

Impactos da pandemia COVID-19 na saúde mental dos idosos: uma revisão integrativa

Impacts of the COVID-19 pandemic on the mental health of the elderly: an integrative review

Impactos de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los adultos mayores: una revisión integradora

Recebido: 22/07/2022 | Revisado: 30/07/2022 | Aceito: 05/08/2022 | Publicado: 15/08/2022

Cláudia Batista Melo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5300-3510>
Universidade Federal da Paraíba, Brasil
E-mail: claudia.melo@academico.ufpb.br

Eduarda Gomes Onofre de Araújo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7107-6107>
Universidade Federal da Paraíba, Brasil
E-mail: eduardaonofre@gmail.com

Alex Ramon Estrêla de Sousa Lacerda

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9607-4826>
Universidade Federal da Paraíba, Brasil
E-mail: alex.ramon2@academico.ufpb.br

Cícera Dalylla Lopes Ferreira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8726-8277>
Universidade Federal da Paraíba, Brasil
E-mail: cldf@academico.ufpb.br

Rebecka Giullien Marques Pacheco Leitão

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2920-7016>
Universidade Federal da Paraíba, Brasil
E-mail: rebecka.giullien@academico.ufpb.br

Rilary Rodrigues Feitosa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4970-3498>
Universidade Federal da Paraíba, Brasil
E-mail: rilary.feitosa@academico.ufpb.br

Gabrieli Duarte Farias

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6904-2856>
Universidade Federal da Paraíba, Brasil
E-mail: gabrieli.duarte@academico.ufpb.br

Thatiany Monteiro Coelho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7425-1214>
Universidade Federal da Paraíba, Brasil
E-mail: thatianycoelho@hotmail.com

Januária de Medeiros Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1941-3529>
Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba, Brasil
E-mail: januaria2002@gmail.com

Carmem Silvia Laureano Dalle Piagge

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7999-2943>
Universidade Federal da Paraíba, Brasil
E-mail: carmem.piagge@academico.ufpb.br

Resumo

Objetivou-se revisar a literatura quanto à identificação dos impactos na saúde mental dos idosos nas diferentes vertentes induzidas pela pandemia COVID-19. Revisão integrativa da literatura, realizada por meio de uma estratégia de busca nas bases Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, Scopus e Web of Science, através dos descritores de saúde “older adults”, “mental health” e “COVID-19”. Foram incluídos 17 estudos publicados a partir do ano de 2020 que abordaram as repercussões do isolamento social na saúde mental dos idosos. O isolamento social, efeito da pandemia COVID-19, foi capaz de afetar negativamente a qualidade de vida dos idosos, proporcionando consequências na condição de saúde mental. Os sintomas depressivos e de ansiedade elevaram-se durante a pandemia, repercutindo em situações de estresse, insônia, medo e solidão.

Palavras-chave: COVID-19; Idoso fragilizado; Saúde do idoso; Saúde mental.

Abstract

The objective of this study was to review the literature on the identification of the impacts on the mental health of the elderly in the different aspects induced by the COVID-19 pandemic. Integrative literature review, performed through a search strategy in Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences, Scopus and Web of Science, through the health descriptors "older adults", "mental health" and "COVID-19". We included 17 studies published from 2020 that addressed the repercussions of social isolation on the mental health of the elderly. Social isolation, the effect of the COVID-19 pandemic, was able to negatively affect the quality of life of the elderly, providing consequences on mental health conditions. Depressive and anxiety symptoms increased during the pandemic, reflecting in situations of stress, insomnia, fear and loneliness.

Keywords: COVID-19; Older adults; Health of the elderly; Mental health.

Resumen

El objetivo de este estudio fue revisar la literatura sobre la identificación de los impactos en la salud mental de los adultos mayores en los diferentes aspectos inducidos por la pandemia de COVID-19. Revisión integrativa de la literatura, realizada a través de una estrategia de búsqueda en Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud, Scopus y Web of Science, a través de los descriptores de salud "adultos mayores", "salud mental" y "COVID-19". Incluimos 17 estudios publicados a partir de 2020 que abordaron las repercusiones del aislamiento social en la salud mental de las personas mayores. El aislamiento social, efecto de la pandemia de la COVID-19, pudo afectar negativamente la calidad de vida de los ancianos, trayendo consecuencias en las condiciones de salud mental. Los síntomas depresivos y de ansiedad aumentaron durante la pandemia, reflejándose en situaciones de estrés, insomnio, miedo y soledad.

Palabras clave: COVID-19; Anciano frágil; Salud del anciano; Salud mental.

1. Introdução

A COVID-19, doença infecciosa causada pelo novo tipo de coronavírus (SARS-CoV-2), estabeleceu um estado pandêmico que se mantém desde a sua caracterização pela Organização Mundial da Saúde (OMS), em 11 de março de 2020. Trata-se de uma doença, inicialmente, identificada e tratada como uma infecção respiratória aguda com a característica de ter elevada transmissibilidade e potencial de agravamento (Ministério da Saúde, 2021). Estudos preliminares indicaram que a taxa de letalidade do SARS-CoV-2 é menor que a de outros tipos de coronavírus conhecidos, como SARS-CoV-1 e MERS-CoV, e a do H1N1 (Hozhabri et al., 2020; Lana et al., 2020; De Souza et al., 2021). Estudos sobre as novas variantes do SARS-CoV-2 sugerem um potencial maior no nível de transmissibilidade de algumas cepas, porém, as possíveis mudanças na letalidade da doença ainda precisam ser elucidadas (FAPESP, 2021). Por fim, os fatores mais determinantes para o agravamento e mortalidade da doença continuam sendo a idade e a presença de comorbidades (WHO, 2021).

A transmissão do novo coronavírus pode ocorrer, principalmente, de forma direta através de gotículas respiratórias liberadas por pacientes sintomáticos e assintomáticos e, por via indireta, através de superfícies contaminadas (Meng, Hua & Bian, 2020; Peng et al., 2020). Dentre as medidas de contenção da pandemia, o distanciamento social foi adotado por muitos países por ser considerado eficiente na redução do contágio de doenças como a COVID-19 (Wilder-Smith & Freedman, 2020; De Souza et al., 2021). O isolamento tornou-se uma medida necessária para frear as grandes possibilidades de contaminação. No entanto, foram observados que efeitos psicológicos como estresse emocional, raiva, solidão, ansiedade, sintomas de depressão e estresse pós-traumático são potencializados durante o período de isolamento social (Chu, et al., 2020; Müller, et al., 2021). Além disso, a permanência dos idosos em casa por longos períodos leva a redução de atividade física que tem implicações diretas com agravos à saúde mental e física nessa população (Rocha, et al., 2020).

Os efeitos da COVID-19 vêm em diferentes vertentes, dentre elas as implicações psicossociais, apesar de negligenciadas em relação aos efeitos biológicos e patogênicos da pandemia, tendem a afetar mais pessoas que a própria doença infecciosa e podem perdurar a curto e longo prazo, especialmente nos grupos mais vulneráveis (Ornell, et al., 2020; Schmidt, et al., 2020). Essas consequências para a saúde mental podem ocorrer através de mecanismos diversos, como os intrínsecos aos aspectos psicológicos de cada indivíduo (como o medo do contágio e da perda de parentes, por exemplo), mas também de fatores extrínsecos, como a quantidade excessiva e até mesmo informações falsas sobre a doença, o estresse psicossocial

devido às medidas de isolamento e os problemas econômicos decorrentes (Brooks et al., 2020; Luz & Berger, 2020).

Os idosos, classificados como um grupo de risco, permitem que uma grande parcela da população brasileira se enquadre como indivíduos mais suscetíveis às maiores consequências geradas pela pandemia da COVID-19. Esse grupo social é atingido tanto em caráter fisiopatológico quanto em fatores psicossociais inerentes, tendo em vista que distúrbios psiquiátricos, como a depressão, têm alta incidência na população idosa mesmo no contexto anterior a pandemia (Silva, et al., 2020).

Em relação à saúde física dos idosos, as implicações decorrentes da pandemia devem ser consideradas devido ao próprio envelhecimento ser acompanhado por mudanças de caráter fisiológico que levam a condições dependentes da atividade física para a melhoria da qualidade de vida, da capacidade funcional e do controle das comorbidades nos idosos. Pela recomendação da OMS, a prática de atividade física por idosos deve ser da ordem de 75 minutos de atividade intensa por semana ou 150 minutos de atividade com intensidade moderada por semana (WHO, 2010). Contudo, as medidas contra a COVID-19, especialmente às de restrição social, geram dificuldades para a realização dos exercícios físicos devido à falta de estrutura apropriada para essas práticas nas residências (Raiol, 2020). A interrupção da prática contínua de exercícios pode levar ao descontrole nos níveis das comorbidades já existentes, aumentando o risco relacionado à infecção pelo novo coronavírus, e também as consequências na saúde mental já que a prática regular de atividade física pode levar a melhora nos sintomas de depressão e ansiedade (Bezerra, et al., 2020).

As condições de risco à saúde mental e física podem implicar no aumento de vulnerabilidades aos idosos durante e após a pandemia. Assim, a importância de se entender os impactos e seus desdobramentos para o futuro são essenciais para a adoção de medidas que busquem mitigar as consequências mais agravantes aos grupos mais necessitados. Esse trabalho tem por objetivo identificar os impactos na saúde mental dos idosos durante a pandemia da COVID-19.

2. Metodologia

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada através da busca nas bases de dados com estudos primários empregando as diretrizes do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) (Moher, et al., 2009). A pesquisa não foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa, por se tratar de uma revisão integrativa que utiliza dados primários, porém foram mantidas as ideias dos autores das publicações no desenvolvimento deste estudo.

Para elaboração da revisão, foram determinadas seis etapas de pesquisa, segundo Botelho e colaboradores (2011): 1) identificação do tema e da pergunta da pesquisa; 2) estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão; 3) identificação dos estudos selecionados; 4) categorização dos estudos selecionados; 5) análise e interpretação dos resultados encontrados nos estudos; 6) apresentação da síntese/construção da revisão.

Após a identificação da temática de interesse, para a construção da pergunta da pesquisa, utilizou-se a estratégia PICO (acrônimo de população, interesse e contexto). O primeiro elemento (P) denomina-se para idosos, o segundo (I) para saúde mental e o terceiro (Co) para a pandemia da COVID-19. A partir da consideração da estratégia PICO, formulou-se a pergunta norteadora do estudo: "Quais são os impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos idosos?". A sintaxe de aplicação desta estratégia está descrita no Quadro 1.

Quadro 1. Estratégia PICo com os respectivos DeCS e MeSH.

Etapa	Definição	Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)	Medical Subject Headings (MeSH)
P (população)	Idosos	Idoso	Older Adults
I (interesse)	Saúde Mental	Saúde Mental	Mental Health
Co (contexto)	Pandemia da COVID-19	COVID-19	COVID-19

Fonte: Autores (2021).

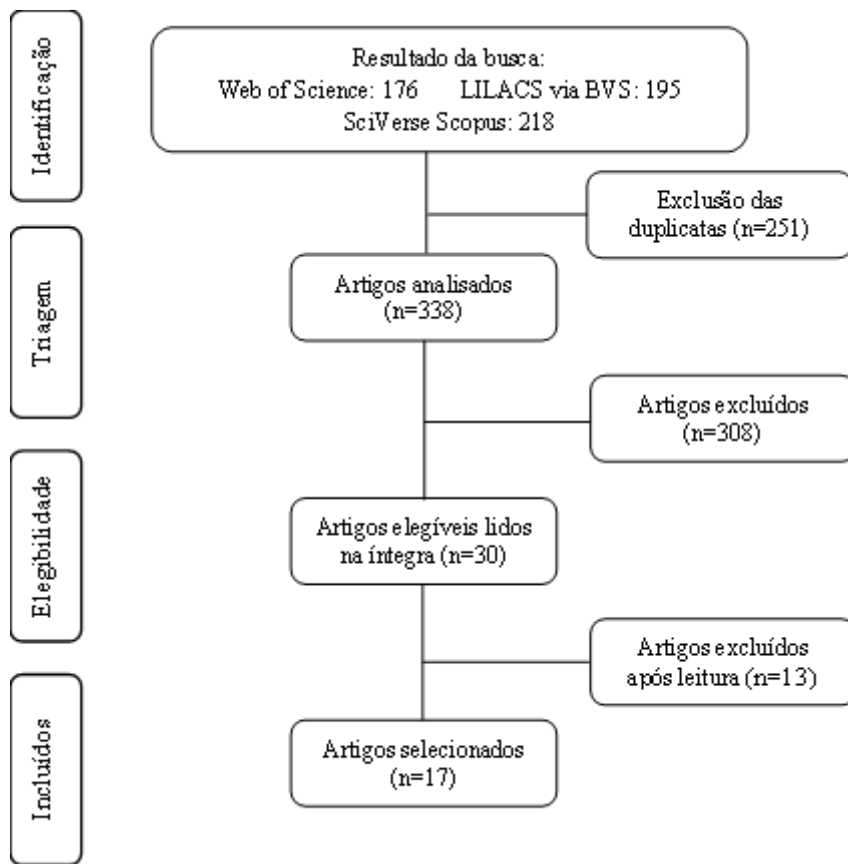
Foram determinados os termos de busca controlados indexados nos Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (Mesh Terms) – “older adults”, “mental health” e “COVID-19”, sendo utilizados com o operador booleano “AND”. O levantamento bibliográfico foi realizado no período de 03 de maio a 10 de maio de 2021, mediante o acesso virtual às bases de dados da Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS via BVS), SciVerse Scopus (Elsevier) e Web of Science, seguindo estratégia de busca e as especificidades de cada base, mantendo o atendimento à pergunta norteadora. Em sua totalidade, os artigos foram acessados por meio do portal de periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), em área com *Internet Protocol* (IP) reconhecida da Comunidade Acadêmica Federada (CAFe), na Universidade Federal da Paraíba.

Aplicaram-se critérios de inclusão definidos como: artigos disponíveis na íntegra e que foram publicados em português, espanhol ou inglês, estudos primários que abordem a saúde mental do idoso frente a pandemia COVID-19 e foram publicados a partir de 2020 (janeiro de 2020 até abril de 2021). Os critérios de exclusão voltaram-se para os estudos de revisão, relatos de caso, cartas ao editor, comentários, capítulos de livros e estudos que abordavam outro tipo de população.

A busca foi realizada por dois pesquisadores independentes que padronizaram a sequência de utilização dos termos de busca controlados e dos cruzamentos nas bases de dados. Os resultados obtidos foram confrontados a fim de averiguar a existência de discordância e correção de possível equívoco nesta etapa do estudo, buscando uma concordância de no mínimo 75% entre os revisores.

Foram identificadas 589 publicações, sendo eliminadas 251 que estavam duplicadas, o que totalizou 338 artigos para leitura de títulos e resumos. Após a leitura dos títulos e resumos, foram selecionados 30 artigos para a leitura na íntegra, finalizando uma amostra de 17 artigos de acordo com os critérios de inclusão. A estratégia de seleção dos estudos está apresentada na Figura 1.

Figura 1. Fluxograma da seleção dos artigos incluídos na revisão, 2021.



Fonte: Autores (2021).

3. Resultados

No total, foram encontrados 17 estudos, sendo 5 artigos na LILACS via BVS, 9 artigos na SciVerse Scopus e 3 artigos na Web of Science. Os estudos incluídos na amostra foram publicados durante os anos de 2020 (n=5; 29,41%) e 2021 (n=12; 70,59%) e realizados na Áustria (n=1; 5,88%), Bélgica (n=1; 5,88%), Chile (n=1; 5,88%), China (n=2; 11,76%), Espanha (n=1; 5,88%), Estados Unidos da América (n=4; 23,53%), Jordânia (n=1; 5,88%), Israel (n=1; 5,88%), Itália (n=1; 5,88%), Reino Unido (n=1; 5,88%), Suécia (n=1; 5,88%) e Turquia (n=1; 5,88%). Apenas 1 (5,88%) estudo foi realizado concomitantemente em dois países, Estados Unidos da América e Canadá.

Todos os estudos selecionados foram de abordagem quantitativa, distribuindo-se nos seguintes métodos: transversal (n=13; 76,5%) e longitudinal (n=4; 23,5%). Sobre o método de coleta de dados dos estudos, entrevistas por telefone (n=5; 29,4%) e a combinação de entrevistas *online* e por telefone (n=1; 5,9%), havendo predomínio de pesquisas feitas de forma *online* a partir de questionários (n=11; 64,7%).

Para a análise das condições clínicas e pessoais dos participantes foram utilizadas as seguintes escalas de forma individual ou conjunta: Escala de Depressão Geriátrica – GDS (Carlos et al., 2020; Cigiloglu, et al., 2021; De Pue et al., 2021; Schorr, et al., 2021; Vannini et al., 2021); Escala de Solidão da UCLA (Herrera et al., 2021; Kobayashi et al., 2021; Reppas-Rindlibacher et al., 2021; Rutherford et al., 2021; Stolz, et al., 2021); Questionário de Saúde do Paciente de 9 itens – PHQ-9 (Abu Kamel & Alnazly, 2021; Herrera et al., 2021; Wong et al., 2020); Escala de Estresse Percebido – PSS-14 (Rutherford et al., 2021; Vannini et al., 2021; Whitehead, 2021); Escalas do tipo Likert e a Escala de Depressão do Centro de Estudos Epidemiológicos – CESD (Kobayashi et al., 2021; Liang et al., 2021; Reppas-Rindlibacher et al., 2021); Inventário de Ansiedade Geriátrica – GAI (Cigiloglu, et al., 2021; Herrera et al., 2021); Inventário de Ansiedade de Beck de 5 itens -BAI

(Kobayashi et al., 2021; Reppas-Rindlibacher et al., 2021); Inventário Brief COPE (Herrera et al., 2021; Vannini et al., 2021); Escala de Impacto de Eventos – IES (Abu Kamel & Alnazly, 2021; Bobes-Bascaran et al., 2020); Escala de Demência Clínica – CDR (Carlos et al., 2020; Vannini et al., 2021); Escala de Rede Social de Lubben-6 - LSNS-6 (De Pue et al., 2021; Herrera et al., 2021); Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão – HADS e a Escala Adaptada do Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh (Robb et al., 2020); Escala de Afetos Positivo e Negativo – PANAS (Whitehead, 2021); Escala Geral de Saúde Auto avaliativa e Escala de Medo do COVID-19 – FCV-19S (Abu Kamel & Alnazly, 2021); Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse – DASS-21 (Bobes-Bascaran et al., 2020); Dimensões da Qualidade de Vida Europeia – EQ-5D e o Questionário de Sono Richards-Campbell – RCSQ (Cigiloglu, et al., 2021); Questionário de Falhas Cognitivas – CFQ, Índice de Bem-Estar Pessoal (Adultos) – PQI-A e a Escala de Resiliência Breve – BRS (De Pue et al., 2021); Índice de Isolamento Social de 5 pontos (Kobayashi et al., 2021); Escala de Avaliação de Depressão de Hamilton – HAM-D, Escala de Avaliação de Ansiedade de Hamilton – HAM-A e a Escala de Avaliação de Transtorno de Estresse Pós-Traumático – PCL-5 (Rutherford et al., 2021); Escala de Memória Wechsler (Revisado) WMS-R, Escala de Resiliência Connor-Davidson – CD-RISC 10 e a Análise Cognitiva Pré-Clínica de Alzheimer-5 – PACC5 (Vannini et al., 2021); Escala de Solidão de Jong Gierveld – DJGLS, Versão Chinesa do Índice de Gravidade de Insônia – ISI e a Escala de Transtorno de Ansiedade Generalizada – GAD-7 (Wong et al., 2020). O estudo Gustavsson e Beckman (2020) foi o único selecionado em que não foi citado o uso de nenhuma escala já desenvolvida.

Na caracterização amostral, observou-se uma predominância de estudos onde a maior parte da amostragem era formada por mulheres idosas (n=14; 82,4%) em comparação àqueles onde os entrevistados eram mais do sexo masculino (n=3; 17,6%).

Os principais sintomas avaliados foram: sentimentos depressivos, ansiedade, transtorno de estresse pós-traumático, estresse percebido, sentimentos evitativos, medo, problemas de sono, solidão, impactos no bem-estar e funcionamento cognitivo dos idosos. A maioria dos estudos associava outros sintomas, principalmente, à depressão (n=16; 94,1%), à solidão (n=9; 52,9%) e à ansiedade (n=7; 41,2%). Os 9 estudos que consideraram solidão dentre as consequências da pandemia também citaram a depressão e a maioria (n=5; 55,5%) correlacionou essas duas condições como variáveis codependentes.

Os dados extraídos estão de acordo com o objetivo dessa revisão e foram apresentados na forma do Quadro 2, contendo: autores, ano de publicação, país, delineamento do estudo, objetivo, amostra e impactos da pandemia COVID-19 na saúde física e mental dos idosos.

Quadro 2. Distribuição dos estudos selecionados.

Autores/Ano/País/Base de dados/Delineamento/Amostra	Título	Objetivo	Quais são os impactos da pandemia COVID-19 na saúde mental dos idosos?
ABU KAMEL & ALNAZLY (2021); Jordânia; LICACS via BVS; Transversal; 315 idosos.	The impact of confinement on older Jordanian adults' mental distress during the COVID-19 pandemic: A web-based cross-sectional study.	Determinar o impacto do isolamento da COVID-19 no sofrimento mental de idosos e avaliar quais variáveis indicam transtorno do estresse pós-traumático.	O confinamento afeta diferentes aspectos do bem-estar psicológico dos idosos.
BOBES-BASCARAN et al. (2020); Espanha; Scopus; Transversal; 2194 idosos.	Early Psychological Correlates Associated With COVID-19 in A Spanish Older Adult Sample.	Examinar os correlatos psicológicos iniciais associados à pandemia COVID-19 em idosos.	Prevalência de sentimentos de apego evitativo e depressivo, independente do estado de saúde mental antes da pandemia.
CARLOS et al. (2020); Itália; LICACS via BVS; Transversal; 204 idosos.	Life during COVID-19 lockdown in Italy: the influence of cognitive state on psychosocial, behavioral and lifestyle profiles of older adults.	Investigar como a capacidade cognitiva influenciou na adaptação à pandemia e como esses fatores afetaram humor e memória dos idosos.	Aumento dos problemas de sono e de saúde; maiores níveis de depressão em idosos com demência; influência negativa do medo do contágio na busca por cuidados médicos.
CIGILOGLU et al. (2021); Turquia; Scopus; Transversal; 104 idosos.	How have older adults reacted to coronavirus disease 2019?	Investigar os efeitos psicossociais das medidas para prevenir a propagação da COVID-19 em idosos.	Maiores sintomas depressivos e ansiosos e pior qualidade de vida para idosos com idade ≥85 anos.

DE PUE et al. (2021); Bélgica; Scopus; Transversal; 640 idosos.	The impact of the COVID-19 pandemic on wellbeing and cognitive functioning of older adults.	Estabelecer como idosos com 65 anos ou mais estão respondendo à pandemia COVID-19.	Diminuição significativa na qualidade do sono, bem-estar e funcionamento cognitivo durante a pandemia devido, principalmente, a depressão.
GUSTAVSSON & BECKMAN (2020); Suécia; Scopus; Transversal; 1854 idosos.	Compliance to recommendations and mental health consequences among elderly in Sweden during the initial phase of the COVID-19 pandemic—a cross sectional online survey.	Explorar a situação específica dos idosos em relação a COVID-19 quanto a percepção das recomendações sobre a pandemia e seus impactos na saúde mental.	Metade dos idosos relatou diminuição da saúde mental em termos de sentir-se deprimido, ter problemas de sono e de sentimentos ruins devido ao isolamento.
HERRERA et al. (2021); Chile; Scopus; Longitudinal; 720 idosos.	A longitudinal study monitoring the quality of life in a national cohort of older adults in Chile before and during the COVID-19 outbreak.	Descrever as mudanças na saúde mental e física, isolamento e solidão, residência e recursos socioeconômicos em idosos antes e durante a pandemia.	Piora em problemas de memória e humor, aumento de sintomas depressivos (problemas no sono, ansiedade e solidão) e de ansiedade (maiores preocupações quanto à pandemia).
KOBAYASHI et al. (2021); Estados Unidos da América; Web of Science; Coorte Longitudinal; 6938 idosos.	Cohort profile: the COVID-19 Coping Study, a longitudinal mixed-methods study of middle-aged and older adults' mental health and well-being during the COVID-19 pandemic in the USA.	Investigar os fatores estressantes da pandemia nas mudanças de circunstâncias de vida sobre a saúde mental e o bem-estar entre adultos de meia-idade e idosos.	Quase um terço dos adultos foi testado positivamente para depressão, ansiedade e solidão com prevalência decrescente de cada um com o aumento da idade.
LIANG et al. (2021); China; Scopus; Transversal; 727 idosos.	Precautionary behavior and depression in older adults during the COVID-19 pandemic: An online cross-sectional study in Hubei, China.	Investigar as características e a associação entre o comportamento individual de precaução e os níveis de depressão e o papel dos indicadores em moderar essa relação.	Níveis mais elevados de depressão em idosos sem apoio social e/ou com saúde frágil e com conhecidos infectados e/ou que não tomaram medidas mais preventivas e/ou com maior dependência financeira.
REPPAS-RINDLISBACHER et al. (2021); Estados Unidos da América e Canadá; Web of Science; Transversal; 1549 idosos canadenses e 4453 americanos.	Worries, attitudes, and mental health of older adults during the COVID-19 pandemic: Canadian and U.S. perspectives.	Comparar diferenças nas preocupações, interesses e sintomas de saúde mental entre canadenses e americanos idosos durante a pandemia de COVID-19.	Os estadunidenses eram mais propensos a relatar sintomas depressivos e de ansiedade elevados em comparação com os canadenses. A proporção de entrevistados nos EUA e Canadá que relataram solidão foi semelhante.
ROBB et al. (2020); Reino Unido; LICACS via BVS; Transversal; 7127 idosos.	Associations of Social Isolation with Anxiety and Depression During the Early COVID-19 Pandemic: A Survey of Older Adults in London, UK.	Investigar o impacto do COVID-19 e o isolamento social associado no bem-estar físico e mental em idosos.	Associação negativa entre solidão e componentes agravados de depressão e ansiedade e piora nos estados depressivos e ansiosos pré-existentes.
RUTHERFORD et al. (2021); Estados Unidos da América; Web of Science; Transversal; 76 idosos.	The COVID-19 Pandemic as a Traumatic Stressor Mental Health Responses of Older Adults With Chronic PTSD.	Investigar a resposta de idosos com transtorno de estresse pós-traumático associado à pandemia de COVID-19.	Aumento significativo de depressão em pacientes de TEPT não negros ou hispânicos durante a pandemia de COVID-19.
SCHORR et al. (2021); Israel; Scopus; Transversal; 201 idosos.	Loneliness, malnutrition and change in subjective age among older adults during COVID-19 pandemic.	Examinar a conexão entre solidão e idade subjetiva durante a pandemia de COVID-19 por indicadores de sintomas de depressão e desnutrição.	Os altos níveis de solidão fizeram com que os idosos se sentissem mais velhos (maior idade subjetiva).
STOLZ et al. (2021); Áustria; Scopus; Transversal; 557 idosos.	The impact of COVID-19 restriction measures on loneliness among older adults in Austria.	Avaliar a associação entre as medidas de restrição devido a COVID-19 e a solidão entre idosos.	Aumento nos níveis de solidão devido às restrições de isolamento e a impossibilidade do contato social.
VANNINI et al. (2021); Estados Unidos da América; LICACS via BVS; Longitudinal; 141 idosos.	Stress, resilience, and coping strategies in a sample of community-dwelling older adults during COVID-19.	Avaliar o impacto da pandemia de COVID-19 no estresse em idosos.	O isolamento social e a exclusão podem gerar estresse nos idosos, mas a resiliência é um fator crítico para lidar com isso.
WHITEHEAD (2021); Estados Unidos da América; LICACS via BVS; Transversal; 874 idosos.	COVID-19 as a Stressor: Pandemic Expectations, Perceived Stress, and Negative Affect in Older Adults.	Avaliar como o estressor pandemia COVID-19 influencia o estresse percebido e o bem-estar psicológico de idosos.	Maior quantidade de estresse percebido e, conseqüentemente, de afetividade negativa devido às expectativas dos idosos quanto à pandemia.
WONG et al. (2020); China; Web of Science; Coorte Longitudinal; 583 idosos.	Impact of COVID-19 on loneliness, mental health, and health service utilisation: a prospective cohort study of older adults with multimorbidity in primary care.	Descrever as mudanças na solidão, problemas de saúde mental e atendimento médico ao idoso com comorbidade na pandemia.	Níveis maiores de ansiedade e insônia; sem mudanças significativas nos sintomas depressivos; índice maior de sentimento de solidão.

Fonte: Autores (2021).

4. Discussão

A pandemia da doença COVID-19 acarretou circunstâncias impactantes ao bem-estar psicológico dos idosos, especialmente devido às medidas de restrição e isolamento adotadas para a contenção do contágio pelo vírus (Abu Kamel & Alnazy, 2021). Essas influências na saúde mental precisam ser consideradas devido à necessidade de apoio social para a minimização dos efeitos desfavoráveis aos mais idosos. Os sintomas depressivos em consequência da pandemia foram

recorrentemente citados nos artigos selecionados. Segundo Bobes-Bascaran e colaboradores (2020), independentemente do estado mental pré-pandemia, os sintomas depressivos e os estilos de enfrentamento evitativo foram os mais prevalentes na amostra de 2194 idosos avaliados, sendo relacionados com as estratégias de combate empregadas durante eventos de estresse como àqueles com risco de vida, como é o caso do atual estado pandêmico causado pelo novo coronavírus. Sentimentos negativos e deprimidos, que poderiam resultar em sintomas de um quadro maior de depressão, foram citados como provenientes, principalmente, da reclusão e inatividade gerada pelo isolamento forçado devido à necessidade de distanciamento social (Gustavsson & Beckman, 2020).

A depressão agiu como um fator de vulnerabilidade para a saúde mental dos idosos, sendo associada diretamente com os impactos mais significativos da pandemia sobre as mudanças na qualidade de vida dos idosos. Essa condição psicológica pode ser tanto desencadeada pela pandemia quanto ter seu estado agravado neste período de modo a agir como um condicionante de declínio dos níveis de bem-estar, atividade, qualidade de sono e funcionamento cognitivo dos idosos (De Pue et al., 2021). A associação inversa também é percebida já que fatores característicos relacionados a pandemia, como a autopercepção dos idosos sobre seu estado de saúde mais frágil perante à infecção e à presença de pessoas conhecidas infectadas, levou a níveis substancialmente mais altos de depressão, evidenciando o medo da doença como um agente potencial de risco psicológico para essa população (Liang et al., 2021).

Outro aspecto importante encontrado é a relação intrínseca entre a prevalência de sintomas depressivos e ansiosos nos idosos sendo regulados a partir da idade, assim, idosos na faixa etária de até 64 anos apresentaram uma prevalência de depressão em valores maiores daquela vista nos idosos de 75 anos ou mais, indicando uma mudança de resultados em comparação aos de pesquisas da era pré pandemia, onde a relação do aparecimento da doença era contínua com o aumento da idade (Kobayashi et al., 2021). Evidências semelhantes foram obtidas no estudo de Robb e colaboradores (2020) que discorre que a idade mais jovem entre os idosos acaba sendo um fator de risco para o agravamento da depressão e da ansiedade e exemplifica que isso acontece devido aos graus de adaptação e resiliência serem maiores em idosos de idade mais avançada e condições saudáveis. Entretanto, no estudo de Cigiloglu e colaboradores (2021), os indivíduos com 85 anos ou mais tinham maior vulnerabilidade e apresentavam maiores sintomas depressivos e ansiosos e, portanto, piora na qualidade de vida devido às restrições sociais empregadas.

Indivíduos com déficits cognitivos já existentes, como distúrbios neurocognitivos e demência, foram ainda mais afetados pelos efeitos da pandemia de forma que sua exposição e vulnerabilidade às consequências psicossociais à saúde eram mais significativas do que naqueles que não possuíam comorbidades psicológicas anteriores. Esses efeitos foram correlacionados, por estudiosos italianos, com a compreensão da pandemia, a capacidade de seguir as medidas de restrição adotadas e de se adaptar à nova realidade. Idosos que possuíam maiores déficits cognitivos tiveram dificuldade na compreensão do desdobramento da crise de saúde e, no geral, resultou em idosos mais deprimidos e com outros problemas de saúde decorrentes da depressão, como má qualidade de sono e piora na qualidade de vida (Carlos et al., 2020). Idosos com condições crônicas de estresse pós-traumático também sofreram níveis mais altos de depressão e ansiedade no começo da pandemia devido ao maior isolamento social desse grupo (Rutherford et al., 2021).

De acordo com o estudo longitudinal de Herrera e colaboradores (2021), o aumento dos sintomas depressivos está ligado a fatores como o aumento de problemas de saúde e, especialmente, pela exacerbação dos sentimentos de ansiedade e de solidão. O aumento das preocupações devido à pandemia causa sentimentos ansiosos que, por sua vez, promovem o desânimo enquanto, de forma simultânea, a depressão tende a aumentar a ansiedade e, por fim, as preocupações quanto à situação de crise. Os fatores etiológicos resultantes em transtornos de ansiedade, tais como fatores ambientais, medo da doença e a solidão, são semelhantes aos da depressão (Cigiloglu, et al., 2021). Todavia, a ansiedade não está somente ligada com a depressão, ela

pode surgir de sentimentos de medo, preocupações e das próprias mudanças no estilo de vida dos idosos durante a pandemia (Wong et al., 2020).

As pessoas idosas que se sentiam mais desamparadas em relação às medidas de proteção adotadas pelas autoridades governamentais, sofrem de sintomas mais elevados de depressão e ansiedade. O agravamento desses sintomas é causado pela preocupação extrema quanto à doença COVID-19 e não se sentiam confiantes nas medidas adotadas pelas autoridades com relação à sua segurança e bem-estar (Reppas-Rindlibacher et al., 2021). A contaminação ou a presença de sintomas da COVID-19 por mais de 14 dias também é apontada como uma variável causal de preocupações que inferem no aumento dos sintomas de ansiedade (Bobes-Bascaran et al., 2020). Os sentimentos de angústia e estresse fomentados pelo confinamento resultam não somente no deterioramento de condições psicológicas, como os problemas na memória, aumento do desânimo e problemas no sono, mas também no surgimento de outras condições médicas, como disfunções no estômago e no intestino (Herrera et al., 2021).

As repercussões negativas da pandemia na qualidade do sono das pessoas idosas são relatadas na maioria dos artigos avaliados. As implicações desse problema são significativas devido ao impacto gerado nos outros contextos psicológicos já agravados durante a pandemia. Os problemas de sono são mais relatados pelos idosos no aspecto do aumento dos sintomas depressivos e, além disso, uma boa parcela dessa população declara que essas perturbações iniciaram durante a pandemia, não sendo sentidas em momentos anteriores à crise (Herrera et al., 2021). É evidenciado que a diminuição da qualidade do sono é um indicador de sintomas da depressão (De Pue et al., 2021; Carlos et al., 2020). Ademais, o aumento da insônia e da ansiedade após o surto da COVID-19 entra em concordância com os efeitos negativos na saúde mental comumente identificáveis após desastres (Wong et al., 2020).

Um fator de risco que lesa a saúde do idoso é o seu medo de contrair o vírus SARS-CoV-2. É fato que este grupo é o de maior risco, mas o isolamento social extremo trouxe consequências severas, como a negligência, por eles mesmos, de outras enfermidades que os atingem. Na Itália, idosos que não buscaram atendimento médico, sofreram de problemas musculoesqueléticos ou ansiedade, além de outros problemas físicos e psicológicos. É imprescindível ressaltar que a terceira idade é susceptível, não apenas à contaminação da COVID-19, mas a outras doenças (Carlos et al., 2020). Os empenhos para prevenir a contaminação pelo vírus é o ponto principal, mas os esforços para prevenir os danos psicossociais do isolamento social também são relevantes, sendo necessária a conscientização desta população sobre prevenção e cuidados durante a pandemia.

Um estudo comparativo entre Estados Unidos da América e Canadá, durante os primeiros meses da pandemia da COVID-19, concluiu que idosos dos Estados Unidos se sentiram menos apoiados pelo governo federal e apresentaram sintomas de depressão e ansiedade elevados em comparação aos idosos do Canadá (Reppas-Rindlibacher et al., 2021). Na Áustria, a solidão foi maior durante o confinamento em comparação com a fase subsequente de reabertura, ou seja, medidas rápidas de combate ao vírus, realizadas pelo governo federal, evitam que a longo prazo haja efeitos permanentes, principalmente em idosos (Stolz, et al., 2021).

Em um estudo realizado no Chile, 25,25% dos 720 idosos acompanhados já eram solitários antes da pandemia e permaneceram desse modo e 22,43% passaram a sentir solidão. Esta é uma consequência do abandono e do isolamento, principalmente por parte de familiares, provocando consequências negativas. Houve um aumento no que se refere ao consumo de álcool e drogas, como uma forma de amenizar as sequelas da solidão, o que pode gerar outros danos (Herrera et al., 2021). Mulheres idosas fumantes relataram melhorias nos componentes da depressão, mais do que as não fumantes, ocasionadas pelos opioides endógenos que liberam endorfinas, produzindo a sensação de bem-estar, mas que contém também nicotina e alcatrão, além da concentração de mais de 60 substâncias cancerígenas (Robb et al., 2020).

Além de todos os efeitos supracitados da solidão, causada pela situação pandêmica, na saúde de pessoas idosas, ansiedade e depressão são temas que devem ser priorizados. De acordo com estudo realizado no Reino Unido, idosos são mais vulneráveis ao desenvolvimento de ansiedade e depressão como resultado do isolamento social relacionado à COVID-19, em consequência de sua capacidade funcional reduzida, fragilidade, comorbidades e dificuldade na comunicação através de recursos tecnológicos (Robb et al., 2020). O uso de novas tecnologias para incentivar o envolvimento social de idosos, visando diminuir os efeitos da solidão, é uma possível intervenção de apoio psicológico para promover um estilo de vida saudável de idosos durante a pandemia. Ainda que a solidão esteja conectada com aspectos objetivos da sociedade, incluindo as interações sociais reais, não é sinônimo dessas, sendo mais um conceito subjetivo, ligado a como o indivíduo se sente naquele momento diante da sociedade (Schorr, et al., 2021).

O estresse ocasionado pela pandemia em idosos pode levar a um aumento de doenças, tais como o Alzheimer, e debilitar a saúde mental, afetando a qualidade de vida (Whitehead, 2021). A resiliência é fundamental para lidar com o estresse durante a pandemia sendo necessário o desenvolvimento de estratégias e assim diminuir os efeitos diversos sobre a saúde neurocognitiva e mental dos idosos (Vannini et al., 2021).

5. Conclusão

O isolamento social, efeito da pandemia COVID-19, foi capaz de afetar negativamente a qualidade de vida dos idosos, proporcionando consequências na condição de saúde mental. Os sintomas depressivos e de ansiedade elevaram-se durante a pandemia, repercutindo em situações de estresse, insônia, medo e solidão.

Como limitação do estudo nesta pesquisa, alguns artigos da amostra realizaram suas análises considerando a população idosa juntamente com adultos de meia idade. Para futuras pesquisas, têm-se como proposta identificar os impactos na saúde mental de idosos acometidos pela COVID-19.

Referências

- Abu Kamel, A. K., & Alnazly, E. K. (2021). The impact of confinement on older Jordanian adults' mental distress during the COVID-19 pandemic: A web-based cross-sectional study. *Perspectives in Psychiatric Care*, 1-14. <https://doi.org/10.1111/ppc.12798>
- Bezerra, P. C. L., Lima, L. C. R., & Dantas, S. C. (2020). Pandemia da COVID-19 e idosos como população de risco: aspectos para educação em saúde. *Cogitare Enfermagem*, 25, e73307. <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.73307>
- Bobes-Bascarán, T., Sáiz, P. A., Velasco, A., Martínez-Cao, C., Pedrosa, C., Portilla, A., & Bobes, J. (2020). Early psychological correlates associated with COVID-19 in a Spanish older adult sample. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(12), 1287-1298. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.09.005>
- Botelho, L. L. R., de Almeida Cunha, C. C., & Macedo, M. (2011). O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Gestão e sociedade*, 5(11), 121-136. <https://doi.org/10.21171/ges.v5i11.1220>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Carlos, A. F., Poloni, T. E., Caridi, M., Pozzolini, M., Vaccaro, R., Rolandi, E., & Guaita, A. (2020). Life during COVID-19 lockdown in Italy: the influence of cognitive state on psychosocial, behavioral and lifestyle profiles of older adults. *Aging & Mental Health*, 1-10. <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1870210>
- Chu, I. Y. H., Alam, P., Larson, H. J., & Lin, L. (2020). Social consequences of mass quarantine during epidemics: a systematic review with implications for the COVID-19 response. *Journal of travel medicine*, 27(7), taaa192. <https://doi.org/10.1093/jtm/taaa192>
- Cigiloglu, A., Ozturk, Z. A., & Efendioglu, E. M. (2021). How have older adults reacted to coronavirus disease 2019?. *Psychogeriatrics*, 21(1), 112-117. <https://doi.org/10.1111/psyg.12639>
- De Pue, S., Gillebert, C., Dierckx, E., Vanderhasselt, M. A., De Raedt, R., & Van den Bussche, E. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on wellbeing and cognitive functioning of older adults. *Scientific reports*, 11(1), 1-11. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/RE7SM>
- De Souza, E. C., de Oliveira, A. C., Lima, S. V. M. A., de Melo, G. C., & de Araújo, K. C. G. M. (2021). Impactos do isolamento social na funcionalidade de idosos durante a pandemia da COVID-19: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 10(10), e498101018895.

- Gustavsson, J., & Beckman, L. (2020). Compliance to recommendations and mental health consequences among elderly in Sweden during the initial phase of the COVID-19 pandemic—a cross sectional online survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 5380. <https://doi.org/10.3390/ijerph17155380>
- Herrera, M. S., Elgueta, R., Fernández, M. B., Giacoman, C., Leal, D., Marshall, P., & Bustamante, F. (2021). A longitudinal study monitoring the quality of life in a national cohort of older adults in Chile before and during the COVID-19 outbreak. *BMC geriatrics*, 21(143), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02110-3>
- Hozhabri, H., Sparascio, F. P., Sohrabi, H., Mousavifar, L., Roy, E., Scribano, D., & Sarshar, M. (2020). The global emergency of novel coronavirus (SARS-CoV-2): an update of the current status and forecasting. *International journal of environmental research and public health*, 17(16), 1-34. <https://doi.org/10.3390/ijerph17165648>
- Kobayashi, L. C., O'Shea, B. Q., Kler, J. S., Nishimura, R., Palavicino-Maggio, C. B., Eastman, M. R., & Finlay, J. M. (2021). Cohort profile: the COVID-19 Coping Study, a longitudinal mixed-methods study of middle-aged and older adults' mental health and well-being during the COVID-19 pandemic in the USA. *BMJ open*, 11(2), e044965. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2020-044965>
- Lana, R. M., Coelho, F. C., Gomes, M. F. D. C., Cruz, O. G., Bastos, L. S., Villela, D. A. M., & Codeço, C. T. (2020). Emergência do novo coronavírus (SARS-CoV-2) e o papel de uma vigilância nacional em saúde oportuna e efetiva. *Cadernos de Saúde Pública*, 36, e00019620. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00019620>
- Liang, W., Duan, Y., Shang, B., Hu, C., Baker, J. S., Lin, Z., & Wang, Y. (2021). Precautionary behavior and depression in older adults during the COVID-19 pandemic: an online cross-sectional study in Hubei, China. *International journal of environmental research and public health*, 18(4), 1853. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041853>
- Luz, M. P., & Berger, W. (2020). COVID-19 pandemics and mental health: In times like these, we learn to live again. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 69(2), 79-80. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000273>
- Meng, L., Hua, F., & Bian, Z. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19): emerging and future challenges for dental and oral medicine. *Journal of dental research*, 99(5), 481-487. <https://doi.org/10.1177%2F0022034520914246>
- Ministério da Saúde. (2021). *O que é a COVID-19? Brasil: Autor*. <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/o-que-e-o-coronavirus>
- Moher D., Liberati A., Tetzlaff J., & Altman D. G. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLoS Med*, 6(7), e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Müller, F., Röhr, S., Reininghaus, U., & Riedel-Heller, S. G. (2021). Social isolation and loneliness during COVID-19 lockdown: Associations with depressive symptoms in the German old-age population. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 3615. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073615>
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). "Pandemic fear" and COVID-19: mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 232-235. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>
- Peng, X., Xu, X., Li, Y., Cheng, L., Zhou, X., & Ren, B. (2020). Transmission routes of 2019-nCoV and controls in dental practice. *International journal of oral science*, 12(1), 1-6. <https://doi.org/10.1038/s41368-020-0075-9>
- Fapesp. (2021). *O risco das mutações*. <https://revistapesquisa.fapesp.br/o-risco-das-mutacoes/>
- Raiol, R. A. (2020). Praticar exercícios físicos é fundamental para a saúde física e mental durante a Pandemia da COVID-19. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(2), 2804-2813. <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n2-124>
- Reppas-Rindlisbacher, C., Finlay, J. M., Mahar, A. L., Siddhpuria, S., Hallet, J., Rochon, P. A., & Kobayashi, L. C. (2021). Worries, attitudes, and mental health of older adults during the COVID-19 pandemic: Canadian and US perspectives. *Journal of the American Geriatrics Society*. <https://doi.org/10.1111/jgs.17105>
- Robb, C. E., de Jager, C. A., Ahmadi-Abhari, S., Giannakopoulou, P., Udeh-Momoh, C., McKeand, J., & Middleton, L. (2020). Associations of social isolation with anxiety and depression during the early COVID-19 pandemic: a survey of older adults in London, UK. *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389%2Ffpsy.2020.591120>
- Rocha, S. V., Dias, C. R. C., Silva, M. C., Lourenço, C. L. M., & dos Santos, C. A. (2020). A pandemia de COVID-19 e a saúde mental de idosos: possibilidades de atividade física por meio dos Exergames. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 25, 1-4. <https://doi.org/10.12820/rbafs.25e0142>
- Rutherford, B. R., Choi, C. J., Chrisanthopoulos, M., Salzman, C., Zhu, C., Montes-Garcia, C., & Roose, S. P. (2021). The COVID-19 pandemic as a traumatic stressor: Mental health responses of older adults with chronic PTSD. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 29(2), 105-114. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.10.010>
- Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Neiva-Silva, L., & Demenech, L. M. (2020). Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19). *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200063. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>
- Schorr, A. V., Yehuda, I., & Tamir, S. (2021). Loneliness, malnutrition and change in subjective age among older adults during COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(1). <https://doi.org/10.3390/ijerph18010106>
- Silva, V. P. O., Carneiro, L. V., Lucena, W. M. A., Alixandre, A. L., & Oliveira, J. S. (2020). Escala de depressão geriátrica como instrumento assistencial do enfermeiro no rastreamento de sintomas depressivos em idosos institucionalizados. *Brazilian Journal of Development*, 6(3), 12166-12177. <https://doi.org/10.34117/bjdv6n3-188>
- Stolz, E., Mayerl, H., & Freidl, W. (2021). The impact of COVID-19 restriction measures on loneliness among older adults in Austria. *European journal of public health*, 31(1), 44-49. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckaa238>

Vannini, P., Gagliardi, G. P., Kuppe, M., Dossett, M. L., Donovan, N. J., Gatchel, J. R., & Marshall, G. A. (2021). Stress, resilience, and coping strategies in a sample of community-dwelling older adults during COVID-19. *Journal of Psychiatric Research*, 138, 176-185. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.03.050>

Whitehead, B. R. (2021). COVID-19 as a stressor: Pandemic expectations, perceived stress, and negative affect in older adults. *The Journals of Gerontology: Series B*, 76(2), e59-e64. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa153>

World Health Organization. (2010). *Global Recommendations on Physical Activity for Health. Switzerland:Author.* <https://www.who.int/dietphysicalactivity/global-PA-recs-2010.pdf>

World Health Organization. (2021). *Coronavirus. Geneva: Author.* https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_

Wilder-Smith, A., & Freedman, D. O. (2020). Isolation, quarantine, social distancing and community containment: pivotal role for old-style public health measures in the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. *Journal of travel medicine*. <https://doi.org/10.1093/jtm/taaa020>

Wong, S. Y. S., Zhang, D., Sit, R. W. S., Yip, B. H. K., Chung, R. Y. N., Wong, C. K. M., & Mercer, S. W. (2020). Impact of COVID-19 on loneliness, mental health, and health service utilisation: a prospective cohort study of older adults with multimorbidity in primary care. *British Journal of General Practice*, 70(700), e817-e824. <https://doi.org/10.3399/bjgp20X713021>