REFLEXÕES CONCERNENTES A SAÚDE MENTAL DA POPULAÇÃO IDOSA BRASILEIRA EM TEMPOS DE PANDEMIA DE COVID-19: NOTAS INTRODUTÓRIAS

Vânia Márcia Silva do Carmo Brito
Professora da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC).
Mestre em Ensino e Suas Tecnologias pelo Instituto Federal Fluminense (IFF)
Psicóloga Clínica
vaniamarcia40@hotmail.com

Jadilson Wagner Silva do Carmo Brito
Coordenador e Professor da Faculdade de Medicina (VERTIX-UNIVERTIX)
Mestre em Saúde da Família – Universidade Federal de Juiz de Fora- (UFJF)
Médico Especialista em Medicina de Família e Comunidade
Pós Graduação em Geriatria- Universidade Veiga de Almeida
jadilsoncarmo@bol.com.br

Perla Paloma Pires Pimentel do Carmo
Mestranda da Escola Superior de Ciências da Santa Casa de Misericórdia de Vitória – (EMESCAM)
Enfermeira
perlatodinho@yahoo.com.br

Fernanda Santos Curcio
Professora da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC)
Doutora em Memória Social pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO)
fernandasantoscurcio@gmail.com

Introdução

A solidão e o confinamento já faziam parte das dificuldades que o idoso enfrentava em seu cotidiano. Com a pandemia da Covid-19 esta realidade asseverou-se e ganhou novos contornos. À pessoa idosa (que necessita de cuidados específicos)[1], foi dada a

[1] Idoso frágil – O termo foi tomado, segundo entendimento de Andrade (2012) na visão holística, crida pelo grupo de pesquisadores do *Canadian Iniciative on Frailty and Aging* (CIF-A), que trouxe uma

ordem para que permaneçam em casa, por se tratar de grupo de alto risco, cuja letalidade do vírus torna-se ainda mais grave.

A pandemia da Covid-19 mudou o cenário atual, seja pelo isolamento social, seja pela imprevisibilidade do futuro e sobretudo, pelas restrições impostas em diversos países. Logo, os reflexos dessa pandemia chegaram até as pessoas de um modo geral, atingindo os idosos, causando grandes impactos, inclusive em sua saúde mental, podendo acarretar desde sintomas mais amenos até casos mais graves, como o suicídio.

A temática justifica-se pela premência da sociedade na busca por respostas do como agir diante de tal dilema. De um lado tem-se a família e cuidadores (em alguns casos resistentes, em outros, não sabendo como agir), de outro, diametralmente, a pessoa vulnerável, dependente desse suporte.

Em consequência, o presente trabalho tem por objetivo refletir, de forma introdutória, sobre a importância e acepção da saúde mental da população brasileira de idosos em tempos de pandemia da Covid-19. Estabeleceu-se como objetivos específicos: a) investigar os fatores de risco que já acometiam a saúde mental dos idosos confinados antes da pandemia do covid-19; b) refletir sobre os possíveis agravos consequentes do confinamento; c) investigar medidas educativas para o manejo no cuidado ao idoso vítima do confinamento.

Desta feita, a pesquisa adotada neste trabalho é de natureza qualitativa, com característica exploratória, tendo como técnica empregada a revisão de literatura, sob o formato narrativo.

1. Fundamentação teórica

Evidencia-se com o presente estudo, algumas inflexões clarificadas nas narrativas a seguir, concernentes ao adoecimento mental do idoso. O objetivo não é contemplar todos.

Norbert (2001), aponta que a experiência do envelhecer ainda é um tema pouco debatido na literatura. O autor acrescenta que um dos correspondentes sociais é o de atribuir o estigma de anormalidade ao comportamento do idoso, Norbert (2001, p.1) “Os

compreensão multidimensional do conceito, definindo fragilidade numa abordagem holística, a qual enfatiza a complexa etiologia do fenômeno, entendido como uma condição não ótima de idosos, de natureza multifatorial e dinâmica, relacionando-o com sua história ou trajetória de vida.

outros, os grupos de "idade normal", muitas vezes têm dificuldade de se colocar no lugar dos mais velhos na experiência de envelhecer." As pessoas de outra faixa etária sentem-se, inconscientemente, agredidos ao vislumbrar no idoso o seu próprio retrato do futuro. Essa identificação causa desconforto. No entender de Norbert (2001, p. 1), "consciente ou inconscientemente, elas resistem à ideia de seu próprio envelhecimento e morte tanto quanto possível." Tal comportamento pode manifestar-se, segundo Moraes (2020), em forma de menosprezo, desrespeito, chegando à violência contra a pessoa idosa (VCPI).

Esta resistência já produzia o afastamento social no contexto do idoso desde antes da pandemia da Covid-19. Norbert, (2001, p. 2), é enfático quando diz que "as pessoas, quando envelhecem ficam mais fracas, são mais isoladas da sociedade e, portanto, do círculo da família e dos conhecidos". Com a pandemia da Covid-19, intensificou-se o isolamento e consigo trouxe seus efeitos colaterais, para o idoso frágil que carecem mais de cuidados.

Neste horizonte, os impactos são visíveis na saúde psicológica do idoso, causando uma crise sanitária que interfere nos modos de vida e relações, trazendo influxos decisivos na vida desses indivíduos. Segundo Arantes (2020) os impactos psicológicos vão desde o medo de ser infectado, ou de infectar alguém, ou mesmo de perder pessoas importantes de seu laço afetivo, até o medo de morrer. Tais fatores podem levar o idoso ao adoecimento emocional. Se não diagnosticado ou tratado, pode levar a consequências mais graves, como depressão e até mesmo o suicídio.

2. Resultados alcançados

Os idosos em casa, estão sendo mais expostos a informações falsas ou catastróficas sobre contaminação e doença, dos quais, Ornell (2020) salienta que pode agravar os quadros de ansiedade. Embora, percebe-se que este interveniente já acontecia antes da pandemia, o mesmo intensificou-se com o aumento de anúncios sobre mortes pelo Covid-19.

Arantes (2020), traz um outro tipo de acometimento que é a exposição ao risco de contaminação por seu grupo relacional constituído de filhos, netos, outros familiares e cuidadores formais, os quais retornam para suas residências sem os devidos cuidados de higiene necessários. Em contra partida, tem aqueles que temem pela hospitalização do

idoso, e asseveram com seus cuidados limitando suas atividades, e por temor cerceiam sua liberdade.

Somado a este referido desalento, têm-se o agravante no comprometimento da saúde mental que exige mais parcimônia de seus respectivos cuidadores, pois o quadro pode configurar-se com comportamentos de delírio e confusão mental, que deposita no cuidador muito mais sobrecarga.

O senescente em estado frágil, demanda maior cuidado. Pesquisas mostram que em isolamento, "podem aumentar o risco de morte em 14% nas faixas etárias mais avançadas, pois gera no organismo uma reação de estresse que acaba reduzindo a produção dos leucócitos, responsáveis por defender o organismo de infecções." (BOLETIM INFORMATIVO, 2020, p. 1).

O isolamento é importante para a saúde física, contudo, pode gerar efeitos negativos em sua saúde mental, que pode levá-lo a óbito. Logo, estamos diante de um impasse. Ponderar sobre o adoecimento mental da pessoa idosa, em tempos da pandemia da Covid-19, é o mesmo que arrojar-se em desvendar um fenômeno complexo. Envolve demandas físicas, neurobiológicos, psicológicos e sociais. Entretanto, optou-se pela discussão da experiência do envelhecer com foco em suas subjetividades, adotando uma visão holística com o fim de ampliar o foco de debates, e não focar no comprometimento físico ou neurobiológico (talvez por achar que este, já seja mais pesquisado).

A falta da família e consequente solidão, estiveram presentes em todas as falas dos idosos respondentes de uma pesquisa referente a tentativas ou desejo de suicídio. (MINAYO et al., 2017). São agravantes psicológicos, no caso de nível mais grave, entretanto pode começar com quadros de tristeza e ansiedade.

Observa-se a necessidade do uso de atitude empática, com o fim de dar ao idoso a compreensão do que ele realmente almeja. Não utilizar falas infantilizadas ou de cunho pejorativo, muito menos a violência, que se localiza num polo extremo. Segundo Arantes (2020) a empatia já faz parte do que se espera para o acolhimento do idoso em ambientes hospitalares. A escuta ativa (escuta generosa) é uma excelente ferramenta que se destina a esse propósito e se contrapõe aos atos de violência. É uma forma preventiva para a identificação de sinais de alerta em relação a saúde psicossocial do idoso que precisa fazer parte também da manipulação dos cuidados também nos domicílios.

O suporte aos familiares e cuidadores também é fundamental. Arantes (2020) fala do suporte psicológico para a rede de cuidadores. Os mesmos também precisam receber orientações para garantir a eficácia do cuidado.

Conclusões

A COVID-19 trouxe muitas mudanças para a rotina diária da população. O distanciamento social é necessário para a contenção da pandemia, entretanto, se não for administrado com parcimônia poderá aumentar as complicações na saúde mental do idoso frágil, que já era refém do isolamento e constitui grupo mais vulnerável ao vírus.

Depende do cuidado de terceiros e segundo expectativas sociais não são considerados seres adaptados, em consequência do preconceito social em relação ao envelhecimento e da própria debilidade física a qual está suscetível.

Destarte, a promoção de debates e reflexões são ferramentas que poderão ajudar na construção para o melhor caminho do cuidado para com o idoso frágil.

Referências bibliográficas

ANDRADE, Ankilma do Nascimento et al. Análise do conceito fragilidade em idosos. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 21, n. 4, p. 748-756, 2012. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-07072012000400004&script=sci_arttext. Acesso em: 10 out. 2020.

ARANTES, Ana Claudia Quintana et al. Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: recomendações aos trabalhadores e cuidadores de idosos. 2020. Disponível em: https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/41686/2/CartilhaIdoso.pdf. Acesso em: 10 out. 2020.

BOLETIM INFOMATIVO: Saúde da Pessoa Idosa. Depressão Em Pessoa Idosa Em Tempos de Pandemia de Covid-9. Goiania/GO: **Secretaria de Estado da Saúde**, 2020. Setembro. Ano 6. Disponível em: https://www.saude.go.gov.br/files/boletins/informativos/saude-idoso/BOLETIM_IDOSO_SETEMBRO_2020.pdf. Acesso em: 10 out. 2020.

NORBERT, Elias. **A solidão dos moribundos**. Seguido de "Envelhecer e morrer". Rio de Janeiro: Jorge Zahar. 2001.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; FIGUEIREDO, Ana Elisa Bastos; MANGAS, Raimunda Matilde do Nascimento. O comportamento suicida de idosos

institucionalizados: histórias de vida. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 27, p. 981-1002, 2017. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/physis/2017.v27n4/981-1002/. Acesso em: 10 out, 2020.

MORAES, Claudia Leite de et al. Violência contra idosos durante a pandemia de Covid-19 no Brasil: contribuições para seu enfrentamento. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 4177-4184, 2020. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/csc/2020.v25suppl2/4177-4184/pt/. Acesso em: 10 out.2020.

ORNELL, Felipe et al. Pandemia de medo e COVID-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégicas. **Revista debates in psychiatry**, 2020. Disponível em: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/63220777/PandemiademedoeCOVID-19impactona20200506-102677-146aa84.pdf?1588797163=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPandemia_de_medo_e_COVID_19_impacto_na_s.pdf&Expires=1603050521&Signature=cJ4LocRK9Sw8o~am8oMg2-MIaIKNk3D5vCqCiILDx5hT9OT9hZdbnbnJNWA4UPxpnwQ0FTla96jcIMuIpxjKaN38Nz85B1upuIKbFUrsB~VAtevJgEgNrflqLPkASbwHZUwHCQofh1YmbDxaoSaxQ2AW3q-HR9qG8FLiiGVyfTorKXp82UMvFuMSfwG964QJLswmlPVOp2JxGzfRr8oIPuYsyCQmFgjsjV9CbHnLQ8t5fouSn8VghADV~-6ZGsAz2YEng9HNhMkM~fDqrvmXCjuXUBG1Qf-JvdXKSl5S9cJpsfOVQdRhp0pPC696pLaBabEi1O9owcJ~601XGAisew__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

RIBEIRO, Adalgisa Peixoto et al. O que fazer para cuidar das pessoas idosas e evitar as violências em época de pandemia?.2020. Disponível em: https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/41349/2/CuidarIdososPandemia.pdf. Acesso em: 10 out. 2020.