

OS IMPACTOS DO ISOLAMENTO SOCIAL NA VIDA DO IDOSO COM FOCO NA SAÚDE MENTAL

*THE IMPACTS OF SOCIAL ISOLATION ON THE ELDERLY'S LIFE WITH A FOCUS ON
MENTAL HEALTH*

Larissa Martins da Silva¹

Maria Helena Brizido Marinho Barreto²

Alexsandro Narciso de Oliveira³

DOI: <https://doi.org/10.46550/amormundi.v4i2.264>

Resumo: O trabalho teve como objetivo identificar e analisar os prejuízos na saúde mental dos idosos, ocasionadas pelo isolamento social durante o período de pandemia de COVID -19, levantando dados que elucidem esses fatores. Foi realizada uma pesquisa qualitativa de revisão bibliográfica sobre o impacto da pandemia na saúde mental do idoso, onde teve como instrumentos de pesquisas, trabalhos realizados seguindo a escolha do tema do estudo, com a finalidade de adquirir conhecimento a partir do assunto. Foi observado que a pandemia do coronavírus afetou todo o tecido social, não poupando praticamente nenhuma área da vida coletiva ou individual, com repercussões na esfera da saúde mental. Foi identificado que a rápida disseminação do novo coronavírus por todo o mundo trouxe consigo as incertezas sobre o controle da doença assim como sua gravidade, além da imprevisibilidade acerca do tempo de duração da pandemia e dos seus desdobramentos como fatores de risco à saúde mental da população idosa. Por tanto, podemos identificar que por meio de uma abordagem humanizada, a princípios de precaução cientificamente baseados nas restrições sociais que foram aplicadas, devido à disseminação do coronavírus (SARSCoV-2), teve como foco principal proteger individual e coletivamente a saúde da população, além de informar sobre os riscos e aumentar a conscientização sobre as medidas de prevenção, visando reduzir a propagação do vírus.

Palavras-chave: Isolamentos social, Covid-19, Saúde mental, Idoso.

Abstract: The aim of the work was to identify and analyze the damage to the mental health of the elderly, caused by social isolation during the COVID-19 pandemic period, collecting data that elucidate these factors. A qualitative bibliographical review research was carried out on the impact of the pandemic on the mental health of the elderly, using research instruments as work carried out following the choice of the study topic, with the purpose of acquiring knowledge from the subject. It was observed that the coronavirus pandemic affected the entire social fabric, sparing practically no area of collective or individual life, with repercussions in the sphere of mental health. It was identified that the rapid spread of the new coronavirus throughout the world brought with it uncertainties about the control of the disease as well as its severity, in addition to the unpredictability regarding the duration of the pandemic and its consequences as risk factors for the mental health of the population. elderly. Therefore, we can identify that through a humanized approach, precautionary principles scientifically based on the social restrictions that were applied, due to the spread of the coronavirus (SARSCoV-2), the main focus was on

1 Graduanda do Curso de Enfermagem - UMC Universidade de Mogi das Cruzes. E-mail: larissamsilva58@outlook.com

2 Mestrado em Engenharia Biomédica pela UMC - Universidade de Mogi das Cruzes. E-mail: mhbrizido@hotmail.com

3 Mestrando em Gestão de Cuidados da Saúde pela Must University. Especialista em Saúde Mental e Dependência Química pela Faculdade Faveni. E-mail: ano_alexandro@yahoo.com



protecting the health of the population individually and collectively, in addition to informing about the risks and raising awareness about prevention measures, aiming to reduce the spread of the virus.

Keywords: Social isolation, Covid-19, Mental health, Elderly.

Introdução

Vivenciamos uma pandemia no mundo causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), uma doença respiratória detectada na cidade de Wuhan, na China. Os grupos de risco incluíam principalmente idosos, pessoas com doenças crônicas e imunocomprometidos, onde foi recomendado o isolamento social como uma das medidas preventivas, principalmente para esse grupo de risco. Muito se foi discutido no contexto social, medidas para promover maior segurança quando se fala em saúde pública e qualidade de vida. Segundo o Ministério da Saúde (MS), a responsabilidade foi necessária durante o período de pandemia, pois o contato próximo facilitava seu contágio. Portanto, foi necessário evitar aglomerações e proteger a população em geral e aqueles que estão em maior risco (SILVA *et al*, 2020).

No mundo foi adotado medidas de isolamento e distanciamento social, interrupção de aulas e trabalhos presenciais, gerando, além do sofrimento com o noticiário de mortes e hospitalizações, danos emocionais e financeiros, que afetaram diferentemente cada grupo (SCHMIDT *et al*, 2020).

Contudo, dado o caráter inédito do distanciamento e isolamento social simultâneos de milhões de pessoas, o impacto da pandemia foi ainda maior, levando à hipótese de “pandemia de medo e estresse” (LIMA, 2020).

O isolamento social ocorrido pela pandemia da COVID-19 afetou a saúde física das pessoas, a saúde psicológica e o bem-estar da população não infectada. As ampliações das medidas de isolamento social levaram a população mundial a níveis aumentados de ansiedade, depressão e estresse, sendo necessárias adaptações nos planos de curto, médio e longo prazos, que tiveram de ser adiados ou interrompidos (FOGAÇA *et al*, 2021).

Segundo Schmidt *et al* (2021) A rápida disseminação do novo coronavírus por todo o mundo, as incertezas sobre como controlar a doença e sobre sua gravidade, além da imprevisibilidade acerca do tempo de duração da pandemia e dos seus desdobramentos, caracterizam-se como fatores de risco à saúde mental da população geral. Esse cenário parece agravado também pela difusão de mitos e informações equivocadas sobre a infecção e as medidas de prevenção, assim como pela dificuldade da população geral em compreender as orientações das autoridades sanitárias.

A saúde mental envolve sequelas maiores em uma pandemia do que o número de mortes. Os sistemas de saúde dos países entram em colapso, os profissionais de saúde ficam exaustos com as longas horas de trabalho e, além disso, o método de controle mais efetivo da doença, que é o distanciamento social, impactou consideravelmente a saúde mental da população (FARO *et al*, 2020).

A preocupação é a configuração dos arranjos familiares, sendo os idosos que residem sozinhos ou com o cônjuge e outros com descendentes, envolvendo ambiente familiar operacional

ativo ou passivo para apoio social. Os agentes que compõem o conjunto familiar podem incluir filhos, netos, bisnetos, cônjuges e outros membros. O apoio recebido pode ser instrumental (direcionado às atividades básicas, instrumentais e avançadas de vida diária), emocional (envolvendo atenuar o estresse) e/ou financeiro (HAMMERSCHMIDT *et al*, 2020).

De acordo com Tarallo (2015) as pessoas estão vivendo mais e, ao chegarem à velhice, o corpo pode ter suportado significativas mudanças fisiológicas decorrentes do processo de envelhecer. Quando o idoso precisa de cuidados, no geral, recorre primeiramente à família, pois ainda é a principal fonte de suporte e de cuidado de seus membros, que modifica suas funções e estruturas para acolher e cuidar desse familiar, desenvolvendo ações que visem à promoção da saúde e ao tratamento de doenças. Para a família, o cuidar pode gerar demandas econômicas, físicas, afetivas e sociais específicas. Por isso, em situações de incapacidade do idoso, faz-se necessário definir um cuidador e distribuir tarefas e despesas entre os membros com vista a minimizar a sobrecarga.

A pandemia foi resultado de um grande desafio para sociedade, por se tratar de um evento potencialmente estressante, considerando as medidas de prevenção e contenção da doença, impactos econômicos, políticos e sociais. Não menos relevante foi o impacto na saúde mental, tendo em vista as alterações emocionais, cognitivas e comportamentais características desse período no cotidiano do indivíduo (ENUMO *et al*, 2020).

Diante do descrito exposto justifica-se a pesquisa desse trabalho pela forma que os idosos vivenciaram, decorrente de um processo longo de isolamento social e restrições, resultado da pandemia de covid-19.

Os efeitos causados pela Covid-19 se estenderam ao longo do tempo, de forma social, física e psíquica (GUINÂNCIO *et al*, 2020).

Podemos identificar que isolamento social decorrente a pandemia de COVID-19 trouxe danos, e impactos não apenas física, como psicológicos, portanto, está presente revisão tem como efeito analisar as principais consequências na saúde mental dos idosos, e como isso afetou a vida e o cotidiano.

O objetivo geral da pesquisa é Identificar e analisar os prejuízos na saúde mental dos idosos, ocasionadas pelo isolamento social durante o período de pandemia de COVID-19, levantando dados que elucidem esses fatores.

Metodologia

Trata-se de uma pesquisa qualitativa de revisão bibliográfica sobre o impacto da pandemia na saúde mental do idoso, onde teve como instrumentos de pesquisas, trabalhos realizados seguindo a escolha do tema do estudo, com a finalidade de adquirir conhecimento a partir do assunto.

Foram selecionados artigos relacionados a temática de escolha e um total de 6 artigos e 4 revistas, com descrições de fatos significativos sobre o isolamento social e seus efeitos na saúde mental, incluindo suas características, causas e tratamento, a fim de compor o estudo. Excluindo aqueles que não se enquadravam nos critérios do estudo.

Não houve necessidade da aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), justamente

por ser tratar de uma pesquisa de revisão integrativa no qual o objetivo é realizar uma análise de literatura.

Serão extraídos das seguintes bases de dados: Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO), revista Research, Revista Enfermagem Brasil, Revista Kairós: Gerontologia, Revista Enfermagem Atual In Derme, Society And Development e Google Acadêmico, com estudos publicados no período de 2019 e 2022, com o tema.

Desenvolvimento

Covid-19

Histórico e definição

O primeiro caso de infecção pelo novo coronavírus (Sars-Cov-2) foi reportado na China, no início de dezembro de 2019. A rápida elevação da doença teve disseminação em nível global, fez com que a *World Health Organization* a considerasse uma pandemia. No dia

16 de abril de 2020, o número de casos confirmados no mundo superava dois milhões, ao passo que o número de mortes superava 130 mil. No Brasil nessa mesma data contava com 30.425 casos confirmados e 1.924 mortes, estimando que esses números sejam ainda maiores, dado que não levam em conta atrasos nas notificações ou casos positivos não testados (SCHMIDT *et al*, 2020).

A pandemia do coronavírus afetou todo o tecido social, não poupando praticamente nenhuma área da vida coletiva ou individual, com repercussões na esfera da saúde mental. Em casos de epidemia, o número de pessoas psicologicamente afetadas costuma ser maior que o de pessoas acometidas pela infecção, sendo estimado que um terço, a metade da população possa apresentar consequências psicológicas e psiquiátricas caso não recebam cuidados adequados (LIMA, 2020).

Alguns tipos de sintomas relacionados à COVID-19 envolvem: tosse, febre e dificuldades respiratórias que podem levar à morte. O grande número de casos que demandaram internação hospitalar, incluindo cuidados em UTI - Unidade de Terapia Intensiva, bem como a ausência de intervenções farmacológicas eficazes e seguras, tais como medicamentos ou vacinas, têm gerado preocupações quanto ao colapso do sistema de saúde em diferentes nações” (SCHMIDT; *et al*, 2020).

Idoso

Definição

De acordo com OLIVEIRA *et al* (2022) a definição de idoso vem conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS) levando em consideração vivências com relação ao seu país de origem.

Nos países desenvolvidos, considera-se como idoso o indivíduo a partir dos 60 anos de idade, em contrapartida nos países em desenvolvimento, esta referência aumenta para os 65 anos de idade. Em domínio nacional, a Lei 10.471/033 que delibera sobre o Estatuto da Pessoa Idosa, conceito do idoso como sendo um indivíduo com idade superior a 60 anos, em concordância com o que recomendado pela OMS.

A Gerontologia como ciência e campo de atuação convidada a gerar respostas sociais que possam garantir que a velhice e o envelhecimento sejam processos assistidos e bem - cuidados. Do grego, gero = envelhecimento + logia = estudo, a Gerontologia é um campo multi e interdisciplinar que objetiva a descrição e a explicação das mudanças típicas do envelhecimento e de seus determinantes genético-biológicos, psicológicos e socioculturais (SILVA; *et al*, 2020).

O idoso e a pandemia

Segundo HAMMERSCHMIDT *et al*, (2020) os idosos foram destaque na pandemia COVID-19, em grande parte por apresentar alterações decorrentes do envelhecimento. Apesar do processo de envelhecimento populacional, infelizmente há pouca visibilidade e valorização dessa parcela da população. Verifica-se continuamente visão preconceituosa, estigmatizada e estereotipada, instigando o ageísmo, que legitima a idade cronológica como diferenciador de classes, inclusive com envolvimento de crenças e atitudes que ridicularizam o idoso.

A população idosa de acordo com a OMS teve maior suscetibilidade para contrair a COVID-19, pois os quadros se agravam em uma maior velocidade, por consequência, geram taxas mais elevadas de mortalidade. O maior quantitativo de óbitos notificados até junho de

2020 no Brasil corresponde à população com faixa etária acima dos 60 anos, com 53.223 óbitos, equivalente a 70%, sendo em sua maioria do sexo masculino e de cor parda para o enfrentamento da pandemia pelo novo coronavírus, uma das estratégias é o isolamento de pessoas doentes pela COVID-19, por representarem risco de contágio a outras pessoas; dessa forma, é crucial afastá-las do convívio social. Tal prática envolve medidas de distanciamento social também entre as pessoas aparentemente há dias, para garantir a saúde da população e impedir o colapso do sistema de saúde (SILVA *et al*, 2020).

De acordo com SANTOS; *et al*, (2020), A pandemia com o distanciamento social trouxe à tona alguns fatores que podem favorecer mudanças nas relações familiares, evidenciadas pela dificuldade dos idosos em cumprir as medidas adotadas para o cumprimento do isolamento, situações que afetam as relações familiares, conflitos intergeracionais, devido às ações dos familiares em estabelecer medidas “super protetoras”, independentemente de o idoso ter ou não comorbidades, para protegê-lo, pois a maioria mora sozinho, com companheiro ou mesmo na família.

Isolamento social

O isolamento social foi categorizado como um ato voluntário ou involuntário de manter os indivíduos isolados do convívio com outros indivíduos ou com a sociedade. O isolamento social voluntário é aquele em que a pessoa, por conta própria, afasta -se do grupo de convivência

e da sociedade por problemas pessoais, tais como depressão ou sentimento de não identificação com ele. O isolamento social involuntário pode ocorrer por outras questões, como a guerra e por questões sanitárias (FOGAÇA; *et al*, 2021).

O isolamento social foi adotado por vários países durante a pandemia na tentativa de evitar um grande aumento de contágio da doença, mas não se pode esquecer que a população idosa, mais especificamente portadores de doenças crônicas, teve maior suscetibilidade ao contágio do vírus e maior vulnerabilidade (SILVA *et al*, 2020).

Para a redução de infecção pelo covid-19 afim de reduzir os impactos da pandemia, diminuindo o pico de incidência e o número de mortes, alguns países adotaram medidas, tais quais isolamento de casos suspeitos, fechamento de escolas e universidades, distanciamento social de idosos e outros grupos de risco, bem como quarentena de toda a população. Essas medidas tentaram “achatar a curva” de infecção, ao favorecer um menor pico de incidência em um dado período, reduzindo as chances de que a capacidade de leitos hospitalares, respiradores e outros suprimentos fossem insuficientes frente ao aumento repentino da demanda, o que se associaria a uma maior mortalidade (SCHMIDT *et al*, 2020).

Conforme a progressão da COVID- 19, muitos países adotaram medidas de isolamento social rigoroso, uma quarentena modificada, para reduzir a transmissão do vírus, evitando o contágio da população e conseqüentemente diminuindo sua propagação e o número dos doentes (FOGAÇA *et al*, 2021).

Saúde mental

Definição

A saúde mental é uma parte complementar e essencial da saúde e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade, sendo definida como um estado de bem-estar no qual um indivíduo realiza suas próprias escolhas, lidando com as questões do cotidiano, atuando produtivamente através do trabalho e contribuindo com a sua comunidade. A saúde mental e bem-estar são essenciais tanto na forma coletiva como individual, e para tal ser desenvolvida e preservada necessita de medidas de promoção e proteção que melhoram o bem-estar psicológico dos indivíduos e populações (FOGAÇA *et al*, 2021; FARO; *et al*, 2020; HAMMERSCHMIDT; *et al*, 2020).

O isolamento social ocasionado pela pandemia da COVID-19 afetou não apenas a saúde física das pessoas, mas também a saúde psicológica e o bem-estar da população não infectada. As ampliações das medidas de isolamento social levaram a população global a níveis aumentados de ansiedade, depressão e estresse, sendo necessárias adaptações no planos de curto, médio e longo prazos, que tiveram de ser adiados ou interrompidos (FOGAÇA; *et al*, 2021).

O impacto psicológico do isolamento social em epidemias prévias verifica -se impactos negativos. Na pandemia de COVID-19, identifica-se que os principais fatores de estresse estão relacionados à duração do distanciamento social, o medo da contaminação, os sentimentos de frustração e de aborrecimento, as informações inadequadas sobre a doença e seus cuidados, os impactos socioeconômicos e o estigma da doença. As ocorrências, nas pessoas em distanciamento

social, de sintomas psicológicos, distúrbios emocionais, depressão, estresse, humor depressivo, irritabilidade, insônia e sintomas de estresse pós traumático (FOGAÇA; *et al*, 2021).

Os indicadores mais comuns de estresse e ansiedade são de ordem:

(a) física, como dor de cabeça, aumento dos batimentos cardíacos, problemas de alimentação e de sono, úlceras, exaustão física;

(b) emocionais, como tristeza, nervosismo, raiva, culpa, preocupação excessiva, perda de vontade e humor deprimido;

(c) comportamentais, como irritabilidade, distanciamento, abuso de substâncias, violência;

(d) cognitivos, como a perda de memória, dificuldade de concentração, dificuldade de tomar decisões (ENUMO *et al*, 2020).

Medidas de prevenção

Teve como medidas utilizadas a quarentena e o isolamento, tais termos, que muitas vezes são usados como sinônimos, possuem significados e objetivos distintos. A quarentena busca separar e restringir a circulação de pessoas que foram expostas a uma doença contagiosa, visando a observar se estas ficarão doentes. Já o isolamento diz respeito à separação de pessoas doentes, infectadas por alguma doença transmissível, como a COVID -

19, dos não doentes. No Brasil, a Portaria nº 454 do MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020 declarou estado de transmissão comunitária do novo coronavírus em 20 de março de 2020, o que fez entrar em vigor a Lei da Quarentena, Lei nº 13.979 (Presidência da República, 2020), com o objetivo de evitar a contaminação e propagação da COVID-19 (FARO; *et al*, 2020).

As diretrizes recomendadas para segurança dos idosos durante a pandemia estão, o distanciamento e isolamento social. O distanciamento social mostra a necessidade de reconfiguração dos comportamentos, com prioridade para ações de higiene constantes, como lavagem das mãos, uso de álcool em gel, distanciamento de outras pessoas, etiqueta respiratória, uso de máscaras, cuidados ambientais e emocionais (HAMMERSCHMIDT e SANTANA, 2020).

O ato de cuidar é representado por momentos de atenção, por atitudes de preocupação, de ocupação e de responsabilidade e que o processo de cuidar proporcionar apoio, conforto e ajuda, evidenciando cautela e zelo (TAROLLO, 2015).

Outra forma de prevenção é a conscientização sobre a vacinação, considerada conquista da humanidade para controle e erradicação de doenças infectocontagiosas (HAMMERSCHMIDT e SANTANA, 2020).

Resultado

Quadro 1: Para analisar as evidências encontradas foram escolhidas informações gerais sobre os artigos selecionados quanto a autoria, título do estudo, periódico e ano de publicação, objetivo, e principais achados.

Artigo	Autor (s)	Título	Revista
1	FOGAÇA; et al.	Impacto do isolamento social causado pela pandemia de COVID-19 na saúde mental da população em geral: uma revisão integrativa	Research, Society and Development
2	EMINO; et al	Enfrentando o estresse em tempos de pandemia: proposição de uma Cartilha.	Estudos de Psicologia (Campinas).
3	FARO; et al.	COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado.	Estudos de Psicologia (Campinas) [online].
4	GUINÂNCIO; et al.	Desafios diários e estratégias de enfrentamento diante do isolamento social. v. 9, n. 8, 2020.	Research, Society and Development.
5	HAMMERSCHMIDT; e SANTANA.	Saúde do idoso em tempos de pandemia covid-19.	Cogitare Enfermagem.
6	SILVA; et al.	O impacto do isolamento social na qualidade de vida dos idosos durante a pandemia de COVID-19.	Revista Enfermagem Brasil
7	SCHMIDT; et al.	Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19)	Estudos de Psicologia (Campinas)
8	SANTOS; et al.	Isolamento social: um olhar a saúde mental de idosos durante a pandemia do COVID-19.	Research, Society and Development
9	SILVA: et al.	Plano de Gestão Gerontológica: a atuação do Gerontólogo e da Associação Brasileira de Gerontologia (ABG) em tempos de Quarentena da COVID-19.	Revista Kairós-Gerontologia

Sendo assim, foi organizado em um segundo Quadro (Quadro 2) algumas informações para melhor entendimento sobre a temática, proporcionando a melhor compreensão de seus objetivos, metodologia e o ano da publicação.

Artigo	Objetivo (s)	Metodologia	Ano
1	Investigar o impacto da pandemia causada pela COVID-19 sobre a saúde mental da população em geral	Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada através da busca nas bases de dados pubmed, Web of Science, psycinfo, Scopus, BVS e Scielo, utilizando os descritores “SARS-cov-2”; “COVID-19”; “Coronavirus”; “Mental health”; “Population”.	2022
2	Auxiliar por meio de cartilhas o enfrentamento de aspectos psicológicos relacionados ao stress	O escopo teórico e prático da Terapia Comportamental Dialética (DialecticalBehaviorTherapy), desenvolvida especialmente para pessoas com desregulação emocional	2020
3	Analisar as Consequências das medidas adotadas para lidar com distanciamento social, quarentena e isolamento, que podem afetar o funcionamento social, podendo impactar severamente a saúde mental da sociedade.	Este trabalho reuniu, de modo breve, informações e achados de pesquisa a respeito da saúde mental frente a crises em saúde pública, como surtos e pandemias, trazendo para o centro da análise a COVID-19	2020

4	Descrever os principais efeitos desse isolamento social, observando os fatores que podem contribuir ou atrapalhar nesse processo, mas também correlacionar possíveis estratégias de enfrentamento frente a necessidade do isolamento social	Trata-se de uma revisão narrativa de literatura.	2020
5	Trata-se de comunicação livre com intenção de abordar de forma reflexiva e crítica aspectos relacionado à saúde do idoso nos tempos de pandemia covid-19.	Trata-se de revisão de literatura.	2020
6	O presente estudo objetivou apresentar o impacto do isolamento social na vida da pessoa idosa na atual pandemia por COVID-19.	Trata-se de uma revisão narrativa da literatura na base de dados Scielo, Lilacs e Sistema de Publicação Eletrônica de Teses e Dissertações	2020
7	O objetivo do presente estudo foi sistematizar conhecimentos sobre implicações na saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus.	Realizou-se revisão da literatura técnico-científica produzida em diferentes países, na perspectiva de sumarizar desenvolvimentos recentes ligados à COVID-19.	2020
8	O objetivo desse estudo é investigar na literatura os desafios enfrentados no isolamento social para a saúde mental dos idosos durante a pandemia do COVID-19	Revisão Integrativa da Literatura, realizada nas bases de dados; United States National Library of Medicine (NLM) – PubMed – e SciVerseScopus (Elsevier), com estudos de janeiro a maio de 2020.	2020
9	O objetivo deste artigo é apresentar a experiência da atuação do Gerontólogo e da Associação Brasileira de Gerontologia (ABG) em diferentes contextos frente ao período de quarentena pela COVID-19.	Trata-se de um estudo do tipo relato de experiência e realizado durante o período de março a junho de 2020.	2020

Discussão

A rápida disseminação do coronavírus por todo o mundo trouxe consigo as incertezas sobre o controle da doença assim como sua gravidade, além da imprevisibilidade acerca do tempo de duração da pandemia e dos seus desdobramentos como fatores de risco à saúde mental da população idosa.

Segundo a Organização Mundial da Saúde, a população idosa foi a mais suscetível à COVID-19, pois a condição se agrava mais rapidamente, levando a maiores taxas de mortalidade. O Brasil registrou o maior número de mortes até junho de 2020 na população acima de 60 anos, o número de mortos foi de 53.223, ou 70%, em sua maioria homens e pardos, em resposta à pandemia do novo coronavírus, uma das estratégias é isolar as pessoas que estão doentes com COVID-19 por terem passado para outras pessoas. É fundamental separá-los da vida social, prática que envolve também medidas de distanciamento social entre as pessoas, aparentemente por vários dias, para garantir a saúde da população e evitar o colapso do sistema de saúde. (SILVA et al, 2020).

Além do processo de afastamento social como medidas de precaução à saúde e intenção de preservação e proteção. Os processos psicológicos de algumas pessoas foram afetados, pois não podiam ter contato com outras pessoas, ou sair.

E segundo FOGAÇA; *et al*, (2021), o isolamento social ocasionado pela pandemia

da COVID-19 afeta não apenas a saúde física das pessoas, mas também a saúde psicológica e o bem-estar da população não infectada. As ampliações das medidas de isolamento social levaram a população global a níveis aumentados de ansiedade, depressão e estresse, sendo necessárias adaptações nos planos de curto, médio e longo prazos, que tiveram de ser adiados ou interrompidos. O impacto psicológico do isolamento social em epidemias prévias verificasse impactos negativos. Na pandemia de COVID-19, identifica-se que os principais fatores de estresse estão relacionados à duração do distanciamento social, o medo da contaminação, os sentimentos de frustração e de aborrecimento, as informações inadequadas sobre a doença e seus cuidados, os impactos socioeconômicos e o estigma da doença. As ocorrências, nas pessoas em distanciamento social, de sintomas psicológicos, distúrbios emocionais, depressão, estresse, humor depressivo, irritabilidade, insônia e sintomas de estresse pós-traumático.

Os idosos por sua vez, foram mais acometidos pelo vírus levando assim, um preconceito pela população tendo uma desvalorização e em foco um esquecimento de como ele reagiriam sobre essa nova fase.

De acordo com Hammerschmidt *et al.*, (2020) os idosos foram destaque na pandemia COVID-19, em grande parte por apresentar alterações decorrentes do envelhecimento. Apesar do processo de envelhecimento populacional, infelizmente há pouca visibilidade e valorização dessa parcela da população. Verifica-se continuamente visão preconceituosa, estigmatizada e estereotipada, instigando o ageísmo, que legitima a idade cronológica como diferenciador de classes, inclusive com envolvimento de crenças e atitudes que ridicularizam o idoso.

Pessoas com suspeita de infecção pelo novo coronavírus podem desenvolver sintomas obsessivo-compulsivos, a ansiedade em relação à saúde, também pode provocar interpretação equivocada das sensações corporais, fazendo com que as pessoas confundam com sinais da doença e se dirijam desnecessariamente a serviços hospitalares. O distanciamento social de idosos e outros grupos de risco, bem como quarentena, acabaram por provocar diminuição das conexões face a face e das interações sociais rotineiras, o que também constituiu em um estressor importante nesse período, afetando a saúde mental e física da pessoa, onde o processo de cuidar é essencial nesse momento.

De acordo com LIMA, (2020), a pandemia afetou todo o aspecto social, relacionada à saúde mental, fazendo com que praticamente nenhuma área da vida coletiva ou individual não fosse poupada. Em casos de epidemia, o número de pessoas psicologicamente afetadas costuma ser maior que o de pessoas acometidas pela infecção, sendo estimado que um terço a metade da população possa apresentar consequências psicológicas e psiquiátricas caso não recebam cuidados adequados.

A atenção precisou ser redobrada mesmo que de forma remota, fazendo com que, a pessoa que se encontrava só, soubesse que tinha alguém que estaria lá por ela, isso ajudou no processo psicológico principalmente dos idosos, que foi a classe mais vulnerável relacionado a doença. Devendo-se zelar por estes indivíduos conforme suas necessidades, para que assim fosse mantido mesmo que em momentos de crise.

Segundo TARRALO (2015), Atitudes de cuidado, “o ato de cuidar”, assim como profissionalismo e as atribuições, são manifestadas a partir do sentimento de preocupação, a através disso, desse sentimento, conceder apoio, auxílio, demonstrando sensatez e entusiasmo.

Os momentos de distanciamento social foram medidos de precaução à saúde, com intenção de preservação e proteção, porém, a autonomia e a independência do idoso são alicerces para o envelhecimento saudável, sendo necessário a liberdade para exercê-las, respeitando o que é possível quando recomendado. A sociedade precisa ter atenção para evitar atitudes de preconceito, que infantilizam e ridicularizam o idoso.

Conclusão

Por meio de uma abordagem humanizada, a princípios de precaução cientificamente baseados nas restrições sociais que foram aplicadas, devido à disseminação do coronavírus (SARSCoV-2), teve como foco principal proteger individual e coletivamente a saúde da população, além de informar sobre os riscos e aumentar a conscientização sobre as medidas de prevenção, visando reduzir a propagação do vírus.

Nesse contexto, o isolamento social e a diminuição de contato físico durante o período de pandemia, foram fatores determinante para o adoecimento mental, assim como o envolvimento de outros fatores presentes como; o estresse, o medo, a ansiedade, a culpa e a tristeza que conseqüentemente podem acarretar um sofrimento psíquico, ocasionando o surgimento de transtornos de pânico, transtornos de ansiedade, e depressão.

Portanto, o isolamento social impactou negativamente a vida do idoso, devido as mudanças que afetaram diretamente o seu cotidiano, não somente a vida dessa população, mas de toda a sociedade. A insegurança associada ao sentimento de medo, entre outros fatores que se acumularam durante o período de pandemia, assim como a sensação de abandono resultando em sofrimentos psicológicos.

Referências

- ENUMO, Sônia Regina Fiorim; WEIDE, Juliana Niederauer; VICENTINI, Eliana Cristina Chiminazzo; ARAUJO, Murilo Fernandes de; MACHADO, Wagner de Lara. Enfrentando o estresse em tempos de pandemia: proposição de uma Cartilha. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v.37, 2020.
- FARO, André; BAHIANO, Milena de Andrade; NAKANO, Tatiana de Cassia; REIS, Cateie; SILVA, Brenda Fernanda Pereira da; VITTI, Laís Santos. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia (Campinas) [online]**. v. 37, 2020.
- FOGAÇA, Priscila Carvalho; AROSSI, Guilherme Anzilero; HIRDES, Alice. Impacto do isolamento social causado pela pandemia de COVID-19 na saúde mental da população em geral: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**. v. 10, n. 4, 2021.
- GUINÂNCIO, JullyCamara; SOUSA, Júlio Gabriel Mendonça de; CARVALHO, Bianca Lemos de; SOUZA, Ana Beatriz Teodoro de; FRANCO, Amanda de Araujo; FLORIANO, Amanda de Almeida.; RIBEIRO, Wanderson Alves. COVID - 19: Desafios diários e estratégias de enfrentamento diante do isolamento social. **Research, Society nad Development**. v. 9, n. 8, 2020.

HAMMERSCHMIDT, Karina Silveira de Almeida; SANTANA, Rosimere Ferreira. SAÚDE DO IDOSO EM TEMPOS DE PANDEMIA COVID-19. **Cogitare Enfermagem**. v. 25, 2020.

LIMA, Rossano Cabral. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Physis: Revista de Saúde Coletiva [online]**., v. 30, n. 02, 2020

OLIVEIRA, Erick Michell Bezerra; SILVA, Julianne de Area Leão Pereira da; CARDOSO, Jonas Alves; MATOS, Rubenilson Luna; SILVA, Roberta Taizar Bezerra; PAIXAO, Antonia Larissa Araújo; SILVA, Maria Edina dos Santos; SANTOS, Bruno Leonardo da Silva dos; SANTOS, Bruno Leonardo da Silva dos; ROCHA, Bruna Andrade Gomes. Performance Fisioterapêutica na reabilitação da saúde do idoso. **Research, Society and Development**. v. 11, n.11, 2022.

SILVA, Marcos Vinicius Sousa; RODRIGUES, Jessica de Almeida; RIBAS, Mylena de Souza; SOUSA, Jessica Cristina Santana de Sousa; CASTRO, Thiálita Rebeca Oliveira de Castro; SANTOS, Beatriz Andrade dos; SAMPAIO, Julliane Messias Cordeiro; PEGORARO, Vanessa Alvarenga Pegoraro. O impacto do isolamento social na qualidade de vida dos idosos durante a pandemia de COVID-19. **Revista Enfermagem Brasil**, v. 19 n. 4, 2020.

SCHMIDT, Beatriz; CREPALDI, Maria Aparecida; BOLZE, Simone Dill Azeredo; SILVA, Lucas Neiva; DEMENECH, Lauro Miranda. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v.37, 2020.

SANTOS, Stephany da Silva; BRANDÃO, Gisetti Corina Gomes; ARAUJO, Kleane Maria da Fonseca Azevedo. Isolamento social: um olhar a saúde mental de idosos durante a pandemia do COVID-19. **Research, Society and Development**. v. 9, n. 7, 2020.

SILVA, Thais Bento Lima da; SANTOS, Adriana Nancy Medeiros dos; ALMEIDA, Evany Bettine de; SUZUKI, Milena Yuri; BAPTISTA, Renata Vietas; ORDONEZ, Tiago Nascimento; SILVA, Henrique Salmazo da. Plano de Gestão Gerontológica: a atuação do Gerontólogo e da Associação Brasileira de Gerontologia (ABG) em tempos de Quarentena da COVID-19. **Revista Kairós-Gerontologia**. v.23, (Número Temático Especial 28, “COVID-19 e Envelhecimento”), p. 333-354,2020.

TARALLO; Roberta dos Santos. As relações intergeracionais e o cuidado do idoso. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 18, n. 19, p. 39-55, 2015.