

Enferm Bras. 2023;22(5):624-39

doi: [10.33233/eb.v22i5.5504](https://doi.org/10.33233/eb.v22i5.5504)

ARTIGO ORIGINAL

Pandemia de COVID-19: os impactos na vida de idosos de uma cidade pequena

Káryta Jordany Ferreira Rezio¹, Linda Alexia Cardoso de Araújo¹, Beatriz Lessa e Silva¹,
Silvia Queiroz de Souza Matos², Ana Carolina Scarpel Monacio¹, Luípa Michele Silva¹

¹Universidade Federal de Catalão (UFCAT), GO, Brasil

²Secretaria Municipal de Saúde de Catalão, GO, Brasil

Recebido em: 12 de julho de 2023; Aceito em: 12 de outubro de 2023.

Correspondência: Luípa Michele Silva, lupams@ufcat.edu.br

Como citar

Rezio KJF, Araújo LAC, Lessa e Silva B, Matos SQS, Monacio ACS, Silva LM. Pandemia de COVID-19: os impactos na vida de idosos de uma cidade pequena Enferm Bras. 2023;22(5):624-39. doi: [10.33233/eb.v22i5.5504](https://doi.org/10.33233/eb.v22i5.5504)

Resumo

Objetivo: Compreender as percepções sobre os principais impactos causados na vida dos idosos que vivem na comunidade durante a pandemia de COVID-19. **Métodos:** Trata-se de uma pesquisa descritivo-exploratória de natureza qualitativa, desenvolvida em município de pequeno porte no interior de Goiás, com 30 idosos da comunidade. A coleta de dados ocorreu entre os meses de outubro de 2022 a fevereiro de 2023. Para a análise e categorização dos conteúdos das entrevistas, utilizaram-se a Análise de Conteúdo fundamentada em Bardin para a avaliação das entrevistas e um software de dados qualitativos gratuito. **Resultados:** A partir das falas dos idosos, emergiram cinco classes que foram nomeadas de acordo com seu conteúdo predominante em: Impacto emocional e social da pandemia de COVID-19, A solidão e a saudade causadas pela pandemia; Impactos na rotina e no envelhecer, Os desafios gerados pela COVID-19, e Mudança nos meios de comunicação no contexto de pandemia. **Conclusão:** A síntese das entrevistas demonstrou que na pandemia os idosos se sentiram sozinhos e que as suas rotinas foram modificadas, alterando principalmente a sua percepção sobre si, as relações interpessoais e a necessidade de adaptar-se a um mundo tecnológico.

Palavras-chave: idosos; COVID-19; pesquisa qualitativa.

Abstract

COVID-19 pandemic: impacts on the life of elderly people in a small town

Objective: Comprehend the perceptions about the main impacts caused in the lives of elderly people living in the community during the COVID-19 pandemic. *Methods:* This is a descriptive-exploratory research of a qualitative nature, developed in a small town in the interior of Goiás, with 30 elderly people from the community. Data collection took place between October 2022 and February 2023. For the analysis and categorization of the contents of the interviews, Content Analysis based on Bardin was used to evaluate the interviews and free qualitative data software. *Results:* From the statements of the elderly, five classes emerged, which were named according to their predominant content: Emotional and social impact of the COVID-19 pandemic, Loneliness and longing caused by the pandemic, Impacts on routine and aging, The Challenges generated by COVID-19 and Change in the media in the context of a pandemic. *Conclusion:* The synthesis of the interviews showed that in the pandemic, the elderly felt alone and that their routines were modified, mainly changing their perception of themselves, interpersonal relationships and the need to adapt to a technological world.

Keywords: aged; COVID-19; qualitative research.

Resumen

Pandemia de COVID-19: impactos en la vida de las personas mayores en una ciudad pequeña

Objetivo: Comprender las percepciones sobre los principales impactos causados en la vida de las personas mayores que viven en la comunidad durante la pandemia de COVID-19. *Métodos:* Se trata de una investigación descriptiva-exploratoria de carácter cualitativo, desarrollada en una pequeña ciudad del interior de Goiás, con 30 ancianos de la comunidad. La recolección de datos se llevó a cabo entre octubre de 2022 y febrero de 2023. Para el análisis y categorización de los contenidos de las entrevistas se utilizó el Análisis de Contenido basado en Bardin para evaluar las entrevistas y software libre de datos cualitativos. *Resultados:* De los discursos de las personas mayores surgieron cinco clases que fueron nombradas de acuerdo a su contenido predominante: Impacto emocional y social de la pandemia del COVID-19, Soledad y añoranza provocada por la pandemia, Impactos en la rutina y el envejecimiento, Los Desafíos generados por COVID-19 y Cambio en los medios en el contexto de una pandemia. *Conclusión:* La síntesis de las entrevistas mostró que, en la pandemia, las personas mayores se sintieron solas y que sus rutinas se modificaron, cambiando principalmente la

percepción de sí mismos, las relaciones interpersonales y la necesidad de adaptarse a un mundo tecnológico.

Palabras-clave: anciano; COVID-19; investigación cualitativa.

Introdução

O envelhecimento populacional é um processo multidimensional que está relacionado ao declínio natural das funções fisiológicas sendo caracterizado como um fenômeno mundial iniciado nos países de alta renda e que vem crescendo nos países de média e baixa renda, dentre eles o Brasil. Embora desejável e que representa uma conquista da humanidade, esse crescimento traz implicações sociais, econômicas, políticas e de saúde [1].

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, no ano de 2018, a porcentagem da população brasileira com 65 anos ou mais foi de 9,2% (19,2 milhões). Estima-se que até 2060 o percentual dessa população chegará a 25,5% (58,2 milhões), um aumento considerável [2].

A transição demográfica atual é marcada pelo aumento da expectativa de vida e pela diminuição da taxa de fecundidade, resultando em mudanças nos padrões de comportamento e arranjos familiares [2]. A proporção de famílias compostas por uma pessoa no Brasil aumentou, evidenciando um grande número de idosos com pouco ou nenhum parente próximo. Embora a tendência seja viver de forma independente e ficar sozinho, a solidão vivenciada pelos idosos não é uma consequência natural do envelhecimento e afeta negativamente sua qualidade de vida [3].

A solidão é um sentimento complexo, que surge da percepção desagradável associada à falta de apoio ou rede social, estando diretamente ligada a doenças psiquiátricas, como depressão e ansiedade. Também existe a associação entre a solidão e estilos de vida pouco saudáveis, como fumo, consumo de álcool, estilo de vida sedentário e dieta não saudável, bem como hipertensão, síndrome metabólica e doenças cardiovasculares [4].

No contexto da pandemia de COVID-19, em que a propagação do vírus se dava pelas gotículas presentes no ar, medidas como o isolamento se tornaram essenciais para evitar a disseminação. Esse distanciamento causou muitos impactos psicológicos na população em geral e a solidão passou a ser mais presente especialmente entre os mais velhos. Com o avançar da idade é comum a diminuição das redes de apoio social, perda de autonomia, redução do convívio social, perda de capacidades físicas e psicológicas, a solidão torna-se habitual [5].

Neste contexto, ao estudarmos o sentimento de solidão na perspectiva dos idosos, podemos entender como eles lidam com essa situação. Compreender os fatores que podem intensificar esse processo, como a falta de apoio social, dificuldades em lidar com tecnologias digitais, a ausência de uma rotina ocupada e a falta de momentos de recreação. E também investigar os fatores que podem reduzir a solidão, como relações afetivas, envolvimento em práticas culturais, acesso à tecnologia e à internet.

O estudo partiu de duas questões norteadoras: Qual a percepção dos idosos sobre os impactos causados na vida dos idosos que vivem na comunidade durante a pandemia de COVID-19? Para responder a essa questão o seguinte objetivo foi formulado: apreender as percepções sobre os principais impactos causados na vida dos idosos que vivem na comunidade durante a pandemia de COVID-19.

Métodos

Trata-se de uma pesquisa exploratória e descritiva, de caráter qualitativo, realizada no município de Catalão/GO. Este município está localizado no interior de Goiás e possui cerca de 108 mil habitantes, dos quais 10% estão na faixa etária de 60 anos ou mais [2]. O manuscrito foi conduzido de acordo com o Consolidated criteria for reporting qualitative research [6].

No estudo foi utilizada a técnica bola de neve, que consiste em uma amostra não probabilística utilizada em pesquisas sociais, os primeiros participantes de um estudo indicam novos participantes que, por sua vez, indicam novos participantes, e assim sucessivamente. Com a técnica se chegou a 30 idosos, não sendo entrevistados mais idosos devido ao “ponto de saturação”, que foi alcançado quando os novos respondentes começam a repetir o conteúdo já obtido em entrevistas anteriores sem acrescentar novas informações relevantes para a pesquisa [7].

Os critérios de inclusão utilizados para recrutar os primeiros idosos foram: ser de ambos os sexos, que moravam só ou na companhia do cônjuge ou de apenas um familiar, residirem em Catalão e que possuíam condições de responder ao questionário. E de exclusão: idosos que moravam com muitas pessoas, que não residiam em Catalão e que dependiam de outrem para se comunicar.

Para a coleta de dados foi utilizado um instrumento contendo o perfil sociodemográfico com informações tais como sexo (masculino e feminino), idade (anos completos), estado conjugal (solteiro, casado, viúvo e divorciado), escolaridade (anos de estudo), número de filhos, número de pessoas que moram com o idoso e renda mensal do idoso e família, e como cuida da saúde (plano de saúde, privado, Sistema Único de Saúde, benzedeira, balconista de farmácia, outro).

E o roteiro de entrevista contendo as questões norteadoras: O/A senhor (a) pode me dizer como tem sido sua rotina durante a pandemia? Quais as atividades que o senhor sentiu dificuldade de realizar durante a pandemia? Sente falta de ter alguém para contribuir na realização dessas atividades? Houve alguma tarefa (como por exemplo, as domésticas) que o/a senhor(a) fazia antes que foi prejudicada pela pandemia de COVID-19? Seus familiares e amigos têm visitado o(a) senhor(a) com a mesma frequência de antes da pandemia? Como tem sido esse vínculo/relação? O/A senhor (a) se sente sozinho? Quais outros sentimentos tem conseguido perceber durante a pandemia? Fale-me um pouco como você se sente. Quais os impactos desses sentimentos na qualidade de vida do(a) senhor(a)? Quando o/a senhor(a) se sente sozinho(a), o que costuma fazer para tentar amenizar isso? Tem facilidade com a internet? Faz uso de redes sociais como uma ferramenta? Quais os meios de comunicação o/a senhor(a) utiliza durante a pandemia de COVID-19? Quais deles têm utilizado com mais frequência para se comunicar com amigos e familiares?

A coleta teve início a partir do mês de agosto de 2022 e foi até fevereiro de 2023. Para início do projeto foram procurados dentro da população geral idosos com condições de responder ao questionário. Os candidatos iniciais ajudaram as pesquisadoras a identificar o grupo de idosos a serem pesquisado. Foi solicitado que os primeiros candidatos indicassem novos contatos com as características pretendidas, da sua própria rede social e assim sucessivamente. Dessa forma, o quadro de amostragem cresceu em cada entrevista, até que ficou saturado, e os nomes encontrados não traziam novas informações para o quadro analítico.

Para a análise das informações, foi utilizado o programa Microsoft Excel® para a tabulação das informações e uma dupla digitação e a seguir foi realizada uma análise de consistência para a comparação das digitações, observado se havia algum erro, verificando as informações no instrumento para fazer a respectiva correção. Posteriormente os dados foram transportados no programa estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) v. 22.0 e se utilizou a estatística descritiva.

As entrevistas foram realizadas pelas estudantes da graduação previamente treinadas, foram gravadas e transcritas com o intuito de analisar as respostas dadas pelos participantes. Para a análise das informações demográficas utilizou-se uma planilha do programa Microsoft Excel e uso da estatística descritiva.

Para a análise das entrevistas, optou-se pela técnica de análise de conteúdo temática proposta por Bardin [8] que integrou as etapas de organização de análise, codificação, categorização, tratamento e interpretação dos resultados, e seleção das unidades de análise. Para a seleção das unidades de análise e criação das classes, utilizou-se o software Interface de R pour les Analyses multidimensionnelles de textes

et de questionnaires (IRAMUTEQ), que faz análise sobre os dados textuais, para esta etapa o método escolhido foi o método Reinert que gera a Classificação Hierárquica Descendente (CHD) que consiste em analisar a distribuição de vocábulos no corpus textual das entrevistas formando as classes e os seus respectivos elementos constitutivos [9].

Para manter a confidencialidade sobre a identidade dos idosos, utilizou-se o termo abreviado sujeito "suj.", seguido por número ordinal sequencial na ordem de realização das entrevistas (Suj. 01, Suj. 02, até o Suj. 30).

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética Universidade Federal de Catalão, sendo aprovado sob o número do parecer 5.477.498 e o CAAE: 56825222.3.0000.0164. A pesquisa respeitou todos os preceitos éticos. Antes de iniciar cada entrevista, foi disponibilizado o termo de consentimento livre e esclarecido.

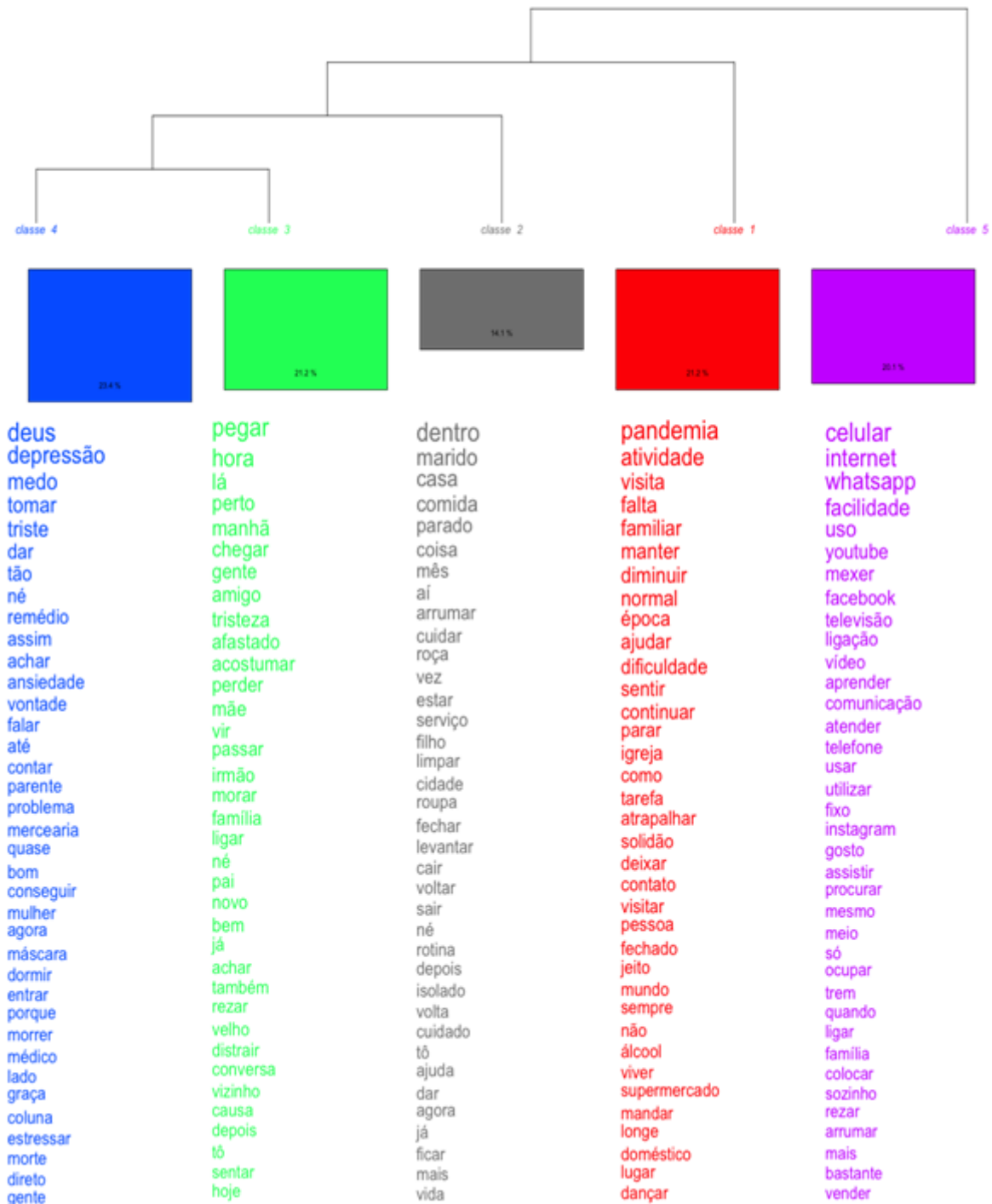
Resultados

A partir dos dados, os resultados são apresentados a partir de uma caracterização descritiva simples dos idosos entrevistados e da análise das entrevistas que foram submetidas ao software e auxiliaram na análise em profundidade das classes temáticas.

Participaram do estudo 30 idosos, 70% eram do sexo feminino e 30% do sexo masculino, a idade variou entre 60 e 90 anos, com uma média de 72,3 anos (dp - 7,5). Com relação à situação conjugal, 43,3% referiram ser casados, seguidos dos divorciados/separados 33,3%. Quando questionados com quem moravam, 50% referiram morar apenas com o cônjuge. A respeito da renda o valor informado variou entre R \$1.200,00 e R \$3.600,00, sendo a média R \$1.646,73 (dp - 776, 22). Quanto à religião, 66,7% preferiram ser da religião católica. No que tange ao número de filhos, os valores variaram de zero a cinco, com uma média de 2,5 filhos (dp - 1,22). Com relação a anos estudados, o mínimo foi de zero e o máximo de 17 anos, com uma média de 6,17 anos (dp - 4,00). E a 70% referiram usar o Sistema Único de Saúde como serviço para os cuidados com a sua saúde.

A seguir, estão o dendrograma (figura 1) que foi gerado pelo software de análise de dados textuais, e a partir da criação das cinco classes e dos conteúdos predominantes que são exemplificados em cada classe, nomeou-se da seguinte forma: Impacto emocional e social da pandemia de COVID-19, A solidão e a saudade causadas pela pandemia, Impactos na rotina e no envelhecer, Os desafios gerados pela COVID-19 e Mudança nos meios de comunicação no contexto de pandemia. Os trechos que

exemplificam cada classe foram extraídos do corpus criado pelo software e analisados com auxílio da literatura pertinente.



Fonte: Autoria própria, 2023.

Figura 1 – Dendrograma gerado pelo IRAMUTEQ a partir das falas dos idosos

A primeira classe, denominada: “Impacto emocional e social da pandemia de COVID-19”. Vários idosos mencionam sentir medo, ansiedade, tristeza, depressão e

solidão, além de terem que lidar com mudanças na rotina e na forma como se relacionam com outras pessoas.

Apesar de cada frase ter um contexto e um estilo de linguagem diferentes, todas refletem a complexidade e os desafios que a pandemia trouxe para a vida das pessoas, incluindo os idosos. Alguns citam dificuldade de conseguir produtos ou alimentos específicos, enquanto outros mencionam a falta de contato com amigos e familiares, e o medo de sair de casa.

“Acho que senti medo, ansiedade né! Por ter que ficar o tempo todo em casa, vendo essas notícias das mortes, aí foi muito ruim, principalmente o medo.” (Suj. 01)

“As pessoas traziam as coisas pra gente e nunca trazia do jeito que a gente queria, traz no exagero, traz coisa que a gente não gosta. Não dá! Foi muito triste.” (Suj. 02)

“Eu tenho depressão né! Aí a pandemia piorou um pouco, mas eu consigo controlar com remédio, eu tomo dois tipos de remédios controlado para dormir. Foi muito ruim, a gente ficou com medo, aí vem a ansiedade.” (Suj. 07)

Na segunda classe, as frases apresentadas compartilham um tema central, “A solidão e a saudade causadas pela pandemia”. Todas referem-se a situações de isolamento, seja por causa da pandemia, seja por perda de entes queridos. Alguns dos entrevistados mencionaram que perderam irmãos, pais, companheiro(a), o que os faz sentir uma grande falta dessas pessoas, outros mencionam que vivem sozinhos e sentem a casa vazia. Para lidar com a solidão, muitos buscam a companhia de amigos, familiares e vizinhos, ainda que seja de maneira virtual. Além disso, vários entrevistados relatam a importância da espiritualidade em suas vidas, seja por meio da reza do terço, da assistência a missas ou do cultivo de uma espiritualidade pessoal.

“Tem tristeza também, porque perdi um irmão e um amigo da gente aqui. Sair de casa mesmo com menos preocupação só depois de muito tempo da vacinação. Dou uma volta aqui pelo quarteirão, ligo a tv ou o rádio pra assistir minhas missas.” (Suj. 01)

“Além da gente ficar isolado né! A família não pode ir na casa da gente, a gente não pode ir na casa da família, não podia pegar na mão, não podia chegar perto, coisa mais ruim.” (Suj. 02)

“Uma tristeza também, porque a gente já não tem mãe, não tem pai, meu irmão vai fazer 6 meses que faleceu, sinto falta dele demais! Vinha cá toda hora.” (Suj. 05)

Na terceira classe, “Impactos na rotina e no envelhecer”, as falas estão relacionadas à experiência de envelhecer e aos diferentes desafios e alegrias que vêm com essa fase. Discorrem sobre a rotina da pessoa idosa durante a pandemia, sobre problemas de saúde que dificultam o dia-a-dia e sobre a rede de apoio de familiares e

amigos. Em geral, as frases tratam da vida cotidiana e das dificuldades que a pessoa idosa enfrenta diariamente.

Os idosos entrevistados compartilharam suas atividades diárias, como rezar em grupo, cuidar das aves, costurar e cozinhar, afazeres realizados para ocupar seu tempo e lidar com seus sentimentos de solidão.

“A rotina foi ficar aqui em casa mesmo, não saía. Eles falavam: “fulano vai viajar” aí pega o trem né, eu sempre falava “não vamos ficar quieto pra ver se acaba isso”. (Suj. 02)

“Faço quase nada, porque eu tenho dez parafusos na coluna, então é difícil demais quase tudo que eu vou fazer, até descer essas escadas, aí dependendo da pancada ainda dói”. (Suj. 03)

“Ficar quieta em casa, arrumando as coisas, rezo também, faço umas costuras pra fora, faço uns tapetes para ocupar o tempo. Ficar parado é ruim demais!” (Suj. 06)

“Só tenho a minha filha pra me ajudar, é ela que leva meu marido ao médico, leva e traz do hospital. Ele ficou 6 dias na uti e ela fica pra lá e pra cá!” (Suj. 13)

Na quarta classe, denominada “Os desafios gerados pela COVID-19”, as frases discutem diferentes aspectos de como a pandemia da COVID-19 afetou a vida diária das pessoas entrevistadas. Muitos dos entrevistados discutem como adaptar suas rotinas para se acomodar a pandemia, com alguns continuando suas atividades diárias sem muita dificuldade e outros lutando para encontrar novas formas de passar o tempo. Alguns idosos sentiram falta de ir a serviços religiosos, de passar tempo com amigos e familiares, do contato físico, como abraços e apertos de mão, enquanto outros acharam fácil manter suas conexões sociais por meio de ligações telefônicas ou outros meios.

Enquanto algumas pessoas se sentiam solitárias durante a pandemia, outras não experimentaram muita mudança em suas vidas sociais. Algumas pessoas estavam preocupadas com o risco de infecção e tomaram precauções extras para manter a si mesmas e seus entes queridos seguros. No geral, as falas fornecem uma visão das muitas maneiras diferentes pelas quais os idosos foram afetados pela pandemia.

“Só fiquei quieto em casa com minha mulher. O que mais senti dificuldade durante a pandemia foi usar a máscara, fica me sufocando, agora de atividade eu continuei fazendo as mesmas coisas de sempre” (Suj. 21)

“Eu senti falta de várias coisas durante a pandemia! Por exemplo, da religião, na maioria das vezes eu não conseguia ir na igreja, ir na casa dos vizinhos, ir visitar um amigo doente, então tudo isso foi muito difícil!” (Suj. 22)

Na quinta classe, “Mudança nos meios de comunicação no contexto de pandemia”, as falas têm em comum o fato de que todas mencionam os meios de

comunicação que os idosos usam em seu cotidiano, especialmente em relação aos celulares e à internet. Embora as habilidades e preferências variem, muitas pessoas usam esses dispositivos principalmente para comunicação, seja por meio de ligações, mensagens ou redes sociais como o WhatsApp e o Facebook. Além disso, muitas delas mencionam o uso do YouTube, principalmente para assistir a vídeos religiosos ou de entretenimento.

Uma importante diferença é a forma como as pessoas se referem à internet. Algumas afirmam não gostar ou não ter facilidade com a internet, enquanto outras não têm problemas em usá-la. Algumas pessoas mencionam o uso da internet como uma forma de se distrair ou se sentir menos sozinhas, enquanto outras preferem se ocupar com outras atividades.

“Eu mexo com internet, youtube, mando áudio pelo whatsapp”. (Suj. 22)

“Mexo mais no celular mesmo. Tenho facilidade sim, mexo no face, youtube, whatsapp”. (Suj.08)

“Eu uso o whatsapp, tenho instagram, mas não sei mexer muito com esse trem não, uso mais whatsapp no telefone celular mesmo”. (Suj.09)

A partir das classes temáticas e dos conteúdos das enunciações dos idosos participantes, evidencia-se a dificuldade imposta pela pandemia, principalmente quando se trata de estar distante de quem se ama e ter que se adaptar ao mundo tecnológico que para eles ainda não era tão acessível. Dessa forma, as rotinas diárias, a mudança de hábitos impostas pela pandemia e a perda de entes queridos refletem o quanto para os idosos foi difícil se o período pandêmico e o quanto ele impacta a percepção que esses idosos tinham de si e do próprio envelhecimento.

Discussão

Com a pandemia de COVID-19 e por consequência do isolamento social como forma de controlar o contágio da doença percebeu-se um grande impacto emocional e social na vida dos idosos entrevistados. Santos, Brandão e Araújo [10] trazem que o isolamento social causa diversas emoções negativas e na velhice essas experiências podem ser mais exacerbadas devido a serem um grupo de maior vulnerabilidade, por terem medo de ficar sem os entes queridos e de envelhecer.

O isolamento social contribuiu negativamente para a saúde mental e, no estilo de vida dos brasileiros, os sentimentos mais vivenciados foram: a solidão, a ansiedade e a tristeza [11]. Sentimentos esses que foram vivenciados por vários sujeitos entrevistados, por exemplo no Suj.01 que relatou sentir medo e ansiedade devido a ter

que ficar o tempo todo em casa assistindo noticiários de mortes decorrentes da COVID-19.

Além do aumento dos sentimentos negativos durante o período, as pessoas também tiveram que lidar com mudanças na rotina e a forma de como se relacionar com as outras pessoas. Houve uma redução na prática de atividade física, as restrições sociais impostas pela pandemia resultaram em mais tempo frente às telas, menos consumo de alimentos saudáveis e aumento no consumo de tabaco e álcool, fatores esses que colocam a saúde em risco [12].

A primeira reflexão que os achados deste estudo denotam é que o envelhecimento gera uma modificação no papel social e rotinas dos idosos, e há fatores que podem interferir na promoção de saúde e nos comportamentos protetivos. Um estudo realizado em Goiás [13], mas com idosos da capital, destaca que os idosos com mais anos de estudo adotam hábitos de vida mais saudáveis e protetores em relação à saúde, e são os mais participativos em ações de educação e promoção da saúde. Já idosos com baixa escolaridade são sedentários e fazem uma baixa ingestão de alimentos saudáveis e pouca prática de atividade física. E nas falas ficaram visíveis que as características sociodemográficas influenciam na percepção que os idosos têm de si e dos impactos que a pandemia causou na sua rotina.

Na classe dois, ficou visível que os idosos relataram sentir-se só devido ao distanciamento. Estudos apontaram que houve um aumento significativo de solidão em idosos durante a pandemia de COVID-19. Em uma pesquisa realizada em São Francisco [14], da qual participaram 151 idosos, os resultados indicaram que 54% apresentaram piora na solidão durante a pandemia de COVID-19. Diferente do que foi encontrado por esta pesquisa, um estudo aponta que os idosos que possuem rede de apoio apresentam proteção contra sintomas depressivos, de ansiedade e de solidão. Indicando que a presença de pessoas próximas diminui o risco de se sentir só [15].

Outro estudo realizado por Romero *et al.* [16] revelou que metade dos idosos relatou frequentemente sentir solidão e esse sentimento foi mais comum entre as mulheres idosas em comparação aos homens. Achados parecidos foram encontrados neste estudo, porém o número de idosas entrevistadas foi notoriamente maior que o de idosos, não chegando a uma conclusão sólida.

O aumento da solidão também foi piorado pela experiência coletiva de luto devido à alta taxa de mortalidade entre pessoas da mesma faixa etária, além de sentir-se abandonado pelos governantes, expresso através de comentários que destacam a vulnerabilidade dos idosos afetados pela pandemia. Além disso, a ausência de políticas públicas de proteção também contribuiu para essa situação [17]. Fato evidenciado na fala

do sujeito cinco: “Uma tristeza também, porque a gente já não tem mãe, não tem pai, meu irmão vai fazer seis meses que faleceu, sinto falta dele demais! Vinha cá toda hora.”

Estes idosos dentro de sua rotina diária, buscaram diversas formas de combater esses sentimentos negativos ligados à solidão. Para Ribeiro *et al.* [18], a escolha de uma atividade de lazer é individual e proporciona prazer pessoal, melhoria da saúde e da qualidade de vida.

Na pandemia de COVID-19, os idosos relataram a realização de atividades para ocupar o tempo sendo citada culinária como a principal (40%), seguida por cuidados com jardins (16%), cultivo de hortas e artesanatos em casa (9%), além de outros hobbies [18]. De maneira semelhante, a grande maioria dos entrevistados nesta pesquisa, citam o ato de cozinhar e de cuidar das plantas e hortaliças como hobbies e atividades constantes de seu dia a dia, sendo referida por eles como uma ferramenta para manter-se ocupados.

Apesar da proatividade destes idosos para manter uma rotina atarefada e sem espaços para pensamentos autodepreciativos, com o avançar da idade várias limitações começam a aparecer e os afazeres se tornam cada vez mais difíceis. Além de lidar com o adoecimento, os idosos também precisavam lidar com a interrupção de suas vidas profissionais, a organização dos cuidados domiciliares, a sobrecarga de responsabilidades assumidas por membros da família, os custos dos cuidados e de sobrevivência [19]. Assim, é evidente que esta fase da vida pode ser considerada a mais desafiadora, são inúmeras as responsabilidades e há uma progressiva perda do vigor físico e mental.

A partir das classes, fica evidente que a pandemia trouxe mudanças bruscas nos hábitos de vida, incluindo aspectos sobre higiene como lavagem de mãos e materiais constantes, uso de álcool em gel, uso de máscara, de distanciamento social e outros, como a cultura que por exemplo no interior de Goiás os idosos têm o hábito de receber visitas à tarde com o tradicional “café da tarde e quitutes”, a perda dessa prática contribuiu para o surgimento do sentimento de solidão.

Além disso, os idosos entrevistados também relataram a falta de ir a lugares que frequentavam antes da pandemia, como serviços religiosos, baile da terceira idade, clube de jogos e academia. Locais estes que teve que fechar rapidamente após o início da pandemia devido às orientações dos órgãos de saúde como forma de evitar o contágio da doença. O lockdown trouxe consequências sociais, especialmente negativas, pois a circulação era restrita, reduzindo o bem-estar de muitos e a sensação de encarceramento tornava-se frequente [20].

É neste contexto de isolamento extremo que os meios de comunicação se fortalecem ainda mais, diminuindo assim a distância e contribuindo para o bem-estar

físico e psicológico, auxiliando na redução da solidão [21]. Todos os idosos entrevistados relataram utilizar algum meio de comunicação para manter o contato com seus amigos e parentes, sendo o celular o mais relevante.

O Smartphone, durante a pandemia, tornou-se a principal forma de se fazer ligações, mandar mensagens, navegar na internet, mexer nas redes sociais e realizar reuniões, um único aparelho é capaz de realizar diversas funções [22]. O Youtube, Whatsapp, Facebook e Instagram foram diversas vezes citados pelos idosos, demonstrando que mesmo com receio, houve uma adesão progressiva dessa parcela da população às tecnologias digitais.

Entretanto, uma parte significativa dos idosos entrevistados relataram ter muitas dificuldades ao usar o telefone celular, utilizando o aparelho apenas para receber as ligações de seus amigos e familiares. De acordo com Seifert, Cotten e Xie [23], ao levar em conta as restrições impostas pela pandemia, os idosos podem experimentar uma sensação de exclusão em dobro. Isso ocorre tanto pelo distanciamento físico que se faz necessário, quanto pela dificuldade em utilizar, entender ou se adaptar aos dispositivos tecnológicos.

Como limitações do estudo, destaca-se o fato de a coleta de dados ter sido desenvolvida no período da pandemia da COVID-19 e boa parte dos idosos não se sentiam confortáveis em receber visitas em suas residências.

Conclusão

A pandemia não apenas modificou o dia a dia dos idosos, mas também trouxe à tona a necessidade que os idosos relataram em se adaptar ao novo e a sua nova forma de viver. Além disso, os idosos tiveram a percepção de que envelhecer é difícil, sendo ela permeada pela resignificação do estar só e estar em casa trancafiado com o medo do desconhecido.

A pesquisa possibilitou conhecer os impactos gerados pela pandemia na vida de idosos de uma cidade do interior, que viviam com uma renda baixa e tiveram que criar novas formas, como o uso de tecnologias, para enfrentar os sentimentos negativos aflorados pela pandemia. Fica evidente que o poder público precisa olhar para esta população que enfrenta não apenas dificuldades financeiras, mas as limitações impostas pelo envelhecimento.

É sabido que no início da pandemia, os idosos eram o grupo de maior vulnerabilidade, sendo necessário manter-se isolado e atento a sua saúde. Após a criação das vacinas, o que não foi tão fácil de ser garantido no Brasil e ainda houve a desinformação, os idosos precisam ser atendidos com linguajar adequado e acolhidos

nessa nova forma de perceber-se e perceber o mundo. Devem ser garantidos os seus direitos através de leis e políticas públicas já integrando as tecnologias e as novas formas de serem inseridos, pois os idosos agora devem ter acesso ao mundo digital e não terem medo de serem enganados e ludibriados por terceiros.

Conflitos de interesse

Não

Fontes de financiamento

MCTIC/CNPq/FNDCT/MS/SCTIE/Decit Nº 07/2020 - Pesquisas para enfrentamento da COVID-19, suas consequências e outras síndromes respiratórias agudas graves. Projeto intitulado: "Avaliação da operacionalização da Prevenção e Controle da Doença do Coronavírus pelos aspectos comportamentais no uso dos Equipamentos de Proteção Individual - enfoque nos profissionais de saúde". Processo número 402325/2020-6.

Contribuição dos autores

Concepção e desenho da pesquisa: Rezio KJF, Cardoso LA, Silva LM; *Coleta de dados:* Rezio KJF, Cardoso LA; *Análise e interpretação dos dados:* Rezio KJF, Cardoso LA, Silva LM; *Análise estatística:* Silva LM; *Redação do manuscrito:* Rezio KJF, Cardoso LA, Silva LM; *Revisão crítica do manuscrito quanto ao conteúdo intelectual importante:* Moncaio ACS, Matos SQS, Silva BL, Silva LM.

Referências

1. Veras RP, Oliveira M. Aging in Brazil: the building of a healthcare model. *Cien Saude Colet.* 2018;23(6):1929-36. doi: 10.1590/1413-81232018236.04722018
2. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Projeção da População 2018: número de habitantes do país deve parar de crescer em 2047. Agência IBGE notícias [Internet]. 2018 Aug 01 [citado 2023 jun 7]:1. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/21837-projecao-da-populacao-2018-numero-de-habitantes-do-pais-deve-parar-de-crescer-em-2047>
3. Awano N, Oyama N, Akiyama K, Inomata M, Kuse N, Tone M, et al. Anxiety, depression, and resilience of healthcare workers in japan during the coronavirus disease 2019 outbreak. *Intern Med.* 2020;59(21):2693–9. doi: 10.2169/internalmedicine.5694-2
4. Ribeiro SC, Ramos JBS. A solidão da pessoa idosa em tempos de pandemia. *RSD* [Internet]. 2020 [citado 2023 jun 7];9(10):e3999108786. doi: 10.33448/rsd-v9i10.8786
5. Tong A, Sainsbury P, Craig J. Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): a 32-item checklist for interviews and focus groups. *Int J Qual Health Care.* 2007;19(6):349-57. doi: 10.1093/intqhc/mzm042
6. Hudelson PM, Health WHOD of M. Qualitative research for health programmes [Internet]. World Health Organization; 1994 [citado 2023 jun 7]. Report: WHO/MNH/PSF/94.3. Unpublished. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/62315>
7. Bardin LL. Análise de conteúdo. Lisboa: Edições 70; 2006.

8. Camargo BV, Justo AM. IRAMUTEQ: um software gratuito para análise de dados textuais. *Temas Psicol.* 2013;21(2):513-18. doi: 10.9788/TP2013.2-16
9. Santos SS, Brandão GCG, Araújo KM da FA. Social isolation: a look health elderly mental during the COVID-19 pandemic. *RSD.* 2020;9(7):e392974244. doi: 10.33448/rsd-v9i7.4244
10. Malta DC, Gomes CS, Szwarcwald CL, Barros MBDA, Silva AGD, Prates EJS, et al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Saúde Debate.* 2020;44(spe4):177–90. doi: 10.1590/0103-11042020E411
11. Malta DC, Szwarcwald CL, Barros MBA, Gomes CS, Machado ÍE, Souza Júnior PRB, et al. The COVID-19 Pandemic and changes in adult Brazilian lifestyles: a cross-sectional study, 2020. *Epidemiol Serv Saude.* 2020;29(4):e2020407. doi: 10.1590/S1679-49742020000400026
12. Bashkireva AS, Bogdanova DY, Bilyk AY, Shishko AV, Kachan EY, Arutyunov VA. Quality of life and physical activity among elderly and old people. *Adv Gerontol.* 2018;31(5):743–50.
13. Janhaque VR, Blanco AL, Santos-Orlandi AAD, Brito TRPD, Nunes DP. Apoio social e funcionalidade familiar: um estudo transversal com pessoas idosas no contexto da COVID-19. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* 2022. doi: 10.1590/1981-22562022025.220129.pt
14. Kotwal AA, Holt-Lunstad J, Newmark RL, Cenzer I, Smith AK, Covinsky KE, et al. Social isolation and loneliness among San Francisco Bay area older adults during the COVID-19 shelter-in-place orders. *J Am Geriatr Soc.* 2021;69(1):20-29. doi: 10.1111/jgs.16865
15. Romero DE, Muzy J, Damacena GN, Souza NA, Almeida WDS, Szwarcwald CL, et al. Older adults in the context of the COVID-19 pandemic in Brazil: effects on health, income and work. *Cad Saúde Publica.* 2021;37(3):e00216620. doi: 10.1590/0102-311X00216620
16. Heilborn MLA, Peixoto CE, Barros MMLD. Tensões familiares em tempos de pandemia e confinamento: cuidadoras familiares. *Physis.* 2020;30(2):e300206. doi: 10.1590/S0103-73312020300206
17. Ribeiro OCF, Santana GJ, Tengan EYM, Silva LWM, Nicolas EA. Os Impactos da Pandemia da COVID-19 no Lazer de Adultos e Idosos. *Licere.* 30º de setembro de 2020 [citado 7 de junho de 2023];23(3):391-428. doi: 10.35699/2447-6218.2020.25456
18. Minayo MCS, Barros JM, Sousa GS, Pereira TFS, Nascimento RM. Support policies for the elderly in situations of dependency: Europe and Brasil: *SciELO Preprints.* doi: 10.1590/1413-81232020261.30262020
19. Velho FD, Herédia VBM. O idoso em quarentena e o impacto da tecnologia em sua vida. *Rosa dos Ventos.* 2020;12(3):1–14. doi: 10.18226/21789061.v12i3a10

20. Ball C, Francis J, Huang KT, Kadylak T, Cotten SR, Rikard RV. The physical–digital divide: exploring the social gap between digital natives and physical natives. *J Appl Gerontol*. 2019;38(8):1167–84. doi: 10.1177/0733464817732518
21. Lei L, Huang X, Zhang S, Yang J, Yang L, Xu M. Comparison of prevalence and associated factors of anxiety and depression among people affected by versus people unaffected by quarantine during the COVID-19 epidemic in Southwestern China. *Med Sci Monit*. 2020;26:e924609. doi: 10.12659/MSM.924609
22. Ali SH, Foreman J, Capasso A, Jones AM, Tozan Y, DiClemente JR. Social media as a recruitment platform for a nationwide online survey of COVID-19 knowledge, beliefs, and practices in the United States: methodology and feasibility analysis. *BMC Medical Research Methodology*. 2020;20(116). doi: 10.1186/s12874-020-01011-0
23. Seifert A, Cotten SR, Xie B. A double burden of exclusion digital and social exclusion of older adults in times of COVID-19. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2021;76(3):e99-103. doi: 10.1093/geronb/gbaa098



Este artigo de acesso aberto é distribuído nos termos da Licença de Atribuição Creative Commons (CC BY 4.0), que permite o uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o trabalho original seja devidamente citado.