

Impactos do isolamento social na saúde mental de idosos durante a pandemia pela Covid-19

Impacts of social isolation on the mental health of the elderly during the pandemic by Covid-19

DOI:10.34119/bjhrv4n1-294

Recebimento dos originais: 26/01/2020

Aceitação para publicação: 26/02/2021

Vinicius Vital de Oliveira

Acadêmico de Medicina

Universidade Federal de Alagoas, UFAL

Endereço: Av. Lourival Melo Mota, s/nº, Tabuleiro do Martins, Faculdade de Medicina, Maceió - AL

E-mail: viniciusvital987@gmail.com

Lisiane Vital de Oliveira

Acadêmica de Medicina

Centro Universitário CESMAC

Endereço: Rua Cônego Machado, 984, Faculdade de Medicina, Farol, Maceió - AL

E-mail: [vitallisiane@gmail.com](mailto:vitalisiane@gmail.com)

Michele Ribeiro Rocha

Acadêmica de Medicina

Universidade Federal de Alagoas, UFAL.

Endereço: Av. Lourival Melo Mota, s/nº, Tabuleiro do Martins, Faculdade de Medicina, Maceió - AL

E-mail: michele.rocha@famed.ufal.br

Isadora Andrade Leite

Acadêmica de Medicina

Centro Universitário CESMAC

Endereço: Rua Cônego Machado, 984, Faculdade de Medicina, Farol, Maceió - AL

E-mail: isadoraandrade_1@hotmail.com

Rhosana Soriano Lisboa

Acadêmica de Medicina

Universidade Federal de Alagoas, UFAL.

Endereço: Av. Lourival Melo Mota, s/nº, Tabuleiro do Martins, Faculdade de Medicina, Maceió - AL

E-mail: rhosana86@gmail.com

Kelly Cristina Lira de Andrade

Doutora em Biotecnologia em Saúde pela Rede Nordeste de Biotecnologia - RENORBIO

Centro Universitário CESMAC

Endereço: Rua Cônego Machado, 984, Faculdade de Medicina, Farol, Maceió - AL

E-mail: kellyclandrade@gmail.com

RESUMO

A pandemia pela Covid-19 impactou a vida de muitos indivíduos, de forma direta, com a exposição ao vírus, ou indiretamente, devido às medidas de proteção como o isolamento social. Um dos maiores danos resultou em prejuízo na saúde mental, principalmente da população idosa, uma vez que o isolamento e a solidão se tornaram ainda mais presentes nesse grupo. Este artigo buscou identificar os impactos do isolamento social na saúde mental dos idosos durante a pandemia da Covid-19, através de uma revisão da literatura com base nos registros disponíveis nas bases de dados MEDLINE (via PubMed), LILACS e Biblioteca Virtual em Saúde. Como resultado, após a leitura de 178 títulos e resumos e 36 artigos completos, foram selecionados 12 artigos, os quais apontaram que as medidas de distanciamento, mudanças de rotina e a interrupção do convívio social afetam o bem-estar psicológico dos idosos. Dentre os principais impactos encontrados nessa revisão destacam-se ansiedade, depressão, estresse, alterações comportamentais, luto antecipatório, medo da morte, da perda e da dor crônica não tratada, ideação suicida e suicídio.

Palavras-chave: Coronavírus, idoso, saúde mental, isolamento social, solidão.

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic impacted the lives of many individuals, either directly, with exposure to the virus, or indirectly, due to protective measures such as social isolation. One of the greatest damages resulted in impaired mental health, especially in the elderly population, since isolation and loneliness became even more present in this group. This article sought to identify the impacts of social isolation on the mental health of the elderly during the Covid-19 pandemic, through a literature review based on the records available in the MEDLINE (via PubMed), LILACS and Virtual Health Library databases. As a result, after reading 178 titles and abstracts and 36 complete articles, 12 articles were selected, which pointed out that the distance measures, changes in routine and the interruption of social life affect the psychological well-being of the elderly. Among the main impacts found in this review are anxiety, depression, stress, behavioral changes, anticipatory grief, fear of death, loss and untreated chronic pain, suicidal ideation and suicide.

Keywords: Coronavirus, aged, mental health, social isolation, loneliness.

1 INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019 o coronavírus SARS-CoV-2 foi detectado na China e rapidamente se espalhou por diversos países, desde então, o mundo enfrenta o surto de uma nova doença infecciosa e altamente contagiosa (SIMONETTI, et al., 2021; TSAMAKIS, et al., 2020). Com o número crescente de casos e letalidades, o isolamento social precisou ser implementado como medida para conter a propagação viral (BANERJEE; RAI, 2020).

Embora a maioria dos esforços clínicos e científicos tenha sido direcionada para reduzir os efeitos do vírus sobre a saúde física, suas consequências de curto e longo prazo na saúde mental passam a ser motivo de grandes preocupações (FIORILLO, et al., 2020). À medida que a doença progride e os períodos de isolamento social são prolongados, a solidão, a raiva e os sentimentos negativos ameaçam a integridade psicológica (GROLLI, et al., 2020).

Os idosos, por sua vez, constituem o grupo mais vulnerável nesta pandemia, devido à maior suscetibilidade em desenvolverem a forma mais grave do novo coronavírus e por possuírem uma elevada associação com doenças crônicas (WU, 2020). Diante disso, o isolamento social precisou ser intensificado, mudando significativamente o ambiente e a rotina em que vivem, mesmo entre aqueles que não foram infectados (NESTOLA, et al., 2020). Como consequência, os idosos passaram a experimentar um grau de solidão incalculável, tornando-os mais propensos a transtornos mentais (D'CRUZ; BANERJEE, 2020).

Com as atuais medidas de distanciamento social em vigor, o isolamento físico e os sofrimentos mentais tornaram-se um importante problema de saúde pública, especialmente entre os idosos em todo o mundo (WONG, et al., 2020). É por isso que a pandemia pela Covid-19 representa uma forma nova, complexa e multifacetada de estressor psicossocial (FIORILLO, et al., 2020), portanto, essa revisão tem por objetivo identificar os impactos do isolamento social na saúde mental dos idosos durante a pandemia da Covid-19, com base nas evidências científicas atuais.

2 MÉTODOS

Trata-se de uma revisão da literatura com base nos artigos disponíveis nas bases de dados Medline, via PubMed, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A estratégia de busca foi construída no idioma inglês, com termos DeCs <<http://decs.bvs.br/>>, *Health of the Elderly AND Coronavirus Infection AND Mental Health AND Social Isolation*.

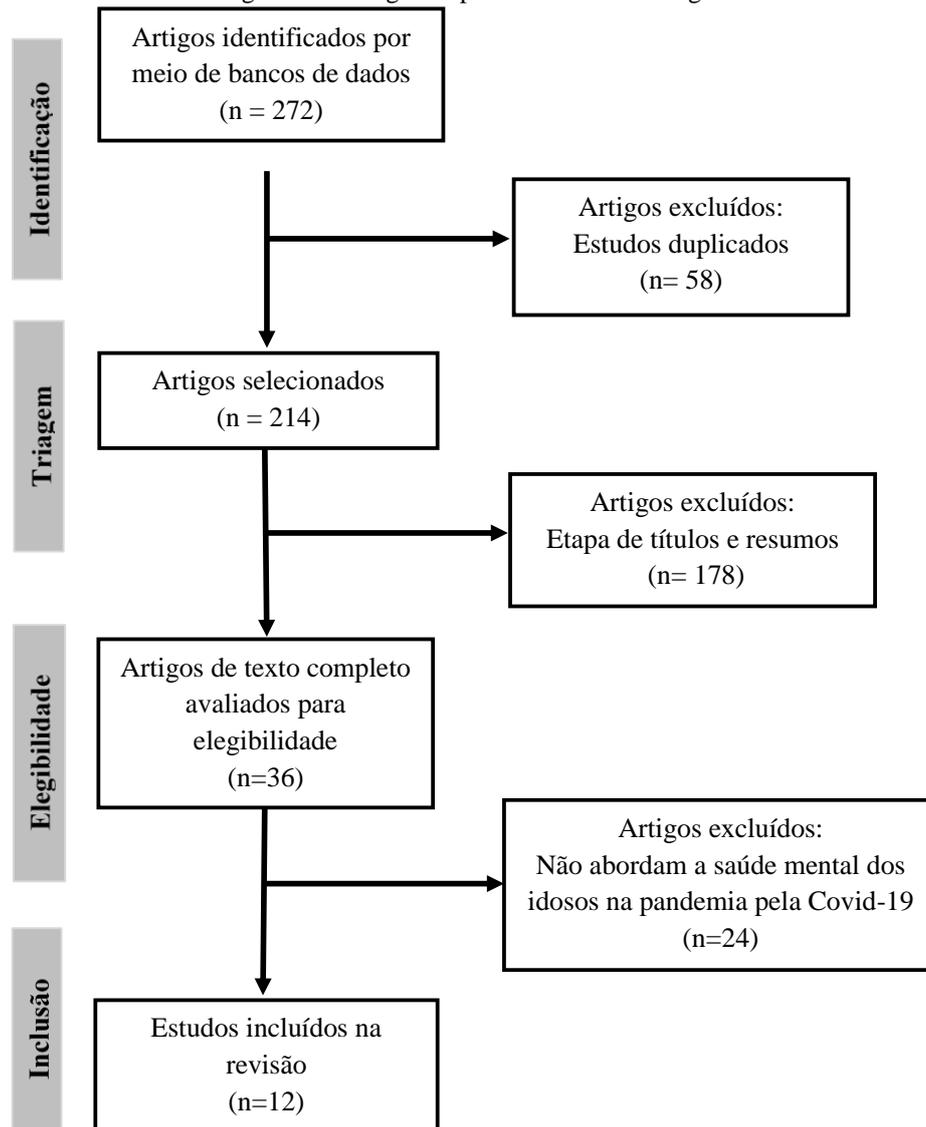
Os critérios de inclusão definidos para a primeira seleção dos artigos foram registros disponíveis *online, full text*, escritos em inglês, português ou espanhol. Excluíram-se os artigos duplicados, comunicações breves, dissertações, teses, biografias, anais de congresso, documentários, diretrizes de gestão e outras pesquisas cujo escopo não estivesse alinhado ao objetivo do estudo. Esta pesquisa incluiu artigos publicados até 26 de janeiro de 2021.

Para avaliação dos estudos, estabeleceram-se os seguintes aspectos: tipo de estudo, objetivo, resultados e conclusão. Foram estabelecidas etapas de leituras de títulos, resumos e artigos completos. Após a leitura na íntegra dos artigos, também foram excluídos os estudos que não abordavam especificamente a saúde mental dos idosos durante a pandemia por Covid-19. O processo de extração dos dados foi realizado por dois pesquisadores independentes e, caso houvesse divergência quanto à inclusão final, um terceiro pesquisador sênior era consultado para terceira análise do material, objetivando conferir maior fidedignidade às informações.

3 RESULTADOS

Dos 272 artigos encontrados, 58 foram excluídos por duplicidade, 178 excluídos na etapa de títulos e resumos e 36 selecionados para leitura na íntegra, dos quais 24 foram excluídos por não contemplarem a saúde mental dos idosos durante o isolamento social pela pandemia da Covid-19, resultando em 12 estudos incluídos na presente revisão. A **Figura 1** resume a seleção dos artigos.

Figura 1: Fluxograma para inclusão dos artigos.



Os artigos selecionados estão apresentados no **Quadro 1**, que sintetiza suas informações, metodologias e principais impactos na saúde mental dos idosos durante o isolamento social.

Quadro 1: Publicações incluídas nesta revisão.

	Autores	Data de publicação	Desenho metodológico	Principais Impactos
1	BAKER, E.; CLARK, L. L.	08 maio 2020	Estudo prognóstico	Ansiedade; depressão.
2	SHRIRA, A. et al.	27 maio 2020	Estudo transversal	Solidão como intrínseca ao envelhecimento; fraqueza; mudança de comportamento.
3	NESTOLA, T.	28 maio 2020	Revisão narrativa	Bloqueio da mobilidade; perda da autonomia; declínio cognitivo; alterações do

				sono; medo; depressão; ansiedade.
4	GUSTAVSSON, J.; BECKMAN, L.	16 jul. 2020	Estudo prognóstico	Preocupação com a saúde; sentimentos negativos; alterações no sono.
5	D'CRUZ, M.; BANERJEE, D.	02 ago. 2020	Revisão da literatura	Solidão; violência; abuso; negligência; ansiedade; depressão; declínio cognitivo; fragilidade.
6	CARRIEDO, A. et al.	22 ago. 2020	Estudo transversal	Sintomas depressivos; ausência de atividade física; consequências físico-mentais.
7	LOSADA- BALTAR, A. et al.	01 set. 2020	Estudo comparativo	Solidão; ansiedade; tristeza.
8	GORENKO, J. A. et al.	11 set. 2020	Revisão narrativa	Depressão; solidão; luto antecipado; declínio cognitivo.
9	ROCHA, S. V., et al.	29 out. 2020	Estudo teórico	Insônia; ansiedade; depressão geriátrica; sintomas psicóticos.
10	WONG, S. Y. S. et al.	29 out. 2020	Estudo de coorte prospectivo	Solidão; ansiedade; insônia.
11	HARDEN, K. et al.	01 dez. 2020	Série de casos	Perda de autonomia; restrição de visitas; mudanças ambientais e do suporte estrutural; comunicação prejudicada com os familiares; depressão; ansiedade; solidão.
12	GROLLI, R. E. et al.	06 jan. 2021	Revisão da literatura	Solidão; raiva; ansiedade; depressão; tristeza; pânico; estresse; comprometimento cognitivo; transtorno de estresse pós-traumático.

4 DISCUSSÃO

É inegável que o distanciamento social, embora necessário, propicia fator propulsor de uma rotina solitária, caracterizada por mudanças socioambientais que incluem, dentre outros, restrições de contato e comunicação (HARDEN, et al., 2020). Além da solidão, outros sintomas, como ansiedade, medo e alterações comportamentais, evidenciados de modo intrínseco ao processo de envelhecimento (SHRIRA, et al., 2020), tornaram-se extremamente acentuados com o advento da pandemia, tendo como aspectos amplificadores o menor suporte estrutural, bem como comunicação defasada com a família e perda de autonomia (NESTOLA, 2020).

Assim, a despeito da problemática da decadente conexão social dos idosos nesse contexto, este não é o único fator estressor presente. Também se faz imprescindível

ressaltar os sentimentos negativos oriundos da pandemia em si, e não apenas dos aspectos que tentam mitigar seus efeitos; isto é, o medo e ansiedade da perda de familiares e da própria vida, haja vista a possibilidade de infecção, de modo que os idosos vivem num estado de luto antecipado (ISHIKAWA, 2020; ROCHA, 2020), sofrendo também pela perspectiva de perda diante da tristeza e incerteza inerentes à conjuntura de pandemia e isolamento (LOSADA-BALTAR, et al., 2020).

Grolli, et al. (2021) reiteram que os mecanismos biológicos envolvidos na depressão, estresse e transtornos de ansiedade, associados à idade avançada, passam a ser fatores agravantes importantes para a progressão da Covid-19, além dos riscos que envolvem as doenças crônicas frequentes em idosos, como Diabetes Mellitus e Hipertensão Arterial Sistêmica. Considerando que o envelhecimento está associado à imunossenescência - estado inflamatório crônico de baixo grau -, os distúrbios psiquiátricos podem exacerbar a inflamação e desafiar ainda mais o sistema imunológico.

Ademais, o preconceito de idade também surge como um impacto proporcionado pela pandemia na saúde mental dos idosos, uma vez que políticas públicas, repercussões midiáticas e relações sociais banalizam a gravidade da doença e a classificam apenas como um problema que afeta exclusivamente a população idosa. Exemplos disso são demonstrados no aumento dos casos de abuso ou quando os seus direitos de cidadania são desvalorizados (WISTER; SPEECHLEY, 2020).

Segundo Meisner, et al. (2020), os espaços de comunicação virtual, como chats de vídeo, ganharam destaque no contexto da pandemia e auxiliam no controle dos níveis de depressão. No entanto, essas mudanças causam um grau de estresse elevado, uma vez que a dependência, a maior probabilidade de não possuírem acesso à internet, a falta de conhecimento, de habilidade e de confiança para usar esses meios tecnológicos tornam-se barreiras que dificultam a integração dos idosos nesses espaços virtuais.

No caso de idosos que já enfrentam transtornos psiquiátricos, a vulnerabilidade é ainda maior, apresentando-se na exacerbação da angústia e depressão (SOARES, 2021), aumentando o risco, por exemplo, de ideias e inclusive culminação de suicídio. A marginalização e estigma, juntamente aos riscos fisiológicos, conferem ao quadro de suscetibilidade ainda mais proeminência (D'CRUZ; BANERJEE, 2020).

Rana (2020) corrobora ao relatar cinco casos de suicídio em idosos, na Índia, como recaída do transtorno depressivo, associado ao fortalecimento do medo em contrair o novo coronavírus. Vê-se que o excesso de informações sobre as consequências do SARS-CoV-2 na população idosa veiculadas em canais de notícias e redes sociais leva ao

desenvolvimento de pânico e ansiedade, fortalecendo, assim, as tentativas de suicídio e o suicídio real (SOARES, 2021; WAND, et al., 2020; ROCHA, 2020; HWANG, et al. 2020).

Além disso, em decorrência ao isolamento social, a mídia, particularmente televisão e rádio, tornou-se ainda mais importante, sendo a cobertura de notícias uma forma de causar angústia e aumentar a ansiedade nos idosos (BAKER; CLARK, 2020). Dessa forma, reforça-se a aprendizagem de que os idosos possuem características e peculiaridades únicas, além da diversidade, pluralidade e complexidade do envelhecimento humano. Portanto, apesar de todas as descobertas por trás da Covid-19, não se pode abster dos fundamentos da gerontologia para se promover diferentes medidas de proteções físicas e mentais nesse grupo (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020).

Ademais, o período de pandemia transformou a vida de toda a população, através das mudanças de hábitos e comportamentos, aproximando assim, a comunidade ao meio científico. Com isso, a atenção com a saúde mental dos idosos, mediante estratégia de alerta para sinais e sintomas são cuidados essenciais para um cenário futuro. É imprescindível a compreensão de que o envelhecimento saudável necessita de um olhar adequado e que medidas de proteção garantam os seus direitos de cidadania. Logo, é nítida a exigência exercida por tais questões de pesquisas futuras e potencial atuação da saúde pública.

5 CONCLUSÃO

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

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

REFERÊNCIAS

- BAKER, E.; CLARK, L. L. Biopsychopharmacosocial approach to assess impact of social distancing and isolation on mental health in older adults. **Br J Community Nurs**, v. 25, n. 5, p. 231-238, 2020.
- BANERJEE, D.; RAI, M. Social isolation in Covid-19: The impact of loneliness. **International Journal of Social Psychiatry**, v. 66, p. 525–527, 2020.
- CARRIEDO, A. et al. COVID-19, Psychological Well-being and Physical Activity Levels in Older Adults During the Nationwide Lockdown in Spain. **Am J Geriatr Psychiatry**, v. 28, n. 11, p.1146-1155, 2020.
- 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.
- FIORILLO, A. Effects of the lockdown on the mental health of the general population during the COVID-19 pandemic in Italy: Results from the COMET collaborative network. **European Psychiatry**, 2020.
- GORENKO, J.A. et al. Social Isolation and Psychological Distress Among Older Adults Related to COVID-19: A Narrative Review of Remotely-Delivered Interventions and Recommendations. **Journal of Applied Gerontology**, v. 40, n. 1, 2020.
- GUSTAVSSON, J.; BECKMAN, L. Compliance to Recommendations and Mental Health Consequences among Elderly in Sweden during the Initial Phase of the COVID-19 Pandemic-A Cross Sectional Online Survey. **Int. J. Environ. Res. Public Health**, v. 17, n. 15, 2020.
- GROLLI, R. E. et al. Impact of COVID-19 in the Mental Health in Elderly: Psychological and Biological Updates. **Mol Neurobiol.**, v. 6, p. 1-12, 2020.
- HAMMERSCHMIDT, K.S.A.; SANTANA, R.F. Saúde do idoso em tempos de pandemia Covid-19. **Cogitare Enfermagem**, v. 25, 2020.
- HARDEN, K. et al. COVID-19 Shines a Spotlight on the Age-Old Problem of Social Isolation. **Journal of Hospice & Palliative Nursing**, v. 22, n. 6, p. 435 – 441, 2020.
- HWANG, T.J. et al. Loneliness and social isolation during the COVID-19 pandemic. **Int Psychogeriatr**, v. 32, n. 10, p. 1217-1220, 2020.
- ISHIKAWA, R. Z. I may never see the ocean again: Loss and grief among older adults during the COVID-19 pandemic. **Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy**, v. 12, 2020.
- LOSADA-BALTAR, A. et al. Differences in anxiety, sadness, loneliness and comorbid anxiety and sadness as a function of age and self-perceptions of aging during the lock-out period dueto COVID-19. **Rev Esp Geriatr Gerontol.**, v. 55, n. 5, p. 272-278, 2020.

MEISNER, B., et al. Interdisciplinary and Collaborative Approaches Needed to Determine Impact of COVID-19 on Older Adults and Aging: CAG/ACG and CJA/RCV Joint Statement. **Canadian Journal on Aging / La Revue Canadienne Du Vieillessement**, v. 39, 2020.

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

RANA, U. Elderly suicides in India: an emerging concern during COVID-19 pandemic. **Int Psychogeriatr**, v. 32, n. 10, p. 1251-1252, 2020.

ROCHA, S. V. et al. A pandemia de COVID-19 e a saúde mental de idosos: possibilidades de atividade física por meio dos Exergames. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**, v. 25, 2020.

SOARES, R. J. O. COVID-19 e Riscos Psicossociais: um alerta sobre o Suicídio. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 1, p 1859-1870, 2021.

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.

SIMONETTI, A. B. et al. What the population knows about SARS-CoV-2/COVID-19: prevalence and associated factors. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 1, p. 255-271, 2021.

TSAMAKIS, K. COVID-19 pandemic and its impact on mental health of healthcare professionals. **Experimental and therapeutic medicine**, v. 19, p. 3451–3453, 2020.

WAND, A. P. F. et al. COVID-19: the implications for suicide in older adults. **Int Psychogeriatr**, v. 32, n. 10, p. 1225-1230, 2020.

WISTER, A. SPEECHLEY, M. COVID-19: Pandemic Risk, Resilience and Possibilities for Aging Research. **La Revue Canadienne Du Vieillessement**, v. 39, p. 344 – 347, 2020.

WONG, S. Y. S. et al. 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**, v. 70, n. 700, p. 817-824, 2020.

WU, B. Social isolation and loneliness among older adults in the context of COVID-19: a global challenge. **Global Health Research and Policy**, v. 5, n. 27, 2020.