

DECLÍNIO COGNITIVO DE PESSOAS IDOSAS PÓS PANDEMIA DO COVID-19

Anne Beatriz Araújo Coelho¹

Vinicius Cavalcanti de Albuquerque Vespasiano Borges²

RESUMO

O processo de envelhecimento predispõe a perda de muitas habilidades devido a alteração das células sensitivas. Um dos sistemas mais afetados é o proprioceptivo que é responsável por perceber cada parte do corpo dentro do ambiente. Com a diminuição de certas funções desse sistema, o idoso se torna mais frágil e mais propício a quedas e desequilíbrios. Diversos estudos apontam que a perda do equilíbrio acaba causando uma dependência e insegurança nos idosos, prejudicando a realização de suas Atividades de Vida Diária AVD 's. O objetivo desse estudo é identificar, através de levantamento bibliográfico, a utilização da estimulação proprioceptiva para a melhoria da postura e deambulação de idosos. Trata-se de uma revisão de literatura realizada a partir de artigos disponíveis em repositórios de revistas interdisciplinares nacionais e nas bases de dados da Biblioteca virtual de saúde e do LILACS. Foram incluídos artigos correspondentes a estudos publicados entre o período de 2019 a 2023, em língua portuguesa. Para a reabilitação e prevenção da funcionalidade da marcha e postura do idoso é indicada a estimulação proprioceptiva por meio de exercícios físicos em superfícies irregulares como é o caso da tábua proprioceptiva, pois esses recursos provocam uma tensão em certos grupamentos musculares, que mantém contato direto com o sistema nervoso, obtendo um melhor ajuste postural. Constatou-se que a estimulação proprioceptiva associada a prática de exercícios físicos influencia positivamente na postura e diminuição de quedas em idosos, trazendo resultados a médio e longo prazo. Dessa forma, o idoso alcança maior independência em suas ocupações diárias e, conseqüentemente, maior qualidade de vida.

Palavras-chave: Pessoa idosa, Cognição, Covid-19.

INTRODUÇÃO

Em janeiro de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou o surto do novo coronavírus (Covid-19) e o anunciou como uma Emergência de Saúde Pública e de Importância Internacional (OPAS, 2020). A pandemia do COVID-19 gerou grandes impactos e mudanças na vida das pessoas de todo o mundo, principalmente pela necessidade do isolamento social, medida de extrema importância para a contenção da propagação desse

¹ Graduanda do Curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Pernambuco- UFPE, anne.coelho@ufpe.br

² Graduando do Curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Pernambuco- UFPE, vinicius.avborges@ufpe.br

vírus. Apesar de ser algo necessário, perpetuou muitos prejuízos à saúde da população. A saúde mental e a saúde cognitiva foram as principais áreas afetadas devido a esse vírus e ao isolamento.

As repercussões na população idosa transcendem as meras complicações da doença. A alteração na rotina e nos hábitos, resultantes do distanciamento físico, acarretou diversos prejuízos, incluindo declínio funcional e cognitivo em muitos idosos. Entre os principais desdobramentos incluem dificuldades de concentração, perda de memória, aumento do estresse, manifestações de ansiedade, estados depressivos de humor e distúrbios do sono (Barros et al., 2020 apud Cruz et al., 2022).

Um componente essencial da cognição, a memória de trabalho, sofre o maior impacto no processo de envelhecimento, no qual permite a combinação de informações recebidas com as informações recuperadas da memória de longo prazo (Levy, 2018 apud Cruz et al., 2022). Seu declínio é gradual e se intensifica com o avanço da idade, assim, resultando em desafios no gerenciamento de complexas e novas informações, como no raciocínio e na resolução de problemas (Hale et al., 2011; Hannon & Daneman, 2009; Salthouse, 2016 apud Cruz et al., 2022).

Além disso, outra função cognitiva influenciada pelo envelhecimento, potencialmente associada a déficits no controle inibitório, é a atenção dividida. Ela está relacionada à habilidade de processar, de forma simultânea, informações provenientes de duas ou mais fontes (Chariglione et al., 2018; Levy, 2018 apud Cruz et al., 2022). Há uma dificuldade notável relacionado a dividir a atenção quando envolve a assimilação de novas informações do que em atividades rotineiras (Rubinstein et al., 2001 apud Cruz et al., 2022).

O declínio cognitivo prejudica funcionalmente as Atividades de Vida Diária (AVD's) e conseqüentemente leva a uma sensação de incapacidade e frustração.

Nesta perspectiva, o objetivo deste estudo é identificar, através de levantamento bibliográfico, os indícios de declínio cognitivo dos idosos pós COVID-19.

METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)

Trata-se de uma revisão de literatura realizada a partir de artigos disponíveis em repositórios de revistas interdisciplinares nacionais e nas bases de dados da Biblioteca Virtual de Saúde e SciELO. Foram incluídos artigos correspondentes a estudos publicados entre o período de 2019 a 2023, em língua portuguesa

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O distanciamento social emergiu como uma estratégia eficaz para conter a propagação do vírus SARS-CoV-2, no entanto, a limitação nas interações sociais presenciais, especialmente com familiares e amigos, desempenhou um papel substancial no desencadeamento do declínio cognitivo em idosos. Isso, visto que, no decorrer da pandemia de COVID-19, ao comparar indivíduos que foram submetidos à quarentena com aqueles que não passaram por essa medida, observou-se um aumento significativo na incidência de estresse pós-traumático, depressão, ansiedade, irritabilidade, insônia e estresse (Chong et al., 2020 apud Baptista, 2022).

A escassez de estímulos cognitivos, desafios e aprendizados sociais, juntamente com a monotonia do ambiente doméstico, pode refletir na diminuição da plasticidade cerebral, emergindo como um componente crucial para o declínio cognitivo nos idosos durante esse período prolongado de isolamento (Cruz et al., 2022).

Dentre os vários elementos da cognição que emergem como focos relevantes para a transformação de comportamentos, crenças e atitudes no contexto da pandemia de COVID-19, enfatiza-se a percepção de risco, o conhecimento geral, os estilos cognitivos e o processo decisório. A percepção de risco inerente a uma revelação de uma pandemia pode desencadear alterações cognitivas e emocionais, instigando uma preparação intrínseca para a autoproteção (Malloy-Diniz et al., 2020).

De acordo com a pesquisa de Baptista (2022) os pacientes idosos com demências que sofreram o isolamento social durante a pandemia do Covid-19 cerca de 90% pioraram dos sintomas comportamentais e psicológicos como o aumento da ansiedade, apatia e depressão e cerca de 60% tiveram alterações na cognição. Esses dados reiteram a lacuna no ganho cognitivo dessa população principalmente tanto pelo distanciamento de suas comunidades de socialização, quanto pelo extremo medo da propagação do vírus.

Segundo Santos (2023) em sua pesquisa houve a identificação dos impactos cognitivos nessa população, especialmente no que se refere às funções da memória, à função verbal, à codificação e às funções executivas, essas alterações cognitivas não apenas são identificáveis em um espectro amplo, mas também estão intrinsecamente associadas ao comprometimento nas atividades diárias dos idosos.

Além disso, como evidenciado por Costa (2022) no qual aponta que houve uma potencialização das alterações cognitivas, podendo ser atribuído pela interrupção abrupta das rotinas diárias, à falta de interações sociais e o aumento de estresse relacionado à

preocupação com a própria saúde em meio a propagação do vírus. Sendo assim, observou-se, também, a manifestação de um sentimento de solidão por parte dessa população, reforçado pela ausência de interações sociais, sendo esse sentimento não apenas uma experiência emocional, mas também associada a riscos significativos para a saúde cognitiva.

Nos estudos de Baptista (2022) e Santos et al. (2023), foi constatado que a principal população de risco para sofrer um declínio cognitivo durante o período de isolamento social foi o grupo de idosos mais jovens, entre 61 e 70 anos, isso, podendo ser atribuído a fatores como a possibilidade desses idosos possuírem uma rotina mais ativa socialmente antes da pandemia, participando de atividades sociais e grupos com interações regulares, sendo a interrupção abrupta dessas dinâmicas um grande agente na queda de sua saúde cognitiva.

Além disso, Santos et al. (2023) observaram que idosos previamente diagnosticados com demência antes da pandemia frequentemente apresentaram uma progressão acentuada desse declínio cognitivo, isso, por vezes, imputado pela interrupção das rotinas terapêuticas, de apoio e convívio social, fatores que desempenham um papel crucial na gestão e desaceleração do progresso de doenças neurodegenerativas.

Outrora, Santos et al. (2023), apesar dos números não serem estatisticamente significantes, identificaram que o maior grau de escolaridade foi fator de proteção para essa população. Obtendo uma relação contínua com a capacidade adaptativa do cérebro com a aquisição de novos conhecimentos e de novas habilidades, e seu vínculo com a proteção do cognitivo desses indivíduos. Isso, tendo em vista que a busca constante por conhecimento e a aquisição de novas aptidões não apenas contribuem para a flexibilidade cognitiva, mas também podem proporcionar efetivamente um suporte na manutenção da função cerebral durante períodos de estresse e mudanças drásticas no ambiente, como as impostas pela pandemia do COVID-19.

Segundo a análise de Cruz et al. (2022) sobre um estudo aplicado por um grupo de discentes do curso de Terapia Ocupacional de uma universidade do sul do Brasil para com um grupo de 21 idosos, em que foram construídas diversas tarefas cognitivas direcionadas para a orientação, memória, funções executivas e construção visual-motora e distribuídas em treinos individuais, aplicados com base nos fundamentos da terapia ocupacional, visando não só aspecto físicos, mas também sociais, culturais e ocupacionais desses pacientes, foram apresentados resultados positivos que demonstram como o uso de atividades de treino cognitivo colaboram para um favorável desempenho cognitivo, qualidade de vida e bem-estar desses participantes, gerando a redução de sintomas depressivos dos idosos, um melhor

monitoramento da capacidade funcional e o favorecimento da independência e autonomia dos idosos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante disso, pode-se perceber que o impacto cognitivo nos idosos pós COVID-19 lesou não só a área cognitiva desses idosos, mas também e principalmente seus sentimentos e relações intrapessoais. O treino cognitivo com base nos fundamentos da terapia ocupacional, utilizando-se da análise de atividades, mostrou-se um potencializador na melhora e na preservação do cognitivo e do bem estar destes idosos.

REFERÊNCIAS

BAPTISTA, T. F. Avaliação do isolamento social devido a pandemia do novo coronavírus na cognição dos idosos sem transtornos cognitivos prévios acompanhados no Ambulatório de Geriatria do Hospital do Servidor Público Municipal. pesquisa.bvsalud.org, 2022.

COSTA, J. C. P. Promoção da saúde no idoso com alterações cognitivas e motoras pós isolamento Covid-19. Disponível em: <<https://rdpc.uevora.pt/handle/10174/32561>>. Acesso em: 20 nov. 2023.

CRUZ, G. P. DA; PEREIRA, L. S.; RAYMUNDO, T. M. Treino cognitivo para idosos sem déficit cognitivo: uma intervenção da terapia ocupacional durante a pandemia da COVID- 19. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, v. 30, 2022.

MALLOY-DINIZ, L. F.; COSTA, D. de S.; LOUREIRO, F.; MOREIRA, L.; SILVEIRA, B. K. S.; SADI, H. de M.; APOLINÁRIO-SOUZA, T.; ALVIM-SOARES, A.; NICOLATO, R.; PAULA, J. J. de; MIRANDA, D.; PINHEIRO, M. I. C.; CRUZ, R. M.; SILVA, A. G. Saúde mental na pandemia de Covid-19: considerações práticas multidisciplinares sobre cognição, emoção e comportamento. Debates em Psiquiatria, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 46–68, 2020. DOI: 10.25118/2236-918X-10-2-6. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/39>.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). (2021). Histórico da pandemia COVID-19. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>.

LEVY 2018 Cognitive aging: considerations for adults and older adults. In N. Katz & J. Togliola (Eds.), Cognition, occupation, and participation across the lifespan: neuroscience, neurorehabilitation and models of intervention in Occupational Therapy (pp. 29-49). Bethesda: AOTA Press.



SANTOS, M. F. et al. Impactos na cognição de pessoas idosas infectadas pela Covid-19: uma revisão de literatura. Uningá Review, v. 38, p. eURJ4463–eURJ4463, 13 jun. 2023.