



A IMPORTANCIA DA SOCIALIZAÇÃO PARA A SAÚDE MENTAL DO IDOSO

Guilherme Matheus Batista¹, Taisa Valques Lorencete², Sandra Cristina Catelan-Mainardes³

¹ Acadêmico do Curso de Medicina, Universidade Cesumar – UNICESUMAR, Campus Maringá-PR. Programa Voluntário de Iniciação Científica da UniCesumar - PVCIC. gui_mb-98@hotmail.com) Maringá-Brasil

² Coorientadora, Mestre, Departamento de Medicina, UNICESUMAR. taisa.lorencete@unicesumar.edu.br

³ Orientadora, Mestre, Departamento de Medicina, UNICESUMAR. sandra.mainarde@docentes.unicesumar.edu.br

RESUMO

Com o envelhecimento da população, diversos idosos têm enfrentado sentimentos como depressão, ansiedade e seus efeitos fisiopatológicos, devido à diminuição da socialização dos mesmos. Em 2020, a população enfrentou a ameaça do novo coronavírus, que ceifou a vida de milhares de pessoas, sendo idosos e pessoas com doenças prévias as principais vítimas. Como melhor forma de prevenção, o isolamento social foi adotado no Brasil. O presente estudo objetivou demonstrar que a socialização é um fator protetor para a saúde mental dos idosos. Para isto, aplicou-se um questionário com as mesmas questões para dois públicos de idosos diferentes: em Instituições de Longa Permanência e da comunidade em geral, que através de suas respostas, possibilitaram compreender os diferentes impactos do isolamento social na saúde mental deles. Foram realizadas entrevistas com ambas as categorias, os resultados foram analisados e agrupados. Os resultados abrangeram um maior índice de idosos com sinais de depressão, dentre aqueles que estavam na comunidade em isolamento social, enquanto, entre os idosos em ILPS, os índices foram significativamente menores. Observando os aspectos analisados, conclui-se que a socialização para o idoso é um fator protetor para a saúde mental e que deve ser estimulada para proporcionar uma senescência adequada e saudável.

PALAVRAS-CHAVE: Depressão; Isolamento; Pandemia.

1 INTRODUÇÃO

A partir de 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde declarou o COVID-19 como uma nova pandemia mundial, em que os mais afetados seriam idosos. Os idosos, consideradas pessoas com 60 anos ou mais têm sido os mais vulneráveis diante da pandemia devido à comorbidades inerentes a idade, o que se pode observar a partir dos dados do Ministério da Saúde onde demonstram que 70% dos óbitos por COVID-19 são de pessoas idosas (Ministério da Saúde, 2020).

Na literatura gerontológica, os aspectos psicológicos do bem-estar estão intrinsecamente relacionados com doenças e declínio. Os eventos do cotidiano influenciam as emoções momentâneas e se estimuladas constantemente pode formar traços com efeito a longo prazo. A saúde emocional do idoso é reflexo da qualidade e intensidade destas experiências. (Freitas, 2016). No presente contexto da pandemia do COVID-19, idosos têm sido expostos a informações aterradoras de óbitos ao redor do mundo e por se estabelecer o distanciamento social desta faixa etária, segundo os estudos em andamento pelo Instituto de Psicologia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) muitos que já tinham condições como ansiedade e depressão sofreram agravos destas enfermidades e os que não continham, obtiveram (Filgueiras, 2020).

As socializações dos idosos podem promover um senso de propósito e aumentar a motivação para exercer atividades diárias, aumentar o fluxo de informações e intercâmbio de conhecimento, reações fisiológicas benéficas como a regulação neuroendócrina e hormonal, responsável por estresse e alívio para situações adversas por receber o apoio das suas relações sociais (Freitas, 2016). Com o advento da pandemia do coronavírus idosos ficaram impedidos de realizarem suas atividades diárias e a socialização ficou comprometida (Duarte, 2020).



Idosos institucionalizados já advêm de um distanciamento dos convívios sociais, nesse novo local apresentasse a possibilidade de novos sentimentos e novas vivências, podendo formar novas redes de amizades e a possibilidade de realizarem atividades em grupos (Camarano, 2010). No contexto da pandemia, as Instituições de Longa Permanência (ILPIs) tomaram medidas para proteger idosos institucionalizados, como: cancelamento das visitas presenciais, medidas de desinfecção e prevenção e utilização de Equipamentos de Proteção Individuais (EPIs), podendo socializar-se apenas com outros idosos institucionalizados (Ministério da Saúde, 2020).

2 MATERIAIS E METODOS

O estudo é uma pesquisa qualitativa de caráter descritivo. Os participantes deste trabalho foram idosos institucionalizados em ILPS e outros, que não pertenciam a estas instituições, mas sim à comunidade. A Instituição escolhida foi o lar São Vicente de Paula, localizado na cidade de Apucarana, no Paraná. Para os idosos não institucionalizados foram enviados formulários com as mesmas questões, mas de maneira online (envio pelas redes sociais – *Facebook*: <https://forms.gle/5sADnrTJNZ2aYarU8>) e tradicional (formulário impresso e abordagem direta na comunidade). Enquanto para os idosos em ILPS, foram coletados dados na própria instituição com a autorização da coordenadora do local. As participações dos idosos foram voluntárias e ocorreram mediante a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. Os participantes responderam um questionário investigativo com perguntas fechadas, a fim de obtermos informações de como a pandemia os teria afetado com depressões e ansiedades, analisando sua relação no contexto da doença, entre outras questões. Para a conformação do questionário e teórica, foram utilizados artigos provenientes do Lilacs, Pubmed e Bireme.

Foram instituídos critérios de exclusão: idosos com demência, com flutuações cognitivas e do nível consciência e critérios de inclusão: idosos de sessenta a oitenta e cinco anos que não se enquadram nos critérios de exclusão.

Por fim, o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação dos principais achados se basearam nas respostas do questionário e foram colocados em quadros descritivos, tabulados com auxílio da plataforma do *Google Forms*, por meio de planilhas, que possibilitaram o manejo de dados e integralidade as informações coletadas. A análise dos resultados foi feita por meio da estatística descritiva, no qual foram acrescentadas inferências específicas sobre o conteúdo de acordo com a literatura específica, pertinente e atual sobre o tema.

O presente estudo obteve aprovação do comitê de ética em pesquisa e contém o CAAE nº 53810721.3.0000.5539.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os participantes deste trabalho foram 100 idosos dos quais 50 eram institucionalizados em ILPS (50% dos entrevistados) e 50 indivíduos não pertenciam a estas instituições, mas sim da comunidade em geral (50%). Em relação as respostas dos entrevistados 34% dos idosos fora de ILPS se sentiam deprimidos antes da pandemia enquanto 84% afirmaram sentir-se deprimido durante a pandemia. Entre os idosos em ILPS 58% afirmaram sentir-se deprimido antes da pandemia, em contraste, os 64% responderam sentir-se deprimidos durante a pandemia.

A análise dos resultados demonstrou um alto índices de idosos em ILPS deprimidos, logo se observa que, antes da pandemia, já havia um alto índice de depressão (58%). Justifica-se tais resultados, por estarem



em instituições, devido a problemas que advém da vida pessoal de cada um dos entrevistados e sentimentos de abandono familiar. O foco desses dados obtidos é o aumento inexpressivo da prevalência de depressão durante a pandemia, retificando os dados encontrados na pesquisa realizada por Oliveira (2021), em que demonstra que idosos em ILPs nos estados de Goiás, Rio Grande do Norte e Rio Grande do Sul já apresentavam altos índices de depressão no período pré-pandêmico devido aos mesmos motivos.

Enquanto na população de idosos da comunidade, foram relatados baixos índices de sentimentos de solidão e depressão, antes da pandemia. Mas com a chegada dela, apresentaram um aumento significativo com o isolamento social e os adventos da pandemia. Reforçando o que Nóbrega *et al.*, (2015) propõe, ao afirmar que fatores psicológicos e externos que provocam a perda de autonomia e nas relações sociais podem provocar o agravamento de quadros patológicos preexistentes, assim como levar a quadros de depressão.

A hipótese levantada nesta pesquisa, de que idosos institucionalizados não se sentiram mais deprimidos ou tornaram-se depressivos, com a instituição do isolamento social, mesmo com a suspensão das visitas familiares ou de entidades filantrópicas, foram confirmadas, entrando em consonância com o estudo de Fonsêca (2019), o qual descreve a prevalência do número de depressão devido à ausência de suporte familiar, limitações e insatisfações. Contudo, ao serem questionados se a pandemia os tornara mais deprimidos e/ou ansiosos, os idosos entrevistados, negaram que a pandemia contribuiu para o aumento desses sintomas.

Idosos fora de ILPs, por outro lado, demonstraram um aumento dos índices de solidão e depressão em 80% e 50% respectivamente. Muitos relatam que o isolamento social e notícias provindas das mídias aprofundaram sentimentos negativos, gerando sinais e sintomas depressivos como angústia, ansiedade e tristeza. Segundo Romero (2021), tais idosos sentiram de diferentes formas o isolamento, segundo suas condições de saúde e renda para aqueles que necessitam trabalhar, demonstrando que houve uma diferença acentuada de mulheres mais propensas a depressão do que homens, porém um expressivo aumento nas manifestações depressivas nesta população.

Em consonância com Coronago (2020) o isolamento em idosos na comunidade proporcionou o aumento das dificuldades em aspectos relacionados ao psicológico e social como depressão, bem-estar físico e dificuldade no senso de dignidade humano. Coronago (2013), mesmo anos antes da pandemia, afirma que idosos são estigmatizados e excluídos, devido a visões excludentes, referentes a eles, analisando esse problema que advém de anos, juntamente com uma patologia da qual pouco se sabe atualmente e que contribuiu para os dados obtidos nesta pesquisa, em que sentimentos como angústia e solidão se sobressaíram entre outras queixas.

Com a pesquisa apresentada acima, fica claro que a socialização na saúde mental do idoso é imprescindível para o bem-estar deles. Demonstrou-se, também, que idosos em isolamento social imposto pela pandemia do Covid-19 consideraram-se muito mais deprimidos e ansiosos com o isolamento, em contrapartida a idosos em instituições de longa permanência que também ficaram isolados, porém, em um conjunto de cinquenta idosos, apresentaram uma variação muito baixa na porcentagem dos que se sentiam deprimidos devido a pandemia, e muitos, mesmo cientes dos acontecimentos atuais relataram não se sentirem tristes, ansiosos e deprimidos e mantiveram sua saúde mental inalterada, o que retifica os estudos de Araújo (2020), em que demonstra que idosos que praticam atividades em grupos são menos propensos a desenvolver sinais e sintomas depressivos e que para aqueles que são diagnosticados com depressão, potencializa o tratamento e melhora a sintomatologia para tal.



4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As ações para obtenção de dados relevantes para a pesquisa, como: sentimentos e percepções atuais, durante a pandemia, e passadas, antes da pandemia, foram realizadas através de questionários com perguntas diretas, logo podem ter sofrido alguma influência por sentimentos presentes aos entrevistados. Os resultados obtidos são que a maioria dos idosos fora de ILPs, relataram sentir-se mais deprimidos, ansiosos e com decaimento cognitivo, enquanto idosos institucionalizados, por relacionar-se diariamente com outros nas mesmas condições e com profissionais que trabalham diariamente no lar, relataram não sentir o impacto do isolamento proveniente da pandemia.

A compreensão dos resultados demonstra que de forma geral, idosos fora de ILPs, que se propuseram a exercer atividades inclusivas, de maneira remota e que obtiveram êxito, tiveram efeitos protetores a sua saúde física e mental. Portanto, o estudo apresentou evidências claras de que a melhora nas relações interpessoais em idosos é fator protetor contra depressão, ansiedade e solidão, promovendo qualidade de vida aos mesmos.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Laryssa Maria Ribeiro *et al.* **Atividades lúdicas no combate à depressão e ansiedade na terceira idade.** In: I Congresso Brasileiro de Medicina e Saúde - online, 2020. Disponível em: <https://www.doity.com.br/anais/cbmed/trabalho/161848>. Acesso em: 07 fev. 2021.

BRASIL. Ministério da Cidadania. **Conheça exercícios adequados para idosos fazerem em casa no período de isolamento social**, 2020. Disponível em: https://www.gov.br/cidadania/pt-br/noticias-e-conteudos/esporte/noticias_esporte/conheca-exercicios-adequados-para-idosos-fazerem-em-casa-no-periodo-de-isolamento-social. Acesso em: 02 abr. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde (BR). Portaria n. 639, de 31 de março de 2020. Dispõe sobre a Ação Estratégica "O Brasil Conta Comigo - Profissionais da Saúde", voltada à capacitação e ao cadastramento de profissionais da área de saúde, para o enfrentamento à pandemia do coronavírus (COVID-19). [Internet]. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**. 02 abr. 2020. Disponível em: <http://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-639-de-31-de-marco-de-2020-250847738>. Acesso em: 19 abr. 2021.

CAMARANO, A. A.; Mello, J. L. Cuidados de longa duração no Brasil: O arcabouço legal e as ações governamentais. In: CAMARGO, A. A. (Ed.), **Cuidados de longa duração para a população idosa: um novo risco social a ser assumido?** (pp. 67-92). Rio de Janeiro, RJ: Fundação Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. Acesso em: 16 abr. 2021.

CORONAGO, Virginia Maria Mendes *et al.* Isolamento social e idosos frente ao Covid-19: Afeto e cuidado em tempos de pandemia. **Confluências**, Niterói, RJ, v. 2, n. 22, p. 242-259, 22 jul. 2020. Acesso em: 16 abr. 2022.



CORONAGO, V. M. M. O. **Ciências sociais em perspectiva de diálogo. A polifonia dos significados:** do adoecer por DP às vivências musicais. Vitória da Conquista: UESB, 2013. Acesso em: 16 abr. 2022.

FONSÊCA, Wanaline; FRANCO, Camila. Depressão em idosos institucionalizados: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, [S. l.], UPF Editora, v. 16, n. 3, p. 14-15, 11 dez. 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.5335/rbceh.v16i3.9081>.

FREITAS, E. V.; Py, L.; Neri, A. L.; Cançado, F. A. X. C.; Gorzoni, M. L.; Doll, J. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 4. ed. Grupo Editorial Nacional (GEN), 2016.

NÓBREGA IRAP *et al.* Fatores associados à depressão em idosos institucionalizados: revisão integrativa. **Saúde em Debate**, 2015; v. 39, n. 3, p. 536-550. Acesso em: 16 abr. 2022.

OLIVEIRA, Ariella Sthefany Silva; MENDES, Alice Lima Rosa; BRITO, Sara Ferreira Lobato de; CORREIA, Rodrigo Feitosa de Oliveira; RAMOS, Luís Paulo Alves; NOLÊTO, Bruna Correa; MEDEIROS, Samyres Batista de; NASCIMENTO, Ivanildes do; OLIVEIRA, Ivani Feitosa de; CAVALCANTE, Andreza Lima. Depressão em idosos institucionalizados. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 10, p. 130101018620, 18 ago. 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i10.18620>. Acesso em: 18 abr. 2022.

ROMERO, Dalia Elena; MUZY, Jéssica; DAMACENA, Giseli Nogueira; SOUZA, Nathalia Andrade de; ALMEIDA, Wanessa da Silva de; SZWARCOWALD, Celia Landmann; MALTA, Deborah Carvalho; BARROS, Marilisa Berti de Azevedo; SOUZA JÚNIOR, Paulo Roberto Borges de. Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho. **Cadernos de Saúde Pública**, [S. l.], v. 37, n. 3, p. 0-15, 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00216620>. Acesso em: 19 abr. 2022.