**IMPACTOS DA PANDEMIA DO COVID-19 NA VIDA DO IDOSO**

ANTUNES, Tatiana Lopes

*Estudante de Enfermagem (Famesc)*

lopes.tatiana2016@gmail.com

NASCIMENTO, Roberta da Silva

*Especialista em Saúde da Família (UERJ-UNASUS)*

*Especialista em Saúde do Idoso (UERJ-UNASUS)*

*Mestre em cognição e Linguagem (UENF*)

robertasnascimento@gmail.com

SANTOS, Gisele Simas

*Enfermeira (UFF)*

*Especialista em Educação (UFJF)*

*Especialista em UTI (UFJF)*

*Especialista em Enfermagem do Trabalho (UNIREDENTOR)*

*Mestre em Ciências da Saúde (UNIPLI)*

*Doutoranda em Engenharia Biomédica (UNIVERSIDADE BRASIL)*

simasenfermeira@yahoo.com.br

**INTRODUÇÃO**

A velhice é algo irreversível, não há uma maneira de pular essa etapa e retornar a outra etapa da vida, mas há diversos cuidados que se pode ter com o idoso. O cuidado é parte integrante da vida humana e nenhuma vida pode subsistir sem ele (SILVA *et al*. 2008).

Nos dias de hoje ser idoso não significa baixa qualidade de vida, pois idosos que praticam atividade física e tem uma alimentação saudável podem sim ter uma boa qualidade de vida (DA SILVA *et al*. 2020).

Na atualidade, observam-se várias medidas de segurança quando se trata de saúde pública e qualidade de vida. Durante a pandemia por COVID-19 se tem mais responsabilidade quanto a isto, pois seu contágio é feito pelo contato direto com outra pessoa, evitando assim aglomerações, para a prevenção da saúde e vida de todos e principalmente dos mais vulneráveis (*DA SILVA et al*. 2020).

A população como um todo está exposta a essa doença, mas há um grupo específico que se tem um risco maior de agravamento que são os idosos, os pacientes imunocomprometidos e com patologias crônicas (*DA SILVA et al,* 2020).

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo mostrar uma reflexão sobre a saúde do idoso e o impacto que a pandemia tem causado.

**MATERIAL E MÉTODOS**

Para o desenvolvimento dessa pesquisa foi utilizado artigos disponíveis em bases de dados científicas, com busca iniciada em setembro de 2020, utilizando as seguintes palavras-chave: “idoso”, “impactos da pandemia”, “saúde do idoso”. Foram consideradas publicações na língua portuguesa, disponíveis na íntegra para leitura, gratuitamente.

**DESENVOLVIMENTO**

A população idosa enfrenta muitas dificuldades com o termo “aposentadoria”, porque deveria ser um período de sua vida para descansar, porém para muitos é uma fase de parar de ser “útil”, alguns se aposentam e continuam a exercer alguma ocupação, pois o fato de estarem sozinhos por já serem viúvos, com filhos em outra cidade ou algo do tipo, os assustam e essa solidão pode reduzir a qualidade de vida deles (DA SILVA *et al.* 2020).

Com a chegada da pandemia juntamente veio o isolamento, qual é recomendado para os idosos, e nessa situação eles têm tido uma influência grande como o que se passa rotineiramente na televisão e é exibido na internet, e dessas informações descontroladas que recebem, muitos ficam sem saber o que fazer (DA SILVA *et al.* 2020).

Em virtude da pandemia eles sentem muita falta de seus familiares, de suas atividades diárias simples, como ir ao mercado, banco, caminhada em parques ou lagos, atividades nas quais eram rotineiras e os mantém ocupados (DIAS *et al*., 2020).

E nesse contexto, está sujeito o aumento de pessoas mais estressadas, ansiosas, depressivas, entre outros problemas psicológicos, e infelizmente podendo esse mau estado se prolongar até após o fim da pandemia (DIAS *et al.* 2020).

Avalia-se que alguns comportamentos diferentes como: demência, transtornos de humor e comportamento estão relacionados à diminuição da independência, funcionalidade e autonomia dos idoso, pois essas mudanças são influenciadas por vários aspectos, biológicos, psicológicos, culturais, sociais e ambientais, dos quais estão presente em toda a sua vida (VIANA *et al.*, 2020)

Por isso, deve-se ter o cuidado melhor com nossos idosos e pessoas vulneráveis a essa doença, utilizando sempre máscara de proteção para o diálogo e tendo de estar no mesmo ambiente, lavando muito bem as mãos antes e após manusear algo que todos utilizam, como: dinheiro, chaves, maçanetas entre outro, a fim de manter essa proteção o mais eficaz possível (VIANA *et al.* 2020).

Tendo isso em vista, o idoso tem por direito o acompanhante/cuidador e é dever do enfermeiro o envolver nas práticas de cuidados básicos da saúde do paciente idoso (TEIXEIRA, 2009). Colocando o cuidador como um parceiro do paciente em suas atividades diárias, para que ele não se sinta sozinho e tenha ao mesmo tempo quem cuide se algo der errado e dessa forma amenizar os impactos causados por esse isolamento.

Apesar do COVID-19 abranger com mais intensidade aos idosos e pessoas com doenças respiratórias, vivencia-se muitas medidas para a contenção do mesmo. O isolamento não nos agrada, porém se faz necessário para diminuir a disseminação do vírus, deixando assim de acontecer festas, festivais, eventos esportivos, até mesmo as igrejas, para evitar todo e qualquer tipo de aglomerações (VIANA *et al.*, 2020).

**CONSIDERAÇÕES FINAIS**

É de grande importância o acompanhamento de um familiar, principalmente nesse momento de incerteza vivenciado durante a pandemia, pois sabe-se que não é nada fácil ficar em isolamento social. Nesse sentido, é importante sugerir a ocupação do tempo com atividades saudáveis, como leituras, exercícios físicos, aprender algo novo por aulas online, realizar alguma mudança em casa que antes não tinha tempo, entre outras atividades para ocupar o tempo.

Vale destacar que alguns problemas psicológicos e sociais causados pela pandemia são reações normais a uma mudança brusca global e não uma doença. Ressalta-se ainda que o ser humano é forte e age de forma cooperativa e altruísta quando se trata de sua saúde e do seu próximo, porém em toda situação de isolamento estão sujeitos a danos psicológicos

Vendo a atual situação pandêmica em que estamos vivendo, torna-se mais claro a necessidade de mais estudos e ações estratégicas para situações emergenciais como está, para garantir uma proteção melhor para a população.

**REFERÊNCIAS**

DA SILVA, Marcos Vinicius et al. O impacto do isolamento social na qualidade de vida dos idosos durante a pandemia por COVID-19. **Enfermagem Brasil,** v. 19, n. 4, p. 34-41, 2020.

DIAS, Fabio Araujo et al. Saúde Coletiva e a pandemia da COVID-19: desafios para uma saúde global. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e321974188-e321974188, 2020.

OLIVEIRA TEIXEIRA, Maria Luiza; DE ASSUNÇÃO FERREIRA, Márcia. Uma tecnologia de processo aplicada ao acompanhante do idoso hospitalizado para sua inclusão participativa nos cuidados diários. **Texto &amp; Contexto Enfermagem**, v. 18, n. 3, p. 409-417, 2009.

SILVA, R. C. L. da; PORTO, I. S.; FIGUEIREDO, N.M.A. de. Reflexões acerca da assistência de enfermagem e o discurso de humanização em terapia intensiva. Escola Anna Nery. **Revista de enfermagem**. v. 12. n. 1, p.156-159, 2008.

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.