



Universidade de Uberaba

Mirla Jeane de Brito Moreira 5143109

SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS EM TEMPO DE  
PANDEMIA

Orientador(a): Camila Aparecida Peres Borges

Uberaba

2022

**MIRLA JEANE DE BRITO MOREIRA**

## **SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS EM TEMPO DE PANDEMIA**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado como requisito para  
à obtenção do título de Bacharel  
em Psicologia pela Universidade  
de Uberaba – Uniube.

Orientador(a): Camila Aparecida Peres Borges

**2022**

MIRLA JEANE DE BRITO MOREIRA

SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS EM TEMPO DE  
PANDEMIA

Dissertação apresentada como parte dos requisitos para obtenção do título de Bacharel em Psicologia pela Universidade de Uberaba.

Área de concentração:

Aprovada em: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_.

BANCA EXAMINADORA:

\_\_\_\_\_  
Profa. Camila Aparecida Peres Borges - Orientadora Universidade de Uberaba

\_\_\_\_\_  
Universidade de Uberaba

\_\_\_\_\_  
Universidade de Uberaba

\_\_\_\_\_  
Universidade de Uberaba

## **AGRADECIMENTO**

A Deus, em primeiro lugar, pela oportunidade de concluir a graduação que eu sempre almejei, por ter me concedido saúde e força durante essa caminhada.

A mãe Zana, meu pai Osmar e meu irmão Jean que nunca saíram do meu lado e que não mediram esforços para que concluísse essa etapa.

A minha filha Catarina, por ser a minha maior alegria e me dar forças nos momentos mais tristes e difíceis.

A minha avó Jovelina, que mesmo não estando entre nós, sempre foi um exemplo de amor, compaixão e fraternidade.

A minha comadre Nataly e minhas tias Darlaine e Eliene, que sempre me incentivaram.

Aos meus amigos Fernando, Maria Helena, Sebastião, Conceição, Maria Teresa, Juliana e Ingrid pela compreensão nos momentos de ausência.

A todos os professores que se fizeram presente durante essa jornada, em especial a Prof<sup>a</sup>. Camila Aparecida Peres Borges, pela amizade, orientação e paciência.

Aos amigos e colegas de classe, por todos os momentos compartilhados.

A todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigada.

MOREIRA, Mirla Jeane B.; **Saúde mental dos idosos em tempo de pandemia**. Uberaba/MG, 2022. Monografia 25 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia). Universidade de Uberaba. Orientadora: Prof. Me. Camila Aparecida Peres Borges.

## **RESUMO**

O coronavírus foi algo que atingiu todo o mundo, trazendo danos para a economia, para a saúde física e mental, para a educação e cultura. Mesmo toda a população sentindo os efeitos que esse vírus causou, o grupo dos idosos foram os mais afetados, já que para essas pessoas o isolamento social foi mais intensificado. Pensando nisso, o objetivo do trabalho foi compreender o impacto social que a Pandemia causou na vida dos idosos, enfatizando as principais vulnerabilidades e alterações de ordem psicológica, a partir da revisão narrativa da literatura científica. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura científica que tem como pergunta norteadora: “Como o isolamento social tem afetado significativamente a vida dos idosos em âmbito social? E de que maneira é possível minimizar seus reflexos?”. Foram realizadas buscas nas bases de dados SciELO e PePSIC, onde foram utilizados artigos em português publicado nos últimos dez anos. As relações sociais durante a pandemia foram cessadas, principalmente em meio a população idosa devido sua maior vulnerabilidade. Enfrentar as incertezas e instabilidade do COVID-19 requer um olhar cauteloso, ciente da necessidade do atendimento dos idosos com celeridade e envolvimento, visando meios para a monitoria desse público. Buscando um melhor entendimento sobre o assunto, foi realizado um apanhado sobre a saúde mental e a qualidade de vida na terceira idade, mostrando como a pandemia os afetou e como a ajuda de profissionais capacitados são indispensáveis.

**Palavras-chave:** Isolamento social. Idoso. Pandemia. COVID-19.

## **SUMÁRIO**

1 INTRODUÇÃO .....	7
2 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	8
2.1 - Qualidade de vida e Saúde mental na velhice .....	8
2.2- Entendendo o Covid-19.....	13
2.3 - A pandemia, o idoso e o papel da psicologia .....	16
3 CONCLUSÃO .....	19
REFERÊNCIAS .....	20

## 1 INTRODUÇÃO

De acordo com Monteiro, Figueiredo e Cayana (2021) ao final do ano de 2019, houve um surto de uma doença respiratória que foi detectada na China. Provocada pelo coronavírus, o então conhecido como COVID-19. Esse vírus se espalhou com grande velocidade por todo o mundo, fazendo milhares de vítimas, até que se tomou conhecimento de que o que estava por vir era uma pandemia.

Schueler (2021) esclarece que pandemia é um termo utilizado para designar a disseminação mundial de alguma doença, ou seja, quando um surto de uma região se espalha rapidamente por diferentes continentes. As doenças pandêmicas são infecciosas, possuem facilidade de transmissão, são altamente contagiosas e possuem rápida propagação.

Silva et al. (2020) explica que em 2020 a *Organização Mundial de Saúde (OMS)* declarou que o coronavírus, então COVID-19, se caracteriza como pandemia devido seus níveis alarmantes de contaminação. Para Hammerschmidt, Bonatelli e Carvalho (2020) de modo geral, todos tendem a sofrer com a situação em que o mundo se encontra, mas a parcela da população idosa (acima de 60 anos) acabam sendo as mais atingidas por fazer parte do grupo de risco.

Santos, Messias e Lopes (2020) reforçam que perante o surgimento do então COVID-19, considerando suas vulnerabilidades, toma-se ciência de que esses idosos necessitam de um isolamento social rígido, o qual aborda a necessidade de um atendimento e suporte à vida com maior celeridade, sendo importante que a observação de indícios de tristeza, desânimo ou qualquer mudança de comportamento.

De acordo com Silva et al. (2020) a discussão existente destaca o distanciamento social, que consiste a evitar o contato físico entre duas pessoas, recomendando o distanciamento de no mínimo um metro e meio da outra. Bem como, a necessidade do isolamento social em um todo, que se dá devido ao número de contágios ultrapassar os valores determinados previstos para um local e tempo em específico.

Hammerschmidt, Bonatelli e Carvalho (2020) salienta que fica explícito os fatores desfavoráveis causados pelos impactos na saúde mental durante a pandemia. Esses impactos se evidenciam perante a necessidade da promoção de saúde entre esse grupo de idosos visando a criação de intervenções afim de minimizar os impactos negativos causados pelo COVID-19. Impactos que seriam

minimizados através de uma permanência domiciliar, rede de apoio para compras e autopreservação de sua saúde como ação primária.

No entanto, segundo Santos et al. (2021) com a instauração do isolamento social o número de casos de violência contra os idosos aumentaram. Se caracterizando como violências omissões ou ações que ocorrem uma ou mais vezes, onde a integridade emocional e física são afetadas, acarretando em prejuízo social. Os autores completam que a violência pode se apresentar como abuso sexual, físico, psicológico, financeiro, negligência e abandono.

Santos et al. (2021) explica que esse tipo de violência sempre se fez presente, entretanto com a pandemia aumentou por decorrência de fatores como a maior vulnerabilidade dos idosos, que pode ser identificada como o uso de substâncias, problemas com a saúde mental e física e dependência. Santos et al. (2021) relata que os idosos que enfrentam problemas relacionados a mobilidade são os que mais sofrem diante desse cenário.

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo compreender o impacto social que a Pandemia causou na vida dos idosos, enfatizando as principais vulnerabilidades e alterações de ordem psicológica, a partir da revisão narrativa da literatura científica.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura científica que tem como pergunta norteadora “Como o isolamento social tem afetado significativamente a vida dos idosos em âmbito social? E de que maneira é possível minimizar seus reflexos?”. Foram realizadas buscas nas bases de dados SciELO e PePSIC, onde os artigos utilizados foram publicados em português nos últimos dez anos. Utilizando-se de palavras chaves que abordam essa revisão: isolamento social, idoso, pandemia e COVID-19. A revisão narrativa se trata da análise de artigos, teses e dissertações que foram anteriormente publicados, fazendo com que determinado assunto seja compreendido e examinado.

## **2 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **2.1 - Qualidade de vida e Saúde mental na velhice**

De acordo com Teixeira (2021) o envelhecimento é visto como algo biológico e que faz parte do ciclo de vida. Na atualidade, o envelhecimento é um processo



que relaciona fatores biológicos, psicológicos e sociais, fazendo com que o mesmo se torne complicado e diferente para cada indivíduo. Sousa (2021) complementa que há diferentes formas de chegar a essa etapa da vida e que os fatores citados a cima são fundamentais e podem alterar esse curso. Sendo assim, a maneira como cada ser humano vivencia essa etapa irá afetar seu modo de vida e fazer com que essa fase se torne mais ou menos satisfatória.

Castro, Araújo, Medeiros e Pedroso (2021) acrescentam que o envelhecimento é um processo que ocorre no decorrer da vida, mas a forma como cada um vivencia esse processo está relacionada com o contexto histórico de cada ser humano. O que enfatiza que esse processo é individual e que cada um carrega uma bagagem que foi contruída durante toda sua trajetória de vida.

Conforme Dias, Carvalho e Araújo (2013) a associação da queda da fecundidade, o aumento da expectativa de vida e a diminuição da mortalidade resultou no aumento do processo de envelhecimento. Um dos possíveis motivos desses avanços são as melhores condições sanitárias e higiênicas. Outros fatores determinantes são os sociais, econômicos, étnicos e gênero. Com isso, o quantidade de idosos aumentou, e continuará aumentando, significativamente, resultando em mais estudos e atenção para esse grupo.

Para Teixeira (2021) existem diferentes percepções sobre o envelhecimento, onde para alguns essa etapa é entendida como falta de produtividade, descaso, debilidade, abandono e um problema social, para outros são pessoas ativas, interativos, autossuficientes e que fazem da velhice uma nova experiência, procurando obter saúde e uma boa qualidade de vida, fazendo com que termos como “melhor idade” e “terceira idade” fossem criados. A maneira como cada um enfrenta a chegada do envelhecimento é crucial em diversos aspectos, incluindo a saúde, pois a realização de atividades é benéfica para o corpo e para a mente. Sendo assim, é importante que os termos criados sejam reflexo da realidade vivida pelos idosos.

Castro, Araújo, Medeiros e Pedroso (2021) relatam que como a velhice muitas vezes está ligada de maneira errônea a doenças, que a mesma acaba sendo vista como um processo doentio. Eles ainda argumentam que mesmo a velhice não estando relacionado com enfermidades, com o decorrer dos anos os seres humanos se tornem mais sujeitos a adoecimentos. Esse pensamento se explica devido a quantidade de doenças que surgem na velhice e a maior fragilidade que esse grupo possui.

Conforme Teixeira (2021) o envelhecimento depende de inúmeras causas, o ser humano é capaz de minimizar os efeitos maléficos do envelhecimento por meio de alterações em seus hábitos e comportamentos. Os autores complementam que alguns hábitos são determinantes para um envelhecimento saudável, como o não consumo de álcool e cigarro. Assim, imprescindível que hábitos saudáveis sejam adotados para que o estereótipo de idade e improdutividade sejam deixados de lado.

Para Mendonça et al. (2021) a esperança de vida está interligada com a melhoria da saúde da população idosa, fazendo com que a expectativa de vida tenha aumentado dez anos nos últimos 60 anos. Um dado importante e que o número de pessoas idosas devem aumentar cerca de 4 vezes em países em desenvolvimento e esse aumento terá um impacto na vida de toda sociedade. Esse dado nos mostra que a área da saúde vem melhorando também nos países em desenvolvimento, onde a cura e o tratamento para diversas doenças vem se tornando acessíveis.

Mendonça et al. (2021) afirmam que o Brasil acompanha os dados mundiais, pois segundo dados do Instituto Brasileiro de Pesquisas e Estatísticas (IBGE) no país existe cerca de 30,2 milhões de pessoas idosas, onde a expectativa de vida é de em média 76,8 anos, sendo crescente a população acima de 80 anos. Esses dados nos faz pensar que com o aumento da expectativa de vida o governo também deve aumentar os programas sociais e começar a pensar mais em melhorias para a qualidade de vida para essa parcela da população.

Castro, Araújo, Medeiros e Pedroso (2021) acrescentam que o envelhecimento global vem ocorrendo de forma acentuada, o que explica esse aumento é a queda na taxa de fecundidade, a maior expectativa de vida. A diminuição da mortalidade afeta a qualidade de vida, pois esse fator é impactado pelo processo de envelhecimento. Deixando claro que os idosos precisam de mais atenção e que a melhora na qualidade de vida dos mesmos é inquestionável diante do atual cenário.

Para Castro, Bonan e Gaudenzi (2021) muitos ainda enxergam a velhice como pessoas vulneráveis, frágeis e que precisam de cuidados médicos com frequência. No entanto, esse visão negativa tem mudado, mostrando que o envelhecimento ativo traz frutos satisfatórios, como o lazer e a autorrealização. Deixando de lado os compromissos familiares e profissionais, enfatizando a importância de cuidar da saúde e ter um envelhecimento ativo. Assim, é importante

que sejam mostrados os benefícios que um envelhecimento ativo trás e que o mesmo seja incentivado.

Para Inouye et al. (2018) uma boa qualidade de vida está relacionado com a satisfação das esperanças e expectativas de um indivíduo, sendo esses fatores alterados com o tempo. Dessa forma, o autor acrescenta que a qualidade de vida está ligada com a distância entre os objetivos e as realizações de cada um, onde quanto menor essa distância melhor e a sua qualidade de vida. Esses objetivos podem estar em diferentes esferas como a profissional, amorosa, social, familiar e ambiental. O que nos mostra que a saúde emocional também está relacionada com um envelhecimento ativo e é extremamente importante para que os idosos tenham uma boa qualidade de vida.

De acordo com Valero, Meira, Assumpção e Neri (2021) existem diferentes termos para designar um bom envelhecimento, como felicidade, qualidade de vida, bem estar psicológico e satisfação com a vida. Com isso, esses critérios devem tidos como objetivos a serem alcançados por toda população.

Para Castro, Araújo, Medeiros e Pedroso (2021) o envelhecimento apresenta perspectivas positivas e negativas, onde quem vai determinar o modo como esse processo irá acontecer é o próprio idoso, no entanto, o contexto no qual cada um viveu tem grande influência em como cada um lida com a velhice. A visão dos autores deixa claro que os aspectos psicológicos, social e histórico interfere diretamente no processo de envelhecimento.

Inouye et al (2018) nos mostra que para se ter um envelhecimento saudável é necessário que alguns costumes sejam adquiridos, como a prática de exercícios, uma alimentação saudável, saúde preventiva, tratamentos psicológicos e no aspecto cultural. Dessa forma, para um envelhecimento com qualidade de vida é necessário que exista proatividade e que o idoso esteja envolvido ativamente na busca pelo seu bem estar. Sendo importante a divulgação dessas informações para a população e incentivar que os idosos tenham esse pensamento presente em seus cotidianos.

Mendonça et al. (2021) explica que grande parte da população idosa brasileira é ativa, que em termos numéricos representa 86,4% da população, enquanto o restante depende de outras pessoas por diversos motivos, como demência, problemas visuais, auditivos e motores. Este é um dado satisfatório, pois mostra que menos de 15% da população depende de cuidados frequentes e quanto maior a porcentagem de idosos ativos melhor.

Conforme Castro, Bonan e Gaudenzi (2021), o envelhecimento ativo se dá quando o indivíduo mantém um modo de vida saudável, produtivo e ativo. Entretanto, caso esse modo de vida não seja seguido o resultado serão oposto, se tornando frágil, vulnerável e um problema para a economia. Já que quanto mais vulneráveis menos irão fazer parte do mercado de trabalho e recorrerão com mais frequência aos sistemas de saúde.

De acordo com Castro, Araújo, Medeiros e Pedrosa (2021) como os idosos são mais propensos a enfermidades, o quesito saúde se torna intimidante ligado com a qualidade de vida. Fazendo um envelhecimento saudável fundamental para o bem estar dessa parcela da população. Essa ligação se torna visível ao pensar no quanto a qualidade de vida de pessoas mais vulneráveis e com a saúde mais debilitada é inferior ao das pessoas ativas e saudáveis.

Para Dias, Carvalho e Araújo (2013) ao associar a qualidade de vida com a saúde dos idosos é provável identificar aspectos em relação a saúde e vida dos mesmos. Com isso é possível realizar recomendações objetivando proporcionar o bem estar dessa população. Com isso é importante garantir a qualidade de vida para toda a população, pois todos devem ter direito a uma vida mais confortável e saudável.

Com isso podemos analisar que a qualidade de vida está intimamente ligada com a saúde mental e física, pois um dos quesitos para se ter uma boa qualidade de vida e estar com a saúde física e mental bem aparada.

Uma boa saúde mental significa estar bem consigo, com os outros que estão ao nosso redor e com as adversidades presentes no dia a dia. Sendo assim, é importante que o indivíduo consiga controlar suas próprias emoções. Desse modo, possuindo uma mente sã e possível ser mais produtivo, desempenhar atividades com mais facilidade, comunicar melhor com outras pessoas e deixar com que o estresse rotineiro afete menos as pessoas.

Existem diversos fatores que contribuem para uma boa saúde mental e que também afeta a qualidade de vida, como a pratica de exercícios físicos, contato social, uma alimentação saudável e um da saúde física e mental junto a profissionais, devido a isso, para que se tenha uma boa qualidade de vida é imprescindível que se tenha saúde mental, pois quando essa última variante é satisfeita se torna possível que o indivíduo tome decisões que contribua para o seu bem estar.

## 2.2- Entendendo o Covid-19

De acordo com Joly e Queiroz (2020), na Ásia é comum mercados onde animais vivos ou que foram abatidos recentemente fiquem retidos muito próximos uns aos outros, e em contato com diversos seres humanos. Esses animais em diversas ocasiões são mantidos em gaiolas, onde umas são posicionadas sobre as outras, sendo assim, excrementos dos animais que estão acima acabam atingindo os animados que estão abaixo. A vigilância sanitária não fiscaliza esses locais com frequência, em alguns casos essa fiscalização nem existe. Diante de todo esse cenário relatado, existe a suspeita que esses locais tenham dado início a COVID-19. Pois, como já foi relatado a COVID-19 foi uma doença que teve início pela ingestão de animais silvestres.

Mas o que seria a COVID-19? Ferrari (2020) esclarece que no último mês de 2019 houve na cidade de Wuhan, na China, um crescente número de casos de pneumonia causada por um novo vírus, que foi chamado de síndrome respiratória aguda grave do coronavírus 2 (SARS-CoV-2), que é o agente causador da COVID19. Esse novo vírus pode atingir o pulmão e o trato respiratório, podendo acarretar outros sintomas. Estudos indicam que a transmissão ocorre entre pessoas, por meio de gotículas expelidas pela boca e nariz de pessoas contaminadas. Devido a forma de contágio da doença, a não interação entre pessoas se mostrou o método mais eficiente de conter o avanço do vírus.

No entanto, Ribeiro, Braga e Teixeira (2021) explicam que mesmo o primeiro caso da COVID-19 tenha sido diagnosticado em dezembro de 2019, foi no final de janeiro de 2020 que foi declarada como emergência de saúde pública de importância internacional. Contudo, no Brasil só foi anunciado a pandemia no dia 11 de março de 2020. Essa demora em determinar pandemia ocorreu pois, até o final de 2019 esse era um problema mais frequente na Ásia e ainda não era conhecida a dimensão que isso tomaria.

De acordo com Normando e Melo (2021) no Brasil os casos cresceram de forma ascendente, o que fez com que tornássemos, em julho do mesmo ano, o segundo país com maior número de casos e mortes oriundos deste novo vírus. Esse aumento se deu por diversos motivos, entre eles foi a grande extensão territorial do nosso país e o isolamento social não foi tão rigoroso quanto em outros países.

Normando e Melo (2021) explicam que as principais formas de transmissão da COVID-19 e por meio de gotículas, que podem dispersar no ambiente por meio

da fala, tosse e espirro e através de superfícies contaminadas. Com o objetivo de diminuir os números de casos, uma grande parte dos países ocidentais a circulação de pessoas e o contato entre elas foram limitados. Com o propósito de suprir à quantidade de pacientes que foram acometidos pela doença, o número de leitos em unidades de terapia intensiva e enfermarias tiveram que ser aumentados, atendimentos eletivos foram adiados e recursos públicos tiveram que ser direcionado para esta causa. Essas medidas deixam claro a magnitude que a COVID-19 teve e a como a mesma afetou os países em todo o mundo.

Ferrari (2020) salienta que a prevenção é muito importante, e que atitudes como lavar as mãos, utilizar álcool em gel e desinfetar superfícies com frequência devem ser realizadas. Brasil (2022) completa que o distanciamento social de no mínimo 1m, uso de máscara e evitar aglomerações também são ações importantes para frear a propagação do vírus. Mesmo a COVID-19 ainda sendo um incognita para todos em diversos sentido, a forma de propagação dos vírus é conhecida, com isso esses métodos se mostram efetiva para o combate desta nova doença.

Polaski et al. (2020) reforça que os principais meios de intervir na propagação do vírus e mediante a melhora das taxas e testes diagnósticos, o manejo clínico, o isolamento imediato de casos suspeitos e confirmados. A partir da execução dessas medidas, mais o isolamento social quando possível, o número de casos tenderam a diminuir. No entanto, nem sempre esses meios de combate ao vírus foram cumpridos.

Brasil (2022) explica que existem diferentes tipos de máscara, que deve ser usada em diferentes situações, são elas a máscara de tecido, que deve ser utilizada pela população em geral. As máscaras cirúrgicas, que são recomendadas para pessoas com suspeita de covid-19, por profissionais da saúde que não realizam procedimentos que geram aerossóis, por idosos acima de 60 anos, para pessoas que possuem comorbidades ou pacientes imunossupressores. Já as máscaras N95/PFF2 são indicados para aqueles profissionais da saúde que atendem casos confirmados ou suspeitos de covid-19 e por pacientes que receberam o diagnóstico positivo da doença.

De acordo com Carvalho et al. (2021), e definido como caso suspeito quando sintomas como insuficiência respiratória aguda, febre e dispneia são observados. Já que esses são os principais sintomas da COVID-19.

Para Rente, Júnior e Uezato (2020) pacientes portadores de doenças crônicas como hipertensão arterial, diabetes e doenças artéria coronariana podem apresentar um prognostico pior. Isso se tornou um evidência importante depois de

observado que os casos mais agudos da doença se apresentavam em indivíduos portadores de doenças crônicas não controladas e idosos.

Conforme Poloski et al. (2020) a COVID-19 possui uma alta transmissibilidade e requer atenção de órgãos da saúde de todo o mundo. Os casos mais preocupantes são aqueles que apresentam síndrome respiratória aguda, que possuem maior risco de complicações e levam a morte. Por esses motivos é importante que a saturação seja acompanhada, pois em casos onde esse parâmetro se encontra abaixo do esperado é necessário acompanhamento médico.

Para Ferrari (2020) crianças com idade inferior a 7 anos apresentam, em sua maioria, sintomas leves ou são assintomáticas, deixando claro que, assim como adultos e idosos, crianças também são acometidas pelo novo coronavírus. Mesmo que as crianças não apresentam casos mais agudos da doença é importante que os pais cuidem para que as mesmas não contraiam a doença, pois elas podem transmitir o vírus para ser familiares.

Brasil (2022) relata que o vírus responsável pela transmissão da Covid-19 tem uma grande capacidade de realizar mutações. Dessa forma, o vírus deu origem a diferentes mutações, onde as mesmas se adaptaram a diferentes ambientes e se tornaram mais transmissíveis e graves. Dentre essas mutações as mais preocupantes foi a encontrada no Reino Unido, na África do Sul e no Brasil/Japão. Essas mutações apresentaram diferentes características, como o aumento da transmissibilidade e a gravidade.

De acordo com Lima, Almeida e Kfoury (2021) a sequência genética do vírus foi divulgada em de forma precoce na primeira quinzena de 2020, o que gerou inúmeros estudos para desenvolver uma vacina contra a COVID-19. Sendo assim, em março de 2020 a primeira candidata a vacina entrou em teste clínicos em humanos. Esse foi um importante avanço, pois apesar da vacina não impedir que o indivíduo contraia a doença ela faz com que os sintomas sejam leves ou até mesmo assintomáticos.

Brasil (2022) relata que já foram aplicadas mais de 33 milhões de doses da vacina no estado de Minas Gerais, esse valor corresponde a dose única, primeira e segunda dose. Também foi mostrado que o nosso país está em 4º lugar no ranking mundial de pessoas completamente vacinadas contra o coronavírus. Brasil (2022) mostra que as vacinas aplicadas no nosso país com registros definitivos são a AstraZeneca/Oxford (Fiocruz), Pfizer (BioNTech), enquanto a CoronaVac (Butantan) e a Janssen (Johnson & Johnson) são aprovadas para uso emergencial.

Ainda temos duas vacinas em análise pela Anvisa, que são a Covaxin (Bharat Biotech) e a Sputnik-V (União Química).

Brasil (2022) explica que é importante que a população mantenha as medidas de segurança mesmo com o avanço da vacinação. Pois, a vacina é importante para que os sintomas sejam atenuados, o que não exclui a possibilidade de pessoas vacinadas serem infectadas. Com o início da vacinação o número de mortes diminuiu drasticamente. No entanto, com o surgimento de novas variantes que são mais transmissíveis o número de casos teve um aumento no início de 2022 no Brasil. É importante ter em mente que as vacinas aprovadas não foram desenvolvidas para as variantes que podem surgir, mesmo a maioria sendo eficientes para as variantes já existentes.

Sendo assim, a vacinação em massa é de extrema importância, pois estudos realizados mostram que essa é a maneira mais eficiente de diminuir a os sintomas graves da doença, resultando em um menor número de mortes e nos dá a esperança que o fim da pandemia ocorram em breve.

### **2.3 - A pandemia, o idoso e o papel da psicologia**

De acordo com dado do IBGE (2022), em 2022 os idosos representam cerca de 10,49% da população brasileira. Mazuchelli et al. (2021) completa que dentre os casos fatais de COVID-19, os idosos representam mais de 70% das ocorrências. Esses dados são alarmantes, e podem ser maiores se considerarmos os casos que não foram notificados. Esses dados mostram os idosos são os que apresentam mais complicações em relação ao novo Coronavírus, pois mesmo sendo a menor parcela da população foi a maior porcentagem de mortos.

Esse fato é explicado por Barros et al. (2022) pois existe um grande número de idosos com comorbidade, fazendo com que esse se torna o grupo com maior risco de morte proveniente da COVID- 19, onde os idosos mais afetados são os mais vulneráveis.

Para Romero et al. (2021) existem questões relacionadas a pandemia de COVID-19 que contribuem para a fragilidade emocional no envelhecimento, como o distanciamento social, a invisibilidade, o luto e o abandono. Com isso podemos constatar que os idosos sofreram muito com a pandemia, pois toda a sua rotina foram modificadas e em muitos casos até a visitação de familiares se tornaram restritas.

De acordo com Soares et al. (2021) em diversas ocasiões a população idosa é representada, de forma incorreta, como seres frágeis e que não contribuem com



a sociedade. Isso faz com que o idoso deixe de ter seu valor como indivíduo e seja ignorada a contribuição social que essas pessoas trazem. Essa é uma realidade lamentável, mas que está presente na etapa de envelhecimento.

Mazuchelli et al. (2021) completa que os idosos enfrentam muitas dificuldades, pois além de não receber a devida atenção do Estado, também sofrem pela discriminação da sociedade, onde são vistos como seres que não sabem se cuidar e que não entendem o que está acontecendo no mundo. Essa opressão que os idosos acabam sofrendo faz com que os mesmos se sintam piores emocionalmente diante desta realidade.

Em diversos momentos nos deparamos com memes na internet mostrando os idosos querendo fugir de casa e em muitos casos eram tratados como crianças, sem autonomia de tomar suas próprias decisões.

Luzardo et al. (2021) completa que esse isolamento acarretou sofrimento mental, o que ficou ainda mais evidente nos idosos pelo risco do contágio atrelado as suas complicações, e o afastamento de familiares. De acordo com Tavares et al. (2022) trouxe prejuízos principalmente para aqueles idosos que vivem só em suas residências. Pois, esses idosos que vivem só acabam ficando mais sozinhos, pois não podem sair de suas residências e nem receber visitas, o que acaba aumentando os problemas emocionais.

De acordo com Carmona, Couto e Comin (2014) estudiosos da área da psicologia, a solidão é um sentimento provocado pela ausência de relacionamentos, incluindo algum tipo de isolamento. Os autores argumentam que esse é um problema grave entre os idosos, que pode resultar em prejuízos à saúde mental e estar interligado com a depressão. Mazuchelli et al. (2021) completam que o isolamento social fez com que a mobilidade e a interação social fossem restringidas, o que pode gerar uma apreensão e resultar na falta de apetite, motivação, depressão e redução do autocuidado, prejudicando a saúde física e mental. Os autores justificam que a sensação de inutilidade e a diminuição de laços afetivos diminuem a vontade de viver. Esses prejuízos causados pelo isolamento são bastante preocupantes e podem ser irreversíveis, por isso é importante ressaltar a importância de profissionais capacitados para o acompanhamento dessas pessoas.

Tavares et al. (2022) defende a importância de os idosos terem uma rede de apoio, para que necessidades biopsicossociais e relacionadas a saúde sejam supridas. Essa rede de apoio também é importante para que o distanciamento social consiga ser cumprido, além de fazer com que o contágio de idosos sejam menores. O fato dos idosos serem um dos grupos mais fragilizados diante dessa

nova doença justifica a importância do distanciamento social, mesmo que isso acarrete em um prejuízo à saúde mental dos mesmos.

Como nem todos os idosos possuem essa rede de apoio em casa, muitos têm como moradia as Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI), por esse motivo Barros et al. (2022) assegura que órgãos como a Defensoria Pública e o Ministério Público devem ficar atentos aos serviços realizados por essas ILPI, para, assim, garantir que os idosos sejam tratados e cuidados de forma digna. A fiscalização dessas instituições são essenciais, já que ser bem cuidado e ter uma vida digna é um direito de todos.

Sendo assim, Mazuchelli et al. (2021) observou que o cenário pandêmico também mostrou preocupação com que aqueles que residem em ILPI, pois as medidas de isolamento fizeram com as que visitas fossem suspensas, fazendo com que o convívio dos idosos com seus familiares e amigos fossem restringidos. O contato com o mundo externo também passou a acontecer de uma maneira diferente, com a utilização de aparelhos eletrônicos. Essa limitação foi muito dolorosa para esses idosos, pois eles de toda a fragilidade de estar vivenciando uma pandemia eles também foram restrito da companhia de pessoas queridas e amadas por eles.

Outro fator importante lembrado por Barros et al. (2022) e que nas ILPI os idosos acabam tendo sua personalidade e preferências deixadas de lado, pois essas instituições procuram a organização e o bem comum. Com isso os idosos acabaram perdendo suas individualidades, deixando de ser tratado de forma individual e passando a fazer parte de um todo.

De acordo com Barros et al. (2022) o número de idosos que procuram acolhimento em instituições é crescente, dentre os motivos que levam os idosos a essas instituições estão as limitações físicas, a falta de familiares ou por violência estrutural. O que deixa claro que em diversas ocasiões as ILPI são as melhores alternativas levando em consideração a realidade vivida por muitos.

No entanto, para Mazuchelli et al. (2021), as relações familiares desestruturadas e a desigualdade social aumentam os casos de violência doméstica, fazendo com que os idosos se tornem mais vulneráveis. Os autores explicam que o envelhecimento ocasiona uma maior dependência física e mental, estabelecendo uma relação mais complexa com seus cuidadores e familiares. Isso ressalta a importância de um ambiente organizado tem para a saúde mental e bem estar dos idosos.

Para Carmona, Couto e Scorsolini-Comin (2014) a solidão pode fazer com que o idoso se sinta excluído da família e da sociedade. Os autores completam que por diversos momentos esse grupo é deixado de lado devido à perda na capacidade física e mental. O que resulta em um grande sofrimento para essas pessoas, além de acentuar o sentimento de inutilidade sofrido por eles.

Romero et al. (2021) relatam que a desigualdade social e de saúde podem se agravar devido a perda do rendimento familiar durante a pandemia. Onde a esperança de uma vida saudável pode ser afetada pela perda do trabalho. Pois com a recomendação do isolamento social muitos idosos que se mantinham no mercado se viram no dilema de colocar sua vida em risco e manter seu emprego ou abandonar o mesmo e perder essa fonte de renda.

Como vimos a pandemia afetou de diversas maneiras a saúde mental dos idosos, com isso se torna de extrema importância que esse grupo tenha um acompanhamento constante com psicólogos. Como foi dito anteriormente, o dano causado pelo isolamento social pode causar sintomas físicos e fazer com que os idosos desenvolvam quadros como ansiedade e depressão.

### **3 CONCLUSÃO**

A saúde mental dos idosos não é um problema exclusivo dos últimos anos, no entanto, é algo que teve um agravamento com a pandemia de COVID-19. Dessa forma, o presente trabalho foi importante para abordar um problema recorrente e que merece atenção, sendo necessário, também, que se crie estratégias para que essa questão seja solucionada.

Sendo assim, foi possível analisar como a saúde mental afeta a vida dos idosos em diversos aspectos, mostrando que a saúde física e mental estão relacionadas e devem andar lado a lado. Também foi possível avaliar como a COVID-19 afetou a saúde e a vida social de toda a população, dando destaque aos integrantes do grupo da terceira idade.

Observou-se como a pandemia interferiu na vida social dos idosos e quais as formas de controlar o avanço do coronavírus. É importante ressaltar que mesmo o isolamento sendo maléfico ao psicológico deste grupo ele foi muito importante para que o número de idosos que perderam a vida, devido à complicações dessa doença, não fosse ainda maior. Já que os idosos estão dentro do grupo que obteve mortes.

Mesmo a pandemia sendo um assunto recente, já que teve início em 2020, a quantidade de artigos e teses sobre esse tema são elevadas. O que foi importante para a realização deste trabalho. Acredita-se que com o passar do tempo as informações sobre esse assunto aumente, por isso é importante que as pesquisas envolvendo esse tema continuem sendo realizadas. Possibilitando que os efeitos causados na vida dos idosos pela pandemia seja conhecidos de forma mais abrangente, já que o impacto provocado é inquestionável.

## REFERÊNCIAS

BARROS, Patrícia de Fátma A.; ALMEIDA, Luiz Claudio; CARVALHO, Ana Carolina S; SANTANA, Rosimere F; ISTOE, Rosalee S. C. Contenção ambiental de idosos nas instituições de longa permanência em tempos de Covid-19: reflexão teórica. **Interface, Comunicação, Saúde e Educação**. Botucatu, v. 26, 2022. Disponível em <https://www.scielo.org/article/icse/2022.v26/e210206/>. Acesso em 13 de abril de 2022.

CARMONA, Camila F.; COUTO, Vilma Valéria D.; SCORSOLINI-COMIN, Fabio. EXPERIÊNCIA DE SOLIDÃO E A REDE DE APOIO SOCIAL DE IDOSAS. **Psicologia em estudo**, Maringá, v. 19, n. 4 p. 681-691, 2014. Disponível em <https://www.scielo.br/j/pe/a/W5W7z7fZpqQwYCPwCJRMxJH/?lang=pt>. Acesso em 13 de abril de 2022.

CARVALHO, Ana Alyra G.; AIDAR, Ana Laura S.; SANTOS, Brena C.; KURAMOTO, Danielle A. B.; PEREDA, Mariana R.; CORREIA, Rebeca M.; NAKANO, Luis Carlos U.; AMORIM, Jorge Eduardo. Recomendações De Uso De Equipamentos De Proteção Individual (Epis) Em Procedimentos Cirúrgicos Durante A Pandemia De SARS-Cov. **Jornal Vascular Brasileiro**. São Paulo, v. 20, 2021. Disponível em <https://www.scielo.br/j/jvb/a/NJfbJQ8BT7CBnGjmSNVvgDb/?lang=pt>. Acesso em 04 de março de 2022.

CASTRO, Adriana M.; BONAN, Cláudia; GAUDENZI, Paula. Conversando com Jovelinas, Ivone e Beths: saúde e envelhecimento no mundo do samba. **Psicologia & Sociedade**, Rio de Janeiro, v. 33, 2021. Disponível em <https://www.scielo.br/j/psoc/a/h4NJxMJMftdLxH3NhFM3xVB/?lang=p>. Acesso em 23 de nov de 2021.

CASTRO, Jefferson Luiz C; ARAÚJO, Ludgleydson F.; MEDEIROS, Emerson Diógenes; PEDROSO, Janari S. Representações sociais do envelhecimento e qualidade de vida na velhice ribeirinha. **Revista de Psicologia**, vol.39 no.1 2021. Disponível em [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S025492472021000100085&lang=pt#B28](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S025492472021000100085&lang=pt#B28). Acesso em 22 de nov de 2021.

DIAS, Daniela S G; CARVALHO, Carolina S; ARAÚJO, Cibelle Vanessa. Comparação da percepção subjetiva de qualidade de vida e bem-estar de idosos que vivem sozinhos, com a família e institucionalizados. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 16, p. 127-138, 2013. Disponível em <https://www.scielo.br/ij/rbgg/a/J4ywRxV5WJyMD4YxjWSnmLF/?lang=ptv>. Acesso em 26 de nov de 2021.

FERRARI, Filipe. COVID-19: Dados Atualizados e sua Relação Com o Sistema Cardiovascular. **Arquivos Brasileiro de Cardiologia**, v. 114, p.823-826, 2020. Disponível em <https://www.scielo.br/ij/abc/a/TkxNRNcrXLxdmGBX5YqjFMF/?lang=pt>. Acesso em 05 de março de 2022.

HAMMERSCHMIDT, Karina S A; BONATELLI, Lisiane C S; CARVALHO, Anderson A. Caminho da Esperança nas relações envolvendo os idosos: olhar da complexidade sobre a pandemia da COVID-19. **Textos & Contexto – Enfermagem**, v. 29: e20200132, 2020. Disponível em <https://www.scielo.br/ij/tce/a/x4d7CB47SqcqvysB8zwb9RpJ/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 11 de jun de 2022.

**IBGE**, 2022. Disponível em [https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/index.html?utm\\_source=portal&utm\\_medium=popclock&utm\\_campaign=novo\\_popclock](https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/index.html?utm_source=portal&utm_medium=popclock&utm_campaign=novo_popclock). Acesso em 13 de abril de 2022.

INOUE, Keika; ORLANDI, Fabiana de Sousa; PAVARINI, Sofia Cristina Lost; PEDRAZZANI, Elisete Silva. Efeito da Universidade Aberta à Terceira Idade sobre a qualidade de vida do idoso. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 44, 2018. Disponível em <https://www.scielo.br/ij/ep/a/hSMPNNYwdW8yZrmWT9yDkvG/?lang=pt>. Acesso em 26 de nov de 2021.

JOLY, Carlos A.; QUEIROZ, Helder L. Pandemia, Biodiversidade, Mudanças

Globais E Bem-Estar Humano. **Estududos avançados**, São Paulo, v. 34, 2020. Disponível em <https://www.scielo.br/j/ea/a/5HvsTXYGTS5gzVFvfmKD7qS/?lang=pt>. Acesso em 05 de março de 2022.

LIMA, Eduardo Jorge F; ALMEIDA, Amalia M; KFOURI, Renato A. Vacinas Para COVID-19 – O Estado Da Arte. **Revista Brasileira Saude Materno Infantil**, Recife, v. 21, n.1, p. 21-27, 2021. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/hF6M6SFrhX7XqLPmBTwFfVs/?lang=pt>. Acesso em 06 de março de 2022.

LUZARDO, Adriana R; SOUZA, Jeane B; BITENCOURT, Julia Valeria O V; MAESTRI, Eleine; MADUREIRA, Valéria Silvana F; BIFFI, Priscila. Percepções De Idosos Sobre O Enfrentamento Da Covid-19. **Cogitare Enfermagem**, Chapecó, v. 26, e78852, 2021. Disponível em <https://www.scielo.br/j/centf/a/s7vJ765PS9JKsm33pz5bYNL/?lang=pt>. Acesso em 13 de abril de 2022.

MAZUCHELLI, Larissa P; SOARES, Maria Franciasca P; NORONHA, Diana O; OLIVEIRA, Marcus Vinicius B. Discursos sobre os idosos, desigualdade social e os efeitos das medidas de distanciamento social em tempos de covid-19. **Saúde e sociedade**, São Paulo, v.30, n.3, e200885, 2021. Disponível em <https://www.scielo.org/article/sausoc/2021.v30n3/e200885/>. Acesso em 11 de abril de 2022.

MENDONÇA, Juriza Maria B; ABIGALIL, Albamaria P C; PEREIRA. Potyara A P; YUSTE, Antonio; RIBEIRO, Joaquim Hudson S. O sentido do envelhecer para o idoso dependente. **Ciência & Saúde Coletiva**, Brasília, v. 26, p 57-65, 2021 .Disponível em <https://www.scielo.br/j/csc/a/wBsSgfMPpr3pWznmBpSKjhP/?lang=pt>. Acesso em 18 de nov de 2021.

MONTEIRO, lane Verônica L; FIGUEIREDO, Juliana F C; CAYANA, Ezymar G. Idosos e saúde mental: impactos da pandemia COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v.4, n.2, p. 6050-6061, 2021. Acesso em 11 de jun de 2022.

NORMANDO, Paulo G, et al. Redução Na Hospitalização E Aumento Na Mortalidade Por Doenças Cardiovasculares Durante A Pandemia Da COVID-19 No

Brasil. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, João Pessoa, 2021. Disponível em <https://www.scielo.br/j/abc/a/YNHQRxqZLCMZVYt7qyPcxSF/?lang=pt>. Acesso em 03 e março de 2022.

PALOSKI, Gabriela R; BARLEM, Jamila G T; BRUM, Aline N; BARLEM, Eedilson Luiz D; ROCHA, Laurelize P; CASTANHEIRA, Janaína S. Contribuição Do Telessaúde Para O Enfrentamento Da COVID-19. **Escola Anna Nery**, Rio Grande, 2020. Disponível em <https://www.scielo.br/j/ean/a/bvYwTYJg5yBxJSG9TzKDKLL/?lang=pt>. Acesso em 05 de março de 2022.

RENTE, Arthur; JUNIOR, Delcio U.; UEZATO, Karina M K. Coronavírus e o Coração | Um Relato de Caso sobre a Evolução da COVID-19 Associado à Evolução Cardiológica. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, São Caetano, v. 114, p. 839-842, 2020. Disponível em <https://www.scielo.br/j/abc/a/FhdvV9qsmPbL4KffMqwtNBv/?lang=pt>. Acesso em 05 de março de 2022.

RIBEIRO, Daniel A.; BRAGA, Aaruan Francisco Diogo; TEIXEIRA, Lino. Desigualdade Socioespacial E O Impacto D COVID-19 Na População Do Rio De Janeiro: Análises E Reflexões. **Cadernos MetrÓpole**, São Paulo, v. 23, n. 52, p. 949-969, 2021. Disponível em <https://www.scielo.br/j/cm/a/3WJjLRs9WCgwCLZM5ctykjm/?lang=pt>. Acesso em 4 de março de 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**, São Paulo, v. 37, e00216620, 2021. Disponível em <https://www.scielosp.org/article/csp/2021.v37n3/e00216620/>. Acesso em 13 de abril de 2022.

SANTOS, Ana Maria R; SÁ, Guilherme G M; BRITO, Ana Angélica O, NOLÊTO, Julyanne S; OLIVEIRA, Rouslanny Kelly C. Violência contra o idoso durante a pandemia de COVID-19: revisão de escopo. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 34, eAPE000336, 2021. Disponível em <https://www.scielo.br/j/ape/a/ncWv5B9LmswrH96RGxqCZzr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 11 de jun de 2022.

SANTOS, Jaqueline Maria S; MESSIAS, Euda Maria S; LOPES, Raquel F. Saúde mental e o isolamento social de idosos em período de pandemia. **Revista Nursing**, Jucá, v. 23, n. 268, p. 4562-4565. Disponível em <https://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/866/965>. Acesso em 11 de jun de 2022.

SCHUELER, Paulo. O que é uma pandemia. **FIOCRUZ**. Rio de Janeiro, 2021. Disponível em <https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1763-o-que-e-umapandemia#:~:text=Segundo%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20pan,demia%20%C3%A9,sustentada%20de%20pessoa%20para%20pessoa>. Acesso em 11 de jun de 2021.

SILVA, Marcos Vinícius et al. (2022). O impacto do isolamento social na qualidade de vida dos idosos durante a pandemia por COVID-19. **Enfermagem Brasil**, Brasília, v. 19, p. 35-41. Disponível em <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/enfermagembrasil/article/view/4337/pdf>. Acesso em 11 de jun de 2022.

SOARES, Tássia S; CORRADI-PERINI, Carla; MACEDO, Caroline Perez Lessa; RIBEIRO, Uiara Raiana Vargas de Castro Oliveira. Covid-19 e ageísmo: avaliação ética da distribuição de recursos em saúde. **Revista Bioética**, v. 29, n. 2, p. 242-50

Jun 2021. Disponível em <https://www.scielo.br/j/bioet/a/V7HRkTmQxgTTNxKGJb7dPSc/?lang=pt>. Acesso em 13 de abril de 2022.

SOUSA, Jenny G. Atividades socioculturais como interface de bem-estar emocional e de prevenção da transmissão da Covid-19 em estruturas residenciais para pessoas idosas. **Interface**, Botucatu, v. 25. e200576, 2021. Disponível em <https://www.scielo.org/article/icse/2021.v25suppl1/e200576/>. Acesso em 23 de nov de 2021.

TAVARES, Darlene S; OLIVEIRA, Nayara G N.; GUIMARÃES, Mariana S F; SANTANA, Lenniara P M; MARCHIORI, Gianna F. Distanciamento social pela covid19: rede de apoio social, atividades e sentimentos de idosos que moram só. **Cogitare**



**Enfermagem**, Uberaba, v27:e78473, 2022. Disponível em <https://www.scielo.br/j/cenf/a/YpQNfWSzrgj9wMpShC6RHnx/?lang=pt>. Acesso em 13 de abril de 2022.

TEIXEIRA, Solange Maria. Envelhecimento em contexto de superexploração e contrarreformas. **Serviço Social & Sociedade**, São Paulo, n. 142, p. 447-466, 2021. Disponível em <https://www.scielo.br/j/sssoc/a/ZKybzNjxNnSWSHnL7F6BwXG/?lang=pt>. Acesso em 18/11/2021.

VALERO, Catherine N A; MEIRA, Tulia F G; ASSUMPÇÃO, Daniela; NERI, Anita Liberalesso. Significados de ser feliz na velhice e qualidade de vida percebida segundo idosos brasileiros. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, Campinas, v. 24, n.2, e200298, 2021. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/KjCtH6KydLvgSVkHVXGHKMQ/?lang=pt>. Acesso em 26 de nov de 2021.