

Covid-19: implicancias y desafíos para la salud mental de las personas mayores

Fabiano de Abreu Agrela Rodrigues¹

deabreu.fabiano@gmail.com

Maria Clea Marinho Lima²

RESUMEN

La pandemia causó factores que favorecen alteraciones en el estado de salud mental, como la propagación de noticias falsas, el exceso de información, el distanciamiento social y sus repercusiones incluso la empleabilidad y el sustento. La asociación establecida entre el aumento de la edad y el mal pronóstico en el COVID-19, sería sensato plantear la hipótesis de que la angustia emocional evolucionaría de la misma manera, colocando a los ancianos en una situación de vulnerabilidad al virus, así como a los efectos psicológicos de la pandemia y la cuarentena. Sin embargo, la información sobre el impacto y el estado de salud mental de los ancianos es incipiente, y los datos que abordan el impacto de epidemias anteriores en este grupo de edad también son escasos. Para responder a esta necesidad, el presente estudio se realizó para evaluar las implicaciones y los desafíos de la salud mental de los ancianos. Para hacer frente al envejecimiento de la población y a la creciente demanda de servicios adecuados es necesario cualificar a los profesionales sanitarios y aplicar un enfoque multifacético (equipo multidisciplinar). Dichas estrategias se consideran importantes para el mantenimiento de la funcionalidad, la preservación y mejora del rendimiento cognitivo y

¹ PhD, neurocientista, mestre em psicologia, biólogo, historiador, antropólogo, com formações também em neuropsicologia, neurolinguística, inteligência artificial, neurociência aplicada à aprendizagem, filosofia, jornalismo, programação em python e formação profissional em nutrição clínica - Diretor do Centro de Pesquisas e Análises Heráclito; Chefe do Departamento de Ciências e Tecnologia da Logos University International, Professor e investigador na Universidad Santander de México; Cientista no Hospital Universitário Martin Dockweiler; Membro da SFN - Society for Neuroscience, Membro ativo Redilat.

² Estudiante de pregrado de medicina en la Universidad de Aquino Bolivia (UDABOL), psicóloga con especialización en neurociencias, neuropsicología y análisis del comportamiento aplicado (ABA). Hospital Universitário Martin Dockweiler

la calidad de vida, respetando la singularidad de cada persona y la atención sanitaria integral, sin infringir los principios del Servicio Nacional de Salud (SNS). También se enfatiza la necesidad de observar al apoyo y soporte familiar, requiriendo que la familia, junto con el anciano, reflexione y discuta las estrategias necesarias.

Palabras clave: covid-19; salud mental; ancianos.

Covid-19: Implications and challenges for elderly mental health

ABSTRACT

The pandemic has brought several factors that can favor changes in the mental health condition, such as misinformation or fake news, excess information, social distance, and its repercussions, including the employability and livelihood of many. Given the established association between increasing age and poor prognosis in COVID-19, it would be sensible to hypothesize that emotional distress would evolve in the same way, placing the elderly in a situation of vulnerability to the virus, as well as to the psychological effects of the pandemic and quarantine. However, information on the impact and mental health status of the elderly during the COVID-19 outbreak is incipient, and data addressing the impact of previous epidemics in this age group are also scarce. To meet this need, the present study was carried out to assess the implications and challenges of the mental health of the elderly. Therefore, to deal with the aging population and the growing demand for adequate services, there is a need for the qualification of health professionals, and the implementation of a multifaceted approach (multidisciplinary team). Such strategies are considered important for maintaining functionality, preserving and improving cognitive performance and quality of life, respecting the uniqueness of each elderly person, and comprehensive health care, not violating the doctrinal principles of the National Health Service (NHS). It also emphasized the need to look at family support and support, requiring the family, together with the elderly, to reflect and discuss the necessary strategies.

Keywords: covid 19; mental health; elderly.

Artículo recibido: 03 marzo 2022

Aceptado para publicación: 20 marzo 2022

Correspondencia: deabreu.fabiano@gmail.com

Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

INTRODUCCIÓN

La pandemia causó varios factores que pueden favorecer los cambios en el estado de salud mental, como la desinformación o las noticias falsas, el exceso de información, el distanciamiento social y sus repercusiones, incluso en la empleabilidad y el sustento de muchos (RANSING et al., 2020).

Además, cabe destacar que, en el contexto de la actual pandemia, la población de edad avanzada está incluida en el grupo de riesgo de infección por Covid-19, factor que puede considerarse de riesgo para el desarrollo de cambios emocionales motivados por la ansiedad y el miedo a la contaminación y también a lo desconocido. La pandemia se presenta como una situación estresante durante el periodo de alejamiento, que puede provocar cambios en las condiciones de salud mental, así como empeorar las condiciones de los que ya están afectados (BROOKS et al., 2020).

Según Morens, Folkers y Fauci (2009), las pandemias se conocen como epidemias que se propagan rápidamente por varios países y afectan a un número relativamente grande de personas. Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el brote de COVID-19 comenzó en China el 31 de diciembre de 2019 y desde entonces se ha extendido por múltiples lugares y poblaciones. En el último informe de la OMS, publicado el 20 de agosto de 2021, se documentan 209.876.613 casos confirmados y 4.400.284 muertes, con registros en países de todas las regiones del mundo (OMS, 2020). En Brasil, el primer caso de la enfermedad se notificó el 25 de febrero de 2020 y el número de personas afectadas por el virus ha ido aumentando gradualmente desde entonces (MARSON, 2020).

Primeros casos en Bolivia, Portugal y Brasil

Una mujer de 78 años residente en la ciudad de Santa Cruz de la Sierra fue la primera víctima del coronavirus COVID-19 en Bolivia, un caso que se detectó el 26 de marzo de 2020. La autoridad ministerial indicó que la mujer falleció por dificultad respiratoria severa, neumonía típica y coronavirus positivo. La víctima contrajo el virus a través del contacto con un familiar que llegó de fuera del país (Ministerio de Salud, 2020).

En Portugal, la contaminación por SARS-CoV-2 comenzó el 2 de marzo de 2020, con dos casos importados de España e Italia. En regiones muy pobladas, han aparecido varios brotes principalmente en grupos de riesgo, sobre todo en la población de edad avanzada

que reside en residencias de ancianos, en algunos sectores de la construcción y asociados a cuestiones laborales (Ministério da Saúde, 2020).

En Brasil, se confirmó el primer caso de Covid-19 en São Paulo. El hombre de 61 años ingresó en el Hospital Israelita Albert Einstein el 25 de febrero con antecedentes de viaje a Italia, región de Lombardía (Ministerio da Saúde, 2020).

Dada la asociación establecida entre el aumento de la edad y el mal pronóstico en el COVID-19, sería sensato plantear la hipótesis de que la angustia emocional evolucionaría de la misma manera, colocando a los ancianos en una situación de vulnerabilidad al virus, así como a los efectos psicológicos de la pandemia y la cuarentena. Sin embargo, hay poca información sobre el impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los ancianos fuera de China (ARMITAGE & NELLUMS, 2020).

Los estudios realizados con la población de China, el primer país que adoptó la cuarentena y el aislamiento social como medidas de protección contra la propagación del nuevo coronavirus, indican que existen posibles consecuencias psicológicas de este confinamiento masivo (LUO et al, 2020). Los resultados mostraron tasas más elevadas de ansiedad, depresión, consumo nocivo de alcohol y menor bienestar mental que las tasas habituales de la población (AHMED et al, 2020). En general, los pacientes con COVID-19 confirmado o sospechoso pueden sentir miedo a las consecuencias de la infección, potencialmente mortales, y los que están en cuarentena pueden sentir aburrimiento, soledad y rabia (XIANG et al., 2020). Además, los síntomas de la infección, como la fiebre, la hipoxia y la tos, así como los efectos adversos del tratamiento, como el insomnio causado por los corticosteroides, pueden provocar un empeoramiento de la ansiedad y la angustia mental (LIU et al., 2003).

El estrés mental y la ansiedad pueden servir de ignición a las enfermedades cardiovasculares, tanto en su forma crónica como aguda. Las alteraciones fisiológicas que pueden causar, principalmente en la hemostasia y el metabolismo intermediario nos revelan esta característica. También es pertinente referirse a la hiperactividad simpática y a la inhibición vagal que desencadena el estrés. En este caso y cuando se observa, provoca un desequilibrio en la actuación del sistema nervioso autónomo que puede ser responsable de causar isquemia y eventos arrítmicos, más importantes en presencia de disfunción (YANO y RODRIGUES, 2021, p 44264).

El aumento de la esperanza de vida de la población y el descenso de las tasas de fecundidad y mortalidad han provocado el crecimiento de la proporción de personas mayores en Brasil. Según el Instituto Brasileño de Geografía y Estadística (IBGE), el número de personas mayores debe pasar de 14,9 millones (7,4% de la población) en 2013 a 58,4 millones en 2060, lo que corresponde al 26,7% de la población (MAGALHÃES et al, 2016). El crecimiento de la población de edad avanzada provoca un aumento de las personas con riesgo de adquirir enfermedades neurológicas y psiquiátricas. Dichas enfermedades constituyen un grave problema de salud pública y están asociadas a un empeoramiento de la calidad de vida (SANTOS, 2015).

Así, la Política Nacional de Salud del Adulto Mayor recomienda la formación de profesionales de la salud para la atención integral y señala que ésta debe permitir la sistematización de la atención, con énfasis en las acciones dirigidas a la promoción de la salud, la prevención de discapacidades y el mantenimiento del desempeño cognitivo de los adultos y adultos mayores que viven en la comunidad (FALCÃO & ARAÚJO, 2018). Sin embargo, las personas mayores siguen sin tener garantizada una participación activa en su proceso de salud-enfermedad y no tienen garantizada la salud, lo que dificulta el mantenimiento de la salud mental y la adherencia al tratamiento.

Los ancianos de Bolivia pasarán del 8,1% de la población total en 2012, al 9,5% en 2020 y al 11,5% en 2030, una tendencia que refleja el inicio del proceso de envejecimiento de la población en el Estado Plurinacional de Bolivia. En 2020, la esperanza de vida de los hombres aumentará a 70,5 años y la de las mujeres a 77,5 años. La transformación de la pirámide poblacional se manifiesta también en la actual esperanza de vida media, que alcanza los 72,5 años: 69,1 años para los hombres y 75,9 años para las mujeres (Instituto Nacional de Estadística, 2017).

Con el mayor porcentaje de población de edad avanzada (más de 65 años), Portugal es el cuarto país más envejecido de la Unión Europea, siendo el Alentejo la región con más ancianos, según los datos publicados por la oficina europea de estadística, Eurostat. Según Eurostat, Portugal registró un porcentaje del 22,1% de personas mayores de 65 años en 2020, el cuarto más alto de la UE, por encima de la media europea del 20,6%. En 2011 (el primero del que se dispone de datos), había alrededor de un 18,7% de portugueses mayores de 65 años, una cifra que ha ido aumentando con el tiempo, registrando un 21,8% en 2019 (Eurostat, 2020).

Cabe destacar que el proceso de envejecimiento está impregnado de acumulaciones de pérdidas simbólicas y reales, teniendo en cuenta que en esta etapa de la vida se produce una importante disminución del vigor físico y del sentido de la productividad. Las pérdidas de seres queridos son frecuentes, lo que conlleva el debilitamiento de las relaciones afectivas y la disminución de la interacción social, ya que la viudez carga a la vejez con el peso de la soledad y el sentimiento de pérdida de la fuente de apoyo social (DOS SANTOS RIBEIRO, 2018).

La ansiedad y el miedo inherentes a toda situación de pandemia, a nivel de salud mental, desarrollarán respuestas a nivel cerebral con mucha variación en el orden de escala de complejidad. La sensación de inseguridad es constante, así como el miedo a contraer la enfermedad, unido a la insuficiencia de recursos para combatir la pandemia con eficacia. Además, la privación del contacto con los miembros de la familia y la distancia social contribuyen con un impacto en la sociedad y en la forma de construirla y gestionarla (YANO y RODRIGUES, 2021, p 44264).

La pérdida del olfato, o anosmia, es otro síntoma que se da con frecuencia, así como la posibilidad de pérdida de memoria porque la proteína Covid-19 se adhiere a los astrocitos, células de la glía de soporte neuronal, perjudicando su función con la neurona de alimentación, suministro de energía y limpieza de la célula, perjudicando la memoria. El origen de la pérdida de la capacidad de percibir y distinguir los olores puede deberse a cambios en las neuronas sin que éstas se infecten. Las neuronas olfativas son las células que transmiten los olores al cerebro, ya que carecen del sitio de acoplamiento primario, que es un receptor para el SARS-CoV 2, y hasta la fecha no hay pruebas científicas que demuestren su capacidad para sufrir la infección. La pérdida de olfato puede ser el resultado de una interacción entre el virus y otro receptor de las neuronas olfativas o del contacto con las células no neuronales que forman el revestimiento de la nariz es objeto de investigación por parte de la comunidad científica. En este sentido, podemos concluir que el virus no necesita propagarse dentro de las neuronas para causar estos misteriosos síntomas neurológicos que ahora surgen de la enfermedad (YANO y RODRIGUES, 2021, p 44262).

A medida que avanza la edad, existe entonces la posibilidad de la aparición de algún deterioro psicológico, que es más frecuente en las personas mayores de sexo femenino (SILVA et al., 2018; MARTINS et al., 2016; NOORBALA et al., 2017), las personas

mayores insatisfechas con la vida, que presentan alteraciones mentales (SILVA et al., 2018) o físicas, que consumen habitualmente bebidas alcohólicas y las que han declarado haber fumado en algún momento de su vida (NOORBALA et al., 2017). La insatisfacción de los ancianos con la vida se produce por varias razones, una de ellas es el cerebro formateado por medio de los problemas a lo largo de la vida, saturado y moldeado a un ambiente más negativo debido a las circunstancias de la experiencia. La percepción de la proximidad de la muerte también afecta, ya que somos organismos con instintos de supervivencia. Covid-19 aumenta los riesgos de enfermedades neurodegenerativas, especialmente en los casos con precursores genéticos, debido a este daño en el sistema nervioso en relación con las células neuronales y de soporte. Es necesario prestar más atención a los ancianos que han adquirido la enfermedad con terapias cognitivas y para desarrollar la plasticidad cerebral.

Los aspectos de comportamiento y de la salud mental de los brasileños se vieron afectados por la pandemia. Entre mayo y junio de 2020, se realizó un estudio con hombres y mujeres de varias regiones del país (Distrito Federal y 26 estados brasileños), que mostró que un gran número de personas presentaba síntomas de ansiedad, estrés y depresión (Serafim AP, Durães RSS, Rocca CCA, Gonçalves PD, Saffi F, Cappellozza A, et al, 2021). También hubo un mayor consumo de alimentos, medicamentos, cigarrillos y drogas ilícitas. Las mujeres se vieron más afectadas emocionalmente, con un 40,5% de síntomas de depresión, un 34,9% de ansiedad y un 37,3% de estrés. La investigación se realizó con 3 mil voluntarios y fue dirigida por el neuropsicólogo Antônio de Pádua Serafim, del Instituto de Psiquiatría (IPq) del Hospital das Clínicas (HC) de la Facultad de Medicina de la USP (FMUSP).

Otro dato interesante reveló otra cara de la cuestión de género, además del perfil de una mujer multitarea que concilia el trabajo doméstico y la vida profesional. Los que vivían solos y no tenían hijos también se veían afectados por la angustia emocional. Las mujeres que se encuentran en esta situación presentan niveles más altos de estrés, depresión y ansiedad. Según el estudio, es probable que se asocien otras variables que contribuyen a la enfermedad de los entrevistados. Muchos tenían antecedentes de enfermedades crónicas (25,9%), estaban en contacto con personas diagnosticadas de Covid-19 (35,2%) y estaban desempleados. La falta de perspectivas e incertidumbre sobre el futuro, que habría causado más sentimientos de impotencia, ansiedad, angustia, causando más

sentimientos de malestar y falta de perspectivas e incertidumbre sobre el futuro, fue una de las hipótesis planteadas por el investigador (Serafim AP, Durães RSS, Rocca CCA, Gonçalves PD, Saffi F, Cappellozza A, et al. (2021).

En cuanto al arreglo familiar, el estudio realizado con personas mayores en Paraná por Lentsck et al. (2015), señala que el cambio en la estructura familiar, caracterizado por el aumento de personas mayores viudas o divorciadas y que viven solas, asociado a los desafíos de la sociedad contemporánea, puede justificar la mayor prevalencia para la aparición de síntomas depresivos.

También son frecuentes los trastornos relacionados con el abuso de alcohol y otras drogas lícitas. La demencia afecta a entre el 1% y el 8% de la población mayor, convirtiéndose en un importante problema de salud pública y promoviendo cambios de comportamiento y psicológicos en esta población (MALTA, 2017).

En los grupos vulnerables al desarrollo de alteraciones en el estado de salud mental se encuentran las personas mayores, especialmente aquellas que ya tienen algún deterioro cognitivo, ya que las pérdidas cognitivas y afectivas y el desapego pueden ser factores de riesgo para la aparición de trastornos mentales y para producir un impacto directo en la calidad de vida (CASTRO & MACHADO, 2020).

Un estudio realizado en el interior de São Paulo por JÚNIOR, MARTINS y MARIN (2016) mostró que la tercera causa más frecuente de demanda de los ancianos por parte de la Estrategia de Salud de la Familia (ESF) estaba relacionada con los trastornos del comportamiento. Entre ellos, el 55% recibió prescripciones de medicamentos para ansiolíticos y el 29,7% para antidepresivos. Dado que la Atención Primaria se considera la puerta de entrada a la asistencia sanitaria, cabe destacar la necesidad de invertir más en la promoción de la salud mental y la prevención de los trastornos mentales.

Las alteraciones del envejecimiento pueden influir en el deterioro cognitivo y contribuir a la aparición de manifestaciones físicas, psicológicas y sociales. Este declive cognitivo puede evaluarse como un factor de riesgo para la aparición de síntomas depresivos y demencia. Muchas veces, debido al olvido de los familiares, los ancianos quedan al margen de la sociedad, sin apoyo emocional y psicológico, lo que acaba dificultando el establecimiento de relaciones afectivas, familiares y sociales tan importantes para la convivencia del ser humano en sociedad (RIBEIRO et al., 2017).

La adaptación de las estrategias de las diferentes fases de pre-crisis, intra-crisis y post-crisis debe ser construida en consecuencia para la gestión de este problema. Los efectos más reportados de la cuarentena y el aislamiento social, diez meses después del inicio de la crisis sanitaria, incluyen síntomas como la confusión y la ira, el estrés postraumático, la apatía y los sentimientos de soledad en relación con la realidad, causando enormes pérdidas de bienestar psicológico (YANO y RODRIGUES, 2021, p 44264). La intervención pública es necesaria, ya que en muchos casos los ancianos son olvidados por sus familias, es necesaria una atención especial a aquellos que sirvieron como seres humanos a un país pagando sus impuestos y trabajando. El gobierno debería prestarles atención y no esperar a la familia.

Entre los principales trastornos mentales, los más comunes incluyen la depresión y los trastornos mentales comunes, caracterizados por síntomas de ansiedad, insomnio, fatiga, irritabilidad, olvido, dificultad de concentración y quejas somáticas, presentando un impacto negativo y limitante, considerado un grave problema de salud pública (YIMAM, KEBEDE & AZALE, 2014).

Los síntomas neurológicos que más persisten en los pacientes afectados por el SARS-CoV2 suelen ser de menor gravedad, aunque no es fácil descubrir el diagnóstico y cerrar un cuadro clínico único. Incluso después del alta, muchos pacientes pueden sufrir síntomas físicos, experimentando una serie de indicadores relevantes, y muchos experimentan pérdida de memoria (de duración variable), confusión y otras desorientaciones mentales. El desarrollo de la fatiga muscular y la confusión mental puede durar meses, experimentada por muchas personas incluso después de un caso leve, no necesariamente estimulando el sistema inmunológico para salirse de control (YANO y RODRIGUES, 2021, p 44262).

Puede haber muchos efectos relacionados con el dolor derivados de un ataque a las neuronas sensoriales, así como a los nervios que se extienden desde la médula espinal, que reciben información de los procesos internos del cuerpo y del propio entorno. Existe una comprensión progresiva por parte de los investigadores sobre el SARS-CoV-2 de cómo podría secuestrar las neuronas llamadas nociceptores o neuronas sensibles al dolor con el fin de producir algunos síntomas característicos del COVID-19 (YANO y RODRIGUES, 2021, p 4426).

La depresión y la ansiedad son comúnmente atribuidas al proceso natural de envejecimiento, siendo acompañadas por pérdidas de trabajo, pérdidas sociales, cambio de roles y nuevas condiciones de salud (DE MEDEIROS POSSATTO & RABELO, 2017). Por ello, al estar interconectados con hechos comunes de la vida cotidiana, existe una falta de diagnóstico y tratamiento adecuado, así como una escasez de acciones dirigidas a promover la salud mental de la población en cuestión.

Según Matos (2016), es la asociación de la depresión a cambios a nivel estructural y funcional del cerebro, que se expresan de forma demostrable por la disminución de áreas, como el hipocampo, el cerebelo y la corteza prefrontal, originando así cambios en el procesamiento de la información, la percepción el aprendizaje, la memoria, la atención, la vigilancia, el razonamiento y la capacidad de resolución de problemas, además de las implicaciones en el tiempo de reacción, el tiempo de movimiento y la velocidad de ejecución, produciendo, por tanto, un intenso impacto en la vida cotidiana, el bienestar y, sobre todo, la calidad de vida de la persona que envejece.

La investigación sobre el estado de salud mental de los ancianos durante el brote de Covid-19 es incipiente, y los datos que abordan el impacto de las epidemias anteriores en este grupo de edad también son escasos (EL HAYEK et al., 2020), se observa que hubo una exclusión de los pacientes mayores de los ensayos clínicos (Lithander et al., 2020). Se estima que pasarán años antes de que comprendamos el alcance total del desastre de Covid-19, pero un aspecto de la destrucción está claro: los adultos mayores constituyeron el grupo de edad más afectado. El ochenta por ciento de las muertes en Estados Unidos se produjo entre personas de sesenta y cinco años o más (CDC, 2020; MONAHAN et al, 2020).

Un porcentaje importante de la población puede sufrir las consecuencias del COVID-19 a corto o largo plazo. Por lo tanto, se considera importante implementar acciones que incluyan la atención a la salud mental de los ancianos, como el acceso a los medicamentos y el asesoramiento psicológico en el período de la pandemia y posteriormente. Se destaca la importancia de garantizar a esta población una información precisa como forma de contener el miedo y la ansiedad, además de poner a su disposición canales de escucha que aporten información práctica sobre cómo afrontar y gestionar las situaciones de estrés (BROOKS et al., 2020).

Tener una renta familiar reducida debido a los impactos de la enfermedad en el escenario económico local y la exposición a información negativa sobre el COVID-19 (como el número de muertos e infectados), por ejemplo, pueden ofrecer más riesgo para la salud mental. De este modo, los factores económicos y la pérdida de ingresos de las familias requieren una atención especial, lo que puede reforzar la necesidad de políticas públicas y prestaciones de ayuda financiera en este periodo (LI & MUTCHLER, 2020). También es importante desarrollar intervenciones en atención primaria dirigidas a la prevención, como campañas y acciones sanitarias (TULLY ET AL., 2019).

Aunque la depresión es una patología mental incapacitante responsable de la pérdida de autonomía, funcionalidad y agravamiento de otras patologías, además de afectar directamente a la calidad de vida, sigue estando muy infradiagnosticada porque los profesionales sanitarios creen que sus síntomas están relacionados con el proceso de envejecimiento (RIBEIRO et al., 2017). El conocimiento de tales hechos por parte de los profesionales sanitarios es necesario, ya que existe un elevado número de personas mayores deprimidas que llegan a los servicios sanitarios a través de las urgencias, en ocasiones con otras dolencias (LIMA et al., 2016). En cierto modo, existe una relación entre la vejez y la depresión, debido a los cambios anatómicos en el cerebro como consecuencia de una vida con muchos problemas como la ansiedad y el estrés, lo que facilita la aparición de la depresión.

Además, según (Lima et al., 2016), la depresión se relaciona con otras numerosas comorbilidades, interfiriendo tanto en la adherencia al tratamiento como en los procesos inflamatorios y degenerativos a menudo relacionados con alteraciones cerebelosas y cerebrales, además de ser, para (Silva et al., 2018), considerada un factor de riesgo para un peor pronóstico de enfermedades crónicas, como la diabetes y el síndrome coronario. Hasta que no podamos medir la tasa de infección de toda la población, no sabremos si los adultos mayores son más susceptibles que los jóvenes a las infecciones por Covid-19. Sin embargo, sabemos que los adultos mayores con Covid-19 son más propensos a desarrollar síntomas graves, como enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) (MALTA et al., 2017).

Este escenario se presenta como consecuencia de la disminución de las tasas de fecundidad y el aumento de la esperanza de vida de la población, lo que se refleja en cambios en el perfil de las causas de muerte, en el que, anteriormente, estaba marcado por

las enfermedades transmisibles y actualmente prevalecen las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) (MALTA et al., 2017).

Formar parte del grupo de riesgo del nuevo coronavirus, es decir, estar embarazada, tener más de 60 años o padecer enfermedades preexistentes como la diabetes y las cardiopatías, supone un mayor riesgo de padecer la enfermedad en su forma agravada (OMS, 2020).

En este contexto, un estudio descriptivo realizado con pacientes ancianos de la Consulta Externa de Geriatría/HC-UNICAMP señala que la resiliencia es un factor de protección emocional en los ancianos afectados por enfermedades crónicas, ya que se asocia a la preservación de la funcionalidad de los individuos, así como a una menor predisposición a los síntomas depresivos (PORTELLA, 2015).

Koenig (2020) analiza cómo la religión y la espiritualidad pueden desempeñar un papel como factor de riesgo o de protección. Por otro lado, las personas mayores religiosas pueden sentir una tensión adicional por no poder asistir a los servicios. Al mismo tiempo, para estas personas mayores, su fe también puede servir como un importante mecanismo de afrontamiento, además, estamos aprendiendo cómo COVID-19 puede impactar también en el personal que las cuida.

Además, hay que tener en cuenta las consecuencias sociales de la cuarentena. La desconexión social es especialmente importante para este grupo de edad menos acostumbrado a las tecnologías digitales, ya que pueden limitar el compromiso social, interferir en las rutinas diarias, aumentar la inactividad, incrementar el consumo de drogas y disminuir la estimulación sensorial. Todas estas circunstancias, junto con el aislamiento, pueden tener un impacto negativo en la salud mental de la población mayor (ARMITAGE & NELLUMS, 2020). Por otro lado, el aumento del uso de las redes sociales por parte de niños, jóvenes y adultos está trayendo graves consecuencias a la sociedad, como el aumento del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH), trastornos enmarcados en los de personalidad histriónica, adicciones, depresión y trastornos de ansiedad. El ciclo de dopamina relacionado con las redes sociales y el "secuestro de la amígdala" se han convertido en factores que han desencadenado graves problemas que afectan a la sociedad en el presente y que traerán consecuencias para el futuro.

Finalmente, la pandemia trajo a la luz la necesidad de atención gerontológica de forma calificada y segura, también la importante acción de educación y formación profesional para atender las demandas del público objetivo (DE ALMEIDA & SANTANA, 2020)

respetando la singularidad de cada anciano y la atención integral de la salud, no infringiendo los principios doctrinarios del Servicio Nacional de Salud (SNS).

La comunidad científica debe considerar, a nivel neurológico, que ya se ha demostrado el daño a las células de soporte que afectan al sistema nervioso central. La entrada directa del virus en las células nerviosas es el principal mecanismo que provoca daños a nivel celular. Las células nerviosas alteran su actividad debido a condiciones inflamatorias externas y pueden causar daños permanentes (YANO y RODRIGUES, 2021, p 44262).

CONCLUSIÓN

Por lo tanto, para hacer frente a la crisis de salud mental, al envejecimiento de la población y a la creciente demanda de servicios adecuados, es necesaria la cualificación de los profesionales sanitarios, la aplicación de un enfoque multifacético (equipo multidisciplinar), la prestación de tratamientos psiquiátricos, el uso de plataformas de asesoramiento en línea y los programas de rehabilitación. Dichas estrategias se consideran importantes para el mantenimiento de la funcionalidad, la preservación y la mejora del rendimiento cognitivo y la calidad de vida (LIMA et al., 2016), respetando la singularidad de cada persona mayor y la atención sanitaria integral, no vulnerando los principios doctrinales del Sistema Nacional de Salud (SNS). También se enfatiza la necesidad de mirar a este grupo en cuanto al apoyo y soporte familiar, ya que la distancia social no justifica ni caracteriza el abandono, requiriendo que la familia, junto con el anciano, reflexione y discuta las estrategias necesarias para el momento oportuno, existiendo también la necesidad de que el gobierno intervenga en este cuidado, no dependiendo sólo de la familia. (DE ALMEIDA & SANTANA, 2020).

En este sentido, cabe destacar la importancia de las terapias de rehabilitación cognitiva que ayudan a la neuroplasticidad. La rehabilitación neuropsicológica, la terapia cognitivo-conductual (TCC), la terapia ocupacional y el análisis del comportamiento son algunos ejemplos de herramientas valiosas para ayudar a la modificación del cerebro y al desarrollo de nuevas habilidades cognitivas.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

AHMED, Md Zahir et al. Epidemic of COVID-19 in China and associated psychological problems. *Asian journal of psychiatry*, v. 51, p. 102092, 2020. [https://10.1016/j.ajp.2020.102092](https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102092).

- ARMITAGE, Richard; NELLUMS, Laura B. COVID-19 and the consequences of isolating the elderly. *The Lancet Public Health*, v. 5, n. 5, p. e256, 2020. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(20\)30061-X](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(20)30061-X).
- BROOKS, Samantha K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: a rapid review of the evidence. *The Lancet*, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8).
- CASTRO-DE-ARAUJO, Luís Fernando Silva; MACHADO, Daiane Borges. Impact of COVID-19 on mental health in a Low and Middle-Income Country. *Ciência & saúde coletiva*, v. 25, p. 2457-2460, 2020. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10932020>.
- CORONAVIRUS DISEASE 2019 (COVID-19): SITUATION REPORT. World Health Organization (WHO), 2020. Disponível em: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200121-sitrep-1-2019-ncov.pdf?sfvrsn=20a99c10_4. Acesso em: 30 de maio de 2021.
- DAILY UPDATES OF TOTALS BY WEEK AND STATE: PROVISIONAL DEATH COUNTS FOR CORONAVIRUS DISEASE (COVID-19). Center for Disease Control and Prevention, 2020. Disponível em: https://www.cdc.gov/nchs/nvss/vsrr/covid_weekly/index.htm. Acesso em: 15 de maio de 2021.
- DE ALMEIDA HAMMERSCHMIDT, Karina Silveira; SANTANA, Rosimere Ferreira. Saúde do idoso em tempos de pandemia Covid-19. *Cogitare enfermagem*, v. 25, 2020. <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.72849>.
- DE MEDEIROS POSSATTO, Jessica; RABELO, Dóris Firmino. Condições de saúde psicológica, capacidade funcional e suporte social de idosos. *Revista Kairós: Gerontologia*, v. 20, n. 2, p. 45-58, 2017. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2017v20i2p45-58>.
- DOS SANTOS RIBEIRO, Valéria et al. Qualidade de vida e depressão em domicílios no contexto doméstico. *Enfermería Actual de Costa Rica*, n. 34, p. 53-66, 2018. <https://dx.doi.org/10.15517/revenf.v0i34.30983>.
- EL HAYEK, Samer et al. Geriatric mental health and COVID-19: An eye-opener to the situation of the Arab countries in the Middle East and North Africa Region. *The*

- American Journal of Geriatric Psychiatry, 2020.
<https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.05.009>.
- Eurostat (European Statistics System), 2020. <https://ec.europa.eu/eurostat>.
- FALCÃO, Deusivania VS; DE ARAÚJO, Ludgleydson Fernandes. Idosos e saúde mental. Papirus Editora, 2018.
<https://www.ine.gov.bo/index.php/poblacion-adulta-mayor-boliviana-tiende-a-incrementarse-en-los-proximos-anos>.
- JÚNIOR, Venício Aurélio Onofri; MARTINS, Vinícius Spazzapan; MARIN, Maria José Sanches. Atenção à saúde do idoso na Estratégia Saúde da Família e a presença de transtornos mentais comuns. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 19, n. 1, p. 21-33, 2016. <https://dx.doi.org/10.1590/1809-9823.2016.15004>.
- KOENIG, Harold G. Ways of protecting religious older adults from the consequences of COVID-19. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, v. 28, n. 7, p. 776-779, 2020. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.04.004>.
- LENTSCK, Maicon Henrique et al. Prevalência de sintomas depressivos e sinais de demência em idosos na comunidade. 2015.
<http://dx.doi.org/10.5216/ree.v17i3.34261>.
- LI, Yang; MUTCHLER, Jan E. Older adults and the economic impact of the COVID-19 pandemic. *Journal of Aging & Social Policy*, v. 32, n. 4-5, p. 477-487, 2020. <https://doi.org/10.1080/08959420.2020.1773191>.
- LIMA, Ana Maraysa Peixoto et al. Depression in the elderly: a systematic review of the literature. *Revista de epidemiologia e controle de infecção*, v. 6, n. 2, p. 96-103, 2016. <http://dx.doi.org/10.17058/reci.v6i2.6427>.
- LITHANDER, Fiona E. et al. COVID-19 in older people: a rapid clinical review. *Age and aging*, v. 49, n. 4, p. 501-515, 2020. <https://doi.org/10.1093/ageing/afaa093>.
- LIU, T. B. et al. Recommendations on diagnostic criteria and prevention of SARS-related mental disorders. *J Clin Psychol Med*, v. 13, n. 3, p. 188-91, 2003.
- LUO, Min, et al. The psychological and mental impact of coronavirus disease 2019 (COVID-19) on medical staff and the general public—A systematic review and meta-analysis. *Psychiatry research*, p. 113190, 2020. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113190>.

- MAGALHÃES, Juliana Macêdo et al. Depressão em idosos na estratégia saúde da família: uma contribuição para a atenção primária. *Revista Mineira de Enfermagem*, v. 20, 2016. <http://www.dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20160016>.
- MALTA, Deborah Carvalho et al. A implantação do Sistema de Vigilância de Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil, 2003 a 2015: alcances e desafios. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 20, p. 661-675, 2017. <https://doi.org/10.1590/1980-5497201700040009>.
- MARSON, FA Lima; ORTEGA, M. M. COVID-19 in Brazil. *Pulmonology*, v. 26, n. 4, p. 241, 2020. <https://doi.org/doi:10.1016/j.pulmoe.2020.04.008>.
- MARTINS, Andréa Maria Eleutério de Barros Lima et al. Associação entre transtornos mentais comuns e condições subjetivas de saúde entre idosos. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 21, p. 3387-3398, 2016. <https://dx.doi.org/10.1590/1413-812320152111.07842015>.
- MATOS, Ana Isabel Pinto de et al. Efeito de dois programas: intervenção psicomotora e treino cognitivo, na Função Cognitiva e Depressão em Idosos. 2016. Dissertação de Mestrado.
- MENTAL HEALTH. World Health Organization (WHO), 2019. Mental Health: a state of well-being. Disponível em: https://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/. Acesso em: 30 de maio de 2021.
- Ministerio de Salud (10 de marzo de 2020). “Ministerio de Salud reporta dos casos confirmados de coronavirus y pide calma a la población”. Ministerio de Salud [página web]. Recuperado de <https://www.minsalud.gob.bo/3967-ministro-de-salud-reporta-dos-casos-confirmados-de-coronavirus-y-pide-calma-a-la-poblacion>. Instituto Nacional de Estadística, 2017.
- MONAHAN, Caitlin et al. COVID-19, and ageism: How positive and negative responses impact older adults and society. *American Psychologist*, 2020. <https://doi.org/doi:10.1037/amp0000699>.
- MORENS, David M.; FOLKERS, Gregory K.; FAUCI, Anthony S. What is a pandemic?. *The Journal of Infectious Diseases*, 2009. <https://doi.org/doi:10.1086/644537>.
- NOORBALA, Ahmad Ali et al. Mental health survey of the Iranian adult population in 2015. *Archives of Iranian medicine*, v. 20, n. 3, p. 0-0, 2017.

- PORTELLA, Arlete et al. Resiliência psicológica: fator de proteção para idosos no contexto ambulatorial. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 2015. <http://dx.doi.org/10.1590/1809-9823.2015.13201>.
- Portugal. Relatório de Situação Epidemiologica em Portugal de 16 de julho. Lisboa: Direção-Geral de Saúde; 2020. [acesso em 2020 jul 17]. Disponível em: <https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2020/07/i026477.pdf>
- PROJEÇÃO DA POPULAÇÃO DO BRASIL E UNIDADES DA FEDERAÇÃO POR SEXO E IDADE PARA O PERÍODO DE 2000 A 2030. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), 2015. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao>. Acesso em: 12 de mar. de 2021.
- RANSING, Ramdas et al. Mental health interventions during the COVID-19 pandemic: a conceptual framework by early career psychiatrists. *Asian journal of psychiatry*, v. 51, p. 102085, 2020. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102085>.
- RIBEIRO, Mariana dos Santos et al. Coping strategies used by the elderly regarding aging and death: an integrative review. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 20, n. 6, p. 869-877, 2017. <https://doi.org/10.1590/1981-22562017020.170083>.
- Roberto Yano and Fabiano de Abreu Rodrigues. “Covid-19 - risks to the central nervous system and cardiovascular damage”, *International Journal of Development Research*, 11, (02), 44261-44264.
- SANTOS, Carolina Araújo dos, et al. Depressão, déficit cognitivo e fatores associados à desnutrição em idosos com câncer. *Ciência & saúde coletiva*, v. 20, p. 751-760, 2015. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015203.06252014>.
- Serafim AP, Durães RSS, Rocca CCA, Gonçalves PD, Saffi F, Cappellozza A, et al. (2021) Exploratory study on the psychological impact of COVID-19 on the general Brazilian population. *PLoS ONE* 16(2): e0245868. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245868>
- SILVA, Paloma Alves dos Santos da et al. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados entre idosos de um município do Brasil. *Ciência & saúde coletiva*, v. 23, p. 639-646, 2018. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018232.12852016>.
- TULLY, Lucy A., et al. A national child mental health literacy initiative is needed to reduce childhood mental health disorders. *Australian & New Zealand Journal of*

Psychiatry, v. 53, n. 4, p. 286-290, 2019.
<https://doi.org/10.1177/0004867418821440>.

XIANG, Yu-Tao et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, v. 7, n. 3, p. 228-229, 2020.
[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8).

YIMAM, K.; KEBEDE, Y.; AZALE, T. Prevalence of common mental disorders and associated factors among adults in Kombolcha Town, Northeast Ethiopia. *J Depress Anxiety S*, v. 1, p. 2167-1044, 2014. <http://dx.doi.org/10.4172/2167-1044.S1-007>.