

O IMPACTO DO ISOLAMENTO SOCIAL NA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Emanuely Alvares Queiroz ¹
Mirelly dos Santos Abilio ²

RESUMO

A pandemia da COVID-19 estabelece um cenário preocupante para a população no geral, especialmente à idosa, pois este grupo apresenta maior risco de morbimortalidade devido as peculiaridades do envelhecimento e presença de comorbidades. Sendo assim, medidas preventivas como o isolamento social foram estabelecidas visando a prevenção ao novo coronavírus, porém tais estratégias podem apresentar riscos à saúde mental culminando na redução da qualidade de vida. Nesse contexto, é necessário conhecer as condições e impactos gerados na saúde mental da população idosa durante esse período. Este artigo trata-se de uma revisão de literatura nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde, Scopus e Web of Science utilizando os descritores “isolamento social”, “idosos” e “saúde mental”. Foram revisados estudos primários publicados nos últimos três anos nos idiomas inglês, português e espanhol. O processo de seleção ocorreu por meio da revisão de títulos, resumos e texto completos. A busca realizada retornou 1.089 estudos, dos quais selecionou-se 9 com população amostral agrupada de 16.800 participantes. Os autores apontaram impactos como solidão, ansiedade, depressão, medo, irritabilidade, insônia, exaustão, angústia e redução na qualidade de vida. Observou-se que o isolamento social pode oferecer impactos na saúde mental da população idosa, desta forma conclui-se que é necessário oferecer e consolidar estratégias que objetivem a preservação de qualidade de vida dos idosos, bem como a promoção do enfrentamento seguro a pandemia do novo coronavírus.

Palavras-chave: Isolamento social, Saúde mental, Idosos, COVID-19.

INTRODUÇÃO

A doença causada pelo novo tipo de coronavírus (SARS-Cov-2) foi denominada COVID-19, esta possui alto potencial de contágio e sua incidência tem aumentado exponencialmente por todos os continentes desde dezembro de 2019 (CRODA, 2020; BROOKS et al., 2020).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) a considerou como Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) no dia 30 de janeiro de 2020 e a classificou como pandemia em 11 de março de 2020, este nível é considerado o mais alto de alerta de saúde pública (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020).

¹ Graduanda do Curso de Fisioterapia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, emanuely.alvares@gmail.com;

² Orientadora: Fisioterapeuta, Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, mirellyabsantos@gmail.com

O primeiro caso notificado na América Latina foi registrado pelo Ministério da Saúde no Brasil em 25 de fevereiro de 2020 (CAVALCANTE et al., 2020). Em maio do mesmo ano, a doença era a principal causa de óbitos no país, revelando sua gravidade e rápida disseminação (MISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

O quadro clínico observado na COVID-19 evolui de maneiras diversas nos indivíduos infectados. A maioria das pessoas expostas ao vírus apresentam uma sintomatologia que varia de leve a moderada, dispensando a necessidade de internação hospitalar (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020). As manifestações mais comuns são a febre, tosse seca e cansaço (MISTÉRIO DA SAÚDE; OPAS, 2020).

A COVID-19 pode ser transmitida de um indivíduo para outro, principalmente, através de gotículas aerossóis (LU et al., 2020). Inicialmente, diante da elevada taxa de transmissão e de contaminação e da inexistência de medidas terapêuticas específicas para combater a COVID-19 (ORNELL et al., 2020), as autoridades governamentais adotaram e recomendaram uma série de estratégias preventivas, dentre elas a lavagem frequente das mãos, uso de máscaras, limpeza rotineira de ambientes e superfícies, além do distanciamento e isolamento social (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020).

Frente a esse conjunto de medidas preventivas, a pandemia da COVID-19 alterou profundamente a rotina e o estilo de vida de bilhões de indivíduos no planeta, visto que o distanciamento social conta com ações que provocaram a suspensão de algumas atividades econômicas e a separação de pessoas com o objetivo de prevenir novas contaminações (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020).

Apesar de serem efetivas e necessárias, as medidas de distanciamento social podem culminar em efeitos psicológicos negativos, dentre eles podemos destacar as alterações de humor, irritabilidade, raiva, medo e insônia (BROOKS et al., 2020).

A COVID-19 apresenta-se com uma maior taxa de letalidade para a população idosa e na que apresenta comorbidades, fato que é muito comum nesses indivíduos, portanto reforça-se as apreensões com a saúde integral dos idosos, fazendo com que esses indivíduos recebam o direcionamento mais contundente de ações e estratégias de isolamento social (NESTOLA et al., 2020). Como consequência, os idosos passaram a ser submetidos a um maior grau de solidão, os tornando mais propensos a afecções na saúde mental (BANERJEE; RAI, 2020).

A pandemia causada pela COVID-19 configura-se um novo, complexo, multifacetado estressor psicossocial (FIORILLO et al., 2020), portanto enfatiza-se a necessidade de realizar estudos com uma abordagem voltada para os impactos que a saúde mental dos idosos sofreu durante o período de isolamento social imposta pela pandemia da COVID-19. Assim sendo, o

objetivo deste trabalho é identificar e analisar a produção científica por meio de uma revisão integrativa de literatura sobre o impacto do isolamento social na saúde mental de idosos durante a pandemia da COVID-19.

METODOLOGIA

Este estudo, de abordagem qualitativa, visa realizar um levantamento de produções que analisem os impactos na saúde mental de idosos gerados pelo isolamento social durante a pandemia da COVID-19, permitindo – dada a novidade do tema – apreciação do estado da arte. Realizou-se uma revisão integrativa de literatura, já que, este tipo de pesquisa contribui no processo de sistematização e análise dos resultados, dando ênfase a compreensão do tema mediante outros estudos independentes permitindo a formulação de conclusões gerais a respeito de determinada área de conhecimento através de uma síntese de estudos publicados (SOUZA, 2010).

O estudo aconteceu em seis etapas, a saber: I) identificação da temática e elaboração da pergunta norteadora; II) estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; III) definição das informações a serem extraídas; IV) avaliação dos estudos incluídos; V) interpretação dos resultados e VI) apresentação da síntese dos conhecimentos. Definiu-se como questão norteadora: Quais os impactos que o isolamento social durante a pandemia da COVID-19 causou na saúde mental dos idosos?

Para aquisição de respostas pertinentes a esta pergunta e visando uma melhor definição da população, variáveis de interesse e resultados utilizou-se a estruturação da estratégia População, Intervenção, Comparação, *Outcomes* e delineamento dos estudos (PICOS) na busca de artigos que encontra-se descrita no Quadro 1.

Quadro 1- Descritores de assunto localizados no DeCS e Mesh para os componentes da pergunta de pesquisa segundo a estratégia PICOS.

Itens da estratégia	Componentes	Descritores do assunto (DECS)	Descritores do assunto (MESH)
População	Idosos em isolamento social	Idosos; Isolamento social	Aged; Social isolation
Intervenção	---	---	---
Comparação	---	---	---
<i>Outcomes</i>	Saúde mental	Saúde mental	Mental health
Delineamento dos estudos	Estudos primários	---	---

Fonte: Elaboração própria, 2021

Apos realizada a definição da pergunta norteadora, foram determinados os Descritores de Ciências em Saúde (DeCS) e os Medical Subject Headings (MESH), ambos visam uniformizar os termos para a busca dos artigos indexados. Foram utilizados os seguintes DECS: isolamento social, idosos e saúde mental. Quanto aos Mesh utilizou-se: social isolation, aged e mental health. Todos os termos citados foram combinados através do operador booleano AND. A estratégia utilizada na busca avançada com os termos Mesh e DeCS, encontra-se descrita no Quadro 2. Aplicou-se na busca filtros de “texto completo” visando o refinamento do retorno, além de idiomas “português”, “inglês” e “espanhol”, no recorte temporal de 2019-2021.

Quadro 2 – Código de busca nas bases de dados

Base de dados	Código de busca
BVS	“isolamento social” AND “idosos” AND “saúde mental” “social isolation” AND “aged” AND “mental health”
Scopus	“social isolation” AND “aged” AND “mental health”
Web of Science	“social isolation” AND “aged” AND “mental health”

Fonte: Elaboração própria, 2021

A estratégia para identificação e seleção dos estudos foi a busca de publicações indexadas nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scopus (Elsevier Science) e Web of Science (Thompson Reuters).

Foram adotados os seguintes critérios de inclusão para elegibilidade dos artigos: estudos primários, disponíveis na íntegra, que relatassem os impactos do isolamento social durante a pandemia da COVID-19 em indivíduos com mais de 60 anos. Foram excluídos estudos de caso, artigos de revisão, editoriais ou artigos de opinião; e os não publicados em revistas indexadas. Sendo assim, para cada publicação excluída, foi avaliado e descrito o motivo de exclusão e classificando-os em: estudos de outra natureza, fuga do tema proposto e artigo não disponível.

Os retornos da busca foram verificados para realizar a remoção de duplicatas e posteriormente os estudos foram avaliados por título e resumo. Os incluídos nesta etapa, foram analisados em leitura completa minuciosa. A soma dos estudos advindos da busca foi considerada como sendo a amostra final para os fins de extração e sumarização dos dados para construção da revisão integrativa.

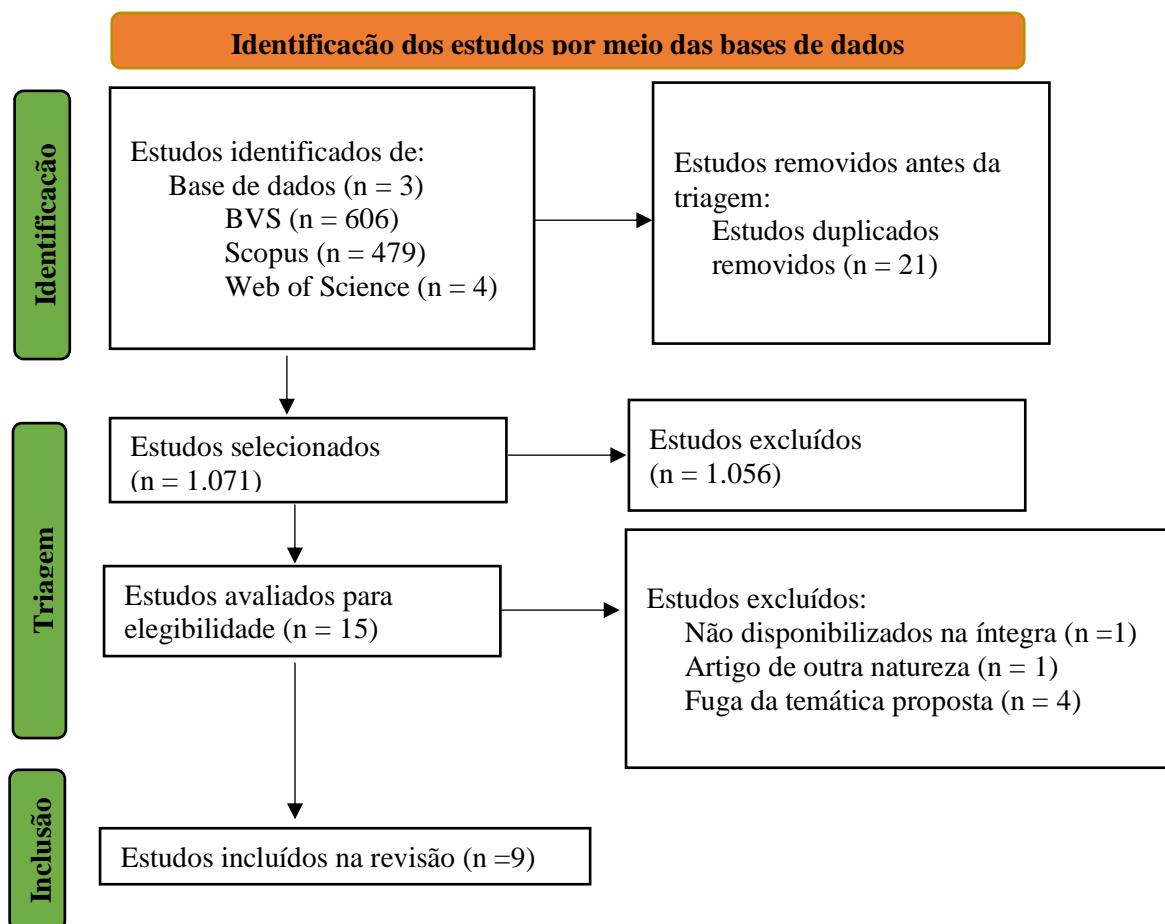
Os dados dos artigos foram extraídos baseando-se em uma tabela personalizada de autoria própria no pacote Excel. Entre as variáveis buscadas estavam informações que integrassem aspectos de caracterização da amostra, delineamento dos estudos e desfechos de saúde mental avaliados. A interpretação dos dados coletados foi feita através da contextualização com demais estudos publicados sobre a temática.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca resultou na seguinte distribuição entre as publicações encontradas em cada base de dados: na BVS após utilização da estratégia de busca obtiveram-se 606 artigos, que após da aplicação dos critérios de elegibilidade e leitura completa do texto, foram considerados 7 artigos para compor a amostra final. Na Scopus foram captados 479 artigos que após das análises pertinentes permaneceram 2 estudos como resultado final. E por fim, na Web of Science obtiveram-se 4 artigos dos quais nenhum estudo foi incluído a amostra final.

Em suma, foram captados 1.089 estudos, destes, após a realização da leitura de títulos e resumos, foram rejeitados 1.071, os quais não mantinham relação com a temática da pesquisa baseando-se nos critérios de elegibilidade, restando 18 artigos. Foram excluídas 3 duplicatas, assim sendo, 15 estudos foram lidos na íntegra. Foram excluídos 1 por ser de outra natureza, 1 não disponibilizado na íntegra e 4 por fugirem da temática proposta, restando 9 estudos de acordo com os critérios elegibilidade. Estes estudos foram classificados para avaliação, culminando em artigos considerados relevantes para a revisão integrativa (Figura 1).

Figura 1 - Fluxograma do processo de busca e seleção dos artigos



Fonte: Elaboração própria, 2021

A amostra final desta revisão foi composta por 9 estudos que abordam os impactos do isolamento social na saúde mental de idosos durante a pandemia. As principais informações dos artigos incluídos foram sintetizadas para melhor avaliação e análise crítica (Quadro 3).

Quadro 3 – Síntese dos artigos incluídos na revisão

Autor / Ano	Amostra	Delineamento do estudo	Principais impactos
Whong et al., 2020	583 participantes	Estudo de coorte	Houve aumentos significativos na solidão, ansiedade e insônia
Freak-Poli et al., 2021	10.517 participantes	Estudo retrospectivo	Solidão e redução na qualidade de vida
Mistry et al., 2021	1.032 participantes	Estudo transversal	Maior sintomatologia depressiva e solidão percebida.
Müller et al., 2021	1.005 participantes	Estudo transversal	Risco de depressão mais elevado e solidão
Naranjo-Hernández et al., 2021	100 participantes	Estudo descritivo transversal	Prevaleceu nível normal de irritabilidade, tanto externa (68,0%) quanto interna (70,0%), nível leve de ansiedade (73,0%) e nível leve de depressão (50,0%). 47,0% apresentaram alteração nos níveis de estresse
Pisula et al., 2021	39 participantes	Estudo exploratório qualitativo	Angústia, ansiedade, raiva, incerteza, exaustão e expressaram medo do contágio de si próprios e de seus entes queridos
Tomaz et al., 2021	1.429 participantes	Estudo transversal	Solidão
Van Tilburg et al., 2021	1.679 participantes	Estudo transversal	Solidão emocional e problemas de saúde mental
Yu e Mahendran, 2021	419 participantes	Estudo de coorte	Depressão e ansiedade

Fonte: Autoria própria, 2021

Através da análise dos dados apresentados pelos autores, pode-se destacar que o isolamento social é uma medida protetiva recomendada pelas autoridades de saúde e por organizações governamentais para população no geral, no entanto a população idosa em especial deve receber maiores cuidados, visto que é caracterizada como um grupo de maior risco para a morbimortalidade proveniente da infecção e complicações gerados pela SARSCoV-2 (ARMITAGE; NELLUMS, 2020).

O isolamento social gera algumas complicações na saúde mental da população idosa, dentre as principais destacam-se a solidão (WHONG et al., 2020; FREAK-POLI et al., 2021; MISTRY et al., 2021; MÜLLER et al., 2021; TOMAZ et al., 2021; VAN TILBURG et al.,

2021), que pode afetar as atividades de vida diária e a saúde integral do idoso em diversos aspectos emocionais e físicos (LOPES; LOPES; CAMARA, 2009).

A ansiedade também foi identificada em boa parte dos estudos (WHONG et al., 2020, NARANJO-HERNÁNDEZ et al., 2021; PISULA et al., 2021; YU;MAHENDRAN, 2021). Os sintomas de ansiedade são frequentes em idosos e podem estar sendo agravados durante o período de isolamento social, portanto deve-se ofertar assistência visto que essa sintomatologia pode culminar em transtornos depressivos e afecções físicas (OLIVEIRA et al., 2006).

A sintomatologia depressiva (MISTRY et al., 2021; MÜLLER et al., 2021; NARANJO-HERNÁNDEZ et al., 2021; YU;MAHENDRAN, 2021) pode estar associada a tristeza profunda, falta de apetite, desânimo, pessimismo e baixa autoestima contribuindo para uma redução na qualidade de vida, portanto é de suma importância que a intensidade dos sintomas seja avaliada para que os impactos na vida do indivíduo sejam minimizados (MARTINS, 2008).

Ademais, identificou-se que a população idosa relatou insônia (WHONG et al., 2020), sentimentos de raiva e irritabilidade (NARANJO-HERNÁNDEZ et al., 2021; PISULA et al., 2021), angústia, exaustão, incertezas e medo (PISULA et al., 2021). Deste modo, destaca-se a necessidade de políticas públicas e estratégias que ofereçam suporte a população idosa no enfrentamento da pandemia, pois é de suma importância que a qualidade de vida desse grupo seja resguardada através da preservação de sua integridade física e mental.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O isolamento social é uma estratégia de prevenção primária e eficaz para o novo coronavírus, no entanto observa-se que gera impactos na qualidade de vida e saúde mental da população idosa. Dessa maneira, deve-se ofertar ao idoso uma consolidada rede de apoio visando evitar a desvinculação social do mesmo. A assistência aos idosos é essencial e deve ter continuidade, mesmo durante a pandemia, visto que deve-se ofertar estratégias com relação a prevenção da COVID-19, além de abordar a saúde do idoso de forma integral, visando preservar sua integridade física e mental maximizando a sua qualidade de vida.

Embora o mundo viva, com avanço da vacinação, momento de crescente controle no índice de disseminação e contágio por COVID-19, que embasa medidas de flexibilização, as informações encontradas neste estudo podem servir de base para reflexão quanto aos impactos do isolamento social sem causa pandêmica, assim como, alerta de medidas a serem tomadas caso hajam novas ondas de infecção.

REFERÊNCIAS

- ARMITAGE, Richard; NELLUMS, Laura B. COVID-19 and the consequences of isolating the elderly. **The Lancet Public Health**, v. 5, n. 5, p. e256, 2020.
- BANERJEE, Debanjan; RAI, Mayank. Social isolation in Covid-19: The impact of loneliness. 2020.
- BITTENCOURT, Renato Nunes. Pandemia, isolamento social e colapso global. **Revista Espaço Acadêmico**, v. 19, n. 221, p. 168-178, 2020.
- BROOKS, Samantha K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The lancet**, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020.
- CAVALCANTE, João Roberto et al. COVID-19 no Brasil: evolução da epidemia até a semana epidemiológica 20 de 2020. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, 2020.
- CRODA, Julio Henrique Rosa; GARCIA, Leila Posenato. **Resposta imediata da Vigilância em Saúde à epidemia da COVID-19**. 2020.
- FIORILLO, Andrea et al. Effects of the lockdown on the mental health of the general population during the COVID-19 pandemic in Italy: Results from the COMET collaborative network. **European Psychiatry**, v. 63, n. 1, 2020.
- FREAK-POLI, Rosanne et al. Social isolation, social support and loneliness as independent concepts, and their relationship with health-related quality of life among older women. **Aging & Mental Health**, p. 1-10, 2021.
- LOPES, Renata Francioni; LOPES, Maria Teresinha Francioni; CAMARA, Vilma Duarte. Entendendo a solidão do idoso. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, v. 6, n. 3, 2009.
- LU, Jing et al. Genomic epidemiology of SARS-CoV-2 in Guangdong province, China. **Cell**, v. 181, n. 5, p. 997-1003. e9, 2020.
- MARTINS, Rosa Maria. A depressão no idoso. **Millenium**, p. 119-123, 2008.
- Ministério da Saúde (BR). Painel coronavírus [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2021. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br>
- MINISTÉRIO DA SAÚDE (MS). 2020. Guia de Vigilância Epidemiológica Emergência de Saúde Pública de Importância Nacional pela Doença pelo Coronavírus 2020.
- MISTRY, Sabuj Kanti et al. Exploring depressive symptoms and its associates among Bangladeshi older adults amid COVID-19 pandemic: findings from a cross-sectional study. **Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology**, p. 1-11, 2021.
- MÜLLER, Felix et al. Social isolation and loneliness during covid-19 lockdown: Associations with depressive symptoms in the German old-age population. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 7, p. 3615, 2021.

NARANJO-HERNÁNDEZ, Ydalsys et al. Estados emocionales de adultos mayores en aislamiento social durante la COVID-19. **Revista Información Científica**, v. 100, n. 2, 2021.

NESTOLA, T. et al. COVID-19 and intrinsic capacity. **The journal of nutrition, health & aging**, v. 24, p. 692-695, 2020.

OLIVEIRA, Katya Luciane de et al. Relação entre ansiedade, depressão e desesperança entre grupos de idosos. **Psicologia em estudo**, v. 11, p. 351-359, 2006.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS).2020. Princípios norteadores para as atividades de imunização durante a pandemia do vírus COVID-19.

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

Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ* 2021;372:n71. doi: 10.1136/bmj.n71

PISULA, Pedro et al. Estudio cualitativo sobre los adultos mayores y la salud mental durante el confinamiento por COVID-19 en Buenos Aires, Argentina-parte 1. **Medwave**, v. 21, n. 04, 2021.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, p. 102-106, 2010.

TOMAZ, Simone Annabella et al. Loneliness, Wellbeing, and Social Activity in Scottish Older Adults Resulting from Social Distancing during the COVID-19 Pandemic.

International journal of environmental research and public health, v. 18, n. 9, p. 4517, 2021.

VAN TILBURG, Theo G. et al. Loneliness and mental health during the COVID-19 pandemic: A study among Dutch older adults. **The Journals of Gerontology: Series B**, v. 76, n. 7, p. e249-e255, 2021.

WONG, Samuel Yeung Shan et al. Impact of COVID-19 on loneliness, mental health, and health service utilisation: a prospective cohort study of older adults with multimorbidity in primary care. **British Journal of General Practice**, v. 70, n. 700, p. e817-e824, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Coronavirus disease (COVID-19) outbreak: rights, roles and responsibilities of health workers, including key considerations for occupational safety and health: interim guidance**. World Health Organization, 2020.

YU, Junhong; MAHENDRAN, Rathi. COVID-19 lockdown has altered the dynamics between affective symptoms and social isolation among older adults: results from a longitudinal network analysis. **Scientific reports**, v. 11, n. 1, p. 1-10, 2021.