



## PESSOA IDOSA COMO POPULAÇÃO DE RISCO PARA A COVID-19

Olganeia Sonally Oliveira<sup>1</sup>

Bianca Valdevino Torres<sup>2</sup>

Antônio Gabriel Casado Silva Oliveira<sup>3</sup>

Ana Cristina Silveira Martins<sup>4</sup>

### Resumo

**Introdução:** A COVID-19 é uma doença infecciosa causada pelo vírus SARS-CoV-2, convencionalmente chamado de novo coronavírus. Possui período médio de incubação de 5,5 dias e aparecimento de sintomas em até 11 dias em 97,5% das pessoas infectadas. Entre os idosos de 60 a 69 anos, a letalidade corresponde a 3,6% e é mais elevada que a letalidade da população em geral (2,8%), a letalidade na faixa etária de 70 a 79 anos e 80 anos ou mais é ainda maior (8 e 14,8%, respectivamente). **Objetivo:** Avaliar a vulnerabilidade clínica do indivíduo idoso, além de aspectos relevantes para a promoção da saúde como a importância da nutrição para o cuidado da pessoa idosa. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão na qual, utilizou-se artigos atualizados sobre COVID-19, por meio de buscas em bases eletrônicas como Google Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (Scielo), National Center for Biotechnology Information (NCBI), publicados entre os anos de 2019 à 2021, tal resumo foi feito a partir de artigos científicos no idioma português, utilizando o expositor “Nutrição, idoso e COVID-19”. **Resultados:** Os estudos elucidaram a tríade de inflamação, estresse oxidativo e envelhecimento das células imunes representa importantes mecanismos que podem ser melhorados por meio da nutrição adequada em idosos. Também é apresentado que a população idosa merece atenção por apresentar maior vulnerabilidade para existência de comorbidades que aumentam o risco de letalidade. Portanto, a oferta de micro e macronutrientes e alimentos antioxidantes é essencial para a boa resposta imunológica e aporte energético necessário ao funcionamento do corpo do idoso. **Conclusão:** Os idosos compõem a população de risco para COVID-19, com isso está reflexão contribui para a orientação de profissionais de saúde, especialmente da atenção primária à saúde e no cuidado gerontológico, referente à prevenção, promoção e autocuidado dos idosos.

**Palavras-chave:** Envelhecimento, Nutrição, COVID-19.

### Abstract

**Introduction:** COVID-19 is an infectious disease caused by the SARS-CoV-2 virus, conventionally called novel coronavirus. It has an average incubation period of 5.5 days and the appearance of symptoms in up to 11 days in 97.5% of infected people. Among the elderly aged between 60 and 69 years, lethality corresponds to 3.6% and is higher than the case fatality rate in the general population (2.8%), the case fatality rate in the age group of 70 to 79 years and 80 years or older is even higher (8 and 14.8%, respectively). **Objective:** To assess the clinical vulnerability of the elderly individual, in addition to aspects relevant to health promotion, such as the importance of nutrition for the care of the elderly. **Methodology:** This is a review in which updated articles on COVID-19 were used, through searches in electronic databases such as Google Scholar, Scientific Electronic Library Online (Scielo), National Center for Biotechnology Information (NCBI), published between the years 2019 to 2021, this summary was made from scientific articles in the Portuguese language, using the exhibitor “Nutrition, elderly and COVID-19”. **Results:** The studies elucidated the triad of inflammation, oxidative stress and aging of immune cells represents important mechanisms that can be improved through adequate nutrition in the elderly. It is also shown that the elderly population deserves attention

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG; [olganeiasonally4@gmail.com](mailto:olganeiasonally4@gmail.com);

<sup>2</sup> Graduando do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG; [biancabaldevino@gmail.com](mailto:biancabaldevino@gmail.com);

<sup>3</sup> Graduando do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG; [antonioogabriel98@gmail.com](mailto:antonioogabriel98@gmail.com);

<sup>4</sup> Professor orientador: Doutora, Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [ana.silveira@professor.ufcg.edu.br](mailto:ana.silveira@professor.ufcg.edu.br).

because they are more vulnerable to the existence of comorbidities that increase the risk of lethality. Therefore, the supply of micro and macronutrients and antioxidant foods is essential for a good immune response and energy supply necessary for the functioning of the elderly's body. **Conclusion:** The elderly make up the population at risk for COVID-19, with this reflection contributes to the guidance of health professionals, especially in primary health care and gerontological care, regarding the prevention, promotion and self-care of the elderly.

**Keywords:** Aging, Nutrition, COVID-19.

## INTRODUÇÃO

A pandemia da COVID-19 foi decretada pela Organização Mundial da Saúde em 11 de março de 2020 (WHO, 2020). A partir das primeiras descobertas e análises, vários estudos em diversos países mostraram-se que pessoas maiores de 60 anos são mais vulneráveis à doenças (HUANG *et al.*, 2019). Estudos recentes demonstraram que os casos entre os idosos de 60 a 69 anos, a letalidade corresponde a 3,6% e é mais elevada que a letalidade da população em geral (2,8%), a letalidade na faixa etária de 70 a 79 anos e 80 anos ou mais é ainda maior (8 e 14,8%,) respectivamente (WHO, 2020; CHEN *et al.*, 2020).

O entendimento da relação entre envelhecimento e a gravidade da COVID-19 deve ser fundamentada sob diversos aspectos, pois a pessoa idosa é vulnerável e vive em constante situação de risco, pois a capacidade funcional vai perdendo ao longo da vida. Dentro desses aspectos, a diminuição das capacidades mentais e físicas, perdendo a autonomia e necessitando de acompanhamento para realizar as suas atividades básicas (CHEN *et al.*, 2020).

Segundo o Ministério da Saúde (2020), as infecções por Coronavírus geralmente apresentam sintomas leves, limitados ou inexistentes e, portanto, não são reconhecidas. Em consequência, podem expor uma parcela bem maior da população ao vírus, incluindo principalmente pessoas do grupo de risco, como idosos, pessoas imunodeprimidas, hipertensos, diabéticos, cardiopatas ou que tenham alguma doença crônica não transmissíveis (PETRILLI *et al.*, 2020).

Dessa forma, o presente resumo demonstra que a população idosa é um público que tem vulnerabilidade em relação a pandemia do COVID-19, relatado anteriormente, esse grupo pode estar muito mais em risco caso apresente alguma complicação de saúde, como comorbidades e até o processo mesmo o processo fisiológico natural desse público. Então expor essas perspectivas e conceitos, demonstram que é necessário observar esses riscos com a pessoa idosa afim de entender quais as condições que levam aos grandes índices de contágio.



Com isso, o objetivo do trabalho, é avaliar a vulnerabilidade clínica do indivíduo idoso, além de aspectos relevantes para a promoção da saúde como a importância da nutrição para o cuidado da pessoa idosa.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão bibliográfica, tendo em vista analisar a vulnerabilidade clínica, os impactos da COVID-19 no metabolismo do idoso e como a nutrição pode ser importante para promover saúde para a pessoa idosa. Como critério de seleção foram utilizados: os disponíveis gratuitamente na íntegra, publicados até o ano de 2021, foram excluídos aqueles que não responderiam o objetivo do trabalho, como também aqueles incompletos, por fim para a busca dos artigos utilizamos a língua portuguesa.

A busca dos artigos, foi realizado um levantamento eletrônico, por meio de buscas em bases eletrônicas como Scientific Eletronic Library Online (Scielo), National Center for Biotechnology Information (NCBI), por meio dos descritivos: “Nutrição AND Idoso AND COVID-19”, publicados entre os anos de 2019 à 2021.

## **REFERENCIAL TEÓRICO**

Os impactos metabólicos causados pela COVID-19 nos idosos, cria uma enorme crise de saúde pública e clínica. Dados indicam que essa nova problemática é um risco particular para pessoas idosas, principalmente aquelas com comorbidades (APPLEGATE *et al.*, 2020). Além disso, diante do exposto, uma das maiores preocupações com relação ao vírus são as infecções pulmonares, principalmente em idosos que tem vários tipos de morbidades, pois acabam afetando outras doenças que são desencadeadas ao longo da vida, especialmente com aqueles idosos que apresentam um sistema imunológico mais frágil. O sistema imunológico da população idosa, vai sofrendo diversas modificações, que afeta em muitos elementos, nos quais modelam o sistema, entre adaptativo e inato. Portanto, é importante manter a saúde, buscando condições favoráveis para uma rápida resposta positiva contra complicações advindas do COVID-19 (FELIPE *et al.*, 2020).

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A pandemia alertou e destacou muito mais os idosos, pois como já foi apresentado, esse público potencializou o risco em aumento de mortalidade. Segundo Brasil (2020), a maior parte dos casos ocorreu em indivíduos de até 59 anos com uma porcentagem de 81,0%, com relação aos óbitos, o estudo demonstrou que a maior parte ocorreu em indivíduos com faixa etária entre 60 e 79 anos, com uma porcentagem respectiva de 43,2%.

É notório que a associação entre idade avançada e sintomas graves da COVID-19 em diversos estudos, como também foi bastante evidenciado que a presença de comorbidade mostrou-se o fator com maior número de óbitos, dando ênfase o risco de mortalidade é de 9,44 vezes em comparação aos indivíduos sem comorbidade (BRASIL, 2020). Portanto, é necessário maior atenção para a população idosa, por apresentar também maior vulnerabilidade para o desenvolvimento de comorbidades, como exemplo as doenças crônicas não transmissíveis.

Também é importante destacar, que uma alimentação saudável e balanceada, é recomendada para as pessoas que foram afetadas pela COVID-19. A baixa ingestão de macro e micronutrientes que não atingem as recomendações diárias é uma característica de má alimentação, sendo assim, esses hábitos podem influenciar negativamente e torna a população idosa mais propensa a desenvolver infecções virais. Com isso, é fundamental realizar uma orientação nutricional que promova bons hábitos alimentares que vão fortalecer o sistema imunológico e proporcionar combate as infecções (WYPYCH, MARSLAND, UBAGS, 2017).

De acordo com o Ministério da Saúde (2020), uma boa nutrição, além de um bom controle glicêmico, fortalece o s sistemas, auxilia na proteção de diversas doenças além de possuir impacto positivo sobre o sistema imunológico, protegendo o organismo.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Por fim, concluiu-se que os idosos compõem a população de risco para COVID-19, com isso está reflexão contribui para a orientação de profissionais de saúde, especialmente da atenção primária à saúde e no cuidado gerontológico, referente à prevenção, promoção e autocuidado dos idosos. Além disso, diante do exposto, evidenciou-se a necessidade de ampliar a discussão sobre COVID-19 e nutrição, demonstrando a importância de construir bons hábitos alimentares. Portanto, faz-se necessário maiores pesquisas voltadas para melhorar o cuidado da população idosa durante a pandemia, como também os cuidados a longo prazo.



**Palavras-chave:** Envelhecimento, Nutrição, COVID-19.

## REFERÊNCIAS

APPLEGATE, W. B. et al. COVID-19 presents high risk to older persons. **Journal of the American Geriatrics Society**, v. 68, n.4, p. 681, 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32154911>>. Acesso em: 16 jun. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Boletim Epidemiológico nº 4 de janeiro de 2020. **Brasil: Ministério da Saúde**; 2020. Disponível em: <[https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/janeiro/23/Boletim\\_epidemiologico\\_SVS\\_04.pdf](https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/janeiro/23/Boletim_epidemiologico_SVS_04.pdf)>. Acesso em: 16 jun. 2022.

CHEN N, ZHOU M, DONG X, QU J, GONG F, HAN Y, et al. Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. **The Lancet**. 2020. 395(10223). Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3200714>>. Acesso em: 16 jun. 2022.

FELIPE AC, et al. COVID-19: seus impactos clínicos e psicológicos na população idosa. **Braz. J. of Develop.**, Curitiba, v. 6, n. 7, p. 49811-49824 jul. 2020.

HUANG C, WANG Y, LI X, REN L, ZHAO J, HU Y, *et al.* Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. **Lancet** 2020; 395:497-506.

PETRILLI CM, et al. Factors associated with hospitalization and critical illness among 4,103 patients with Covid-19 disease in New York City. **BMJ**. 2020; 369:m1966.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Novel Coronavirus (2019-nCoV) technical guidance, 2020. [Internet]. **Geneva: WHO**; 2020. Disponível em: <<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>>. Acesso em: 16 jun. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID 19**. Disponível em: < <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19-11-march-2020>. Acesso em: 16 jun. 2022.

WYPYCH TP, MARSLAND BJ, UBAGS ND. The impact of diet on immunity and respiratory diseases. **Ann Am Thorac Soc**. 2017; 14(5):339-47.