



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO - UNIVS

BACHARELADO EM PSICOLOGIA

IRACEMA DANTAS BATISTA

**O CUIDADO NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS: uma revisão sistemática da
literatura**

ICÓ-CE
2024

IRACEMA DANTAS BATISTA

**O CUIDADO NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS: uma revisão sistemática da
literatura**

Projeto de Pesquisa apresentado ao Curso de Bacharelado em Psicologia, pelo Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS), como requisito para obtenção e aprovação na disciplina de Conclusão de Curso (TCC2), sob a orientação da
Prof(a) Maria Eniana Pacheco

ICÓ-CE
2024

IRACEMA DANTAS BATISTA

O CUIDADO NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS: uma revisão sistemática literatura

Artigo científico aprovado em ____/____/____, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia pelo Centro Universitário Vale do Salgado – UniVS.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dra. Maria Eniana Araújo Gomes Pacheco
Centro Universitário Vale do Salgado
Orientadora

Prof. Esp. Bruna Dantas
Centro Universitário Vale do Salgado
Avaliadora

Prof. Ms. Sandra Mary
Centro Universitário Vale do Salgado
Avaliadora

ICÓ – CEARÁ
2024.2

O CUIDADO NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS: uma revisão sistemática literatura

Iracema Dantas Batista

RESUMO

A pandemia da Covid-19 trouxe grandes mudanças no cenário mundial, onde inicialmente foi necessário entramos em um período de isolamento social como forma de evitar o contato, especialmente com os grupos mais vulneráveis, que poderiam ter graves consequências caso fosse atingidos pelo os vírus do coronavírus. O presente trabalho buscou compreender os cuidados em saúde mental do idoso durante o período da pandemia do Covis-19. Esse estudo tratou-se de uma pesquisa qualitativa desenvolvida por meio de uma revisão sistemática de literatura, com abordagem qualitativa. Os artigos selecionados para pesquisa após a adoção dos critérios de inclusão foram 10 artigos, que acabaram por evidenciar que durante o período da pandemia e em decorrência do isolamento social, os idosos tiveram sua saúde mental afetada, levando inclusive ao desenvolvimento de depressão, crise de pânico, ansiedade entre outras. Diante disso nota-se o quão se faz necessário a adoção de medidas que busquem fazer os idosos se sentirem mais acolhidos, participando de atividades físicas visando sempre as melhorias na sua saúde mental

Palavras-chaves: Pandemia. Idosos. Saúde Mental

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has brought about major changes to the global scenario, where it was initially necessary to enter a period of social isolation as a way to avoid contact, especially with the most vulnerable groups, who could suffer serious consequences if they were affected by the coronavirus virus. This study sought to understand the mental health care of the elderly during the Covid-19 pandemic. This study was a qualitative research developed through a systematic literature review, with a qualitative approach. The articles selected for research after adopting the inclusion criteria were 10 articles, which ended up showing that during the pandemic period and as a result of social isolation, the elderly had their mental health affected, even leading to the development of depression, panic attacks, anxiety, among others. In view of this, it is clear how necessary it is to adopt measures that seek to make the elderly feel more welcomed, participating in physical activities always aiming to improve their mental health.

Keywords: Pandemic. Elderly. Mental Health

Sumário

1. INTRODUÇÃO	6
2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	8
2.1 PANDEMIA DA COVID-19 E AS CONSEQUÊNCIAS NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS.....	8
2.2 POPULAÇÃO IDOSA NO BRASIL	9
2.3. ESTRATÉGIAS DE CUIDADO EM SAÚDE MENTAL DO IDOSO NA PANDEMIA	11
3. METODOLOGIA.....	12
4. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	13
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	17
REFERÊNCIAS.....	17

1. INTRODUÇÃO

A população idosa vem crescendo no mundo inteiro, levando assim a uma necessidade de se repensar a atual conjuntura organizacional, para que seja possível lidar com a atual realidade, afetando especificamente os serviços de saúde. Dados apontam que a população idosa cresceu no Brasil, atingindo um patamar de 13,5% referente ao total da população de habitantes de 2018 (Sousa *et al.*, 2022).

Viana *et al* (2020) afirma que a população idosa cresceu no Brasil tendo como uma das explicações a redução da fecundidade. Diante disso, as políticas públicas direcionadas a população idosa, vem tendo como objetivo a qualidade do serviço de saúde voltada para esse público. Sendo assim foram criadas as Política Nacional do Idoso (Lei nº 8.842 de janeiro de 1994); Estatuto do Idoso (Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003); Pacto pela Saúde e a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa pela Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006.

A pandemia ocasionada pela Covid-19 causou grandes impactos na vida de muitos indivíduos, de maneira direta diante da exposição do vírus ou até mesmo de maneira indireta devido ao isolamento social. Mas um dos maiores danos foi na saúde mental, especialmente dos idosos, uma vez que o isolamento foi mais presente nesse grupo (De Oliveira *et al*, 2021).

Os idosos formavam um grupo mais vulnerável na pandemia, devido a possibilidade de desenvolverem a forma mais grave do novo vírus causado da Covis-19, sendo assim o isolamento foi intensificado, modificando a rotina e o próprio ambiente em que o público idoso estava inserido. E como consequência do isolamento os idosos vivenciaram um grau de solidão incalculável, ficando mais suscetíveis aos transtornos mentais (D’Cruz e Banerjee, 2020).

Conforme Sher (2020) o medo do contágio e as incertezas presentes em decorrência da pandemia contribuíram para o desenvolvimento ou até mesmo a exacerbação dos problemas psiquiátricos, entre eles os riscos de suicídio, especialmente para a população mais vulnerável, que seria os idosos. Os problemas psiquiátricos, no contexto da saúde mental podem ser atribuídas ao estarem relacionados ao bem-estar pleno do ser humano, sendo independentemente da idade cronológica. Com isso é evidente a importância de compreender sobre a saúde mental com o foco nos idosos que representa uma parcela em crescimento da população brasileira e foi um dos grupos que mais precisaram ficar em isolamento na pandemia do Covid-19.

Desse modo o cuidado em saúde para os idosos conforme Souza *et al* (2022) merece destaque especialmente no que tange a saúde mental diante eventos estressantes, como questão

de doenças, incapacidades e isolamento, pois muitas vezes podem ocorrer confusão diante dos problemas psicológicos apresentados pelos idosos, sendo até confundidos com o processo natural de envelhecimento, o que pode acarretar dificuldades no diagnóstico e no possível tratamento.

A pandemia do Covid-19 trouxe inúmeros impactos, inclusive na saúde mental das pessoas e os idosos possivelmente foram um dos grupos que mais sentiu o impacto do isolamento social, uma vez que eles correspondiam a um dos grupos de riscos de contaminação, podendo apresentar sintomas mais graves e com risco de morte. Diante disso surgiu a seguinte problemática: como os cuidados em saúde mental, aconteceram no período da pandemia do Covid-19.

Com base nisso o presente trabalho tem como objetivo geral: compreender os cuidados em saúde mental do idoso, durante o período da pandemia do Covid-19 e como objetivos específicos: apresentar o contexto da pessoa idosa na pandemia de Covid-19; refletir as políticas em saúde mental voltadas à pessoa idosa; descrever as estratégias de cuidado em saúde mental junto a pessoa idosa.

Compreendendo que os idosos na atualidade correspondem a uma parcela significativa da população brasileira, onde as médias de expectativa de vida vêm aumentando gradativamente, o presente trabalho se justifica, pois, consisti em uma pesquisa que irá refletir sobre os principais impactos causados na sua mental dos idosos no período da pandemia da Covid-19.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 PANDEMIA DA COVID-19 E AS CONSEQUÊNCIAS NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS.

A Covid-19 é uma doença respiratória infectocontagiosa, que pode se apresentar de maneira assintomática e com infecções mais graves. Muitas pessoas podem apresentar a doença de maneira assintomática e não necessitar de tratamento hospitalar, porém alguns grupos de pessoas podem desenvolver a forma mais grave da doença com maior probabilidade de morte como os idosos.

No Brasil o primeiro caso foi confirmado no final de fevereiro de 2020, crescendo inicialmente de forma controlada em decorrência das medidas preventivas e da suspensão das atividades. Com relação ao número de casos no Brasil, a Região Sudeste sempre apresentou o maior número, seguida pela região Nordeste, Norte, Sul e Centro-Oeste, onde o epicentro da doença foi o estado de São Paulo, seguido dos estados do Amazonas, Ceará e Pernambuco (Batista,2020).

Rocha *et al* (2020) afirma que as pessoas idosas, especialmente aquelas com idade mais avançada, configura-se como o grupo de maior risco da Covid-19, devido as comorbidades que estão associadas ao aumento da letalidade pela doença, sendo imprescindível que essa parcela da população mantivesse o isolamento social, evitando ao máximo o contato físico, até mesmo com os próprios familiares.

Segundo a Organização das Nações Unidas (ONU), na medida em que o vírus se espalhava em países com debilitados sistemas de proteção social, a taxa de mortalidade para as pessoas idosas crescia. Além da grande ameaça à vida, a pandemia colocou pessoas idosas em maior risco de pobreza, perda de suporte social, trauma de estigma, discriminação e isolamento (Romero *et al.*, 2021).

Vários grupos sociais foram considerados vulneráveis aos efeitos da expansão da Covid-19, que incluía o distanciamento e isolamento social, onde os idosos apresentava-se como o grupo com maior possibilidade de viverem sozinhos tendo menos interação, além disso saírem menos de casa para as ditas atividades sociais, recreativas, religiosas e utilitaristas em função de sua dificuldade na mobilidade (Cezário, 2020).

O avanço da pandemia colocou em suspenso a legitimidade da demanda de velhos por políticas públicas que garantam a sua inclusão em espaços de lazer e de sociabilidade e que

viabilizem sua participação política na forma como esse grupo conhece e prioriza, presencial e direta (Da Costa Dourado, 2020).

O distanciamento, por si, torna-se uma atitude favorável para alterações comportamentais dos idosos, visto que estes encontram-se mais vulneráveis aos determinantes sociais da saúde que podem favorecer o aparecimento de doenças ou agravar as pré-existentes. Nesse sentido, as atividades que envolvem interações sociais são intervenções importantes para a saúde e o bem-estar dos idosos. A redução dessas práticas implica grandes desafios, sobretudo para a manutenção do envelhecimento ativo (Rocha *et al.*, 2020).

Os autores supracitados ainda destacam que o aumento da solidão e a redução das interações sociais são fatores de risco para vários transtornos mentais, como depressão geriátrica, tendo outras consequências, outros estados psicológicos como ataques de pânico, transtorno de estresse pós-traumático, sintomas psicóticos e o suicídio (Rocha *et al.*, 2020).

2.2 POPULAÇÃO IDOSA NO BRASIL

No Brasil, o Estatuto do Idoso é regulamentado pela Lei nº 10.741 de 2003, que afirma que para ser considerado velho, a pessoa precisa ter atingido a idade igual ou superior a 60 anos (Araújo *et al.*, 2021). Nos últimos anos a população idosa no Brasil cresceu significativamente, refletindo no resultado do aumento da expectativa de vida da população e é vista como um reflexo das medidas de saúde pública e dos avanços na medicina e da tecnologia desde a década de 40 (Oliveira *et al.*, 2021).

Com a criação do estatuto do idoso em 2003, surgiu a necessidade de respaldar os benefícios que poderiam contribuir com a perspectiva da qualidade do envelhecimento, melhorando a sociedade, buscando uma valorização, dignidade e o respeito, propondo direitos que têm como base os seguintes princípios básicos: moradia, lazer, justiça, transporte, proteção e saúde (Brasil, 2003).

Gomes *et al.*, (2018) afirma que segundo a Organização das Nações Unidas (ONU) até o ano de 2050 a população de pessoas idosas poderá atingir cerca de 2,1 bilhões. No Brasil, a porcentagem de pessoas idosas pode aumentar cerca de 29% até 2050. Destacando ainda que a população feminina teve expectativa de vida maior que os homens (Oliveira *et al.*, 2021).

Segundo Gomes *et al* (2018) o envelhecimento compreende a uma fase do desenvolvimento humano que abrange os aspectos biológicos e psicossociais da vida do idoso.

Destacando inclusive as limitações físicas, enfermidades, autopercepção da saúde e a de perda de autonomia podendo gerar sentimentos de frustração, inutilidade e perda da dignidade, culminando assim com sofrimento psíquico comprometendo a qualidade vida.

Em muitos países ocorrem a preocupação com os direitos da população idosa que vêm crescendo nos últimos anos. E no Brasil essa preocupação também vêm ocorrendo desde 1999, onde uma organização sem fins lucrativos revisou a situação das políticas nacionais de envelhecimento em 46 países, onde apenas 19 apresentaram políticas voltadas para o envelhecimento da população (Reichenheim, 2011).

De acordo com Monteiro e Coutinho (2020) o Estatuto do Idoso foi, certamente um grande ganho para a população brasileira por assegurar os chamados direitos fundamentais para as pessoas com idade superior de 60 anos.

Em 2005, a OMS instituiu a Política do Envelhecimento Ativo, que tem como objetivo conquistar o envelhecimento saudável e a qualidade de vida, permitindo a inclusão do segmento idoso na sociedade com uma participação contínua (Who, 2005).

A Política Nacional do Idoso, instituída pela Lei 8.842/94, regulamentada em 03/06/96 por meio do Decreto 1.948/96, tem por objetivo assegurar os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade. Essa política surge num cenário de crise no atendimento da pessoa idosa, exigindo uma reformulação em toda estrutura disponível de responsabilidade do governo e da sociedade civil (Costa, 1996). Ela está norteada em cinco princípios que são: a família, a sociedade e o estado; processo de envelhecimento; ausência de discriminação para com os idosos; o idoso deve ser o principal agente e destinatário do processo de transformação na política; observação das diferenças econômicas, sociais e regionais (Costa, 1996).

Em 5 de outubro de 2006 é aprovada a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, que determina que os órgãos e a entidades do Ministério da Saúde, promovam a elaboração ou a readequação de seus programas (Brasil, 2006). A Política Nacional de Saúde do Idoso tinha como finalidade primordial recuperar, manter e promover a autonomia e a independência dos indivíduos idosos, direcionando medidas coletivas e individuais de saúde. Sendo alvo dessa política todo cidadão e cidadã brasileiro com mais de 60 anos.

De acordo com Brasil (2006) as diretrizes da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa são: promoção do envelhecimento ativo e saudável; atenção integral, integrada à saúde da pessoa idosa; estímulo às ações intersetoriais, visando à integralidade da atenção; provimento de recursos capazes de assegurar qualidade da atenção à saúde da pessoa idosa; estímulo à participação e fortalecimento do controle social; formação e educação permanente dos

profissionais de saúde do SUS na área de saúde da pessoa idosa; divulgação e informação sobre a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa para profissionais de saúde, gestores e usuários do SUS; promoção de cooperação nacional e internacional das experiências na atenção à saúde da pessoa idosa; e apoio ao desenvolvimento de estudos e pesquisas (Portaria nº 2.529/GM de 19 de outubro de 2006).

A Organização Mundial da Saúde propõe “Envelhecimento Ativo: Uma Política de Saúde” (2005), ressaltando que o governo, as organizações internacionais e a sociedade civil devam implementar políticas e programas que melhorem a saúde, a participação e a segurança da pessoa idosa.

Considerando o cidadão idoso não mais como um ser passivo, mas como agente das ações a eles direcionadas, numa abordagem baseada em direitos, que valorize os aspectos da vida em comunidade, identificando o potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do curso da vida. Destacando que uma das oportunidades propostas das políticas públicas é justamente promover ações grupais integradoras com inserção de avaliação, diagnóstico e tratamento da saúde mental da pessoa idosa (Brasil, 2006).

2.3. ESTRATÉGIAS DE CUIDADO EM SAÚDE MENTAL DO IDOSO NA PANDEMIA

Segundo Unicovskys *et al* (2021) afirmam que os idosos podem perceber o momento pandemia de diferentes formas, principalmente pode ter sido um período de grandes mudanças, limitações, adaptações e preocupações. O modo como o idoso percebe a vida diante do contexto pode acabar por interferir na sua saúde.

Segundo os autores citados anteriormente destacam que o isolamento social pode fazer com que os idosos apresentassem sintomas de ansiedade, irritabilidade, agitação, especialmente aqueles com transtorno cognitivos, demência e depressão. E, portanto, para minimizar e manter a saúde dele, pode-se adotar alguns cuidados no seu dia a dia, contando com o apoio familiar e dos profissionais da saúde, afim de mantê-lo a funcionalidade e o bem-estar mental (Unicoyskys *et al.*, 2021).

Who (2020) afirma que com relação a saúde física, é recomendado que os idosos aprendam e pratiquem exercícios físicos, uma vez que os exercícios físicos ajudam as funções imunológicas do idoso, reduzindo a inflamação e auxiliando as funções mentais e emocionais. De acordo com o Ministério da Saúde (2020) viver em pandemia é uma jornada mental, por

isso, deve-se ter cuidados com a saúde mental, com as emoções, visto que os cuidados que os idosos devem ter não pode ser apenas com o corpo.

Ainda segundo o Ministério da Saúde (2020) é importante a continuidade das atividades que os idosos tinham antes da pandemia, tais como manter contato regular com os familiares, amigos por meio de videochamadas ou telefonemas, bem os estímulos da mente por meio de atividades manuais, como pintura, artesanato, tricô, bordados, crochê, assistir filmes, ouvir músicas, lê, jogar cartas, fazer caça-palavras ou palavras cruzadas. Onde todos esses cuidados garantirão uma maior disposição para as atividades diárias, melhorar o humor, redução do estresse e da ansiedade, promovendo assim a saúde mental aos idosos prevenindo quadros depressivos.

Andrade *et al.*, (2020) desenvolveram cartilhas educativas e panfletos afim de promover a educação saúde mental, como formas de prevenir a depressão, uma vez que permite oferecer os idosos a autonomia em relação a sua saúde mental, por meio de informações precisas que foram passadas de maneira fácil e íntima, oportunizando a compreensão de seu papel na sua própria saúde mental.

Já para Costas *et al.*, (2021) as dificuldades enfrentadas pelos os idosos em manter a saúde mental durante o período de isolamento social, demonstrou a importância do papel das tecnologias na saúde mental destes indivíduos em isolamento, especialmente no que tange a redução da solidão e da sensação de isolamento, aumento das sensações de segurança, proteção, independência e do prazer, melhorando o estado psicológico, a satisfação com a vida e com o contato social, sendo evidente a necessidade de medidas de inclusão dos idosos no meio digital.

Reafirmando Prado *et al.*, (2022) ressaltou que as tecnologias digitais se tornaram ótimas ferramentas de interação social dos idosos durante a pandemia por Covid-10, amenizando os sentimentos de tristeza e solidão provocados pelo isolamento social, além de evitar assim a disseminação do vírus que ocorre de forma direta.

3. METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa qualitativa, que foi desenvolvida por meio de uma revisão sistemática de literatura, tendo como abordagem a qualitativa.

Atalhah e Castro (1998) afirma que a revisão sistemática da literatura constitui em um método para a avaliação de um conjunto de dados simultaneamente, embora possa ser aplicada em várias áreas da Medicina ou Biologia, a revisão sistemática é mais frequentemente utilizada para se obter provas científicas de intervenções na saúde.

Segundo Morandi e Camargo (2015) a revisão sistemática da literatura é uma etapa fundamental para as pesquisas científicas. Ela segue etapas, que necessitam ser seguidas para que o trabalho de revisão seja bem feito, tendo em vista a minimização dos problemas que podem atrapalhar, ou mesmo deturpar o relatório final.

Para a obtenção da amostra do estudo foram consultadas a base de dado, do portal do CAPES, a partir da utilização de descritores controlados: saúde, mental, idoso, pandemia.

Os critérios de inclusão foram: artigos completos publicados entre os anos de 2020 a 2024, sendo utilizados o idioma Português e os artigos que abordem a temática. E os critérios de exclusão foram: capítulos de livros, monografias, dissertações, teses, resenhas.

A análise foi realizada a partir da averiguação do conteúdo, pois se faz necessário a leitura completa a fim de examinar e interpretar o conteúdo dos artigos selecionados na pesquisa (Bardin,2011).

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para a construção desta análise, foi utilizado o método de pesquisa que consistiu em um boleoamento na plataforma do periódico Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior, uma vez que a plataforma fornece trabalhos atualizados e revisados, elevando inclusive o vigor e a credibilidade dos resultados, assegurando uma qualidade acadêmica ao estudo.

Cruzou-se as palavras-chaves com o operador *and* (e), incluído assim todas as palavras-chaves na busca, dessa forma a pesquisa ocorreu da seguinte maneira: saúde, mental, idoso, pandemia, onde foram encontrados 26 artigos que após uma análise foram descartados 16 artigos pois não atendiam a temática da pesquisa, incompletos e que abordavam outras perspectivas sendo então selecionados os 10 artigos que abordavam a temática. Diante disso os artigos foram excluídos os trabalhos que não correspondiam a temática sobre saúde mental dos idosos no contexto pandêmico.

A coleta dos dados guiou-se através dos questionamentos: como os autores apresentavam o contexto do idoso na pandemia? Como estaria as políticas públicas de saúde mental dos idosos no período da pandemia de Covid-19? E quais as estratégias de cuidado em saúde mental que a pandemia trouxe para vida dos idosos?

A Covid-19 é uma doença causada por um coronavírus que provoca a Síndrome Respiratória Aguda Grave e que acaba por se difundir de maneira veloz entre as pessoas, e em

março de 2022 devido a disseminação do vírus, a Organização Mundial de Saúde decretou estado de pandemia e dentre das medidas adotadas para prevenir o contágio, estava o isolamento e o distanciamento social e particularmente os idosos correspondiam a grupo de alto risco de contágio, de complicações em decorrência de características fisiopatológicas, associadas a doenças crônicas e seus impactos no organismo (Luzardo *et al.*, 2021).

A rotina dos idosos foi impactada pela medida de isolamento social e pelo distanciamento físico, que impediu os idosos de se exercitarem, terem sua vida social com amigos e familiares, fato esse que trouxe consequências para a sua saúde mental, mas foi um período que possibilitou o aprendizado e a utilização das tecnologias por parte dos idosos (Marrocos *et al.*, 2021).

Marrocos *et al.*, (2021) afirmaram que a pandemia da Covid-19 acabou por influenciar os sentimentos, atitudes e a rotina da população idosa. Entre os sentimentos compartilhados pelos idosos, estavam o medo de perder uma pessoa querida, onde esse sentimento ganhou mais relevância para com a população idosa, visto que correspondia a um grupo de riscos da doença, bem como vivenciaram perdas de pessoas da mesma faixa etária.

Quando falamos em rotina, precisamos compreender que a maior parte dos idosos já não tinham um dia-a-dia de muitas “movimentações”, mas com a pandemia, essa rotina alterou-se ainda mais, uma vez que eles correspondiam a um dos grupos de riscos, tendo, portanto, de permanecerem prioritariamente em isolamento social, a fim de evitar a contaminação. E como os autores destacam esse isolamento acabou por trazer consequências para a saúde mental.

Porém Araújo *et al.*, (2021) destacaram que muitos idosos por viverem sozinhos muitas vezes são incapazes de se envolver com tecnologias em decorrência da deficiência cognitiva, sensorial ou até mesmo física, surgindo assim a necessidade de reabilitação geriátrica e o quanto essas intervenções são importantes no contexto de recuperação do idosos na pandemia. Diante disso evidencia-se quanto a adoção dessas reabilitações representam um grande impacto na melhoria do conhecimento, na qualidade e no atendimento dos pacientes idosos.

Conforme Luzardo *et al.*, (2021) o sentimento de tristeza pela perda e morte de amigos ou pessoas próximas, em decorrência do isolamento social e do distanciamento da família levou a percepção da necessidade de lidar com as perdas sociais e com a própria realidade que era imposta pela doença, requerendo especialmente o enfrentamento dos desafios que atingiram a saúde mental dos idosos.

Os autores supracitados ainda ressaltam que o isolamento social prolongado gerou diversas consequências e sentimentos negativos, que poderão ter impactos negativos, uma vez que a pandemia trouxe mudanças repentinas e sem prazo para terminar, onde o estresse poderá

continuar após o fim do isolamento social, uma vez que as preocupações poderão estar voltadas apenas para os problemas políticos e financeiros do Brasil e do mundo, onde as manifestações de ordem psicossociais estão relacionadas a magnitude da pandemia e ao grau de vulnerabilidade dos indivíduos, como é o caso dos idosos (Luzardo *et al.*,2021).

Para Nabuco, Oliveira e Afonso (2020) dentre os principais estressores durante o período da pandemia da Covid-19 estavam o medo da infecção, o isolamento físico, inadequação das informações, estigmatização e discriminação, as diferentes barreiras para vivenciar o luto daqueles que estavam morrendo, além de questões financeiras. Onde evidentemente as limitações impostas pelo isolamento físico foram a principal fonte de estresse, especialmente em crianças e idosos.

A duração prolongada associou-se ao maior impacto na saúde mental, especialmente os sintomas de estresse pós-traumático, comportamentos evitativos e a irritabilidade, entendendo que a solidão e a redução de interações sociais foram importantes fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos mentais, como depressão e ansiedade (Nabuco, Oliveira e Afonso,2020).

Para Souza *et al* (2021) os idosos são mais suscetíveis aos efeitos psicológicos em uma pandemia, podendo ter manifestações de tristeza, ansiedade, estresse, raiva, medo e choro, destacando ainda que as pessoas idosas têm duas vezes mais chances de ter chorado durante a pandemia se comparada a outros grupos. Ainda se notou com a pesquisa que idosos com comorbidades/doenças crônicas antes da pandemia traziam em si sentimentos negativos e sofrimento uma vez que com a pandemia essas doenças eram fatores de riscos.

Dentre os fatores que contribuíram para o declínio da saúde funcional dos idosos da cidade de Belo Horizonte, durante o período da pandemia por Covid-19 estavam a presença de comorbidade, isolamento social, o não desenvolvimento de atividade laborativas e destacando-se o comprometimento da saúde mental (Morais, Reis, Silva, 2022). Para eles se fazia necessário propor estratégias de reestabelecimento da capacidade funcional da população idosa, a fim de se promover um envelhecimento ativo e saudável.

Corroborando com os autores Luzardo *et al.*, (2021) afirmam a importância da criação de estratégias de reforço positivo à resiliência e readaptação do cotidiano, tais como a manutenção da rotina, de horários regulares para a realizar das atividades, organizando inclusive contato com familiares e uma rede de suporte para fazer as compras da casa e outras necessidades, vindo a diminuir os efeitos nefastos da quarentena.

Nesse cenário Canuto *et al.*, (2022) ponderou sobre a importância da figura do psicólogo como uma pessoa indispensável no cuidado à saúde mental do idoso no contexto pandêmico,

visto que o trabalho desses profissionais tende a minimizar os sentimentos de angústia e medo vivenciados pelos os idosos.

Rocha *et al.*, (2020) compreenderam que no cenário da pandemia, no qual medidas de distanciamento precisaram ser adotadas para a proteção da saúde da população idosa, que a manutenção da prática de atividades físicas visava reduzir o comportamento sedentário e que melhoraria a saúde mental e dentre dessas atividades físicas estão os exergames, que se apresentam como uma estratégia viável, lúdica e que permite a socialização, mesmo com o processo do distanciamento físico.

Os exergames são um tipo de jogo de videogame não sedentário, que requer o esforço físico do participante para ser jogado, eles têm se mostrado como possibilidade na promoção das atividades físicas em casa, sendo jogados por meio de plataformas comerciais de jogos eletrônicos o que facilita o acesso das pessoas a terem o recurso tecnológico em suas residências (Rocha *et al.*, 2020).

Nesse contexto, ao apresentar tais estudos sobre o impacto da pandemia na saúde mental dos idosos, nota-se a importância do psicólogo frente ao trabalho dos cuidados mentais no decorrer da pandemia de COVID-19, auxiliando no processo de entendimentos dos impactos do isolamento social na vida das pessoas idosas, buscando estratégias para enfrentar o período de maneira mais saudável, com menos riscos ao desenvolvimento de crises de ansiedade, depressão, síndrome do pânico entre outros problemas psicológicos.

Para Rezende *et al* (2022) a pandemia trouxe impactos no comportamento humano, onde dessa forma para que ocorresse a proteção dos idosos do SARS-CoV-2, cuidadoras precisaram adotar várias medidas de prevenção, onde apesar dessas medidas serem importantes para a redução dos riscos de contágio as mesmas se configuraram como um desconforto emocional, até mesmo para as cuidadoras pois se tornaram as responsáveis exclusivas dos cuidados aos idosos.

Outro ponto de destaque para Mattos *et al.*, (2021) é que a garantia da saúde dos idosos se tornou um fator estressante na própria rotina de trabalho dos cuidadores, uma vez que o medo da contaminação criou uma espécie de sobrecarga mental, onde se afirma que o distanciamento físico tanto do idoso como de seus cuidadores afetou a saúde mental causando enorme impacto psicológico.

Posto isso é importante mencionar que alguns autores descrevem o papel dos cuidadores dos idosos, onde sua maioria possui idades entre 45 a 65 anos, o que evidencia que são pessoas que também se encontram com idade mais avançada e que acabam sendo os responsáveis dos idosos com idades superiores aos 75 anos. Isso mostra que é importante a preocupação com a

saúde mental também desses grupos de cuidadores, uma vez que eles acabam sofrendo as pressões tanto decorrentes da própria pandemia assim como a pressão de cuidar de uma pessoa idosa em isolamento social.

No que tange sobre as políticas públicas de cuidado a saúde mental dos idosos não foram encontrados trabalhos que abordasse o tema, acredita-se que isso se deu devido ao fato dos artigos em sua maioria priorizarem os efeitos que a pandemia ocasionou na saúde mental das pessoas idosas e quais as possíveis medidas para reverter ou melhorar a situação.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia da Covid-19 trouxe muitos impactos para as pessoas, mas evidentemente os idosos que correspondia ao grupo de risco e que precisaram permanecer em isolamento social a fim de tentar evitar o contágio pela doença, apresentaram consequências na sua saúde mental.

Tendo em vista, que eles precisaram diminuir inclusive o convívio com os familiares, eles acabaram por se sentirem sozinhos, isolados do mundo, sem contato com outras pessoas para conversarem ou saírem de casa, fez com que eles desenvolvessem crises de ansiedade e depressão.

E os estudos analisados ressaltam que os grupos de idosos foi um dos grupos mais afetados pelo isolamento social, tendo passado por mudanças em suas rotinas, onde permitiu o aparecimento de sentimentos como medo, angústia e para que ocorresse uma melhora na compreensão desse processo, surgir a importância do profissional de psicologia, onde o mesmo poderia atuar tanto com os idosos ou mesmo com as famílias a fim de superar o período.

Porém, como é algo mais recente, é necessário que mais estudos sejam realizados sobre a temática, para que se possam conhecer quais as possibilidades de trabalho que os psicólogos podem realizar a fim de trazer melhorias para a saúde mental dos idosos. Essa pesquisa trouxe inúmeras contribuições permitindo a ampliação dos olhares acerca da saúde mental e sua necessidade para uma vida saudável, especialmente em idosos.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, TMB de et al. Estatuto do Idoso: sua aplicabilidade na sociedade [Congresso]. In: **VI Congresso Internacional de envelhecimento humano, Campina Grande, Paraíba, Brasil.** <https://www.editorarealize.com>.

br/editora/anais/cieh/2019/TRABALHO_EV125_MD1_SA6_ID1765_05062019220034.pdf. 2021. Acesso em 10 de maio de 2024

ARAUJO, Gustavo Baroni et al. Percepções sobre a atuação multiprofissional frente a COVID-19: uma revisão integrativa de literatura com estudos geriátricos. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 10, p. e243101018806-e243101018806, 2021.

BATISTA, D. et al. O novo coronavírus e seus desafios para o sistema único de saúde. Organizadores: Débora Pena Batista e Silva, José Edmilson Silva Gomes, Samir Gabriel Vasconcelos Azevedo, Maria Rocineide Ferreira da Silva e Maria Marlene Marques Ávila, v. 10, n. 9786587180175, 2020.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Estatuto do Idoso /Ministério da Saúde**. – 1. ed., 2.^a reimpr. –Brasília: 2003

CANUTO, Ariane Laurentino Freires et al. O papel do psicólogo frente à saúde mental dos idosos no período pandêmico. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 4, p. e38611422264-e38611422264, 2022.

CEZÁRIO, Paula Frassinetti Oliveira et al. O isolamento social e seus impactos na saúde mental da população. **Saúde Mental e Suas Interfaces: Rompendo Paradigmas**, p. 49, 2020.

COSTA, L. V. A. Política Nacional do Idoso: perspectiva governamental. In: Anais do I Seminário Internacional – Envelhecimento populacional: uma agenda para o final do século. Brasília: MPAS, SAS, 1996.

DA COSTA DOURADO, Simone Pereira. A pandemia de COVID-19 e a conversão de idosos em “grupo de risco”. **Cadernos De Campo (São Paulo-1991)**, v. 29, n. supl, p. 153-162, 2020.

DE OLIVEIRA, Vinícius Vital et al. Impactos do isolamento social na saúde mental de idosos durante a pandemia pela Covid-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 1, p. 3718-3727, 2021.

D’CRUZ, M.; BANERJEE, D. 'An invisible human rights crisis': The marginalization of older adults during the COVID-19 pandemic - **An advocacy review. Psychiatry Res.**, v. 292, 2020.

_____. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006. Aprovar a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Disponível em: <http://www.saude.ba.gov.br/creasi/images/Arquivos/Politica_Nacional_Saude_Pessoa_Idosa.pdf>. Acesso: 05 de maio de 2024

GARCIA, A. P. R. F. et al. Processo de enfermagem na saúde mental: revisão integrativa da literatura. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 70, n. 1, p. 220-230, 2017.

GOMES, Adriana Vasconcelos et al. Perfil sociodemográfico de idosos vítimas de suicídio em um estado do Nordeste do Brasil. **Rev. baiana enferm**, p. e26078-e26078, 2018.

LUZARDO, Adriana Remião et al. Percepções de idosos sobre o enfrentamento da covid-19. **Cogitare Enfermagem**, v. 26, p. e78852, 2021.

MARROCOS, Elisabeth Martins et al. Percepção dos idosos sobre as repercussões da pandemia por COVID-19 em sua saúde. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, p. e41010918067-e41010918067, 2021.

MATTOS, Emanuela Bezerra Torres et al. Grupo virtual de apoio aos cuidadores familiares de idosos com demência no contexto da COVID-19. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 29, p. e2882, 2021.

Ministério da Saúde (BR). Como fica a prática de atividade física durante a pandemia de Coronavírus? um roteiro de como incluir movimentos na sua rotina em tempos de COVID-19. [Internet]. 2020. Available from: <https://saudebrasil.saude.gov.br/eu-quer-me-exercitar-mais/como-fica-a-pratica-de-atividade-fisica-durante-a-pandemia-de-coronavirus>

MONTEIRO, Ricardo Eddy Gomes; COUTINHO, Diogenes José Gusmão. Uma breve revisão de literatura sobre os idosos, o envelhecimento e saúde. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 1, p. 2358-2368, 2020.

MORAIS, Gabriel Chagas Brandão; REIS, Guilherme Ávila Abrahão; DA SILVA, José Felipe Pinho. Impacto do isolamento social na capacidade funcional dos idosos de Belo Horizonte durante a pandemia da Covid-19 e seus reflexos na Saúde Pública. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 3, p. e9894-e9894, 2022.

NABUCO, Guilherme; DE OLIVEIRA, Maria Helena Pereira Pires; AFONSO, Marcelo Pellizzaro Dias. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde?. **Revista Brasileira de medicina de família e comunidade**, v. 15, n. 42, p. 2532-2532, 2020.

REICHENHEIM, Michael Eduardo et al. Saúde no Brasil Violência e lesões no Brasil: efeitos, avanços alcançados e desafios futuros. **Veja**, v. 6736, n. 11, p. 60053-6, 2

REZENDE, Cristiane de Paula et al. Cuidar de idosos durante a pandemia da COVID-19: a experiência de cuidadores familiares. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 43, p. e20210038, 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**, v. 25, p. 1-4, 2020.

ROMERO, Dalia Elena et al. Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho. **Cadernos de saúde pública**, v. 37, n. 3, p. e00216620, 2021.

SHER, Leo. Are COVID-19 survivors at increased risk for suicide?. *Acta neuropsychiatrica*, v. 32, n. 5, p. 270-270, 2020.

SOUZA FILHO, Zilmar Augusto de et al. Fatores associados ao enfrentamento da pandemia da COVID-19 por pessoas idosas com comorbidades. **Escola Anna Nery**, v. 25, p. e20200495, 2021.

UNICOVSKY, Margarita Ana Rubin et al. Saúde do Idoso no Pós-Pandemia: Estratégias de Enfrentamento. **Enfermagem gerontológica no cuidado do idoso em tempos da COVID**, v. 19, p. 158-165, 2021.

VIANA, Suely Aragão Azevêdo; DE LIMA SILVA, Marcielle; DE LIMA, Patrícia Tavares. Impacto na saúde mental do idoso durante o período de isolamento social em virtude da disseminação da doença COVID-19: uma revisão literária. **Diálogos em saúde**, v. 3, n. 1, 2020.

World Health Organization (WHO). Envelhecimento ativo: uma política de saúde [Internet]. 2005 . Available from: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf Acesso: 05 de maio de 2024

World Health Organization (WHO). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak [Internet]. 2020. Available from: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-healthconsiderations.pdf> Acesso: 05 de maio de 2024