

O IMPACTO DA PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL DO IDOSO E O PAPEL DA ENFERMAGEM

Vanessa Feitosa da Costa¹
Aygla Celine Sousa Lima²
Maria Rita Martins de Souza³
Maria Eduarda Garcia Moreno Silva⁴
Denise Cristina Ferreira⁵

INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019 na cidade de Wuhan, na China, iniciaram-se os primeiros casos de infecção da Covid-19 (AHN, 2020). Após espalhar-se para mais de 140 países, a Organização Mundial da Saúde (OMS), declarou a contaminação de Covid-19 como uma pandemia de alerta global. Os sintomas comuns do coronavírus são: febre, fadiga, tosse, dispnéia e dor de garganta, podendo também evoluir para sintomas respiratórios mais graves (ZHAI, 2020).

No Brasil, em 6 de fevereiro de 2020, foi sancionada a Lei nº 13.979, que dispõe sobre as medidas para enfrentamento da pandemia da COVID-19. Entre as intervenções para diminuição do contágio, em meados do mês de março de 2020, iniciou-se o distanciamento social com fechamento das escolas, mantendo todas as crianças em casa, bem como parte da população em geral que não trabalhava com serviços essenciais. (DÓREA, 2020). Nessa conjuntura de quarentena, os grupos que mais sofreram e foram afetados com as consequências da pandemia, foram os idosos e as pessoas com comorbidades. Portanto, a pandemia do coronavírus veio como um choque para todos, atingindo de forma particular os idosos que estão dentro do grupo de risco.

Segundo Zhang (2020,) as chances de óbito por complicações por Covid-19 aumentam com relação a idade do indivíduo, ou seja, esses fatores aumentaram ainda mais o medo

1Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - PB, vanessa.feitosa@estudante.ufcg.edu.br;

2Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - PB, aygla.celine@estudante.ufcg.edu.br;

3Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - PB, rita.martins@estudante.ufcg.edu.br;

4Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - PB, maria.moreno@estudante.ufcg.edu.br;

5 Professora do Departamento de Enfermagem e orientadora: Dra. Pela Universidade Federal de Campina Grande- UFCG, denise.cristina@professor.ufcg.edu.br.

constante e isso pode ser considerado um gatilho para afetar a saúde mental da população idosa, sobretudo os que também possuem comorbidades. Porém, o sofrimento causado em relação à pandemia também está associado à desigualdade social, visto que nem todas as pessoas têm a mesma situação financeira. Assim são diversas as dificuldades na questão do enfrentamento da pandemia vividas cotidianamente pelos brasileiros.

A Política Nacional do Idoso, Lei nº 8842, sancionada em 1994, definiu como pessoa idosa aquela maior de 60 anos de idade, evidenciando não só o idoso como um sujeito de direitos, mas preconizando um atendimento de maneira diferenciada em suas necessidades físicas, sociais, econômicas e políticas. Essa lei foi resultado de discussões e consultas por todo o país, com ampla participação de idosos, gerontólogos e a sociedade civil em geral.

Dados do Ministério da Saúde divulgados em 2018 apontam para a alta taxa de suicídio entre idosos com mais de 70 anos. Salienta-se que o suicídio pode ser considerado uma complicação de problemas mentais, que por sua vez podem ser agravados pela situação de pandemia. Nesse contexto, o presente trabalho tem como objetivo principal analisar os impactos da pandemia na saúde mental do idoso. Tendo em vista que, a saúde do idoso, seu bem-estar e vivência devem ser pensados, estudados e analisados por profissionais da área da saúde.

METODOLOGIA

Para o desenvolvimento deste artigo buscamos analisar fontes de publicações nacionais e internacionais, com temas que tivessem relação com a saúde mental do idoso no contexto da pandemia. Desse modo, o universo de pesquisa contou com duzentos artigos científicos que tratavam do tema saúde mental do idoso, que foram encontrados por meio do portal virtual de saúde (BVS) que possui sites como: Scielo, Lilacs, Medline e entre outros, a partir dos descritores idoso, saúde mental, gerontologia, pandemia, enfermagem. Tendo ainda como recorte temporal os últimos dois anos de publicação sobre o tema. Portanto, após a compilação dos artigos com os temas principais foram selecionados e escolhidos apenas dez trabalhos científicos. No processo de compilação levamos em consideração as publicações nacionais com datas recentes. Através da leitura dos resumos dos artigos podemos perceber os mais importantes para o debate em questão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O artigo de Ferreira *et al.* (2020), objetivou alertar sobre o perigo do sedentarismo em tempos de pandemia. Os autores alertaram que a atividade física diminui o risco de problemas cardiovasculares, obesidade, intolerância à glicose e problemas psicossociais, como ansiedade e depressão e fortalece o sistema imunológico. A recomendação é que as atividades físicas sejam de moderadas a intensas e devam ser realizadas com frequência (adulto = 150 min/semana), podendo acontecer dentro do ambiente familiar. O alerta carrega mais peso aos idosos, pois além de apresentarem mais incidência de comorbidades, são mais vulneráveis ao SARS-Cov-2.

O estudo de Hammerschmidt *et al.* (2020), teve como objetivo abordar aspectos relacionados à saúde do idoso nos tempos de pandemia (COVID-19). Os autores apresentaram uma preocupação com os idosos, visto que estes são os mais vulneráveis ao vírus. O comportamento preventivo individual e coletivo é de extrema importância em um período, principalmente de pandemia. Sendo assim, os autores apresentaram que o contexto pandêmico acarretou ainda mais problemas na saúde mental desses sujeitos, advindo do sentimento de solidão pelo isolamento social. Devido a isso, os autores alegaram a necessidade de um cuidado especial gerontológico da enfermagem para com estes indivíduos. Uma vez que, são os enfermeiros que estão trabalhando na linha de frente durante a pandemia e isso exige deles um cuidado especializado em gerontologia. Já que os idosos são mais vulneráveis ao vírus e precisam de uma maior atenção e cuidado. Portanto, a partir disto se faz necessários traçar cenários futuros que visam a importância da autonomia e independência do idoso (ajudando no envelhecimento saudável), mas que seja de uma forma que respeite as recomendações de medidas de precaução à saúde.

Já Santos *et al.* (2020), tiveram a preocupação de investigar os desafios enfrentados no isolamento social para a saúde mental dos idosos durante a pandemia do COVID-19. No decorrer da discussão, houve a compreensão de que a quarentena apesar de ser necessária durante a pandemia do COVID-19, traz efeitos prejudiciais à saúde mental de idosos. Tendo em vista impactos durante e possivelmente após esse período, que ainda é indeterminado.

O artigo de Oliveira *et al.* (2021), objetivou relacionar o isolamento social dos idosos e a mortalidade, levando em consideração seus efeitos psíquicos, emocionais e sociais, no contexto pandêmico da COVID-19. Segundo os autores, para a terceira idade uma pandemia, é considerada algo negativo, trata-se de um momento de grandes transformações para o

indivíduo principalmente para a pessoa idosa. Isso inclui uma série de mudanças físicas, psicossociais, emocionais, doenças, afastamento do trabalho ou perda de pessoas queridas, além de uma redução da independência e autonomia de modo geral. Oliveira *et al.* (2021), ainda constatou que a depressão é uma consequência de vários fatores que acometem os idosos durante o período de pandemia. Fatores estes que estão relacionados as inúmeras medidas de precaução, como o isolamento social. Além disso, a mídia aberta, a internet e as inúmeras informações circulando sobre o aumento do número de mortes, variantes do vírus, algumas falsas outras verdadeiras, acabam impactando de forma intensa e negativa a saúde mental dos idosos.

O artigo de Monteiro, Figueiredo e Cayana (2021) tratou de uma revisão bibliográfica, tendo como objetivo verificar os impactos na saúde mental dos idosos devido às medidas adotadas durante a pandemia de COVID 19. Nas suas análises verificou-se que a pandemia afeta diretamente a saúde mental, visto que é um cenário repleto de incertezas, angústias e pânico, que são potenciais gatilhos para desenvolvimento de transtornos psicológicos. Arelado a esse contexto, as medidas restritivas corroboram para o aumento das taxas de suicídio, especialmente nos grupos mais vulneráveis como os idosos. Socialmente os idosos estão vulneráveis ao suicídio, depressão e ansiedade, vista a sensação de desligamento social e sentimento de invalidez, diante disso a pandemia pode dificultar o acesso ao atendimento psiquiátrico, em tese que o foco atual do sistema de saúde é tratar os casos graves de Covid-19.

Em Nunes *et al.* (2020), na elaboração de uma cartilha para os cuidados com idosos foi possível compreender as principais recomendações para Instituições de Longa Permanência para Idosos. Esse material foi elaborado seguindo as orientações da Organização Mundial da Saúde (OMS), Ministério da Saúde, Agência Nacional da Vigilância Sanitária (ANVISA) e pela literatura científica. Na cartilha são discutidas algumas informações gerais sobre o Covid-19, a maneira como esse vírus afeta, de forma particular, os idosos, e algumas recomendações que as Instituições de Longa Permanência para Idosos. Essas recomendações se tratam de alguns cuidados que podem ser tomados nessas instituições, visto que nesses lugares o idoso está mais vulnerável à infecção por covid-19, por meio de maiores aglomerações e contato direto com outros profissionais. As pessoas idosas estão mais vulneráveis ao covid-19, pois muitas apresentam certas comorbidades.

O estudo de Costa *et al.* (2021) é uma revisão integrativa com objetivo de analisar como as tecnologias influenciam a saúde mental dos idosos em tempos de pandemia, usando como base 9 artigos buscados em literaturas eletrônicas. As principais discussões foram: a

inclusão digital de idosos possibilita melhorias na saúde mental deste grupo, visto que a tecnologias possibilitam a retomada de atividades de entretenimento e lazer como ir à igreja, outro fator importante é a possibilidade de contato social com familiares e amigos, diminuindo assim os efeitos de solidão e isolamento vindos do cenário de pandemia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante os estudos expostos, faz-se entender que os idosos estão no grupo de risco mediante a fragilidade imunológica decorrente da idade avançada e maior incidência de comorbidades como diabetes, hipertensão e outras doenças crônicas, esse fato corrobora para o medo e insegurança que desencadeiam ou pioram quadros de ansiedade, depressão, estresse que são comuns nessa fase da vida.

Além disso, o isolamento social contribui para o afastamento social e o pânico, fatores que influenciam negativamente a saúde mental, com isso pode-se causar alterações dos hábitos de sono, alimentares e desejo de consumir álcool como válvula de escape.

O atendimento psicológico não é prioritário nesse período, visto que o foco do serviço de saúde está direcionado à SARS-Cov-2, por isso medidas preventivas e de tratamento da saúde mental dos idosos têm sido negligenciadas, porém algumas providências como exercícios físicos e a inclusão digital dos idosos nas redes sociais são fatores que podem contribuir positivamente para prevenção de saúde, visto que a primeira pode evitar o surgimento de comorbidades e aumenta a produção de endorfina e a seguinte permite o contato com familiares que é fundamental para saúde mental do idoso. O cuidado gerontológico através da equipe de enfermagem durante o período pandêmico é de vital importância, visto que os idosos, como grupo de maior vulnerabilidade, precisam de cuidados mais especializados, por isso é necessária uma melhor preparação da equipe de enfermagem relacionada a gerontologia. Os idosos que vivem em instituições de longa permanência estão mais aptos à infecção por covid. Salienta-se que os profissionais da saúde devem orientar e mostrar intervenções para melhorar a saúde física e mental dos idosos durante a pandemia.

Por fim, medidas para melhoria da saúde mental dos idosos no contexto da pandemia são pouco discutidas, em tese a presente revisão bibliográfica é importante para o meio acadêmico, posto que pode ser usado para nortear outros trabalhos.

Palavras-chave: Pandemia, Idoso, Saúde, Mental, Enfermagem.

REFERÊNCIAS

- AHN DG, *et al.* Current status of epidemiology, diagnosis, therapeutics, and vaccines for novel coronavirus disease 2019 (COVID-19). **Journal of Microbiology and Biotechnology**, 2020; 30(3): 313–324.
- COSTA, Débora *et al.* A influência das tecnologias na saúde mental dos idosos em tempos de pandemia:: uma revisão integrativa. *Society and Development*, [S. l.], p. 1 a 12, 4 fev. 2021. Disponível em: <file:///C:/Users/romul/Downloads/12198-Article-162195-1-10-20210204.pdf>. Acesso em: 4 out. 2021.
- FERREIRA, Maycon Junior *et al.* Vida fisicamente ativa como medida de enfrentamento ao COVID-19. **Sociedade brasileira de cardiologia**, São Paulo, p. 601-602, 2020. DOI <https://doi.org/10.36660/abc.20200235>. Acesso em: 24 set. 2021.
- HAMMERSCHMIDT, Karina Silveira *et al.* **Saúde do idoso em tempos de pandemia Covid-19**. Cogitare enfermagem [Internet] Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/72849/pdf>. Acesso em: 24 set. 2021.
- MONTEIRO, Iane *et al.* Idosos e saúde mental:: impactos da pandemia COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, p. 6050 a 6057, 1 mar. 2021. Disponível em: <file:///C:/Users/romul/Downloads/26713-68616-1-PB.pdf>. Acesso em: 4 out. 2021.
- NUNES, Vilani Medeiros de Araújo *et al.* **COVID-19 e o cuidado de idosos: recomendações para instituições de longa permanência**. Natal: EDUFRN, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/jspui/handle/123456789/28754>. Acesso em: 23 set. 2021.
- OMS. **Mental health action plan 2013 - 2020**. World Health Organization, 2013. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241506021>. Acesso em: 23 set. 2021.
- SANTOS, Stephany da Silva *et al.* **Isolamento social: um olhar a saúde mental de idosos durante a pandemia do COVID-19**. *Research, Society and Development*, Campina Grande, ano 2020, v. 9, ed. 7, 19 maio 2020. DOI <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4244>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4244>. Acesso em: 21 set. 2021.
- SAIDEL, Maria Giovana *et al.* A percepção dos profissionais de saúde sobre o cuidado ao idoso com transtorno mental. **SMAD, revista eletrônica de saúde mental álcool e drogas**, Campinas, v. 16, n. 1, p. 1-8, 2020. DOI 10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.153947. Acesso em: 24 set. 2021.
- HER, Leo. Are COVID-19 survivors at increased risk for suicide?. **Acta neuropsychiatrica**, v. 32, n. 5, p. 270-270, 2020.
- ZHAI, P *et al.* The epidemiology, diagnosis and treatment of COVID-19. **International Journal of Antimicrobial Agents**, 2020; 55(5): 105955.