



A IMPORTÂNCIA DA SOCIALIZAÇÃO PARA A SAÚDE MENTAL DO IDOSO

Guilherme Matheus Batista¹, Taisa Valques Lorencete², Sandra Cristina Catelan-Mainardes³

¹Acadêmico do Curso de Medicina, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR (gui_mb-98@hotmail.com), Maringá-Brasil

²Co-orientadora, Mestre, Departamento de Medicina, UNICESUMAR, Maringá-Brasil

³Orientadora, Mestre, Departamento de Medicina, UNICESUMAR, Maringá-Brasil

Recebido em: 15/11/2022 – Aprovado em: 15/12/2022 – Publicado em: 30/12/2022
DOI: 10.18677/EnciBio_2022D37

RESUMO

Com o envelhecimento da população, diversos idosos têm enfrentado sentimentos como depressão, ansiedade e seus efeitos fisiopatológicos, devido à diminuição da socialização deles. Em 2020, a população enfrentou a ameaça do novo coronavírus, que ceifou a vida de milhares de pessoas, sendo idosos e pessoas com doenças prévias as principais vítimas. Como melhor forma de prevenção, o isolamento social foi adotado no Brasil. O presente estudo objetivou demonstrar que a socialização é um fator protetor para a saúde mental dos idosos. Para isto, aplicou-se um questionário com as mesmas questões para dois públicos de idosos diferentes: em Instituições de Longa Permanência e da comunidade em geral, que através de suas respostas, possibilitaram compreender os diferentes impactos do isolamento social na saúde mental deles. Foram realizadas entrevistas com ambas as categorias, os resultados foram analisados e agrupados. Os resultados abrangeram um maior índice de idosos com sinais de depressão, dentre aqueles que estavam na comunidade em isolamento social, enquanto, entre os idosos em ILPIs (Instituições de Longa Permanência para idosos), os índices foram significativamente menores. Observando os aspectos analisados, conclui-se que a socialização para o idoso é um fator protetor para a saúde mental e que deve ser estimulada para proporcionar uma senescência adequada e saudável.

PALAVRAS-CHAVE: Depressão, isolamento, longo tempo.

THE IMPORTANCE OF SOCIALIATION FOR THE MENTAL HEALTH OF THE ELDERLY

ABSTRACT

With the aging of the population, many elderly people have faced feelings such as depression, anxiety and their pathophysiological effects due to the decrease in their socialization. In 2020, the population faced the threat of the new coronavirus, which claimed the lives of thousands of people, with the elderly and people with previous diseases being the main victims, as the best form of prevention, social isolation was adopted in Brazil. The present study aimed to demonstrate that socialization is a protective factor for the mental health of the elderly, for which a questionnaire was applied

with the same questions that made it possible to understand the different impacts of social isolation on the mental health of the elderly. Interviews were conducted with both categories, the results were analyzed and grouped. The results included a higher rate of elderly people with signs of depression among those who were in the community in social isolation, while the elderly in ILPIs (Long Stay Institutions for the Elderly) the rates were significantly lower. From then on, it was possible to elaborate a discussion based on other studies and to conclude that socialization for the elderly is a protective factor for mental health and that it should be encouraged to provide adequate senescence.

KEYWORDS: Depression, isolation, longevous

INTRODUÇÃO

No mundo, o envelhecimento populacional tem se mostrado acelerado. No Brasil, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) 2021, a população total do País foi estimada em 212,7 milhões em 2021, o que representa um aumento de 7,6% em relação à 2012. O conjunto de pessoas com 60 anos ou mais saltou de 11,3% para 14,7% da população. Em números absolutos, esse grupo passou de 22,3 milhões para 31,2 milhões, crescendo 39,8% no período.

Nos últimos 10 anos, houve um aumento do topo da pirâmide etária no Brasil, destacando-se o crescimento da participação relativa da população com 65 anos ou mais. Miranda *et al.*, (2016) ressaltam que este fato vem acarretando diversos problemas, já que o País, de forma geral, não está preparado para os desafios impostos pelo envelhecimento populacional no setor previdenciário e de saúde.

Freitas *et al.*, (2016) apontam na literatura gerontológica que, com as mudanças advindas da idade, muitos idosos tendem a se isolar, diminuir as relações sociais e os aspectos psicológicos do bem-estar estão intrinsecamente relacionados com doenças e declínio cognitivos. Os eventos do cotidiano influenciam as emoções momentâneas e se estimuladas constantemente podem formar traços com efeito a longo prazo. A saúde emocional do idoso é reflexo da qualidade e intensidade destas experiências. Dessa forma, estudos têm demonstrado que a saúde mental destes, tendem a influenciar diretamente em todo o biopsicossocial.

Problemas de socialização e isolamento social resultam em emoções negativas que acarretam hostilidade, raiva, pensamentos suicidas, além de interferir em respostas fisiológicas e comportamentais ao estresse com potencialização de respostas cardiovasculares e neuroendócrinas a eventos estressantes, aumento da probabilidade de acidentes vasculares cerebrais, super-reatividade e morte súbita (FREITAS *et al.*, 2016). Alguns fatores protetores para a saúde mental dos idosos são: socialização, atributos disposicionais como: autoestima, coesão familiar, ausência de conflitos e disponibilidade de redes de apoio social que possam fornecer o encorajamento para o manejo de adversidades efetivamente (SILVA, 2014). Segundo o estudo de Medeiros (2013), o cuidado com a saúde mental do idoso se baseia em seis categorias fundamentais: atenção (fazer com que o idoso se sinta importante), integralidade (incentivo a continuar exercendo sua cidadania perante a família e a sociedade), oficinas (recursos públicos terapêuticos como academia ao ar livre e cursos gratuitos ofertados pelas unidades municipais), comunicação assertiva (escutar e auxiliar), programas governamentais e de escuta (projetos com Hiperdia, com dinâmicas de integração) e intersectorialidade (assistência social e outros veículos públicos de incentivo à saúde).

Estudos como os realizados por Gilmour (2012) no Canadá, em que alguns idosos foram analisados mostram que os que tinham maior participação social na comunidade

apresentavam fatores positivos associados a uma melhor saúde e negavam fatores como solidão e insatisfação. Em outro estudo similar, Chang *et al.*, (2014) confirmam que atividades de lazer e sociais se relacionam intrinsecamente com a qualidade e boa saúde em idosos, através de um estudo com 2.965 idosos americanos em que foram atestadas evidências positivas em que relacionamentos com familiares e com amigos contribuem para uma melhor saúde física.

A partir de 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde declarou a COVID-19 como pandemia mundial. Empiricamente, os mais afetados foram os idosos, já que, logo foi proposto que tais indivíduos que vivessem em áreas de contaminação fossem isolados. Os idosos, pessoas com 60 anos ou mais, têm sido os mais vulneráveis diante da pandemia, devido às comorbidades inerentes a idade, o que se pode observar a partir dos dados do Ministério da Saúde que demonstram que 70% dos óbitos por COVID-19 são de pessoas idosas (BRASIL, 2020). Por recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS), a melhor forma de combater a transmissão do vírus que se transmite de forma rápida, é o isolamento social, já que, a COVID-19 é transmitida de pessoa para pessoa, por gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro, acompanhado por contato pela boca, nariz ou olhos, ou até mesmo, por meio de objetos e superfícies contaminadas (WHO, 2019).

Entre as diversas formas de evitar o contágio, foram instaurados o distanciamento social e, em alguns casos, o isolamento social, gerando um ambiente favorável para alterações comportamentais como adoecimento psicológico, que podem gerar consequências graves na saúde mental do indivíduo, principalmente do idoso, que se torna mais vulnerável à situação apresentada (LIMA *et al.*, 2020).

Com o passar do tempo, com algumas restrições, a população retomou a vida social de trabalho, conseguindo, de certa forma, socializar-se, enquanto a população idosa segue em isolamento social e, em alguns casos, sofrem até preconceito por serem idosos, tendo um profundo impacto em sua saúde mental (SILVA *et al.*, 2021).

Alguns idosos institucionalizados já advêm de um distanciamento dos convívios sociais. Nesse local, apresenta-se a possibilidade de novos sentimentos, vivências, podendo formar redes de amizade e a possibilidade de realizarem atividades em grupos, destaca Simeão *et al.*, (2018). No contexto da pandemia, as Instituições de Longa Permanência (ILPIs) tomaram medidas para proteger idosos institucionalizados, como: cancelamento das visitas presenciais, medidas de desinfecção e prevenção e utilização de Equipamentos de Proteção Individuais (EPIs), socialização apenas com outros idosos institucionalizados (BRASIL, 2020).

O presente estudo objetivou relacionar a importância da socialização para a saúde mental do idoso. Para isso, relaciona-se o impacto do isolamento social em idosos institucionalizados que podem socializar-se com outros idosos na mesma situação com o dos idosos não institucionalizados que vivem sozinhos ou com companheiro, analisando a incidência de sentimentos como depressão e ansiedade no contexto da pandemia da Covid-19, para que, assim, se possa reforçar a importância da sociedade no dia a dia do idoso.

MATERIAL E MÉTODOS

O estudo foi uma pesquisa qualitativa de caráter descritivo, realizada no período de outubro a novembro de 2021. Os participantes deste trabalho foram idosos institucionalizados em ILPIs e outros, que não pertenciam a estas instituições, mas sim à comunidade, dos idosos em ILPIs. Participaram 50 idosos em ILPIs e 50 idosos da comunidade. A Instituição escolhida foi o lar São Vicente de Paula, localizado na cidade

de Apucarana, no Paraná. Para os idosos não institucionalizados foram enviados formulários com as mesmas questões, mas de maneira on line (envio pelas redes sociais – *Facebook* : <https://forms.gle/5sADnrTJNZ2aYarU8>) e tradicional (formulário impresso e abordagem direta na comunidade). Enquanto para os idosos em ILPS, foram coletados dados na própria instituição com a autorização da coordenadora do local. As participações dos idosos foram voluntárias e ocorreram mediante a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido.

Os participantes responderam um questionário investigativo com 18 perguntas fechadas, a fim de obter informações de como a pandemia os teria afetado com depressões e ansiedades, analisando sua relação no contexto da doença, entre outras questões. Para a conformação do questionário e teórica, foram utilizados artigos provenientes do *Lilacs*, *Pubmed* e *Bireme*.

Foram instituídos critérios de exclusão: idosos com demência, com flutuações cognitivas e do nível consciência e critérios de inclusão: idosos de 60 a 85 anos que não se enquadravam nos critérios de exclusão.

Por fim, o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação dos principais achados se basearam nas respostas do questionário e foram colocados em quadros descritivos, tabulados com auxílio da plataforma do *Google Forms*, por meio de planilhas, que possibilitaram o manejo de dados e integralidade das informações coletadas. A análise dos resultados foi feita por meio da estatística descritiva, na qual foram acrescentadas inferências sobre o conteúdo de acordo com a literatura específica, pertinente e atual sobre o tema. O presente estudo obteve aprovação do comitê de ética em pesquisa sob o CAAE nº 53810721.3.0000.5539.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As questões 1 e 2 investigaram se idosos fora de Instituições de Longa Permanência, antes da pandemia, apresentavam ou consideravam-se com sinais de depressão (desinteresse, falta de motivação, desespero, alterações no sono, apetite e declínio no nível cognitivo). Os gráficos 1 e 2 demonstram o percentual de idosos não institucionalizados que sentiram depressão antes e durante a pandemia.

GRÁFICO 1

**1. Você se sentia deprimido
(a) antes da pandemia ? -
Idosos fora de ILPIs.**

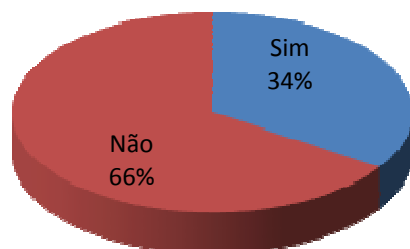
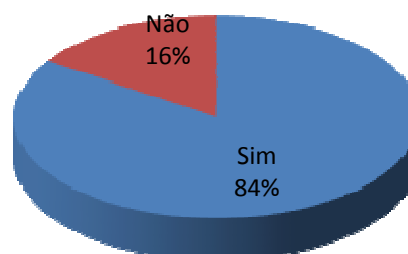


GRÁFICO 2

**2. Você se sentia deprimido
(a) durante a pandemia ? -
Idosos fora de ILPIs.**



Fonte: Dados obtidos pelos autores (2022)

As mesmas questões dos gráficos 1 e 2, foram aplicadas em idosos dentro de Instituições de Longa Permanência. Embora haja uma alta prevalência de depressão em idosos em ILPIs, durante o decorrer da pandemia, não houve um aumento significativo entre os que se sentiam deprimidos, (gráficos 3 e 4).

GRÁFICO 3

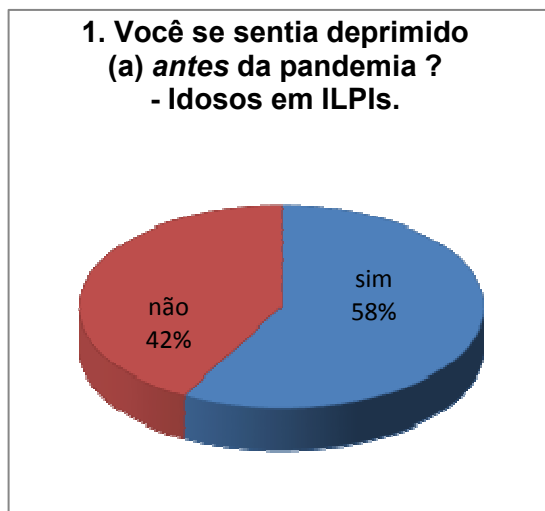
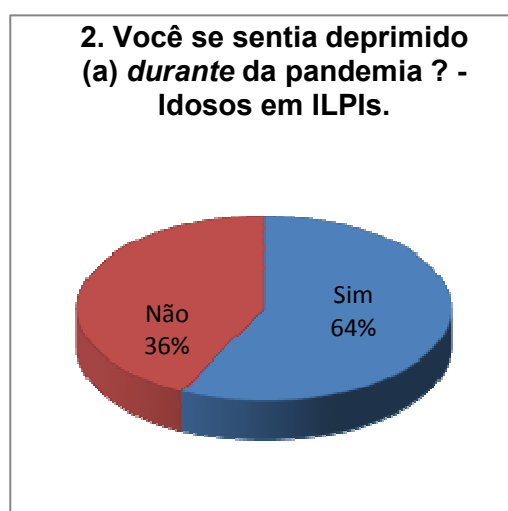


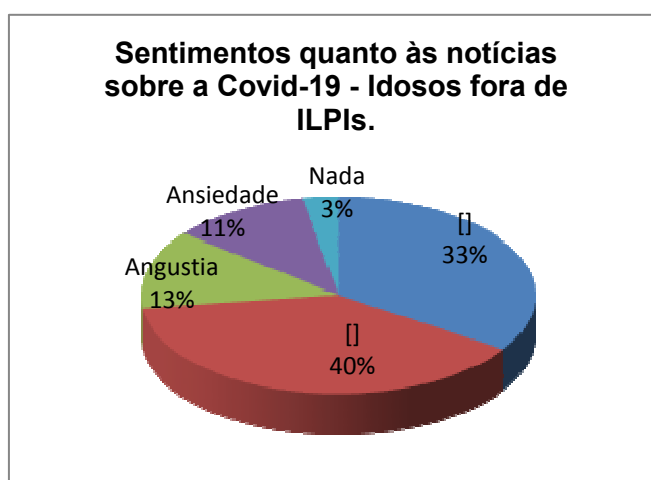
GRÁFICO 4



Fonte: Dados obtidos pelos autores (2022)

Os Gráficos 3 e 4 demonstram que idosos em ILPIs se sentiam deprimidos antes da pandemia (gráfico 3), em comparação com o período da pandemia (gráfico 4). O gráfico 5 demonstra a porcentagem das respostas obtidas a respeito dos sentimentos de idosos fora de ILPIs, em que se questionava sobre os sentimentos ao obter informações da pandemia, por mídias sociais ou outros veículos de comunicação. Cerca de 40%, n = 20 responderam que sentiram depressão, em seguida, tristeza, angústia, ansiedade. Uma parcela muito baixa não sentia nada ao se deparar com notícias sobre a Covid-19.

GRÁFICO 5

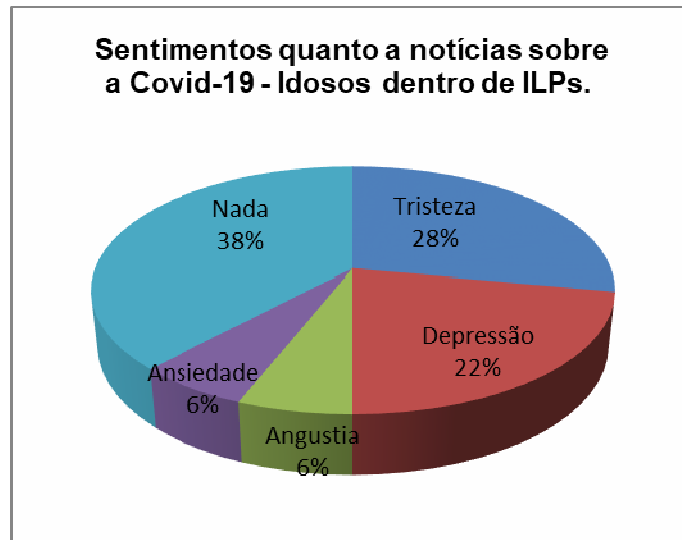


Fonte: Dados obtidos pelos autores (2022)

No gráfico 5 é demonstrado a porcentagem das respostas obtidas a respeito dos sentimentos de idosos fora de ILPIs, em relação as notícias advindas

de diferentes meios midiáticos (redes sociais, rádio e jornais). Enquanto o gráfico 6 demonstra as respostas às perguntas sobre os sentimentos relacionados às notícias sobre a Covid-19, destacando-se que, no pátio da instituição (ILPIs), havia um aparelho de televisão, ligado durante o dia todo em canais de notícias. Cerca de 38% (19) dos institucionalizados responderam não sentir nada a respeito das notícias, em seguida, vieram em sequência: tristeza, depressão, angústia e ansiedade.

GRÁFICO 6



Fonte: Dados obtidos pelos autores (2022)

O gráfico 06 demonstra a porcentagem das respostas obtidas a respeito dos sentimentos de idosos em ILPIs, em relação as notícias advindas de diferentes meios midiáticos (redes sociais, rádio e jornais). Os gráficos 3 e 4 demonstraram um alto índice de idosos em ILPIs deprimidos, logo se analisa que, antes da pandemia, já havia um índice de depressão (58%). Justifica-se tais resultados, por estarem em instituições, devido aos problemas que advém da vida pessoal de cada um dos entrevistados e sentimentos de abandono familiar, mas o foco desses dados obtidos é o aumento inexpressivo da prevalência de depressão durante a pandemia, retificando os dados encontrados na pesquisa realizada por Oliveira *et al.*, (2021), em que demonstram que idosos em ILPIs nos estados de Goiás, Rio Grande do Norte e Rio Grande do Sul já apresentavam altos índices de depressão no período pré-pandêmico devido aos mesmos motivos.

Na população de idosos da comunidade (50 participantes), foram relatados baixos índices de sentimentos de solidão e depressão, antes da pandemia. Com a necessidade de isolamento provocada pela pandemia houve um aumento significativo destes sentimentos. Nóbrega *et al.*, (2015) propuseram que fatores psicológicos e externos podem provocar o agravamento de quadros patológicos preexistentes ou levar à quadros de depressão.

A hipótese levantada nesse artigo, de que idosos institucionalizados não se sentiram mais deprimidos ou tornaram-se depressivos, com a instituição do isolamento social, mesmo com a suspensão das visitas familiares ou de entidades filantrópicas, foram confirmadas, entrando em consonância com o estudo de Fonsêca e Franco (2019), os quais descreveram a prevalência do número de depressão devido à ausência de suporte familiar, limitações e insatisfações. Contudo, ao serem questionados se a pandemia os tornaram mais deprimidos e/ou ansiosos, os idosos

entrevistados, negaram que a pandemia contribuiu para o aumento desses sintomas, como pode ser comprovado pelos gráficos 3 e 4. Os próprios idosos e enfermeiros relataram que houve pouco ou nenhum decaimento psicológico, social ou fisiológico.

Idosos fora de ILPIs, por outro lado, demonstraram um aumento dos índices de solidão e depressão em 80% e 50% respectivamente. Muitos relataram que o isolamento social e notícias providas das mídias aprofundaram sentimentos negativos, gerando sinais e sintomas depressivos como angústia, ansiedade e tristeza. Segundo Romero *et al.*, (2021), tais idosos sentiram de diferentes formas o isolamento, segundo suas condições de saúde e renda para aqueles que necessitam trabalhar, demonstrando que houve uma diferença acentuada de mulheres mais propensas à depressão do que homens, porém um expressivo aumento nas manifestações depressivas nesta população.

Em consonância com Coronago *et al.*, (2020), o isolamento em idosos na comunidade proporcionou o aumento das dificuldades em aspectos relacionados ao psicológico e social como depressão, bem-estar físico e dificuldade no senso de dignidade humano. Coronago (2013), mesmo anos antes da pandemia, afirmava que idosos são estigmatizados e excluídos, devido à conceitos excludentes, referentes a eles, analisando esse problema que advém de anos, juntamente com uma patologia da qual pouco se sabe atualmente e que contribuiu para os dados obtidos nesta pesquisa, em que sentimentos como angústia e solidão se sobressaíram entre outras queixas.

Em idosos fora de ILPIs, 39% referiram-se a depressão e 34% referiram-se a tristeza em saber através da mídia notícias sobre a disseminação, óbitos e opiniões populares nas redes sociais. Alguns relataram tais sintomas, devido à forma como a sociedade enxergava os idosos durante essa pandemia, o que corresponde com o estudo de Schuch *et al.*,(2021), que afirmaram que discursos públicos sobre idosos e a pandemia geraram uma sequência de memes, que zombavam da autonomia dos mesmos, tratando-os até mesmo de maneira infantilizada, gerando política de constrangimento público para essa população.

No lar de idosos, onde foram coletadas as informações, há uma televisão disponível no pátio, logo as informações do gráfico 6 advêm da audiência dos noticiários que são captados. Dos idosos entrevistados, 38% relataram não sentir nada ao acompanhar os noticiários sobre a disseminação do vírus, tendo uma exposição televisiva em média de quatro horas por dia, demonstrando que, embora estivessem cientes das condições globais, houve pouca alteração perceptiva na rotina diária de informações a respeito dos acontecimentos lá fora.

Já os idosos fora de ILPIs sentiram muito mais o impacto das informações transmitidas, que não eram apenas obtidas por aparelhos televisivos, mas também redes sociais, proporcionando uma gama diversa de respostas como: depressão, angústia, ansiedade e tristeza, como demonstrado pelo gráfico 5, que se justifica através do estudo de Kitamura (2022), em que analisa as repercussões dos excessos de informações a respeito da pandemia da Covid-19, concluindo que, dentre os excessos advindos dos meios tradicionais e digitais de informações, os principais efeitos na saúde mental dos idosos foram depressão, estresse e medo.

Demonstrou-se, também, que idosos em isolamento social imposto pela pandemia da Covid-19 consideraram-se muito mais deprimidos e ansiosos com o isolamento, em contrapartida aos idosos em instituições de longa permanência que também ficaram isolados, porém, em um conjunto de 50 idosos, apresentaram uma variação muito baixa na porcentagem dos que se sentiam deprimidos devido à pandemia, e muitos, mesmo cientes dos acontecimentos atuais relataram não se sentirem tristes, ansiosos e

deprimidos e mantiveram a saúde mental inalterada, o que ratifica os estudos de Araújo *et al.*, (2020), em que demonstraram que idosos que praticam atividades em grupos são menos propensos a desenvolver sinais e sintomas depressivos e que para aqueles que são diagnosticados com depressão, potencializa o tratamento e melhora a sintomatologia.

Em congruência com o inserto apresentado, recomenda-se que, em tempos de pandemia, adaptações das interações sociais de idosos fora de instituições, como vídeos-chamadas com familiares e amigos diariamente, e formas de exercícios seguros dentro do próprio lar podem constituir fatores protetores para a saúde mental do idoso, diminuindo sinais e sintomas depressivos e de seus efeitos patológicos. Coronago *et al.*, (2021) afirmam que apoiar e fortalecer grupos que apoiam e valorizam a socialização de idosos, divulgar os direitos da pessoa idosa e possibilitar a participação ativa deles é fator fundamental para a saúde mental dos mesmos.

Estudos como o de Viana e Lira (2020) declaram que, para a promoção e proteção da saúde mental por meio do bem-estar psicológico, podem ser utilizados *exergames*, que são videogames que propõem exercícios e entretenimento, constituindo-se em estratégias de prevenção e tratamento de transtornos de ansiedade para a população idosa, sugere-se também a adaptação do ambiente doméstico para a realização de exercícios durante o isolamento social de forma segura.

Outro estudo, realizado por Bäuerle *et al.*,(2020), a intervenção *CoPE-It*, foi desenvolvida como intervenção de saúde mental auto-guiada para pessoas em sofrimento psíquico devido ao coronavírus e tem como pilar intervenção psicoterapêutica para redução de estresse e da angústia. O *CoPE-it* é disponibilizado de forma gratuita em ambiente virtual, onde o usuário poderá acessar e beneficiar-se conforme a necessidade pessoal. Em suma, existem inúmeras plataformas que possibilitam ao idoso ocupar-se em atividades protetoras para sua saúde mental, ou realizar atividades elaboradas por si mesmo, conforme sua capacidade para proteger-se e tratar-se durante o isolamento social.

Dados do Ministério da Saúde corroboram para tal afirmação, foi desenvolvido, juntamente com o Ministério da Cidadania, um projeto denominado Programa Vida Saudável, que visa a promoção de exercícios físicos para idosos no período de isolamento social. Para isso, é sugerido que o idoso faça uma autoavaliação de sua saúde, esteja sempre bem alimentado para que não ocorra hipoglicemia e conseqüentemente quedas, o local esteja seguro para evitar acidentes, as medicações prescritas pelo médico de uso contínuo estejam sendo administradas corretamente e estar de acordo com os limites pessoais de cada idoso. O Ministério da Cidadania ainda destaca que idosos que praticam exercícios e mantêm contatos por telefone com familiares, tem obtido benefícios na qualidade de vida e fatores de proteção contra depressão, fundamental no período de isolamento social (BRASIL, 2020).

CONCLUSÃO

Pela observação dos aspectos analisados, utilizando o cenário da pandemia da Covid-19 para compreender o impacto do isolamento social e quarentena na população idosa, foi possível inferir a importância da socialização para a saúde mental do idoso. As relações sociais são fatores *sine qua non* para garantir tal saúde. A insatisfação, sentimento de solidão, tristeza e ansiedade, determina maior chance para o adoecimento mental e patologias associadas.

As ações para obtenção de dados relevantes para a pesquisa, como: sentimentos e percepções atuais, durante a pandemia, e passadas, antes da pandemia, foram

realizadas através de questionários com perguntas diretas, logo podem ter sofrido alguma influência por sentimentos presentes aos entrevistados. Os resultados obtidos são que a maioria dos idosos fora de ILPIs, relataram sentir-se mais deprimidos, ansiosos e com decaimento cognitivo, enquanto idosos institucionalizados, por relacionar-se diariamente com outros nas mesmas condições e com profissionais que trabalham diariamente no lar, relataram não sentir o impacto do isolamento proveniente da pandemia.

A compreensão dos resultados demonstra que de forma geral, idosos fora de ILPIs, que se propuseram a exercer atividades inclusivas, de maneira remota e que obtiveram êxito, tiveram efeitos protetores à sua saúde física e mental. Portanto, o estudo apresentou evidências claras de que a melhora nas relações interpessoais em idosos é fator protetor contra depressão, ansiedade e solidão, promovendo qualidade de vida aos mesmos.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, L.M.R, DUARTE A.C.F, OLIVEIRA B de., SILVA N.S, TAVARES N.A.V. Atividades lúdicas no combate à depressão e ansiedade na terceira idade. **In: I Congresso Brasileiro de Medicina e Saúde** - online, 2020. Disponível em: <https://www.doity.com.br/anais/cbmed/trabalho/161848>. Acesso em: 07 fev 2021.

BÄUERLE A, GRAF J., JANSEN C., DÖRRIE N., JUNNE F., *et al.* An e-mental health intervention to support burdened people in times of the COVID-19 pandemic: CoPE It. **Journal of Public Health**. 2020; fdaa058. doi: 10.1093/pubmed/fdaa058. Acesso em: 04 de abr 2021.

BRASIL. Ministério da Cidadania. **Conheça exercícios adequados para idosos fazerem em casa no período de isolamento social**, 2020. Disponível em: https://www.gov.br/cidadania/pt-br/noticias-econteudos/esporte/noticias_esporte/conheca-exercicios-adequados-para-idosos-fazerem-em-casa-no-periodo-de-isolamento-social. Acesso em: 02 de abril de 2022

CHANG P, WRAY, L, LIN, Y. Social relationships, leisure activity, and health in older adults. **Health Psycho**. 2014; 33(6). Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4467537/>. Acesso em: 16 de abr 2022.

CORONAGO, V. M. M. O. **Ciências sociais em perspectiva de diálogo. A polifonia dos significados: Do adoecer por DP às vivências musicais**. Vitória da Conquista: UESB, 2013 Acesso em: 16 de abr 2022.

CORONAGO, V. M. M.; BULHÕES, J.R.S.R.; SILVA L.S.L. Isolamento social e idosos frente ao Covid-19: Afeto e cuidado em tempos de pandemia. **Confluências**, Niterói/Rj, v. 2, n. 22, p. 242-259, 22 jul. 2020. Acesso em: 16 de abr 2022.

FONSÊCA W.; FRANCO C. Depressão em idosos institucionalizados: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, [S.L.], v. 16, n. 3, p. 14-15, 11 dez. 2019. UPF Editora. <http://dx.doi.org/10.5335/rbceh.v16i3.9081>. Acesso em: 16 de abr 2022.

FREITAS E.V.; PY, L.; CANÇADO F. A. X.C.; GORZONI M.L.; DOLL J. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 4ª. Edição. Grupo Editorial Nacional (GEN), 2016.

GILMOUR H. Social participation and the health and well-being of Canadian seniors. **Statistics Canada Health Reports**. 2012; 23(4):3-12. Acesso em: 16 de abr 2022.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Agencia de notícias**. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/34438-populacao-cresce-mas-numero-de-pessoas-com-menos-de-30-anos-cai-5-4-de-2012-a-2021>. Acesso em: 16 de abr 2022

KITAMURA, E.S. Infodemia de covid-19 em idosos com acesso a mídias digitais: fatores associados a alterações psicopatológicas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia** [online]. 2022, vol. 25, no. 6, e220016 <https://doi.org/10.1590/1981-22562022025.220016pt>. Acesso em: 16 de abr 2022.

LIMA, C. K. T.; CARVALHO, P. M. M.; LIMA, I. A. A. S.; NUNES, J. V. A. O.; SARAIVA, J. S.; *et al.*(2020). The emotional impact of Coronavirus 2019- nCoV (new Coronavirus disease). In **Psychiatry Research**, v. 287, Issue 1, pp. 1–2. Elsevier Ireland Ltd. doi: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112915>. Acesso em: 16 de abr 2022.

MEDEIROS, M. U. F. **Cuidar da Saúde Mental dos idosos: desafio para profissionais em formação em saúde Mental**. Campina Grande, jul/2013. Acesso em: 16 de abr 2022.

MIRANDA, G.M.D.; MENDES, A.C.G.; SILVA, A.L.A.; Population aging in Brazil: current and future social challenges and consequences. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [S.L.], v. 19, n. 3, p. 507-519, jun/2016. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1809-98232016019.150140>. Acesso: 16 de abr 2022.

NÓBREGA I.R.A.P.; LEAL, M.C.C.; MARQUES, A.P.O.; VIEIRA, J.C.M. Fatores associados à depressão em idosos institucionalizados: revisão integrativa: **Saúde em Debate**, 2015; 39(3): 536-550. Acesso em: 16 de abr 2022.

OLIVEIRA, A.S.S.; MENDES, A.L.R.; BRITO, S.F.L.; CORREIA, R.F.O.; RAMOS, L.P.A. *Et al.*; Depressão em idosos institucionalizados. Research, Society And Development, [S.L.], v. 10, n. 10, p. 130101018620, 18 ago. 2021. **Research, Society and Development**. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i10.18620>. Acesso em: 18 de abr 2022.

ROMERO, D.E.; MUZY, J.; DAMACENA, G.N.; SOUZA, N.A.; ALMEIDA, W.S.; *Et al.* Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho. **Cadernos de Saúde Pública**, [S.L.], v. 37, n. 3, p. 0-15, 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00216620>. Acesso em: 19 de abr 2022.

SCHUCH, P.; VÍCTORA, C.G.; SIQUEIRA, M.D. Os impactos sociais da Covid-19 no Brasil: populações vulnerabilizadas e respostas à pandemia. [S.L.], p. 149-157, jun. 2021. Série Informação para ação na Covid-19 | **Escola Nacional de Saúde Pública**

(Ensp/Fiocruz). <http://dx.doi.org/10.7476/9786557080320>. Acesso em: 18 de abr 2022.

SILVA E.A.R. **Interação social e Envelhecimento Ativo: um estudo em duas praças de Natal/RN**. 2014. Tese (Psicologia)- Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Acesso em: 18 de abr 2022.

SILVA, M.F.; SILVA, D.S.M.; BACURAU, A.G.M; FRANCISCO, P.M.S.B.; ASSUMPÇÃO, D.; *Et al.* Ageismo contra idosos no contexto da pandemia da covid-19: uma revisão integrativa. **Revista de Saúde Pública**, [S.L.] 5 abr. 2021. Universidade de Sao Paulo, Agencia USP de Gestao da Informacao Academica (AGUIA). <http://dx.doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055003082>. Acesso em: 18 de abr 2022.

SIMEÃO, S.F.A.P.; MARTINS, G.A.L; GATTI, M.A.N.; CONTI, M.H.S.; VITTA, A.; *Et al.* Estudo comparativo da qualidade de vida de idosos asilados e frequentadores do centro dia. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 23, n. 11, p. 3923-3934, nov. 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320182311.21742016>. Acesso em: 18 de abr 2022.

VIANA R.B.; LIRA C.A.B.; Exergames as coping strategies for anxiety disorders during the COVID-19 quarantine period. **Games Health Journal**. 2020;9(3):1-3. doi: 10.1089/g4h.2020.0060 31. Liu K, Chen Y, Wu D, Lin R, Wang Z, Pan L. Effects of progressive muscle relaxation on anxiety and sleep quality in patients with COVID-19. *Complement Ther Med*. 2020;39:101132. doi: 10.1016/j.ctcp.2020.101132. Acesso em: 20 de abr 2022.

WHO- World Health Organization. (2020). **Q&A on coronaviruses (COVID-19)**. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-andanswers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses> . Acesso 15 de abr 2022.