socepis1@gmail.com Sociedade Cearense de Pesquisa e Inovações em Saúde

**USO DE MÍDIAS SOCIAIS PARA ACOMPANHAMENTO DE CUIDADORES DE IDOSOS NO CONTEXTO DO ISOLAMENTO SOCIAL PELO COVID-19: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**Isabele Faustino Lobo 1,** **Rachel Gabriel Bastos Barbosa****2 Natália Maria Cavalcante Oliveira 3 Jamylle Lucas Diniz 4 Josilene Luzia dos Santos 5 Ana Paula de Campelo Maciel Ribeiro 6**

1 Universidade Federal do Ceará (isabelefl@alu.ufc.br)

2 Universidade Federal do Ceará

³ Universidade Federal do Ceará

4 Universidade Federal do Ceará

5 Universidade Federal do Ceará

6 Universidade de Fortaleza

**Resumo:** Com o surto de COVID-19, a população esteve diante da necessidade de viver um isolamento social, por isso, os projetos de extensão universitária precisaram se reinventar para continuar beneficiando à sociedade. Este estudo tem como objetivo relatar a experiência sobre o uso de mídias sociais para o acompanhamento de cuidadores de idosos durante a pandemia do COVID-19, utilizando plataformas digitais como o *Instagram* e o *WhatsApp*. Através das mídias sociais é possível fornecer informações que agregaram na nova rotina que os cuidadores foram submetidos, além de permitir que eles compartilhem suas vivências, como também propiciar uma aproximação mais acessível entre esse público e os profissionais de saúde. Dessa forma, essa alternativa se mostrou essencial nesse período, pois foi um meio de interação e de prosseguimento do cuidado que já era prestado.

**Palavras-chave/Descritores:** Cuidadores. Mídias Sociais. Idoso

**Área Temática:** Plataformas e portais digitais para a saúde.

**1 INTRODUÇÃO**

O novo tipo de doença causada por coronavírus (COVID-19) é caracterizado por um vírus respiratório que se propaga, principalmente, pelo trato respiratório, por gotículas e contato direto entre indivíduos ou objetos. Com a rápida disseminação da COVID-19 no Brasil, medidas de controle e prevenção, como isolamento social, estão sendo adotadas pelos governantes e população em geral (BEZERRA; SILVA; SOARES; SILVA, 2020).

A mortalidade por COVID-19 aumenta com a idade. Estudo retrospectivo do surto de COVID-19 em Wuhan, na China, identificou que a idade avançada é fator de risco significativo para mortalidade. Portanto, os cuidadores de idosos devem ter uma atenção redobrada durante a pandemia, tanto consigo para evitar ser uma via de contaminação da doença, como também com os idosos (ZHOU et al, 2020; WU, 2020).

Devido ao isolamento social, o acompanhamento aos cuidadores pelos profissionais de saúde tem gerado dificuldade. Dessa forma, as tecnologias de comunicação e informação, em especial as mídias sociais podem estar favorecendo esse acompanhamento durante a situação atual. As mídias sociais tem se tornado uma estratégia de comunicação em tempo real entre os profissionais de saúde e idosos ou cuidadores (SHIOZAWA; UCHIDA, 2020).

Nesse sentido, o objetivo desse trabalho é relatar a experiência do uso de mídias sociais para realizar o acompanhamento de cuidadores de idosos durante a pandemia do COVID-19.

**2**    M**ETODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência do uso das mídias sociais, durante a pandemia da COVID-19, para acompanhar os cuidadores de idosos que são beneficiados com o projeto de extensão intitulado “Promoção de saúde à idosos, familiares e cuidadores em Centro de Atenção ao idoso do Hospital Universitário Walter Cantídio da Universidade Federal do Ceará”, localizado no município de Fortaleza, Ceará.

Foi utilizada a plataforma digital *Instagram* para a realização de *lives*. Outra plataforma utilizada diariamente, foi o *Whatsapp*, por meio de um grupo em que eles compartilham suas dúvidas e relatam experiências. As *lives* acontecem quinzenalmente e a temática é de acordo com a necessidade dos cuidadores. O projeto conta com a participação de 15 a 20 cuidadores e, com a modalidade à distância, chegou-se ao número de 30 telespectadores durante as *lives* realizadas.  Até o dia 16 de julho de 2020 foram realizadas oito *lives.* Para isso, contou-se com a colaboração de profissionais de diversas áreas, tais como: enfermagem, educação física, medicina, assistência social, psicologia e nutrição.

**3**    **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Com o isolamento social, as mídias sociais se tornaram muito importantes para dar continuidade ao acompanhamento dos cuidadores. As *lives* abordaram assuntos que abrangiam o processo de envelhecimento e enfrentamento ao COVID-19 e estes serão expostos a seguir:

A primeira teve como tema “Nutrição e imunidade no idoso: o que eu preciso saber?” e, para discorrer sobre o tema, contou-se com a presença de uma nutricionista que relacionou a importância de uma boa nutrição para a imunidade do idoso. A imunossenescência aumenta a vulnerabilidade às doenças infectocontagiosas, sendo necessário o conhecimento adequado dessa temática pelos cuidadores, principalmente nesse tempo de pandemia (NUNES et al, 2020).

Na segunda foi abordado sobre “Relações sociais e de cuidado nesse período de isolamento social” e nela, uma assistente social retratou a importância de continuar estabelecendo vínculo social e afetivo com os idosos mesmo durante o isolamento social. Nessa perspectiva, é importante ressaltar que a família e a sociedade podem se tornar um sistema de apoio e fortalecer as relações sociais com a pessoa idosa (OLIVEIRA et al, 2020).

Na terceira *live* que teve como tema “ Como fazer isolamento domiciliar?”, contou-se com a enfermeira, que relatou a forma mais correta e eficaz de fazer isolamento social. É necessário compreender que o isolamento não se configura como abandono, portanto, cada família em conjunto com o idoso precisa refletir e discutir as estratégias para enfrentá-lo de forma segura (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020).

Na quarta “Saúde mental do idoso em tempo de pandemia” foi discutido com uma psicóloga sobre como é o isolamento para o idoso e o que fazer para tentar manter-se bem nesse período. A rápida propagação do vírus pelo mundo e as incertezas sobre a doença configuram-se como fatores de risco à saúde mental de todos os indivíduos, incluindo idosos e cuidadores (ZANDIFAR; BADRFAM, 2020).

Na quinta, com o tema “Importância do exercício físico para o idoso em tempos de pandemia”, com a ajuda de um profissional de educação física foi dado dicas de como realizar exercícios corretamente e sobre a importância deles para a saúde. Devido ao isolamento social em todo o país, vê-se a necessidade de incentivar a manutenção de uma rotina de atividade física pelos indivíduos como uma medida preventiva para a saúde (FERREIRA et al, 2020).

As demais *lives* eram voltadas a temas referentes ao processo do envelhecimento. Na sexta, o tema foi “Combate a violência contra o idoso, o que eu preciso fazer?” e foi explanado sobre os tipos de violência e o que fazer ao identificá-las. Abordar essa temática é essencial, pois ainda se caracteriza como um grave problema de saúde pública. A violência contra pessoas idosas é uma violação aos direitos humanos e resulta em diversos agravos que vão de hospitalizações, incapacidades, depressão e pode levar até a morte (LOPES et al, 2018).

Na sétima *live*, foi falado sobre “O que eu preciso saber sobre prevenção de lesão por pressão?”  e contou com a presença de uma enfermeira estomaterapeuta, que esclareceu sobre o que é a lesão por pressão e as formas de prevenir. Essa condição afeta bastante os idosos por conta do processo do envelhecimento e a diminuição da funcionalidade, sendo fundamental um maior conhecimento sobre o tema (VIEIRA et al, 2018).

Na última, com o tema ‘’Menopausa: um marco no processo do envelhecimento feminino” foi retratado esse importante momento na vida das mulheres. Essa temática foi bastante solicitada pelas cuidadoras, visto que na menopausa acontecem diversas mudanças físicas, psicológicas e sociais, influenciada por alterações hormonais que podem agravar o estado físico e emocional dessas mulheres (SELBAC et al, 2018).

Nesse ínterim, a utilização das mídias sociais, *WhatsApp* e *Instagram*, para o acompanhamento dos cuidadores se configura como essencial nessa época de pandemia, possibilitando interação, inclusão, facilitando o processo de comunicação e proporcionando aprendizagem de diversos assuntos (KHALAILA; VITMAN, 2017). Utilizar desse meio foi muito relevante para a interação entre profissionais e cuidadores. A continuidade do cuidado se mostrou importante para ajudar na nova rotina dos cuidadores.

**4**    **CONCLUSÃO**

Através do estudo, percebe-se a importância das mídias sociais para contribuir com a ampliação do conhecimento e para promover a assistência aos cuidadores de idosos participantes do projeto, tendo em vista as limitações ocasionadas pelo isolamento social durante a pandemia.

**5**  **REFERÊNCIAS**

BEZERRA, Anselmo César Vasconcelos; SILVA, Carlos Eduardo Menezes da; SOARES, Fernando Ramalho Gameleira; SILVA, José Alexandre Menezes da. Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 2411-2421, jun. 2020. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1413-81232020006702411&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 18 jul. 2020.

FERREIRA, Maycon Junior; IRIGOYEN, Maria Cláudia; CONSOLIM-COLOMBO, Fernanda; SARAIVA, José Francisco Kerr; ANGELIS, Kátia de. Vida Fisicamente Ativa como Medida de Enfrentamento ao COVID-19. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, [S.L.], v. 114, n. 4, p. 601-602, abr. 2020. Sociedade Brasileira de Cardiologia. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S0066-782X2020000400601&lng=en. Acesso em: 14 jul. 2020.

HAMMERSCHMIDT, Karina Silveira de Almeida; SANTANA, Rosimere Ferreira. SAÚDE DO IDOSO EM TEMPOS DE PANDEMIA COVID-19. **Cogitare Enfermagem**, [S.L.], v. 25, apr. 2020. ISSN 2176-9133. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/72849>. Acesso em: 15 jul. 2020.

KHALAILA, Rabia; VITMAN-SCHORR, Adi. Internet use, social networks, loneliness, and quality of life among adults aged 50 and older: mediating and moderating effects. **Quality Of Life Research**, [S.L.], v. 27, n. 2, p. 479-489, 5 dez. 2017. Springer Science and Business Media LLC. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29210015/. Acesso em: 13 jul. 2020

LOPES, Emmanuel Dias de Sousa; FERREIRA, Áurea Gonçalves; PIRES, Carolina Gonçalves; MORAES, Márcia Cristina Souza de; DELBOUX, Maria José. Elder abuse in Brazil: an integrative review. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [S.L.], v. 21, n. 5, p. 628-638, out. 2018. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1809-98232018000500628&lng=en&tlng=en.. Acesso em: 16 jul. 2020.

Nunes VM de A, Machado FC de A, Morais MM de, Costa L de A, Nascimento ICS do, Nobre TTX, et al. COVID-19 e o cuidado de idosos: recomendações para instituições de longa permanência. Natal: **EDUFRN**; 2020. [Internet]. 2020. [acesso em 17 jul 2020]; Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/jspui/>

OLIVEIRA, Maria Clara Gonçalves Monteiro de et al . Elderly individuals in multigenerational households: Family composition, satisfaction with life and social involvement.**Estud. psicol. (Campinas)**,  Campinas ,  v. 37,  e180081,    2020 .   Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S0103-166X2020000100800&lng=en&nrm=iso>. access on  15  jul. 2020.  Epub Dec 05, 2019.

SELBAC, Mariana Terezinha et al. Mudanças comportamentais e fisiológicas determinadas pelo ciclo biológico feminino – climatério à menopausa. **Aletheia**: Revista Interdisciplinar de Psicologia e Promoção à Saúde, Canoas - Rs, v. 51, n. 1-2, p. 177-190, jan. 2018.

SHIOZAWA, Pedro; UCHIDA, Ricardo Riyoiti. Social media during a pandemic: bridge or burden?. **Sao Paulo Medical Journal**, [S.L.], v. 138, n. 3, p. 267-268, jun. 2020. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1516-31802020000300267&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 18 jul. 2020.

Vieira VAS, Santos MDC, Almeida NA, et al. Risco de lesão por pressão em idosos com comprometimento na realização de atividades diárias. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro.** 2018;8:e2599. [Acesso em: 17 jul. 2020]; Disponível em: <http://seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/2599>

ZANDIFAR, Atefeh; BADRFAM, Rahim. Iranian mental health during the COVID-19 epidemic. **Asian Journal Of Psychiatry**, [S.L.], v. 51, n. 0, p. 101990-101990, jun. 2020. Elsevier BV. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1876201820300988?via%3Dihub. Acesso em: 15 jul. 2020.

ZHOU, Fei; YU, Ting; DU, Ronghui; FAN, Guohui; LIU, Ying; LIU, Zhibo; XIANG, Jie; WANG, Yeming; SONG, Bin; GU, Xiaoying. Clinical course and risk factors for mortality of adult inpatients with COVID-19 in Wuhan, China: a retrospective cohort study. **The Lancet**, [S.L.], v. 395, n. 10229, p. 1054-1062, mar. 2020. Elsevier BV. Disponível em: https://coronavirus.ceara.gov.br/wp-content/uploads/2020/04/Curso-cl%C3%ADnico-e-fatores-de-risco-para-mortalidade-de-pacientes-adultos.pdf. Acesso em: 18 jul. 2020.