

Resumo Expandido

Importância da fisioterapia na saúde mental da pessoa idosa durante a pandemia COVID-19

Bruna Flores Misturini^{1✉}, Alexandra Spolti², Lia Mara Wibelinger³, Daniele Elize Priori⁴, Gisele Oltamari Maneghini⁵ e Jéssica Izidro⁶.

Resumo

Em meio ao crescimento populacional e ao desenvolvimento do país, surge em 2019 uma nova pandemia. Segundo a Organização Mundial da Saúde, o surto do novo Coronavírus, surgiu na China em dezembro de 2019, e desde então, tem se alastrado por diversos países, sendo uma doença que apresenta quadro clínico variado de sintomas como febre, coriza, tosse até quadros graves. Transmitida através de toque, aperto de mãos, saliva, espirro ou pela superfície contaminada. A fisioterapia na Pandemia tem sido extremamente importante, o estímulo à movimentação física é considerado um tratamento não medicamentoso e a fisioterapia se apresenta como componente principal o movimento humano. O objetivo deste estudo foi verificar os efeitos da fisioterapia na saúde mental de idosos durante a pandemia. A pesquisa se trata de um estudo quase-experimental, com recrutamento de amostra por conveniência, pacientes que estavam realizando atendimento fisioterapêutico domiciliar, com idades entre 60 e 90 anos onde utilizou-se questionários para avaliar qualidade de vida, depressão e ansiedade. Com isso observou-se uma diminuição estatisticamente significativa sobre os sintomas de depressão e ansiedade, além da diminuição das dores corporais após as sessões de fisioterapia nos idosos submetidos na pesquisa, sendo possível concluir que a fisioterapia na saúde mental de idosos durante a pandemia é efetiva.

Palavras-chave: Envelhecimento Populacional; Pandemia; Saúde do Idoso; Saúde Mental.



RBCEH

Revista Brasileira de Ciências
do Envelhecimento Humano



CIEEH2022

Congresso Internacional de Estudos do
Envelhecimento Humano



REPRINTE

Rede de Programas Interdisciplinares em Envelhecimento

V SIMPÓSIO REPRINTE

¹Universidade de Passo Fundo_ Misturini - Bruna Flores, Carlos Barbosa, Brasil ² Universidade de Passo Fundo_ Spolti – Alexandra, Bento Gonçalves, Brasil ³ Universidade de Passo Fundo_ Wibelinger – Lia Mara , Passo Fundo, Brasil ⁴ Centro Universitário FSG _ Priori - Daniele Elize, Caxias do Sul, Brasil ⁵ Centro Universitário FSG _ Maneghini – Gisele Oltamari, Caxias do Sul, Brasil ⁶ Centro Universitário FSG _ Izidro - Jéssica, Caxias do Sul Brasil ✉ Misturini, Bruna Flores – 196790@upf.br

Introdução

O envelhecimento populacional é o principal fenômeno demográfico do século XXI, para tanto foi necessária uma reorganização do sistema de saúde. Tal população exige cuidados específicos devido às morbidades e os problemas referentes ao fim da vida que a mesma apresenta. (NASRI, 2008)

Em meio ao crescimento populacional e ao desenvolvimento do país, surge em 2019 uma nova pandemia. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o surto do novo coronavírus, o SARS-CoV-2 surgiu na China em dezembro de 2019, e desde então, tem se alastrado por diversos países, sendo uma doença que apresenta quadro clínico variado de sintomas como febre, coriza, tosse até quadros graves. Transmitida através de toque, aperto de mãos, saliva, espirro ou pela superfície contaminada. O tratamento varia de acordo com a gravidade de cada paciente, indo desde o repouso até internação em Unidade de Terapia Intensiva. (BRASIL, 2020)

Durante a pandemia, o Brasil e o mundo adotaram medidas de isolamento e distanciamento social, interrompendo aulas e trabalhos presenciais, o que gerou, além da angústia com noticiários de mortes e hospitalizações danos emocionais com destaque a população idosa, visto que a mesma se tornou mais vulnerável. (HAMMERSCHMIDT e SANTANA, 2020)

A prática de exercícios físicos, principalmente os fisioterapêuticos, é uma excelente opção para promover uma melhor qualidade de vida, diminuindo as morbidades e internações dos idosos. Além de promover o alívio de dores, a fisioterapia pode auxiliar na saúde mental, diminuindo o estresse, depressão e ansiedade. (FREIRE et al. 2014)

Com isso o objetivo deste estudo foi verificar os efeitos da fisioterapia na saúde mental de idosos durante a pandemia.

Materiais e métodos

Essa pesquisa caracterizou-se por ser um estudo quase-experimental, com recrutamento de amostra por conveniência, aprovado no Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) do Centro Universitário da Serra Gaúcha sob o parecer nº 4.855.986 de 2021.

A amostra foi composta por indivíduos de ambos os

sexos, com idades entre 60 e 90 anos que aceitaram participar da pesquisa. Após selecionados os pacientes compatíveis com o estudo, foi realizado um protocolo de questionamentos nos domicílios dos mesmos. No primeiro encontro foi solicitada a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), além do preenchimento da ficha de anamnese e questionários Short Form (SF36) utilizado para avaliar Qualidade de Vida, Escala de Depressão Geriátrica e Inventário de Ansiedade Geriátrica.

Após o preenchimento dos questionários no primeiro encontro, foi estabelecido um tempo de quatro semanas para a reavaliação dos pacientes, onde os mesmos responderam novamente os questionários anteriores relatando a influência da fisioterapia nos aspectos mentais e funcionais.

A análise estatística foi realizada no software SPSS v26.0. Os dados nominais estão apresentados por meio da frequência absoluta (n) e relativa (%), enquanto que os dados contínuos através de médias e desvio-padrão. As comparações pré e pós (SF-36, GAI e Escala de Depressão Geriátrica) da fisioterapia foram realizadas por meio do teste t para amostras pareadas assumindo o nível de significância de 95%.

Resultados e discussão

Fizeram parte da amostra 15 idosos de ambos os sexos, com idades entre 60 a 90 anos. A maioria da amostra (53%) eram mulheres, sendo 80% casadas e 93% moravam com seus parceiros ou familiares. Aqueles que realizavam atividades físicas pelo menos uma vez na semana eram 13%. A grande maioria dos idosos relatou ter algum episódio de queda pelo menos alguma vez na vida, correspondendo 86% dos idosos. Todos os participantes da pesquisa realizaram pelo menos uma dose da vacina contra a Covid19 até o momento da avaliação deste estudo.

Com relação as atividades sociais e laborais, a grande maioria dos idosos relatou ter sentido falta de encontrar os amigos, assim como de trabalhar, resultando 40% dos participantes. Referente a ocupação de cada idoso, a totalidade da pesquisa relata que são aposentados.

Quando feita a comparação entre os domínios do questionário SF-36 entre o período pré e pós-fisioterapia. Observaram-se diferenças estatisticamente significativas para

a dor e estado emocional, pré e pós-intervenção.

O isolamento social proposto em função da pandemia do Covid19 impactou diretamente no convívio social da população idosa, o que consequentemente levou a uma maior propensão a desenvolver quadros de ansiedade e depressão. (BONORINO, 2022)

Ademais, sabe-se que o imobilismo é um fator prejudicial para todos, para os idosos vale ressaltar que o fisioterapeuta trabalha diretamente, tanto na prevenção quanto nos efeitos deletérios resultantes da imobilização, onde a prática de exercícios orientada por este profissional é um apoio fundamental na saúde física e mental da pessoa idosa.

Pôde-se observar na presente pesquisa que os indivíduos que recebiam o atendimento fisioterapêutico domiciliar referiram melhora do bem-estar físico e mental, sendo que 66,7% da amostra referiram que a fisioterapia interfere no estado emocional. Segundo Prigol (2022) o bem-estar psicológico encontrado na prática de exercícios físicos estimula não só a saúde mental, mas também a coordenação motora e memória, fatores que se tornam importantes para evitar quedas, por exemplo, condição que é recorrente nesta população

Durante o período de distanciamento social causado pelo Covid-19, manter uma rotina saudável em casa passou a ser difícil para todos, especialmente para os idosos que foram considerados pessoas do grupo de risco. Nesse contexto, a fisioterapia domiciliar tornou-se uma ocupação diária a estes indivíduos, pois a mesma além de auxiliar nos déficits causados pela idade, ameniza sintomas de ansiedade e depressão, além de fortalecer emoções positivas como felicidade e bem-estar geral. (FLORANI, 2004)

Conclusão

Com base nos achados, é possível concluir que a fisioterapia contribuiu positivamente na saúde mental de idosos durante a pandemia de COVID19. Com a fisioterapia atuando na vida diária de tais pacientes, obteve-se grandes benefícios para a sintomatologia das dores corporais, imobilidade e perdas funcionais, além de indiretamente melhorar os quadros de depressão e ansiedade.

Referências

1. BONORINO. T, DE MOURA. C, et al. **A saúde mental da pessoa idosa diante da COVID-19.** Rev. Bras. De Ciên. Do Envelh. 2022.
2. BRASIL. Ministério da Saúde, **Coronavírus (COVID19).** Brasil. 2020
3. FLORIANI C, SCHRAMM F. **Atendimento domiciliar ao idoso: Problema ou solução.** Cad. Saud. Publ. 2004.
4. FREIRE. R, LÉLIS. F, et al. **Prática regular de atividade física: estudo de base populacional no norte de Minas Gerais.** Rev. Bras. Med e Esp. Brasil. 2014.
5. HAMMERSCHMIDT. K, SANTANA. R, **Saúde do idoso em tempos de pandemia Covid19.** Congitare enferm. 2020
6. NASRI, F. **O envelhecimento populacional no Brasil.** Einsten. 2008.
7. PRIGOL. A, DOS SANTOS. E. **Qualidade de vida do idoso durante a pandemia da Covid-19.** Rev. Bras. De Ciên. Do Envelh. 2022.