

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO – UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

ADLLA MARTINS TEIXEIRA DE SOUZA
ADNA MIRELLE LIMA DA CRUZ
LILIANE MARIA DA SILVA

DEPRESSÃO NA PESSOA IDOSA

Os impactos do isolamento social na saúde mental
do idoso durante a pandemia da COVID-19 no Brasil

RECIFE/2023

ADLLA MARTINS TEIXEIRA DE SOUZA

ADNA MIRELLE LIMA DA CRUZ

LILIANE MARIA DA SILVA

DEPRESSÃO NA PESSOA IDOSA

Os impactos do isolamento social na saúde mental
do idoso durante a pandemia da COVID-19 no Brasil

Projeto de Pesquisa apresentado à Disciplina
TCC II do Curso de Bacharelado em Psicologia
do Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA,
como parte dos requisitos para conclusão do
curso.

Orientadora: Profa. Espec. Catarina Burle Viana

RECIFE/2023

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S719r Souza, Adlla Martins Teixeira de.
Depressão na pessoa idosa os impactos do isolamento social na saúde mental do idoso durante a pandemia da Covid-19 no Brasil/ Adlla Martins Teixeira de Souza; Adna Mirelle Lima da Cruz; Liliane Maria da Silva. - Recife: O Autor, 2023.
26 p.

Orientador(a): Esp. Catarina Burle Viana.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Psicologia, 2023.

Inclui Referências.

1. Idoso. 2. Pandemia. 3. Depressão. I. Cruz, Adna Mirelle Lima da. II. Silva, Liliane Maria da. III. Centro Universitário Brasileiro. - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 159.9

“Dedico esse trabalho primeiramente a Deus, que me capacitou, a minha mãe que me deu todo o suporte que foi possível e meus familiares que me incentivaram.”

Adlla Martins T De Souza

“Dedico este trabalho primeiramente a Deus, e a minha avó, Maria Lindalva, a razão da minha vida.”

Adna Mirelle Lima

“Dedico este trabalho em primeiro lugar a Deus, e aos meus pais com todo amor e gratidão.”

Liliane Maria Da Silva

AGRADECIMENTOS

Queremos primeiramente agradecer a Deus pela oportunidade de estar concluindo uma graduação, pois nos capacitou durante esse percurso que não foi fácil em diversos aspectos, mas nós nos mantivemos no caminho. Agradecimento a Instituição Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA) pelo suporte prestado sendo ponte entre nós e professores que serviram de inspiração nessa jornada. Professores como Catarina Burle Viana para quem vai nosso último agradecimento em geral por sua orientação e parceria.

“Meus agradecimentos em particular não podem deixar de ir primeiramente a Deus, que como acredito, nos fez seres que podem se transformar e encontrar Nele uma melhor versão, e a Psicologia é fundamental nesse ambiente de transformação. Com isso, um agradecimento à professora e preceptora, Sandra Aoun, que me inspirou como pessoa logo nos primeiros semestres da graduação. À minha mãe, que sempre me ajudou no que foi possível, dando apoio e não me deixando desistir em momento algum por mais apertado que estivesse a situação. Ao meu marido, Jeferson, que sempre me ajudou com as formatações e tabelas dos trabalhos, pois, levo pouquíssimo jeito com sistema, também as minhas companheiras de projeto, Adna e Liliane, mesmo cada uma com suas dificuldades, vencemos para conseguirmos entregar esse TCC. E por fim, a mim mesma. Muitas vezes sem forças e sem nenhuma vontade, apenas continuei, pois, eu sabia que no fim todo esforço de trabalhar até tarde e estudar pela manhã valeria a pena”.

Adlla Martins T De Souza

“Em primeiro lugar agradeço a Deus, ele que é minha rocha eterna, meu porto seguro, o autor da minha vida e sem Ele eu não teria chegado até aqui.

Grata pelo privilégio de estar concluindo a graduação e orgulho da minha pessoa, por não ter desistido diante os obstáculos.

Gratidão ao meu digníssimo noivo, Kaio Lima, que nunca, em momento algum mediu esforços para ajudar-me, sempre presente, apoiando e incentivando.

Aos meus amados pais, que sempre foram meu alicerce e que sempre investiram em mim. À minha querida sogra, que cuida de mim como uma filha.

Sou grata a todos os professores que pelo meu caminho passaram.

Grata à Liliane e Adlla, minhas amigas e parceiras desse trabalho de conclusão de curso.

Adna Mirelle Lima

“Agradeço primeiramente a Deus que com sua infinita misericórdia me concedeu o privilégio de chegar até aqui. Em toda minha trajetória vejo suas fortes mãos a me sustentar. Quero agradecer também a minha Mãe e meu Pai por toda dedicação, durante todos esses anos, por sempre acreditarem em meu potencial e serem meus maiores incentivadores, eles me motivam, me inspiram. Gratidão a toda minha família.

Meu agradecimento e carinho a minha orientadora Catarina, que foi crucial no processo da construção desse trabalho, ela que com tanta paciência e amor nos ajudou em todos os detalhes.

Agradeço também às minhas companheiras de trabalho, Adna e Adlla, que estiveram firmes comigo, durante todo esse processo. Por fim, agradeço por tudo que compõe minha trajetória, e todo meu ciclo de amigos e professores que estiveram me apoiando nessa jornada. ”

Liliane Maria Da Silva

Resumo

A pandemia da COVID-19 trouxe impactos relevantes na saúde mental da população de forma geral, em especial à pessoa idosa, considerados grupos com maior vulnerabilidade. O isolamento social necessário para conter a propagação do vírus, teve um efeito prejudicial à saúde mental do idoso. Diante disto, o presente trabalho visa de maneira objetiva, compreender os fatores que contribuíram para o desenvolvimento da depressão na pessoa idosa no período pandêmico no Brasil. Tendo como objetivos específicos: compreender como se deu o processo de isolamento social para as pessoas idosas; explorar as consequências físicas, sociais e mentais no processo de depressão na pessoa idosa; explicar a importância da atenção do psicólogo no acompanhamento à pessoa idosa para “prevenir” a depressão. O presente estudo utilizou a revisão sistemática de literatura como método de pesquisa. Portanto, conclui-se de acordo com os estudos realizados a prevalência de depressão nessa população durante o período pandêmico, podendo destacar uma incidência ainda maior em mulheres, pessoas de baixa renda e com baixa escolaridade. Deste modo, a saúde mental é influenciada por uma complexa interação de fatores biológicos, psicológicos e sociais, necessitando assim, de cuidados adequados, individualizados e eficazes, para a população como um todo, em especial a pessoa idosa.

Descritores: Idoso; Pandemia; Depressão.

Abstract

The COVID-19 pandemic has had a significant impact on the mental health of the population in general, especially the elderly, who are considered to be a more vulnerable group. The necessary social isolation to contain the spread of the virus had a detrimental effect on the mental health of the elderly. Therefore, the present work aims to objectively understand the factors that contributed to the development of depression in the elderly during the pandemic period in Brazil. The specific objectives are: to understand how the process of social isolation

occurred for the elderly; to explore the physical, social, and mental consequences in the process of depression in the elderly; to explain the importance of psychologists' attention to the elderly in "preventing" depression. The present study used a systematic literature review as a research method. Therefore, it is concluded, according to the studies conducted, that there is a prevalence of depression in this population during the pandemic period, with an even higher incidence in women, people with low income, and low education. Thus, mental health is influenced by a complex interaction of biological, psychological, and social factors, requiring adequate, individualized, and effective care for the population as a whole, especially the elderly.

Keywords: Elderly; Pandemic; Depression.

Lista de Quadro

Quadro 1: Quadro com dados dos artigos 23

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BVS - Biblioteca Virtual em Saúde.

CID - Classificação Estatística Internacional de Doença.

DSM - Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais.

ESPII - Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional.

FSFX - Fundação São Francisco Xavier.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística.

OMS - Organização Mundial da Saúde.

OPAS - Organização Pan-Americana da Saúde.

SciELO - Scientific Electronic Library Online.

TCC - Trabalho de Conclusão de Curso.

ADLLA MARTINS TEIXEIRA DE SOUZA

ADNA MIRELLE LIMA DA CRUZ

LILIANE MARIA DA SILVA

DEPRESSÃO NA PESSOA IDOSA

Os impactos do isolamento social na saúde mental
do idoso durante a pandemia da COVID-19 no Brasil

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Disciplina TCC II do Curso de Psicologia do Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA, como parte dos requisitos para conclusão do curso.

Examinadores:

Orientador - Titulação

Examinador 1 - Titulação

Examinador 2 - Titulação

Nota: _____

Data: ___/___/___

Sumário

1 INTRODUÇÃO	11
2 OBJETIVOS	14
2.1. Objetivo Geral	14
2.2 Objetivos Específicos	14
3 REFERENCIAL TEÓRICO	14
3.1 O envelhecendo	14
3.2 Pandemia da COVID-19	16
3.3 Depressão no contexto pandêmico	18
4 DELINEAMENTO METODOLÓGICO	21
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	22
5.1 Processo de envelhecimento	26
5.2 Depressão em idosos	28
5.3 O idoso no contexto pandêmico	32
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	34
7 REFERÊNCIAS	36

1. INTRODUÇÃO

Em meados de 2019 o mundo foi surpreendido pelo advento de um vírus que de início não parecia uma grande ameaça à população, mas, após alguns meses de pesquisas feitas por cientistas do mundo todo, descobriu-se que o mesmo, embora semelhante aos sintomas de uma gripe comum, oferecia grande risco à população. Esse vírus foi nomeado de COVID-19, e foi detectado primeiramente em 2019 na China. Segundo estudos do Centro de Controle de Doenças, esse vírus acomete pessoas de todas as idades e se alastrou pelo mundo rapidamente. (Monteiro et al., 2021)

Monteiro et al. (2021) afirma também que essa doença tem um grande poder de transmissão, ou seja, não demorou muito para que ela fosse considerada uma pandemia mundial. Nesse sentido, a preocupação da população aumentou significativamente. Muitos sentiram medo de serem infectados pela doença, pois, eram cientes que ela era de fácil transmissão, e que se não seguido à risca os cuidados essenciais de higiene pessoal, como o uso de álcool em gel nas mãos e o uso de máscara em locais fechados com muita gente, poderia levar à morte e que o isolamento social também fazia parte dos protocolos de segurança da população mundial contra o vírus.

O isolamento social foi uma das medidas de prevenção obrigatórias, mas, era de difícil adaptação, pois, como diz Viana (2020) o isolamento social causava desconforto e exigia que a pessoa se reinventasse, ou seja, mudasse seus hábitos diários. A pessoa isolada durante todo o dia teria que encontrar algo dentro de tais limitações para se entreter.

De fato, o cotidiano foi inteiramente modificado com a chegada da pandemia da COVID-19. O isolamento social resultante da pandemia de COVID-19, era algo muito complexo e exigia grandes mudanças na rotina diária das pessoas, especialmente aquelas que já sofriam de algum tipo de problema psicológico, como a depressão e a ansiedade, por exemplo (Gratz, 2020).

Os idosos eram considerados a classe de pessoas mais vulneráveis aos impactos desse terrível vírus. O isolamento por si só era um prejuízo à saúde mental do idoso, também o medo do contágio, o excesso de informações sobre pessoas mortas ou em estado grave, foram fatores preponderantes para o aumento significativo de problemas psicológicos. (Monteiro et al., 2021). Na

visão de Bezerra et al. (2016) os idosos são os que apresentam maiores riscos de problemas de saúde, com forte tendência a desenvolver depressão e sintomas depressivos. “A depressão que é um transtorno de humor grave frequente, e ocorre em todas as faixas etárias, sendo que as taxas parecem estar aumentando entre os jovens e idosos”. (Nardi, 2000, p.151).

Colaborando com a ideia acima, os primeiros estudos e pesquisas realizados sobre a decorrência do vírus da COVID-19 e seus impactos no Brasil e no mundo, constatou que os idosos de idade acima de 60 anos foram os mais afetados pela doença. Estatisticamente mais de 35.126 óbitos de pessoas idosas em 2020 no Brasil, ou seja, cerca de 71% de idosos mortos pelo vírus (Romero et al., 2021).

Nessa perspectiva, pergunta-se: Como o isolamento social em tempos de COVID-19 impactou no desenvolvimento de processos depressivos em pessoas idosas no Brasil?

Parte-se da hipótese de que o isolamento social, resultante do período pandêmico da COVID-19 afetou significativamente a saúde mental dos idosos brasileiros. O idoso ficou em estado de monotonia e solidão, visto que estava impedido de sair de casa por conta dos altos riscos que o vírus oferecia à sua saúde. Essa situação desencadeou problemas psicológicos, especialmente a depressão. O idoso já sofre com problemas naturais decorrentes do processo de envelhecimento humano, e com a chegada da COVID-19 afetou ainda mais sua saúde mental, conseqüentemente levando ao aumento dos sintomas de depressão, risco de suicídio e morte com taxas ainda mais altas que o grupo de jovens e adultos, além de contribuir para o surgimento de doenças mentais em idosos que antes não apresentavam problemas de saúde mental.

O interesse pelo tema surgiu em uma discussão em sala de aula sobre o que queríamos abordar no trabalho, ouvindo os possíveis temas de outros colegas e chegamos à conclusão de que nenhum grupo abordaria um tema voltado à saúde mental do idoso, colaborando com essa ideia vimos ao longo da graduação que algumas abordagens, também não davam a devida importância a psicoterapia do idoso como a psicanálise onde o próprio Freud não recomendava a análise para pessoas com mais de cinquenta anos pela rigidez mental (Altman, 195), já que iríamos abordar a saúde mental do idoso fomos buscar os desdobramentos da depressão nessa fase da vida e por fim para

delimitarmos ainda mais o tema escolhemos abordar tudo isso no período da pandemia no Brasil, dessa forma, é necessário ter um olhar mais atento sobre o público idoso, por isso a escolha do tema como objeto de estudo.

Com isso, o motivo da escolha do tema se deu pelo nível de relevância do assunto na localidade brasileira, pois, observa-se que a pandemia afetou significativamente a saúde mental de grande parte da população brasileira, dentre eles, os idosos que por sua vez estão dentro desse grupo de risco, levando em conta que os mesmos em alguma parcela já sofrem problemas com depressão, solidão e isolamento, e a pandemia intensificou ainda mais esses problemas, pois, muitos foram obrigados a se isolar completamente, impedidos de realizar suas atividades diárias e de se relacionar com seus familiares e amigos.

Essa pesquisa justifica-se por não haver tantos estudos voltados à essa área, que em muitos aspectos é negligenciada pela ciência. É essencial que se tenha uma atenção voltada para o cuidado ao idoso para a pesquisa e ensino. É de suma importância uma maior demanda de atenção, pois, além da idade avançada, o idoso precisa enfrentar algumas demandas relacionadas à própria saúde. E dentro dessa perspectiva, a saúde mental dessas pessoas precisa de uma atenção a mais.

Esse estudo se mostra de extrema importância, uma vez que o psicólogo está inserido em todos os contextos do mundo, sendo assim, em período pandêmico e pós-pandemia, o trabalho do psicólogo frente a saúde mental do idoso abre ainda mais a perspectiva e possibilidades do acolhimento da Psicologia nos cuidados em maior idade (Canuto et al., 2022).

Assim, essa pesquisa trata-se de uma pesquisa qualitativa, cujo método utilizado foi a Revisão Sistemática de Literatura, a base de dados utilizados foram os sites, SciELO, Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e o Periódicos CAPES, utilizando como critérios de inclusão, apenas artigos em língua portuguesa, artigos dos anos 2013 a 2023, e também leitura de títulos e resumos que resultaram em 7 artigos.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Compreender os fatores que contribuíram para o desenvolvimento da depressão na pessoa idosa no período pandêmico no Brasil.

2.2 Objetivos Específicos

1. Compreender como se deu o processo de isolamento social para as pessoas idosas.
2. Explorar as consequências físicas, sociais e mentais no processo de depressão na pessoa idosa.
3. Explicar a importância da atenção do psicólogo no acompanhamento à pessoa idosa para “prevenir” a depressão no período pandêmico.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 O envelhecimento

Segundo o Estatuto Da Pessoa Idosa (Brasil, 2003) um indivíduo é considerado idoso quando atinge 60 anos ou mais, isso no Brasil lhe garante alguns tipos de gratuidades, proteção e prioridades vindo desta lei. Nas últimas décadas o Brasil tem visto um crescimento no número de idosos em sua população de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em 2017, esse número chegava a 32 milhões de pessoas representando cerca de 14,7% da população, e as projeções para os próximos anos no Brasil é que mais pessoas venham tendo o privilégio de envelhecer, pois no século passado devido à falta de qualidade de vida isso se tornava bem difícil (Mafrá,2018). Apesar de por lei no Brasil existir uma classificação para quem é idoso ou não, o envelhecimento por outro lado não é algo determinadamente igual e de apenas um fator para todos classificar, de acordo com (Cancela, 2008) o envelhecer é um aspecto que envolve o âmbito biológico, psicológicos e social, levando em

consideração também os aspectos demográficos que acontece em diferentes formas e velocidade para cada indivíduo. Para Schneider e Irigaray (2008) o idoso está nesse processo gradativo de envelhecimento que podemos dizer que começamos desde o nascimento pois a partir da primeira célula que morre e outras se multiplicam o processo está ativo, mas ao longo da vida a renovamos de algumas células não são eficazes como no início, por exemplo os neurônios, acarretando diversos problemas e orgânicos, sensoriais e motores.

Segundo Silva (2008) o tema sobre a pessoa idosa e o envelhecimento, vem sendo mais abordado em termo de estudos de diversas áreas no sentido das problemáticas sociais, visando uma melhor compreensão do envelhecimento, assim analisando esse envelhecer na atualidade encontramos significativas mudanças de hábitos, crenças que deixa de lado os estereótipos que de forma inerente acompanha o idoso. Ao redor do mundo existem vários tipos de cultura, com isso muda também a representatividade do idoso na sociedade, de acordo com Diop (1989) nos países da África o idoso tem uma maior valorização pois eles são considerados como aqueles que carregam os valores tradicionais e guardam a herança coletiva, por outro lado no Brasil segundo Santos (1994) existe um ambivalência pois sim, tem uma valorização naqueles que possuem mais experiência e sabedoria em algumas regiões, porém vemos como a força, juventude e o vigor vem sendo posto como o que merece valor social, subjugando o papel do idoso nessa sociedade.

Nesse contexto o idoso no processo de envelhecimento ainda sofre perdas nas funções cognitivas como por exemplo a memória que diminui com o passar dos anos, o aparecimento de doenças “típicas da idade” como a pressão alta, e problemas no âmbito da mental como falta de motivação e na busca do sentido da vida. (Schneider e Irigaray, 2008).

Essa configuração de representação social do idoso no Brasil é apenas um dos pontos que podem afetar a saúde mental esse grupo, conforme dito por Tavares (2009) podemos considerar também outras questões psicossociais como a maior suscetibilidade a situações de discriminação e preconceito, pois sua imagem logo é associada a alguém doente pela maior recorrência de doenças nessa faixa etária e por consequência esse indivíduo precisa de cuidados. Outro ponto que está intimamente ligado com o envelhecimento e a saúde mental dos idosos no Brasil é o processo de aposentadoria, segundo a

Previdência Social (Brasil, 2022) o Brasil conta com cerca 21,8 milhões de aposentados.

A aposentadoria vem com o envelhecimento desse indivíduo que é parte fundamental na sua vida, de acordo com Menezes et al. (2005) o estado de espírito é bem importante na forma como vai acontecer essa aposentadoria, o corpo biológico humano foi feito para estar em movimento, mas as tensões psicológicas e sociais podem afetar esse envelhecer e no processo da diminuição gradativa das atividades, trazendo um sentido muitas vezes de desqualificação e desvalorização desse idoso, com isso afetando na saúde mental e qualidade de vida desse indivíduo.

Frente a essas dificuldades vivenciadas pelo idoso no Brasil e a sua condição biopsicossocial ele pode se encontrar em um movimento de angústia, trazendo uma visão fenomenológica da Gestalt terapia segundo Santos (2017) esse idoso na sociedade não está nem em um campo estático mesmo nesse processo de envelhecimento inerente, ele constrói suas experiências e vivências a partir das possibilidades que foram-lhes apresentadas com tudo que circunda sua existência, considerando a sua totalidade, não limitando a fragmentos, mesmo com as experiências vividas está em constante mudança, a Gestalt se utiliza de alguns conceitos para eventos não suportados por esse idoso como a autorregulação e ajustes criativos por exemplo (Frazão e Fukumitsu, 2004 p. 86). Nesse processo de vivência do idoso no Brasil, foi vivenciado a pandemia do COVID-19 que por sua vez impactou de forma significativa a vida desses idosos.

3.2 Pandemia da COVID-19

Segundo a Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ), a Organização Mundial da Saúde (OMS) em julho de 2021 discorreu que, a pandemia é a disseminação global de uma nova doença e esta nomenclatura passa a ser utilizada quando se trata de uma epidemia contagiosa que afeta não só uma região, mas se espalha por diferentes continentes com uma transmissão segura de pessoa para pessoa.

De acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), a OMS no ano de 2020 divulgou que, a pandemia da COVID-19 é uma doença contagiosa causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, que foi encontrado pela

primeira vez em dezembro de 2019 na cidade de Wuhan, na China. Desde então, o vírus se espalhou rapidamente pelo mundo, levando a uma pandemia global. O contexto pandêmico teve um grande impacto na saúde mental das pessoas em todo o mundo, especialmente nos idosos que representam um grupo com maior vulnerabilidade. O isolamento social, medidas preventivas, incertezas econômicas, saúde física, e o aumento de mortes causadas pela pandemia, foram alguns fatores que afetaram negativamente a saúde mental da população idosa.

A OPAS/OMS, em 2020 afirma que a pandemia levou a um aumento significativo de transtornos mentais. O medo de se contaminar, o isolamento social, as incertezas econômicas e políticas, podem gerar estresse e ansiedade por não saber o que irá acontecer com o futuro próximo. Com isso, pode ocorrer um efeito negativo na autoestima, autoconfiança, motivação, humor, e nos relacionamentos com os familiares e amigos. No final de janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde, anunciou que o surto do novo coronavírus forma uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII), o mais alto nível de alerta da Organização, conforme previsto no Regulamento Sanitário Internacional. Essa decisão buscou aprimorar a coordenação, a cooperação e a solidariedade de nível mundial para prevenir a propagação da doença, proteger a saúde pública e salvar vidas.

Para Viana (2020), o quadro clínico da COVID-19 pode variar de leves a graves, podendo ser assintomático em alguns casos. Os sintomas mais comuns incluem febre, tosse, fadiga, dor de garganta, perda de olfato ou paladar, dores musculares e nas articulações, dificuldades respiratórias, em casos mais graves, pode evoluir para pneumonia, insuficiência renal ou respiratória, podendo levar a morte.

O autor destaca ainda, que além do isolamento social, ações de prevenção foram tomadas para evitar a propagação do vírus, medidas como o uso de máscaras, a higienização frequente das mãos, com o uso de álcool em gel ou água e sabão, a quarentena, procedimento de reclusão, onde se busca evitar que o vírus se propague, entre outros. Através desses cuidados, buscando a proteção de todos, contribuindo para a redução na disseminação da doença e para a prevenção da saúde da população.

Segundo Aydogdu (2019), o isolamento social pode trazer consequências prejudiciais tanto para a saúde física, quanto para a saúde mental e social dos idosos. Portanto, o distanciamento necessário para conter o vírus da COVID-19 pode trazer impactos desfavoráveis, afetando vários aspectos da vida do idoso. Essas consequências podem levar a diversos problemas físicos, psicológicos e/ou sociais.

Segundo Silva (2020) a pandemia da COVID-19 trouxe um ambiente de incerteza e mudança constante que pode agravar ainda a vulnerabilidade, o bem-estar mental de pessoas de todas as idades, em especial os idosos. É importante reconhecer que esses desafios podem ter um impacto negativo não apenas no momento presente, mas também nas consequências a longo prazo para a saúde mental dessas pessoas. O autor destaca ainda, a importância de ações educativas e de apoio sejam oferecidas à população idosa, além de incentivar o diálogo aberto e compreensivo de familiares e amigos.

3.3 Depressão no contexto pandêmico

De acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), a Organização Mundial de Saúde (OMS) em 2022, detectou que houve um crescimento global da depressão em vinte e cinco por cento 25% no primeiro ano da pandemia.

Atualmente, a depressão é considerada um problema de saúde importante que atinge pessoas de todas as idades, conduzindo a sentimento de tristeza e isolamento social (Martins, 2008).

De acordo com Martins (2008) a depressão atinge índices mais elevados de mortandade e morbidez na terceira idade. Com a medida em que se assume maneiras sem características, muitas das vezes com dificuldade para ser diagnosticada e, sendo assim, também difícil de tratar. Destaca-se que existe certa dificuldade para os profissionais de saúde diagnosticarem corretamente o quadro clínico da depressão, visto, que em diversos casos, os idosos tendem a negar sua possível depressão e, conseqüentemente não buscam por tratamento psicológico. Ainda, é enfatizado que, muitas teorias que auxiliam a depressão no idoso, como sendo diferente do tipo de depressão em outras faixas etárias,

amparam-se, entre outros aspectos, nas diferenças dos sintomas em que cada caso apresenta. Martins (2008) afirma que, a existência de variados estudos onde são demonstrados que os idosos na sua maioria, apresentam quadros de depressões atípicas, onde não se encaixam nos padrões das classificações presentes nomeadamente CID 10 E DSM. IV. É válido ressaltar que, nos casos das depressões atípicas, pode ser observado como fatores característicos, como por exemplo; a ausência de episódios de angústias, falta de preocupações em excesso etc.

De acordo com Nogara (2023) a depressão pode ser diagnosticada através de anamnese, pela observação da presença de determinados sintomas, tanto como a duração, intensidade e frequência. O autor ainda fala sobre a importância de saber a respeito do histórico bem detalhado da vida pessoal e familiar. Para realizar o diagnóstico da depressão são levados em conta os sintomas psíquicos, fisiológicos e comportamentais.

Lima et al (2016) relatam que a depressão é um fator clínico muito relevante entre os idosos, pois, aumenta a morbimortalidade, traz impactos negativos a capacidade funcional e uma diminuição na qualidade de vida dos idosos. Ainda, afirmam que a depressão é uma condição tratável, onde pode haver melhora dos sintomas e a remissão completa do quadro depressivo pode ser possível.

Os autores enfatizam que, deve haver uma investigação de forma rotineira, ou seja, com maior frequência, para ser possível a identificação da depressão. Como forma de prevenção, o autor destaca a realização de exercícios físicos como fator de extrema influência na melhoria dos sintomas, no retardamento dos sintomas e na qualidade de vida dos idosos. Dentre as formas de tratamento é observado uma excessiva utilização da terapia medicamentosa. Quanto à terapia, por sua vez, é de grande eficácia, visto, que não são prejudiciais ao organismo, e ainda é importante para o despertar para atividades cognitivas.

4 . DELINEAMENTO METODOLÓGICO

O presente artigo trata-se de uma pesquisa de caráter descritiva bibliográfica, utilizando o método de revisão sistemática de literatura, uma importante ferramenta para a realização de pesquisas qualitativas nas áreas da Ciências Humanas, permitindo aprofundar o conhecimento sobre temas específicos e contribuir para a construção de novos conhecimentos na área. Segundo Cordeiro (2007) , a revisão sistemática de literatura é um tipo de estudo científico que busca reunir, avaliar e conduzir uma síntese de resultados de vários estudos. Ela segue um processo para responder a uma pergunta claramente formulada, usando métodos sistemáticos e explícitos para reconhecer e definir os dados identificados na revisão.

A pesquisa utilizou a abordagem qualitativa, onde há um foco na compreensão dos significados, percepções e experiências das pessoas envolvidas no fenômeno em análise. Os pesquisadores qualitativos descrevem e analisam os processos, interações e contextos que influenciam o fenômeno estudado. Para isso, utilizam-se técnicas como entrevistas, observação participante, análise de documentos e análise de dados textuais. Desta forma, o pesquisador busca explorar as nuances do fenômeno, em vez de se preocupar com a representatividade numérica dos dados (Gerhardt; Silveira, 2009, p.32).

Na abordagem qualitativa, o pesquisador não se preocupa com questões de representatividade numérica, mas sim sobre aquilo que se pode aprofundar sobre o fenômeno, grupo social, organização entre outros objetos de estudo (Gerhardt & Silveira, 2009, p. 32). Sendo assim, o próprio pesquisador pode estar inserido no ambiente que pretende pesquisar.

É importante ressaltar que os resultados obtidos por meio da pesquisa qualitativas podem não ser diretamente generalizáveis para toda a população, mas possuem um valor significativo ao fornecer insights profundos, embasar teorias e orientar ações futuras. A abordagem qualitativa enriquece a compreensão do fenômeno investigado, permitindo uma análise aprofundada e contextualizada (Gerhardt; Silveira, 2009 p.33).

Neste sentido, para levantamento de fontes para a pesquisa foram selecionados artigos na base de dados Scientific Electronic Library (SCIELO), a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e o Portal Periódico CAPES. Contemplados nos períodos de 2013 a 2023, utilizando as palavras-chave: idoso; depressão, e no período de 2020 a 2023 para a palavra – chave: pandemia que sim, estão de acordo com a BVS.

Foram encontrados ao todo 1.255 artigos relacionados ao tema de acordo com nossos descritores, utilizando apenas uma pesquisa simples. Com a finalidade de exclusão foram utilizados os seguintes critérios: artigos pagos, artigos em outros idiomas e leitura de resumos.

Para uma pesquisa mais elaborada foram usados os seguintes critérios de inclusão: apenas artigos em português, onde 43 projetos foram recuperados; períodos de publicação desses artigos de 2013 a 2023 para duas palavras-chaves e de 2020 a 2023 para a terceira palavra-chave como também descrito acima, nos quais permaneceram os 43 artigos, e a leitura dos resumos dos 43 artigos restantes, no qual chegamos ao resultado de 7 artigos selecionados durante a realização de análise de dados, com critério seletivo que atendesse as necessidades de nossa pesquisa, respondendo nossos questionamentos e dúvidas de forma clara, contribuíram assim, para o desenvolvimento da pesquisa.

5 . RESULTADOS E DISCUSSÃO

A tabela de resultados diz respeito a uma síntese dos materiais encontrados nas bases de dados: SciELO onde três artigos foram selecionados, na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) com um artigo encontrado e no Periódicos CAPES, onde foram selecionados mais três artigos.

Os sete estudos selecionados foram analisados segundo os objetivos específicos deste trabalho, com o propósito de: compreender como se deu o processo de isolamento social para as pessoas idosas; explorar as consequências físicas, sociais e mentais no processo de depressão na pessoa idosa; explicar a importância da atenção do psicólogo no acompanhamento à

pessoa idosa para "prevenir" a depressão, e finalmente, compreender como o isolamento social em tempos de COVID-19 impactou no desenvolvimento de processos depressivos em pessoas idosas no Brasil.

Quadro 1: Quadro com dados dos artigos

AUTOR	ANO	TÍTULOS	OBJETIVOS	RESULTADOS	CONSIDERAÇÕES FINAIS
Ávila, Fernanda Maria Vieira Pereira. et al.	2020	Fatores associados aos sintomas de depressão entre idosos durante a pandemia do COVID-19.	Identificar os fatores associados aos sintomas de depressão entre idosos durante a pandemia do COVID-19.	Participaram do estudo 900 idosos, sendo 818 idosos que apresentaram sintomas mínimos de depressão e os demais a depressão de fato.	O estudo mostrou que as mulheres e os idosos que têm ocupação com exposição ao COVID-19 apresentaram maiores escores de depressão.
Osório, Neila Barbosa. et al. Revista Observatório, Palmas, V.6	2020	O impacto da educação física na saúde de idosos em isolamento social em tempos de pandemia: Relato de experiência.	Analisar a qualidade de vida dos idosos e os efeitos benéficos dos que praticam atividade física em tempos de isolamento social.	Que a prática de atividade física em idosos reduz os níveis dos sintomas da depressão e também na prevenção.	Com o isolamento do COVID-19 favoreceu a muitas doenças psicossociais e também à físicas por falta de atividade física nesse período.

Lira, Angélica Vanessa de Andrade Araújo. et al.	2020	Pandemia do coronavírus e impactos na saúde mental: uma revisão integrativa de literatura	Avaliar a produção científica a respeito dos impactos do isolamento social na saúde mental decorrente do COVID-19	Uma alta frequência de reações e sintomas possivelmente associados a transtornos mentais como ansiedade, depressão entre outros	O aspecto psicológico interfere nas demais áreas demonstrando seu papel fundamental e que foi uma das dimensões mais afetadas pela repercussão do COVID-19
Romero, Dalia Elena. et al.	2021	Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho.	Caracterizar a população idosa do Brasil considerando suas condições de saúde, socioeconômi cas, desigualdade de sexo entre outros	Os idosos apresentaram sentimentos de solidão, ansiedade, e tristeza frequente, sendo os idosos que não possuíam ocupação antes da pandemia os que mais respeitam o sistema de pandemia.	O perfil de saúde da população idosa brasileira torna de alto risco as complicações do COVID-19 pois existe um alto níveis de doenças crônicas e os cuidados com os idosos é imperativo para todos os países.

Pedreira, Rhaine Borges Santos. et al.	2022	Impactos reais e/ou potenciais da pandemia de COVID-19 na saúde mental de idosos.	Analisar os impactos reais e/ou potenciais da pandemia de COVID-19 na saúde mental de idosos.	Dos 27 artigos selecionados pelo estudo o assunto mais frequente abordado foi a ansiedade e depressão com 51% vindo a solidão e o estresse logo atrás com 29,6% e 25,9%.	Os impactos na saúde mental dos idosos potenciais como ansiedade, depressão, sensação de medo ou pânico, tiveram um olhar de estudos científicos, mas ainda há um longo caminho a percorrer nas demandas dessa faixa etária uma vez que essas informações podem ajudar.
Pimentel, Pollyana Ludmilla Batista. et al.	2022	Transtornos mentais comuns, distress, ansiedade e depressão em idosos brasileiros no contexto da COVID-19.	Analisar a presença de transtornos mentais comuns e sintomas de ansiedade e depressão em idosos.	Os transtornos mentais foram mais frequentes em mulheres, idosos com renda inferior a dois salários mínimos e aqueles com maior vulnerabilidade ao COVID-19.	As medidas de prevenção e intervenção em crises de pandemia trazem um sofrimento psíquico mas devem ser pensadas no sentido também de reduzir as consequências negativas da pandemia do COVID-19

Muniz, Vinicius de Oliveira. et al.	2023	Aplicabilidade e da Teoria dos Sintomas Desagradáveis para a população de homens idosos com COVID-19 no Brasil.	Analisar os clusters de sintomas desagradáveis em homens idosos na pandemia/síndrome da COVID-19.	Participaram homens entre 60 e 88 anos, que apresentaram sintomas desagradáveis biopsicossociais como picos de pressão alta, depressão, ansiedade e sedentarismo.	Assim podemos afirmar que a pandemia do COVID-19 produziu sintomatologia multivariadas, com as cargas estressoras e antigênicas nos homens idosos, motivadas pela perda de pessoas queridas e restrição de hábitos pregressos.
-------------------------------------	------	---	---	---	--

FONTE: Autoria própria, 2023

5.1 Processo de Envelhecimento

De acordo com Romero et al (2021), envelhecer está relacionado com distanciamento social, invisibilidade, luto e abandono. Essas questões para o autor, preocupa ainda mais no contexto da inesperada pandemia da COVID-19. Ainda de acordo com ele, morar sozinho e envelhecer são considerados os fenômenos demográficos mais relevantes das últimas décadas.

Romero et al (2021), ainda relatam, que a solidão é um importante preditor de mortalidade e de fatores de risco clínicos na velhice, como o declínio da capacidade funcional, eles enfatizam que deveria ser tratada como grave problema de saúde. Eles ainda citam que a solidão no envelhecimento pode antecipar a morte e precipitar agravos, visto que os idosos podem estar isolados socialmente sem relatar sentimento de solidão e podem estar sozinhos mesmo

sem isolamento social, mas ambas as condições podem causar danos à sua saúde física e mental. Assim, o distanciamento social não deve ser confundido com solidão. O sentimento de tristeza é o que mais contribui para a solidão e se sentir sozinho não é apenas a ausência de acompanhante no lar. Os autores puderam verificar que é frequente idosos brasileiros se sentirem muitas vezes ou sempre sozinhos. Esse sentimento está associado, geralmente, com o problema estrutural sobre luto, abandono social e estigma da velhice.

Para Osório et al (2020), a preocupação com as condições funcionais do envelhecimento tem sido tema frequente nas discussões da comunidade científica e da sociedade contemporânea. Eles entendem que, o envelhecimento saudável ocorre em um contexto com diversas variáveis, e entre elas os exercícios físicos que possuem grande relevância, visto que, apesar do aumento da expectativa de vida mundial, é relevante considerar também as condições do envelhecimento, havendo profunda correlação entre manter o corpo em movimento e saúde.

Os autores explicam que, a velhice é um tema multifacetado e abrange componentes biológicos, sociais e psicológicos, não estando esses aspectos necessariamente ligados à ordem cronológica, podendo ser diferente em cada indivíduo dependendo de características individuais. Os autores apresentam que o envelhecimento é um fenômeno complexo e variável, sendo seu estudo realizado sob uma perspectiva interdisciplinar. E que o envelhecimento é um processo que provoca alterações e desgastes em vários sistemas funcionais, que acontecem de forma progressiva e irreversível. O momento em que estas transformações surgem, quando passam a ser percebidas e como evoluem, diferencia-se de um indivíduo para o outro.

Ainda segundo eles, sob a perspectiva biológica, o envelhecimento provoca diversas alterações morfofisiológicas, que limitam e diminuem a funcionalidade do corpo. Relatando que o envelhecimento é um conceito que pode tomar diferentes concepções dependendo de como o meio social absorve as mudanças biológicas que acontecem com o idoso, dessa forma as normas, valores e critérios da sociedade definem como o indivíduo vai lidar com o processo do envelhecimento, assim como vai definir seu papel na sociedade. De acordo com eles, para garantir o processo de envelhecimento e velhice saudável é preciso compreendê-lo de forma heterogênea, pois, mesmo a velhice sendo

entendida como fenômeno universal, os mecanismos de enfrentamento são particularizados de acordo com o referencial sociocultural, de saúde geral e psicológica, Osório et al (2020). No entendimento dos autores, seguindo a perspectiva da Psicologia do envelhecimento uma das correntes mais promissoras, define o envelhecimento bem-sucedido como: uma condição individual e grupal de bem-estar físico e social, referenciada aos ideais da sociedade e às condições e aos valores existentes no âmbito em que o indivíduo envelhece e às circunstâncias de sua história pessoal e de seu grupo etário. Uma velhice bem-sucedida preserva o potencial para o desenvolvimento, respeitando os limites da plasticidade de cada um. Os autores ainda entendem que o envelhecimento ocorre à medida que aspectos biológicos, psicológicos e sociais interagem entre si e com o meio, e o envelhecimento saudável depende diretamente do equilíbrio dessa interação.

Já Ávila et al (2020), descrevem que os aspectos fisiológicos e do envelhecimento, principalmente no que se refere às afecções cardiovasculares e neurocomportamentais, fazem com que os idosos dependem muitas vezes das interações sociais para se manterem saudáveis. Acima, os autores defendem que o meio social, é um fator essencial e benéfico ao que diz respeito às questões físicas do envelhecimento. Intervenções sociais, atividades que aumentem as condições de saúde e bem-estar físico dos idosos é de suma importância e necessidade para que os idosos passem por um processo de envelhecimento saudável. Exercícios que aumentam a resistência, a força e com certeza o sistema imunológico são extremamente necessários para o combate e controle de doenças na vida do idoso. Consideravelmente fará bem à saúde cardiovascular, neurocomportamentais, e do corpo como um todo. Portanto, os autores defendem que o meio social, é um fator essencial e benéfico ao que diz respeito às questões físicas do envelhecimento. Intervenções sociais, atividades que aumentem as condições de saúde e bem-estar físico dos idosos é de suma importância e necessidade para que os idosos passem por um processo de envelhecimento saudável. Exercícios que aumentam a resistência, a força e com certeza o sistema imunológico são extremamente necessários para o combate e controle de doenças na vida do idoso. Consideravelmente fará bem à saúde cardiovascular, neurocomportamentais, e do corpo como um todo.

5.2 Depressão em Idosos

Dentre os artigos selecionados, é unânime a evidência de processos depressivos em idosos no período da pandemia da COVID-19 no Brasil, sendo de gravidade variadas, mas sendo um atenuante na saúde mental dessas pessoas.

Osório et al (2020), Romero et al (2021) e Ávila et al (2020), trazem uma afirmação sobre as mulheres terem uma maior predisposição a ter a saúde mental mais afetada, sendo mais comum entre elas a depressão e a ansiedade. Osório et al (2020), ainda destaca que as mulheres são mais afetadas pela depressão, devido sua visão autodepreciativa e uma visão negativa da velhice.

Há uma concordância entre os estudos de Lira et al (2020), Pedreira et al (2022), Pimentel et al (2022) e Muniz et al (2023), no que diz respeito à depressão associada a outras doenças psicológicas, dentre essas estão ansiedade, estresse e insônia. A pandemia desencadeia ou potencializa a manifestação de sintomas psicoemocionais.

Ávila et al (2020) e Pedreira et al (2022), evidenciaram índices relevantes relacionados à depressão em idosos e a pandemia da COVID-19 no Brasil, sendo os maiores acometidos idosos solteiros, aqueles com menores salários, mulheres e aqueles que têm baixa escolaridade.

Para Muniz et al (2023), a categoria influenciadora dos fatores situacionais agrupou uma série de eventos como sobrecarga de trabalho e sensação de abandono pelo Estado, que contribuíram no aumento de sintomas mentais como angústia, falta de concentração e medo da pandemia, além dos sintomas fisiológicos, como crise intestinal e alteração de taxas de colesterol e insulina. Os autores destacam ainda os principais sintomas oriundos da COVID-19, sendo eles: depressão, ansiedade, distúrbio cognitivos da memória, trombose, insônia e outros distúrbios relacionados ao sono, entre outros.

Ávila et al (2020), alegam que mesmo havendo casos depressivos em idosos, a maioria não apresentou sintomas de depressão, contudo, os principais fatores associados a essa condição durante a pandemia do COVID-19 foram sexo, estado civil, renda e escolaridade. As mulheres e os idosos que têm ocupação com exposição ao COVID-19, apresentaram maiores sintomas de depressão e as pessoas casadas valores menores. Não ter graduação esteve

associado à uma maior frequência entre ter sintomas depressivos; por outro lado, receber cinco salários, ou mais, diminuiu as chances dessa sintomatologia.

Desde modo, fica evidente que a pandemia do COVID-19 teve um impacto significativo na saúde mental dos idosos, com fatores como sexo, estado civil, renda e escolaridade desempenhando um papel importante. As mulheres e os idosos que têm ocupações que os expõem ao vírus aparentam estar mais propensos a apresentar sintomas de depressão. Por outro lado, pessoas casadas e aquelas, com maior renda têm menor probabilidade de experimentar essa sintomatologia. É interessante observar a associação entre a falta de graduação e uma maior frequência de sintomas depressivos.

Para Pimentel et al (2022), a análise da presença de transtorno mental comum, distress e sintomas de ansiedade e depressão em idosos no contexto brasileiro, durante pandemia da COVID-19, evidenciou uma amostra constituída, em sua maioria, por idosos com demandas em saúde (doenças crônicas não transmissíveis), sendo a mais afetada aquelas pessoas com renda de até dois salários-mínimos ou em contextos de vulnerabilidade. O autor também destaca as diferenças nos níveis de transtorno mental comum em razão do gênero, onde as mulheres são mais suscetíveis a alterações cognitivas e no humor. O adoecimento psíquico com prevalência da depressão, estresse e ansiedade, também são mais comuns nas mulheres.

Já Osório et al (2020), informam que o meio digital proporciona um paradigma com relação a interação social, visto que apesar de permitir que pessoas se conectem de lugares distantes com praticidade, promove o afastamento das relações de interação social baseadas no contato físico. Esse afastamento é sentido de forma significativa pelos idosos, e como observado, tem ocasionado altos índices de depressão, ansiedade e outras doenças psicoemocionais em idosos. O autor conclui que o isolamento social pode favorecer o aparecimento de doenças psicossociais, além de agravar problemas físicos por falta de atividades físicas e interação social, ambos importantes para manutenção da saúde física e mental dos idosos.

Neste caso, podemos ressaltar que a interação digital tem suas vantagens e torna possível conectar pessoas distantes, mas também é importante reconhecer que não substitui o contato físico e suas consequências emocionais. É fundamental encontrar um equilíbrio entre a conectividade digital e o contato

peçoal, garantindo que os idosos tenham apoio emocional adequado e oportunidades de interagir socialmente.

Pedreira et al (2022), afirmam que a pandemia de COVID-19 trouxe a necessidade de mudanças na rotina da população de modo geral, com implicações à saúde mental dos indivíduos, identificadas também entre os idosos. Entretanto, uma limitação desta revisão integrativa consiste no número reduzido de estudos encontrados, durante a busca realizada, que respondessem com maior precisão a questão da pesquisa e que fossem mais direcionados às peculiaridades da população idosa. Impactos reais e/ou potenciais como ansiedade, depressão, solidão, estresse, sensação de medo ou pânico, tristeza, suicídio/ideação suicida e insônia foram eventos adversos à saúde mental dos idosos, observados diante do cenário imposto pelo contexto pandêmico.

Nesse sentido, é fundamental que as medidas de enfrentamento da pandemia levem em consideração as necessidades e desafios enfrentados pelos idosos. Isso inclui o acesso a informações atualizadas e confiáveis, a manutenção de redes de apoio social e o desenvolvimento de estratégias para minimizar a solidão e a ansiedade.

Para Romero et al (2021), morar sozinho e envelhecer são considerados os fenômenos demográficos mais relevantes das últimas décadas. A pandemia atual e as recomendações de distanciamento que vieram a seguir aumentaram a consciência pública sobre os impactos psicológicos das medidas de distanciamento social e da solidão que muitas pessoas estão experimentando. Na vida cotidiana de muitos idosos esse sentimento é comum, entretanto, silenciado pela sociedade. O sentimento de isolamento traz a essa população idosa a evidência de depressão sendo mais recorrentes em mulheres, pessoas com baixa renda e com baixa escolaridade.

Lira et al (2021), dizem que as medidas de isolamento de social adotadas para conter o avanço da COVID-19 ampliaram a margem para o sofrimento mental, haja vista que modificaram bruscamente a rotina diária da população em diferentes esferas da vida como trabalho, educação, interação comunitária, lazer, entre outros, perfazendo o delineamento de dificuldades adaptativas à nova realidade social. Com isso tem acarretado grande impacto na saúde mental gerando depressão, ansiedade, transtorno do pânico, entre outros transtornos relacionados ao adoecimento psíquico.

Portanto, conclui-se que a pandemia da COVID-19 tem afetado negativamente a saúde mental das pessoas ao redor do mundo, em especial os idosos considerados grupo com maior vulnerabilidade. Os estudos comprovam a prevalência de depressão nessa população durante o período pandêmico, podendo destacar uma incidência ainda maior em mulheres, pessoas de baixa renda e com baixa escolaridade. Deste modo, a saúde mental é influenciada por uma complexa interação de fatores biológicos, psicológicos e sociais, necessitando assim, de cuidados adequados, individualizados e eficazes, para a população como um todo, em especial a pessoa idosa.

5.3 O Idoso no Contexto Pandêmico

O contexto do idoso no Brasil durante a pandemia é cercado por diversos fatores, de acordo com Romero et al (2021), os estudos levaram em considerações o sexo, a renda família, densidade demográfica, composição familiar, as condições de trabalho antes da pandemia e durante a mesma, a adesão ao regime de pandemia e as doenças crônicas que esses idosos possuíam, tudo isso para analisar de uma forma mínima o contexto que envolveu os idosos durante a pandemia pois além do contexto de isolamento que afetou negativamente a saúde mental de toda a população ainda existiu o grupo dentro dos idosos mais vulneráveis do que outros dependendo de qual o contexto que ele estava inserido nos fatores acima. Olhando também por outro fator não abordado no estudo anterior é o hábito da prática de atividade física dos idosos e como nesse contexto pandêmico para eles.

Segundo Osório et al (2020), a prática de atividade física sendo responsável pela liberação de substâncias no nosso cérebro, substâncias que nos ajudam a manter o bom humor, uma boa noite de sono e por consequência uma melhor qualidade de vida, algo no dia a dia dos idosos faz total diferença quando se fala em saúde mental, pois vai muito além dos benefícios para a saúde física, o seu estudo foi desenvolvido com base em um grupo de idosos que isolados pela pandemia já sentiam os malefícios psicológicos gerados por tal distanciamento, o grupo se organizou virtualmente por vídeo chamada para a realização de exercícios conjunto, os resultados obtidos nos estudos foram benéficos sobretudo na saúde mental em maior parte, em detrimento dos

benefícios físicos, que por sua vez colocaram de lado alguns sentimentos como tristeza frequente e solidão que os mesmos já começavam a experienciar, sentimos que poderíamos ter evoluído facilmente para um quadro depressivo como ocorreu com outros idosos durante o período pandêmico. Colaborando com a visão de que mesmo dentro do grupo de idosos houve um subgrupo ainda mais vulnerável.

Pimentel et al (2022), relatam que em seu estudo as mulheres com renda inferior a dois salários mínimos foram as mais significativamente mais afetadas por transtornos na saúde mental como a ansiedade e depressão, resultados também obtidos igualmente por Ávila et al (2021) e Romero et al (2021), que foi um pouco além e incluiu nesse subgrupo os idosos que trabalharam em contato direto com o contexto da pandemia. Todos os estudos em conformidade atestam que o isolamento vindo do COVID-19 reduziu em alguma porcentagem a qualidade de vida e a saúde mental dos idosos que nesse contexto tiveram que lidar com a incerteza e por sua vez a desesperança, quadros propícios ao desenvolvimento de um ou mais transtorno psicológico, durante a pandemia os olhares e todo foco estavam sobre eles, os cuidados para a prevenção por conta do alto nível de contágio do vírus.

Segundo Pimentel et al (2022) mesmo que uma grande parcela da população de idosos aderiram ao regime de quarentena, existiam algumas quebras nesse regime para resolver algumas demandas do dia a dia, mesmo esses idosos não morando sozinhos, o escape mesmo que rápido desse contexto de isolamento fazia diferença para a saúde mental dos mesmos, ressaltando até uma baixa percepção do contágio da doença no primeiro semestre de 2020, período em que foi constatado os maiores indicadores de mortalidade entre pessoas com 60 anos ou mais.

A partir das discussões acima, as pesquisadoras observaram a importância do uso da tecnologia para ajudar no cotidiano dos idosos, nas dificuldades por eles enfrentadas. Diante de um cenário de solidão, de distanciamento de familiares e pessoas queridas, os usos de instrumentos tecnológicos ajudam consideravelmente na rotina dos idosos. Compreendendo que o envelhecer, os agravos clínicos na velhice e até mesmo a antecipação da morte, tem influência da solidão que os idosos

passam, do luto por eles enfrentados e até mesmo o abandono. É válido salientar, que o envelhecimento saudável do idoso, ocorre de maneira multidisciplinar, de forma a considerar diversos fatores que contribuem com a qualidade e melhora na vida destes. Tais como: a realização de atividades físicas, interações grupais e sociais, a utilização de atividades lúdicas. Com a pesquisa, é claramente notório que o bem-estar biológico, psicológico e social refletem em um envelhecimento satisfatório.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo, que tem como tema Depressão na pessoa idosa, conseguiu atingir o objetivo de analisar em estudos o que já se foi publicado em relação ao tema, através da revisão sistemática de literatura. Os objetivos gerais e específicos acerca do tema, foram alcançados e descritos ao longo desta pesquisa. Diante disso, este estudo torna-se extremamente relevante para a Psicologia, devido a contribuição feita sobre o tema proposto.

A partir dos estudos analisados, pôde-se concluir que a depressão possui maior índice em idosos solteiros, com baixa renda, baixa escolaridade, e do gênero feminino. Ou seja, estes citados acima, há maior incidência de serem afetados significativamente pela depressão.

Mediante a exposição, é possível constatar que a classe de idosos são os mais acometidos pela Depressão, visto que existem diversos fatores contribuintes para tal, como foram descritos neste estudo.

Com isso, é de suma importância que profissionais, tais como psicólogos, tenham maior atenção à faixa etária da terceira idade, onde estejam grandemente preparados e capacitados para a realização do serviço para com este público. Com esta pesquisa, foi possível compreender que a terapia com psicólogos é incontestável, onde diferentemente do uso excessivo de terapia medicamentosa, a psicoterapia não traz efeitos colaterais nem prejudiciais aos organismos.

Vale salientar que neste estudo foi notório a importância dos exercícios físicos, das atividades grupais e a interação social na vida dos idosos. Com tudo, ficou notório que a prática de exercícios e diferentes atividades traz impactos positivos para capacidade funcional e influência na melhora da qualidade de vida de idosos depressivos.

Por fim, faz-se necessário que se tenha uma maior compreensão da depressão na pessoa idosa, não devendo parar nesta pesquisa, mas, que haja continuidade. Visto, que ainda são poucos os estudos e pesquisas a respeito do tema proposto, principalmente entendendo que existe um altíssimo índice de acometimentos da depressão em idosos. É também primordial, que tenha mais estudos relacionados ao tema em língua portuguesa.

7. REFERÊNCIAS

American Psychiatric Association. **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders**. 4th ed. Washington, DC: American Psychiatric Association; 1994.

Ávila, Fernanda Maria Vieira Pereira et al (2020). **Fatores Associados aos Sintomas de Depressão Durante a Pandemia da COVID-19**. *Texto & Contexto - Enfermagem* [online]. 2021, v. 30 [Accessed 18 agosto 2023], e20200380. Available from: <<https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0380>>.

Aydogdu, Ana Luiza Ferreira. **Novo coronavírus e os riscos do isolamento social para os idosos: revisão integrativa**. *Revista de Enfermagem da UFJF, [S. l.]*, v. 5, n. 2, 2020. DOI: 10.34019/2446-5739.2019.v5.30691. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/enfermagem/article/view/30691>. Acesso em: 9 set. 2023.

Bezerra, Italla Maria Pinheiro et al. **Depressão em idosos: uma revisão sistemática da literatura**. *Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção*, v. 6, n. 2, p. 97-103, 2016.

Brasil. Ministério Dos Direitos Humanos e Da Cidadania. **Estatuto Da Pessoa Idosa** Disponível em:<https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2022/eleicoes-2022-periodo-eleitoral/estatuto-do-idoso-assegura-direitos-de-pessoas-com-60-anos-ou-mais#:text=De%20acordo%20com%20a%20lei,dar%20prioridades%20%C3%A0s%20pessoas%20idosas..> Acessado em:18 de mai.2023.

Cancela, Diana Manuela Gomes. **O processo de envelhecimento**, Portugal, p.1-15, Maio, 2008. Disponível em: <https://psicologia.pt/artigos/textos/TL0097.pdf> Acesso em: 12 Mai, 2023

Canuto, Ariane Laurentino Freires et al. O papel do psicólogo frente à saúde mental dos idosos no período pandêmico. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 4, 2022.

Cordeiro, Alexander Majno (2007). **Revisão Sistemática de Literatura: UMA REVISÃO NARRATIVA**. Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgias. Vol.34 - no 6, Nov./Dez. 2007.

Diop, Cheikh Anta (1989). **La place des anciens dans les sociétés africaines. Impact: Science et Soiété**, 153, (39), 101-107.

Frazão, Lilian Meyer e Fukumitsu, Karina Okajima. **Gestalt-terapia: Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas**, v.1. São Paulo: Summus Editorial, 2004.

Fundação Oswaldo Cruz. **O que é uma pandemia**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2021. Disponível em: <https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1763-o-que-e-uma-pandemia#:~:text=Segundo%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20pandemia%20%C3%A9,sustentada%20de%20pessoas>. Acesso em: 2023, 5 de Abril.

Gerhardt, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. **Métodos de pesquisa**, Porto Alegre, Editora da UFRGS, 2009.

Gratz, Kim L. et al. Thwarted belongingness and perceived burdensomeness explain the associations of COVID-19 social and economic consequences to suicide risk. **Suicide and Life-Threatening Behavior**, v. 50, n. 6, p. 1140-1148, 2020.

IBGE- **INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA**. Censo Brasileiro de 2017. Rio de Janeiro, 2012.

Lima, Ana Maraysa Peixoto et al. (2016) Depressão em idosos: **uma revisão sistemática da literatura**. **Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção**, v. 6, n. 2, p. 96-103, 4 abr. 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.17058/reci.v6i2.642> > Acesso em 7 Out. 2023.

Lira, Angélica Vanessa de Andrade Araújo et al (2020). **Pandemia do coronavírus e impactos na saúde mental: uma revisão integrativa da literatura**. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, 10(1), 168-180. <<http://dx.doi.org/10.17267/2317>>.

Mafrá, Simone Caldas Tavares. **Os conceitos de velhice e envelhecimento ao longo do tempo: contradição ou adaptação**. Revista De Ciências Humanas, v 18, n. 2, p.1-22, Jul-dez.2018. Disponível em: file:///C:/Users/adlla/Downloads/odemirbaeta,+Os+conceitos+de+velhice+e+envelhecimento+ao+longo+do+tempo.pdf. Acesso em: 12 Mai,2023.

Martins, R. (2008). **A depressão no idoso**. Milleenium - Revista do ISPV, 34. Acedido em 2010, fevereiro 10 de <http://www.ipv.pt/millennium/millennium34/> Lafer B, Almeida OP, Fráguas R Jr., Miguel EC (editores). ARTMED, Porto Alegre, 2000.

Menezes, L. N., & Vicente, L. C. C. (2005). **Envelhecimento vocal em idosos institucionalizados**. Rev. Acta Paulista de Enfermagem, 18(4). Recuperado em 01 julho, 2015, de: <http://www.scielo.br/pdf/rcefac/v9n1/v9n1a10>.

Monteiro, lane Veronica De Lima, et al. **Idosos e saúde mental: impactos da pandemia COVID-19**. Brazilian Journal of Health Review, v. 4, n. 2, 2021.

Muniz, Vinícius de Oliveira et al (2023). **Aplicabilidade da Teoria dos Sintomas Desagradáveis para a população de homens idosos com COVID-19 no Brasil**. Escola Anna Nery [online]. 2023, v. 27 [Acessado 18 Setembro 2023], e 20220245 Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2022-0245pt>>.

Nardi, Antinio Egidio. **Depressão No Ciclo da Vida**. ARTMED, Porto Alegre, 2000.

Nogara, Juliano. **Tristeza não de ser subestimada**. Revista do hospital São Vicente de Paulo [online].2023, v 1. [Acessado 10 Novembro 2023]. Disponível em <https://hsvp.com.br/post/3236/tristeza-nao-deve-ser-subestimada#btt>.

Organização Pan-Americana de Saúde **Histórico da pandemia de COVID-19**. OPAS, 2020. www.paho.org disponível em:< <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19> >. Acesso em: 2023, 2 de maio.

Organização Pan-americana de saúde ; **Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo**. OPAS, 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>>. Acesso em: 2023, 25 de novembro.

Osório, Neila Barbosa et al (2020). **O Impacto da Educação Física na Saúde dos Idosos em Isolamento Social em Tempos de Pandemia: Relato de experiência**. Revista Observatório e-ISSN nº 2447-4266 Vol. 6, n. 2, abril-junho. 2020.

Pedreira, Rhaine Borges Santos et al (2022). **Impactos Reais e/ou Potências da Pandemia de COVID-19 na Saúde Mental dos Idosos**. Ciências da Saúde da UNIPAR, Umuarama, v. 26, n. 3, p. 441-457, set-dez. 2022.

Pies RD. Clinical manual of psychiatric diagnosis and treatment: **A biopsychosocial approach**. 1st ed. Washington DC: 1994.

Pimentel, Pollyana Ludmilla Batista et al (2022). **Transtornos Mentais Comuns, Distress, Ansiedade e Depressão em Idosos Brasileiros no Contexto da COVID-19**. Estudos de Psicologia, 27(2), maio a agosto de 2022, 137-145.

Romero, Dalia Elena et al (2021). **Idosos no Contexto da Pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho**. Cadernos Saúde Pública [online] 2021, v. 37, n. 3 [Accessed 18 agosto 2023]. Disponível em: <<http://doi.org/10.1590/0102-311x00216620> >

Santos, Maria de Fatima e Santos. **Velhice: uma questão psico-social, Temas psicologia**. vol.2, n.2, Ribeirão Preto, ago. 1994. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X1994000200013 Acesso em :12 Mai, 2023.

Santos, Nivia Moura dos. **Ajustamentos Criativos no Processo de Envelhecimento na Contemporaneidade**. Jun 2017. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1086.pdf> Acesso em: 12 Mai, 2023.

Schneider, Rodolfo Herberto & Irigaray, Tatiana Quarti. **O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais**. Estudos de Psicologia, Campinas, 25(4), p. 585-593, Out-Dez, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/LTdtHbLvZPLZk8MtMNMZyb/?format=pdf&lang=pt> Acesso em:12 Mai, 2023.

Silva, Luna Rodrigues Freitas. Da velhice à terceira idade: **O Percurso Histórico das Identidades Areladas ao Processo de Envelhecimento**. História, Ciências, Saúde – Manguinhos, Rio de Janeiro, v.15, n.1, p.155-168, jan.-mar. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/hcsm/a/kM6LLdqGLtqqpggJT5hQRCy/?format=pdf&lang=pt>

Silva, Mauro Dias. **Vulnerabilidades da população idosa durante a pandemia pelo novo coronavírus**. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia [online]. 2020, v. 23, n. 3 [Acessado 21 Outubro 2023], e200319. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1981-22562020023.200319>>

Tavares, Sandra Maria Greger. **A Saúde Mental do Idoso Brasileiro e a Sua Autonomia**. Boletim do Instituto de Saúde, abril 2009. Disponível em: <https://periodicos.saude.sp.gov.br/bis/article/view/33834> Acesso em: 12 Mai, 2023.

Viana, Suely Aragão Azevêdo; De Lima, Silva Marciele; De Lima, Patrícia Tavares. **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, v. 3, n. 1, 2020.