

Consequências sociais, psicológicas e físicas na saúde mental das pessoas idosas na pandemia da COVID-19

Social, psychological and physical consequences on the mental health of the elderly in the pandemic

Pâmela Schultz Danzmann

Acadêmica do curso de Psicologia; Universidade Franciscana (UFN), Santa Maria, RS, Brasil;
pamelapsicologia10@gmail.com

Liliane Tomazi Vestena

Acadêmica do curso de Psicologia; Universidade Franciscana (UFN), Santa Maria, RS, Brasil;
lilianetomazi@gmail.com

Janaína Pereira Pretto Carlesso

Docente do curso de Psicologia; Universidade Franciscana (UFN), Santa Maria, RS, Brasil ;
janaina.carlesso@ufn.edu.br

Resumo

Objetiva-se descrever as consequências sociais, psicológicas e físicas da pandemia da COVID-19 na saúde mental da pessoa idosa. Foi realizada uma revisão integrativa da literatura nos meses de janeiro e fevereiro de 2022. As plataformas selecionadas foram: Portal Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e o repositório Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Formou-se três categorias após a leitura e revisão do material: Consequências sociais (Isolamento social, distanciamento da família, distanciamento dos grupos, dentre outras) Consequências Psicológicas (tristeza, irritabilidade, tédio, depressão, ansiedade, dentre outras) Consequências físicas (perda do sono, perda do apetite, atividades físicas, dentre outras). Pode-se perceber que em dois anos de pandemia a população idosa está sendo afetada de diversas maneiras. Conclui-se que a pandemia impacta na qualidade de vida das pessoas idosas e por isso é necessário um olhar atento e cuidadoso para essa população.

Descritores: Idoso. Impacto Psicossocial. Pandemias. Saúde Mental.

Abstract

It aims to understand the social, psychological and physical consequences of the pandemic on the mental health of the elderly. An integrative literature review was conducted in January and February 2022. The selected platforms were: Portal Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) and the repository Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences (LILACS). Three categories were formed after reading and reviewing the material: social consequences (social isolation, distance from family, distance from groups, among others) psychological consequences (sadness, irritability, boredom, depression, anxiety, among others) physical consequences (loss of sleep, loss of appetite, physical activities, among others). One can see that in two years of the pandemic, the elderly population is being affected in several ways. We conclude that the pandemic can impact the quality of life of the elderly and. Therefore, a careful and attentive look at this population is necessary.

Descriptors: Elderly. Psychosocial Impact. Pandemics. Mental Health.

Introdução

Uma infecção viral foi relatada pela primeira vez na cidade de Wuhan, na China. A partir daí, essa nova doença causada pelo vírus *SARS-CoV-2*, popularmente conhecido como COVID-19, configurou um contexto de pandemia (Liu et al., 2020). Foram adotadas algumas medidas a fim de minimizar a contaminação e disseminação do vírus como distanciamento

social, isolamento das pessoas infectadas e medidas de higienização, tais como uso de máscara, álcool gel e lavar as mãos com uma certa frequência. Além de medidas que incluem o fechamento e restrição de funcionamento de locais de trabalho, escola, comércio e lazer (Kampf, Todt, Pfaender & Steinmann, 2020).

Nos primeiros meses de pandemia, a taxa de ocupação dos leitos destinados às pessoas contaminadas pelo vírus estava em sua capacidade máxima (Andrade, 2020). A maioria dos pacientes internados possuíam alguma doença como hipertensão, diabetes, problemas respiratórios e cardiovasculares (Nunes, 2020). Por consequência, a maioria dessas pessoas eram idosas e muitos acabaram vindo a óbito. Isso pode estar relacionado com a deterioração do sistema imunológico, que com o tempo começa a perder a capacidade de combater as infecções (Madabhavi, Sarkar & Kadakol, 2020).

Em linhas gerais, pessoas idosas, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2012) são aquelas com 60 anos ou mais. Contudo é importante destacar que essa categorização foi realizada conforme o envelhecimento fisiológico, o que não impede o indivíduo ser social e intelectualmente ativo (Monteiro & Coutinho, 2020). Para um envelhecimento saudável se faz necessário qualidade de vida, que implica em uma vida ativa fomentada por atividade física, alimentação saudável, contato com os familiares e amigos. Entretanto, a pandemia vem implicando negativamente nesses aspectos (Trentini, 2004).

Com a finalidade de enfraquecer a doença, a vacinação se espalha no mundo. E em diversos países foi priorizada para as pessoas idosas como uma forma de proteção e prevenção a saúde. Ao passo que, diversas pessoas, inclusive as pessoas idosas, ainda hesitam em se vacinar. Devido às *fake news* e alguns discursos sobre a ineficácia da vacina, essas pessoas podem não aceitar se vacinar, ou recusar algumas vacinas. Já pode-se observar benefícios da vacinação no enfrentamento da pandemia. Contudo, existem mazelas que ainda precisam ser resolvidas, principalmente no que se refere às variantes espalhadas pelo mundo (Domingues, 2021). Mesmo com o advento da vacinação, as consequências dessa crise sanitária são inúmeras, e já começam a aparecer. A nível social (Souza et al., 2021), econômico, cultural e político (Pereira, Medeiros & Bertholini, 2020) além dos impactos físicos (Silva & Santos Araujo, 2021) e psicológicos (Danzmann, Silva & Guazina, 2020) que abalam os indivíduos.

O diferencial do estudo é compreender as repercussões da pandemia na vida da pessoa idosa, a fim de refletir a qualidade de vida da pessoa com mais de sessenta anos de idade, que pode conviver com o medo de contaminação e morte, socializar e voltar a trabalhar. Podendo

ela ter sido ou não contaminada pela doença. Objetiva-se descrever as consequências sociais, psicológicas e físicas da pandemia na saúde mental das pessoas idosas.

Método

Trata-se de uma revisão integrativa, que se caracteriza por analisar, sintetizar e identificar resultados de estudos sobre um determinado tema (Souza, Silva & Carvalho, 2010). A pesquisa foi realizada em cinco etapas: (1) Elaboração da pergunta norteadora; (2) seleção do período e busca de artigos nas bases de dados; (3) análise e classificação dos materiais de estudos; (4) apresentação dos estudos; (5) discussão dos materiais encontrados (Whittemore & Knafl, 2005).

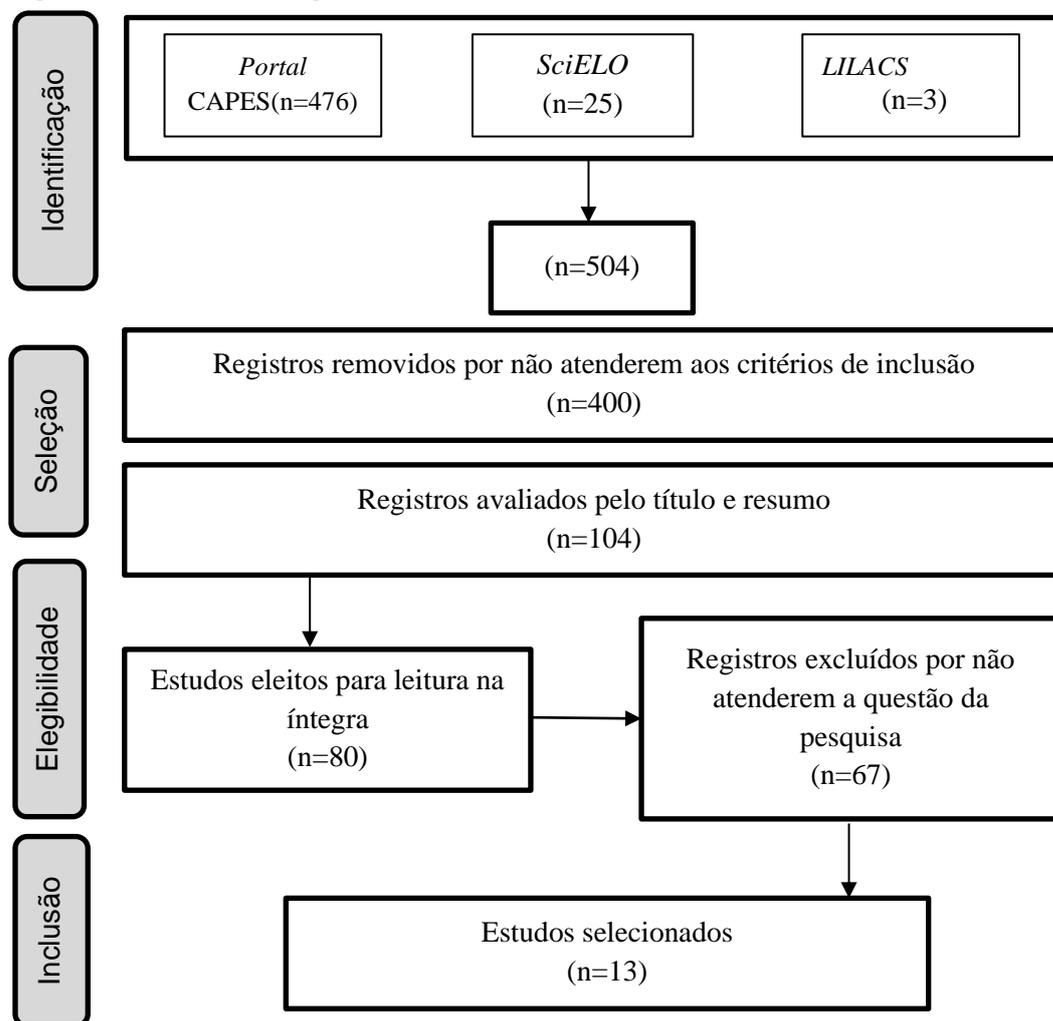
A pergunta que norteou o estudo foi “*Quais as consequências sociais, psicológicas e físicas da pandemia da COVID-19 na saúde mental da pessoa idosa?*”. Para responder à questão optou-se como critério de inclusão estudos nacionais e internacionais nas línguas portuguesa, inglesa e espanhola que corresponde ao recorte temporal dos últimos três anos (2019-2022). Os critérios de exclusão adotados foram artigos que fugissem do tema ou que falassem de outras fases do desenvolvimento tais como a infância, adolescência e a vida adulta.

A revisão ocorreu nos meses de janeiro e fevereiro de 2022. As plataformas selecionadas foram: Portal Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e o repositório Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Para isso utilizou-se os seguintes descritores do DeCS (descritores em ciências da saúde) em cada base de dados: “Idoso” AND “pandemia” AND “Impacto”. Foi realizada a leitura do título e resumo do material encontrado após a busca. Posteriormente selecionados os estudos que correspondiam ao objetivo da pesquisa.

Por fim, formou-se três categorias após a leitura e revisão do material: Categoria 1: Consequências sociais (isolamento social, distanciamento da família, distanciamento dos grupos...) Consequências Psicológicas (tristeza, irritabilidade, tédio, depressão, ansiedade...) Consequências físicas (perda do sono, perda do apetite, atividades físicas...). Para essa etapa utilizou-se a análise de conteúdo de Bardin (2016) onde se busca a classificação pautada em temas ou categorias que ajudam a compreender o estudo. Todas essas categorias foram construídas *a priori*. A figura 1 apresenta um resumo do trabalho realizado:

Pode-se perceber que por meio da seleção restaram 13 artigos que posteriormente foram lidos na íntegra e classificados nas categorias: consequências sociais, físicas e psicológicas.

Figura 1
Fluxograma da revisão integrativa



Fonte: Adaptado do Prisma (2022).

Resultados e discussão

Tabela 1:
Dados dos artigos encontrados

Autor/ano	Título	Tipo de Consequência	Principais resultados
1- Moura (2021)	Idosos na pandemia, vulnerabilidade e resiliência	Psicológica, Social	Os principais sentimentos da pessoa idosa na pandemia são medo, ansiedade, estresse, raiva. Além disso, as condições de isolamento trazem solidão e podem afetar o bem-estar e a saúde mental.

2- Souza-Filho et al., (2021)	Fatores associados ao enfrentamento da pandemia da COVID-19 por pessoas idosas com comorbidades	Social, Física	Ficam muito mais tempo ligadas a tecnologia. Dos participantes da pesquisa 69% destacaram a televisão como o meio de informação e 48,15% utilizam de outros meios de comunicação para aquisição de informações como celulares e tablets.
3- Mazzuchelli et al., (2021)	Discursos sobre os idosos, desigualdade social e os efeitos das medidas de distanciamento social em tempos de covid-19	Física, Social	Aumento da violência na pessoa idosa. Parte da população brasileira ainda trabalha depois dos 60 anos.
4- Santos (2020)	Lazer virtual e a pessoa idosa na pandemia da COVID-19 no contexto da atenção primária à saúde: criatividades interventivas	Psicológica, Social	Principais sintomas: tristeza, angústia, solidão, insônia, depressão, alterações alimentares, e até ideação suicida, entre outros. Até o lazer perdeu espaço, seja atividades físicas em grupos ou oficinas de bordado, crochê.
5- Souza et al., (2021a)	Impactos da pandemia da COVID-19 em idosos e estratégias de reabilitação adotadas	Psicológica, física, social	Impactos do isolamento social na saúde integral da pessoa idosa incluem desempenho físico prejudicado, piora da fragilidade, disfunção cognitiva e dependência funcional para a realização das AVDS.
6- Lima & Camelo (2021)	Tempos de pandemia COVID-19: sintomatologia depressiva em idosos	Psicológica	Na maioria das pessoas idosas não há presença de depressão. Observa-se que estavam satisfeitos com a sua vida, se sentiam felizes e de bom humor, assim como, pensavam que estar vivo era maravilhoso.
7- Silva et al., (2021)	Violência contra idosos relatada em notícias durante a pandemia do novo coronavírus	Física	Aumento da violência contra as pessoas idosas em todas as regiões do país, sendo a região Nordeste com maior número de notícias.

8- Marrocos (2021)	Percepção dos idosos sobre as repercussões da pandemia por COVID-19 em sua saúde	Psicológica	Sentimentos apresentados com maior frequência após a pandemia: “Medo de perder um ente querido” (70%), “Medo de ficar internado” (46%), “Tristeza” e “Ansiedade” (40%), “Medo de morrer” (33%), “Solidão” 24%, “Abandono” 10% e medo de ficar desempregado (6%).
9- Canalli & Scortegagna (2021)	Agravos à saúde mental de pessoas idosas frente a COVID-19	Psicológica	O isolamento e o distanciamento social agravam sentimentos de solidão, ansiedade, sintomas depressivos.
10- Marques et al., (2021)	Impactos da pandemia da COVID-19 no autocuidado de idosos: Uma revisão integrativa	Social, Psicológica	As mudanças comportamentais decorrentes do isolamento social gerou impactos negativos no autocuidado da pessoa idosa.
11- Santos; Brandão & Araujo (2020)	Isolamento social: um olhar a saúde mental de idosos durante a pandemia do COVID-19	Psicológica, Social	A pandemia traz efeitos prejudiciais à saúde mental da pessoa idosa durante e possivelmente após esse período que ainda é indeterminado.
12- Ferreira (2020)	Relação entre crenças, atitudes e saúde mental dos idosos	Psicológica	Um pior quadro de saúde mental foi associado às crenças de vulnerabilidade e gravidade da doença.
13- Romero et al., (2021)	Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho	Psicológica	Durante a pandemia alguns sentimentos foram agravados tais como: “solidão e tristeza devido ao distanciamento social de amigos e familiares”; “ansiedade ou nervosismo”; “tristeza ou depressão”. Ambos com maior ênfase sobre a população feminina. Observou-se a perda de renda, sendo a tristeza e depressão intensificadas.
14- Pereira-Ávila et al., (2021)	Fatores associados aos sintomas de depressão entre idosos durante a pandemia da COVID-19	Psicológica	Embora a maioria das pessoas idosas não tenha apresentado sintomas para depressão, alguns fatores

			podem estar associados a esse quadro: “renda, escolaridade, sexo e estado civil”.
15- González-Soto et al., (2021)	Mental health care in older adults during the covid-19 post – new normality transition	Psicológica	Tem sido potencializada a presença de sintomas psicológicos que afetam a saúde mental das pessoas idosas.

Fonte: Elaborado pelas autoras (2022).

Resultados e discussões

CATEGORIA 1- Consequências sociais na saúde mental da pessoa idosa

O objetivo dessa seção é descrever as principais consequências sociais da pandemia da COVID-19 na saúde mental da pessoa idosa. Entre elas a evitação social encontrada nos artigos (A1, A3, A4, A5, A10 e A11), a perda do ambiente do trabalho para aqueles que continuavam na ativa (A1, A3, A10 e A11) e o afastamento dos amigos (A1, A2, A3, A4 e A11).

A pandemia da COVID-19 começou a alastrar-se no Brasil no final de fevereiro de 2020. A preocupação maior estava voltada às pessoas idosas, consideradas grupo de risco. Uma das consequências nesse primeiro momento de pandemia foi a evitação do contato social. Isso significa que as pessoas não podiam tocar ou abraçar seus familiares (Moura, 2021). Uma forma de amenizar esse sofrimento foi a comunicação por meio de telas como celulares e computadores. Entretanto, as pessoas idosas que não estavam acostumadas com o uso da tecnologia tiveram dificuldades nesse processo. Para inseri-las nesse meio foi necessário a ajuda de amigos e familiares. Destaca-se que esse processo inclusivo pode ser responsável por promover qualidade de vida para as pessoas idosas, ainda mais em um momento tão delicado como a pandemia (Costa et al., 2021).

Ademais, a inserção de ações de lazer para as pessoas idosas no formato virtual é benéfica, pois além de se manterem conectado a família pode-se assistir filmes, debates, realizar oficinas de desenho e pintura, cursos, participar de grupos de orações e outros modos de atividades religiosas e ou espirituais (Santos, Brandão, & Araújo, 2020). No entanto, isso ainda pode ser um desafio no que se refere ao letramento e inclusão das pessoas idosas. Por outro lado, também pode ocorrer a recusa em utilizar aparelhos tecnológicos mais modernos, como celulares ou computadores. Algumas vezes, esse comportamento pode ser encarado como uma incapacidade das pessoas idosas e não como um desejo de não adentrar a era tecnológica (Mazzuchelli, Soares, Noronha, & Oliveira, 2021).

Outra consequência que afeta as pessoas idosas a nível social pode ser o trabalho, considerando os casos de pessoas idosas que ainda não se aposentaram (Santos et al., 2020). Aquelas pessoas idosas que continuam na ativa podem ser as primeiras a serem demitidas com a crise econômica. Para piorar a situação, quando tentam novas vagas de trabalho podem acabar competindo com pessoas mais novas (Mazzuchelli et al., 2021). Nesse sentido, é importante a atenção dos governantes, de modo que planejem políticas específicas para aquelas pessoas idosas que desejam continuar no mercado de trabalho (Paolini, 2016).

Ainda no que se refere a socialização, uma pesquisa realizada por Marrocos, Freitas, Carneira e Pitombeira (2021) aponta que desde o início da pandemia 67% das pessoas idosas não comparecem mais aos encontros dos amigos, 63% não vão mais às festas da família, 60% não vão ao centro da cidade, 53% não vão ao shopping, 48% não vão mais para a academia/fisioterapia, 42% deixaram de ir ao banco, 30% deixaram de fazer acompanhamento médico, 18% deixaram de receber visitas dos filhos e netos e apenas 13% informaram que sua rotina continua a mesma. Isso acaba sendo preocupante, visto que, a socialização pode impactar na qualidade de vida das pessoas idosas (Tavares et al., 2016), e até reduzir a possibilidade de doenças mentais como a depressão (Lima & Camelo, 2021; Neves, Santos, Santos, & Pilger, 2021).

A atividade física praticada pelas pessoas idosas também diminuiu no contexto da pandemia. Isso porque parte da população idosa teme a contaminação do vírus, e suas consequências negativas para a saúde como o sedentarismo (Souza-Filho et al., 2021). Destaca-se que manter um estilo de vida ativo é fundamental para a saúde, cumprindo medidas de distanciamento social e atividades ao ar livre. Até porque o sedentarismo aumenta o risco de quedas, fraturas e incapacidades em pessoas idosas (Azevedo Filho, 2016).

CATEGORIA 2- Consequências Psicológicas na saúde mental da pessoa idosa

O objetivo dessa seção é descrever as principais consequências psicológicas na saúde mental da pessoa idosa. Neste viés, os sentimentos de medo, ansiedade, estresse, raiva, solidão (A1, A4, A8, A9, A13), tristeza, angústia (A4, A8, A13) e abandono e nervosismo (A8, A13) foram observados nos seguintes artigos.

Diante do cenário da pandemia, observou-se diversos prejuízos à saúde mental das pessoas idosas intensificando os sentimentos de medo, ansiedade, estresse, raiva, tristeza, angústia, solidão, abandono e nervosismo (Canalli & Scortegagna, 2021; González-Soto et al., 2021; Marrocos et al., 2021; Moura, 2021; Romero et al., 2021; Santos, 2021). Logo, destaca-

se que esses sentimentos podem perdurar para além do período de distanciamento social (Santos et al., 2020).

Assim, mesmo sendo adotadas restrições para a contenção e disseminação do vírus, as pessoas idosas apresentam sentimentos de medo relacionados principalmente à morte. Isso se deve ao fato de serem um dos públicos com maior vulnerabilidade ao risco grave da infecção pelo vírus, bem como o agravamento dos casos em pacientes que possuem outras comorbidades concomitantemente e que possam levar a internação ou morte (Gomes et al., 2021). Além disso, o medo referiu-se também à perda de pessoas próximas como amigos, familiares ou cônjuges e o consequente sentimento de solidão e abandono (Marrocos et al., 2021).

Outro sentimento destacado é a ansiedade, devido às restrições e a impossibilidade, muitas vezes, de manter relações sociais sob a via presencial com pessoas próximas para além do contato virtual. A veiculação de informações diversas sobre o contágio, disseminação do vírus, número de pessoas infectadas por meio das mídias sociais, sendo elas, muitas vezes, exageradas ou falsas também podem desencadear esses sentimentos. Esse excesso de informações e o constante tempo em casa geraram um aumento da ansiedade (Oliveira et al., 2021).

Ademais, outros sentimentos intensificados nas pessoas idosas referem-se ao medo, ansiedade e estresse. Um estudo realizado aponta que 5,84% das pessoas desenvolveram depressão, 4,47% ansiedade e 8,22% estresse na vivência dessa crise pandêmica. Foram encontrados níveis de estresse mais elevados em pessoas que em algum outro momento da vida (fora do contexto da pandemia) já tinham tido a experiência de vivência do isolamento social, ou seja, eventos anteriores não contribuíram para o manejo da ansiedade diante do distanciamento social da COVID-19 (Barbosa et al., 2021). Outras consequências psicológicas acarretadas nesse período turbulento referem-se à depressão e em muitos casos, ideações suicidas (Canalli & Scortegagna, 2021; Romero et al., 2021; Santos, 2021), sendo que 40% dos artigos analisados constam modificações importantes no humor. Em contrapartida, outros estudos apontam que a maioria das pessoas idosas não apresenta quadros depressivos (Lima & Camelo, 2021; Pereira-Ávila, Góes, Pereira-Caldeira & Gir, 2021). Nos artigos analisados para essa pesquisa, 60% relatam sintomas de depressão que não definiriam um quadro depressivo.

O isolamento social foi um dos fatores desestabilizantes destacados pelas pessoas idosas que apresentaram elevados níveis de sintomas depressivos. A perda de renda e a consequente exposição ao contágio do vírus, através do exercício de atividades voltadas ao trabalho aumentaram esses sintomas. Segundo esse estudo, há diferenças significativas relacionadas ao

sexo e o desenvolvimento de sintomas depressivos, ou seja, as mulheres apresentaram índices maiores do que os homens para a pré-disposição do desenvolvimento da depressão. Desse modo, embora alguns sintomas de depressão possam ser observados e foram agravados durante a pandemia diante de algumas variáveis como sexo e renda, a maioria das pessoas idosas não foi diagnosticada com depressão. Os dados estatísticos apontam que 91,9% das pessoas idosas apresentaram sintomas mínimos de depressão (Pereira-Ávila et al., 2021).

Sugere-se uma ligação estreita entre as condições da pandemia e a ideação suicida, principalmente em pessoas idosas, visto que, na maioria dos casos, possuem diversas condições psiquiátricas associadas que podem agravar ainda mais o problema. Além disso, a depressão também pode ser considerada um transtorno que pode contribuir para ideações suicidas. Na vivência da pandemia outros fatores podem estar influenciando as ideações suicidas com destaque para: residir sozinho, enfrentar sentimentos de solidão e abandono, vulnerabilidade emocional, instabilidade afetiva, elevação dos níveis de estresse, doenças crônicas. Neste viés, pode-se dizer que esse período pandêmico marcado por incertezas, trouxe diversos fatores de risco para o desenvolvimento de ideações suicidas, interferindo na saúde mental, aspecto indubitável para a qualidade de vida e bem-estar populacional (Pimenta et al., 2022).

Diante disso, os quadros psicológicos que mais se intensificaram durante a pandemia tiveram alguma relação com crenças de vulnerabilidade e gravidade da doença. Destaca-se que os padrões de comportamentos e as crenças adotadas pelos indivíduos têm influência significativa nos processos de saúde e doença. Isso pode ser explicado devido 31,3% da amostra relatar não sair nenhuma vez de casa, 56,3% sair de casa de uma a cinco vezes num período de duas semanas de pandemia. E a proporção 74,5% salientaram se sentir com maior vulnerabilidade ao vírus. Desse modo, esses padrões correspondem a uma forma de tentar antecipar os cuidados necessários para a prevenção do vírus, percepção sobre a vulnerabilidade frente à doença e as suas consequências futuras (Ferreira, 2020).

CATEGORIA 3- Consequências físicas na saúde mental da pessoa idosa

O objetivo dessa seção é descrever as principais consequências físicas na saúde mental da pessoa idosa. As mais referidas compreendem insônia, alterações alimentares, ausência de lazer (A4), desempenho físico prejudicado, piora da fragilidade, disfunção cognitiva, prejuízos no autocuidado e dependência funcional para a realização das atividades da vida diária (AVDS) (A5, A10). Além do aumento dos casos de violências em relação à pessoa idosa (A3, A7).

A pandemia da COVID-19 em sua amplitude provocou diversas modificações na rotina das pessoas que culminaram em aspectos negativos na qualidade de vida, acarretando inúmeras consequências físicas. Foram relatados durante o distanciamento social insônia, alterações alimentares, ausência de lazer, desempenho físico prejudicado, piora da fragilidade, disfunção cognitiva, prejuízos no autocuidado e dependência funcional para a realização das atividades da vida diária (Marques et al., 2021; Santos, 2021; Souza et al., 2021a). Com a impossibilidade de sair de casa, comportamentos sedentários e diminuição da prática de atividades físicas pode haver o agravamento dos níveis de saúde mental e emocional das pessoas idosas. Outro ponto a ser destacado é que a prática de atividades físicas contribui para o envelhecimento saudável, sendo a ausência fator prejudicial à saúde dessa população (Rocha, Dias, Silva, Lourenço & Santos, 2020).

Ademais, devido ao alto nível de infecção pelo vírus, o autocuidado é uma ferramenta primordial para a manutenção da qualidade de vida e bem-estar da pessoa idosa. Logo, em decorrência dessa enxurrada de informações e sentimentos, sintomas psicológicos como ansiedade e estresse foram relatados, sendo a prática de autocuidado deixada de lado pelas pessoas idosas em função da alta demanda de atenção para outras áreas da vida (Marques et al., 2021).

Ainda no que se refere às consequências resultantes, tem-se que as atividades de lazer são consideradas aspectos importantes da vida do indivíduo adulto e da pessoa idosa, possibilitando saúde física e mental em função da quebra de rotina, momentos de diversão e distração. Com a pandemia da COVID-19 muitas das atividades de lazer que antes eram praticadas em outros ambientes tais como: passeios, viagens turísticas, atividades artísticas e físicas, para além do ambiente de casa foram suspensas. Outras limitações que corroboram para a diminuição da prática de atividades de lazer nesse período foi o limitado tempo livre em função do aumento das demandas de trabalho no formato *home office*, disponibilidade de tempo para aprendizagem de novas tecnologias, conciliação entre vida familiar e trabalho em um mesmo ambiente (Ribeiro, Santana, Tengan, Silva & Nicolas, 2020).

Além disso, alterações no sono e agravamento desse problema foram considerados mais uma das consequências geradas pela pandemia. Desse modo, pessoas que não apresentavam nenhum problema de sono, passaram a demonstrar, ou mesmo aqueles que já tinham algum histórico agravaram ainda mais esse problema. Segundo um estudo realizado por Barros et al., (2020) mais de 40% das da população adulta brasileira vieram a ter alterações relacionadas ao sono e 50% intensificaram o agravamento de problemas preexistentes. Essas alterações podem

ser explicadas, visto que diversos estressores foram incluídos na rotina das pessoas, sendo alguns deles: medo de contrair o vírus, solidão, tristeza, incertezas sobre o futuro.

Neste sentido, a alimentação balanceada e rica em nutrientes contribui para o fortalecimento do sistema imunológico. Logo, pode ser considerado um fator preventivo no enfrentamento da COVID-19, devido uma alimentação pobre em nutrientes ter maior propensão de desenvolver riscos mais graves frente a infecção pelo vírus (Dutra et al., 2020). Por fim, houve um aumento na ocorrência de casos de violências contra a pessoa idosa com maior ênfase para a região Nordeste do Brasil (Mazzuchelli et al., 2021; Souza et al., 2021b). Esse aumento de casos de violência tem influência em indicadores que podem contribuir para esse agravamento durante o período da pandemia.

As denúncias de violência aumentaram, o Disque 100 (local destinado a denúncia da violação dos direitos humanos) aponta que em torno de 41% das denúncias referem a negligência, 24% a violência psicológica; 12% por violência física e 2% por violência institucional. Esses fatores são: precárias condições de vida que parte das pessoas idosas vivem, discriminação em função da idade, abandono por parte dos familiares. Desse modo, aumentou-se comportamentos discriminatórios e preconceituosos voltados às pessoas idosas, devido à maior exigência de cuidado, vulnerabilidade aos casos mais graves do vírus, menor acesso aos serviços de saúde, dependência de terceiros para a realização de muitas das suas atividades diárias. No entanto, o distanciamento social foi um fator limitante para a notificação de novos casos de violências, de modo que, muitas vezes, não há uma rede de apoio que possa ser acessada (Moraes, Marques, Ribeiro & Souza, 2020).

Considerações finais

Conclui-se que, a pandemia da COVID-19 e as medidas preventivas adotadas pela OMS, apesar de serem benéficas para evitar a disseminação do coronavírus, acarretaram inúmeras consequências sociais, psicológicas e físicas na saúde mental da pessoa idosa. No que se refere às consequências sociais pode-se citar o afastamento do contato social com amigos e familiares, ou seja, privou-se esse público de diversas atividades de trabalho, lazer e cuidado devido à grande vulnerabilidade a infecções graves por parte da doença.

Diante disso, consequências psicológicas intensificaram-se por meio de sentimentos como a incerteza e o medo constante, divulgação de informações falsas, diversas comorbidades associadas, agravamento de problemas já existentes, sendo que podem vir a permanecer para além do período pandêmico. Além disso, o bem-estar físico da pessoa idosa também foi

prejudicado devido ao sedentarismo, visto que o envelhecimento saudável e ativo é fundamental. Logo, a diminuição da prática de atividades físicas, alterações alimentares, rotina do sono trouxeram impactos à vida da pessoa idosa. Essa privação de atividades domiciliares impostas a pessoa idosa e as mudanças na rotina tiveram interferência direta na saúde e qualidade de vida.

Neste viés, as pessoas idosas merecem atenção especial e cuidado em função das intensas consequências já citadas, visto que é considerado um público vulnerável na vivência de um período pandêmico. É nítido as consequências presentes nos aspectos sociais, psicológicos e físicos na vida da pessoa idosa. Destaca-se a importância de estudos serem realizados nessa área, voltado à pessoa idosa, visto a intensidade do aumento dessa população e a transição da estrutura da pirâmide etária populacional nas últimas quatro décadas.

Como limitação do estudo, destaca-se um curto recorte temporal devido a consideração dos últimos dois anos (2020-2022), de maneira que outros impactos podem surgir no decorrer do tempo. Por fim, sugere-se que outros estudos sejam realizados nessa área a fim de contribuir para o meio científico tais como estudos com pessoas idosas institucionalizadas, hospitalizadas ou mesmo que vivem com a própria família, ou seja, abranger uma diversidade de pessoas idosas como forma de fazer contrapontos e reconhecer outras repercussões na saúde mental da pessoa idosa diante da pandemia.

Referências:

Andrade, M. V., Noronha, K., Turra, C. M., Guedes, G., Cimini, F., Ribeiro, L. C., ...Silva, J. A. D. (2020). Os primeiros 80 dias da pandemia da COVID-19 em Belo Horizonte: da contenção à flexibilização. *Nova Economia*, 30(2), 701-737. Recuperado de: <https://www.scielo.br/j/neco/a/S6R4js4ZwV7mNhFJ33GY85j/abstract/?lang=pt>.

Azevedo Filho, E. R. (2016). A influência da prática da atividade física e da socialização na qualidade de vida do idoso: um estudo nos pontos de encontro comunitário do Distrito Federal. *Dissertação de Mestrado em Gerontologia*. Universidade Católica de Brasília, Brasília, DF, Brasil. Recuperado de: <https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/bitstream/tede/2185/2/EliasRochadeAzevedoFilhoDissertacao2016.pdf>.

Barbosa, L. N. F., Melo, M. C. B. D., Cunha, M. D. C. V. D., Albuquerque, E. N., Costa, J. M., & Silva, E. F. F. D. (2021). Frequência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse em

brasileiros na pandemia COVID-19. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 21(2), 413-419. Doi: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202100S200005>.

Bardin, L. (2016). *Análise de conteúdo*. São Paulo: Ed. 70.

Barros, M. B. D. A., Lima, M. G., Malta, D. C., Szwarcwald, C. L., Azevedo, R. C. S. D., Romero, D., ... Gracie, R. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29(4), 1-12. Doi: <https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400018>.

Costa, D. E. S., Andrade Rodrigues, S., Alves, R. D. C. L, Silva, M. R. F., Bezerra, A. D. C, Santos, D. C., ... Nascimento, C. E. M (2021). A influência das tecnologias na saúde mental dos idosos em tempos de pandemia: uma revisão integrativa. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10(2), 1-12. Doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i2.12198>.

Danzmann, P. S., Silva, A. C. P., & Guazina, F. M. N. (2020). Atuação do psicólogo na saúde mental da população diante da pandemia. *Journal of Nursing and Health*, 10(4), 1-14. Doi: <https://doi.org/10.15210/jonah.v10i4.18945>.

Dias, A. D. C., Araújo, D. G.S., Silva, E. M., Farias, I. M., & Freitas Gomes, L. M. (2020). A importância da alimentação saudável e estado nutricional adequado frente a pandemia de COVID-19. *Brazilian Journal of Development*, 6(9), 66464-66473. Doi: <https://doi.org/10.34117/bjdv6n9-181>.

Gomes, M. A. C., Fernandes, C. S., Fontenele, N. Â. O., Galindo Neto, N. M., Barros, L. M., & Frota, N. M. (2021). Vivência de idosos diante do isolamento social na pandemia da COVID-19. *Rev Rene*, 22, 1-9. Doi: <https://doi.org/10.15253/2175-6783.20212269236>.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Idosos indicam caminhos para uma melhor idade. Recuperado de: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/24036-idosos-indicam-caminhos-para-uma-melhor-idade>.

Kampf, G., Todt, T., Pfaender, S., Steinmann, E. (2020). Persistence of coronaviruses on inanimate surfaces and their inactivation with biocidal agents. *Journal Hospital Infection* 104(3), 246-51. Doi: <https://dx.doi.org/10.1016/j.jhin.2020.01.022>.

Lima, de. F. M., & Camêlo, E. L. S. (2021). Tempos de pandemia COVID-19: sintomatologia depressiva em idosos. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10(14), 1-11. Recuperado de: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/22245>.

- Liu, J., Cao, R., Xu, M., Mang, X., Zhang, H., Hu, H. (2020). Hydroxychloroquine, a less toxic derivative of chloroquine, is effective in inhibiting SARS-CoV-2 infection in vitro. *Cell Discovery*, 6(16), 1-4. Doi: <https://doi.org/10.1038/s41421-020-0156-0>.
- Madabhavi, I., Sarkar, M., & Kadakol, N. (2020). COVID-19: a review. *Arquivos Monaldi para Doenças Torácicas*, 90(2), 248-258. Doi: <https://doi.org/10.4081/monaldi.2020.1298>.
- Marrocos, E. M., de Freitas, A. S. F., Carneiro, G. M., & Pitombeira, M. G. V. (2021). Percepção dos idosos sobre as repercussões da pandemia por COVID-19 em sua saúde. *Research, Society and Development*, 10(9), 1-13. Doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i9.18067>.
- Mazuchelli, L. P., Soares, M. F. D. P., Noronha, D. O., & Oliveira, M. V. B. (2021). Discursos sobre os idosos, desigualdade social e os efeitos das medidas de distanciamento social em tempos de covid-19. *Saúde e Sociedade*, 30(3), 1-12. Recuperado de: [Discursos sobre os idosos, desigualdade social e os efeitos das medidas de distanciamento social em tempos de covid-19](https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.2.27662020)
[1](https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.2.27662020).
- Monteiro, R. E. G., & Coutinho, D. J. G. (2020). Uma breve revisão de literatura sobre os idosos, o envelhecimento e a saúde. *Brazilian Journal of Development*, 6(1), 2358-2368. Recuperado de: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/6149>.
- Moraes, C. L. D., Marques, E. S., Ribeiro, A. P., & Souza, E. R. D. (2020). Violência contra idosos durante a pandemia de Covid-19 no Brasil: contribuições para seu enfrentamento. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(2), 4177-4184. Doi: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.2.27662020>.
- Moura, M. L. S. D. (2021). Idosos na pandemia, vulnerabilidade e resiliência. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 24(1), 1-3. Doi: <https://doi.org/10.1590/1981-22562021024.210060>.
- Neves, A. C., Santos, T. R., Santos, L. D. A., & Pilger, C. (2021). O perfil de saúde dos idosos que participam de um centro de convivência para a terceira idade, com foco nos transtornos mentais comuns. *Perspectivas em Psicologia*, 24(1), 1-16. Doi: <https://doi.org/10.14393/PPv24n1a2020-57659>.
- Nunes, B., Souza, A. S., Nogueira, J., Andrade, F., Thumé, E., Teixeira, D., & Batista, S. (2020). Envelhecimento, multimorbidade e risco para COVID-19 grave: ELSI-Brasil. Recuperado de: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/703>.
- Oliveira, V. V., Oliveira, L. V., Rocha, M. R., Leite, I. A., Lisboa, R. S., & Andrade, K. C. L. (2021). Impactos do isolamento social na saúde mental de idosos durante a pandemia pela

Covid-19. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(1), 3718-3727. Doi: <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n1-294>.

Paolini, K. S. (2016). Desafios da inclusão do idoso no mercado de trabalho. *Rev Bras Med Trab*, 14(2), 177-82. Recuperado de: <https://biblat.unam.mx/hevila/Revistabrasileirademedicinadotrabalho/2016/vol14/no2/15.pdf>.

Pereira-Ávila, F. M. V., Lam, S. C., Góes, F. G. B., Pereira-Caldeira, N. M. V., & Gir, E. (2021). Factors associated with symptoms of depression among older adults during the COVID-19 pandemic. *Texto & Contexto-Enfermagem*, 30, 1-15. Doi: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0380>.

Pereira, C., Medeiros, A., & Bertholini, F. (2020). O medo da morte flexibiliza as espécies e aproxima polos: consequências da pandemia da COVID-19 no Brasil. *Revista de Administração Pública*, 54(4), 952-968. Doi: <https://doi.org/10.1590/0034-761220200327>.

Pimenta, T. S., Campos, T. F., Santos, J. R., Freire, L. M. L., Pereira, M. S. M. G., Lima, de R. C. D., ... Lúcio, A. S. S. C. (2022). A importância da detecção precoce da ideação suicida em idosos na pandemia. *Research, Society and Development*, 11(2), 1-8. Doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i2.25115>.

Ribeiro, O. C. F., Santana, G. J., Tengan, E. Y. M., Silva, L. W. M., & Nicolas, E. A. (2020). Os impactos da pandemia da covid-19 no lazer de adultos e idosos. *LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer*, 23(3), 391-428. Doi: <https://doi.org/10.35699/2447-6218.2020.25456>.

Rocha, S. V., Dias, C. R. C., Silva, M. C., Lourenço, C. L. M., & Santos, C. A. (2020). 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*, 25, 1-4. Doi: <https://doi.org/10.12820/rbafs.25e0142>.

Romero, D. E., Muzy, J., Damacena, G. N., Souza, N. A. D., Almeida, W. D. S. D., Szwarcwald, C. L., ... & Silva, D. R. P. D. (2021). Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho. *Cadernos de Saúde pública*, 37(3), 1-16. Doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00216620>.

Santos, Á. D. S. (2021). Lazer virtual e a pessoa idosa na pandemia da COVID-19 no contexto da atenção primária à saúde: criatividades interventivas. *J. Health NPEPS*, 6(1), 1-5. Recuperado de: <https://periodicos2.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/5465>.

- Santos, S., Brandão, G. C. G., & Araújo, K. M. D. F. A (2020). Isolamento social: um olhar a saúde mental de idosos durante a pandemia do COVID-19. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 9(7), 1-15. Doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4244>.
- Silva, B. C. da., Silva, C. F. da., Cabral, L. P., Silva, da., Filho, N. J., Melo, D., ... Zimmermann, R. D (2021). Violência contra idosos relatada em notícias durante a pandemia do novo coronavírus. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10(14), 1-7. Doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i14.20046>.
- Silva, I. N., & Santos A. A. (2021). Impactos psicológicos e físicos em profissionais enfermeiros no enfrentamento da pandemia pela COVID-19. *Research, Society and Development*, 10(8), 1-9. Recuperado de: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i8.15695>.
- Souza, M. T. D., Silva, M. D. D., & Carvalho, R. D. (2010). Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, 8(1), 102-106. Doi: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>.
- Souza, E. M., Silva, I. L. C., Silva, L. G. B., Silva Neto, J. E., Amorim, D. N. P., Farias, R. R. S., ... Sousa Macedo, L. L. B. (2021b). Impactos da pandemia da COVID-19 em idosos e estratégias de reabilitação adotadas. *Research, Society and Development*, 10(17), 1-10. Doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i17.24267>.
- Souza Filho, Z. A., Nemer, C. R. B., Teixeira, E., Neves, A. L. M. D., Nascimento, M. H. M., Medeiros, H. P., ... Oliveira, V. L. G. D. (2021a). Fatores associados ao enfrentamento da pandemia da COVID-19 por pessoas idosas com comorbidades. *Escola Anna Nery*, 25, 1-9. Doi: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0495>.
- Tavares, D. M. D. S., Guimarães, M. D. O., Ferreira, P. C. D. S., Dias, F. A., Martins, N. P. F., & Rodrigues, L. R. (2016). Qualidade de vida e adesão ao tratamento farmacológico entre idosos hipertensos. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 69(1), 134-141. Doi: <https://doi.org/10.1590/0034-7167.2016690118i>.
- Trentini, C. M. (2004). Qualidade de vida em idosos. *Tese de doutorado em Ciências Médicas*, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. Recuperado de: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/3471/000401328.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Whittemore, R., & Knafl, K. (2005). The integrative review: updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, 5(5), 46-553. Recuperado de: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1365-2648.2005>.