

## ANÁLISE DO DESENVOLVIMENTO DA DEPRESSÃO EM IDOSOS NA PANDEMIA DA COVID-19

### ANALYSIS OF THE DEVELOPMENT OF DEPRESSION IN THE ELDERLY IN THE COVID-19 PANDEMIC

### ANÁLISIS DE LA EVOLUCIÓN DE LA DEPRESIÓN EN EL ANCIANO EN LA PANDEMIA DEL COVID-19

Miguel Marques Vieira da Silva<sup>1</sup>

Rafaela Xiscatti Arndt<sup>2</sup>

Raphaela Dandara Telles e Silva<sup>3</sup>

Laís Lourenço Borges Pires<sup>4</sup>

Bruna Grazielle Silva Ugoline<sup>5</sup>

**RESUMO:** As mudanças decorrentes da pandemia do COVID-19 afetam a população idosa em aspectos biológicos, psicológicos e sociais. As medidas preventivas adotadas na pandemia são importantes para resguardar a saúde do idoso, em contrapartida o afastamento social gera um impacto claro e nocivo na saúde mental do mesmo. Devido a privação de contato social e a redução da autonomia, as atividades realizadas pelo idoso foram reduzidas e associadas a solidão e insegurança, dado a sua maior vulnerabilidade à doença. Desse modo, percebe-se que as alterações no estilo de vida do idoso, frente ao cenário da pandemia do coronavírus, estimulam o desenvolvimento de sinais e sintomas da depressão. Esta revisão foca no estudo dos efeitos biopsicossociais durante a pandemia do COVID-19 e sua relação no desenvolvimento da depressão em idosos.

654

**Palavras-chave:** Psicologia. Os idosos e a pandemia.

**ABSTRACT:** The changes resulting from the COVID-19 pandemic affect the elderly population in biological, psychological and social aspects. The preventive measures adopted in the pandemic are important to protect the health of the elderly, on the other hand, social removal generates a clear and harmful impact on their mental health. Due to the deprivation of social contact and reduced autonomy, the activities performed by the elderly were reduced and associated with loneliness and insecurity, given their greater vulnerability to the disease. In this way, it is clear that changes in the lifestyle of the elderly, against the backdrop of the coronavirus pandemic, stimulate the development of signs and symptoms of depression. This review focuses on the study of biopsychosocial effects during the COVID-19 pandemic and their relationship to the development of depression in the elderly.

**Keywords:** Psychology. The elderly and the pandemic.

<sup>1</sup>Graduando de Letras-Libras - UFRJ, estudante de psicanálise clínica no Instituto Gaio -SP. E-mail: miguelmarques@letras.ufrj.br. Artigo publicado com orientação do Prof. Dr. Vladimir Sipriano Camillo-Mestre em Economia pela PUC-SP, Doutor em Ciências Sociais pela PUC-SP. E-mail: vladimir.camillo@fsa.br.

<sup>2</sup>Graduanda de Psicologia - UNICURITIBA. E-mail: rafaelaxisarndt@gmail.com.

<sup>3</sup>Graduanda de Direito - UNIBH. E-mail: rapha.d@gmail.com.

<sup>4</sup>Graduanda de Psicologia - USJT. E-mail: laisbpieres92@gmail.com.

<sup>5</sup>Graduanda do curso de Odontologia - UNIBH. E-mail: bgraziele7@hotmail.com.

**RESUMEN:** Los cambios derivados de la pandemia del COVID-19 afectan a la población adulta mayor en aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Las medidas preventivas adoptadas en la pandemia son importantes para proteger la salud de los adultos mayores, por otro lado, el retiro social genera un impacto claro y nocivo en su salud mental. Debido a la privación del contacto social y la reducción de la autonomía, las actividades realizadas por los ancianos fueron reducidas y asociadas a la soledad y la inseguridad, dada su mayor vulnerabilidad a la enfermedad. De esta forma, queda claro que los cambios en el estilo de vida de los ancianos, en el contexto de la pandemia del coronavirus, estimulan el desarrollo de signos y síntomas de depresión. Esta revisión se centra en el estudio de los efectos psicosociales durante la pandemia de COVID-19 y su relación con el desarrollo de la depresión en el adulto mayor.

**Palabras clave:** Psicología. La tercera edad y la pandemia.

## INTRODUÇÃO

A pandemia da covid-19 trouxe grandes adversidades no cenário psicológico da população brasileira, em específico os idosos; sendo uma delas o desenvolvimento de depressão em estado alarmante nos últimos anos durante o período de 2020-2022. A compreensão acerca do tema tem sua relevância tramitada pelo viés mais reconhecido da psicologia: preservação da saúde mental. Por esta perspectiva, a prevenção e preservação da saúde mental é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social” (OMS, 2006), no proposto estudo é possível perceber as nuances em todos os âmbitos citados anteriormente, um comprometimento claro para o público-alvo: riscos acentuados de doenças subjacentes à depressão, efeitos positivos e negativos do isolamento social e o acolhimento familiar. São todos pontos relevantes para abordarmos a depressão, e, além disso, todos os seus fatores externos marcantes.

O afastamento social faz com que esse grupo enfrente ainda mais solidão, insegurança e medo, o que pode acarretar vários problemas, como a depressão. Os principais sintomas da depressão foram aqueles acarretados pelo baixo prazer e ânimo para realizar atividades. Esses sintomas também podem ser devido a adaptação necessária do idoso para as tecnologias e realidade da pandemia. Por isso, o lazer torna-se essencial frente a esse cenário, pois ajuda a providenciar o convívio social, o relaxamento e a ocupação da mente. A depressão também pode estar associada a alguns fatores como sexo, renda e escolaridade. As mudanças na vida do idoso durante a pandemia podem motivar sentimentos de angústia, insegurança e ansiedade, devido ao seu afastamento de sua rede de apoio básico. Além disso, essas condições podem acabar afetando o sistema imunológico das pessoas dessa faixa etária,

os deixando ainda mais propensos ao adoecimento. Para preservação da saúde coletiva e individual da população, a dignidade ante aos cuidados paliativos é de extrema importância.

Através da análise dos dados encontrados percebeu-se que é de extrema importância que haja um acompanhamento da saúde mental dos idosos e que aqueles que estão em isolamento social apresentam maiores scores de sintomas de depressão do que os que possuem ocupação, e que tais sintomas atingem mais idosos do sexo feminino. Também foi relatado que os sintomas em idosos que conseguem manter um contato social e exercer atividades que exercitam o cérebro, são praticamente inexistentes. Por isso, a participação dos idosos em atividades, como as disponíveis nos centros de convivência, são de grande importância e trazem vários benefícios para a saúde dessa parte da população.

A primeira parte da metodologia usada neste artigo foi uma pesquisa bibliográfica sobre a influência da Covid-19 na saúde mental dos idosos juntamente com uma pesquisa baseada em dados estatísticos. Os artigos selecionados foram descartados ou salvos para uso após a leitura de seus resumos. Depois, os artigos salvos foram lidos e utilizados para extrair as informações e dados utilizados no presente artigo. O próximo passo foi a análise dos dados extraídos durante este processo.

## REFERENCIAL TEÓRICO

De acordo com Pecoits et al. (2021), a pandemia da Covid-19 trouxe inúmeros impactos na saúde mental da população idosa. Devido à exigência do isolamento social, percebeu-se a necessidade do afastamento físico interpessoal afetando a qualidade de vida do idoso, que por sua vez, desfruta ainda mais da solidão, da insegurança e do medo diante do cenário atual e das vulnerabilidades do envelhecimento. A necessidade do afastamento social impacta, de forma considerável, na saúde mental dos indivíduos. Nesse contexto, existem vários fatores estressantes, como o afastamento de familiares e amigos, a incerteza sobre possíveis consequências da pandemia e a presença do tédio, aumentando assim os transtornos de ansiedade e de comportamentos suicidas (FARO et al., 2020 apud FUKUYAMA; HUBIE, 2020). O isolamento aumenta os níveis de ansiedade em idosos sendo mais recorrente a presença de sintomas depressivos de modo a acentuar o sentimento de solidão pela falta de apoio social. Apesar das medidas preventivas do coronavírus possibilitar uma proteção e redução de contaminação do vírus entre os idosos, o número de indivíduos impactados por essas medidas continua a subir representando altos níveis de

depressão e ansiedade (POSSAMAI et al., 2020). Não o bastante, os idosos são bem mais afetados pelas medidas de restrição social, uma vez já suscetíveis ao desenvolvimento de sentimentos de solidão. Sendo assim, é notório o impacto social relevante para o surgimento de um quadro depressivo (FUKUYAMA; HUBIE, 2020).

**Depressão** é uma doença psiquiátrica crônica e recorrente que produz uma alteração do humor caracterizada por uma tristeza profunda, sem fim, associada a sentimentos de dor, amargura, desencanto, desesperança, baixa autoestima e culpa, assim como a distúrbios do sono e do apetite. (CID 10 – F33, 1989)

Segundo Ávila et al (2020), os sintomas de depressão mais relatados, persistentes por vários ou poucos dias, foram decorrentes de baixo prazer e ânimo para realizar atividades, insônia, cansaço, dificuldade de concentração e alterações de humor, mobilidade e alimentação. Os efeitos psicossociais da pandemia refletem na saúde mental do idoso como o pânico, a insônia e a depressão, isso porque os idosos são mais vulneráveis devido à idade e a sensibilidade (POSSAMAI et al., 2020). Os sintomas da depressão também podem ser evidenciados devido a necessidade de adaptação aos meios tecnológicos, não muito bem dominados pela população idosa, como ligações telefônicas, redes sociais e conversas por meio de mensagens para poder conectar-se aos familiares, amigos e até mesmo, realizar consultas médicas (PECOITS et al., 2021). Nesse contexto, o lazer torna-se fundamental frente ao cenário pandêmico, pois incentiva as atividades, convívio social, relaxamento e a ocupação da mente, mesmo que online, sendo considerado um elemento fundamental para a população idosa (RIBEIRO et al., 2020). Tal vivência inclui práticas corporais, pintura, leitura, desenho, jogos, música, brincadeiras, artesanato e contato social por meio da internet (GOMES, 2011 apud RIBEIRO et al., 2020).

Um sinal é um substituto de uma satisfação pulsional que permaneceu em estado jacente; [o sintoma] é uma consequência do processo de recalçamento” (Freud, 1926/1980, p. 112) Foi realizada uma pesquisa de campo quantitativa (GOMES; AMARAL, 2005).

de cunho estatístico descritivo (AGRESTI; FINLAY, 2012) por meio da aplicação de um questionário online (da plataforma Google Forms) com 27 perguntas fechadas e cinco abertas para idosos, de ambos os gêneros. Esse tipo de pesquisa é caracterizado pelo método Bola de Neve Virtual (COSTA, 2018), que tem a finalidade de apresentar o link e a descrição da pesquisa aos (as) respondentes pelas redes sociais e/ou email dos (as) pesquisadores.

Ao serem questionados se compreendiam o lazer como uma dimensão importante da vida, a maioria dos (as) participantes da pesquisa (84,1%) afirmaram ser “muito

importante”: 15,5% o classificaram como “importante” e uma pequena parcela (0,4 %, duas pessoas) consideraram o lazer “pouco importante,

A grande maioria dos (as) participantes mencionou que o lazer é muito importante em suas vidas. Foram muitos os motivos que justificaram essa relevância, com ênfase para a relação entre lazer e a melhoria da saúde física e mental. Porém, a possibilidade da quebra da rotina, da diversão, do relaxamento, do prazer, da melhoria da qualidade de vida e do bem-estar, da sociabilização, de dar sentido à vida, de vivenciar atividades diferentes foram outros motivos pelos quais os (as) pesquisados (as) valorizam o lazer em suas vidas.

Muitas vezes o processo de envelhecimento cria uma visão de incapacidade relacionando os idosos às pessoas solitárias. Portanto, os sintomas da depressão também podem manifestar-se pelo envelhecimento e suas vulnerabilidades (FUKUYAMA; HUBIE, 2020). A depressão também está associada a fatores como sexo, estado civil, ocupação atual, renda e escolaridade (ÁVILA et al. 2020). As mudanças na vida do idoso durante a pandemia do Covid-19 podem motivar sentimentos de angústia, insegurança e ansiedade, muitas vezes por não saber lidar com a situação e estar afastado da rede de apoio básico, o que reflete na qualidade da saúde mental do mesmo (PECOITS et al, 2021).

É perceptível que o distanciamento e o isolamento social decorrente da pandemia do coronavírus requer do indivíduo a capacidade de implementar medidas para resguardar a saúde. No entanto, tal mudança implica, não só na saúde física, como também gera impactos significativos na saúde mental dos indivíduos, de modo a acentuar ou gerar transtornos mais avançados, como a depressão. Nesse cenário, os idosos apresentam-se mais suscetíveis às circunstâncias, devido às fragilidades do envelhecimento. Por isso, a população idosa está mais sujeita a crises de depressão frente ao cenário da pandemia da COVID-19 (VIEIRA et al., 2021).

Aydogdu (2020) comenta que o isolamento social, mesmo que ajude na proteção contra a covid, pode trazer algumas consequências negativas para a saúde mental e social dos idosos, como ansiedade, insegurança, medo e depressão. O idoso em isolamento provavelmente irá se sentir abandonado e desmotivado, o que pode levar a conflitos familiares ou os levar a serem mais dependentes, devido a recaída cognitiva que essas condições, como a depressão, podem gerar. As pessoas dessa faixa etária já fazem parte de um grupo que normalmente se sente isolado, o que torna essa situação mais séria ainda.

Além disso, esses fatores podem afetar o sistema imunológico dessa parte da sociedade, os deixando ainda mais propensos ao adoecimento.

Segundo a Organização Panamericana de Saúde (OPAS), 2020, a pandemia da covid-19 ressignificou condutas e valores aproximando a comunidade do meio científico, porém no meio de tais informações é de extrema necessidade a revisão dos conceitos comportamentais individuais e coletivos. Dentro dos momentos mais específicos da pandemia a ridicularização dos cuidados exercidos pelos idosos não devem retroceder em qualquer aspecto; a dignidade ante aos cuidados paliativos é de extrema importância para preservação da saúde coletiva e individual da população.

**Quadro 1** - síntese das principais teses sobre o desenvolvimento da depressão em idosos na pandemia da covid-19

Artigo	Autores	Síntese dos argumentos sobre o desenvolvimento da depressão em idosos na pandemia da COVID-19
O impacto do isolamento social na saúde mental dos idosos durante a pandemia da COVID-19	Pecoites	Mostra que o isolamento e o afastamento social como consequência do COVID-19 trouxeram vários impactos na saúde mental dos idosos, como a solidão, insegurança e as vulnerabilidades da idade avançada, refletindo negativamente na qualidade de vida do idoso.
Prevalência da depressão em idosos que frequentam um centro de convivência no município de Cascavel-PR	Faro; Fukuyama; Hubie	Evidencia que, as mudanças na rotina na vida do idoso, decorrente ao coronavírus, desencadeou alguns fatores estressantes para a qualidade da saúde mental do idoso. Fatores como presença do tédio, transtornos de ansiedade e comportamentos suicidas tornaram-se mais frequentes nesse atual cenário.
	Fukuyama; Hubie	Informa que os sintomas da depressão são concomitantes às vulnerabilidades da idade avançada e não somente por consequência do coronavírus.
Uma nova realidade: aulas remotas de atividades físicas para idosos na pandemia de COVID-19.	Possamai	Indica que o isolamento social, como medida preventiva do COVID-19, aumenta os níveis de ansiedade na população idosa, desencadeando sintomas da depressão.

<p>Fatores associados aos sintomas de depressão entre idosos durante a pandemia da COVID-19</p>	<p>Ávila.</p>	<p>Evidência que os sintomas mais relatados da depressão são devido ao baixo prazer de realizar atividades físicas, associado a insônia, cansaço, dificuldades de concentração, alteração de humor e mudanças na alimentação. Além de fatores como sexo, ocupação atual, estado civil, renda e escolaridade.</p>
<p>Os impactos da pandemia da COVID-19 no lazer de adultos e idosos</p>	<p>Ribeiro.</p>	<p>Atribui que o lazer no dia a dia dos idosos, frente ao cenário pandêmico, é uma prática fundamental para o relaxamento e ocupação da mente e para incentivar o contato social, mesmo que online, além de motivar a prática de atividades físicas.</p>
	<p>Gomes; Ribeiro.</p>	<p>Aponta que as atividades de lazer incluem artesanatos, pinturas, leituras, práticas corporais, música, jogos entre outros favorecendo a qualidade da saúde mental do idoso.</p>
<p>Depressão em idosos durante o período da pandemia no Brasil em 2020</p>	<p>Vieira.</p>	<p>Mostra que apesar do distanciamento e do isolamento social serem adotadas como medida de proteção contra o vírus da COVID-19, tais mudanças têm implicações na saúde física e mental do idoso, acentuando problemas mais graves, associadas às fragilidades do envelhecimento, como a depressão.</p>
<p>Métodos estatísticos para as ciências sociais</p>	<p>Agresti</p>	<p>Evidencia a importância do lazer na saúde mental e para a vida do idoso através de pesquisa realizada com este público, o qual foi solicitado a responder uma série de perguntas para concretizar tal tese.</p>
<p>Novo coronavírus e os riscos do isolamento social para os idosos: revisão integrativa</p>	<p>Avdogdu</p>	<p>Aborda os riscos do isolamento social, durante a pandemia do COVI-19, para a saúde física e psicossocial dos idosos. Mesmo diante da necessidade do isolamento para a prevenção da doença é imprescindível que se mantenha uma atenção especial à saúde mental do idoso.</p>

## MÉTODOS

O primeiro procedimento metodológico realizado foi a análise dos dados coletados sobre a influência da Covid-19 na saúde mental dos idosos juntamente com uma pesquisa baseada em dados estatísticos a fim de evidenciar a veracidade dos fatos apresentados.

Neste trabalho, serão apresentadas seis tabelas, as quais irão evidenciar a influência das mudanças decorrentes da COVID-19 no impacto à saúde mental do idoso e sua relação com o desenvolvimento da depressão.

## RESULTADOS

A tabela 1 mostra os registros de caso da COVID-19 no ano de 2020 dando ênfase na população idosa acima dos 60 anos, fazendo uma associação com as vulnerabilidades do envelhecimento aos fatores de risco para a doença. As tabelas 2, 3 e 4 exibem o total de idosos do sexo masculino e do sexo feminino abordados, a quantidade de idosos que apresentaram algum sintoma da depressão e os sintomas mais relatados por 900 idosos abordados no estudo, respectivamente. Este estudo, elaborado por Ávila et al., (2021), permite avaliar os principais sintomas de transtorno depressivo na população idosa e o risco do desenvolvimento da depressão. A tabela 5 destaca que os sinais mais prevalentes da depressão em idosos são aqueles considerados de leve a moderado atingindo principalmente o sexo feminino. Por fim, a tabela 6 mostra os sinais e sintomas da depressão mais relatados pelos idosos dentro da faixa etária de 60 anos ou mais.

A infecção por Covid-19 apresenta-se como maior risco para os indivíduos de idade avançada, relacionada ao comprometimento do sistema imunológico, com o envelhecimento, e a presença de comorbidades como hipertensão, doenças respiratórias, cardiopatias e diabetes (ÁVILA et al., 2021).

De acordo com Kasar (2021) e Karaman (2020), o maior risco de morte nesta pandemia é para os idosos. Por isso as devidas estratégias de segurança, como a quarentena, são extremamente importantes para a saúde da população idosa. Nos Estados Unidos, 80% de cada 5 mortes são de adultos entre 65 anos e mais, na Europa 95% e na China 80% incluem aqueles de idade mais avançada.

Segundo Pesquisa Nacional de Amostra de Domicílios (PNAD), em 2008, 12% dos idosos possuíam diagnóstico de depressão por características do envelhecimento, com isso a relação de indivíduo e sociedade é norteador da redução dessa comorbidade.

Em um estudo realizado na China durante o período da pandemia de Covid-19, sendo analisado o estado psicológico de 1.556 idosos é possível identificar que 37,1% sofrem de depressão e ansiedade (ÁVILA et al., 2021). Apesar dos idosos já possuírem alguns fatores de predisposição para a depressão, as medidas adotadas durante a pandemia do Covid-19 intensificaram tais situação, uma



vez que exige o isolamento e o distanciamento social para resguardar a saúde do idoso, refletindo na sua saúde física e mental.

A tabela 1 a seguir mostra os registros de casos da COVID-19 no ano de 2020 tendo como os mais atingidos a doença a população idosa com faixa etária acima de 60 anos, associado às comorbidades do envelhecimento aos fatores de risco para a doença.

**Tabela 1:** registros de casos da covid-19 no ano de 2020 em idosos acima de 60 anos

Ano	Total de casos da doença	Nº óbitos	Nº internações	Faixa etária	Fatores de risco	
					Hipertensão	Diabetes
2020	5.103.408	150.689	383.980	< 60 anos	Cardiopatia	Doenças respiratórias

**Fonte:** Ávila et al., 2021.

Com o avanço da pandemia, houve a necessidade de implementação de medidas de segurança como forma de prevenir a contaminação e transmissão do vírus da Covid-19, como o isolamento e o distanciamento social. Tais mudanças impactaram na saúde mental do idoso.

Os estudos desenvolvidos por Ávila et al. (2021), o qual utilizou o método de Patient Health Questionnaire-9 permite avaliar os sintomas do transtorno depressivo, por meio de perguntas, e rastrear idosos com maior risco de desenvolver depressão, a seguir temos na tabela 2, 3 e 4 os seguintes resultados:

**Tabela 2:** total de idosos abordados no estudo em relação a faixa etária e sexo.

Faixa etária	Nº de pessoas por sexo	
	Feminino	Masculino
Média de 65 anos	661	239
<b>Total</b>	900	

**Fonte:** Ávila et al., 2021.

**Tabela 3:** número de idosos que apresentaram sintomas leves a grave da depressão.

Leves	Moderados	Moderado a grave	Grave	Total
818	51	18	13	900

**Fonte:** Ávila et al., 2021.

**Tabela 4:** sintomas mais relatados pelo total de novecentos idosos abordados a cada pergunta direcionada.

Sintomas Relatados	Nº de idosos por pergunta	(%)
Pouco interesse em realizar atividades	259	28,80%
Sentiram-se deprimidos	297	33,00%
Dificuldade para adormecer, manter o sono ou dormir demais	328	36,50%
Cansaço e pouco energia	322	35,80%
Falta de apetite ou comer demais	225	25,00%
Sentimento de fracasso e decepção com a família ou a si mesmo	134	14,90%
Dificuldade de concentração	228	25,30%
Lentidão para se moverem, falarem ou inquietos	113	12,60%
Pensamento suicida	20	2,20%

**Fonte:** Ávila et al., 2021.

De acordo com os dados apresentados nas tabelas acima, percebe-se que o acompanhamento da saúde mental dos idosos é de extrema relevância, pois, principalmente em situações de pandemia, alguns apresentam dificuldades decorrentes do distanciamento devido à instabilidade dos vínculos afetivos, o que pode causar angústia, solidão e tristeza profunda. Essa condição pode ser ainda pior para quem mora sozinho, onde maior vulnerabilidade emocional pode levar à depressão, com consequente ideação suicida (ÁVILA, et al. 2021).

Somado a isso, o estudo de Ávila et al. (2021), também identificou outros fatores associados aos sintomas de depressão em idosos durante a pandemia de COVID-19, com ênfase em sexo, estado civil, ocupação atual, renda e escolaridade. Os idosos que estão em isolamento social apresentaram maior escore de sintomas de depressão do que aqueles que possuem ocupação, sendo que tais sintomas depressivos atingem mais idosos do sexo feminino, uma vez que no Brasil, em 2020, são estimados 30,2 milhões de idosos e, destes, 16,9 milhões (55,9%) são mulheres.

O estudo feito por Fukuyama e Hubie (2020), cuja tema aborda sobre a prevalência da depressão em idosos que frequentam um centro de convivência no município de Cascavel – PR mostra que em um total de 67 idosos abordados 91,04% são do sexo feminino. A tabela 5 mostra uma pequena margem de idosos de ambos os sexos com sintomas de depressão grave (1.64%) e uma

margem um pouco maior com sintomas de depressão leve a moderada (13,43%), prevalecendo os sintomas no sexo feminino. Dentre os idosos que não apresentam sinais de depressão a porcentagem é de 85,05%, totalizando 57 idosos sem sinais neste estudo.

**Tabela 5:** avaliação dos sintomas da depressão por sexo.

Sintomas observados	Sexo Feminino		Sexo Masculino	
	nº de pessoas	%	nº de pessoas	%
Depressão Grave	1	1,64%	0	0,00%
Depressão Leve/Moderada	8	13,11%	1	16,67%
Sem Depressão	52	85,25%	5	83,33%
<b>Total Geral</b>	61	100,00%	6	100,00

**Fonte:** Fukuyama; hubie, 2020.

A **tabela 6** abaixo, trata-se de um recorte de um estudo realizado durante a pandemia com 45.161 adultos, no qual analisamos a faixa etária de 60 anos ou mais. Nele percebe-se que 71,5% dos idosos tiveram sentimento de tristeza ou depressão, enquanto 76,9% sentiram-se ansiosos ou nervosos. Em relação à qualidade do sono, 59,3% dos idosos tiveram problemas de sono ou aumento de problemas já existentes.

**Tabela 6:** sintomas relatados por 45.161 adultos a cada relato apresentado na faixa etária de 60 anos.

Variáveis	Nº de adultos
<b>Frequência de sentir-se triste ou deprimido</b>	
Nunca	28,5
Poucas vezes	43,9
Muitas vezes	24,2
Sempre	3,3
<b>Frequência de sentir-se ansioso ou nervoso</b>	
Nunca	23,1
Poucas vezes	45,2
Muitas vezes	26,3
Sempre	5,4
<b>Problemas de sono</b>	
Aumento de problema de sono prévio	30,2
Início de problema de sono	29,1

**Fonte:** fukuyama e hubie, 2020.

Com estes dados da tabela 6, infere-se que durante a pandemia da covid-19, os idosos passaram a se sentirem mais tristes, ansiosos e com problemas de sono, que como se sabe, podem ser precursores da depressão, caso não sejam tomadas medidas para diminuí-las.

A partir do estudo de Fukuyama e Hubie (2020), percebe-se que os sintomas depressivos em idosos que conseguem manter um contato social e colocar em prática as atividades que exercitam a

mente, durante a pandemia do coronavírus, são quase nulos. No entanto, ainda sim, as maiores taxas se encontram no público feminino.

Sendo assim, é muito importante que os idosos busquem um bem-estar físico e mental, por meio de atividades físicas e para não desenvolverem o sentimento de solidão que pode estar associado a um aumento de 26% a 50% no risco de morte por incentivar o desenvolvimento de doenças cardíacas e acidente vascular cerebral nos idosos. A participação em atividades, como as disponíveis nos centros de convivência de idosos, ou realizadas remotamente, pelas pessoas dessa faixa etária são altamente benéficas. A socialização e o exercício físico são muito importantes para manter a saúde dos idosos, principalmente durante o cenário pandêmico (FUKUYAMA; HUBIE, 2020).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão mostrou como já esperado que os idosos são mais afetados com as medidas de afastamento social e que a pandemia de COVID-19 gera impacto social e psicológico suficiente para agravar e até mesmo desenvolver quadros depressivos. Foi possível demonstrar no artigo a vulnerabilidade dos idosos aos sintomas de depressão comparada à população de modo geral.

## REFERÊNCIAS

PECOITS et al. **O impacto do isolamento social na saúde mental dos idosos durante a pandemia da Covid-19.** Artigo de revisão. Revista da AMRIGG. Porto Alegre. Jan-Mar 2021. Disponível em: [https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/20322/2/O\\_impacto\\_do\\_isolamento\\_social\\_na\\_sade\\_mental\\_dos\\_idosos\\_durante\\_a\\_pandemia\\_da\\_Covid19.pdf](https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/20322/2/O_impacto_do_isolamento_social_na_sade_mental_dos_idosos_durante_a_pandemia_da_Covid19.pdf). Acesso em: 23 de fev 2022.

FUKUYAMA, A. C. W.; HUBIE, A.P.S. **Prevalência da depressão em idosos que frequentam um centro de convivência no município de Cascavel-PR.** FAG Journal of Health. V.2, n.4, p.423. ISSN 2674-550X. 2020. Disponível em: <https://fjh.fag.edu.br/index.php/fjh/article/view/255>. Acesso em: 23 de fev 2022.

POSSAMAI et al. **Uma nova realidade: aulas remotas de atividades físicas para idosos na pandemia de Covid-19.** Revista Kairós Gerontologia. 77-98. São Paulo, 2020. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/download/50997/33390>. Acesso em: 23 de fev 2022.

ÁVILA, et al. **Fatores associados aos sintomas de depressão entre idosos durante a pandemia da Covid-19.** Texto Contexto Enfermagem. V. 30. 2021.. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0380>. Acesso em: 23 de fev 2022.

RIBEIRO, O. C. F. et al. **Os impactos da pandemia da COVID-19 no lazer de adultos e idosos.** Revista do programa de pós-graduação interdisciplinar em estudos do lazer – UFMG. V. 23, n.3. Belo Horizonte. Setembro, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25456>. Acesso em: 23 de fev 2022.

VIEIRA, C.A.L. **Depressão em idosos durante o período da pandemia no Brasil em 2020.** Revista Longeviver. N.13. Jan-Fev-Mar. São Paulo.2022. Disponível em:

<https://revistalongeviver.com.br/index.php/revistaportal/article/viewFile/950/1010>. Acesso em: 23 de fev 2022.

DAS, S., ARUN, P., ROHILLA, R. et al. **Anxiety and depression in the elderly due to COVID-19 pandemic: a pilot study**. Middle East Curr Psychiatry 28, 67 (2021). Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s43045-021-00145-1>. Acesso em: 23 de fev 2022.

**BIB: AMARAL, M. T. M. Metodologia da pesquisa aplicada ao lazer**. Brasília, Sesi/DN, v.1 2005. Acesso em:30 abr. 2022.

**AGRESTI, A; FINLAY, B. Métodos estatísticos para as ciências sociais**. Porto Alegre: Penso, 2012. . Acesso em:30 abr. 2022.

**COSTA, B. R. L. Bola de neve virtual: O uso das redes sociais virtuais no processo de coleta de dados de uma pesquisa científica**. Revista Interdisciplinar de Gestão Social, v. 7, n. 1, p. 15-37, 2018. Disponível em: <http://portalseer.ufba.br/index.php/rigs/article/view/24649/16131>. Acesso em: 25 mar. 2022.

**RIBEIRO, O. C. F.; SANTANA, G. J. de; TENGAN, E. Y. M.; SILVA, L. W. M. da; NICOLAS, E. A. Os Impactos da Pandemia da Covid-19 no Lazer de Adultos e Idosos. LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 391-428, 2020. DOI: 10.35699/2447-6218.2020.25456. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25456>. Acesso em: 25 mar. 2022.**

**HAMMERSCHMIDT KS de A, SANTANA RF. Saúde do idoso em tempos de pandemia Covid-19**. Cogitare enferm. [Internet]. 2020. Disponível em: [http:// dx.doi.org/10.5380/ce. v25i0.72849](http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.72849). Acesso em 25 mar. 2022.

**AYDOGDU, Ana Luiza. (2020). Novo coronavírus e os riscos do isolamento social para os idosos: revisão integrativa**. Revista de Enfermagem da UFJF. 5. 1-13. 10.34019/2446-5739. 2019.v5.30691. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/enfermagem/article/view/30691/21569>. Acesso em:30 abr. 2022.

**SENNE, F. J. N. (2019). Mapping the origin of digital inequalities: an empirical study about the city of Sao Paulo: an empirical study about the city of São Paulo**. Law, State And Telecommunications Review, 11(1), 303-330. Biblioteca Central da UNB. Disponível em:<https://periodicos.unb.br/index.php/RDET/article/view/24860>, Acesso em:07 abr. 2022.