

SAÚDE MENTAL DE IDOSOS NO CONTEXTO DE PANDEMIA DA COVID-19 E OS PRINCIPAIS CUIDADOS DA ENFERMAGEM

Schirley Maria de Araújo Azevêdo¹
Mariana Érica da Silva Paixão²
Joselane Izaquiel Marinho³
Jayana Gabrielle Sobral Ferreira⁴
Matheus Figueiredo Nogueira⁵

RESUMO

O mundo está sofrendo grandes impactos decorrentes da pandemia da COVID-19 e uma de suas consequências são os prejuízos na saúde mental, principalmente da população idosa, uma vez que o isolamento e a solidão se tornaram ainda mais presentes nesse grupo. Por meio de uma revisão narrativa da literatura, este estudo teve como objetivo sumarizar evidências científicas sobre a condição de saúde mental dos idosos diante do contexto pandêmico da COVID-19; e os principais cuidados da enfermagem na promoção do bem-estar emocional de idosos. Os resultados mostram que a pandemia tem afetado os idosos de forma direta, com a exposição ao vírus, ou indiretamente, devido às medidas de proteção como o isolamento social. Assim, ocasionando prejuízos na saúde psíquica, como a depressão geriátrica, ansiedade, mudanças de comportamento e em alguns casos, suicídio. Dessa forma, o enfermeiro deve estar sempre atento para saúde mental da população e promover promoções de saúde voltadas ao cuidado do paciente idoso em todos os âmbitos, inclusive promover a reabilitação em casos mais complexos. Em suma, é importante atentar-se para os sinais emitidos pelos idosos e cabe à enfermagem promover uma assistência integral, individualizada, humanizada e de qualidade, centrada no paciente e considerando suas necessidades e especificidades.

Palavras-chave: Idosos, saúde mental, covid-19, cuidado de enfermagem.

INTRODUÇÃO

A COVID-19 é uma doença respiratória aguda grave, causada pelo novo Coronavírus (SARS-COV-2), que vem se disseminando rapidamente pelo mundo desde dezembro de 2019 (SANTOS; BRANDÃO; ARAÚJO., 2020). A pandemia da COVID-19 foi decretada pela Organização Mundial da Saúde em 11 de março de 2020. Desde então, as primeiras análises

¹ Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - Centro de Educação e Saúde, schirley12maria@gmail.com;

² Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - Centro de Educação e Saúde, maripaixao19@hotmail.com;

³ Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - Centro de Educação e Saúde, marinhojoselane96@gmail.com;

⁴ Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - Centro de Educação e Saúde, jayanagsf@gmail.com;

⁵ Professor orientador, Enfermeiro. Doutor em Saúde Coletiva. Professor Adjunto III da Universidade Federal de Campina Grande, Campus Cuité, matheusnogueira.ufcg@gmail.com.

em vários países mostraram que pessoas maiores de 60 anos são mais vulneráveis à doença (ROMERO *et al.*, 2021).

Trata-se de um vírus potencialmente desencadeador de uma infecção aguda, que tem como alvo principal o sistema respiratório humano. Os seres humanos não são os hospedeiros naturais da doença, e não há estado crônico. O vírus é eliminado pelo corpo de duas a quatro semanas após infecção (WHO, 2020). Em algumas pessoas acometidas pela doença, a infecção pode passar despercebida, causar sintomas leves que podem ser tratados em casa, ou ocasionar quadros graves suscitando a necessidade de internações hospitalares e assistência em unidades de terapia intensiva. Na maioria dos casos de COVID-19, cerca de 80% dos pacientes tendem a ser assintomáticos ou apresentarem sintomas leves, e se recuperaram da doença sem precisar de tratamento hospitalar (SILVA *et al.*, 2021).

Desse modo, visando minimizar os efeitos desta, que se constitui como uma das maiores pandemias já vistas, foram implementadas várias medidas de proteção, destacando-se o distanciamento social, a fim de reduzir o avanço do número de casos e o aumento da demanda por serviços de saúde (ALVES; MAGALHÃES, 2020). Com as 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). Assim, a pandemia da COVID-19 representa uma forma nova, complexa e com múltiplos estressores psicossociais que aumentam cada vez mais diante do elevado número de casos (FIORILLO *et al.*, 2020)

Consoante a isso, é importante destacar que a população idosa, por sua vez, constitui 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, aumentando os riscos de agravamento dos casos (WU, 2020). Além disso, esse grupo está mais suscetível a fatores de risco para o desenvolvimento de alterações emocionais motivadas pela ansiedade e o medo de contaminação e também do desconhecido, ocasionando em muitos casos, mudanças na condição de saúde mental (ALVES; MAGALHÃES, 2020).

Diante disso, é importante destacar o papel que os profissionais de saúde têm no enfrentamento da pandemia de COVID-19, especialmente os profissionais de enfermagem, pois tem se destacado pelo seu trabalho, atuando na linha de frente, na busca de proporcionar cuidados, assistência e promoção de saúde a população em geral e, principalmente, a saúde dos idosos (MARINS *et al.*, 2020).

Logo, a atuação da enfermagem é de fundamental importância no enfrentamento da pandemia, tanto em ações voltadas para sua prevenção, quanto para a assistência às pessoas acometidas, com foco nas pessoas idosas que requer um cuidado maior. É necessário que os profissionais de enfermagem atuem em sintonia com conhecimentos práticos e científicos para oferecer ao idoso e a toda a equipe multidisciplinar um ambiente propício à qualidade do atendimento em meio à pandemia (PEIXOTO *et al.*, 2020).

Levando em consideração o cenário de pandemia atualmente vivenciado, este estudo teve como objetivo sumarizar evidências científicas sobre a condição de saúde mental dos idosos diante do contexto pandêmico da COVID-19; e os principais cuidados da enfermagem na promoção do bem-estar emocional de idosos.

METODOLOGIA

Consta de um revisão narrativa da literatura, tendo em vista compreender a condição de saúde mental dos idosos frente a pandemia da COVID-19 e os principais cuidados da enfermagem.

Para realizar a busca dos artigos, foi feito um levantamento eletrônico, onde as principais fontes utilizadas foram o *National Center for Biotechnology Information* (NCBI) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), por meio de descritores em ciências da saúde (DECS): Idosos, Saúde Mental, Covid-19 e Cuidados de Enfermagem.

Como critérios de inclusão para seleção dos artigos foram utilizados: artigos na língua inglesa e portuguesa, disponíveis gratuitamente na íntegra e publicados nos últimos 3 anos (2019, 2020 e 2021). Foram excluídos aqueles que não responderiam à questão norteadora com base na sua leitura prévia, como também aqueles incompletos.

Inicialmente, as buscas nas plataformas geraram um resultado de artigos especificamente sobre o tema. As análises iniciais dos conteúdos encontrados se basearam numa leitura detalhada dos artigos, resultando em uma seleção de 21 artigos que atenderiam a proposta de explicar a temática do estudo inicial e por fim, as informações pertinentes foram agrupadas de maneira sistematizada para discussão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

1) Saúde mental dos idosos frente à pandemia

A COVID-19 tem sido uma das maiores emergências de saúde pública do mundo desde a sua descoberta em dezembro de 2019 na China. Diante dessa emergência em saúde, os desafios para cuidar dos pacientes, em especial os idosos, tem sido redobrados, seja nas comunidades, nos lares de idosos ou até mesmo nos hospitais (SANTOS; MESSIAS; LOPES, 2020).

Além dos problemas causados pelo vírus SARS-CoV-2, a pandemia também levou a diversos fatores que podem favorecer alterações na condição de saúde mental, a exemplo da desinformação ou das notícias falsas, do excesso de informação, do distanciamento social e suas repercussões inclusive na empregabilidade e sustento de muitos. Consideram-se também impactos como os danos econômicos e a perda de entes queridos. Em suma, pode-se afirmar que todos esses problemas podem favorecer agravos ou surgimento de condições relacionadas à saúde mental (ALVES; MAGALHÃES, 2020).

Dentre os grupos vulneráveis ao desenvolvimento de alterações na condição de saúde mental, destacam-se os idosos, principalmente aqueles que já possuem algum comprometimento cognitivo, uma vez que, perdas cognitivas, afetivas e o distanciamento podem ser fatores de risco para o desencadeamento de distúrbios mentais e para produção de impacto direto na qualidade de vida dos mesmos (ALVES; MAGALHÃES, 2020).

Dessa forma, a saúde mental de adultos e idosos pode ser afetada pelo isolamento físico e social. O medo de contrair a doença, pode gerar um alto grau de sofrimento psíquico prejudicial, e incidir sobre a emergência de quadros de ansiedade e depressão. Muitas vezes um dos desafios está em preservar a autonomia, pois pode haver deterioração muscular causada pela falta de atividade física ou má alimentação. Assim, é necessário que se mantenham boas condições de saúde e controle de doenças para o não agravamento e possível hospitalização em decorrência da pandemia (OMS, 2020).

Além disso, durante a pandemia, a diminuição da dinâmica que muitos exerciam acabou sendo prejudicada como visitar os filhos, netos, parentes mais próximos e as reuniões em família. Todavia, vale salientar que durante esse período deve existir um olhar de forma mais voltado para o idoso de familiares e amigos, visto que doenças psíquicas podem ser agravadas podendo levar a transtornos de pânico ou até mesmo o suicídio (SANTOS; MESSIAS; LOPES, 2020).

Segundo Canali e Scortegagna (2021), a doença está dividida em etapas. Na primeira pode-se apontar as mudanças sofridas no cotidiano dessas pessoas causando desequilíbrios neurofisiológicos ativados pelo estresse; já na segunda, o distanciamento social vai mudar a rotina dos adultos e idosos fazendo com que se sintam entediados e desamparados,

expressando emoções como ansiedade, irritabilidade; e na última, relacionada com as sequelas deixadas pela pandemia, a diminuição do poder econômico, as perdas afetivas, mortes e lutos por entes e pessoas queridas e, ainda, traumas em pessoas que precisaram ser internadas.

Quanto às pessoas que vivem sozinhas, deve-se levar em consideração que elas podem sofrer de solidão devido ao maior isolamento social e a interrupção das atividades do grupo. São necessárias ideias criativas para incorporar atividades físicas e sociais para esse grupo. Enquanto pessoas jovens estão recorrendo à tecnologia, por meio de smartphones e computadores, para permanecerem socialmente ativos, os idosos podem ter dificuldades para fazer uso dessas ferramentas e se não possuírem algum familiar ou cuidador que possa auxiliar torna esse processo ainda mais complicado para se adaptar (CANALI; SCORTEGAGNA, 2021).

Os idosos que habitam com seus familiares possuem necessidades de medidas de apoio, visto que, embora não devam sair de casa em virtude da pandemia, o apoio recebido pode ajudá-los a conduzir suas próprias atividades básicas e instrumentais, com reflexos nos campos emocional e financeiro dos idosos chamando atenção para essa realidade vivida (PEIXOTO *et al.*, 2020).

Em síntese, aspectos como aumento da solidão e a redução das interações sociais são fatores de risco para vários transtornos mentais, como a depressão geriátrica. Outras consequências aos estados psicológicos são os ataques de pânico, o transtorno de estresse pós-traumático, os sintomas psicóticos e o suicídio (ROCHA *et al.*, 2020). Desse modo, é notória a necessidade de uma atenção mais humanizada e qualificada voltada ao cuidado desses idosos, levando em consideração que além dos medos atrelados a doença eles ainda se sentem muitas vezes sozinhos e abandonados.

2) Importância dos cuidados da enfermagem com os idosos com COVID-19

Diante do cenário apresentado mundialmente, os profissionais de saúde ocupam posição de destaque no que se refere aos cuidados dos pacientes acometidos pela COVID-19 e são referência para difundir informações verdadeiras e fundamentadas, no intuito de transmitir segurança e apoio à população (REIS *et al.*, 2020).

Dentre todos os profissionais de saúde, o enfermeiro é um profissional de extrema importância para a população e sistema de saúde, sua formação acadêmica é abrangente e sua assistência no âmbito profissional está além das expectativas, pois é capaz de proporcionar promoção da saúde e bem-estar aos pacientes (PEIXOTO *et al.*, 2020).

A COVID-19 ocasionou um aumento significativo de demandas por assistência à saúde, impondo novos desafios aos profissionais da enfermagem, além de exigir em curto espaço de tempo, uma reestruturação dos serviços de saúde na comunidade e nos hospitais. Assim, o cuidado centrado na família e nas comunidades tem como objetivo alcançar a promoção da saúde e, mais especificamente, nesse momento pandêmico, a prevenção contra a COVID-19 e o acompanhamento da população para a detecção precoce de sinais e sintomas da doença (BARROS *et al.*, 2020).

Dessa forma, a enfermagem contribui na assistência ao paciente por meio do Processo de Enfermagem, que se caracteriza como um instrumento metodológico de organização e sistematização do cuidado fundamentado em princípios científicos, realizada através do pensamento crítico e julgamento clínico. Identificam-se as necessidades e intervenções de enfermagem relacionadas a promoção, prevenção e recuperação do indivíduo. A implementação das etapas do processo de enfermagem proporciona cuidados individualizados e holísticos, além de proporcionar avanços e desenvolvimento na qualidade da assistência de enfermagem (ANDRADE *et al.*, 2020).

Tavares *et al.* (2020) abordam que o profissional de enfermagem além de atribuir suas competências a assistência durante período de pandemia, deve criar vínculos com a população idosa da comunidade, para estabelecer relação de confiança, e assim, melhor executar suas estratégias de serviço. Em vista disso, o enfermeiro deve atentar-se a uma comunicação eficaz, clara e adaptada a realidade vivida pelo indivíduo.

Por conseguinte, o enfermeiro que está atuando na linha de frente ao combate ao Coronavírus deve implementar ações de promoção de saúde, cuidados do paciente idoso em todas as dimensões, inclusive promover a reabilitação em casos mais complexos e ficar sempre atento para saúde mental do enfermo. Além disso, ele é um promotor da saúde da família no geral, então os cuidados devem estar voltados não só para o paciente com COVID-19, mas sim para toda a família. Ele mantém contato direto e constante com o paciente idoso, e tem como responsabilidade orientar quanto às medicações, os cuidados de enfermagem e orientar os familiares que irá cuidar do paciente nas mais diferentes situações no isolamento social (PEIXOTO *et al.*, 2020).

Quanto aos cuidados com a saúde mental principalmente dos idosos, Xiang *et al.* (2020) relatam que existem três fatores principais para que sejam considerados ao desenvolver estratégias de saúde mental: 1) equipes multidisciplinares de saúde mental (incluindo psiquiatras, enfermeiros psiquiátricos, psicólogos clínicos e outros profissionais de saúde mental); 2) comunicação clara envolvendo atualizações regulares e precisas sobre o surto de

COVID-19; e 3) estabelecimento de serviços seguros de aconselhamento psicológico (por exemplo, via dispositivos ou aplicativos eletrônicos). Indubitavelmente, com os cuidados da enfermagem e essas estratégias em práticas é possível ofertar um cuidado mais amplo e humanizado para o idoso com a saúde mental prejudicada em decorrência da pandemia.

Outra atitude resolutiva é a equipe de enfermagem utilizar medidas para conscientização sobre a vacinação, essa que é considerada conquista da humanidade para controle e erradicação de doenças infectocontagiosas e tem papel importante em promover imunidade para toda a população (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020). Conseqüentemente, quanto mais pessoas se vacinarem, maior a probabilidade de diminuir o número de casos, então é fundamental o papel da enfermagem na orientação dos benefícios da vacina para população em geral e em especial, os idosos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao investigar os impactos da COVID-19 na saúde mental de pessoas idosas, foram identificadas informações sobre o que envolve o atual momento pandêmico que o mundo vive e a correlação com problemas mentais que são desenvolvidos diante da pandemia. As medidas de segurança e as recomendações de isolamento e de distanciamento social impõem limitações de contato para a população em geral, principalmente as pessoas idosas com familiares e amigos.

A literatura continua a apresentar limitações sobre a saúde mental do idoso no período de isolamento e acerca dos cuidados de enfermagem a pacientes idosos com COVID-19, justificado pela recente expressão da doença nas pesquisas e nas práticas de atenção à saúde. Não obstante, percebeu-se que os idosos, especialmente em isolamento social e aqueles com problemas cognitivos como demência, podem se tornar ansiosos, estressados, com raiva, agitados, acarretando sentimentos de solidão, sintomas depressivos, medo da perda e da morte, mudanças de comportamentos e humor, dentre outros.

Levando em consideração o impacto causado na saúde mental dos idosos devido à pandemia do COVID-19 face ao isolamento social, à diminuição das atividades do dia a dia, ao estresse gerado pelos cuidados necessários para a prevenção e até pelo excesso de informações, este estudo é de extrema relevância para que as pessoas idosas mantenham rotinas e tarefas regulares sempre que possível. Ademais, cabe aos familiares apoiá-los nesse momento para que não se sintam sozinhos ou abandonados.

Por conseguinte, observou-se a importância da atuação da enfermagem na prestação de uma assistência integral, humanizada e de qualidade e que considere todas as especificidades desse grupo, além disso, é importante ressaltar que a promoção de saúde e o incentivo a vacinação se faz necessário e tem grande relevância no processo de cuidado e imunização. Por fim, destacamos a necessidade de realização de novos estudos, principalmente abordando a assistência de enfermagem em pacientes idosos em sofrimento mental.

REFERÊNCIAS

ALVES, A.; MAGALHÃES, I. Implicações na saúde mental de idosos diante do contexto pandêmico da COVID-19. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 93, p. e020005, 17 ago. 2020. Disponível em: <http://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/774/675>. Acesso em: 05 Set 2021.

ANDRADE, T. R. S. F. *et al.* Principais diagnósticos de enfermagem em pacientes com manifestações clínicas da COVID-19. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 10, p. e4883-e4883, 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/4883/3053>. Acesso em: 07 Set 2021.

BARROS, A. L. B. L. *et al.* Contribuições da rede de pesquisa em processo de enfermagem para assistência na pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, 2020. Disponível em: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/19631-50428-1-PB.pdf>. Acesso em: 07 Set 2020.

CANALI, A. L. P.; SCORTEGAGNA, S. A. Agravos à saúde mental de pessoas idosas frente a COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, p. e50210716947-e50210716947, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/16947>. Acesso em: 06 Set 2021.

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.

HAMMERSCHMIDT, K. S. A.; SANTANA, R. F. Saúde do idoso em tempos de pandemia COVID-19. **Cogitare enfermagem**, v. 25, 2020. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/72849/pdf>. Acesso em: 07 Set 2021.

LIMA, R. C. (2020). Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 30(2), e300214.

MARINS, A. M. F. *et al.* A saúde da pessoa idosa no contexto da pandemia pelo coronavírus: considerações para a enfermagem. **Revista do Centro Oeste Mineiro**. v. 10, e. 3789, p. 1-7, 2020.

Organização Mundial da Saúde - OMS. (2020). Publicações da OMS

PEIXOTO, M. P. *et al.* SAÚDE DO IDOSO EM TEMPOS DE PANDEMIA COVID-19: CUIDADOS DE ENFERMAGEM. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 3, n. 7, p. 214-

223, 2020. Disponível em: <http://www.revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/55>. Acesso em: 05 Set 2021.

REIS, L. M. *et al.* Atuação da enfermagem no cenário da pandemia COVID-19. **Nursing (São Paulo)**, v. 23, n. 269, p. 4765-4772, 2020. Disponível em: <http://www.revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/975>. Acesso em: 07 Set 2021.

ROCHA, S. V. *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. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14424/11073>. Acesso em: 06 Set 2021.

ROMERO, D. E. *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, p. e00216620, 2021. Disponível em: <https://scielosp.org/pdf/csp/2021.v37n3/e00216620/pt>. Acesso em: 05 Set 2021.

SANTOS, J. M. S.; MESSIAS, E. M. S; LOPES, R. F. Saúde mental e o isolamento social de idosos em período de pandemia. **Nursing (São Paulo)**, v. 23, n. 268, p. 4562-4569, 2020. Disponível em: <http://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/866/965>. Acesso em: 06 Set 2021.

SANTOS, S. S.; BRANDÃO, G. C. G; ARAÚJO, K. M. F. Isolamento social: um olhar para a saúde mental do idoso durante a pandemia do COVID-19. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 9, n. 7, pág. e392974244, 2020. DOI: 10.33448 / rsd-v9i7.4244. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4244>. Acesso em: 5 set. 2021.

SILVA, D. C.; DONOSO, M. T. V.; BARBOSA, J. A. G. Assistência de enfermagem a idosos com Covid-19: revisão de escopo. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 3, p. 14275-14290, 2021. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/32130>. Acesso em: 05 Set 2021.

TAVARES, D. *et al.* Idosos que moram sozinhos: conhecimento e medidas preventivas frente ao novo coronavírus. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**. 2020. 28 p. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518- 8345.4675.3383>. Acesso em: 07 Set 2021.

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.

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.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). 2020. **Clinical management of COVID19: interim guidance**. 27 may 2020. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/332196>. Acesso em: 07 Set 2021.

XIANG, Y.T. *et al.* Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. **Lancet Psychiatry**. 2020;7:228-9.