

IMPACTOS DO DISTANCIAMENTO SOCIAL NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

¹Angeli Sousa de Jesus; ²Tatiele Andrade Teixeira Da Hora; ³Alfredo Luiz Santos Silva
⁴Ludmila Schettino Ribeiro de Paula ⁵Marcos Henrique Fernandes; ⁶Claudineia Matos de Araujo

¹Graduando em Fisioterapia pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia - UESB;

²Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia - UESB;

³Graduando em Fisioterapia pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB;

⁴Docente dos cursos de Enfermagem da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB;

⁵Docente do curso de Fisioterapia da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB;

⁶Docente do curso de Fisioterapia da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia - UESB

Área temática: Inovações em Saúde Coletiva

Modalidade: Pôster Simples

E-mail do autor: angelisousa428@gmail.com

RESUMO

INTRODUÇÃO: Os idosos apresentam fisiologicamente declínio funcional e uma tendência ao aparecimento de afecções físicas e mentais. Levando em consideração o contexto da pandemia e as repercussões negativas que tendem a suceder alterações na saúde mental, considera-se os indivíduos idosos um dos grupos mais vulneráveis às repercussões pandêmicas. **OBJETIVOS:** Analisar os impactos do distanciamento e isolamento social na saúde dos indivíduos idosos pela pandemia de COVID-19. **MÉTODOS:** Foram consultadas as bases de dados: BVS, SciELO; PEDro, PubMed, CAPES e LILACS resultando em uma amostra final de 11 artigos. **RESULTADOS:** Os estudos analisados evidenciaram diversas consequências negativas relacionadas ao distanciamento social e o isolamento durante a pandemia da COVID-19, principalmente em relação à saúde mental, tendo como repercussão a prevalência de ansiedade, depressão e solidão. Foi identificado também fatores como preocupação com sua saúde, saúde da família e amigos, finanças, comorbidades e questões sociais a interrupção do convívio entre pais e filhos como outras causas que desencadearam ou agravaram comprometimentos mentais. **CONCLUSÃO:** Todo o cenário que a pandemia trouxe influenciou negativamente a saúde mental das pessoas provocando o surgimento ou a exacerbção de doenças como ansiedade e depressão, além de outros prejuízos. Os idosos considerados como grupos de risco para contaminação, ficaram também expostos às consequências do isolamento e muitos deles sofreram com os impactos negativos que a pandemia e o isolamento geraram na sua saúde mental.

Palavras-chave: distanciamento social, saúde mental, idosos.

1 INTRODUÇÃO

Com o processo de envelhecimento, fisiologicamente os idosos apresentam declínio funcional e uma maior tendência ao aparecimento de afecções tanto físicas quanto mentais (CLEMENTE, LOYOLA FILHO, FIRMO 2011; CORDEIRO *et al*, 2020). Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde mental relaciona-se ao bem-estar mental e psicológico (WHO, 2014). Nesse sentido, pessoas submetidas a situações estressantes como o contexto da pandemia do COVID-19 tendem a ter alterações em sua saúde mental, sendo os indivíduos idosos um dos grupos mais vulneráveis às repercussões pandêmicas.

Dadas às restrições de contato e isolamento recomendadas pelas medidas de proteção social da OMS em detrimento da doença por Coronavírus - COVID-19, indivíduos de todo o mundo sofreram com os impactos da patologia seja de forma direta, pelo contágio e curso natural da doença, ou de forma indireta com os aspectos sociais, políticos e/ou mentais envolvidos, decorrentes das incertezas, anseios e temores ocasionados pelo cenário insalubre (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020; SES-GOIÁS, 2020).

Há uma série de problemáticas associadas ao isolamento social principalmente em indivíduos que enfrentam dificuldades em se adaptar às mudanças em sua realidade, sendo que para esses novos estímulos, o corpo pode corresponder com alterações físicas e emocionais que tendem a impactar o *status* mental dos mesmos (SES-GOIÁS, 2020).

Dessa forma, este estudo busca analisar os impactos do distanciamento e isolamento social impostos pela pandemia de COVID-19 na saúde mental dos indivíduos idosos.

2 MÉTODO

Para a compreensão da temática proposta e para a elaboração dessa revisão de literatura foi realizada uma busca nas bases de dados preestabelecidas de acordo com os critérios de inclusão, que serão melhor detalhados a seguir, utilizando-se dos DeCS/MeSH.

Os critérios de inclusão utilizados foram: artigos publicados em língua portuguesa e/ou inglesa, textos completos e gratuitamente disponíveis, estudos com população idosa. Foram excluídas dessa amostra revisões.

As bases de dados utilizadas foram: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO); Physiotherapy Evidence Database (PEDro), PubMed, Coordenação de

Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS).

Para a busca dos artigos selecionados foram utilizadas estratégias respeitando as especificidades de cada base de dados, utilizando os descritores: Impactos na saúde, distanciamento social, pandemia, saúde mental, idosos e Impacts on Health, Physical Distancing, Pandemic, Mental Health, Aged. Tais descritores foram combinados em português e inglês por meio do operador booleano: AND.

Inicialmente foram encontrados um total de 304 artigos, entretanto após a leitura dos títulos e dos resumos foram excluídos 275 artigos por não atenderem aos objetivos do estudo. Posteriormente a leitura na íntegra dos textos remanescentes foram excluídos 18 trabalhos por inadequações aos objetivos sendo amostra final resultante de 11 artigos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pandemia da doença de coronavírus resultou em isolamento social globalmente, criando níveis elevados de estresse e ansiedade (KIM, JUNG, 2021), afetando negativamente a saúde mental e o bem-estar social dos idosos no curto prazo (KRENDL, PERRY, 2021).

O distanciamento foi identificado por Rocha *et al* (2020) como o responsável por evidenciar as desigualdades sociais, expondo muitas pessoas ao desemprego e dificuldades na vida financeira, que também influencia na saúde mental, segundo ele foi possível identificar uma deterioração importante na saúde mental de idosos entre o início da pandemia e o mês de junho do ano de 2020, período que correspondeu ao início da pandemia. Além disso, pessoas que já apresentavam comorbidades ou que foram contaminadas com o vírus da Covid estiveram mais propensos a sofrerem um declínio na saúde mental. Pessoas que não tinham nenhuma comorbidade prévia, também estiveram expostas a declínio da saúde mental decorrente do isolamento social sendo os idosos o principal grupo.

Um estudo feito com idosos em outubro de 2020, visando avaliar a prevalência de ansiedade, depressão e solidão nessa população, evidenciou que um em cada cinco idosos tiveram prejuízos a sua saúde física e mental durante o período de isolamento (DZIEDZIC *et al*, 2021). O distanciamento

social provocou momentos de angústia, medo de morrer, estresse, solidão, e levando consequentemente ao desenvolvimento de ansiedade e depressão.

Diante desse contexto, diversos estudos apontaram a prevalência de ansiedade, depressão e solidão durante as medidas de isolamento social. Schutz *et al* (2022), em um estudo transversal com 86 idosos, no Estado do Rio Grande do Sul mostraram que 55,8% apresentaram sintomas acentuados de estresse, 18,6% sintomas de ansiedade, 16,3% sintomas de depressão e 5,82% solidão moderada a grave, corroborando com os achados de Maggi *et al* (2021), os quais revelaram que, na Itália, estudo feito com 334 idosos, 45% experimentaram depressão, ansiedade ou raiva. Além disso, mais medo de ser infectado estava relacionado a depressão, ansiedade e raiva mais graves. Greenwood-Hickman *et al* (2021), em uma pesquisa qualitativa, no *Kaiser Permanente Washington Health Research Institute*, localizado em Seattle, revelaram que a maioria dos participantes indicou estresse elevado e crônico devido à preocupação com sua saúde, saúde da família e amigos, finanças, interrupção geral da vida cotidiana, bem como o clima político divisivo.

Faria e Patiño (2022), pesquisaram entre 17 profissionais de saúde os efeitos psicológicos da pandemia sobre os idosos e identificaram que dentre eles um dos problemas mais graves é a solidão, e o isolamento social decorrente da pandemia do COVID-19 com que a solidão fosse um estado permanente na vida de muitos deles. Trazem ainda que a pandemia teve grande influência negativa na vida dos idosos principalmente quando se fala de saúde mental, pois desencadeou um misto de sentimentos ruins além de doenças como depressão e ansiedade.

Além de comorbidades e questões sociais, a interrupção do convívio entre pais e filhos durante o período de isolamento devido a pandemia de COVID-19 pode ser também um fator para desencadear ou agravar comprometimentos mentais, especialmente em homens com 70 anos ou mais e menor nível de educação (BRUGIAVINI, DI NOVI, ORSO, 2022).

4 CONCLUSÃO

A pandemia de COVID-19 trouxe angústias, incertezas, preocupações e medo. O isolamento social, medida adotada como forma de reduzir a contaminação, impediu o toque, e o convívio com familiares e amigos, o que pode gerar, muitas vezes, solidão e desespero. Todo o cenário que a

pandemia trouxe influenciou negativamente a saúde mental das pessoas, provocando o surgimento ou a exacerbação de doenças como ansiedade e depressão, além de outros prejuízos. Os idosos considerados como grupos de risco para contaminação, ficaram também expostos às consequências do isolamento e muitos deles sofreram com os impactos negativos que a pandemia e o isolamento geraram na sua saúde mental.

REFERÊNCIAS

- BRUGIAVINI, Agar; DI NOVI, Cinzia; ORSO, Cristina Elisa. Visiting parents in times of COVID-19: The impact of parent-adult child contacts on the psychological health of the elderly. **Economics and Human Biology**, v. 46, p. 1-14, 2022. DOI 10.1016/j.ehb.2022.101152. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ehb.2022.101152>. Acesso em: 3 ago. 2022.
- CLEMENTE, Adauto Silva; LOYOLA FILHO, Antônio Ignácio; FIRMO, Josélia Oliveira Araújo. Concepções sobre transtornos mentais e seu tratamento entre idosos atendidos em um serviço público de saúde mental. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 27, ed. 23, p. 555-564, 2011. DOI 10.1590/S0102-311X2011000300015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/QczWvmztynH8D89jkJYDhYQ/?lang=pt>. Acesso em: 29 ago. 2022.
- CORDEIRO, Renata Cavalcanti *et al.* Perfil de saúde mental de idosos comunitários: um estudo transversal. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Pernambuco, v. 73, n. 1, p. 1-8, 2020. DOI 10.1590/0034-7167-2018-0191. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/fVnFm-TBM3Pp6jpfgsF9QMLL/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 5 set. 2022.
- DZIEDZIC, Beata *et al.* Loneliness and mental health among the elderly in Poland during the COVID-19 pandemic. **BMC Public Health**, Londres, v. 21, p. 1-12, 2021. DOI 10.1186/s12889-021-12029-4. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12029-4>. Acesso em: 4 ago. 2022.
- FARIA, Lina; PALATIÑO, Rafael Andrés. Dimensão psicossocial da pandemia do Sars-CoV-2 nas práticas de cuidado em saúde de idosos. **Interface: comunicação, saúde, educação**, Botucatu, v. 26, p. 1-16, 2022. DOI 10.1590/interface.210673. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/interface.210673>. Acesso em: 3 ago. 2022.
- GREENWOOD-HICKMAN, Mikael Anne *et al.* "They're Going to Zoom It": A Qualitative Investigation of Impacts and Coping Strategies During the COVID-19 Pandemic Among Older Adults. **Front Public Health**, [s. l.], v. 9, p. 1-10, 2021. DOI 10.3389/fpubh.2021.679976. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.679976>. Acesso em: 7 ago. 2022.
- KIM, Harris Hyun-Soo; JUNG, Jong Hyun. Social Isolation and Psychological Distress During the COVID-19 Pandemic: A Cross-National Analysis. **Gerontologist**, [s. l.], v. 61, p. 103-113, 2021. DOI 10.1093/geront/gnaa168. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/geront/gnaa168>. Acesso em: 5 ago. 2022.

KRENDL, Anne C; PERRY, Brea L. The Impact of Sheltering in Place During the COVID-19 Pandemic on Older Adults' Social and Mental Well-Being. **J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci**, [s. l.], v. 76, p. 53-58, 2020. DOI 10.1093/geronb/gbaa110. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7454869/>. Acesso em: 6 ago. 2022.

MAGGI, Gianpaolo *et al.* Mental health status of Italian elderly subjects during and after quarantine for the COVID-19 pandemic: a cross-sectional and longitudinal study. **Psychogeriatrics**, [s. l.], v. 21, ed. 4, p. 540-551, 2021. DOI 10.1111/psyg.12703. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/psyg.12703>. Acesso em: 5 ago. 2022.

MENDEZ-LOPEZ, Ana *et al.* The mental health crisis during the COVID-19 pandemic in older adults and the role of physical distancing interventions and social protection measures in 26 European countries. **SSM Popul Health**, [s. l.], v. 17, p. 1-9, 2022. DOI 10.1016/j.ssmph.2021.101017. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2021.101017>. Acesso em: 7 ago. 2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (BR). Conselho Nacional de Saúde – CNS. **Recomendação nº 036, de 11 de maio de 2020**. Recomenda a implementação de medidas de distanciamento social mais restritivo (lockdown), nos municípios com ocorrência acelerada de novos casos de COVID-19 e com taxa de ocupação dos serviços atingido níveis críticos [Internet]. Brasília: Conselho Nacional de Saúde; 2020. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/recomendacoes-cns/1163-recomendac-a-o-n-036-de11-de-maio-de-2020>. Acesso em: 04 set. 2022.

ROCHA, Saulo Vasconcelos *et al.* A pandemia de COVID-19 e a saúde mental de idosos: possibilidades de atividade física por meio dos Exergames. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Florianópolis, v. 25, p. 1-4, 2020. DOI 10.12820/rbafs.25e0142. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14424/11073>. Acesso em: 3 ago. 2022.

SCHÜTZ, Daiana Meregalli *et al.* Relationship between loneliness and mental health indicators in the elderly during the COVID-19 pandemic. **Psico-USF**, Bragança Paulista, p. 125-138, 2022. DOI 10.1590/1413-8271202126nesp12. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-8271202126nesp12>. Acesso em: 4 ago. 2022.

SECRETARIA DE SAÚDE DO ESTADO DE GOIÁS (SES-GOIÁS). **Guia de cuidado da saúde mental na pandemia de Covid-19**. Goiânia, 2020. Disponível em: https://www.saude.go.gov.br/files/banner_coronavirus/manual_saudemental-coronavirus.pdf. Acesso em: 04 set. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (OMS). **Mental Health**: a state of well-being [Internet]. Geneva: WHO, 2014. Disponível em: https://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/. Acesso em 06 set. 2022.