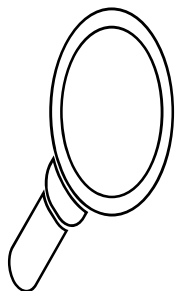
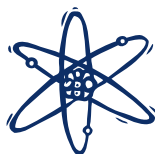


Capítulo

4



O IDOSO E O IMPACTO DO ISOLAMENTO SOCIAL DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19



O IDOSO E O IMPACTO DO ISOLAMENTO SOCIAL DURANTE A PANDE- MIA DO COVID-19

THE ELDERLY AND THE IMPACT OF SOCIAL ISOLATION DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Nayara Aires da Rocha¹

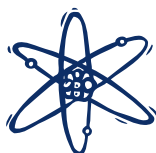
Celso Arai Filho²

Clovis Akira Arai³

Celso Massayuki Arai⁴

Resumo: Uma doença respiratória detectada na cidade de Wuhan, na China, intitulada COVID-19 se espalhou rapidamente por todo o mundo levando a Organização Mundial da Saúde a decretar Emergência Internacional de Saúde Pública. O impacto que a pandemia causou na vida de muitas pessoas com a exposição ao vírus direta ou indiretamente, devido às medidas de isolamento social, acarretou um grande prejuízo à saúde mental da população com destaque aos idosos, pois a solidão e o isolamento se tornaram maiores entre estes do que em outras faixas etárias. Desta forma, este artigo buscou identificar o impacto do isolamento social na saúde dos idosos durante a pandemia da Covid-19 através de uma revisão de literatura. A busca de trabalhos relevantes a respeito do tema foi realizada através das bases de dados Pubmed, Scielo, Periódicos Capes e Biblioteca Virtual em saúde. Para isto,

-
- 1 UNILA
 - 2 UNILA
 - 3 UNILA
 - 4 PUC



Estimulando pesquisadores

foram analisados 28 artigos e ao final da análise 8 artigos foram selecionados com relatos importantes para compor o presente estudo. Após a análise dos mesmos foi possível verificar que os idosos foram mais prejudicados em meio ao isolamento social, pois além dos fatores de risco físicos e de saúde, são mais propensos aos riscos psicológicos como a solidão e suas consequências.

Palavras-Chave: Pandemia; Idoso; Covid-19; Isolamento social.

Abstract: A respiratory disease detected in the city of Wuhan, China, entitled COVID-19 has spread rapidly around the world prompting the World Health Organization to enact an International Public Health Emergency. The impact that the pandemic caused in the lives of many people with exposure to the virus directly or indirectly, due to social isolation measures, caused a great damage to the mental health of the population, especially the elderly, as loneliness and isolation became greater among these than in other age groups. Thus, this article sought to identify the impact of social isolation on the health of the elderly during the Covid-19 pandemic through a literature review. The search for relevant works on the subject was carried out through the Pubmed, Scielo, Capes Periodicals and Virtual Health Library databases. For this, 28 articles were analyzed and at the end of the analysis 8 articles were selected with important reports to compose the present study. After analyzing them, it was possible to verify that the elderly were more harmed in the midst of social isolation, as in addition to physical and health risk factors, they are more prone to psychological risks such as loneliness and its consequences.

Keywords: Pandemic; Elderly; Covid-19; Social isolation

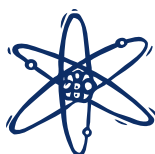


INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, um surto do coronavírus na China manteve todos os olhares do mundo voltados para si, em virtude do SARS-COV-2 responsável pela pandemia COVID-19, que rapidamente se espalhou para todo o globo e foi considerada uma das maiores crises sanitárias. Devido a isso, em janeiro de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) decretou Emergência Internacional de Saúde Pública por conta da alta taxa de infectados (VELAVAN & MEYER, 2020). Desde então, o número de infectados cresce a cada momento podendo ser acompanhado em tempo real através do painel da Universidade Johns Hopkins e demais fóruns (ArcGIS Dashboards, 2020).

Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), as pessoas idosas e aquelas que possuem morbidades como problemas cardíacos, respiratórios, diabetes, câncer, imunossupressões, dentre outras, possuem maior risco de ficarem gravemente doentes. No entanto, qualquer pessoa pode contrair a doença e desenvolver um quadro grave, e por isso a população foi imposta ao isolamento social e automaticamente restringiu suas rotinas evitando ao máximo sua exposição ao vírus, o que os levou às consequências de outros problemas de saúde relacionados ao isolamento, como estresse, solidão, depressão e outros transtornos (JESTE et al., 2020; SHRIRA et al., 2020).

O distanciamento social e físico é definido como a criação intencional de espaço entre as pessoas ou a limitação do contato entre elas com o objetivo de diminuir a disseminação da doença (MARAGAKIS, 2020). E em meio ao grupo de pessoas com maior risco de vida, os idosos, indivíduos com 60 anos ou mais segundo a classificação da OMS, são destacados como mais vulneráveis (BEZERRA et al., 2021). Haja vista que, os idosos já correm maior risco de apresentarem condições ruins de saúde física e mental relacionados ao isolamento social e a solidão e a pandemia aumentou exponencialmente esse risco. Além do impacto usual do isolamento social e solidão em adultos mais velhos, pode ocorrer a exacerbação dos sentimentos negativos induzidos pelo medo de contrair o vírus, frustração e tédio, falta de suprimentos, informações enganosas e dificuldades financeiras (HARDEN et al., 2020).



Estimulando pesquisadores

Frente a isso, o isolamento social destacou-se como um problema de saúde pública, definido como estado no qual os idosos experimentam cada vez menos o envolvimento com outras pessoas interferindo de forma negativa na qualidade de vida diária dos mesmos, pois já sofriam os efeitos da exclusão social devido ao envelhecimento e suas restrições (BEZERRA et al., 2021). Desta forma, a assistência e o acompanhamento dos idosos tornaram-se necessários para avaliar o risco de alterações na saúde a fim de fornecer cuidados de qualidade durante o isolamento e novos métodos de interação. Destarte, o objetivo deste trabalho foi situar os demais leitores quanto ao contexto do comportamento social do idoso e suas consequências em meio ao período de pandemia e isolamento social.

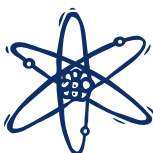
METODOLOGIA

Para a realização do presente trabalho, que consiste em uma revisão da literatura, algumas etapas foram pré-determinadas: elaboração da questão de pesquisa e os objetivos da mesma, definição dos critérios de inclusão e das informações a serem observadas e extraídas dos artigos selecionados, análise dos resultados obtidos e a conclusão de todo o apanhado.

Para iniciar a pesquisa foram realizadas buscas de artigos científicos relevantes sobre o tema no período de junho de 2021 através das bases de dados: Pubmed, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Periódicos Capes e Biblioteca Virtual em saúde. Para isto, foram utilizados os seguintes descritores e termos de busca: Coronavirus AND social isolation, Coronavirus OR Pandemic, Coronavirus AND idosos.

Foram definidos como critérios de inclusão: artigos online, full text, nos idiomas português, inglês e espanhol publicados até 31 de maio de 2021. Como critério de avaliação foram utilizados aspectos relacionados ao objetivo da pesquisa, tipo de estudo, resultados relevantes e análise de referências.

Após a seleção de todos os artigos, realizou-se a leitura e análise dos mesmos destacando seus principais pontos e contribuições. Os artigos não enquadrados nos critérios de inclusão e que não



abordavam o objetivo da pesquisa foram eliminados do estudo.

O processo de extração e análise de dados foi realizado de forma descritiva através da elaboração de uma tabela para melhor visualização, seleção e análise de informações contemplando os seguintes itens: autores do artigo, título do artigo, ano de publicação e principais impactos relatados no trabalho.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As buscas nas bases de dados resultaram em 28 artigos previamente selecionados. Após análise dos mesmos, de acordo com os critérios de inclusão previamente estabelecidos, 8 artigos foram selecionados para compor a amostra final do presente estudo. Os trabalhos selecionados incluíram artigos originais e de revisão, os quais relatam sobre o isolamento social, saúde mental e impactos causados nos idosos em meio à pandemia e suas alterações no próprio comportamento (tabela 1).

Tabela 1. Artigos selecionados através das bases de dados Pubmed, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Periódicos Capes e Biblioteca Virtual em saúde.

| Autores | Título | Ano | Principais impactos |
|----------------------------------|--|------------|---|
| Paschoal, Sergio Márcio Pacheco. | Qualidade de vida na velhice. | 2002 | Qualidade de vida; idosos; grupos; atividade. |
| Harden, et al. | COVID-19 Shines a Spotlight on the Age-Old Problem of Social Isolation. | 2020 | Covid-19; isolamento social e solidão. |
| Shrira, et al. | COVID-19-Related Loneliness and Psychiatric Symptoms Among Older Adults: The Buffering Role of Subjective Age. | 2020 | Covid-19; solidão; sintomas psiquiátricos; idade subjetiva. |



Estimulando pesquisadores

| | | | |
|----------------------------|---|------|---|
| Oliveira, Letícia Menezes. | Solidão na senescência e sua relação com sintomas depressivos: revisão integrativa. | 2019 | Envelhecimento; saúde do idoso; solidão; depressão. |
| Kalache et al. | Aging and inequalities: social protection policies for older adults resulting from the Covid-19 pandemic in Brazil. | 2020 | Envelhecimento; desigualdade. |
| Stephan et al. | Determinants and implications of subjective age across adulthood and old age. | 2018 | Sintomas psiquiátricos; idade subjetiva. |
| Usher et al. | The COVID-19 pandemic and mental health impacts. | 2020 | Covid-19; pandemia; isolamento social. |
| Jeste et al. | Battling the modern behavioral epidemic of loneliness: Suggestions for research and interventions. | 2020 | Covid-19; isolamento social; fatores de risco. |

Para Paschoal (2002) acima de tudo, precipuamente ser idoso não está relacionado à perda da qualidade de vida, o envelhecer pode ser analisado por duas formas, por uma baixa e alta qualidade de vida podendo afastar ou aproximar ambos os extremos. Além disso, acredita que o que faz os idosos criarem esta relação entre idade e qualidade de vida é a sua perspectiva em relação à saúde, pois esta é de grande importância para os mesmos, que a determinam como fator chave para viver bem. No entanto, além do fator saúde, deve-se considerar que é nessa fase da vida que ocorrem diversas mudanças sociais (aposentadoria, viuvez, dependência, perda de autonomia e de papéis sociais, diminuição da rede social de apoio, dentre outras), que também se caracterizam como impedimentos de uma vida com maior qualidade.

Segundo a OMS, a população idosa é mais suscetível ao covid-19, por conta do agravamento do quadro e sua velocidade, havendo assim o aumento das taxas de mortalidade (NERI, 2020). Segundo o Ministério da Saúde (MS), a maior taxa de óbitos notificados no Brasil engloba pessoas acima de 60 anos, do sexo masculino e de cor parda. O estudo do Imperial College Of London destacou os desafios que a pandemia traz ao mundo, principalmente aos países de média e baixa renda,



Estimulando pesquisadores

referente às políticas públicas de saúde, onde a falta de políticas públicas voltadas ao envelhecimento ativo e de forma saudável, com uma promoção em saúde e participação da população para proteção dos idosos (KALACHE et al., 2020) reflete diretamente no atual momento em que vivemos onde os idosos compõem o grupo que mais sofre em meio ao isolamento. Além disso, sabe-se que a população está vivendo cada vez mais, porém o idoso da nova era está mais suscetível às doenças crônicas, o que os tornam dependentes do acesso ao sistema de saúde e à informação constante advinda de familiares e amigos (OLIVEIRA, 2019).

Normalmente, as pessoas tendem a se sentir ansiosas e inseguras em meio às mudanças repentinas em suas vidas, o que acaba influenciando sua saúde mental e física. No caso do isolamento social necessário imposto pelas autoridades durante a pandemia covid-19, as pessoas ficaram sujeitas ao aumento nos sentimentos de medo e ansiedade, sensação de prisão e perda de controle, os quais podem potencialmente exceder as condições físicas e psicológicas (USHER et al., 2020). Sobremaneira, torna-se nítido o motivo pelo qual o início da pandemia e a obrigação ao isolamento afetam com maior gravidade aos idosos, especialmente aqueles que estão chegando ao fim da vida.

Sabe-se que o distanciamento social é necessário durante o atual momento que o mundo vive e que, além disso, também é um grande fator para uma vida solitária evidenciada por mudanças socioambientais, restrições de comunicação e contato social. O que corrobora com os demais sintomas já relacionados ao processo de envelhecimento natural, como o medo, ansiedade, solidão e alterações no comportamento dos idosos (HARDEN et al., 2020; SHRIRA, et al., 2020) fortalecendo ainda mais a baixa autonomia, falta de comunicação familiar e pouco suporte estrutural dos mesmos (NESTOLA, 2020).

A necessidade de permanecer em estrito isolamento por mais tempo do que outras faixas etárias colaborou com o aumento no sentimento de solidão que pode ser especialmente grave para os idosos (VAHIA et al., 2020). Por sua vez, a solidão é definida de muitas maneiras, mas essencialmente envolve uma falta de conexão psicológica com outro “ser”, resultando em sofrimento emocio-



Estimulando pesquisadores

nal e sentimentos negativos percebidos por si. Além disso, a solidão está associada à diminuição da resistência à infecção, declínio cognitivo, depressão e demência (LANDEIRO et al., 2017). Harden e colaboradores (2020) também relataram dificuldades em meio às hospitalizações, onde o problema mais significativo que afetava a família era a comunicação prejudicada entre a família e a equipe de saúde, bem como a incapacidade dos pacientes de se comunicarem com seus familiares, ou seja, sua rede de apoio. Essa alteração na comunicação gerou frustração e aumento do estresse contribuindo para o isolamento social.

Oliveira (2019) relata que os idosos e pessoas do sexo feminino possuem maiores riscos para sensação de solidão, acarretando pensamentos depressivos. A solidão reflete o sofrimento subjetivo devido às discrepâncias entre o impedimento das relações sociais desejadas e percebidas. Estes sentimentos de solidão e isolamento social podem levar a consequências desastrosas, como depressão, ansiedade, morbidade física e mortalidade com resultados comparáveis a outros fatores de risco, como tabagismo, falta de exercícios, obesidade e pressão alta (JESTE et al., 2020; LANDEIRO et al., 2017). Esses achados enfatizam a importância de avaliar rapidamente os efeitos da solidão e o comportamento entre os idosos durante a pandemia da covid-19.

Stephan et al., (2018) evidenciaram em seu estudo que os adultos mais velhos com uma idade subjetiva (psicológica) mais avançada eram mais propensos a uma infinidade de resultados adversos à saúde, como maior suscetibilidade aos efeitos do estresse, maior risco às deficiências físicas e mortalidade. Afirmando, desta forma, que a idade subjetiva pode potencialmente moderar os efeitos da solidão sobre os sintomas psiquiátricos, visto que uma identidade de idade mais avançada pode refletir a internalização dos estereótipos negativos da idade. Assim, sentir-se velho indica ver-se como fraco e ver a solidão como uma parte inevitável do envelhecimento, inibindo assim os comportamentos de enfrentamento quando em auto-isolamento. Em segundo lugar, condições de saúde negativas que acompanham a velhice subjetiva, como infecções e comportamentos de risco à saúde, podem agravar os efeitos nocivos da solidão quando existe uma identidade de velhice. Nessa perspectiva, Shrira et



Estimulando pesquisadores

al. (2020) confirmaram a relação entre a solidão devido à pandemia de covid-19 e a idade subjetiva concluindo que a associação entre solidão e sintomas psiquiátricos foi significativa e robusta apenas entre os participantes com idades subjetivas mais velhas.

Assim, esta evidência de que a idade subjetiva pode oferecer alguma direção em identificar idosos com alto risco para os efeitos da solidão é de grande valia em meio ao caos vivido durante a pandemia e deve ser constantemente avaliada. Haja vista que, os estereótipos, a incerteza entre o envelhecimento normal e subjetivo ou patológico e a desatenção aos sintomas gerados através do sentimento de solidão retardam ou impedem condutas e tratamentos, o que pode ter consequências negativas, para a qualidade de vida dos idosos e de seus familiares (PASCHOAL, 2002; SHRIRA et al., 2020).

Desta forma, por estarem em destaque no grupo de risco, os idosos buscaram aprender sobre a tecnologia em meio à pandemia, para tentar preencher o vazio imposto pelo sentimento de solidão, mas também pela necessidade diária de comprar medicamentos nas farmácias, alimentos no supermercado e solicitar serviços gerais. Para promover a saúde física e mental, as relações sociais podem ter um papel positivo na vida do idoso sendo de grande valia a utilização da tecnologia, com a utilização de telefones e chamadas de vídeo, a favor da aproximação de entes queridos durante este período crítico a fim de reforçar os efeitos terapêuticos frente ao sentimento de solidão (JESTE et al., 2020). Haja vista que muitos idosos sofrem a falta de contato com seus familiares.

Igualmente, Harden et al. (2020) afirmam que a pandemia covid-19 apresenta desafios para os pacientes, famílias e todos os envolvidos. Os riscos impostos pelo isolamento social e problemas de saúde tornaram-se fatores determinantes para estimular novos métodos de interação. Logo, é necessário estar ciente do impacto do isolamento social e reconhecer os sintomas advindos do isolamento, como a solidão para que seja possível reduzir o risco e permitir uma intervenção precoce. Destaca também a importância do apoio social na prevenção de efeitos negativos que podem ser realizados através de serviços virtuais e socialmente distantes, conforme apropriado e disponível que devem per-



Estimulando pesquisadores

durar após a pandemia, pois o isolamento e solidão são desafios frequentes entre a população idosa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através desta pesquisa foi possível concluir que os idosos foram mais prejudicados em meio ao isolamento social, diante da pandemia da Covid-19. Pois, além dos fatores de risco físicos e de saúde, são mais propensos aos riscos psicológicos como a solidão e suas consequências. Diante disso, é necessário maior cuidado e atenção para garantir a prevenção e intervenção ao sofrimento. Haja vista que, os idosos precisam de apoio, tanto familiar como de amigos ou cuidadores.

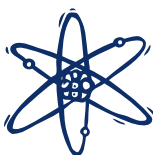
Diante do momento atual tornou-se necessário o uso da tecnologia, para ligações e chamadas de vídeo, como prevenção e possível intervenção visando socializar com esse grupo e impedir maiores efeitos negativos relativos ao isolamento. Desta forma, é de suma importância que este grupo seja assistido através da interação com a família, amigos e cuidadores de forma segura para proporcionar um vínculo constante que favoreça o crescimento da sua autonomia, segurança e compartilhamento de informações e vivências proporcionando uma boa qualidade de vida aos idosos e evitando o seu adoecimento.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ArcGIS Dashboards. Disponível em: <<https://gisanddata.maps.arcgis.com/apps/dashboards/bda-7594740fd40299423467b48e9ecf6>>. Acesso em: 4 jun. 2021.

Folha informativa sobre COVID-19 - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19>>. Acesso em: 30 maio 2021.

HARDEN, K. et al. COVID-19 Shines a Spotlight on the Age-Old Problem of Social Isolation. Jour-



nal of Hospice & Palliative Nursing, v. 22, n. 6, p. 435 – 441, 2020.

Jeste DV, Lee EE, Cacioppo S: Battling the modern behavioral epidemic of loneliness: Suggestions for research and interventions. JAMA Psychiatry 2020 Mar 4

KALACHE, A. et al. Aging and inequalities: social protection policies for older adults resulting from the Covid-19 pandemic in Brazil. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 23, n. 6, 2020.

Landeiro F, Barrows P, Nuttall Musson E, Gray AM, Leal J. Reducing social isolation and loneliness in older people: a systematic review protocol. BMJ Open. 7(5):e013778, 2017.

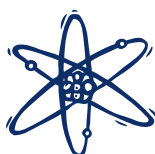
Maragakis LL. Coronavirus, social and physical distancing and self-quarantine. Disponível em: Hopkinsmedicine.org.<https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/coronavirus/coronavirussocial-distancing-and-self-quarantine>. Acesso em: 10 jul. 2020.

NERI, M. Onde estão os idosos? Conhecimento contra o Covid-19. FGV SOCIAL, abril/2020. Disponível em: 14 <https://www.cps.fgv.br/cps/bd/docs/Sumario-Executivo-Covidage-FGV-Social-Marcelo-Neri.pdf>. Acesso em: 10 jul. 2020.

NESTOLA, T. et al. COVID-19 and Intrinsic Capacity. J. Nutr. Health Aging, v. 24, p. 692–695, 2020.

OLIVEIRA, Leticia Menezes de et al. Solidão na senescência e sua relação com sintomas depressivos: revisão integrativa. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol, v. 22, n. 6, p. e190241, 2019.

OLIVEIRA, Vinícius Vital de et al. Impactos do isolamento social na saúde mental de idosos durante



Estimulando pesquisadores

a pandemia pela Covid-19. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 1, p. 3718-3727, 2021.

NUNES PA, MOURA JW, MOURA LB. Envelhecimento e isolamento social: uma revisão integrativa. *Acta Paul Enferm.* 34:eAPE02661, 2021..

PASCHOAL, Sérgio Márcio Pacheco. Qualidade de vida na velhice. *Tratado de geriatria e gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 79-84, 2002.

SHRIRA, A. et al. COVID-19-Related Loneliness and Psychiatric Symptoms Among Older Adults: The Buffering Role of Subjective Age. *Am J Geriatr Psychiatry*, v. 28, n. 11, p. 1200-1204, 2020.

STEPHAN, Yannick et al. Determinants and implications of subjective age across adulthood and old age. *The Oxford handbook of integrative health science*, v. 3, p. 87-96, 2018.

USHER, Kim; DURKIN, Joanne; BHULLAR, Navjot. The COVID-19 pandemic and mental health impacts. *International Journal of Mental Health Nursing*, v. 29, n. 3, p. 315, 2020.

Vahia IV, Blazer DG, Smith GS, et al: COVID-19, mental health and aging: A need for new knowledge to bridge science and service. *Am J Geriatr Psychiatry* 2020 Mar 25.

Velavan TP, Meyer CG. A epidemia de COVID-19. *Trop Med Int Health.* 25(3): 278-280, 2020.

