



## DIFICULDADES DA POPULAÇÃO IDOSA PARA MANTER UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL EM MEIO A PANDEMIA DO COVID-19

CAVALCANTI, Paloma Medeiros Gomes <sup>1</sup>; NASCIMENTO, Ana Paula Monteiro do <sup>2</sup>; SILVA, Januária de Medeiros <sup>3</sup>

### RESUMO

**Introdução:** O isolamento social diante da pandemia do covid-19 tem sido uma forma de prevenção e proteção de saúde. No entanto, por mais que o distanciamento seja reconhecido como um ato de amor e carinho por parte da família com os idosos, ele tem gerado impactos negativos na saúde dos idosos. Isso porque o bem-estar psicológico e o contentamento na velhice estão relacionados com o envolvimento social, a saúde, a longevidade, o bem-estar físico e o equilíbrio entre as aspirações e as realizações para a vida, ajudando a preservar as capacidades cognitivas e aumentando as chances de um envelhecimento saudável. Esse trabalho tem como objetivo discutir sobre as dificuldades da população idosa para manter a interação social e um envelhecimento saudável em meio a pandemia do covid-19. **Metodologia:** Esse estudo trata-se de uma revisão bibliográfica feita através de pesquisa em artigos publicados no PUBMED, LILACS e Google Acadêmico. **Resultados e discussões:** O isolamento social coloca os idosos em risco maior para o desenvolvimento de agravos de saúde como a depressão e ansiedade. O uso de tecnologias constitui uma forma de reconectar essa população com a sociedade. O apoio familiar com relação ao uso dessas tecnologias é de fundamental importância visto que a população idosa, em especial a brasileira, tem historicamente menor acesso a esses recursos e, portanto, maior dificuldade em utilizá-los. **Conclusões:** O isolamento social é de suma importância para minimizar o contágio do covid-19 na população geral, e principalmente na população idosa, porém também se faz necessário prezar por promover um envelhecimento saudável nessa população, sendo um dos fatores contribuintes para isso o envolvimento e a interação social. Dessa forma, mesmo com as dificuldades encontradas na utilização dos recursos tecnológicos, o uso dessas tecnologias deve ser incentivado, visando diminuir o sentimento de solidão e aumentando o envolvimento social ainda que se faça isso apenas aumentando a frequência de ligações telefônicas feitas durante todo o isolamento imposto.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Hammerschmidt KS de A, Santana RF. Saúde do idoso em tempos de pandemia Covid-19. **Cogitare enferm.** [Internet]. 2020 [acesso em 18 de jul de 2020]; 25. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.72849>
- LEÃO, Luiza Rosa Bezerra; FERREIRA, Vitor Hugo Sales; FAUSTINO, Andrea Mathes. O idoso e a pandemia do Covid-19: uma análise de artigos publicados em jornais. **Brazilian journal Of Development**, Curitiba, v. 6, n. 7, p. 45123-45142, jul. 2020.
- NUNES, Vilani Medeiros de Araújo Nunes et al. COVID-19 e o cuidado de idosos: recomendações para instituições de longa permanência. Natal: EDUFRN, 2020.

**PALAVRAS-CHAVE:** Pandemias; Isolamento Social; Idoso.