

IMPACTO FÍSICO E PSICOSSOCIAL DA COVID-19 PARA A POPULAÇÃO IDOSA: REVISÃO DE LITERATURA

Camila Helena Barbosa de Souza¹, Antônio Guilherme Andrade Álvaro da Costa¹, Ana Beatriz da Silva Batista¹, Jorge Luiz Pereira da Silva Júnior¹, Paulo Gustavo Barbosa de Souza¹, João Pedro de Carvalho Lira¹, Anna Xênya Patrício de Araújo²

¹Discente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Brasileiro, Recife, PE, Brasil.

²Mestra em Fisioterapia pela Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE, Brasil.

Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Brasileiro, Recife, PE, Brasil.

Autor Correspondente:

Anna Xênya Patrício de Araújo

Rua Padre Inglês, 257, Boa Vista, Recife - PE, 50050-230

Telefone: (81) 9 9723-1571

Email: annaxenya91@gmail.com

RESUMO

A pesquisa objetivou avaliar, compreender e descrever os fatores determinantes sobre os impactos físicos e psicossociais causados pela pandemia da COVID-19 sobre a população idosa e quais as estratégias utilizadas para diminuir os efeitos dessa condição. Após a pesquisa realizada nas bases de dados escolhidas, cinco artigos foram incluídos para esta revisão. Foi possível compreender que o distanciamento social, embora necessário, proporciona fator determinante para uma rotina ociosa e solitária, caracterizada por mudanças socioambientais que incluem, dentre outros, restrições de contato e comunicação. Em meio a esse cenário, problemas físicos e psicológicos podem emergir, gerando impactos negativos para a qualidade de vida do indivíduo, em especial a pessoa idosa. A pandemia, atrelada a medidas para mitigar a propagação viral, afeta desproporcionalmente esse público, não apenas por meio de risco da doença e morte, mas também pela exacerbação do sofrimento subjacente relacionado ao envelhecimento. Esse estudo destacou, portanto, que o cenário de pandemia do COVID-19 vivido nos últimos anos trouxe impactos tão significativos para a saúde da população idosa quanto à condição da doença em si, como crises de ansiedade, depressão, mobilidade prejudicada, sedentarismo, comprometimento ósseo, muscular e metabólico.

Palavras-chave: Impactos da Covid-19. Fisioterapia reabilitativa. População Idosa.

PHYSICAL AND PSYCHOSOCIAL IMPACT OF COVID-19 ON THE ELDERLY POPULATION: LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

The research aimed to evaluate, understand and describe the determining factors on the physical and psychosocial impacts caused by the COVID-19 pandemic on the elderly population and what strategies are used to reduce the effects of this condition. After the research carried out in the chosen databases, five articles were included for this review. It was possible to understand that social distancing, although necessary, provides a determining factor for an idle and lonely routine, characterized by socio-environmental changes that include, among others, contact and communication restrictions. In the midst of this scenario, physical and psychological problems can emerge, generating negative impacts on the quality of life of the individual, especially the elderly. The pandemic, coupled with measures to mitigate viral spread, disproportionately affects this population, not only through the risk of illness and death, but also through the exacerbation of underlying aging-related suffering. This study highlighted, therefore, that the COVID-19 pandemic scenario experienced in recent years has brought such significant impacts to the health of the elderly population as to the condition of the disease itself, such as anxiety attacks, depression, impaired mobility, sedentary lifestyle, impairment bone, muscle, and metabolism.

Keywords: Impacts of Covid-19. Rehabilitative physiotherapy. Elderly Population.

INTRODUÇÃO

A COVID-19 é uma doença respiratória aguda, causada pela infecção do coronavírus (SARS-CoV-2), potencialmente grave, de alta transmissibilidade e de distribuição global. O quadro clínico da doença é semelhante ao de uma síndrome gripal e em seus casos mais graves pode apresentar insuficiência respiratória aguda grave, linfopenia, sangramento pulmonar, complicações cardíacas e insuficiência renal (DUARTE *et al.*, 2020).

A doença surgiu em dezembro de 2019 desencadeando uma Pandemia no ano de 2020 que trouxe consequências irreversíveis para a população mundial. A organização Mundial de Saúde (OMS) recomendou o isolamento social como medida para conter a disseminação do vírus que por sua vez trouxe elevadas taxas de mortalidade, problemas físicos e psicossociais (D'CRUZ; BANERJEE, 2020).

O isolamento social trouxe consigo uma mudança abrupta de comportamento e estilo de vida da sociedade, contribuindo com a inatividade física e distanciamento social, o que acarretou em consequências negativas como o aumento do sedentarismo e obesidade, estresse, ansiedade e depressão, sendo esses importantes fatores para a redução da qualidade de vida do indivíduo (CARRIEDO *et al.*, 2020; GROLLI *et al.*, 2020).

Entre os públicos afetados, podemos considerar a população idosa como grupo mais vulnerável perante o cenário pandêmico. Por serem considerado um dos principais grupos de risco o isolamento social precisou ser mais intenso, mudando significativamente o ambiente e a rotina desses indivíduos, como consequência, foram afetados por problemas físicos e psicossociais (BEZERRA *et al.*, 2020; GORENKO *et al.*, 2020).

Para diminuir os efeitos da problemática podemos considerar elementos que dão suporte perante a necessidade, como a prática regular de exercícios físicos e o apoio psicossocial. Esses subsídios, quando utilizados de maneira adequados exercem ganhos indiscutíveis sobre a qualidade de vida do indivíduo, reduzindo consideravelmente as dificuldades físicas e mentais (BAKER; CLARK, 2020).

Para tal premissa objetivou-se avaliar, compreender e descrever fatores determinantes sobre os impactos físicos e psicossociais causados pela pandemia da COVID-19 sobre a população idosa e quais as estratégias utilizadas para diminuir os efeitos dessa condição.

METODOLOGIA

O estudo se trata de uma revisão da literatura, o qual consiste em um método específico que resume o passado da literatura empírica ou teórica para fornecer uma compreensão mais abrangente de um fenômeno particular. Dessa forma, a revisão literária possibilita a síntese de vários estudos já publicados e permite a geração de novos conhecimentos pautados nos resultados apresentados por pesquisas anteriores (GONÇALVES, 2019).

Para a construção de uma pesquisa de revisão da literatura, se faz necessário percorrer seis etapas distintas sobre as quais este estudo se pauta. São elas: (1) formulação da questão de pesquisa e definição de um problema para elaboração da revisão; (2) seleção de critérios para inclusão e exclusão de estudos; (3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados durante a coleta de informações; (4) análise crítica dos estudos resultantes da pesquisa; (5) comparação e interpretação dos estudos para discussão dos resultados; (6) apresentação da revisão de maneira detalhada e de fácil compreensão.

A coleta de dados aconteceu no mês de agosto e setembro de 2022, como critérios de inclusão foram estabelecidos artigos experimentais ou observacionais que subsidiassem a temática do estudo, indexados com seu texto completo e resumo disponível, dispostos na íntegra, eletronicamente, redigidos na língua portuguesa e estrangeira.

Como critérios de exclusão foram estabelecidos artigos de revisão e duplicados, que não apresentaram informações suficientes, sem resumos e/ou textos incompletos e com a temática central que não respondesse ao objetivo da pesquisa. As bases de dados utilizadas para a pesquisa dos artigos foram a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *US National Library of Medicine National Institutes of Health*(PubMed) e *Scientific Eletronic Library Online* (SCIELO).

RESULTADOS

Foram encontrados 272 artigos por meio das bases de dados, dentre esses

58 foram excluídos por duplicidade, 170 excluídos na etapa de títulos e resumos e 44 selecionados para leitura na íntegra, dos quais 39 foram excluídos por não contemplarem o objetivo da pesquisa, resultando em cinco estudos incluídos nesta revisão (CARRIEDO *et al.*, 2020; GUSTAVSSON; BECKMAN, 2020; HARDEN *et al.*, 2020; SHRIRA *et al.*, 2020; WONG *et al.*, 2020). Esses dados foram apresentados na figura 1.

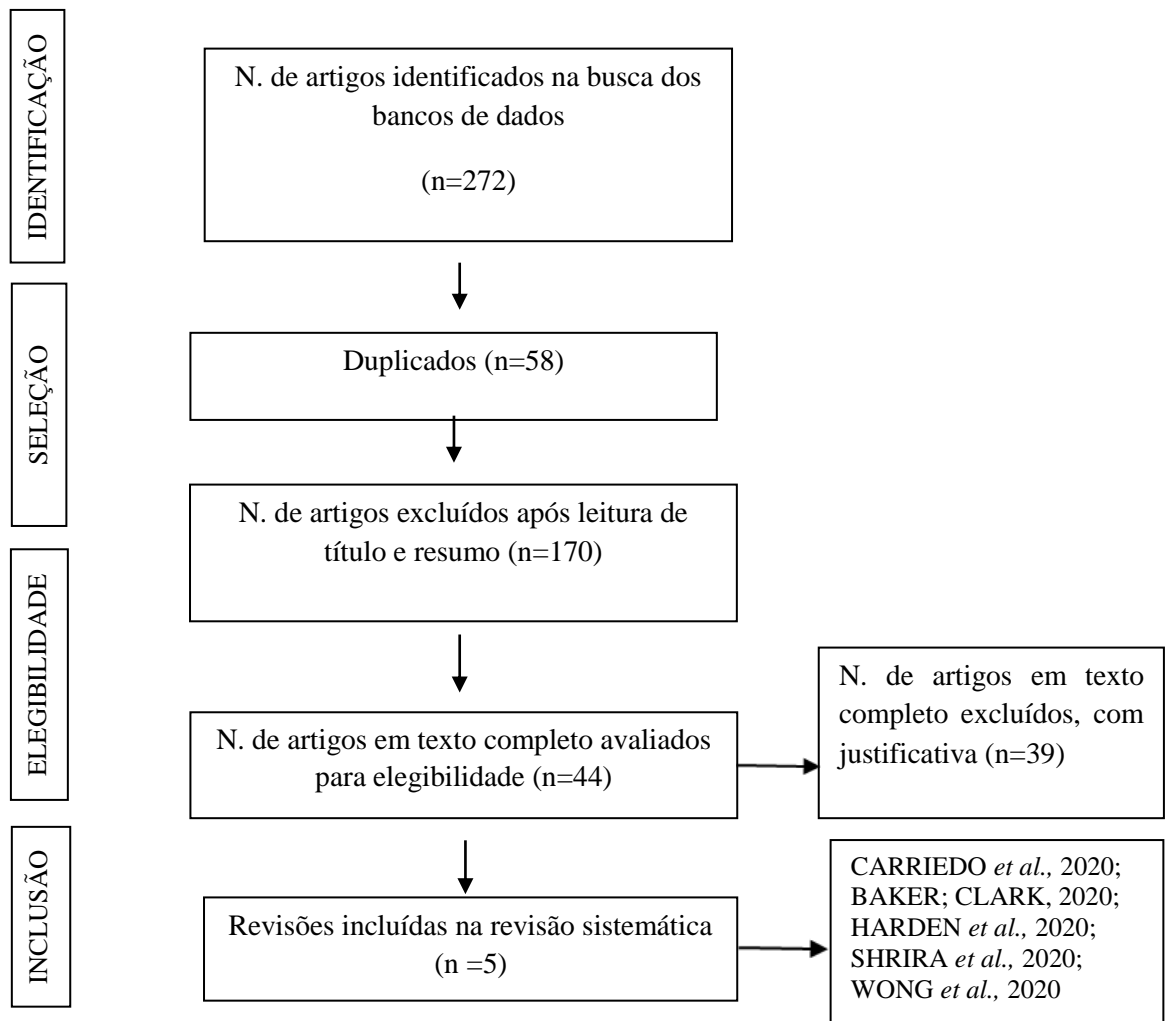


Figura 1. Fluxograma dos estudos incluídos na revisão.

Os estudos incluídos apresentaram a solidão e ansiedade como principais impactos psicossociais da covid-19 para a população (BAKER; CLARK, 2020; HARDEN *et al.*, 2020; SHRIRA *et al.*, 2020; WONG *et al.*, 2020). Em relação ao impacto físico, foi evidenciado a perda da autonomia (HARDEN *et al.*, 2020). As características dos estudos incluídos foram apresentadas de forma mais detalhada na tabela 1.

Tabela 1. Características dos estudos incluídos.

AUTOR/ANO	DESENHO	AMOSTRA	RESULTADOS
CARRIEDO <i>et al.</i>, 2020	Transversal	483 idosos	Sintomas depressivos, ausência de atividade física.
GUSTAVSSON; BECKMAN, 2020	Coorte Prospectivo	1854 idosos	Preocupação, sentimentos negativos, alterações físicas e sono.
HARDEN <i>et al.</i>, 2020	Série de Casos	3 idosos	Perca da autonomia, comunicação prejudicada, depressão, ansiedade e solidão.
SHRIRA <i>et al.</i>, 2020	Transversal	277 idosos	Solidão, fraqueza e mudança de comportamento.
WONG <i>et al.</i>, 2020	Coorte Prospectivo	583 idosos	Solidão, ansiedade e insônia.

DISCUSSÃO

Impactos físicos e psicossociais foram observados nos idosos acompanhados nos estudos incluídos, destacando a pandemia como um processo desafiador o qual afetou negativamente a qualidade de vida dessa população (CARRIEDO *et al.*, 2020; GUSTAVSSON; BECKMAN, 2020; HARDEN *et al.*, 2020; SHRIRA *et al.*, 2020; WONG *et al.*, 2020).

Impactos físicos causados pela pandemia do COVID-19

Com a chegada do COVID-19 no Brasil as medidas adotadas para conter o rápido avanço do vírus incluíram medidas de isolamento, quarentena e distanciamento social. Com esse cenário, grande parte da população passou a permanecer dias consecutivos em seus lares, mudando inúmeros hábitos de vida (NABUCO; DE OLIVEIRA; AFONSO, 2020).

Segundo Nestola *et al.* (2020), a prática de exercícios físicos foi um dos hábitos que mais sofreu alterações durante o período, em especial, as atividades realizadas por meio das “academias da saúde” ou “academias privadas” que disponibilizavam de forma regular a prática de exercícios físicos, danças e esportes.

Com o novo cenário, imposto para proteger a população e evitar um possível colapso no sistema de saúde, manter a prática regular de exercícios físicos tornou-se um desafio, mesmo que incentivado por algumas instituições ligadas à saúde. É sabido que o seu uso de

maneira regular é um importante aliado na manutenção da saúde, devido o seu efeito protetor nos sistemas cardiovascular, neuromuscular, metabólico e endócrino, além de ser um considerável colaborador da saúde mental (LOSADA-BALTAR *et al.*, 2020).

Segundo Florêncio-Júnios, Paiano e Costa (2020), a falta do mesmo pode trazer riscos à saúde física e fisiológica do indivíduo, principalmente da pessoa idosa, desencadeando ou exacerbando patologias ósseas, motoras e musculares, o que dificulta às atividades cotidianas diárias e a mobilidade desse público, trazendo consequências à qualidade de vida. Além de também contribuir como um fator propício para o sedentarismo, sobrepeso, obesidade e doenças crônicas não transmissíveis, como a diabetes mellitus e hipertensão arterial (FLORÊNCIO-JÚNIOR; PAIANO; COSTA, 2020).

Impactos psicossociais causados pela pandemia do COVID-19

Apesar do isolamento e distanciamento social ser uma das medidas mais eficazes no combate ao vírus SARS-CoV-2, esses meios trouxeram influências sociais e psicológicas diretas e indiretas para toda a população. As mudanças no padrão de convivência nos ambientes de trabalho e familiares despertaram sentimentos de solidão, medo e ansiedade generalizada, juntamente com o temor ocasionado pela alta taxa de transmissão viral, em decorrência da rapidez, invisibilidade e morbimortalidade da doença (HARDEN *et al.*, 2020).

Estudos comprovaram que em meio a uma pandemia, o medo aumenta os níveis de ansiedade e estresse em indivíduos saudáveis e intensifica os sintomas daqueles com transtornos psiquiátricos pré-existent. Durante cenários de epidemia, o número de pessoas cuja saúde mental é afetada tende a ser maior que o número de pessoas afetadas pela infecção. Tragédias anteriores mostraram que as implicações para a saúde mental podem durar mais tempo e ter maior prevalência que a própria epidemia e que os impactos psicossociais e econômicos podem ser incalculáveis (HARDEN *et al.*, 2020; VIEIRA *et al.*, 2020).

No que concerne a pessoa idosa, essa se enquadra em uma das populações que mais foi afetada com esse cenário, por se tratar de um dos principais grupos de risco a forma grave da doença, estes se sentiram vulneráveis e com medo da contaminação pelo vírus, se vendo obrigados não só a ficarem em casa, como também a manter distância de amigos, contatos sociais e até familiares mais próximos, como filhos e netos, por exemplo. Essas

circunstâncias levaram esse público a apresentar quadros de estresse, ansiedade e depressão, tornando-se um atual problema de saúde pública (STRABELLI *et al.*, 2020).

Estratégias de enfrentamento para a problemática

O contexto pandêmico trouxe repercussões negativas a curto, médio e longo prazo para todos os cenários do país, passando desde a economia até o meio ambiente e saúde. Contudo, é necessária atenção das autoridades públicas para o desenvolvimento de estratégias efetivas através de políticas públicas que visem diminuir os efeitos do problema (SHRIRA *et al.*, 2020).

Segundo Wong *et al.* (2020), no que tange a saúde da população é necessário um olhar holístico direcionado ao público em geral e a grupos específicos, que perpassem pelos impactos físicos, mentais e sociais causados pela COVID-19 e que assombram a sociedade como um todo. Além disso, em um país com acentuada disparidade social, baixos níveis de educação e cultura, torna-se evidente que o público menos favorecido foi o mais afetado em todas as circunstâncias (WONG *et al.*, 2020).

De acordo com Rocha *et al.* (2020), a contratação e capacitação de profissionais de saúde, de forma a garantir o cuidado continuado e apoio psicossocial, por exemplo, é um meio promissor de diminuir os efeitos causados pela pandemia, sejam eles físicos ou mentais, além de favorecer estratégias de redução das desigualdades sociais, fator esse que foi escancarado em meio à problemática.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É inegável que o distanciamento social, embora necessário, proporciona fator determinante para uma rotina ociosa e solitária, caracterizada por mudanças socioambientais que incluem, dentre outros, restrições de contato e comunicação. Em meio a esse cenário, problemas físicos e psicológicos podem emergir, gerando impactos negativos para a qualidade de vida do indivíduo, em especial a pessoa idosa.

A pandemia, atrelada a medidas para mitigar a propagação viral, afeta desproporcionalmente esse público, não apenas por meio de risco da doença e morte, mas

também pela exacerbação do sofrimento subjacente relacionado ao envelhecimento. A falta de contato com familiares, meio social e a falta de manutenção da saúde física e mental é evidenciado como fator de risco para o aparecimento de diversos outros problemas.

Esse estudo destacou, portanto, que o cenário de pandemia do COVID-19 vivido nos últimos anos trouxe impactos tão significativos para a saúde da população idosa quanto à condição da doença em si, como crises de ansiedade, depressão, mobilidade prejudicada e sedentarismo, tendo como consequência o comprometimento ósseo, muscular e metabólico.

REFERÊNCIAS

- BAKER, E.; CLARK, L. L. Biopsychopharmacosocial approach to assess impact of social distancing and isolation on mental health in older adults. **Br J Community Nurs**, v. 25, n. 5, p. 231-238, 2020.
- BEZERRA, C. B. et al. Impacto psicossocial do isolamento durante pandemia de covid-19 na população brasileira: análise transversal preliminar. **Saúde Societ**, v. 29, p. e200412, 2020.
- CARRIEDO, A. et al. COVID-19, Psychological Well-being and Physical Activity Levels in Older Adults During the Nationwide Lockdown in Spain. **Am J Geriatr Psychiatry**, v. 28, n. 11, p.1146-1155, 2020.
- D'CRUZ, M.; BANERJEE, D. 'An invisible human rights crisis': The marginalization of older adults during the COVID-19 pandemic - An advocacy review. **Psychiatry Res.**, v. 292, 2020.
- DUARTE, M. Q. et al. COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. **Ciênc S Coletiva**, v. 25, p. 3401-3411, 2020.
- GONÇALVES, J. R. Como escrever um Artigo de Revisão de Literatura. **Rev JRG Estudos Acad**, v. 2, n. 5, p. 29-55, 2019.
- GORENKO, J.A. et al. Social Isolation and Psychological Distress Among Older Adults Related to COVID-19: A Narrative Review of Remotely-Delivered Interventions and Recommendations. **J App Gerontology**, v. 40, n. 1, 2020.
- GROLI, R. E. et al. Impact of COVID-19 in the Mental Health in Elderly: Psychological and Biological Updates. **Mol Neurobiol**, v. 6, p. 1-12, 2020.
- GUSTAVSSON, J.; BECKMAN, L. Compliance to Recommendations and Mental Health Consequences among Elderly in Sweden during the Initial Phase of the COVID19 Pandemic- A Cross Sectional Online Survey. **Int J Environ Res Public Health**, v. 17, n. 15, 2020.
- HARDEN, K. et al. COVID-19 Shines a Spotlight on the Age-Old Problem of Social Isolation. **J Hosp Palliative Nursing**, v. 22, n. 6, p. 435 – 441, 2020.

FLORÊNCIO-JÚNIOR, P. G.; PAIANO, R.; COSTA, A. S. Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes. **Rev Bras Ativ Fís Saúde**, v. 25, p. 1-2, 2020.

LOSADA-BALTAR, A. et al. Differences in anxiety, sadness, loneliness and comorbid anxiety and sadness as a function of age and self-perceptions of aging during the lock-out period dueto COVID-19. **Rev Esp Geriatr Gerontol**, v. 55, n. 5, p. 272-278, 2020.

NABUCO, G.; DE OLIVEIRA, M. H. P. P.; AFONSO, M. P. D. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde?. **Rev Bras med família comunidade**, v. 15, n. 42, p. 2532-2532, 2020.

NESTOLA, T. et al. COVID-19 and Intrinsic Capacity. **J Nutr Health Aging**, v. 24, p. 692–695, 2020.

ROCHA, S. V. et al. A pandemia de COVID-19 e a saúde mental de idosos: possibilidades de atividade física por meio dos Exergames. **Rev Bras Ativ Fís Saúde**, v. 25, 2020.

SHRIRA, A. et al. COVID-19-Related Loneliness and Psychiatric Symptoms Among Older Adults: The Buffering Role of Subjective Age. **Am J Geriatr Psychiatry**, v. 28, n. 11, p. 1200-1204, 2020.

STRABELLI, T. M. V.; UIP, D. E. COVID-19 e o Coração. **Arq Bras Cardiologia**, v. 114, p. 598-600, 2020.

VIEIRA, J. M.; FARM, P. COVID-19: uma pandemia de saúde mental. **S Tecnologia**, n. 24, p. 5-10, 2020.

WONG, S. Y. S. et al. Impact of COVID-19 on loneliness, mental health, and health service utilisation: a prospective cohort study of older adults with multimorbidity in primary care. **Br J Gen Practice**, v. 70, n. 700, p. 817-824, 2020.