

IMPACTO DO ISOLAMENTO SOCIAL NA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS IDOSAS DURANTE O PERÍODO DE PANDEMIA DA COVID-19: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Pedro Alves Antunes¹

Francisco Ronaldo Caliman Filho²

Pedro Henrique de Almeida Silva³

Wanderson Sales de Sousa⁴

Fernando Pires Viana⁵

Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA¹²³⁴⁵

RESUMO

A revisão abordada trouxe à tona alguns impactos do isolamento social em pessoas idosas em decorrência da pandemia de COVID-19, ocasionado pelo vírus SARS-CoV-2, iniciado na China em 2019, e disseminando meses depois em nível global, levando a Organização Mundial da Saúde (OMS) a declarar estado de pandemia global no começo de 2020. Contudo essa revisão buscou responder como o isolamento social da pandemia de COVID-19 afetou a qualidade de vida de pessoas idosas, justificando-se pela necessidade de aprofundar a compreensão sobre os efeitos do isolamento social nesse período. Tratando de uma pesquisa com abordagem qualitativa, com caráter exploratório e descritivo, destacando a possibilidade a compressão aprofundada de fenômenos sociais e humanos; foi uma pesquisa voltada a leitura de artigos científicos, livros, diretrizes e documentos institucionais. A pesquisa mostrou que foram diversos impactos na qualidade de vida de pessoas idosas, como o isolamento, a ansiedade que levou a sérios quadros de depressão, e fatores ambientais também como a perda da autonomia e independência. Por fim notou-se ainda que a pessoa idosa em sua maioria é “deixada de lado”, ainda mais se tratando de uma crise global, por isso é interessante pensar mais em políticas públicas que possam ajudar essas pessoas idosas em momentos de fragilidade, buscando mais prevenção de qualidade de vida, autonomia e funcionalidade. pesquisa tal que poderá contribuir para o fortalecimento de práticas interdisciplinares no atendimento geriátrico, incentivando abordagens que levem em conta as singularidades dessa faixa etária em contextos de crise.

Palavras-chave: Pessoas Idosas; Qualidade de Vida; COVID-19; Pandemia.

INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019 a eclosão do vírus SARS-CoV-2, que causou o novo coronavírus (COVID-19) na China desencadeou uma rápida disseminação global, levando a Organização Mundial da Saúde (OMS) a declarar estado de pandemia no começo de 2020. A elevada transmissibilidade do vírus, aliada à escassez de informações iniciais, resultou em medidas rigorosas de isolamento social em escala mundial. O isolamento social, teve um prejuízo imenso na Qualidade de Vida (QV) de

¹ Graduando, Universidade Evangélica de Goiás – Campus Ceres, E-mail: pedroalvesantunes05@gmail.com

² Mestre, Universidade Evangélica de Goiás – Campus Ceres, E-mail: francisco.filho@unievangelica.edu.br

³ Mestre, Universidade Evangélica de Goiás – Campus Ceres, E-mail: pedro.silva@docente.unievangelica.edu.br

⁴ Mestre, Universidade Evangélica de Goiás – Campus Ceres, E-mail: wanderson.sousa@docente.unievangelica.edu.br

⁵ Mestre, Universidade Evangélica de Goiás – Campus Ceres, E-mail: fernando.pires@docente.unievangelica.edu.br

todos, em especial as Pessoas Idosas (PI), que por ser grupo de risco de acordo com a OMS, sofreram ainda com a perda do bem-estar físico e mental, comprometendo assim a QV de modo geral (OMS, 2020).

Outros fatores que foram um desafios para essa faixa etária: Recuperação do bem-estar mesmo que de forma parcial; Cuidados primários; Cuidados com a saúde mental (Clementino, 2024).

Afim de buscar melhorias na QV, tanto fatores de saúde mental, prevenção de doenças crônicas e/ou ocupacionais como a Obesidade, Diabetes tipo 2, Sedentarismo e Doenças ligadas no contexto da Covid-19. Seguindo essa via de doenças crônicas e/ou ocupacionais é importante levar em conta fatores como o processo biológico, envelhecimento e perdas orgânicas com o avanço da idade, o que Levam as PI a ocupar um local de “vulnerabilidade” o que de certa forma exigiram mais cuidados desses profissionais (Clementino, 2024).

Assim o objetivo do presente estudo é apontar alguns dos impactos na qualidade de vida de pessoas idosas causados pelo isolamento social durante o período de pandemia da COVID-19.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de caráter exploratório e descritivo, conduzida segundo as diretrizes do PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), reconhecidas internacionalmente em estudos de revisão sistemática (Moher, 2005).

A busca dos artigos foi realizada em bases de dados científicas de ampla credibilidade, como SciELO, CAPES e PEDro, utilizando descritores relacionados à temática, tais como: “isolamento social”, “COVID-19”, “qualidade de vida” e “pessoas idosas”. Foram selecionados estudos publicados entre 2020 e 2025, assegurando a atualidade das informações. Como critérios de inclusão, consideraram-se publicações científicas, livros e documentos institucionais que abordassem de forma específica a temática proposta. Foram excluídos trabalhos repetidos nas bases, estudos sem rigor metodológico ou que tratassem o assunto de forma tangencial.

Os dados coletados foram organizados em categorias temáticas, possibilitando a síntese dos principais impactos do isolamento social sobre a saúde física, mental e social de pessoas idosas. A análise buscou identificar convergências e divergências entre os estudos, bem como destacar as intervenções mais eficazes e lacunas do conhecimento científico atual

RESULTADOS

A revisão sistemática identificou um conjunto consistente de estudos que analisaram o impacto do isolamento social na qualidade de vida de pessoas idosas durante a pandemia da COVID-19. De modo geral, os trabalhos convergem para a constatação de que as medidas restritivas impostas pelo contexto pandêmico influenciaram de forma negativa tanto a saúde física quanto a saúde mental e o bem-estar social dessa população.

No âmbito físico, verificou-se que a suspensão de atividades rotineiras e a redução da prática de exercícios contribuíram para o aumento da fragilidade, piora da funcionalidade muscular e comprometimento do sono e da alimentação. Em relação à saúde mental, os estudos analisados evidenciaram crescimento significativo de sintomas depressivos, ansiosos e de estresse, confirmando dados da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), que apontaram aumento global de 25% nos índices de ansiedade e depressão.

Quanto ao aspecto social, a literatura revisada aponta para a intensificação da solidão, decorrente da interrupção de atividades de convívio e do distanciamento de familiares.

Os resultados desta revisão sistemática demonstram que o isolamento social durante a pandemia da COVID-19 impactou a qualidade de vida de pessoas idosas de forma multifatorial, envolvendo dimensões físicas, psicológicas e sociais.

A prevalência elevada de sintomas ansiosos e depressivos confirma o que já havia sido sinalizado em estudos anteriores (Araújo, 2020; Yu, 2021; Mehra, 2020), revelando que a vulnerabilidade da pessoa idosa não se restringe ao risco biológico de infecção, mas também ao comprometimento da saúde emocional. A ausência de rotinas, o medo da contaminação e a perda de vínculos presenciais intensificaram

sentimentos de solidão, corroborando as reflexões de Dahlberg (2018) sobre a associação entre isolamento social e experiências subjetivas de solidão.

No campo físico, a literatura revisada apontou declínio do engajamento em atividades motoras regulares, fator determinante para a fragilidade em idades avançadas (Pillart, 2019). Entretanto, estudos recentes (Aguiar et al., 2024) demonstraram que pessoas idosas que aderiram a exercícios adaptados no domicílio mantiveram melhor disposição física e emocional, o que indica a relevância de estratégias de promoção da atividade física em contextos de restrição.

Do ponto de vista social, a revisão revelou tanto efeitos negativos quanto possibilidades de adaptação. O uso de tecnologias digitais se destacou como um recurso fundamental para manter laços afetivos e reduzir a solidão (FERNANDES; MAIA, 2022), além de potencializar a estimulação cognitiva por meio de jogos eletrônicos e programas educativos (LINS; CARVALHO, 2021). Esses achados evidenciam uma mudança geracional importante no acesso de pessoas idosas a recursos tecnológicos, sugerindo que a inclusão digital pode ser incorporada de forma mais efetiva em políticas de cuidado e envelhecimento ativo.

CONCLUSÃO

Conclui-se que o isolamento social causado pela pandemia de COVID-19 teve impactos e perdas em várias áreas da qualidade de vida de pessoas idosas, perdas do bem-estar físico e mental podem ser citados, além do aumento nos níveis de doenças crônicas e ocupacionais que poderiam ser evitadas como hipertensão, obesidade, depressão. Mostrou-se também a importância de novas políticas públicas para amparar pessoas idosas nesses momentos de crise, além de avanços na área científica que de certa forma teve que se desdobrar para desenvolver uma vacina.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, A. D. de et al. Qualidade de vida de pessoas idosas em tempos de controle epidemiológico de pandemia da COVID-19: fatores associados. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 27, p. e230287, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562024027.230287> .pt. Acesso em: 23 abr. 2025.

ARAÚJO, E. G. O. de et al. Impactos da pandemia COVID-19 na saúde física dos idosos: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, [s. l.], v. 9, p. e7411931577, 2022. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i9.31577>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/31577> . Acesso em: 28 abr. 2025.

BARBOSA, I. R. et al. Incidência e mortalidade por COVID-19 na população idosa brasileira e sua relação com indicadores contextuais: um estudo ecológico. *Revista Brasileira de Gerontologia*, v. 23, n. 1, p. e200171, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562020023.200171> . Acesso em: 22 abr. 2025.

CLEMENTINO, F. de S. et al. Linha de cuidado à pessoa idosa com Covid-19: cenários e desafios. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 34, p. e34027, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-7331202434027pt> . Acesso em: 20 abr. 2025.

DAHLBERG, L.; ANDERSSON, L.; LENNARTSSON, C. Long-term predictors of loneliness in old age: results of a 20-year national study. *Aging & Mental Health*, v. 22, n. 2, p. 190-196, 2018. Acesso em: 23 abr. 2025.

ESTEVE-CLAVERO, A. et al. Fatores associados à qualidade de vida dos idosos. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 31, n. 5, p. 542-549, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0194201800075> . Acesso em: 23 abr. 2025.

FERNANDES, S.; MAIA, C. R. Tecnologias digitais e envelhecimento ativo: desafios e perspectivas. *Revista Kairós Gerontologia*, São Paulo, v. 25, n. 1, p. 153-169, 2022. DOI: <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2022v25i1p153-169>.

LINS, L.; CARVALHO, J. P. S. O uso de tecnologias digitais e a promoção da saúde mental em idosos durante a pandemia da COVID-19. *Revista Psicologia e Saúde em Debate*, v. 7, n. 2, p. 113-126, 2021. DOI: <https://doi.org/10.22289/2446-922X.V7N2A7> .

MEHRA, A. et al. Uma crise para idosos com transtornos mentais: recaída dos sintomas devido à ansiedade elevada pela COVID-19. *Asian Journal of Psychiatry*, v. 51, p. 102114, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102114> . Acesso em: 18 abr. 2025.

MOHER, D. et al. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the QUOROM statement revisited. *Journal of Clinical Epidemiology*, v. 58, n. 9, p. 873–880, 2005. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2005.01.010> .

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). World report on ageing and health. Geneva: WHO, 2015. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241565042>. Acesso em: 17 abr. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Doença do coronavírus 2019 (COVID-19): relatório de situação - 78. Genebra: Autor, 2020. Disponível em: http://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200407-sitrep-78-covid-19.pdf?sfvrsn=bc43e1b_2 . Acesso em: 14 abr. 2025.

PILLATT, A. P.; NIELSSON, J.; SCHNEIDER, R. H. Efeitos do exercício físico em idosos fragilizados: uma revisão sistemática. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 2, p. 210-217, abr. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1809-2950/18004826022019> . Acesso em: 28 abr. 2025.

YU, J.; MAHENDRAN, R. O confinamento devido à Covid-19 alterou a dinâmica entre sintomas afetivos e isolamento social entre idosos: resultados de uma análise de rede longitudinal. *Scientific Reports*, v. 11, n. 1, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41598-021-94301-6> . Acesso em: 16 abr. 2025.