: Atlas, 2003. Disponível: http://docente.ifrn.edu.br/olivianeta/disciplinas/copy_of_historia-i/historia-ii/china-e-india/view, acesso: 21 maio 2020;

Uehara CA, Berkenbrock I, Herédia VBM, Bandeira R, Kairalla M, Gomes DA, et al. **Posicionamento sobre COVID-19**. Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia – SBBG. [Internet]. 2020. Disponível em: <https://sbgg.org.br/posicionamento-sobre-covid-19-sociedade-brasileira-degeriatria-e-gerontologia-sbgg-atualizacao-15-03-2020/>. acesso em 08 abr 2020;

RH Schneider, TQ Irigaray - Estudos de Psicologia (Campinas), 2008 -: **O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais**, Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v25n4/a13v25n4.pdf> 2020/. acesso em 08 abr 2020;

Hammerschmidt KS de A, Santana RF. Saúde do idoso em tempos de pandemia Covid-19. Cogitare enferm. [Internet]. 2020 [acesso em 25 Out 2020,]. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.72849>.