

Comunicação virtual na promoção da saúde mental de pessoas idosas durante a pandemia de Covid-19

Virtual communication in promoting the mental health of older people during the Covid-19 pandemic

<https://doi.org/10.29327/1108645.4-25>

Geraldine Alves dos Santos¹, Elizangela Halinski Cardoso², Fernanda Souza Rodrigues³, Sabina M. Stedile⁴, Marcelo Wüst⁵ e Carolina Diehl⁶

Resumo

O objetivo do estudo foi analisar a promoção da saúde mental com a comunicação virtual e sua relação com a qualidade de vida, fadiga, afetos, estratégias de enfrentamento ao estresse provocado pela pandemia e a autoeficácia. O método do estudo teve um delineamento quantitativo, correlacional e transversal. A amostra não probabilística por conveniência compreendeu 146 pessoas idosas, 33,3% do gênero masculino, 66,0% do gênero feminino e 0,7% não binário, residentes no Estado do Rio Grande do Sul. Foram utilizados como instrumentos de avaliação: dados sociodemográficos, EUROHIS-QOL, Escala de afetos positivos e negativos – PANAS, Escala de autoeficácia geral percebida, Escala de Avaliação da Fadiga - EAF, e Inventário de Enfrentamento da Califórnia. As coletas foram realizadas no período de outubro de 2021 a maio de 2022. A análise de correlação de Sparman ($p \leq 0,05$) demonstrou que a percepção satisfatória do uso da comunicação virtual na promoção da saúde mental está relacionada à melhora da qualidade de vida, aumento dos afetos positivos e do senso de autoeficácia. Também se identificou diminuição da fadiga física, do uso das estratégias de enfrentamento de religiosidade como elemento amortecedor e atenuação do potencial estressor do evento, mediante comportamento de esquivas durante a pandemia.

Palavras-chave: Pessoas idosas. Covid-19. Saúde mental. Comunicação virtual.



¹Universidade Feevale. Programa de Pós-graduação em Diversidade Cultural e Inclusão Social. Novo Hamburgo, Brasil. geraldinesantos@feevale.br. ²Universidade Feevale. Novo Hamburgo, Brasil. ³Universidade Feevale. Novo Hamburgo, Brasil. ⁴Universidade Feevale. Novo Hamburgo, Brasil. ⁵Universidade Feevale. Novo Hamburgo, Brasil. ⁶Universidade Feevale. Novo Hamburgo, Brasil.

Introdução

A pandemia de Covid-19 trouxe muitas mudanças em todos os âmbitos da sociedade brasileira e mundial. Em especial para as pessoas idosas, pelo risco de contaminação e do desfecho da doença. Segundo Giordano (2020), a epidemia talvez não tenha sido a pior, mas o fato de ter atingido uma escala mundial de disseminação, em um curto período, confere ao vírus a característica de ter sido audacioso. O afastamento social levou as pessoas idosas a buscarem novas estratégias e formas de comunicação, que anteriormente não eram bem aceitas, mas que se tornaram naquele momento essenciais para manter um contato seguro. Neste sentido, o objetivo do presente estudo foi analisar a promoção da saúde mental com a comunicação virtual e sua relação com a qualidade de vida, fadiga física e psicológica, afetos positivos e negativos, estratégias de enfrentamento ao estresse provocado pela pandemia e a autoeficácia.

Materiais e métodos

O método do estudo tem um delineamento quantitativo, correlacional e transversal. A amostra não probabilística por conveniência compreendeu 146 participantes, 33,3% do gênero masculino, 66,0% do gênero feminino e 0,7% não binário, com idade acima de 60 anos, residentes no Estado do Rio Grande do Sul. Foram utilizados como instrumentos de avaliação: dados sociodemográficos, EUROHIS-QOL, Escala de afetos positivos e negativos – PANAS, Escala de autoeficácia geral percebida, Escala de Avaliação da Fadiga - EAF, e Inventário de Enfrentamento da Califórnia. As coletas foram realizadas no período de outubro de 2021 a maio de 2022. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética da Universidade Feevale com o parecer 4.951.121.

Resultados e discussão

Os resultados demonstraram que 26,1% da amostra testou positivo para Covid-19, 4,6% testaram positivo mais de uma vez e 9,8% tiveram internação. Em relação ao uso comunicação virtual 14,4% da amostra considera que prejudicou muito a sua saúde mental, 9,6% um pouco, 43,2% que nem prejudicou e nem auxiliou, 17,8% que auxiliou um pouco e 15,1% que auxiliou muito. Na Tabela 1 pode-se observar o estudo de correlação realizado pelo teste de Spearman sobre a relação da percepção do uso da comunicação virtual na promoção da saúde mental.

Tabela 1 | Correlação da percepção do uso da comunicação virtual na promoção da saúde mental

Variável	Rho	p
Qualidade de vida	0,250	0,002*
Fadiga Física	-0,242	0,003*
Fadiga Psicológica	-0,099	0,238
Afetos negativos	-0,077	0,359
Afetos positivos	0,164	0,049*
Expressão de emoções negativas	-0,106	0,202
Tentativa de controle sobre o ambiente	-0,029	0,727
Religiosidade como elemento amortecedor	-0,197	0,017*
Atenuação do potencial estressor do evento, mediante comportamento de esquiva	-0,170	0,041*
Inibição das emoções	-0,145	0,080
Autoeficácia	0,214	0,009*

*p ≤ 0,05.

Durante a pandemia da Covid-19 muitas medidas preventivas, como o isolamento social, precisaram ser adotadas para evitar o alastramento do vírus pelo país. Neste cenário de constantes adaptações na rotina e de incertezas quanto ao futuro, a saúde mental da população idosa foi bastante afetada, não apenas devido a idade ser um dos fatores de risco para o desenvolvimento da doença, mas também porque o isolamento pode influenciar na percepção de solidão, assim desencadeando sofrimento psicológico (SANTOS; BRANDÃO; ARAUJO, 2020).

O acesso a meios de comunicação viabilizados pela internet foi muito importante durante o isolamento social, uma vez que possibilitou não apenas a aproximação da população a informações pertinentes ao que estava acontecendo no mundo, mas principalmente por permitir o contato com entes queridos fisicamente distantes. Dessa forma, pessoas idosas que tinham familiaridade com esses tipos de tecnologias puderam usufruir destes recursos para apaziguar o sentimento de solidão (COSTA et al., 2021).

Conclusão

A pandemia de Covid-19 tem modificado os hábitos e a rotina da população mundial, consequentemente a saúde mental e a forma de lidar com uma demanda estressora desconhecida alterou as reações emocionais e de adaptação das pessoas. Neste estudo percebeu-se que a percepção satisfatória do uso da comunicação virtual na promoção da saúde mental está relacionada à melhora da qualidade de vida, aumento dos afetos positivos e do senso de autoeficácia. Também se identifica diminuição da fadiga física, e do uso das estratégias de enfrentamento de religiosidade como elemento amortecedor e atenuação do potencial estressor do evento, mediante comportamento de esquiva durante a pandemia.

Agradecimentos

Agradecimento ao apoio da FAPERGS e da Universidade Feevale.

Referências

- COSTA, D. E. S.; RODRIGUES, S. A.; ALVES, R. C. L.; SILVA, M. R. F.; BEZERRA, A. D. C.; SANTOS, D. C.; FREITAS, M. C.; OLIVEIRA, P. E.; NUNES, S. F.; SILVA, V. C.; NASCIMENTO, C. E. M. A influência das tecnologias na saúde mental dos idosos em tempos de pandemia: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 2, p. 1- 12, 2021.
- GIORDANO, P. **No contágio**. Belo horizonte: Âyiné, 2020.
- SANTOS, S. S.; BRANDÃO, G. C. G.; ARAUJO, K. M. F. A. Isolamento social: um olhar a saúde mental de idosos durante a pandemia do COVID-19. **Research, Society and Development**, v.9, n. 7, p. 1- 15, 2020.