

USO DA TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DAS PESSOAS IDOSAS EM TEMPOS DE PANDEMIA¹

Luciane Meotti de Andrade², Marilene Rodrigues Portella³

¹ Projeto de Iniciação Científica, integra Pesquisa institucional do Grupo de Pesquisa Vivencer CNPq/UPF

² Aluna do Curso Graduação de Enfermagem da Universidade de Passo Fundo (UPF), bolsista Pibic/CNPq, luciane_meotti@hotmail.com - Passo Fundo/RS/Brasil

³ Professora Orientadora, Enfermeira. Graduada pela Universidade de Passo Fundo (UPF). Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis, SC. Doutorado em Enfermagem pela UFSC. Docente do Curso de Enfermagem e do Programa de Pós-graduação Stricto Sensu em Envelhecimento Humano da UPF. Líder do grupo de pesquisa VIVENCER UPF/CNPq. Membro da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia, portella@upf.br, Passo Fundo/RS/Brasil

INTRODUÇÃO

A pandemia COVID-19 tem forte efeito negativo na saúde pública, pois apresenta ameaças e desafios sem precedentes para os serviços de saúde no mundo. Vários grupos podem ser, particularmente, vulneráveis aos efeitos da pandemia e às medidas de distanciamento social, mas, de modo especial, os idosos, pelo maior risco direto de adquirir a infecção, maior fragilidade ao SARS-CoV-2, mais probabilidade de viverem sozinhos e risco de isolamento social. O distanciamento social, embora eficiente para evitar novas contaminações, pode acarretar prejuízos à saúde mental dos mais velhos. Sentimentos de solidão e abandono se fazem presentes entre essas pessoas que passam mais tempo sozinhas, resultando em risco para a saúde física e mental. Em muitos casos, a depressão pode se agravar e haver aumento do declínio cognitivo.

Assim, surge a necessidade de novas formas de intervenções voltadas para a saúde mental e bem-estar dos idosos em tempos de pandemia. Devem ser eficazes e, ao mesmo tempo, remotas, respeitando o distanciamento social imposto pelas diretrizes da Organização Mundial da Saúde, como forma de desacelerar a propagação do vírus.

Pensando nisso, profissionais da saúde tentam integrar as novas tecnologias da informação (por exemplo, uso de celulares, videoconferências em diferentes plataformas digitais) no cotidiano dos idosos, como ferramenta que fornece suporte social para aqueles que ficam em casa, afim de que não se sintam tão solitários.

OBJETIVO

Identificar as possibilidades de uso da tecnologia da informação na promoção da saúde mental dos idosos no contexto da pandemia.

METODOLOGIA

Trata-se de revisão de literatura, que proporciona o aprofundamento do tema estudado, visto que engloba e sintetiza resultados de pesquisas sobre o assunto de forma ordenada.

A busca por artigos foi feita na plataforma Pubcovid19 em março de 2021.

As etapas para a escolha de quais artigos seriam analisados na íntegra foram: a) seleção dos subtemas pertinentes à temática, sendo elegidos “Idosos”, “Saúde Mental” e “Comunicação e Informação”; b) leitura de todos os títulos de artigos existentes em cada subcategoria elencada, separando os que se configuraram como pertinentes para a pesquisa; c) leitura dos resumos dos artigos que foram selecionados pelos títulos, para inclusão ou exclusão na pesquisa; e d) análise dos artigos na íntegra que foram selecionados após a leitura dos resumos. Foram identificados 16 artigos com indicação do tema na leitura dos resumos, após a leitura na íntegra trabalhou-se com um total de seis artigos por atenderem a temática de modo específico. Utilizou-se para pesquisa artigos na língua inglesa publicados no ano 2020.

RESULTADOS

Segundo estudos analisados, intervenções como videochamadas, fóruns em sites ou grupos de conversação mostraram-se eficazes para prevenir o isolamento social e a solidão entre os idosos. Os resultados dos estudos indicam significativa redução no sentimento de solidão e nos sintomas de depressão, inclusive naqueles com grupo de controle. Constatou-se que não existe uma única abordagem adequada para trabalhar com a solidão ou com o isolamento social utilizando os meios digitais. As intervenções devem ser adaptadas dependendo da necessidade de cada pessoa, recursos tecnológicos disponíveis, avaliação do grau de solidão e risco de depressão.

O aumento da aceitação para uso de aparelhos digitais por parte dos mais velhos teve impulso por conta da crise de saúde global. Isso configura um momento propício para profissionais da saúde explorarem um novo território com oportunidades e extenso potencial para o cuidado da saúde mental. Nesse modelo de intervenção, é possível continuar respeitando o distanciamento social, e, ao mesmo tempo, combinar o trabalho em grupo, importante estratégia para abordar alguns dos efeitos negativos da COVID-19. Ademais, nas discussões em coletividade, os participantes compreendem que não estão sozinhos, partilhando as adversidades vivenciadas nesse período conturbado.

CONCLUSÕES

Reconhecido que há dificuldade na manutenção da saúde mental dos idosos durante o isolamento social, identificou-se que as tecnologias da informação reduzem a solidão e a sensação de distanciamento, aumentando a segurança, independência e sensação de bem-estar. A comunicação online se mostra útil durante a pandemia do COVID-19 para muitas famílias, que estão geograficamente e ou socialmente distantes, e, para os profissionais de saúde uma estratégia de cuidado em saúde mental.

PALAVRAS-CHAVE: infecções por coronavírus; saúde do idoso; idoso; comunicação em saúde; saúde mental.