

IMPACTOS DO ISOLAMENTO SOCIAL NA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS NA PANDEMIA DA COVID-19 – UMA REVISÃO DE LITERATURA

IMPACTS OF SOCIAL ISOLATION ON THE MENTAL HEALTH OF ELDERLY PEOPLE IN THE COVID-19 PANDEMIC – A LITERATURE REVIEW

Jercy Gabriella Gomes Marinho **1**

Maikon Chaves de Oliveira **2**

Ana Maria da Costa Teixeira Carneiro **3**

Resumo: A pandemia pela Covid-19 impactou a vida de muitos indivíduos, de forma direta com a exposição ao vírus ou de forma indireta com as medidas protetivas como o isolamento social. Um dos maiores danos resultou em prejuízos na saúde mental, principalmente da população idosa, uma vez que o isolamento e a solidão se tornaram ainda mais presentes nesse grupo. Este estudo buscou identificar os impactos do isolamento social na saúde mental dos idosos durante a pandemia da Covid-19, através de uma revisão da literatura com base nos registros disponíveis nas bases de dados Google Scholar, BVS e PUBMED. Os resultados do presente estudo apontam que as medidas de distanciamento, mudanças de rotina e a interrupção do convívio social afetam o bem-estar psicológico dos idosos. Dentre os principais impactos encontrados nessa revisão destacam-se ansiedade, depressão, estresse, alterações comportamentais, alterações no padrão do sono, luto antecipado, medo da morte, da perda e da dor crônica não tratada.

Palavras-chave: Coronavírus. Idoso. Saúde Mental. Isolamento Social. Solidão.

Abstract: The Covid-19 pandemic has impacted the lives of many individuals, either directly through exposure to the virus or indirectly through protective measures such as social isolation. One of the greatest harms has been damage to mental health, especially among the elderly, since isolation and loneliness have become even more present in this group. This study sought to identify the impacts of social isolation on the mental health of the elderly during the Covid-19 pandemic, through a literature review based on the records available in the Google Scholar, VHL and PUBMED databases. The results of this study show that distancing measures, changes in routine and the interruption of social interaction affect the psychological well-being of the elderly. Among the main impacts found in this review are anxiety, depression, stress, behavioral changes, changes in sleep patterns, anticipatory grief, fear of death, loss and untreated chronic pain.

Keywords: Coronavirus. Elderly. Mental Health. Social Isolation. Loneliness.

-
- 1** Graduada em Enfermagem (pela UNITINS), Lattes: <https://lattes.cnpq.br/4413241944876308> ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-8294-5369> E-mail: jercygomesmarinho70@gmail.com
 - 2** Graduado em Enfermagem (pela ULBRA), Mestre em Ciências Ambientais (pela UNITAU). Atualmente é professor da UNITINS. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/2033026725342524>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2825-3571>. E-mail: maikon.co@unitins.br
 - 3** Graduada em Enfermagem (pela ITPAC), Pós Graduada em enfermagem do trabalho (pela UNIRG) Mestre em ciências ambientais (pela UNITAU), Doutora em saúde pública (pela UNITER). Atualmente é professora da UNITINS. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5330225112832575> ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7450-6555> E-mail: ana.leka@hotmail.com

Introdução

Em meados de dezembro de 2019 em Wuhan, na China foi detectado o coronavírus SARS-CoV-2, que alcançou subitamente diversos países, desde então, o mundo vem enfrentando o surto de uma nova doença infecciosa e altamente contagiosa (Tsamakis *et al.*, 2020; Simonetti *et al.*, 2021). Com a elevada ocorrência e letalidade dos casos, foi necessário implementar o isolamento social como medida de controle, tendo em vista alta capacidade de mutação e propagação viral (Banerjee; Rai, 2020).

Toda a população esteve suscetível a infecção por COVID-19, contudo são os idosos o grupo mais vulnerável a enfermidade, por uma gama de fatores que afetam a saúde geral deles, devido as alterações sofridas pelo sistema imunológico ao longo dos anos. De acordo Canali Scortegagna (2021), à medida que envelhecemos, torna-se cada vez mais difícil para o sistema imunológico eliminar as células infectadas e enviar sinais de alarme ao corpo para ativar os mecanismos de defesa do corpo.

Tendo em consideração que a maioria dos esforços clínicos e científicos foram direcionados para conter os efeitos do vírus sobre a saúde física, contudo suas consequências de curto e longo prazo na saúde mental passaram a ser motivo de grandes preocupações, visto que, à medida que a doença progredia e os períodos de isolamento social foram prolongados, a solidão, a raiva e os sentimentos negativos ameaçavam a integridade psicológica do idoso (Fiorillo *et al.*, 2020).

Segundo Faro *et al.*, (2020) manter-se afastado de familiares e amigos, junto com a incógnita do tempo que aquilo seria necessário, tornou-se um fator estressante, provocando o aumento de sentimentos de ansiedade, insegurança e medo. Principalmente naqueles que não dispuseram de recursos tecnológicos tais como (smartphones, tablets, notebook) para manter o contato com familiares e amigos (Santini, 2020).

Com as mudanças que a pandemia do COVID-19 trouxe na vida das pessoas, desencadeou diversos problemas psicológicos, como por exemplo a ansiedade, medo e insegurança. Agora imagine nos idosos que viveram a maior parte de suas vidas em comunidades que ofereciam formas naturais de conexão social, como clubes sociais, organizações comunitárias e igrejas, os mesmos tiveram mais dificuldades em se adaptar à nova realidade pandêmica e pós pandêmica onde tudo ao qual estavam acostumados ouve alterações e restrições, como receber um abraços de amigos e parentes, visitar o ente querido, reunir-se com a família no almoço de domingo, ir ao velório do ente querido ou viajar. Com as medidas de distanciamento social o isolamento físico os sofrimentos mentais tornaram-se um importante problema de saúde pública, especialmente entre os idosos em todo o mundo. Nesse sentido surge o seguinte questionamento: Quais são os impactos do isolamento social em virtude da pandemia do COVID-19 na saúde mental dos idosos?

Uma larga parte da população foi impactada de alguma forma pela COVID-19, seja a curto prazo ou a longo prazo. Torna-se importante, desse modo implementar ações que incentivam cuidados a saúde mental dos idosos, como acesso a medicações e aconselhamento psicológico pós pandemia. Vale ressaltar a importância de assegurar a essa população informações claras e precisas, como formas de conter a ansiedade e o medo, além de oferecer canais de escuta que tragam orientações práticas sobre como enfrentar e gerenciar as situações estressoras.

Portanto, este estudo justifica-se perante a sociedade por ser um tema de relevância social e por suscitar a discussão do que a própria sociedade deveria estar fazendo no cuidado aos idosos, que na maioria das vezes já apresentam limitações físicas e mentais, portanto, é importante discutir esse tema para que, por meio da identificação desses impactos, se reflitam/sugerem mitigações para essas situações. Essas medidas vão, de uma forma ou de outra, funcionar por meio de políticas públicas que se apliquem à sociedade como um todo, famílias ou cuidadores, e sejam de responsabilidade desses idosos.

Nesse contexto o objetivo principal da pesquisa é compreender como o isolamento social devido a COVID-19 impactou na saúde mental dos idosos e como objetivos específicos tem-se de identificar as possíveis causas que afetam a saúde mental de pessoas idosas na pandemia da COVID-19, descrever algumas mudanças que a pandemia acarretou e como afetou psicologicamente a vida da população idosa; descrever os principais sofrimentos mentais que surgiram na população idosa durante a pandemia COVID-19.

Metodologia

A presente pesquisa trata-se de uma revisão bibliográfica do tipo integrativa com amostra qualitativa. A revisão da literatura é elaborada através de resumos divididos em diferentes tópicos, com isso se tem uma maior compreensão acerca do tema. Através da revisão que surgem novas teorias e oportunidades de novas pesquisas, pois a pesquisa bibliográfica é o primeiro passo para o conhecimento científico (Botelho *et al.*, 2011).

Segundo Botelho *et al.*, (2011) através do método da revisão integrativa cria-se uma análise acerca do estudo de várias pesquisas (empíricas ou teóricas) realizadas anteriormente gerando assim novos conhecimentos baseados nos resultados apresentados nas pesquisas encontradas, a implementação de intervenções eficazes na prestação de cuidados, além disso, permite a identificação de fragilidades, que poderão conduzir ao desenvolvimento de futuras investigações.

A pesquisa qualitativa é utilizada para descrever a complexidade de algum assunto, com foco na interpretação dos resultados e não nas suas quantificações (sem uso de estatísticas), sendo necessária uma compreensão e classificação dos processos estudados individualmente ou coletivamente (Lopes; Fracoli, 2008; Dalfovo *et al.*, 2008).

A coleta de dados da pesquisa se deu através de dados eletrônicos dentre os quais sites de enciclopédias: *Google Scholar*, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Scientific Electronic Library Online* (Scielo) e *U. S. National Library of Medicine* (PubMed). Foram selecionados artigos publicados em periódicos entre os anos de 2020 a maio de 2023, através do auxílio dos Descritores em Ciências da Saúde (DECS) em português “saúde mental”, “isolamento social”, “idosos”, COVID 19 e “pandemia” e em inglês: “*mental health*”, “*social isolation*”, “*elderly*”, “*COVID 19*”, “*pandemic*”.

Os critérios de inclusão são textos e artigos que discorram sobre o impacto do isolamento social durante o período da pandemia, as mudanças que a pandemia ocasionou na vida/saúde mental das pessoas idosas, e artigos que respondam à pergunta norteadora da pesquisa.

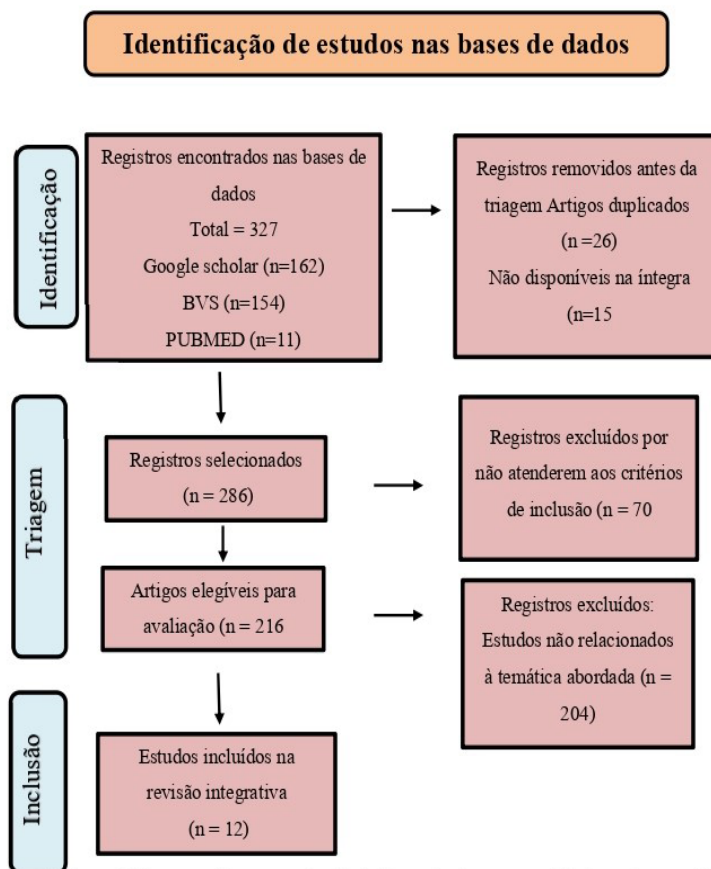
Já os critérios de exclusão remetem a publicações que antecedem o período cronológico estabelecido pelo estudo, textos e artigos que sejam discordantes do tema e publicações que não estavam disponíveis na íntegra.

A análise dos dados tem como objetivo básico proporcionar o estabelecimento das conclusões da pesquisa a partir dos dados coletados e tabulados e a discussão de acordo com a literatura atualizada. Foram encontrados poucos artigos sobre a temática em questão, principalmente nacionais. Isso porque o conteúdo sobre a pandemia do COVID-19 é considerado recente, mas também demonstra como a temática acerca do isolamento social ainda é um assunto pouco discutido.

Ocorreu pesquisas bibliográficas sobre o assunto, onde foram selecionados artigos para compor os resultados com base nos critérios de inclusão e exclusão demonstrados num fluxograma de prisma que foi adaptado para revisão integrativa detalhando o processo de seleção 12 das amostras, representado na figura 1, os resultados foram divididos e apresentados em quadros para melhor compreensão dos dados coletados.

Após a busca nas bases de dados obteve-se um total de 327 artigos, aplicando os critérios de inclusão e exclusão na triagem resultou-se em um total de 12 artigos para esta revisão integrativa.

Figura 1. Tabela Prisma



Fonte: Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos resultados para a revisão integrativa a partir do modelo PRISMA, 2020.

Resultados e discussão

Dos 12 artigos incluídos nesta pesquisa, 5 artigos são de revisão integrativa, 1 revisão narrativa, 3 revisões de literatura, 1 revisão bibliográfica, 1 revisão bibliográfica com estudo de caso e 1 estudo transversal. Todas as pesquisas incluídas possuem um objetivo comum, associando os impactos da pandemia da Covid-19 a população idosa.

Tabela 1. Artigos incluídos para esta revisão

N	Autores	Ano	Título do artigo	Objetivos
1	Santos; Brandão	2020	Isolamento social: um olhar a saúde mental de idosos durante a pandemia do COVID-19	Investigar na literatura os desafios enfrentados no isolamento social para a saúde mental dos idosos durante a pandemia do COVID-19.
2	Coronango; Bulhões; Silva	2020	Isolamento social e idosos frente à covid 19: Afeto e cuidado em tempos de pandemia	Realizar uma análise das repercussões da medida restritiva de isolamento social conferida pela pandemia do Coronavírus à população idosa.
3	Aydogdu	2020	Novo coronavírus e os riscos do isolamento social para os idosos: revisão integrativa	Investigar os riscos do isolamento social para a saúde dos idosos durante a pandemia causada pelo novo coronavírus.

4	Monteiro; Figueredo; Cayana	2021	Idosos e saúde mental: impactos da pandemia COVID-19	Verificar os impactos na saúde mental de idosos em decorrência das mudanças de adaptação e reconfiguração de comportamentos sociais durante o período de pandemia da COVID-19.
5	Bezeira <i>et al.</i> ,	2020	Efeitos do isolamento social para a saúde de pessoas idosas no contexto da pandemia de Covid-19: um estudo de revisão integrativa	Investigar os efeitos do isolamento social para a saúde física e mental em pessoas idosas durante a pandemia de COVID-19.
6	Silva <i>et al.</i> ,	2022	O impacto do isolamento social na qualidade de vida dos idosos durante a pandemia por COVID-19	Apresentar o impacto do isolamento social na vida da pessoa idosa na atual pandemia por COVID-19.
7	Kusumota <i>et al.</i> ,	2021	Impacto de mídias sociais digitais na percepção de solidão e no isolamento social em idosos	Sintetizar o conhecimento disponível sobre o impacto de mídias sociais na percepção de solidão e/ou no isolamento social em idosos.
8	Pecoitis <i>et al.</i> ,	2021	Impacto de mídias sociais digitais na percepção de solidão e no isolamento social em idosos	Abordar o impacto das medidas de isolamento social, tomadas para a contenção da pandemia da Covid-19, na saúde mental da população idosa.
9	Moreira; Sousa	2021	Olhares sobre o impacto do isolamento social à saúde mental do Idoso	Identificar os impactos do isolamento social na saúde mental dos idosos durante a pandemia da COVID-19.
10	Pedreira <i>et al.</i> ,	2022	Impactos reais e/ou potenciais da pandemia de covid-19 na saúde Mental de idosos	Analisar na literatura os impactos reais e/ou potenciais da pandemia de COVID-19 na saúde mental de idosos.
11	De Oliveira <i>et al.</i> ,	2023	As implicações do distanciamento social à saúde Psicossocial do idoso em tempos de pandemia	Analisar os efeitos do distanciamento social à saúde psicossocial da pessoa idosa no período da pandemia da COVID-19.
12	Pereira <i>et al.</i> ,	2022	Avaliação do medo e estresse pelo idoso na Pandemia do novo coronavírus: um estudo transversal	Identificar os principais medos e o nível de estresse em relação à pandemia do Novo coronavírus em idosos.

Fonte: Dados da Pesquisa (2023).

Ao analisar os resultados obtidos, todos os autores confirmaram que a pandemia afetou de alguma forma a saúde mental da população, contudo os mais afetados foram idosos. A pandemia atormentou toda população e aconteceu de formas distintas, seja pelo medo de adquirir o vírus, pela perda de algum ente querido com o agravamento da doença, pelas demissões que aconteceram ou pelo afastamento dos familiares, e que, portanto, acabou dificultando os indivíduos afetados e

pelo estigma da doença.

Em razão da pandemia da COVID-19, a qual inicialmente era desconhecida quanto seus efeitos na saúde, os idosos foram inseridos como grupos de risco, visto que a maioria deste público é portador de hipertensão arterial, diabetes mellitus e asma. Tais características fizeram com que os idosos se tornassem vulneráveis, sendo mais suscetíveis a obterem um agravamento da doença (Bezerra et al., 2022).

Por se tratar de um vírus que possuía alto grau de contágio, uma das medidas preventivas era o isolamento social, o qual despertava a sensação de separação e refletia diretamente na qualidade de vida e nas redes de apoio. Além disso, o impacto na saúde geral era evidenciado devido à falta de medidas preventivas, aos riscos de depressão, ao impacto no autocuidado, apoio espiritual, apoio familiar e apoio de grupos virtuais (Conarango; Bulhões; Silva, 2020).

Em sua pesquisa Santos *et al.*, (2020) afirma que o isolamento social ao longo do tempo pôde despertar sentimentos negativos e gerar impactos na vida dos idosos, sentimentos de angústia severa e medo por estar longe dos familiares podem acontecer.

Através de seus estudos, Conarango, Bulhões e Silva (2020) destacaram a ausência de políticas públicas para promover a integração da saúde da população idosa de modo que garantisse efetivamente uma assistência ao bem-estar físico, mental e social. No mais, observa-se que o sentimento de impotência foi recorrente no período pandêmico da COVID-19, visto que se tratou de uma fase de mudanças sociais e comportamentais, desencadeando sensação de solidão.

Por meio de sua pesquisa, Aydogdu (2020) descreveu que o isolamento social foi um fator que favoreceu o agravamento de quadros patológicos, especialmente relacionados à saúde mental do público idoso. Fatores psicossociais como ansiedade estiveram mais presentes no cotidiano da população, desencadeando até mesmo crises depressivas. Dessa forma percebe-se o quanto o isolamento social foi impactante para a sociedade e principalmente aos idosos, pois esses estavam mais suscetíveis ao agravo das suas comorbidade, ocasionando sentimentos de medo, incertezas e conseqüentemente desenvolvimento de sofrimento mental, levando até mesmo o suicídio, como afirma o autor abaixo.

Monteiro *et al.*, (2021) salientam através de seu estudo que durante a pandemia, os índices de suicídio aumentaram devido as regras restritivas relacionadas ao contato social, e que além disso, neste período, os tratamentos oferecidos para saúde mental ficaram escassos, dificultando assim a promoção da saúde para esse público e colaborando para o agravo do quadro.

Bezerra *et al.*, (2022) ressalta que ao mesmo tempo em que houve escassez de serviços ofertados, havia também superlotação casos de atendimento de emergências para tendências suicidas devido ao atendimento aos pacientes infectados por Sars-CoV-2. Isso destaca que o isolamento social, as regras restritivas relacionadas ao contato físico tiveram influência na saúde mental dos idosos.

Por essa razão, a busca pelo acesso à saúde diminuiu, devido a diminuição do contato com a sociedade, os idosos aderiram ao tratamento em casa, incluindo compra de medicamentos. Isso afetou a qualidade do processo de assistência de saúde porque apesar dos atendimentos on-line, os idosos apresentaram uma maior dificuldade para se adequar a mudança (Bezerra *et al.*, 2022).

Silva *et al.*, (2022) aponta que com o fim da pandemia causada pela COVID-19 será visível os danos psicológicos nos idosos. Esse desgaste mental pode ser igualado a catástrofes causadas pela natureza e guerras, causando tensão, frustração, medo do futuro e episódios de ansiedade.

Kusumota *et al.*, (2021) abordou em seus estudos o impacto do uso das mídias sociais na solidão devido ao isolamento causado pela pandemia, evidenciando que a mídia social tem efeito de reduzir a solidão e isolamento, favorecendo maior contato dos idosos com amigos e familiares para servir de fonte de apoio, melhorando consideravelmente sua saúde mental. Em contrapartida, isso intensificou o sentimento de saudade, o que para uns poderia ser prejudicial, podendo haver o surgimento de sentimentos relacionados a ansiedade.

É importante salientar que as contribuições de Kusumota *et al.*, (2021) apontando que, por se tratar de um público que não possui contato direto com a ascensão da tecnologia, a terceira idade pode apresentar dificuldades para usar as redes sociais, sendo essencial incluir o idoso ao meio digital, um recurso bastante utilizado neste período foram as videochamadas, visto que a não podia haver contato social.

Pecoitis *et al.*, (2021) ao analisar os impactos da covid-19 em idosos, notou que a ansiedade foi mais frequente em grupos de idosos de 60 a 66 anos, sendo que em idosos com mais de 70 anos os níveis de ansiedade e medo foram menores. Mudanças negativas no humor e qualidade de vida foram evidenciadas com o isolamento social, além disso, idosos com condições médicas pré-existent aumentaram o risco de piora no quadro sintomatológico de depressão. Com a diminuição da atividade física com o isolamento, houve o ganho de peso e aumento nas doenças crônicas como hipertensão arterial.

Moreira e Sousa (2021) descreveram os principais impactos da COVID-19 na saúde mental do idoso em decorrência do isolamento social, e dentre eles estão a ansiedade, abuso, violência, negligência, fragilidade, depressão, ausência de atividade física, declínio cognitivo; luto antecipado; sentimento de solidão, raiva, pânico, mudanças no sono, sentimentos negativos.

Pedreira *et al.*, (2022) acredita que, os idosos com transtornos mentais prévios são ainda mais vulneráveis a eventos como estresse e depressão no contexto da pandemia, houve um aumento na demanda de cuidados psiquiátricos em decorrência de eventos como delírios, agitação e ansiedade em idosos com transtorno mental prévio e infectados pelo SARS-CoV-2.

Destaca-se também o papel essencial dos profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS) no que diz respeito às ações de promoção à saúde e no acolhimento de pessoas idosas que residem sozinhas. Neste sentido, durante o período de distanciamento social, os idosos que residiam sozinhos conseguiram manter contato com pessoas próximas através das mídias digitais, como telefone e redes sociais.

De Oliveira *et al.*, (2023) colabora com tal afirmação, ao pontuar sobre o fato de que as tecnologias digitais contribuíram de maneira exímia para disseminar informações precisas acerca das medidas a serem tomadas, como também facilitaram o acesso aos serviços de saúde. No Brasil, iniciou-se a instituição do programa Telessaúde Brasil Redes, para fortalecer o combate à COVID-19 e facilitar o acesso aos serviços, oferecendo assistência médica e avaliações remotas das condições de saúde e prestação de serviços. Desse modo, houve a possibilidade de evitar as exposições desnecessárias, especialmente à pessoa idosa.

De Oliveira *et al.*, (2023) enfatiza que o fato dos idosos brasileiros se sentirem sempre sozinhos está ligado, normalmente, com o problema estrutural acerca do luto, do abandono social e das crenças e estigmas acerca da velhice, fatores estes que podem ser agravados pela pandemia, quando os idosos vivenciam o luto coletivo, a alta letalidade da doença sobre os grupos desta população, abandono dos governantes - através de expressões agressivas acerca das fragilidades dos contagiados - e ausência de políticas públicas que assegurem a proteção social

Além disso, os estudos trazidos por Hammerschmidt e Santana (2020) corroboram que os estereótipos estabelecidos socialmente induzem a diferenças de gênero na experiência emocional e na expressividade dos sentimentos, em que as mulheres demonstram maior expressividade, enquanto os homens têm expressões mais fortes como agressividade e raiva. Embora sejam menores os relatos de tristeza e de solidão entre os homens, seus efeitos podem ser mais danosos, como demonstra o estudo.

De Oliveira *et al.*, (2023) verificou por meio de seus estudos, que a redução do apoio social e das redes de suporte das pessoas idosas é um fato observado e inegável, com destaque à interrupção das atividades com fins religiosos, das ações de Organizações Não Governamentais (ONGs) que desenvolvem atividades voltadas ao bem-estar dos idosos, dos serviços de proteção social, assim como a redução do acesso aos serviços de saúde, o que contribuiu para o surgimento e o agravamento de novos casos de violência contra a pessoa idosa.

Pereira *et al.*, (2022) constatou mediante seus estudos que os principais malefícios que a pandemia trouxe aos idosos, incluem o aumento dos níveis de medo e estresse, o que pode levar a problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão. Além disso, a pandemia também afetou a qualidade de vida dos idosos, com muitos deles relatando sentimentos de solidão, isolamento e falta de contato social. Diante do exposto pode-se evidenciar que a limitação das atividades, a socialização, interação com familiares e amigos, decorrente de uma das medidas de intervenção para prevenir a contaminação e proliferação da COVID-19, potencializando e colaborando para incidência de sofrimento mental na terceira idade, contribuído também com o descaso e omissão dos cuidados a serem prestados pelos familiares a esse público alvo.

É válido destacar que os idosos que residiam em casas de repouso durante a pandemia da COVID-19 sofreram dois tipos de abandono e de isolamento social, isto porque estiveram por muitos anos abandonados por seus familiares, o que se agravou frente ao vírus que se espalhava pelo mundo.

Considerações finais

A pandemia do COVID-19 se alastrou de forma rápida e modificou a vida de toda a população socialmente, economicamente e psicologicamente. A contaminação ocorre através das gotículas de espirro ou tosse de pessoas infectadas que caem em alguma superfície ou objeto, e o contato com o local infectado seguido do toque nos olhos, nariz ou boca, o contato pessoal ou respirar gotículas propagadas no ar. Para evitar a propagação do vírus foi estabelecido medidas preventivas, dentre elas o isolamento social como forma de prevenção. Com as mudanças e o grande número de mortes durante a pandemia, houve um aumento significativo quanto aos números de idosos com problemas psicológicos.

Conclui-se, portanto que a pandemia do Covid-19, atrelada as medidas para mitigar a propagação viral, afeta desproporcionalmente os idosos, não apenas por meio dos maiores riscos de doença e morte, mas também pela exacerbação do sofrimento profundo relacionada ao envelhecimento. A solidão o medo da perda da morte e as sequelas de condições médicas não tratadas, antecipam o sentimento de luto e corroboram para um colapso do estado mental.

Nota-se que juntamente com a pandemia, o isolamento social ocasionou diversos danos e impactos na saúde mental dos idosos. As mudanças nas rotinas, falta de exercício físico, restrição do contato com amigos e familiares levaram os indivíduos da terceira idade a sentirem medo, angústia, raiva, tendências suicidas, solidão, alterações nos padrões do sono, além de agravamento ou surgimento de casos de depressão, ansiedade e estresse.

Mesmo com a rápida adaptação de idosos a novas tecnologias de contato, os que moram sozinhos e em casas de apoio se sentiram constantemente isolados, com medo de serem contaminados e de contaminar seus amigos e familiares.

Estudos que avaliam os impactos mentais e sociais da pandemia da Covid-19 na vida da população são indispensável para reconhecer as mudanças que estão acontecendo com a população, e assim, chegar a ideias de intervenções. Estimula-se, portanto, a criação de estudos práticos sobre a adaptação pós-pandemia em idosos, estudando seus hábitos e percepções quanto as sequelas e rastros psicológicos e mentais ocasionados pela pandemia da Covid-19.

Este estudo avaliou que o isolamento social intensificou problemas que atingem a saúde mental dos idosos, como a fragilidade do sistema imunológico associado a outras comorbidades, o preconceito de idade, a perda de autonomia e as dificuldades encontradas nas relações de comunicação sociais, principalmente com a família. O estudo destacou, portanto, que essas medidas quando prolongadas, trouxeram impactos ainda mais sérios, como crises de ansiedade, depressão, demência, ideação suicida e estresse.

Sugere-se, por fim, que seja realizado capacitações aos profissionais da saúde, por meio de seminário com temática exclusiva para cuidados com a saúde mental dos idosos, onde fosse possível a realização de trocas de experiências através de discussão sobre estratégias e demais programações realizadas, sendo assim, fundamental intensificar a implementação de políticas públicas voltadas a prevenção e promoção a saúde mental na terceira idade, buscando autonomia e melhoria da qualidade de vida desses idosos, corroborando com estes para serem os protagonistas no cotidiano de suas vidas.

Referências

ANDRADE, Fábica Barbosa de. *et al.* Promoção da saúde mental do idoso na atenção básica: as contribuições da terapia comunitária. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 19, p. 129-136, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/q7HbWFNKM7QtcPx5wJmMjC/>. Acesso em: 17 mar. 2023.

ALVARENGA, Márcia Regina Martins; OLIVEIRA, Maria Amélia de Campos; FACCENDA, Odival. Sintomas depressivos em idosos: análise dos itens da Escala de Depressão Geriátrica. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 25, p. 497-503, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/zGj5qySpHBRHJdzbhNxb7KH/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 15 mar. 2023.

ALCÂNTARA, Vírnia Ponte; VIEIRA, Camilla Araújo Lopes; ALVES, Samara Vasconcelos. Perspectivas acerca do conceito de saúde mental: análise das produções científicas brasileiras. **Ciênc. Saúde Coletiva**, v. 27, n. 1, 2022., Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Q3q7tgFtypyLXf9c9tRHMNr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 03 fev. 2023.

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIÁTRICA *et al.* **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Porto Alegre: Artmed Editora, 2014.

BANERJEE, Debanjan; RAI, Mayank. Isolamento social na Covid-19: O impacto da solidão. **Jornal internacional de psiquiatria social**, v. 66, n. 6, pág. 525-527, 2020, Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32349580/>. Acesso em: 15 jan. 2023.

BORGES, Gabriel Mendes; CRESPO, Claudio Dutra. Aspectos demográficos e socioeconômicos dos adultos brasileiros e a COVID-19: uma análise dos grupos de risco a partir da Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, 2020, Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/YKRHjz3cSF5sphHX3WVzJRM/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 12 jan. 2023.

BOTELHO, Louise Lira Roede; CUNHA, Cristiano Castro de Almeida; MACEDO, Marcelo. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Revista Eletrônica Gestão e Sociedade**, v. 5, n. 11, p. 121–136, 2011. Disponível em: <http://www.spell.org.br/documentos/ver/10515/o-metodo-da-revisao-integrativa-nos-estudos-organizacionais>. Acesso em: 20 abr. 2023.

BEZERRA, Thaíse Alves; MOREIRA, Paulo Diniz; DE CARVALHO VIANA, Lia Raquel. Prevalência de insônia em idosos com transtornos mentais. **Anais CIEH**, v. 2, n. 1, 2015. Disponível em: https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2015/TRABALHO_EV040_MD4_SA2_ID939_27072015195940.pdf. Acesso em: 28 maio 2023.

CARAMELLI, Paulo; BARBOSA, Maira Tonidandel. Como diagnosticar as quatro causas mais freqüentes de demência? **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 24, p. 7-10, 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/wK6prKZXgrZwcyTB9TScPpH/>. Acesso em: 22 fev. 2023.

CANALI, Analise Lasari Peres; SCORTEGAGNA, Silvana Alba. Agravos à saúde mental de idosos frente a COVID-19. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 10, n. 7, p. e50210716947-e50210716947, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/16947/15053/214959>. Acesso em: 26 maio 2023.

CLEMENTE, Aduino 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**, v. 27, n. 3, p. 555-564, mar 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/QczWvmztyzH8D89jkYDhYQ/>. Acesso em: 26 maio 2023.

CASTILLO, Ana Regina, *et al.* Transtornos de ansiedade. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 22, p. 20-23, 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/dz9nS7gtB9pZFY6rkh48CLt/>. Acesso em: 18 abr. 2023.

CANALE, Alaíse; FURLAN, Maria Montserrat Diaz Pedrosa. Depressão. **Arquivos do MUDI**, v. 10, n. 2, pág. 23-31, 2006. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ArqMudi/article/view/19991>. Acesso em: 02 mar. 2023.

DALFOVO, Michael Samir; LANA, Rogério Adilson; SILVEIRA, Amélia. Métodos quantitativos e qualitativos: um resgate teórico. **Revista Interdisciplinar Científica Aplicada**. v.2, n.4, p.01- 13, 2008. Disponível em: <https://portaldeperiodicos.animaeducacao.com.br/index.php/rica/article/view/17591> . Acesso em: 01 maio 2023.

DE OLIVEIRA, Ana Carolina Lopes Cavalcanti *et al.* As implicações do distanciamento social à saúde psicossocial do idoso em tempos de pandemia. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 27, n. 1, 2023. Disponível em: <https://ojs.revistasunipar.com.br/index.php/saude/article/view/9137> . Acesso em: 04 mar. 2023.

DE OLIVEIRA, Daniel Vicentini; ANTUNES, Mateus Dias; DE OLIVEIRA, Julimar Fernandes. Ansiedade e sua relação com a qualidade de vida em idosos: revisão narrativa. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, v. 18, n. 4, 2017. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/view/9951/6927>. Acesso em: 10 fev. 2023.

DE ALMEIDA, Graziela Maria Ferraz *et al.* Uso de psicofármacos entre idosos usuários do sistema único de saúde e do plano de saúde suplementar. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 24, n. 2, 2019. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/77276>. Acesso em: 14 mar. 2023.

ESTEVAO, Amélia. COVID-19 - Acta Radiológica Portuguesa. **Sociedade Brasileira de Radiologia Médica e Medicina Nuclear**, v. 37, n. 1, 2020. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/actaradiologica/article/view/19800>. Acesso em: 26 abr. 2023.

FIORILLO, Andrea e cols. Efeitos do bloqueio na saúde mental da população em geral durante a pandemia de COVID-19 na Itália: resultados da rede colaborativa COMET. **Psiquiatria Europeia**, v. 63, n. 1, pág. e87, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF>. Acesso em: 26 abr. 2023.

FARO, André. COVID-19esaúde mental: uma emergência de cuidado. **Estudos de psicologia**, Campinas, v. 37, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF/abstract/?lang=pt> . Acesso em: 26 abr. 2023.

HAMMERSCHMIDT, K.S.A.; SANTANA, R.F. Saúde do idoso em tempos de pandemia COVID-19. **Cogitare enfermagem**, v. 25, 2020. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1095404> . Acesso em: 26 abr. 2023.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo**. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>. Acesso em: 27 jan. 2023.

KALACHE, Alexandre *et al.* Envelhecimento e desigualdades: políticas de proteção social aos idosos em função da Pandemia Covid-19 no Brasil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 23, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/pQvWz8j4JZx8B7PL984MHRQ/?lang=pt&format=pdf> .Acesso em: 02 fev. 2023

KUSUMOTA, Luciana *et al.* Impacto de mídias sociais digitais na percepção de solidão e no isolamento social em idosos. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 30, p. e3573, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/KnshPxBK6mNZ8bfrM9ZGyhN/?lang=pt>. Acesso em: 05 mar. 2024.

LOPES, Ana Lúcia Mendes; FRACOLLI, Lislaine Aparecida. Revisão sistemática de literatura e metassíntese qualitativa: considerações sobre sua aplicação na pesquisa em enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem**. 2008, v. 17, n. 4, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/hNWjZ6pFQ3gH8Bfz3nxBCGC/> . Acesso em: 02 fev. 2023

LUCCHESI, Roselma *et al.* Prevalência de transtorno mental comum na atenção primária. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 27, p. 200-207, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/hPYgLCWbcyrsWt5jhgXT5z/abstract/?lang=pt> . Acesso em: 02 fev. 2023.

LIMA, M. F.; CAMÊLO, E. L. S. Tempos de pandemia COVID-19: sintomatologia depressiva em idosos. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 14, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/22245/19851/270057> . Acesso em: 02 fev. 2023.

LEITE, Marinês Tambara *et al.* Doenças crônicas não transmissíveis em idosos: saberes e ações de agentes comunitários de saúde. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 7, n. 2, p. 2263-2276, 2015. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/bde-26819> . Acesso em: 02 fev. 2023.

MELO, Natália Calais Vaz de; FERREIRA, Marco Aurélio Marques; TEIXEIRA, Karla Maria Damiano. Condições de vida dos idosos no Brasil: uma análise a partir da renda e nível de escolaridade. **Família e sociedade em debate**, v. 25, n. 1, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufv.br/oikos/article/view/3687> . Acesso em: 02 fev. 2023.

MACIEL, Ethel, *et al.* A campanha de vacinação contra o SARS-CoV-2 no Brasil e a invisibilidade das evidências científicas. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, n. 3, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/YFbPSKJvkTj4V3pXd8b7yVJ/> . Acesso em: 02 fev. 2023.

MARTINS, Andréa Maria Eleutério de Barros Lima *et al.* Associação entre transtornos mentais comuns e condições subjetivas de saúde entre idosos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, p. 3387-3398, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Cvf5t6WzydJTdynsDxQpvN/abstract/?lang=pt> . Acesso em: 25 jan. 2023.

MARINI, C. M. *et al.* Aging veterans' mental health and well-being in the context of COVID-19: The importance of social ties during physical distancing. **Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy**, v. 12, n. S1, S217–S219, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32525383/>. Acesso em: 25 jan. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Relatório Mundial da Saúde 2001: **Saúde mental: nova compreensão, nova esperança**. 2001. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42390/WHR_2001_por.pdf;jsessionid=6CA4C6E5D30C10B09CF0EAD2A4BA9DF9?sequence=4 . Acesso em: 01 mar. 2022.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (OPAS). **Transtornos mentais Brasília: OPAS 2018**. 2018. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/transtornos-mentais> . Acesso em: 01 mar. 2022.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (OPAS) **Painel de Emergências de Saúde da OMS**. 2021. Disponível em: <https://covid19.who.int/> . Acesso em: 01 mar. 2022.

PATEL, Dhaval; STEINBERG, Joel; PATEL, Pragnesh. Insomnia in the elderly: a review. **Journal of Clinical Sleep Medicine**, v. 14, n. 6, p. 1017-1024, 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29852897/> . Acesso em: 25 jan. 2023.

PECOITS, Roberta Vieira, *et al.* O impacto do isolamento social na saúde mental dos idosos durante a pandemia da COVID-19. **REVISTA AMRIGS**, v. 65, n. 1, 2021. Disponível em: <https://repositorio.pucrio.br/dspace/handle/10923/20322> . Acesso em: 25 jan. 2023.

PEREIRA, Rhaine Borges Santos *et al.* Impactos reais e/ou potenciais da pandemia de COVID-19 na

saúde mental de idosos. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 26, n. 3, 2022. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1399128> . Acesso em: 25 jan. 2023.

RUFINO, Sueli et al. Aspectos gerais, sintomas e diagnóstico da depressão. **Revista Saúde em Foco**, v. 10, n. 1, p. 837-843, 2018. Disponível em: https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/11/095_ASPECTOS-GERAIS-SINTOMAS-E-DIAGN%C3%93STICO-DA-DEPRESS%C3%83O.pdf . Acesso em: 25 jan. 2023.

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**, v. 25, p. 1-4, 2020. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14424> . Acesso em: 26 jan. 2023.

ROTH, Thomas; ROEHRS, Timothy; PIES, Ron. Insomnia: pathophysiology and implications for treatment. **Sleep medicine reviews**, v. 11, n. 1, p. 71-79, 2007. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17175184/> . Acesso em: 26 jan. 2023.

SÁNCHEZ-CÁRDENAS, Ana Gabriela et al. Insomnia. A severe health care problem. **Revista Médica Del Instituto Mexicano Del Seguro Social**, v. 54, n. 6, p. 760-769, 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27819787/> . Acesso em: 26 jan. 2023.

SILVA, Paloma Alves dos Santos da et al. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados entre idosos de um município do Brasil. **Ciencia & saude coletiva**, v. 23, p. 639-646, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/ZfNgMwhDJ76WwBmpPDCz5NN/abstract/?lang=pt> . Acesso em: 26 jan. 2023.

STELLA, Florindo; *et al.* Depressão no idoso: diagnóstico, tratamento e benefícios da atividade física Motriz. **Journal of Physical Education**. UNESP, p. 90-98, 2002. Disponível em: <https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/6473> . Acesso em: 27 jan. 2023.

SANTINI, Ziggi Ivan; *et al.* Social disconnectedness, perceived isolation, and symptoms of depression and anxiety among older Americans (NSHAP): a longitudinal mediation analysis. **The Lancet: Public Health**, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31910981/> . Acesso em: 27 jan. 2023.

SOUZA, Alex Sandro Rolland; *et al.* Aspectos gerais da pandemia de COVID-19. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.** v. 21, n. 1, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/8phGbzmbSsynCQRWjpXJL9m/abstract/?lang=pt> . Acesso em: 27 jan. 2023.

SOARES, Karla Hellen Dias; *et al.* Medidas de prevenção e controle da covid-19: revisão 45 integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 2, p. e60712021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/6071> . Acesso em: 27 jan. 2023.

SANTOS, Genilson Bento; SILVA, Camila Victória Pereira; PACHÚ, Clésia Oliveira. Impacto da pandemia de COVID-19 na saúde de idosos: uma revisão narrativa. **Envelhecimento Humano: Desafios Contemporâneos**. v. 2, 2021. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.org/articles/201202434.pdf> . Acesso em: 27 jan. 2023.

SIMONETTI, Amauri Braga *et al.* O que a população sabe sobre SARS-CoV-2/COVID-19: prevalência e fatores associados/What the population knows about SARS-CoV-2/COVID-19: prevalence and associated factors. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 1, p. 255-271, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/22669> . Acesso em: 26 maio 2023.

TSAMAKIS, Konstantinos *et al.* [Comentário] Pandemia de COVID-19 e seu impacto na saúde mental dos profissionais de saúde. **Medicina experimental e terapêutica**, v. 19, n. 6, pág. 3451-3453, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/QGVBNKMPTrkYf6RRJ6ZRDC/> . Acesso em: 26 maio 2023.

WANNMACHER, Lenita. Como manejar a insônia em idosos: riscos e benefícios. **Revista Uso Racional de Medicamentos**, v. 4, n. 5, 2007. Disponível em: <https://www.atenaeditora.com.br/catalogo/download-post/52384> . Acesso em: 26 maio 2023.

ZANINI, Rachel Schlindwein. Demência no idoso: aspectos neuropsicológicos. **Revista Neurociências**, v. 18, n. 2, p. 220-226, 2010. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/neurociencias/article/view/8482> . Acesso em: 26 maio 2023.

Recebido em 15 de maio de 2023.

Aceito em 24 de julho de 2023.