



OS EFEITOS DA PANDEMIA DE COVID-19 NA ANSIEDADE EM IDOSOS: UMA REVISÃO NARRATIVA

Edizângela de Fátima Cruz de Souza ¹

RESUMO

A ansiedade apresenta alta prevalência na sociedade, mas, após a eclosão da pandemia do novo coronavírus, os sintomas ansiosos ficaram ainda mais evidentes. Os idosos, por apresentarem uma maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de transtornos psicológicos devido ao processo de envelhecimento, necessitam de uma maior atenção. Com isso, o objetivo desse trabalho foi analisar os efeitos da pandemia de covid-19 na ansiedade em idosos, visando compreender de que forma esse contexto pandêmico impactou no seu cotidiano e no desenvolvimento de quadros ansiosos. Nessa direção, foi realizado um procedimento amplo e não sistematizado denominado como revisão narrativa, em três bases de dados, bem como uma complementação de estudos encontrados nas listas de referências dos artigos selecionados. Os resultados mostraram que a ansiedade foi um dos transtornos psicológicos que mais afetou a saúde mental dos idosos na pandemia, tendo sido desenvolvida devido a questões como as medidas restritivas de isolamento social e a alta taxa de mortalidade pelo vírus no grupo de risco que fazem parte. Além disso, a literatura apontou que isso foi ainda mais acentuado em idosos que residem em instituições de longa permanência e naqueles que necessitam de familiares para realizarem suas atividades diárias, fazendo com que até sua qualidade do sono tenha sido prejudicada. Logo, salienta-se a necessidade de novos estudos que abarquem a temática, visando à elaboração de estratégias que busquem melhorar a qualidade de vida desses indivíduos.

Palavras-chave: Ansiedade, Idosos, Covid-19, Saúde Mental.

INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, a cidade de Wuhan, na China, apresentou dados que evidenciavam a propagação de uma nova doença respiratória causada por um vírus, que, posteriormente, foi denominado como o novo coronavírus (covid-19). Nesse sentido, observou-se que essa doença manifestava rápido contágio, fazendo com que se disseminasse internacionalmente, o que levou à Organização Mundial de Saúde (OMS) a declarar, alguns meses depois, em março de 2020, que se consistiria como uma pandemia. Por conta disso, as autoridades de saúde dos países, ao perceber o aumento de mortes acarretadas por esse vírus, tomaram algumas medidas para evitar a crescente transmissão e combatê-la, como o isolamento social e orientações acerca de higiene pessoal (ARMITAGE; NELLUMS, 2020).

¹ Mestranda do Curso de Psicologia Social da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, edizangela.cruz@outlook.com;



As manifestações clínicas dessa doença podem ser, por exemplo, tosse, febre, falta de ar e congestão nasal, mas há pessoas infectadas que apresentam a ausência de sintomas. O agravamento dessa patologia pode ser rápido, progredindo para dispneia e sintomas torácicos graves, podendo até levar à morte. Isso pode depender de comorbidades como hipertensão, diabetes, obesidade, asma crônica e doenças autoimunes (NETTO; CORRÊA, 2020). Contudo, por consistir em uma doença relativamente desconhecida, o tratamento, por muito tempo, não apresentava consenso na ciência, além das vacinas terem demorado quase um ano para chegarem à sociedade geral, o que levou a um quantitativo muito relevante de mortes (FALAVIGNA *et al.*, 2020).

Além de impactar a saúde física das pessoas, a pandemia também pode ter provocado efeitos significativos nos aspectos psicológicos de até metade da população, principalmente, se esses não receberem a atenção adequada (ORNELL *et al.*, 2020). Logo, o distanciamento social, o medo pelo risco de se contaminar e perder pessoas próximas, mudanças no cotidiano e questões financeiras podem ter feito com que os indivíduos apresentassem sentimentos como desamparo, abandono, estresse, ansiedade e insônia, o que pode evoluir para o desenvolvimento de transtornos mentais, como a depressão, ansiedade, psicoses e suicídio (XIANG *et al.*, 2020).

A ansiedade, por exemplo, apresenta uma alta prevalência na sociedade antes mesmo da eclosão da pandemia. Os sintomas ansiosos podem ser relacionados a uma preocupação intensa e antecipação do perigo, o que pode levar a uma frequência cardíaca elevada, respiração rápida e sudorese (CASTILLO *et al.*, 2000). As causas para esse transtorno podem estar associadas à predisposição genética, fatores ambientais e histórico familiar, podendo ser mais prevalente em mulheres do que homens (Wang *et al.*, 2020).

Na pandemia de covid-19, devido aos motivos já mencionados, esses sintomas podem ser desenvolvidos ou mais acentuados. Estudos em outros contextos semelhantes, como no surto de SARS entre 2002 e 2004, mostraram que o desenvolvimento de transtornos psicológicos na população pode ser percebido durante período de quarentena (ROLIM *et al.*, 2020). Logo, pode-se dizer que pode haver uma maior suscetibilidade em alguns grupos específicos, como idosos, profissionais de saúde, pacientes com condições clínicas e/ou psiquiátricas e familiares de pacientes infectados ou vítimas da doença (ORNELL *et al.*, 2020).

Os idosos, então, além de fazerem parte do grupo de risco quanto às complicações da covid-19 por terem apresentado altas taxas de letalidade pelo mundo, também são mais

suscetíveis ao desenvolvimento de problemas psicológicos decorrentes das medidas de isolamento social. Sendo assim, esse público pode acabar manifestando sintomas de ansiedade, o que faz necessário com que precise de uma atenção mais específica (VALE *et al.*, 2020). No entanto, comumente, a saúde mental do idoso é negligenciada por seus familiares, podendo fazer com que seu quadro se agrave, o que representa a necessidade de avaliar a abordagem diagnóstica de uma forma diferenciada, levando em consideração que os idosos podem apresentar características peculiares no que diz respeito a esses aspectos psicológicos (CLEMENTE; FILHO; FIRMO, 2011).

Nessa direção, o estudo se justifica na noção que a pandemia de covid-19 pode ter impactado significativamente na saúde mental de idosos, que apresentam maiores vulnerabilidades de desenvolvimento de sintomas relacionados a transtornos mentais, como, por exemplo, a ansiedade decorrente do distanciamento social e do medo da doença por fazer parte do grupo de risco. Logo, faz-se necessário entender os resultados encontrados na literatura, visando promover ações de prevenção e promoção da atenção psicossocial a idosos, amenizando os quadros de ansiedade nesses indivíduos e melhorar sua qualidade de vida.

O objetivo desse trabalho, portanto, consistiu em analisar, a partir da análise e revisão dos artigos, os efeitos da pandemia de covid-19 na ansiedade de idosos, levando em consideração as mudanças ocorridas na vida deles nesse contexto, visando compreender de que forma isso impactou no seu cotidiano e no desenvolvimento de quadros ansiosos.

METODOLOGIA

Para atingir o objetivo proposto, em setembro de 2021 a maio de 2022, foi realizada uma revisão narrativa, de cunho qualitativo, de artigos publicados, sem restrição de tempo e idioma, que estavam indexados nas seguintes bases de dados: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (Lilacs) e Periódicos Eletrônicos em Psicologia (Pepsic), complementando com estudos encontrados nas listas de referências dos artigos selecionados. Dessa forma, foram escolhidos trabalhos conforme sua relação com o conteúdo acerca dos efeitos da pandemia de covid-19 na ansiedade de idosos.

É importante ressaltar que a revisão narrativa, segundo Rother (2007), diferente da revisão sistemática, não apresenta critérios sistematizados a priori para a seleção dos estudos, então, o rigor científico é menor. Contudo, esse tipo de procedimento é pertinente para

fomentar discussões sobre o estado da arte de determinadas temáticas, como a do presente estudo, podendo contribuir para a fundamentação teórica da área e para o conhecimento científico, visto que foi possível realizar uma análise ampla sobre a temática.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da análise, foi possível observar que alguns estudos abarcaram a temática da saúde mental de idosos na pandemia de covid-19. Por exemplo, Monteiro, Figueiredo e Cayana (2021) avaliaram os impactos psicológicos das medidas restritivas para o combate à doença, como o isolamento social, encontrando o aumento considerável, dentre outros transtornos, dos níveis de ansiedade nesse público, principalmente pelo fato das dificuldades ao acesso a serviços psiquiátricos durante a quarentena. Nesse sentido, o estudo de Moreira e Sousa (2021) encontrou que a ansiedade foi um dos problemas mais relevantes na esfera da saúde mental de idosos, devido à alta taxa de mortalidade desse público, sendo algo ainda mais grave com pessoas que já apresentavam transtornos psiquiátricos.

Além dos estudos constatarem o desenvolvimento de ansiedade na pessoa idosa, também foi possível analisar os sintomas mais prevalentes nos idosos. Por exemplo, Braun *et al.* (2022) encontraram resultados que indicaram que podem ser: nervosismo, palpitações, dificuldade de respirar e incapacidade relaxar. Outrossim, os idosos, principalmente do sexo feminino, consideraram a importância de ter uma ajuda profissional a fim de diminuir seus sintomas ansiosos, mesmo que seja de forma virtual.

Ademais, Costa *et al.* (2020) observaram que o fato de muitos idosos dependerem de seus familiares para realizar suas atividades diárias e as medidas de isolamento social terem prejudicado isso pode ter sido um dos fatores desencadeadores de sintomas ansiosos nesses indivíduos. Outros fatores constatados dizem respeito a se sentirem isolados, ao número crescente de mortes da sua faixa etária e à cobertura intensa da mídia acerca dos casos da doença. Enquanto isso, o estudo de Santos *et al.* (2021) verificaram que os sintomas relacionados com a ansiedade em idosos que vivem em instituições de longa permanência foram ainda mais preocupantes, visto que já apresentavam contato reduzido com seus familiares antes da pandemia, em que esse abandono social foi ainda mais acentuado, e também pela angústia pela elevada taxa de casos de covid-19 nesses abrigos.

No trabalho de Pinheiro *et al.* (2020), os resultados apontaram que as medidas de isolamento social provocou efeitos negativos na ansiedade dos idosos, de modo que até a sua

qualidade do sono pode ter sido afetada, em que os participantes relataram que a preocupação excessiva por conta da doença os fazem não dormir de forma adequada. Ainda, Romero *et al.* (2021) mostraram que as mulheres idosas apresentaram mais sintomas ansiosos do que pessoas do sexo masculino, devido à carga cultural de cuidado do ambiente domiciliar e maior vulnerabilidade econômica. Ademais, esse estudo demonstra a importância de se elaborar estratégias de atenção psicossocial para os idosos, uma vez que esse público apresenta mais vulnerabilidades nesse momento de pandemia.

Ainda, Faria e Patiño (2022) apontaram que o sentimento de solidão, que já pode ser comum nessa fase da vida, pode estar relacionado com mudanças emocionais e alterações comportamentais na pandemia. Ou seja, além dos idosos demonstrarem sintomas ansiosos, o diagnóstico de depressão também está afetando a saúde mental da população idosa na quarentena devido à eclosão do novo coronavírus, apresentando, por exemplo, sintomas como tristeza e perda de apetite.

Seguindo essa direção, a literatura apontou algumas intervenções voltadas a atender os idosos que desenvolveram sintomas relacionados à ansiedade decorrente da pandemia de covid-19. Por exemplo, três estratégias analítico-comportamentais foram apresentadas por Nascimento Júnior, Tatmatsu e Freitas (2020), são elas: a aprendizagem de habilidades digitais, a dosagem de informações consumidas e a adaptação de atividades físicas para o ambiente doméstico. Tajra *et al.* (2020) também aplicaram intervenção visando o enfrentamento da ansiedade no contexto de pandemia, sendo por meio de redes sociais a partir da disseminação de conteúdos de promoção à saúde, o que contribuiu no bem-estar psicológico e qualidade de vida desses idosos.

Rocha *et al.* (2020) apresentaram possibilidades de intervenções a partir de modalidades terapêuticas cientificamente comprovadas, como a atividade física por meio de *exergames*, que é a combinação de exercícios físicos e jogos, o que pode contribuir para o aumento do nível de saúde mental da população idosa durante o cenário de covid-19. Ainda, Cavalcante *et al.* (2021) abordou estratégias voltadas para intervenções psicológicas, como algumas recomendações por meio de vídeos e cartilhas e ações de prevenção da saúde e apoio social para idosos durante a pandemia, o que fez com que diminuísse os sintomas relacionados com a ansiedade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia de covid-19 provocou efeitos consideráveis em diversas esferas da vida das pessoas, como na saúde mental, sendo assim, sintomas relacionados com a ansiedade foram observados em boa parte da população. Os idosos merecem uma atenção especial, uma vez que podem estar mais vulneráveis para o desenvolvimento de transtornos mentais. A partir disso, o objetivo desse estudo foi verificar, a partir da análise e revisão dos artigos, os efeitos da pandemia de covid-19 na ansiedade de idosos, levando em consideração as mudanças ocorridas na vida deles nesse contexto, visando compreender de que forma isso impactou no seu cotidiano e no desenvolvimento de quadros ansiosos.

Essa revisão demonstrou que a ansiedade foi um dos aspectos psicológicos mais afetados em idosos, devido às medidas de isolamento social, medo da doença por fazerem parte do grupo de risco e pela ampla cobertura da mídia. Por isso, a literatura apontou intervenções possíveis para atender esse público e melhorar seu bem-estar psicológico, como modalidades terapêuticas. Portanto, pode-se constatar que o objetivo foi alcançado.

No entanto, esse estudo pode ter apresentado como limitação ter sido feito o procedimento de revisão narrativa, que abarca publicações mais amplas e não utiliza critérios sistematizados, ficando como sugestão para trabalhos futuros o uso de outros procedimentos sistematizados, mas a revisão narrativa ainda pode ser importante para fomentar discussões sobre a temática e atualizar os conhecimentos da ciência. Dessa forma, o presente estudo foi relevante e apresentou novas contribuições para o campo.

REFERÊNCIAS

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

BRAUN, I. *et al.* Impactos da pandemia de covid-19 na saúde mental dos idosos. *Brazilian Journal of Global Health*, v. 2, n. 6, p. 22-26, 2022.

CASTILLO, A. R. G. L. *et al.* Transtornos de ansiedade. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 22, p. 20-23, 2000.

CAVALCANE, T. C. B. *et al.* Estratégias de promoção do bem-estar psicossocial para pessoas idosas durante a COVID-19: revisão narrativa. *Comunicação em Ciências da Saúde*, v. 32, n. 02, 2021.



CLEMENTE, A. S.; LOYOLA FILO, A. I. ; FIRMO, J. O. A. Concepções sobre transtornos mentais e seu tratamento entre idosos atendidos em um serviço público de saúde mental. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 27, p. 555-556, 2011.

COSTA, F. A. *et al.* COVID-19: seus impactos clínicos e psicológicos na população idosa. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 7, p. 49811-49824, 2020.

FALAVIGNA, M. *et al.* Diretrizes para o tratamento farmacológico da COVID-19. *Revista Brasileira de Terapia Intensiva*, v. 32, p. 166-196, 2020.

FARIA, L.; PATIÑO, R. A. Dimensão psicossocial da pandemia de Sars-CoV-2 nas práticas de cuidado em saúde de idosos. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, v. 26, 2022.

MONTEIRO, I. V. L.; FIGUEIREDO, J. F. C.; CAYANA, E. G. Idosos e saúde mental: impactos da pandemia de COVID-19. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 2, 2021.

MOREIRA, E. M. F.; SOUSA, M. N. A. Olhares sobre o impacto do isolamento social à saúde mental do idoso. *Journal of Medicine and Health Promotion*, v. 6, p. 234-244, 2021.

NASCIMENTO JÚNIOR, F. E.; TATMATSU, D. I. B; FREITAS, R. G. T. Ansiedade em idosos em tempos de isolamento social no Brasil (covid-19). *Revista Brasileira de Análise de Comportamento*, v. 16, n.1, 2020.

NETTO, R. G. F.; CÔRREA, J. W. N. Epidemiologia do surto de doença por coronavírus (covid-19). *Desafios-Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins*, v. 7, n. Especial-3, p. 18-25, 2020.

ORNELL, F. *et al.* “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 42, n.3, p. 232-235, 2020.

PINEIRO, E. N. *et al.* Sono e bem estar do idoso durante o período de quarentena. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, v. 17, n. 2, 2020.

ROCHA, S. V. *et al.* A pandemia de COVID-19 e saúde mental de idosos: possibilidade de atividade física por meio dos Exergames. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, v. 25, p. 1-4, 2020.

ROLIM, J. A. *et al.* Manejo da ansiedade no enfrentamento da Covid-19. *Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REVEESC*, v. 5, n. 1, p. 64-74, 2020.

ROMERO, D. E. *et al.* Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda de trabalho. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, p. e00216620, 2021.

ROTHER, E. T. Revisão sistemática x revisão narrativa. *Acta Paul Enferm*, v. 20, p. 5-6, 2007.

SANTOS, R. C. *et al.* A saúde mental dos idosos diante o distanciamento em tempos de COVID-19. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 9, p. 87374-87384, 2021.



TARJA, A. C. G. *et al.* Elaboração de uma intervenção educativa preventiva sobre ansiedade para idosos: relato de experiência em tempos de COVID-19. *Revista Kairós: Gerontologia*, v. 23, p. 59-76, 2020.

VALE, T. D. *et al.* COVID-19 e idoso: medidas de isolamento social e exacerbação da violência e abuso familiar. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 3, n. 6, p. 17344-17352, 2020.

XIANG, Y. *et al.* Timely mental health care for the 2009 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet psychiatry*, v. 7, n. 3, 228-229, 2020.

WANG, Cuiyan *et al.* Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, v. 17, n. 5, p. 1729, 2020.