

IMPACTOS DO DISTANCIAMENTO SOCIAL PELA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS COM DOENÇAS CRÔNICAS

Lucilla Vieira Carneiro¹
Maria Verônica de Lima Santos²
Marília Sales de Vasconcelos³

INTRODUÇÃO

Desde a emergência, na China, em dezembro de 2019, do novo coronavírus (SARS-CoV-2), responsável pela pandemia de COVID-19, a humanidade tem enfrentado uma grave crise sanitária global. Sua alta transmissibilidade tem ocasionado um grande número de mortes. Algo, que se soma, diz respeito ao fato de que, embora 80% dos casos apresentem infecções respiratórias e pneumonias mais leves, as formas severas acometem mais pessoas idosas e portadoras de doenças crônicas subjacentes, que requerem hospitalização, cuidados intensivos e uso de ventiladores mecânicos (EUROSURVEILLANCE, 2020).

A pandemia de COVID-19 está deixando no Brasil muitos doentes e vítimas fatais. Por isso, em todo o país, diversas pessoas adotaram regime de distanciamento social, medida necessária para evitar a propagação da doença e a saturação do sistema de saúde, bem como ser considerado pelas autoridades sanitárias como o mais eficaz no combate ao COVID-19, o qual a pessoa deixa sua casa somente se extremamente necessário (Brasil, 2020).

A Organização Mundial da Saúde reconheceu que tais medidas de distanciamento social podem resultar em pessoas mais ansiosas, irritadas, estressadas, agitadas e retiradas. A ansiedade está entre os transtornos de saúde mental mais prevalente e pode ser definida como um sentimento persistente de preocupação, medo ou nervosismo (SMITH et al., 2020).

Pessoas acima de 60 anos (idosos), que com o avanço da idade é comum ter o declínio da função imunológica, e portadores de doenças crônicas (diabetes, hipertensão, doenças respiratórias, fumantes, doenças cardiovasculares, doenças renais, pacientes em tratamento

¹Enfermeira. Mestre em Enfermagem pela UFPB e Professora substituta do Instituto Federal de Ensino Técnico e Tecnológico da Paraíba (IFPB), orientadora<lucilla.vc@hotmail.com>;

²Enfermeira. Graduada em Enfermagem pela FPB. Pós-graduada em Enfermagem do Trabalho pela Unopar, autora principal<mar_ve_@hotmail.com>;

³Psicóloga. Graduada e Licenciada pela Universidade Católica de Pernambuco (UNICAP). Pós-Graduada em: Psicologia Jurídica pela Faculdade Frassinetti do Recife (FAFIRE) e Planejamento e Gestão Pública pela UEPB/ESMA, coautora 1<mariliasv.lila@gmail.com>.

oncológico, doenças autoimunes, as quais necessitam de uso de medicamentos imunossupressores), devem ter cuidados redobrados, uma vez que a contaminação pelo vírus pode desencadear complicações, fazendo com que seja ainda mais difícil lutar contra a doença e, inclusive, levar ao óbito (FIOCRUZ, 2020).

Desse modo, o desenvolvimento deste trabalho justifica-se pela relevância da temática diante do atual cenário de pandemia, onde a redução de interação entre pessoas idosas que já apresentam alguma comorbidade pode diminuir a velocidade de transmissão do vírus, bem como pode também trazer à tona outros problemas de saúde pública, dentre eles na saúde mental desta população.

Nessa perspectiva, o objetivo geral do estudo é investigar como o distanciamento social imposto pela pandemia da COVID-19 pode influenciar na saúde mental de idosos com doenças crônicas.

METODOLOGIA

O delineamento metodológico deste estudo constitui uma revisão integrativa da literatura com abordagem quantitativa, método que resulta na sintetização de conhecimento sobre um tema em pauta para aplicabilidade dos resultados obtidos na prática (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

Inicialmente ocorreu a avaliação dos títulos e resumos dos artigos, para selecionar apenas os que de fato abordassem o contexto em questão. Em seguida, as pesquisas elegíveis foram lidas na íntegra. A análise de dados ocorreu através da tabulação e categorização dos estudos. A busca na literatura ocorreu no período de setembro à outubro de 2020 e foi norteada pelo seguinte questão norteadora: Qual a caracterização das publicações científicas sobre os impactos do distanciamento social da Covid-19 na saúde mental de idosos portadores de doenças crônicas?

O levantamento bibliográfico foi realizado por meio de artigos científicos indexados nas bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). A pesquisa dos artigos se evidenciou através do cruzamento dos seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “idosos” and “ansiedade” and “depressão” and “covid 19” para compor a amostra. Os critérios de elegibilidade foram artigos disponíveis online, publicados no ano de 2020 com versão completa disponível em português, inglês e

espanhol e que considerassem o objeto de estudo da pesquisa. Já o critério de exclusão adotado foi publicações duplicadas na base de dados.

Foram identificados 57 artigos na BVS e 01 na SciELO. Na etapa de triagem, 58 artigos foram analisados, onde 28 foram excluídos com base na leitura do título e resumo e 07 foram removidos por se apresentarem duplicados, restando 23 artigos. Estes, por sua vez, foram submetidos à etapa de elegibilidade, na qual a leitura na íntegra foi determinante, sendo possível selecionar 11 artigos para compor a amostra.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir dos estudos selecionados, a caracterização da amostra foi composta por 11 artigos, sendo 10 extraídos da base de dados BVS e 01 da SCIELO. No tocante aos idiomas, 06 estudos foram publicados em língua inglesa, 01 em espanhol e 04 em português.

Pesquisas enfatizam que os seres humanos são seres sociais, e a quantidade e a qualidade das interações sociais humanas podem afetar diretamente a saúde física, mental, bem como o risco de morbidade. Devido ao provável aumento da incidência de complicações graves de saúde do SARS-CoV-2, os idosos, particularmente aqueles com doenças crônicas, estão agora em distanciamento/isolamento social, o que pode aumentar a incidência e a gravidade da ansiedade, do estresse e da depressão entre essa população (CALLOW et al., 2020).

Os trabalhos recentes que saem da Europa e da China começaram a fornecer evidências preliminares de inquéritos populacionais mostrando níveis de sintomatologia significativamente elevados em depressão, ansiedade, estresse geral e estresse pós-traumático relacionados ao COVID-19 (FITZPATRICK et al., 2020).

Corroborando com essa temática, estudo recente realizado na China sobre o impacto psicológico do COVID-19, revelou que 53,8% dos entrevistados apresentam impacto psicológico moderado a grave, 16,5% e 28,8% relataram sintomas moderados a altos depressivos ou de ansiedade respectivamente, e 8,1% moderados a altos níveis de estresse foram relatados. Os sintomas de ansiedade e depressão não apresentaram declínio quatro semanas após a pandemia COVID-19 (ALKHAMEES et al., 2020).

À proporção que as medidas de pandemia e saúde pública se intensificaram, especialistas em diversas áreas rapidamente começaram a notar a probabilidade de impacto negativo sobre a saúde mental no público em geral e a necessidade de serviços adicionais ou

aprimorados de saúde mental. De fato, há a probabilidade de que o COVID-19 tenha pelo menos efeitos negativos de curto prazo sobre a saúde mental. No público em geral, estudos recentemente publicados documentam efeitos prejudiciais do COVID-19 sobre depressão, ansiedade, estresse pós-traumático e qualidade do sono. Efeitos negativos semelhantes também foram relatados de outros países, juntamente com o aumento do tabagismo e consumo de álcool, e diminuição da atividade física (ZHOU et al., 2020).

Pesquisas realizadas na Espanha e no Reino Unido mostraram que os efeitos psicológicos da pandemia COVID-19 nesses países são considerados um problema de saúde mental pública emergente, por isso, recomendaram implementar programas para o seu cuidado. Levando em conta os limites de interação social e as medidas de confinamento, os serviços de saúde mental adotaram o uso de linhas diretas, plataformas de aplicativos móveis, internet e redes sociais para compartilhar estratégias para lidar com o estresse, bem como avaliar o impacto psicossocial na população exposta (VÁZQUEZ et al., 2020).

De acordo com Smith et al. (2020), a literatura sugere que um fator de risco chave tanto para a ansiedade quanto para a depressão é o isolamento percebido. Além disso, a literatura mostra que os laços nas redes sociais, o apoio social, a estrutura da rede e a participação em atividades sociais estão associados a uma melhor saúde mental. É possível, portanto, que as recentes restrições impostas à população devido à pandemia COVID-19 possam ter consequências não intencionais em si sobre o estado de saúde mental e complicações de saúde mental das pessoas.

É importante ressaltar que a ansiedade e a depressão uma vez desenvolvidas tendem a acompanhar toda a vida útil. Devido às conhecidas consequências prejudiciais da ansiedade e da depressão é importante garantir que estratégias estejam em vigor tanto para prevenir quanto gerenciar tais complicações de saúde mental (SMITH et al., 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através deste estudo foi possível identificar que atualmente a pandemia da COVID-19 modificou a forma como muitos idosos estão vivendo suas vidas. A pandemia e o aumento do risco de mortalidade associados à doença podem fazer com que os idosos vivenciem maior ansiedade, estresse e sintomas parecidos com a depressão.

Desse modo, pôde-se concluir que os efeitos psicológicos, vivenciados pela população idosa com doenças crônicas em meio à crise do COVID-19 e suas medidas sanitárias,

mostram a necessidade de investigar a incidência de estresse, ansiedade e depressão nesta população altamente vulnerável.

Quanto às limitações deste estudo, destaca-se a incipiência de pesquisas na área, o que pode limitar a generalização dos resultados obtidos. Assim, sugere-se o desenvolvimento de novas investigações sobre a temática, que é de fundamental importância para o direcionamento da elaboração de condutas voltadas à saúde mental da população idosa portadora de doenças crônicas diante da pandemia da COVID-19.

Portanto, é de vital importância cuidar da saúde mental das pessoas idosas, principalmente aquelas que sofrem de doenças crônicas. Em particular, há a necessidade de suprir esses membros vulneráveis da população com intervenções psicossociais e ferramentas destinadas a melhorar seu estado emocional e social nesses tempos desafiadores em que vivemos atualmente. Desenvolver conexões sociais usando tecnologia e aconselhamento regular pode ser uma solução potencial para a orientação de permanência dos idosos em casa.

Nessa conjuntura, o trabalho oferecerá importantes contribuições na esfera da pesquisa, sendo de grande valia para comunidade científica e acadêmica, demonstrando a importância do aprimoramento de mais estudos sobre o tema exibido, no intuito de contribuir para minimizar os impactos do distanciamento social pela COVID-19 na saúde mental de idosos com doenças crônicas, bem como a aplicação e o aperfeiçoamento das estratégias de preservação e atenção à saúde mental dessa população durante e após a pandemia.

Palavras-chave: Covid-19, Distanciamento Social, Doenças Crônicas, Idosos, Saúde Mental.

REFERÊNCIAS

ALKHAMEES, A.A.; ALRASHED, S.A; ALZUNAYDI, A.A.; ALMOHIMEED, A.S.; ALJOHANI, M.S. The psychological impact of COVID-19 pandemic on the general population of Saudi Arabia. **Compr Psychiatry**; v.102: p.152 - 192, 2020 10, 2020. Disponível em:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0010440X20300341?via%3Dihub>. Acesso em 11 out 2020.

BARROS, M.B.A.; LIMA, M.G.; MALTA, D.C.; SZWARCOWALD, C.L.; AZEVEDO, R.C.S.; ROMERO, D. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiol Serv Saúde**. [preprint]. 2020 [citado 2020 jul 27]:[23 p.]. Disponível em:

<https://www.scielo.org/article/ress/2020.v29n4/e2020427>. Acesso em 19 out 2020.

BRASIL. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Manejo Clínico de Condições Mentais, Neurológicas e por Uso de Substâncias em Emergências Humanitárias**. Guia de Intervenção Humanitária. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2020.

BRASIL. Centro De Estudos e Pesquisas em Emergências e Desastres em Saúde; Fundação Oswaldo Cruz. **Saúde mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: Recomendações gerais**. Brasília, 2020 a.

CALLOW, D.D.; ARNOLD-NEDIMALA, N.A.; JORDAN, L.S.; PENA, G.S.; WON, J.; WOODARD, J.L.; SMITH, J.C. The Mental Health Benefits of Physical Activity in Older Adults Survive the COVID-19 Pandemic. **Am J Geriatr Psychiatry**. v.28, n10, p.1046-1057, 2020. Disponível em:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1064748120304000?via%3Dihub>. Acesso em 11 out. 2020.

EUROSURVEILLANCE. Editorial Team. Updated rapid risk assessment from ECDC on coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic: increased transmission in the EU/EEA and the UK. **Euro Surveill**. v. 25, n.12, 2020. Disponível em:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7078827/>. Acesso em 11 out. 2020.

FITZPATRICK, K.M.; HARRIS, C.; DRAWVE, G. Fear of COVID-19 and the mental health consequences in America. **Psychol Trauma**. v.12, n.1, p. 17-21, 2020. Disponível em:
<https://doi.apa.org/fulltext/2020-38568-001.html>. Acesso em 12 out. 2020.

GALINDO-VÁZQUEZ, O.; RAMÍREZ-OROZCO, M.; COSTAS-MUÑIZ, R.; MENDOZA-CONTRERAS, L.A.; CALDERILLO-RUIZ, G.; MENESES-GARCÍA, A. Síntomas de ansiedad, depresión y conductas de autocuidado durante la pandemia de COVID-19 en la población general. **Gac Med Mex**. v.156, n.4, p.298-305, 2020. Disponível em:
https://gacetamedicademexico.com/frame_eng.php?id=442. Acesso em 12 out. 2020.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & contexto enfermagem**, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008.

SMITH, L.; JACOB, L.; YAKKUNDI, A.; MCDERMOTT, D.; ARMSTRONG, N.C.; BARNETT, Y.; LÓPEZ-SÁNCHEZ, G.F.; MARTIN, S.; BUTLER, L.; TULLY, M.A. Correlates of symptoms of anxiety and depression and mental wellbeing associated with COVID-19: a cross-sectional study of UK-based respondents. **Psychiatry Res**. v.291, p. 113-138, 2020. Disponível em:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120312476?via%3Dihub>. Acesso em 14 out. 2020.

ZHOU, Y.; MACGEORGE, E.L.; MYRICK, J.G. Mental Health and Its Predictors during the Early Months of the COVID-19 Pandemic Experience in the United States. **Int J Environ Res Public Health**. v.17, n.17, p.08-31, 2020. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/17/6315>. Acesso em 12 out. 2020.