

## Depressão em idosos durante o período da pandemia no Brasil em 2020



Foto de Kat Smith/Pexels

*Catarina Adeodato Luna Vieira  
Márcia Ribeiro Xavier  
Millena Kellen Flor E Silva  
Valéria Cristina Santos Santana*

A pandemia causada pelo novo coronavírus (COVID-19) tornou-se um dos maiores desafios do século atual e seus impactos ainda são imensuráveis, uma vez que atinge direta e/ou indiretamente a saúde e a economia da população mundial. Trata-se de uma doença infectocontagiosa causada pelo SARS-CoV-2, do inglês *severe acute respiratory syndrome-associated coronavirus 2* (BRITO *et.al.*, 2020).

A chegada da COVID-19 no Brasil apresentou a necessidade da adesão a medidas para controle e prevenção da doença e o meio mais eficaz implantado foi a prática do distanciamento e isolamento social, com o objetivo de evitar a propagação da doença e a contaminação da população. Porém, apesar dos benefícios que esta medida trouxe no cenário presente, ela implica também em situações de vulnerabilidade que podem resultar em impactos na saúde mental dos indivíduos. A literatura aponta que o isolamento social tende a gerar transtornos que afetam principalmente a saúde mental da população, dentre eles a depressão é a mais comum, afetando principalmente idosos, uma vez que o processo de envelhecimento torna o sujeito mais suscetível a este tipo de doença bem como mais frágil diante da COVID- 19 (AGUIAR *et.al.*, 2021).

No Brasil, até 22 de setembro de 2021, somaram-se 21.283.56 casos da doença, 592.316 óbitos e uma taxa de letalidade de 2,8%, com 577.465 hospitalizações pela Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG) em pessoas com mais de 60 anos (BRASIL, 2021). A faixa etária acima de 60 anos tem sido a mais prevalente nas hospitalizações por COVID-19 e SRAG, devido à presença de comorbidades como diabetes, hipertensão, doenças respiratórias e cardiopatias (BASTOS *et.al.*, 2020).

O processo de envelhecimento pode ser descrito como a progressão na qual acontecem alterações biológicas, funcionais e psicológicas que tendem a determinar a perda da capacidade que o indivíduo possui de se adaptar ao ambiente (OLIVEIRA *et.al.*, 2014). O Brasil tem mais de 28 milhões de pessoas com idade acima de 60 anos, número que representa 13% da população do país, percentual que tende a dobrar nas próximas décadas, segundo a Projeção da População, divulgada em 2018 pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas – IBGE (IBGE, 2018).

Diante desse contexto, o presente artigo tem como objetivo geral analisar na literatura, estudos que expressem os impactos na saúde mental dos idosos durante o período da Pandemia da Covid-19, no Brasil em 2020. E como objetivos específicos: Identificar os fatores de risco associados ao desenvolvimento da depressão em idosos durante a pandemia; Descrever quais os impactos do isolamento social em idosos durante esse período; e Recomendar ações de prevenção da depressão e do comportamento suicida diante da pandemia.

## **Metodologia**

A pesquisa foi desenvolvida a partir de revisão literária exploratória, de natureza descritiva. Para a busca de materiais bibliográficos foram utilizadas as seguintes palavras-chave: *saúde do idoso, depressão, covid-19*. A partir delas foram selecionados artigos científicos nas bases de dados do *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde* (Lilacs), *Biblioteca Virtual de Saúde* (BVS), no sistema de busca do Google Acadêmico, além de busca complementar em manuais do Ministério da Saúde. Os critérios de inclusão foram materiais disponíveis integralmente entre os anos de 2005 e 2021.

## **Desenvolvimento**

O conceito de “Depressão” é usado para descrever sintoma, humor ou doença. A depressão é a doença psiquiátrica com maior incidência entre os idosos e não deve ser entendida como uma resposta normal ao envelhecimento, diante disso deve ser diagnosticada e tratada adequadamente. Fatores psicológicos, hormonais, físicos e sociais exercem um papel importante no desenvolvimento da depressão em idosos (FELTEN *et.al.*, 2005). O isolamento social pode ser tanto um sintoma de depressão quanto um fator despertador da doença, podendo se manifestar através dos sintomas físicos, como: dor no corpo, insônia, perda ou aumento do apetite e sonolência diurna. Outros sintomas podem estar presentes, como: recusa em falar; confusão mental; interrupção de tratamentos medicamentosos; crises de raiva; impulso à violência; palpitações; comer exageradamente; distração; retraimento;

apatia; medo excessivo; lentidão; autodesvalorização; sentimento de culpa; pensamentos negativos; falar frequentemente sobre morte; ansiedade excessiva; agitação psicomotora; ideias suicidas. Sofrer quedas frequentes também pode ser sintomas de depressão, quando provém de desinteresse no autocuidado. Vale ressaltar que a ausência de vontade, prazer e satisfação continuam sendo os sintomas de alerta no processo de diagnóstico de quadros depressivos, principalmente para os idosos que estão acostumados a uma vida social ativa (Boletim Informativo Saúde da Pessoa Idosa, n.6. Gov.do Estado de Goiás, Set. 2020)<sup>1</sup>.

Somente após o fim da pandemia, causado pelo COVID-19, será possível perceber os reais danos psicológicos causados na população como consequência do isolamento social, demonstrando que esse desgaste mental pode ser equiparado aos mesmos sentimentos provenientes de outras catástrofes naturais, nas quais a sociedade passa por estresse, tensão, ansiedade, frustração, insegurança referente ao futuro e pelo medo da morte (FIORILLO; GORWOOD, 2020).

Como consequência destas emoções negativas, verificou-se o crescimento significativo de novos casos de transtornos psicológicos, colocando a população, que não possui uma rede de apoio, mais susceptível a esses agravos. Dentre eles o transtorno de estresse pós-traumático e os transtornos depressivos merecem atenção, e são oriundos do longo período de isolamento, relacionado ao alto risco de contágio e a grande quantidade de notícias negativas, vivenciadas por essa população, durante o período de quarentena, deixando a rotina opressiva e frustrante, resultando em cansaço físico e emocional (BROOKS *et.al.*, 2020).

O idoso com diagnóstico de depressão apresenta maior possibilidade de cometer suicídio, sendo um índice que vem aumentando, como resultado do sentimento de abandono, que compromete a função da mente, não sendo possível fazer a divisão entre o psíquico, o social e o físico, e na expressão de sinais como baixa autoestima, desespero em relação à vida, tristeza profunda ou presença constante da morte (SILVA *et.al.*2020).

Dados do Ministério da Saúde (2018) indicam alta taxa de suicídio entre aqueles com mais de 70 anos sendo registrada, nessa faixa etária, a taxa média de 8,9 mortes por 100 mil nos últimos seis anos. A taxa média nacional é 5,5 por 100 mil. Os índices de suicídio têm aumentado em todo o mundo e no Brasil não é diferente, com isso devemos ter uma atenção maior à população idosa, visto que no decorrer da pandemia da COVID-19, a necessidade de isolamento e distanciamento social pode ser desafiadora para esta população (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

Em decorrência das medidas de segurança por meio do isolamento social, a população idosa que praticava suas atividades externas de forma frequente, passa a sair cada vez menos de suas casas, ou não sair, priorizando a segurança, situação complexa, tanto psicológica quanto física, pois os idosos precisam se manter ativos (VIANA; SILVA; LIMA, 2020).

---

<sup>1</sup> [https://www.saude.go.gov.br/files/boletins/informativos/saude-Idoso/BOLETIM\\_IDOSO\\_SETEMBRO\\_2020.pdf](https://www.saude.go.gov.br/files/boletins/informativos/saude-Idoso/BOLETIM_IDOSO_SETEMBRO_2020.pdf)

## Recomendações

As ações de suporte psicossocial aos idosos se assemelham às de outros grupos etários. Entretanto, algumas intervenções são imprescindíveis para os idosos que passam pela experiência de isolamento social, com comprometimento mental ou estresse, relacionado à mudança de residência, aposentadoria ou iminência de morte (POTTER, 2013).

Diante do exposto algumas ações de prevenção na depressão e no comportamento suicida ante a Pandemia da Covid-19 podem ser recomendadas por profissionais de saúde: estimular a verbalização dos seus medos; acompanhar e avaliar o potencial suicida do paciente; demonstrar reforço positivo frente às habilidades de resolução do paciente; avaliar a eficácia dos fármacos antidepressivos prescritos; encaminhar o paciente a um grupo de apoio ou aconselhamento, caso seja necessário; evitar excesso de informações/noticiários principalmente ligados à pandemia; incentivar o uso de recursos tecnológicos disponíveis como videochamadas, ligações telefônicas; e estimular as atividades instrumentais de vida diárias (AIVDs) (SESGO, 2020).

É fundamental ainda que o idoso sempre mantenha hábitos de vida saudáveis, combatendo o estresse, concedendo tempo na agenda para atividades prazerosas; praticar atividade física regularmente; ter uma dieta equilibrada; não usar drogas ilícitas; evitar o consumo de álcool; manter rotina de sono regular; não interromper tratamento medicamentoso sem orientação médica (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021). O atendimento ao idoso, em qualquer situação, é um trabalho coletivo que requer o empenho de diversos profissionais de saúde. Diante disso torna-se necessário a busca de estratégias que possibilitem um atendimento humanizado para as reais necessidades do idoso. Por meio da atuação multiprofissional e interdisciplinar, os profissionais da saúde podem ofertar melhores condições de vida à pessoa idosa, preparando-a para viver de forma harmoniosa com as transformações relacionadas ao envelhecimento (FARIA, *et.al.* 2016). Questão agravada no período da pandemia.

Também em situações que o idoso já apresenta doença em fase avançada, é de suma importância que o cuidador seja sensibilizado quanto aos cuidados paliativos - modalidade de cuidado que vai além da condição física, atravessa os aspectos sociais, psicológicos e espirituais - na tentativa de prestar um cuidado humanizado, de respeito ao seu semelhante na promoção de uma morte digna (GUTIERREZ, BARROS, 2012; WHO, 2014).

## Conclusão

Frente ao atual contexto, compreende-se que o isolamento social, apesar de necessário no decorrer da pandemia do COVID-19, pode ter se tornado prejudicial à saúde mental de muitos idosos durante e, possivelmente, após esse período que ainda é indefinido. Verifica-se também a escassez de pesquisas com percursos metodológicos mais consistentes abordando o tema. Ressalta-se a necessidade de novas pesquisas que contemplem os idosos que são o principal grupo de risco para a COVID - 19, com vistas à sua integralidade mediante abordagens e métodos direcionados a esse grupo, como estratégia para a diminuição dos casos de

estresse, depressão, ansiedade e aos agravos de patologias pré-existentes como a psicose, demência, dentre outros (VIANA; SILVA; LIMA, 2020).

## Referências

- BRITO, S.B.P. *et.al.* Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. *Visa em Debate: sociedade, ciência e tecnologia*, São Paulo, SP, v. 8, n. 2, p. 54-63, 28 abr. 2020. Disponível em: <https://visaemdebate.incqs.fiocruz.br/index.php/visaemdebate/article/view/1531> Acesso em: 23 set. 2021.
- AGUIAR, M.S. *et.al.* Covid-19 e seu impacto na saúde mental do idoso, uma revisão da literatura. *Brazilian Journal Of Health Review*, [S.L.], v. 4, n. 2, p. 8270-8281, 14 abr. 2021. South Florida Publishing LLC. <http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv4n2-353>. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/28193> Acesso em: 23 set. 2021.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE (BR). *Painel Coronavírus*. [acesso 2020 Jun 17]. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br>
- BASTOS, L.S; NIQUINI R.P; LANA R.M; VILLELA, D.A.M; CRUZ O.G; COELHO, F.C, *et. al.* COVID-19 and hospitalizations for SARI in Brazil: A comparison up to the 12th epidemiological week of 2020. *Cad Saúde Pública* [Internet] 2020 [acesso 2020 Jun 17]; 36(4):e00070120. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00070120>
- OLIVEIRA, N.S. *et.al.* Percepção dos Idosos Sobre o Processo de Envelhecimento. *Id On Line Revista de Psicologia*, [S.L.], v. 8, n. 22, p. 49, 28 fev. 2014. Lepidus Tecnologia. <http://dx.doi.org/10.14295/online.v8i22.264>.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICAS. *Censo*. Disponível em: <[IBGE | Censo 2022 | Idosos indicam caminhos para uma melhor idade](#)>. Acesso em: 30 set. 2021.
- FELTEN, B. S. *et.al.* *Geriatrics e gerontologia*/ tradução Carlos Henrique Cosendey. Rio de Janeiro, RJ, v. 2, p.212. Reichmann & Autores Editores, 2005.
- GOVERNO DO ESTADO DE GOIÁS. Secretaria Estadual de Saúde. Depressão em pessoa idosa em tempos de pandemia de COVID-19. *Boletim Informativo*, Goiânia, ano 6, set. 2020. Saúde da pessoa idosa, p. 1-4. Disponível em: [https://www.saude.go.gov.br/files/boletins/informativos/saude-idoso/BOLETIM\\_IDOSO\\_SETEMBRO\\_2020.pdf](https://www.saude.go.gov.br/files/boletins/informativos/saude-idoso/BOLETIM_IDOSO_SETEMBRO_2020.pdf) . Acesso em: 13 out. 2021.
- FIORILLO, A.; GORWOOD, P. The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice. *European Psychiatry*, v. 63, n. 1 020. Doi: <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2020.35>.
- BROOKS S. K., *et.al.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020. Doi: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. Fundação Oswaldo Cruz (org.). *Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na COVID-19: Suicídio na*

pandemia COVID-19. 1. ed. Brasília DF: [s. n.], 2020. 848 p. v. 1. ISBN 978-65-87063-01-0. Disponível em: [https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/10/livro\\_saude\\_mental\\_covid19\\_Fiocruz.pdf](https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/10/livro_saude_mental_covid19_Fiocruz.pdf) . Acesso em: 21 out. 2021.

POTTER, P.A; PERRY, A.G.; ELKIN, M.K. *Procedimentos e intervenções de enfermagem*. 5ª EDIÇÃO. Rio de Janeiro: Elsevier, 2013.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Depressão: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção. In: *Depressão: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção*. [S. l.], 11 nov. 2021. Disponível em: <http://antigo.saude.gov.br/saude-de-a-z/depressao> . Acesso em: 21 out. 2021.

GUTIERREZ, B. A. O.; BARROS, T. C. O despertar das competências profissionais de acompanhantes de idosos em cuidados paliativos. *Revista Temática Kairós - Gerontologia*, v. 15, n. 4, p. 239-258, ago. 2012.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *World wide palliative care alliance*. Global atlas of palliative care at the end of life. January, 2014.

VIANA, S.A.A.; SILVA, M.L.; LIMA, P.T. Impacto na saúde mental do idoso durante o período de isolamento social em virtude da disseminação da doença covid-19: uma revisão literária. *Diálogos em saúde*, [S. l.], v. 3, n. 1, p. 1-16, 1 jun. 2020. Disponível em: <https://periodicos.iesp.edu.br/index.php/dialogosemsaude/article/view/272/0>. Acesso em: 9 nov. 2021.

FARIA, L.; CALÁBRIA, L.K.; ALVES, W.A. *Envelhecimento: um olhar interdisciplinar*. 1. ed. Rio de Janeiro: Hucitec Editora, 2016. 438 p. ISBN 978-85-8404-040-7.

*Data de recebimento: 16/11/2021; Data de aceite: 22/12/2021*

---

**Catarina Adeodato Luna Vieira** - Enfermeira Residente em Saúde da Família.

**Márcia Ribeiro Xavier** - Enfermeira Residente em Saúde da Família.

**Millena Kellen Flor e Silva** - Enfermeira Residente em Saúde da Família.

**Valéria Cristina Santos Santana** - Graduação em Enfermagem pela UEMG Faculdade de Enfermagem e Obstetrícia de Passos. Mestrado em Ciências da Educação pelo Instituto Superior Pedagógico Enrique José Varona - Cuba. Especialista em Geriatria e Gerontologia pela Faculdade São Camilo - BH. Especialista em Acreditação: Gestão da Qualidade em Serviço de Saúde. Faculdade de Ciências Médicas - BH. Gestão das Clínicas pelo IEP, Instituto Educação e Pesquisa - Hospital Sírio Libanês - SP. Experiência com docência desde 1996; Assistência em enfermagem; Coordenação de enfermagem, docência em Pós Graduação; Estágio supervisionado; Orientação de monografia e Escritora. E-mail: [valeriasantana35@gmail.com](mailto:valeriasantana35@gmail.com).