

CAPÍTULO 21

COVID-19 E AS IMPLICAÇÕES NA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL

Palavras-chave: COVID-19; Saúde mental; Isolamento social.

LAURA BETTONI DELATORRE¹
GABRIEL FIORIO GRANDO²

¹Discente - Medicina - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS).

²Discente - Medicina - Universidade Luterana do Brasil (ULBRA).

INTRODUÇÃO

Sabe-se que, com a pandemia do SARS-CoV-2, foi necessário um isolamento social na população mundial, com intuito de conter a disseminação do vírus. Dessa forma, os idosos passaram a ficar mais tempo longe de seus amigos e de familiares e isso, consequentemente desenvolveu interferências na saúde mental desse grupo populacional. Estudos realizados no período pandêmico demonstram que as alterações ocorridas na vida dos idosos tiveram grandes impactos nos aspectos psiquiátricos desse grupo, visto que o convívio social e a liberdade de ir e vir foram extremamente limitados.

Além disso, ressalta-se que o elevado número de mortes faz com que os idosos fiquem cada vez mais assustados e ansiosos, inclusive por estarem presenciando eventos de falecimento de pessoas próximas e de conhecidos. Eles têm a consciência de que participam de um grupo vulnerável, o qual está exposto a efeitos mais graves da doença, sendo esse um fator que agrava o desenvolvimento de transtornos na saúde mental.

Assim, o presente estudo tem por objetivo realizar uma revisão da literatura, a qual é narrativa, de publicações científicas que exploram as alterações na saúde mental de idosos em isolamento social durante a pandemia da COVID-19.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão da literatura realizada no ano de 2020 por meio de pesquisas nas bases de dados da plataforma PubMed. Foram usados os descritores: “COVID-19” e “*older people*”, ou “*suicide*”, ou “*isolation*”, ou “*focus on older people*”, ou “*social disconnection*”, ou “*care needs*”, ou “*pandemic*”. Dessa busca, foram encontrados dez artigos científicos, os quais, posterior-

mente, foram submetidos a critérios de seleção.

As publicações foram selecionadas com base nos critérios: apresentar as palavras “*old*” e “*elder*” e suas possíveis conjugações no título, ter sido publicada a partir de 2019 e relatar alterações na saúde mental de idosos durante o isolamento social relacionado à pandemia.

Ademais, três artigos de referência foram selecionados de um grupo de dez pré-selecionados, e mais dois artigos por pesquisa livre, cumprindo novamente os critérios de seleção citados anteriormente. Sendo assim, a revisão da literatura totalizou quinze publicações científicas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com a intenção de reduzir as taxas de infectados pela COVID-19 e a consequente sobrecarga de leitos hospitalares, os governos adotaram políticas como o isolamento social e quarentena.

Em razão da vulnerabilidade de idosos a casos graves da doença, eles, principalmente, foram alertados a ficar em casa. Por esse motivo, a sobrecarga do sentimento de solidão em razão do isolamento social tem mostrado declínio de cognição e alterações na saúde mental da população idosa. O ambiente pandêmico de distanciamento social coloca os idosos em alto risco de angústia, depressão e ansiedade (YANG *et al.*, 2020) com consequente vulnerabilidade ao suicídio, em razão de um elevado sentimento de desconexão da sociedade, distância física e perda de oportunidades usuais (WAND *et al.*, 2020). É importante ressaltar que tais mudanças aumentam os níveis de cortisol, causando piora na qualidade do sono e alterações de peso corporal e do sistema imune (SANTINI *et al.*, 2020). Esses efeitos pró-inflamatórios podem deixar ainda mais suscetível a infecção dessa

população pelo SARS-CoV-2 (JAWAID, 2020).

Assim, nota-se que as relações sociais são imprescindíveis para o bem-estar e para a saúde, especialmente para as pessoas idosas. Sendo assim, a privação de atividades usuais envolvidas no contexto de isolamento social concebe um aumento dos fatores de risco para doenças mentais (DONAVAN, 2020).

Essa é uma realidade, pois houve a supressão do contato social que ocorria durante as atividades realizadas como as compras no mercado, a participação em grupos da comunidade e outras atividades de rotina (BROOKE & JACKSON, 2020). Nesse aspecto, estudos revelam que o isolamento social está fortemente ligado, também, ao declínio cognitivo, além de reduzir fatores de resiliência como a autovalorização (WEBB, 2020). É extremamente traumático para os idosos conviver com a incerteza sobre assuntos relacionados à doença e com a perda do sentimento de liberdade. Desse modo, são comuns relatos de experimento de diversas emoções após a imposição do isolamento social (GIRDHAR *et al.*, 2020).

Ademais, é notório que a pandemia pode levar a uma exacerbação de fobias, como transtorno obsessivo compulsivo. Em idosos, são comuns alguns sintomas como medo de contrair a infecção, medo da morte, medo de ser necessária uma separação da família, insônia, pesadelos, sintomas de ansiedade generalizada, compulsão por lavar as mãos, sintomas de estresse pós-traumático. Ainda, podem ocorrer exacerbações de doenças crônicas já existentes, como problemas cardíacos, hipertensão e diabetes (GIRDHAR *et al.*, 2020), tendo em vista que muitos idosos ficaram sem receber serviços médicos necessários para suas doenças crônicas pré-existentes, em razão dos serviços de rotina sofrerem cancelamentos em muitos hospitais.

Em especial no período pandêmico, o discurso discriminante etário parece implicar

que a perda de uma vida idosa não é tão importante quanto a de outras faixas etárias, o que afeta de forma nociva a saúde mental da população idosa (BROOKE & JACKSON, 2020). Também, durante a quarentena, deve-se ter atenção voltada aos idosos portadores de deficiência como o uso de máscara e luvas de proteção pode ser uma prática desafiadora, visto que aqueles com limitações sensoriais podem ter sua capacidade de comunicação reduzida. Um exemplo disso é o uso de luvas de proteção por idosos que possuem deficiência visual e usam o tato para habilidades como ler, comunicar-se e identificar o que o cerca, o qual é provável de ser dificultado (PETRETTO & PILI, 2020).

Em relação à suscetibilidade a casos graves da infecção pelo SARS-CoV-2 e de seus efeitos adversos, a população idosa é a mais afetada. Para pacientes acima de 50 anos, o risco do desenvolvimento de um caso grave à infecção por COVID-19 aumenta gradativamente, além de que para 27% dos infectados acima dos 65 anos ocorrem as apresentações mais severas da infecção por COVID-19. Na China, percebeu-se que durante a pandemia, o Hospital de Pessoas Orientais Xuzhou relatou um aumento de 25% na incidência de esquizofrenia, sendo que a faixa etária de 50 a 64 anos foi a mais atingida. O hospital analisou dados ambulatoriais do mês de janeiro de 2020, que foram comparados com dados de 2017 a 2019. Os resultados confirmaram a prévia observação e sugeriram um aumento incomum de casos novos de esquizofrenia em um curto período (HU *et al.*, 2020). Tais dados evidenciaram que os efeitos adversos do isolamento podem ser atribuídos à população mais velha (ARMITAGE & NELLUMS, 2020).

Embora solidão e depressão resultem ou coexistam com o isolamento social, elas representam apenas a “ponta do iceberg”. A redução da estimulação cognitiva, pelo contexto do distanciamento social, pode estar

relacionada também com outros sintomas como demência (STEINMAN *et al.*, 2020). De forma que o isolamento social está associado a um risco maior de 50% dos indivíduos desenvolverem demência, aproximadamente 30% de chance de evolução de doença coronariana e uma probabilidade de mais de 26% nas causas gerais de morte (DONOVAN, 2020).

CONCLUSÃO

Embora idosos estejam muito suscetíveis à infecção por COVID-19, seus cuidados mentais não devem ser esquecidos. A prevalência dos riscos do isolamento social durante a pandemia exige elementos para prevenção de alterações na saúde mental, além da redução da vulnerabilidade ao suicídio. Promover acesso à informação acurada, reduzir o sentimento de isolamento através da tecnologia e o desenvolvimento da telemedicina são elementos comuns para garantir a saúde no seu amplo espectro semântico aos idosos (WAND *et al.*, 2020).

Portanto, para que os casos de transtornos mentais possam ser diminuídos, é indubitável que os familiares, amigos e cuidadores de idosos promovam sensações de segurança tanto psicológica quanto física e redução de emoções desagradáveis relacionadas aos medos (GIRDHAR *et al.*, 2020). Assim, significativas conversas ao telefone, que garantam a saúde mental, física e social, além de questionamentos em referência a saber se os idosos sabem como pedir ajuda caso necessitem, tornam-se imprescindíveis (BROOKE & JACKSON, 2020). Agora, mais do que nunca, é importante que seja assegurada a efetiva promoção de saúde e bem-estar aos idosos (BAKER & CLARK, 2020).

Entretanto, deve se ater às possíveis dificuldades encontradas pela população idosa ao substituir o contato pessoal pelas tecnologias. São comuns, nesse grupo populacional, a

perda da audição, a cognição prejudicada e a não familiaridade com as novas formas de comunicação, as quais podem comprometer a habilidade de uso efetiva dessas modalidades (STEINMAN *et al.*, 2020). Relacionado a isso, ainda não se encontrou evidência da efetividade da videochamada, porque os resultados foram incertos na redução de sintomas depressivos (NOONE *et al.*, 2020). Por isso, devem ser buscadas alternativas individuais para alívio das alterações mentais nos idosos.

Por fim, na atualidade, torna-se necessária a conscientização, especialmente, para que aconteça uma melhoria em aspectos relativos a transtornos psíquicos dos idosos. Sendo assim, são fundamentais os esforços de psiquiatras e de psicólogos, os quais devem estar preparados para lidar com o risco emergente de doenças mentais causadas pela pandemia da COVID-19 (HU *et al.*, 2020). A atuação de equipes interdisciplinares é essencial. Portanto, necessita-se que redes de atenção psicossociais ajam com uma maior eficácia, salientando a importância do idoso e relatando a esse grupo populacional que esse será um período passageiro (MORROW-HOWELL *et al.*, 2020).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARMITAGE, R. & NELLUMS, L. B. COVID-19 and the consequences of isolating the elderly. *The Lancet Public Health* 5, e256, 2020.

BAKER, E. & CLARK, L. L. Biopsychopharmacosocial approach to assess impact of social distancing and isolation on mental health in older adults. *British Journal of Community Nursing* 25, 231, 2020.

BROOKE, J. & JACKSON, D. Older people and COVID-19: Isolation, risk and ageism. *Journal of Clinical Nursing* 29, 2044, 2020.

DONOVAN, N. J. Timely Insights Into the Treatment of Social Disconnection in Lonely, Homebound Older Adults. *American Journal of Geriatric Psychiatry* 28, 709, 2020.

GIRDHAR, R.; SRIVASTAVA, V.; SETHI, S. Managing mental health issues among elderly during COVID-19 pandemic. *Journal of Geriatric Care and Research* 7, 29, 2020.

HU, W. *et al.* COVID-19 outbreak increased risk of schizophrenia in aged adults. [ChinaXiv:2020-03.00003], 2020.

JAWAID, A. Protecting older adults during social distancing. *Science* 368, 145, 2020.

MORROW-HOWELL, N, *et al.* Recovering from the COVID-19 Pandemic: A Focus on Older Adults. *Journal of Aging and Social Policy* 32, 526, 2020.

NOONE, C. *et al.* Video calls for reducing social isolation and loneliness in older people: A rapid review. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 5, 1, 2020.

PETRETTO, D. R. & PILI, R. Ageing and COVID-19: What is the role for elderly people? *Geriatrics (Switzerland)* 5, 2020.

SANTINI, Z. I. *et al.* Social disconnectedness, perceived isolation, and symptoms of depression and anxiety among older Americans (NSHAP): a longitudinal mediation analysis. *The Lancet Public Health* 5, e62, 2020.

STEINMAN, M. *et al.* Meeting the Care Needs of Older Adults Isolated at Home during the COVID-19 Pandemic. *JAMA Internal Medicine* 180, 819, 2020.

WAND, A. P. F. *et al.* COVID-19: The implications for suicide in older adults. *International Psychogeriatrics* 32, 1225, 2020.

WEBB, L. COVID-19 lockdown: A perfect storm for older people's mental health. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing* 28 [published online ahead of print, 2020 Apr 30], 300, 2020.

YANG, Y. *et al.* Mental health services for older adults in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry* 7, e19, 2020.