

A PSICOEDUCAÇÃO COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS NO CONTEXTO PÓS PANDÊMICO DA COVID-19

Amanda Carla Andrade Santos ¹
Ana Flávia de Paiva Freitas ²
Jamilli Lopes Silva ³
Ana Karina da Cruz Machado ⁴

INTRODUÇÃO

Com a evolução na qualidade de vida da população em geral, frente a mudança estrutural e metodológica do cuidado em saúde, observou-se uma elevação na quantidade de idosos no Brasil. Com o surgimento da pandemia da COVID-19, fenômeno este que ganhou grande proporção mundial e com grande potencial de morbimortalidade nos indivíduos, principalmente em idosos por encontrar-se em grupo de risco devido às comorbidades existentes nestes, dos quais proporcionou grandes prejuízos na saúde mental destes (PEREIRA, FERREIRA, FIRMINO, 2022).

A população idosa sofreu grande impacto com a chegada da pandemia, não só em decorrência do medo ao desconhecido, mas também ao afastamento social, uma vez que o isolamento social foi adotado como uma das medidas de segurança no combate e controle da proliferação do vírus, deste modo pessoas idosas foram restringidas e separadas do convívio tanto familiar quanto social, A pandemia além de representar uma ameaça emergente a vida colocou os idosos frente ao risco de pobreza, traumas, perda significativa nas redes de apoio, discriminação e danos psicológico (CUNHA, et al, 2022).

¹ Psicóloga Especialista em Terapia Cognitiva Comportamental pelo INSA/CESAC - RN, Amanda.carla1813@gmail.com;

² Psicóloga Especialista em Neuropsicologia e em Psicologia Jurídica pelo INSA/CESAC - RN, aflaviapfreitas@gmail.com;

³ Psicóloga Especialista em Terapia Cognitivo Comportamental pelo INSA/CESAC - RN, jamillilopes1@gmail.com;

⁴ Assistente social e Mestre em Psicologia do trabalho pela UNP, karinacruz_rn@yahoo.com.br.

Frente a essa condição de ameaça e instabilidade a saúde aos idosos, evidenciou-se a necessidade de se pensar e implementar inúmeras estratégias de enfrentamento a tal situação pelo profissionais de saúde aos idosos, sendo uma delas a utilização da metodologia da Psicoeducação, do qual buscou a disponibilização de conhecimento a essas pessoas frente a patologia e suas devidas precauções, como forma de apropriação da realidade, autocuidado e minimização dos impactos da pandemia.

Diante disso, a realização desta pesquisa por meio de revisão sistemática de literatura, visa analisar a importância e os benefícios que a psicoeducação pode proporcionar como técnica da psicologia, na estratégia ao enfrentamento aos reatamentos causados na saúde mental dos idosos no contexto pós pandêmico pela COVID-19.

METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)

O presente trabalho tem como objetivo, discutir sobre a psicoeducação como estratégia de cuidado na saúde mental dos idosos no contexto pós pandêmico da Covid-19. O caminho metodológico escolhido para permear essa pesquisa, se trata de uma revisão sistemática de literature, de cunho qualitativo.

A revisão de literatura é essencial para o desenvolvimento de trabalhos acadêmicos e científicos, evitando a duplicação de pesquisas permitindo ainda observar falhas nos estudos realizados quando existentes. Permite ainda, desenvolver estudos que tragam real contribuição para um campo científico, propondo temas, problemas, hipóteses e metodologias inovadoras de pesquisa. (BAEK et al., 2018, apud GALVÃO; RICARTE, 2019).

Para o desenvolvimento desse estudo, foram coletados dados com artigos publicados na biblioteca virtual tais como: Scientific Electronic Library Online (Scielo) e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), dos quais foram usados como critérios de inclusão artigos de revisão em português utilizando as palavras chaves: Saúde mental do idoso, pandemia e psicoeducação bem como os critérios de exclusão estudos que não dispunha correlação com a temática e teses de dissertação de mestrado e doutorado. O intervalo de pesquisa foram entre os anos 2022 a 2023

REFERENCIAL TEÓRICO

O avassalador fenômeno causado pela COVID 19 foi declarada como pandemia pela Organização Mundial de Saúde(OMS) no ano de 2020, apesar dos primeiros casos surgirem em 2019 na China (ARPASI-QUISPE, O. *et al*, 2023), do qual foi considerada uma ameaça global pelo elevado índice de transmissibilidade viral e letalidade nos indivíduos, sendo requeridas medidas efetivas e estratégica para sua contenção (PIRES *et al.*,2023).

Dentre algumas das medidas de controle observou-se a adoção do uso de máscaras, distanciamento, confinamento domiciliar e isolamento social, colaborando assim como estratégia preventiva, como também para o desenvolvimento de impactos negativos na vida e saúde mental dos diversos indivíduos, sendo intensificados principalmente nos idosos pela condição de vulnerabilidade que se apresentam (ARPASI-QUISPE, O. *et al*, 2023).

Durante toda a fase de pandemia, houve grande circulação de variados tipos de informações dos quais causaram sobrecarga e prejuízo psicológicos como estresse e instabilidade emocional nos idosos (VICENTE, 2023), por se tratar de uma condição que inesperada e desconhecida, do qual foi necessário se pensar acerca de instrumentos interventivos que pudessem auxiliar esse público na clarificação da condição em que se apresentavam, sendo utilizado a Psicoeducação como uma ferramenta interventiva no âmbito da promoção de saúde e prevenção de adoecimento tanto para os profissionais de saúde, como para a população em geral (GALDINO, 2022).

Segundo Galdino (2022) a técnica da Psicoeducação é utilizada pelos profissionais psicólogos e demais especialidades no contexto de saúde, como ferramenta de aprendizagem e cuidado, cuja durante a pandemia buscou-se a sua aplicação para a ampliação do repertório de conhecimento acerca do Coronavírus, suas repercussões nos indivíduos e de como prevenir, bem como promover mudanças comportamentais e bem-estar nesse período. E que nos idosos, se fizeram necessárias adaptações, para que fosse garantido a integralidade da assistência frente a aquisição das informações da situação em questão e fomento de corresponsabilização.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Muito foi construído sobre os impactos da pandemia, principalmente os advindos pelo isolamento social, mas também tornar-se importante ressaltar que os sentimentos negativos desencadeados pela pandemia como o medo da perda de algum familiar, medo de infectar-se,

medo da morte, vivenciando assim um luto antecipado, também são responsáveis pelo sofrimento e estresse dessa população sendo um precursor no desenvolvimento de transtornos emocionais.(LOSADA- BALTAR A, et al., 2020; OLIVE et al.,2021. *apud* CUNHA, et al, 2022.

É unânime a ideia entre todos os autores que a pandemia afetou a saúde mental dos idosos, sentimentos de medo, ansiedade e estresse foram os mais citados entre os autores. Para ARPASI-QUISPE, O. et al 2023 um dos impactos foram também perda de independência, solidão e angústia e efeitos psicológicos negativos como confusão mental, raiva e transtorno de ansiedade generalizada. Corroborando com essa ideia, Pereira, et al, 2022 discorre sobre a percepção do medo que elevam os níveis de estresse tanto no indivíduo saudável quanto ao que apresenta algum transtorno psiquiátrico.

De modo geral quando falamos de pandemias e epidemias, a saúde mental das pessoas é mais afetada do que a infecção e deste modo não foi diferente quando falamos da saúde mental da pessoa idosa, o medo foi de diversas formas experienciados pelos idosos, principalmente os sentimentos de incerteza em relação a sua vida e a vida das outras pessoas.(SILVA, et al., 2020 *apud* CUNHA, et al, 2022.)

Já PIRES, et al ,2023 discorre sobre o impacto da pandemia correlacionando a perda da capacidade funcional dos idosos , já que devido ao isolamento os idosos tiveram grande repercussão tanto no bem-estar emocional quanto a inatividade física, alterações endócrinas , musculoesqueléticas e na mobilidade global. A pandemia apontou um grande risco em relação à saúde e segurança dos idosos

A psicoeducação é uma importante ferramenta para promover conhecimento, que não engloba apenas a psicologia, mas também pode ser utilizada em diversos âmbitos na área da saúde, principalmente no trabalho de promoção, educação e prevenção em saúde. (GALDINO, et al 2022)

Deste modo a psicoeducação pode ser uma importante ferramenta no combate dos impactos causados pela pandemia a população idosa, visando possibilitar ao idoso compreensão sobre os aspectos comportamentais, sociais e emocionais precisos no pós-pandemia, visando reduzir os impactos e possibilitar qualidade de vida ao sujeito.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desse modo, conclui-se que as ações de isolamento e confinamento social exigidas como precauções básicas durante a pandemia da COVID 19, ocasionaram sérios danos à saúde mental dos idosos, hoje ainda sofrem com os efeitos colaterais provocadas por esta, sendo responsável pelo surgimento de várias perturbações mentais como: Transtornos de Ansiedade, Depressão, Fobias e até mesmo a tentativa e o suicídio propriamente dito.

Frente a isso, observa-se a psicoeducação como importante ferramenta transdisciplinar na prática da educação em saúde no período pós pandêmico pelos profissionais da saúde. Possibilitando melhorar a qualidade de vida dessa parte da população tão afetada, ampliando sua consciência e realidade sobre o fenômeno, proporcionando também autonomia e conhecimento.

Como também, foi observado a disponibilização de poucos estudos acerca da aplicação da presente técnica, sendo evidenciado a necessidade da produção de mais estudos para que sejam ratificados os benefícios que a psicoeducação possa proporcionar no processo de um envelhecer mais ativo, corresponsável e consciente.

Palavras-chave: Saúde Mental do idoso; Pandemia; Psicoeducação.

REFERÊNCIAS

ARPASI-QUISPE, O. et al.. ESTRESSE EM IDOSOS NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19 E SEUS FATORES ASSOCIADOS. **Cogitare Enfermagem**, v. 28, p. e 87475, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cenf/a/7hq3Gk9RWjGFmGsJ6rZssMt/?lang=pt>. Acesso em: 7 ago 2023.

GALDINO, M. M.; DA SILVA, M. C. V.; LOPES, G. A. T.; SOUZA, G. L. DE.; SILVA, M. V. DA; ANDRADE, L. DOS A. S. INTERVENÇÕES PSICOEDUCATIVAS NO CONTEXTO DA SAÚDE: UMA REVISÃO NARRATIVA. **Caderno de Graduação - Ciências Humanas e Sociais - UNIT - SERGIPE**, [S. l.], v. 7, n. 2, p. 21, 2022. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/cadernohumanas/article/view/10328>. Acesso em: 1 nov. 2023.

GALVÃO, M. C. B.; RICARTE, I. L. M. REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA: CONCEITUAÇÃO, PRODUÇÃO E PUBLICAÇÃO. **Logeion: Filosofia da Informação**, Rio de Janeiro, RJ, v. 6, n. 1, p. 57–73, 2019. DOI: 10.21728/logeion.2019v6n1.p57-73. Disponível em: <https://revista.ibict.br/fiinf/article/view/4835>. Acesso em: 14 nov. 2023.



PEREIRA, D.; FERREIRA, S. .FIRMINO, H. O Impacto da Pandemia COVID-19 na Saúde Mental da População Geriátrica. **Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental**, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 49–57, 2022. DOI: 10.51338/rppsm.253. Disponível em: <https://www.revistapsiquiatria.pt/index.php/sppsm/article/view/253>. Acesso em: 29 out. 2023.

PEREIRA, J. R. et al.. Avaliação do medo e estresse pelo idoso na pandemia do novo coronavírus: um estudo transversal. **Cogitare enfermagem**, v. 27, p. E83400, 2022. Disponível em: [dx.doi.org/10.5380/ce.v27i0.83400](https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.83400). Acesso em: 1 nov. 2023.

PIRES, P.A.D.; MEDEIROS, R. A.; ALVES, K.L.; CASTRO, J. F. P.; DINIZ, E. C.C A.; LEITE, R. C. N.; MONTENEGRO, R. M. Impacto da pandemia da COVID-19 no estado funcional dos idosos:revisão de escopo. **Fisioter Bras.** 2023;24(2):231-248. Disponível em:DOI:<https://doi.org/10.33233/fb.v24i2.4771>. Acesso em: 7 ago 2023.

VICENTE, M.C.; FERNANDES, D. S.; ALCÂNTARA e S. M.P.;, SILVEIRA, R.C.; RODRIGUES, R.A. Resiliência em pessoas idosas diante da pandemia COVID-19: revisão integrativa. **Acta Paul Enferm.** 2023;36:eAPE022032. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/ZFBtMmwnyVg6DWjTpvYGkys/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 1 nov. 2023.