



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

# IJDR

*International Journal of Development Research*

Vol. 12, Issue, 06, pp. 56479-56483, June, 2022

<https://doi.org/10.37118/ijdr.24623.06.2022>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

## SAÚDE MENTAL DO IDOSO: IMPACTO DO ISOLAMENTO SOCIAL NO CONTEXTO DO COVID-19

Sabrina Brenda Castelo Branco Silva<sup>1</sup>, Lucas Costa de Gois<sup>1,\*</sup>, Maria Clara Barroso Leite Lopes<sup>2</sup>, Jehffeny Lauda Mascarenhas<sup>3</sup>, Maria Gilselani Pereira da Silva<sup>4</sup>, Ingrid Mikaela Moreira de Oliveira<sup>5</sup>, Nanielle Silva Barbosa<sup>6</sup> Paulo da Costa Araújo<sup>7</sup>, Salomão Xavier Sobrinho Junior<sup>2</sup>, Amanda Costa Maciel<sup>8</sup>, Fábio Freitas de Sousa Passos Galvão<sup>2</sup>, Víctor Carvalho Sérvio<sup>2</sup>, Antonio Gleysson Vieira Abreu Menezes<sup>9</sup>, Lucas Andrade Lima<sup>2</sup>, Karinne Barbosa Nogueira<sup>2</sup>, Paulo Roberto Costa Santos<sup>2</sup>, João Pinheiro dos Santos Neto<sup>2</sup>, Marconi Pereira Lima<sup>10</sup>, Natana Maranhão Noletto da Fonseca<sup>2</sup>, Danielle Souza Silva Varela<sup>11</sup> and José Lopes Pereira Júnior<sup>12</sup>

<sup>1</sup>Acadêmicos de Enfermagem pela Universidade Estadual do Piauí; <sup>2</sup>Acadêmicos de Medicina pela Uninovafapi-PI; <sup>3</sup>Acadêmico de Enfermagem pela Uninassau –PI; <sup>4</sup>Acadêmica de Enfermagem pela UNIFSA; <sup>5</sup>Enfermeira Doutoranda em Cuidados Clínicos em Enfermagem e Saúde pela Universidade Estadual do Ceará; <sup>6</sup>Mestranda em Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí; <sup>7</sup>Acadêmico de Medicina pela UNICEUMA; <sup>8</sup>Enfermeira pela FASVIPA; <sup>9</sup>Acadêmico de Medicina pela FAHESP/IESVAP; <sup>10</sup>Educador Físico pela Universidade Estadual do Piauí; <sup>11</sup>Enfermeira Doutoranda em Saúde da Família pela RENASF/UVA; <sup>12</sup>Farmacêutico doutorando em Ciências Farmacêuticas pela Universidade Federal do Piauí

### ARTICLE INFO

#### Article History:

Received 08<sup>th</sup> March, 2022

Received in revised form

17<sup>th</sup> April, 2022

Accepted 27<sup>th</sup> May, 2022

Published online 22<sup>nd</sup> June, 2022

#### Key Words:

Saúde Mental, Idoso, Isolamento Social, COVID-19.

#### \*Corresponding author:

Lucas Costa de Gois

### ABSTRACT

Para compreender as consequências psiquiátricas e psicológicas de uma pandemia, como no caso da COVID-19, alguns grupos são mais vulneráveis, como o grupo dos idosos. A assistência integral ao idoso deve ser pautada em suas necessidades e direitos, com alinhamento preciso visando à prevenção e intervenção precoce, colocando o idoso no centro de práticas específicas na linha de cuidado. O profissional de saúde tem uma atribuição de oferecer um cuidado personalizado com a finalidade de proporcionar um bem-estar. Este estudo, trata-se de uma revisão integrativa da literatura. A revisão é composta por cinco etapas: identificação do problema, busca na literatura, avaliação dos dados, análise dos dados e apresentação da revisão. Os estudos encontrados foram publicados nos anos de 2020 e 2021 sendo o equivalente de 50% no ano de 2020 e cerca de 50% no ano de 2021. Diante disso, os trabalhos foram realizados em Israel 25%, Japão 12,5%, Estados Unidos 12%, China 12,5%, Espanha 12,5%, França 12,5% e Canadá. Dessa maneira, os conteúdos das pesquisas encontradas referiam-se sobre Saúde Mental do Idoso: Impacto social no contexto do COVID-19.

Copyright © 2022, Sabrina Brenda Castelo Branco Silva et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Sabrina Brenda Castelo Branco Silva, Lucas Costa de Gois, Maria Clara Barroso Leite Lopes, Jehffeny Lauda Mascarenhas et al. "Saúde mental do idoso: Impacto do isolamento social no contexto do COVID-19", *International Journal of Development Research*, 12, (06), 56479-56483.

## INTRODUCTION

No Brasil, a população idosa está crescendo rapidamente, e uma das razões para esse crescimento é a diminuição da fecundidade. Com isso, a pessoa idosa é cada vez mais valorizada na sociedade atual, na qual o cuidado, a atenção e, consequentemente, a expectativa de vida aumentaram significativamente.

Essas mudanças são resguardadas pelos direitos do idoso, que foram adquiridos ao longo dos anos, em conjunto com o avanço da medicina, que permite um melhor atendimento e, consequentemente, maior qualidade de vida (Resende, Resende, Assunção & Quadros, 2015; Viana, Lima & Lima, 2020). Nesse sentido, muitas políticas públicas voltadas para a população idosa visam à melhoria da qualidade dos serviços de saúde para esse grupo.

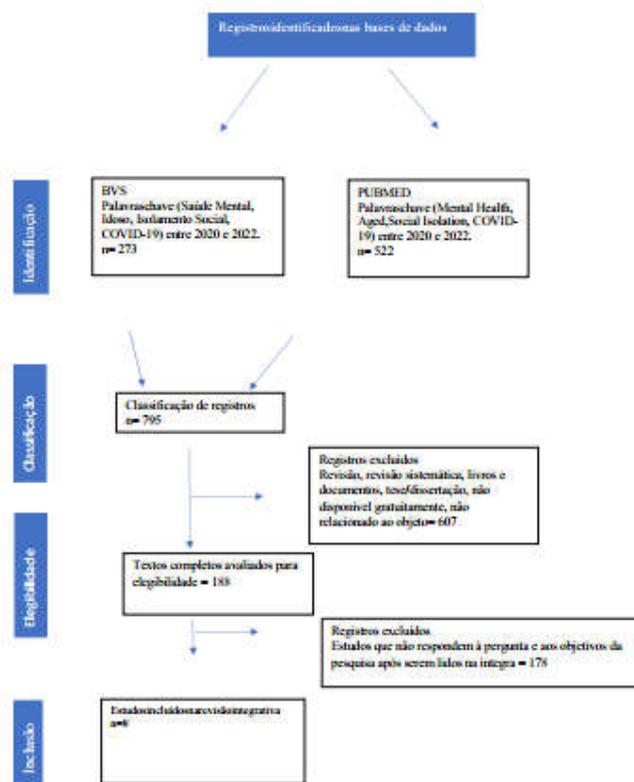
Dessa forma, podemos citar algumas políticas criadas com esse objetivo, como a Política Nacional do Idoso, instituída pela Lei nº 8.842, de janeiro de 1994, e o Estatuto do Idoso, instituído pela Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Nessa perspectiva, pode-se inferir que as políticas voltadas para a pessoa idosa devem ser amplas, não sendo limitada somente a pessoa idosa, mas incluindo também a adesão dos familiares para que os mesmos possam contribuir nas situações de tratamento, apoio social e familiar (Tavares, Camacho & Mota, 2017; Fagundes, 2015). Assim, mais de 28 milhões de pessoas com mais de 60 anos vivem no Brasil, representando 13% da população do país. De acordo com a Projeção da População, publicado em 2018 pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), esse percentual deverá aumentar nas próximas décadas. A proporção de idosos em relação aos jovens é conhecida como “índice de envelhecimento”, que deverá subir de 43,19 % em 2018 para 173,47 % em 2060. Dessa maneira, as atividades básicas diárias são fundamentais para a autopreservação e sobrevivência de um indivíduo, e referem-se às tarefas cotidianas necessárias para o cuidado do corpo, como: vestir-se, tomar banho, higiene pessoal – uso do banheiro, alimentar-se sem ajuda e continência esfinteriana (IBGE, 2018; Moraes, 2012).

Neste contexto, o país em que vivemos num futuro próximo será um país idoso, necessitando de práticas de promoção da saúde e prevenção de doenças que devem ser incentivadas em todas as idades. Sendo assim, desde 11 de março de 2020, estamos lidando com uma pandemia do novo coronavírus. Inicialmente, em 31 de janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS), declarou a infecção pelo novo coronavírus uma emergência mundial, e a doença foi batizada de COVID-19. O sequenciamento genético e a análise filogenética revelaram que se trata de um betacoronavírus, o mesmo subgênero da Insuficiência Respiratória Aguda Grave (SARS), que causou uma epidemia na China em 2003, e da Síndrome Respiratória do Médio Oriente (MERS), que foi responsável pela mesma situação no Oriente Médio em 2012 (Sena, Sardinha, Mesquita, Sousa, Silva & Chaves, 2016; OMS, 2020; Strabelli, 2020). Desse modo, para compreender as consequências psiquiátricas e psicológicas de uma pandemia, como no caso da COVID-19, alguns grupos são mais vulneráveis como idosos, pacientes com condições clínicas e psiquiátricas prévias, imunocomprometidos, familiares de pacientes infectados e residentes em áreas de alta incidência. O medo é um mecanismo de defesa, porém, quando é crônico ou desproporcional, torna-se nocivo e pode se tornar um componente essencial no desenvolvimento de vários transtornos psiquiátricos. O medo aumenta os níveis de estresse e ansiedade (Ornell, Schuch, Sordi & Kessler, 2020; Costa & Mendes, 2021). Como resultado, percebe-se que a assistência integral ao idoso deve ser pautada em suas necessidades e direitos, com alinhamento preciso visando à prevenção e intervenção precoce, colocando o idoso no centro de práticas específicas na linha de cuidado. Assistência na terceira idade é fundamental, seja na manutenção ou alcance de estilo de vida saudável, seja em situações relacionadas a patologias físicas ou mentais em que o profissional de saúde tem uma atribuição de oferecer um cuidado personalizado com a finalidade de proporcionar um bem-estar. Dessa forma, este estudo teve como objetivo averiguar na literatura pesquisas que retratem as implicações na saúde mental da pessoa idosa devido ao impacto gerado pelo isolamento social no contexto do COVID-19.

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão integrativa de literatura (RIL), empregando como base teórica os conceitos e métodos propostos por Soares, 2014. No campo da saúde, a RIL se baseia na sumarização de achados científicos, no objetivo de identificar e compreender problemas, situações e vulnerabilidades relacionadas à população. Requer dos autores o estabelecimento de hipóteses e conclusões sobre o tema em questão, sendo um trabalho complexo que se sustenta na proposta de colaboração e integração de diversas disciplinas com o intuito de identificar práticas baseadas em evidências. As questões norteadoras foram: quais são as evidências na literatura sobre a influência do isolamento social, exigido no contexto pandêmico 2020-

2022, na saúde mental da população idosa? O que há em comum entre os resultados encontrados? Os critérios de inclusão foram: artigos originais de estudos primários; em inglês/espanhol/português; abordando especificamente a saúde mental dos idosos no contexto de COVID-19; e publicado a partir de 2020. O período proposto para a busca foi entre 2020 e 2022, considerando que em 11 de março de 2020 a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou pandemia de Coronavírus. (WHO, 2020). Os critérios de exclusão foram: revisão, artigos editoriais, resumos de eventos, livros, tese/dissertação; e falta de relação com o objeto de estudo no título. As palavras-chave/descriptores para as buscas foram Saúde Mental, Idoso, Isolamento Social, COVID-19. Utilizados em combinação com os operadores booleanos AND e OR, de acordo com o sistema de busca de cada banco de dados. As bases de dados consultadas foram: PubMed e BVS.



## RESULTADOS

Nessa perspectiva, abaixo apresentam-se os resultados dessa pesquisa, dividido em duas tabelas, sendo a Tabela 01, de caracterização dos artigos, e a Tabela 02, de análise do exposto em cada um dos artigos. Dessa forma, a Tabela 01 apresenta 1 artigo na revista PLOS ONE, 1 na Molecular Neurobiology, 1 na Journal of Primary Care & Community Health, 1 na British Journal of General Practice, 1 na Am J Geriatr Psychiatry, 1 na JMIR MHEALTH AND UHEALTH e por fim 1 na Revista International Journal of Environmental Research and Public Health. Desse modo, os estudos foram publicados nos anos de 2020 e 2021 sendo o equivalente de 50% no ano de 2020 e cerca de 50% no ano de 2021. Diante disso, os trabalhos foram realizados em Israel 25%, Japão 12,5%, Estados Unidos 12%, China 12,5%, Espanha 12,5%, França 12,5% e Canadá. Dessa maneira, os conteúdos das pesquisas encontradas referiam-se sobre Saúde Mental do Idoso: Impacto social no contexto do COVID-19 (Tab. 2).

## DISCUSSÕES

**Fatores predisponentes e a saúde mental do idoso no contexto do isolamento:** A literatura mostra que períodos prolongados de isolamento podem levar a sentimentos de solidão e raiva. As dúvidas sobre o futuro são frequentes, e as expectativas quanto às suas necessidades, associadas ao isolamento, predis põem ao estresse.

**Tabela 1. Caracterização dos artigos. Teresina – PI 2022 (N=08).**

Nº	TÍTULO	AUTORIA	BASE	ANO	PAÍS	REVISTA
1	Varied and unexpected changes in the wellbeing of seniors in the United States amid the COVID-19 pandemic	Silvia Barcellos, Mireille Jacobson, Arthur A. Stone	BVS	2021	Japão	PLOS ONE
2	Impact of COVID-19 in the Mental Health in Elderly: Psychological and Biological Updates	Roberta Eduarda Grolli, Maiqueli Eduarda Dama Mingoti, Amanda Gollo Bertollo, Adriana Remião Luzardo, João Quevedo, Gislaïne Zilli Réus, Zuleide Maria Ignácio	PUBMED	2021	Estados Unidos	Molecular Neurobiology
3	Depression and Health-Related Quality of Life Among Elderly Patients during the COVID-19 Pandemic in Israel: A Cross-sectional Study	Inbar Levkovich, Shiri Shinan-Altman, Neta Essar Schwartz, and Mordechai Alperin	PUBMED	2021	Israel	Journal of Primary Care & Community Health
4	Impact of COVID-19 on loneliness, mental health, and health service utilisation	Samuel Yeung Shan Wong, Dexing Zhang, Regina Wing Shan Sit, Benjamin Hon Kei Yip, Roger Yat-nork Chung, Carmen Ka Man Wong, Dicken Cheong Chun Chan, Wen Sun, Kin On Kwok and Stewart W Mercer	PUBMED	2020	China	British Journal of General Practice
5	COVID-19-Related Loneliness and Psychiatric Symptoms Among Older Adults: The Buffering Role of Subjective Age	Amit Shrir, Ph.D., Yaakov Hoffman, Ph.D., Ehud Bodner, Ph.D., Yuval Palgi, Ph.D.	PUBMED	2020	Israel	Am J Geriatr Psychiatry
6	COVID-19, Psychological Well-being and Physical Activity Levels in Older Adults During the Nationwide Lockdown in Spain	Alejandro Carriedo, Ph.D., Jose A. Cecchini, Ph.D., Javier Fernandez-Rio, Ph.D., Antonio Mendez-Gimenez, Ph.D	PUBMED	2020	Espanha	Am J Geriatr Psychiatry
7	Communication Technology Preferences of Hospitalized and Institutionalized Frail Older Adults During COVID-19 Confinement: Cross-Sectional Survey Study	Guillaume Sacco, MD, PhD; Sébastien Léonart, MD; Romain Simon, MS; Frédéric Noublanche, MS; Cédric Annweiler, MD, PhD; TOVID Study Group	PUBMED	2020	França	JMIR MHEALTH AND UHEALTH
8	Prior Social Contact and Mental Health Trajectories during COVID-19: Neighborhood Friendship Protects Vulnerable Older Adults	aniel R. Y. Gan, and John R. Best	BVS	2021	Canadá	Int. J. Environ. Res. Public Health

**Tabela 2: Análise de conteúdo dos artigos. Teresina – PI 2022 (N=08).**

Nº	OBJETIVOS	CONCLUSÃO
1	Examinar mudanças em um amplo conjunto de medidas de bem-estar entre os idosos imediatamente antes e depois do reconhecimento da disseminação comunitária do COVID-19 nos Estados Unidos.	Maior risco percebido de contrair COVID-19 e de morrer da doença foram associados a maiores aumentos na taxa de depressão sintomas e afeto negativo e maiores diminuições no afeto positivo e na satisfação com a vida.
2	Fazer uma atualização sobre as pesquisas sobre a saúde mental dos idosos durante a pandemia.	Estudos relatam que o isolamento social tem sido associado ao aumento da depressão e suicídio, aumento da inflamação e redução da resposta imune a infecções virais. Essas condições também predispõem os idosos a condições mais graves quando contraem SARS-CoV-2.
3	Avaliar como o otimismo, o suporte social percebido e a suscetibilidade percebida estão relacionados aos sintomas depressivos e à qualidade de vida relacionada à saúde em idosos.	Os idosos experimentaram níveis moderados de depressão e efeitos relacionados à saúde na qualidade de vida durante a pandemia de COVID-19.
4	Descrever mudanças na solidão, problemas de saúde mental (depressão, ansiedade e insônia) e atendimento agendado para doenças crônicas antes e após o início da pandemia de COVID-19.	Este estudo mostra que pacientes idosos com multimorbidade na atenção primária experimentaram pior saúde psicossocial e um aumento na falta de consultas médicas agendadas para atendimento de doenças crônicas após o início do surto de COVID-19.
5	O estudo examinou se a idade subjetiva moderou a relação entre a solidão devido à pandemia de COVID-19 e os sintomas psiquiátricos.	Idosos com identidade de idade mais avançada são mais suscetíveis aos efeitos adversos da solidão.
6	Examinar o bem-estar psicológico de idosos durante o isolamento domiciliar devido à pandemia de COVID-19 e investigar se o atendimento às recomendações globais da Organização Mundial da Saúde sobre atividade física para a saúde está associado à sua resiliência, afeto e sintomas depressivos.	Os achados foram as primeiras evidências quantitativas que apontam para uma ligação entre o envolvimento em VPA e/ou MVPA e resiliência, afeto positivo e sintomas depressivos dentro das restrições do COVID-19 na Espanha.
7	Verificar se a videochamada atende às reais demandas e expectativas dos idosos ou se eles preferem meios de comunicação mais tradicionais, como o telefone, para entrar em contato com seus familiares.	Idosos em uma unidade de cuidados agudos geriátricos e em um lar de idosos e idosos eram mais capazes de fazer chamadas telefônicas do que videochamadas e tendiam a usar o telefone com mais frequência do que o vídeo.
8	Demonstrar como idosos e bairros específicos que poderiam se beneficiar de telessaúde baseada em bairro ou outras intervenções de saúde mental podem ser identificados por meio de uma aplicação de modelagem de perfil latente com resultados distais contínuos.	Aproximadamente um em cada dez idosos tinha redes sociais mais pobres e dependia de vizinhos não amigos para uma sensação geral e difusa de conexão social e saúde mental.

Fonte: Autores, 2022.

Juntos, esses fatores culminam no agravamento dos quadros psiquiátricos de indivíduos que estavam ou não em atendimento profissional para depressão e transtornos de ansiedade. Em particular, os idosos formam um dos grupos mais vulneráveis. Idade, demência, e transtorno depressivo maior são fatores de risco para suicídio. Dentre os mesmos, foram analisados que sintomas depressivos e o afeto negativo aumentaram mais para as mulheres (Barcellos, Jacobson & Stone 2021; Grolli, Dama, Bertollo, Luzardo, Quevedo, Réus & Ignácio, 2021). Nesse sentido, o maior risco percebido de contrair COVID-19 e de morrer da doença foi associado a maiores aumentos na taxa de sintomas depressivos e afeto negativo e maiores diminuições no afeto positivo e satisfação com a vida em indivíduos entre idades de 60 à 68 anos. Já os indivíduos com sintomas mais graves e com maior risco de morte são os idosos e os portadores de doenças crônicas. Entre as condições crônicas, aquelas com certo grau de inflamação crônica podem predispor a uma evolução mais grave da COVID-19. Idosos com transtornos psiquiátricos podem apresentar um estado inflamatório persistente, característico da senescência imunológica da idade. A explicação é que a COVID-19 pode predispor ou agravar distúrbios psiquiátricos, pois induz uma tempestade de citocinas, causando hiper inflamação sistêmica (Barcellos, Jacobson & Stone 2021; Grolli, Dama, Bertollo, Luzardo, Quevedo, Réus & Ignácio, 2021).

**Agravamento das condições crônicas pré-existentes e a importância da prática de atividade física:** A intensificação do isolamento físico e social, pode ter aumentando a prevalência e a gravidade da ansiedade e depressão nesse grupo populacional. De fato, o isolamento gera fatores de risco significativos para depressão em idosos. Ao mesmo tempo, estudos apontam níveis mais baixos de depressão e níveis mais altos de enfrentamento de ameaças entre os idosos. Verificou-se também que pacientes mais velhos com múltiplas condições crônicas aumentaram a solidão, ansiedade e insônia. Eles também aumentaram as faltas agendadas para atendimento de doenças crônicas. Ser do sexo feminino, morar sozinho e ter >4 condições crônicas foram fatores de risco para o estudo em questão (Shinan-Altman, Schwartz, Levkovich & Alperin, 2021; Shan Wong, Zhang, Shan Sit, Kei Yip, Yat-nork Chung, Man Wong, Chun Chan, Wen Sun, Kwok & W Mercer, 2020; Shrirra, Hoffman, Bodner & Palgi, 2020; Carriedo, Cecchini, Fernandez-Rio & Gimenez, 2020). Nesse contexto, as evidências dos achados mostram que, em relação aos que se sentem mais jovens, os idosos com idade subjetiva mais avançada eram mais propensos a uma infinidade de resultados adversos à saúde, incluindo deficiência física e maior risco de mortalidade. Além disso, os idosos que se sentiam mais velhos eram mais suscetíveis aos efeitos do estresse. A idade subjetiva pode potencialmente moderar os efeitos da solidão nos sintomas psiquiátricos, pois uma identidade de idade mais avançada pode refletir a internalização de estereótipos negativos da idade. Estudos mostram que a atividade física impacta positivamente o humor e o afeto. Também pode ter efeitos benéficos sobre sintomas depressivos, e pode prevenir a depressão promovendo resiliência entre a população mais velha. Nesse contexto, a atividade física se mostra uma ferramenta vantajosa para a superação da situação de isolamento, sendo assim a atividade física possui influência no bem-estar psíquico da população estudada (Shinan-Altman, Schwartz, Levkovich & Alperin, 2021; Shan Wong, Zhang, Shan Sit, Kei Yip, Yat-nork Chung, Man Wong, Chun Chan, Wen Sun, Kwok & W Mercer, 2020; Shrirra, Hoffman, Bodner & Palgi, 2020; Carriedo, Cecchini, Fernandez-Rio & Gimenez, 2020).

**A importância da tecnologia para a interação dos idosos com os familiares e o benefício da construção de vínculo:** Já a situação dos idosos que vivem em organizações sociais, foram mais restritas a visitas em meio a pandemia, pelo quadro fragilizado dessas pessoas, que em alguns casos estão em tratamento em unidades de cuidados geriátricos ou lares de idosos. Para minimizar esse quadro de isolamento, houve uma estimulação ao uso da tecnologia, no qual o confinado realizava ligações e videochamadas, tendendo ao maior uso telefônico para se comunicar com os familiares, gerando assim, uma satisfação ao idoso havendo uma boa aceitação ao uso tecnológico.

Já aqueles que convivem com vizinhos e possuem uma rede de apoio no bairro em que moram devido a integração social possuíam uma melhor saúde mental durante a pandemia de COVID-19 (Sacco, Léonart, Simon, Noublanche & Annweiler, 2020; Gan & Melhor, 2021). Em vista disso, as análises de perfil dos entrevistados identificaram três tipos de perfis com relação a forma em que essas pessoas enfrentam esse momento. Perfil 1, participava com frequência de organizações sociais, redes que foram desenvolvidas dentro de organizações sociais provavelmente aliviaram a depressão e manteve sua memória subjetiva e foram associados a melhor saúde mental. Perfil 2, participavam com menos frequência de organizações sociais, mas confiando com sucesso nos vizinhos para melhores resultados de saúde mental. Esses indivíduos têm se beneficiado do contato prévio com amigos, o que sugere que alguns vizinhos podem ter se tornado amigos ao longo do tempo. Nesse sentido, nosso estudo mostrou que o contato com amigos apenas por telefone não está associado a uma melhor saúde mental. Perfil 3, aproximadamente 10% dos idosos permaneceram com a saúde mental ruim durante os sete meses da pandemia. Muitos desses adultos vivem sozinhos e podem ter confiado nos vizinhos para sua rede social e mental, são adultos que não confiam no contato casual e não evoluem para uma amizade com os vizinhos, sendo este fato um mal prognóstico para a saúde mental (Sacco, Léonart, Simon, Noublanche & Annweiler, 2020; Gan & Melhor, 2021). Nesse seguimento, todas as literaturas usadas como base convergem para um ponto em comum, o isolamento do idoso é fator predisponente de mau prognóstico para saúde mental, podendo desencadear um transtorno depressivo maior, ansiedade, e transtornos do humor. As condições crônicas do idoso podem ser agravadas pelos quadros psíquicos pela liberação de fatores pró-inflamatórios, observando-se também uma menor adesão às consultas de rotina devido a COVID-19. A atividade física se mostra eficaz no manejo dos quadros de hipotímia relacionados ao isolamento e melhor predisposição física. Já a interação social com boa periodicidade entre o idoso que vive sozinho e vizinhos é fator de bom prognóstico, enquanto a falta de rede de apoio e estabelecimento de amizade é indicativo de mau prognóstico para a saúde mental do idoso.

## CONCLUSÃO

Os estudos relatam que o isolamento social tem sido associado ao aumento da depressão e suicídio, aumento da inflamação e redução da resposta imune às infecções virais. Sem mencionar o fato de que idosos com idade mais avançada são mais suscetíveis aos efeitos adversos da solidão. A explicação é que o COVID-19 pode predispor ou exacerbar distúrbios psiquiátricos, pois induz uma tempestade de citocinas, causando hiperinflamação sistêmica. Dessa maneira, foi evidenciado que a atividade física impacta positivamente o humor e o afeto, além de poder ter efeitos benéficos sobre os sintomas depressivos e pode prevenir a depressão, promovendo a resiliência entre a população mais velha. Portanto, a atividade física revela-se uma ferramenta vantajosa para a superação da situação de isolamento, tendo influência no bem-estar psíquico da população idosa. Nesse sentido, para minimizar a situação de isolamento, houve um estímulo ao uso da tecnologia, em que a pessoa confinada realizava ligações e videochamadas, tendendo a utilizar mais linhas telefônicas para se comunicar com os familiares. Nesse contexto, observou-se que gerava satisfação ao idoso. Para futuras pesquisas recomenda-se uma visão mais holística do bem-estar, um trabalho de desenvolvimento comunitário mais robusto, examinando os possíveis mecanismos através do qual a idade subjetiva modera o efeito da solidão na sintomatologia psiquiátrica, além de maneiras de compreender e aliviar o sofrimento mental e danos à saúde do idoso.

## REFERÊNCIAS

- Barcellos, S., Jacobson, M., & Stone, A. A. 2021. Varied and unexpected changes in the well-being of seniors in the United States amid the COVID-19 pandemic. *Plos one*, 16(6), e0252962.
- Carriedo, A., Cecchini, J. A., Fernandez-Rio, J., & Méndez-Giménez, A. 2020. COVID-19, psychological well-being and physical

- activity levels in older adults during the nationwide lockdown in Spain. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(11), 1146-1155.
- Costa, P. H. A., & Mendes, K. T. 2021. Saúde mental em tempos de crise e pandemia: um diálogo com Martín-Baró. *Revista Psicologia e Saúde*, 217-231.
- Fagundes, S. N. 2015. Humanização da assistência de enfermagem frente ao paciente idoso na estratégia de saúde da família. *FACIDER-Revista Científica*, (09).
- Gan, A. R. Y. & Best, J. R. 2021. Prior Social Contact and Mental Health Trajectories during COVID-19: Neighborhood Friendship Protects Vulnerable Older Adults. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18, 9999. <https://doi.org/10.3390/ijerph18199999>.
- Ghebreyesus, T. A. 2020. World Health Organization. WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19.
- Grolli, R. E., Mingoti, M. E. D., Bertollo, A. G., Luzardo, A. R., Quevedo, J., Réus, G. Z., & Ignácio, Z. M. 2021. Impact of COVID-19 in the mental health in elderly: psychological and biological updates. *Molecular Neurobiology*, 58(5), 1905-1916.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo. Retirado de: <https://censo2022.ibge.gov.br/2012-agencia-de-noticias/noticias/24036-idosos-indicam-caminhos-para-uma-melhor-idade.html>.
- Levkovich, I., Shinan-Altman, S., Essar Schwartz, N., & Alperin, M. 2021. Depression and health-related quality of life among elderly patients during the COVID-19 pandemic in Israel: a cross-sectional study. *Journal of Primary Care & Community Health*, 12, 2150132721995448.
- Moraes, E. N. D. 2012. Atenção à saúde do idoso: aspectos conceituais. 92.
- Oliveira, W. A. D., Silva, J. L. D., Sampaio, J. M. C., & Silva, M. A. I. 2017. Saúde do escolar: uma revisão integrativa sobre família e bullying. *Ciência & saúde coletiva*, 22, 1553-1564.
- Organização Mundial de Saúde. 2020. Discurso de abertura do Diretor-Geral da OMS na coletiva de imprensa sobre COVID-19, 11 de março de 2020. Retirado de:
- Ornell, F. E. L. I. P. E., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. 2020. Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. *Debates em Psiquiatria*, 10(2), 12-16.
- Resende, J. O., de Resende, F. M., Assunção, R. S., & Quadros, K. A. N. 2015. Assistência do enfermeiro ao idoso na estratégia de saúde da família. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, 5(3).
- Sacco, G., Llèonart, S., Simon, R., Noublanche, F., Annweiler, C., & TOVID Study Group. 2020. Communication technology preferences of hospitalized and institutionalized frail older adults during COVID-19 confinement: cross-sectional survey study. *JMIR mHealth and uHealth*, 8(9), e21845.
- Sena, L. B., Sardinha, A. H. D. L., Mesquita, L. L. S. D., Sousa Neto, R. D. A., Silva, C. G. D., & Chaves, R. G. R. 2016. Conhecimento do enfermeiro sobre políticas de saúde da pessoa idosa. *Rev. enferm. UFPE on line*, 1459-1465.
- Soares, C. B., Hoga, L. A. K., Peduzzi, M., Sangaleti, C., Yonekura, T., & Silva, D. R. A. D. 2014. Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 48, 335-345.
- Strabelli, T. M. V., & Uip, D. E. 2020. COVID-19 e o Coração. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, 114, 598-600.
- Tavares, R. E., Camacho, A. C. L. F., & Mota, C. P. D. 2017. Ações de enfermagem ao idoso na estratégia saúde da família: revisão integrativa. *Rev. enferm. UFPE on line*, 1052-1061.
- Viana, S. A. A., de Lima Silva, M., & de Lima, P. T. 2020. 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*, 3(1).
- Wong, S. Y. S., Zhang, D., Sit, R. W. S., Yip, B. H. K., Chung, R. Y. N., Wong, C. K. M., ... & Mercer, S. W. 2020. Impact of COVID-19 on loneliness, mental health, and health service utilisation: a prospective cohort study of older adults with multimorbidity in primary care. *British Journal of General Practice*, 70(700), e817-e824.

\*\*\*\*\*