



**CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO
CURSO DE FISIOTERAPIA**

**LARISSA LIMA NOGUEIRA
LIVIA PIAULINO FOGAÇA**

**OS IMPACTOS DO ISOLAMENTO SOCIAL PELA PANDEMIA POR COVID-19 NA
FUNCIONALIDADE E SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA**

**FORTALEZA
2022**

LARISSA LIMA NOGUEIRA
LIVIA PIAULINO FOGAÇA

OS IMPACTOS DO ISOLAMENTO SOCIAL PELA PANDEMIA POR COVID-19 NA
FUNCIONALIDADE E SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA

Artigo TCC apresentado ao curso de
Fisioterapia do Centro Universitário
Fametro - UNIFAMETRO – como requisito
para a obtenção do grau de bacharel, sob
a orientação da Prof^a. Ma. Thais Teles
Veras Nunes.

FORTALEZA

2022

LARISSA LIMA NOGUEIRA
LIVIA PIAULINO FOGAÇA

OS IMPACTOS DO ISOLAMENTO SOCIAL PELA PANDEMIA POR COVID-19 NA
FUNCIONALIDADE E SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA

Artigo TCC apresentado no dia 1 de dezembro de 2022 como requisito para a obtenção do grau de bacharel em Fisioterapia do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO - tendo sido aprovado pela banca examinadora composta pelos professores abaixo:

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Ma. Thais Teles Veras Nunes
Orientadora – Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

Prof^a. Ma. Natália Aguiar Moraes Vitoriano
Membro - Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

Prof^a. Ma. Ana Carolina de Oliveira e Silva
Membro - Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

A professora Thais Teles, que com seu conhecimento e dedicação nos orientou neste trabalho, reforçando a necessidade de busca por sapiência e confiança em seu processo de produção.

OS IMPACTOS DO ISOLAMENTO SOCIAL PELA PANDEMIA POR COVID-19 NA FUNCIONALIDADE E SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA

Larissa Lima Nogueira¹

Livia Piauilino Fogaça²

Thais Teles Veras Nunes³

RESUMO

Objetivo: analisar a literatura científica existente acerca dos impactos do isolamento social pela pandemia de COVID-19 nos âmbitos funcionais e cognitivos da pessoa idosa, além das ações realizadas pelos profissionais de fisioterapia na assistência a esse público.

Método: trata-se de uma revisão de literatura integrativa, realizada nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PUBMED.

Resultados: os estudos encontrados com a finalidade de prevenir e reabilitar os déficits funcionais e cognitivos evidenciaram a importância dos tratamentos durante e após o período pandêmico, além de orientar profissionais e familiares acerca das limitações deixadas pelo distanciamento físico.

Considerações finais: faz-se necessário uma rede de apoio em suporte físico e mental a partir da assistência na atenção primária para idosos e familiares para prevenção de comorbidades decorrentes da pandemia.

Palavras-chave: Idoso, COVID-19 e Fisioterapia.

ABSTRACT

Objective: to analyze the existing scientific literature on the impacts of social isolation by the pandemic of COVID-19 on the functional and cognitive aspects of the

¹Graduando do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO.

²Graduando do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO.

³Prof^a. Orientadora do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO.

elderly, as well as the actions taken by physical therapy professionals in assisting this public.

Method: This is an integrative literature review, conducted in the databases Virtual Health Library (VHL) and PUBMED.

Results: the studies found with the purpose of preventing and rehabilitating functional and cognitive deficits showed the importance of treatments during and after the pandemic period, in addition to guiding professionals and family members about the limitations left by the physical distance.

Final considerations: a support network in physical and mental support is necessary from primary care assistance for the elderly and their families to prevent comorbidities resulting from the pandemic.

Key words: Aged, COVID-19 and Physiotherapy.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo multifatorial, gradativo e subjetivo, no qual traz diversas alterações ao ser humano. Segundo o Estatuto do Idoso, Lei nº 10.741 de 1º de outubro de 2003, é determinado como idoso a pessoa com idade igual ou superior a 60 anos (BRASIL, 2003).

No Brasil, a proporção dessa população vem crescendo e estima-se que até 2030 o número de idosos poderá ultrapassar a quantidade de crianças e adolescentes em decorrência ao aumento da expectativa de vida e da diminuição da taxa de fecundidade. O processo de envelhecimento populacional está atrelado a uma maior incidência de morbidades, desse modo, o surgimento de mudanças na funcionalidade leva ao declínio da saúde, ocasionando alterações morfológicas, fisiológicas, bioquímicas e psicológicas (OLIVEIRA et al., 2017; MONTEIRO, 2020).

Ademais, outro fator que corroborou para o declínio da saúde dessa população foi a pandemia pelo vírus SARS-CoV-2, detectado na cidade de Wuhan, na China, no final de 2019. Houve então, a necessidade do isolamento social em decurso do seu alto índice de transmissibilidade, que levou a debilidade do sistema imunológico destes indivíduos e o agravamento das comorbidades pré-existentes. Com isso, a incidência de hospitalização e a necessidade de internações, se fez mais presente, gerando uma sobrecarga no sistema de saúde, levando assim o indivíduo a ter condições precárias de tratamento (SOUZA et al., 2021).

Os idosos, por sua vez, foram os mais afetados, tornando-os mais vulneráveis e trazendo consigo outros sintomas, como medo, ansiedade e depressão, além do sedentarismo, diminuição da autonomia, bem como, déficits funcionais decorrentes da limitação ou ausência de exercícios físicos. Frente a este cenário mundial, o idoso viu-se limitado a exercer suas atividades rotineiras, que envolviam sair de casa, socializar e praticar atividade física. Em consequência disso, o surgimento ou agravamento de sintomas depressivos, de ansiedade e estresse no idoso tiveram um grande impacto em seu estado geral de saúde. Gerando assim, um desestímulo para as práticas esportivas e reinserção na sociedade. Destaca-se ainda, o fator cognitivo, decorrente do distanciamento de familiares, mudança de rotina e privação social, o que leva este grupo etário a sofrer com condições psíquicas como, pânico, confusão mental, alterações de humor, inutilidade e suicídio

ou a sua idealização (OLIVEIRA, 2021; MARTINEZ et al., 2020; PEDREIRA et al., 2022).

A fim de minimizar os impactos causados pela perda da funcionalidade e déficits adquiridos durante a pandemia, a fisioterapia tem como competência promover e reabilitar a capacidade funcional a nível primário de atenção à saúde, proporcionando orientação e campanhas de incentivo a atividade física, além dos atendimentos e teleconsultas guiadas com o objetivo de supervisão e intervenção clínica para redução de crises do paciente, e o surgimento de sintomas antes não manifestados (SILVA, SOUSA., 2020; COFFITO, 2020).

A nível secundário, o profissional mantém o acompanhamento do paciente, porém, trazendo consigo a reabilitação a nível respiratório, cardiovascular, neurológico e motor, pelo fato de que esta população ao passar dos anos naturalmente apresenta uma perda considerável de massa muscular - sarcopenia, diminuição da velocidade de contração, perda de massa óssea e desequilíbrio. Deste modo, o tratamento fisioterapêutico no pós-covid visa a manutenção e promoção destes acometimentos, cooperando para uma maior independência funcional, avanço do bem-estar físico e mental, facilitando assim, a reintegração à comunidade (BRECH et al., 2020).

O fisioterapeuta por sua vez, atuante na área hospitalar, possui habilidade na identificação de alterações cinético funcionais, suporte em ventilação mecânica, bem como, condutas fisioterapêuticas e monitoramento do paciente, prevenindo a perda da funcionalidade devido a imobilização no leito, além de incentivar o paciente a andar e deambular. Em casos de COVID-19 o tratamento é voltado para o acometimento do sistema respiratório e cardiovascular, atuando nas mobilizações precoces, no desmame e extubação do suporte ventilatório e reabilitando a força, resistência pulmonar e cardiovascular (MENEZES et al., 2022; JÚNIOR et al., 2021).

Devido ao contexto supracitado, vê-se a necessidade do entendimento acerca das condições de saúde dos idosos que saíram do isolamento social e seu retorno à participação das atividades na comunidade. Neste sentido, o impacto causado diretamente nesta população e seu declínio da saúde, mostra a necessidade de entendimento acerca das condições do idoso. Diante disso, o seguinte estudo tem como objetivo analisar a literatura científica existente acerca dos impactos do isolamento social pela pandemia de COVID-19 nos âmbitos

funcionais e cognitivos da pessoa idosa, além das ações realizadas pelos profissionais de fisioterapia na assistência a esse público.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura integrativa, realizada nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PUBMED, através dos descritores “idoso”, “COVID-19” e “fisioterapia”, com o operador booleano “AND”, sendo encontrados inicialmente 471 artigos. Os filtros de idiomas aplicados foram (português, inglês e espanhol), sem corte temporal e apenas textos completos disponíveis, totalizando 239 publicações. A partir deste quantitativo, a pesquisa iniciou-se com a leitura dos títulos e resumos, excluindo aqueles que estavam fora da temática proposta e com o público-alvo em crianças, adolescentes e adultos, resultando em 58 estudos.

Após leitura e análise dos materiais elegidos, foram excluídos 34 artigos que não apresentavam resultados significativos na população de amostra e artigos que não tinham como temática principal os descritores propostos. Dos estudos selecionados, foram encontradas 6 publicações que tinham como tema principal, a funcionalidade (quadro 1) do idoso durante e após o período de isolamento social, ou durante a internação por COVID-19. Em relação ao cognitivo no foco da saúde mental e social (quadro 2), 5 artigos contemplaram esta temática, apresentando as dificuldades de socialização e os impactos na saúde mental durante e após o período de restrição social por picos de contaminação da pandemia. Por fim, 13 estudos abrangeram o conteúdo ao que se refere o tratamento e reabilitação (quadro 3) deste grupo etário, com inovações e propostas de intervenção voltada para o ambiente virtual, domiciliar, hospitalar e comunitário.

Os direitos autorais das obras citadas neste estudo serão resguardados por meio da menção das referências ao longo do trabalho e na lista final de referências.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesta revisão, resultaram o total de 24 materiais distribuídos em 3 quadros independentes, quadro 1 - quadro 2 e quadro 3, a fim de fomentar as sequelas biopsicossociais e funcionais por consequência do período de inatividade e distanciamento físico e os tratamentos terapêuticos. No que se refere ao perfil dos textos encontrados, verificou-se predomínio da base de dado PUBMED.

3.1 Os impactos do isolamento social pela pandemia na funcionalidade da pessoa idosa.

Esta categoria aborda os achados oriundos das publicações sobre a Saúde Funcional dos Idosos na COVID-19. O quadro 1 apresenta a caracterização dessas publicações que em seguida serão discutidas.

Quadro 1 - Representação dos artigos estudados sobre: Funcionalidade.

Título, Autores e Ano	Objetivo	Resultados
MEDRINAL, C.; ET AL., 2021. Muscle weakness, functional capacities and recovery for COVID-19 ICU survivors.	Relatar a prevalência de fraqueza nos membros e nos músculos respiratórios em sobreviventes da UTI COVID-19. Objetivos secundários foram analisar variáveis associadas à fraqueza muscular.	A grande maioria dos sobreviventes da UTI com COVID.19 desenvolveu fraqueza muscular adquirida na UTI. 44% dos pacientes com fraqueza nos membros ainda apresentavam função severamente limitada um mês após o desmame.
HODGSON, C. L.; ET AL., 2021. The impact of COVID-19 critical illness on new disability, functional outcomes and return to work at 6 months: a prospective cohort study.	Descrever a incidência de um resultado ruim definido como morte ou nova incapacidade, alterações da linha de base em resultados funcionais e qualidade de vida relacionada à saúde, status de trabalho e sintomas persistentes de	Mais de um terço dos sobreviventes teve uma nova deficiência, que foi generalizada em todas as áreas de funcionamento. Nos sobreviventes que relataram nova incapacidade, a maioria relatou três ou mais sistemas contínuos em 6 meses.

	COVID-19 em 6 meses de COVID -19 doença crítica.	
ATICI, E.; ET AL., 2022. The effects of social isolation due to COVID-19 on the fear of movement, falling, and physical activity in older people	Investigar a interação e a relação entre medo de queda e atividade física em indivíduos com mais de 65 anos que vivenciaram isolamento significativo durante o período da COVID-19.	Interação significativa entre os níveis de atividade física e o medo do movimento, com alto risco de queda em indivíduos idosos durante o período da pandemia.
HOGAN, G.; ET AL., 2022. COVID-19 restrictions increased perceptions of social isolation for older people discharged home after rehabilitation: A mixed-methods study.	Explorar o impacto percebido das restrições do COVID-19 na participação em atividades comunitárias após a alta da reabilitação hospitalar.	As restrições da COVID-19 exacerbaram as percepções de isolamento social e as limitações já impostas pela saúde física precária após a alta da reabilitação. Os resultados destacam a necessidade de reabilitação que aborde as dimensões psicológicas e sociais da reintegração na comunidade.
PERRACINI, M. R.; ET AL., 2021. Impact of COVID-19 Pandemic on Life-Space Mobility of Older Adults Living in Brazil: REMOBILIZE Study.	Investigar o impacto imediato da pandemia de COVID-19 na mobilidade do espaço de vida de idosos brasileiros residentes na comunidade e examinar os determinantes sociais da saúde associados à mudança na mobilidade do espaço de vida.	Redução significativa na mobilidade no espaço vital desde o surto da pandemia de COVID-19. A redução da mobilidade no espaço vital foi maior entre negros, solteiros e com idade entre 70 e 79 anos.
MARKOTEGI, M.; ET AL., 2021. Effect of the COVID-19 pandemic on the physical and psychoaffective	Analisar as mudanças na saúde física e mental de idosos inscritos em um programa de exercício físico multicomponente (MPE) em grupo após	Mostra que um programa de MPE tem benefícios claros para a saúde física e psicoafetiva dos idosos, e a interrupção desses programas pode impactar negativamente os participantes.

health of older adults in a physical exercise program.	sua interrupção devido à pandemia de COVID-19.	Destacam a necessidade de manter programas de exercícios físicos ou facilitar o engajamento em atividades físicas e reduzir o comportamento sedentário em idosos.
--	--	---

O processo de envelhecimento traz consigo a diminuição da funcionalidade, consequente de um ciclo natural caracterizado pela senilidade. Esse declínio leva ao idoso a adquirir uma série de limitações a nível físico, diminuindo sua capacidade de exercer suas atividades de vida diária e a limitação da promoção à saúde. Durante a pandemia de SARS-COV-2, com o ócio dessas práticas diárias, esses indivíduos apresentaram uma maior fragilidade física, gerando assim, uma série de déficits funcionais.

Segundo Perracini, et al. (2021), a pandemia de COVID-19 reduziu a mobilidade urbana dos idosos, principalmente os de faixa etária entre 70 e 79 anos que viviam sozinhos e não recebiam visitas, além dos que possuem seus níveis socioeconômicos reduzidos. Com isso, de acordo com Atici, et al. (2022), por consequência do longo período de permanência em suas residências, os idosos por sua vez, apresentaram sinais de cinesiofobia e riscos de quedas, que são diretamente proporcionais a monotonia a nível físico. A interrupção dessas atividades e de programas de promoção à saúde, também foi um fator que corroborou para a piora do estado físico e psicoafetivo desses idosos, levando em consideração o estudo de Markotegi, et al. (2021), que salientou uma piora nas condições cardiovasculares, aptidão física, fragilidade, qualidade de vida e estado psicoafetivo após a pausa de 7 meses nas atividades que eram realizadas em grupo.

Outros fatores referentes ao declínio da funcionalidade, estão relacionados aos idosos que foram internados na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) pelo vírus SARS-COV-2, onde desenvolveram durante este período, fraqueza muscular, mesmo com as mobilizações precoces e intervenções fisioterapêuticas. Conforme a pesquisa de Medrinal, et al. (2022), os pacientes que receberam alta hospitalar não conseguiam realizar uma caminhada de 100m, mesmo após 30 dias, já a longo prazo, as sequelas para esta população são ainda maiores segundo Hodgson, et al.

(2021), pois estas não conseguem reintegrar-se em suas atividades laborais, devido ao alto grau de incapacidade e problemas de saúde.

Diante o cenário da COVID-19, Hogan, et al. (2022) afirma que a reinserção social após a decadência da funcionalidade afetou diretamente a capacidade de socialização, o acesso a serviços de reabilitação presencial e maior dependência de terceiros, impactando diretamente na saúde mental, cognitiva e social.

3.2 Os impactos do isolamento social pela pandemia na saúde mental da pessoa idosa.

Esta categoria aborda os achados oriundos das publicações sobre a Saúde Mental, Cognitiva e Biopsicossocial, da pessoa idosa. O quadro 2 apresenta a caracterização dessas publicações que em seguida serão discutidas.

Quadro 2 - Representação dos artigos estudados sobre: Saúde Mental, Cognitiva e Biopsicossocial.

Título, Autores e Ano	Objetivo	Resultados
SEETHALER, M.; ET AL., 2021. Psychosocial Impact of COVID-19 Pandemic in Elderly Psychiatric Patients: a Longitudinal Study.	Investigar o impacto da pandemia de Coronavírus 2019 (COVID-19) na saúde mental e no apoio psicossocial percebido para pacientes psiquiátricos idosos.	Idosos com transtornos psiquiátricos encontrou pacientes com depressão, maior gravidade da doença psiquiátrica e menos contato social como os mais afetados pela atual pandemia de COVID-19.
HEIBERG, K. E.; ET AL., 2022. "This path I must walk alone". Challenges experienced by older patients while recovering from severe COVID-19 – a qualitative study.	Explorar como os pacientes mais velhos que foram hospitalizados devido à COVID-19 grave no início do surto da pandemia, experimentaram seu processo de reabilitação e recuperação durante os primeiros 6 meses.	Os participantes experimentaram um período desafiador entre a solidão e o companheirismo na recuperação do COVID-19 grave.
JUSZKO, K.; ET AL.,	Avaliar as mudanças	Conclui-se que o contato com a

<p>2022. Remote Support of Elderly Women Participating in Mental Health Promotion Programme during the COVID-19 Pandemic: A Single-Group Longitudinal Intervention.</p>	<p>longitudinais no bem-estar mental durante a mudança da intervenção de um contato pessoal para um Programa de Prevenção e Promoção da Saúde Mental entregue remotamente em mulheres idosas com alto risco de desenvolver depressão</p>	<p>natureza é extremamente importante e, ao introduzir restrições, nunca se deve proibir a utilização de áreas verdes acessíveis ao público, mas apenas zelar pela sua utilização em segurança. Por outro lado, a doença COVID-19 de um membro da família é um preditor de uma maior deterioração do humor em uma pessoa idosa.</p>
<p>BALCI, B.; ET AL., 2021. Impact of the COVID-19 pandemic on physical activity, anxiety, and depression in patients with Parkinson's disease.</p>	<p>Comparar a atividade física, os níveis de ansiedade-depressão entre pacientes com doença de Parkinson e controles durante o <i>lockdown</i>.</p>	<p>Os sintomas relacionados à doença de Parkinson dos pacientes foram agravados pelo uso regular de medicamentos para a doença de Parkinson. Pode ser devido ao estresse decorrente da pandemia, restrição de atividades ao ar livre, distanciamento social, e ficar longe de outros membros da família.</p>
<p>GOODMAN-CASANOVA, J. M., ET AL.; 2020. Telehealth Home Support During COVID-19 Confinement for Community-Dwelling Older Adults With Mild Cognitive Impairment or Mild Dementia: Survey Study.</p>	<p>Explorar o impacto do confinamento na saúde e no bem-estar de idosos residentes na comunidade com comprometimento cognitivo leve ou demência leve, fornecer apoio social e de saúde baseado em televisão e telefone e estudar os efeitos de uma tecnologia integrada assistiva baseada em televisão.</p>	<p>Aqueles que vivem sozinhos relataram maior impacto psicológico negativo e problemas de sono.</p>

A nível cognitivo, Heiberg, et al. (2022) afirma que o período de recuperação foi um grande desafio para os idosos, pois estes se sentiam solitários e com um relacionamento abalado em relação aos seus familiares. Entretanto, ao receber informações externas sobre situações de enfermidades de seus parentes e amigos, houve uma piora do quadro clínico desses pacientes.

De acordo com o estudo de Juszko, et al. (2022) em que as mulheres apresentam um potencial diagnóstico de depressão, alegaram que durante o isolamento social, o bem-estar mental fez-se presente após o uso de áreas verdes e contato com a natureza. Todavia, o longo prazo das quarentenas agravou as condições mentais e cognitivas, principalmente para os idosos que vivem sozinhos em suas casas, comprometendo a saúde do sono e as condições físicas crônicas (GOODMAN-CASANOVA, et al.; 2020).

Outro grupo que sofreu com as condições de distanciamento e privação de atividades, foram os idosos acometidos pela doença de Parkinson, que, de acordo com Balci, et al. (2021), além dos agravos pré-existentes da própria patologia, outros malefícios como, sensação de estresse, fadiga, distúrbios de concentração e sono, foram intensificados. Seethaler, et al. (2021) destaca que idosos acometidos por transtornos psiquiátricos, necessitaram de uma maior atenção psicossocial, e mesmo com a alta demanda deste grupo, não houve um suporte de acompanhamento constante e progressivo, exacerbando assim os seus sintomas psiquiátricos e privando-os de uma maior reintegração social.

3.3 Ações realizadas pelos profissionais de fisioterapia na assistência à pessoa idosa frente ao isolamento social pela pandemia por COVID-19.

Esta categoria aborda os achados oriundos das publicações sobre Tratamento e reabilitação. O quadro 3 apresenta a caracterização dessas publicações que em seguida serão discutidas.

Quadro 3 - Representação dos artigos estudados sobre: Tratamento e reabilitação.

Título, Autores e Ano	Objetivo	Resultados
CARRARO, U.; ET	Convencer os praticantes	O Full-Body In-Bed Gym é uma

<p>AL., 2021. Skeletal muscle weakness in older adults home-restricted due to COVID-19 pandemic: a role for full-body in-bed gym and functional electrical stimulation.</p>	<p>e a população em geral de que a Academia de Corpo Inteiro na Cama é uma opção válida, apesar de o esforço mínimo necessário para neutralizar os efeitos da inatividade prolongada e da síndrome da fadiga persistente.</p>	<p>opção válida, apesar do mínimo esforço necessário para neutralizar os efeitos da inatividade prolongada e persistência síndrome da fadiga.</p>
<p>ALPOZGEN, A. Z.; ET AL., 2022. The effectiveness of synchronous tele-exercise to maintain the physical fitness, quality of life, and mood of older people - a randomized and controlled study.</p>	<p>Investigar os efeitos de um programa de tele-exercício síncrono sobre a aptidão física, qualidade de vida, solidão e mudança de humor quando aplicado a idosos sob isolamento social durante a pandemia de coronavírus</p>	<p>O tele exercício síncrono pode proporcionar melhorias no nível de aptidão física e pode ser usado para manter a qualidade de vida e melhorar o humor de idosos da comunidade.</p>
<p>SAÑUDO, B.; ET AL., 2020. Potential Application of Whole Body Vibration Exercise for Improving the Clinical Conditions of COVID-19 Infected Individuals: A Narrative Review from the World Association of Vibration Exercise Experts (WAVex) Panel.</p>	<p>Examinar o potencial do exercício WBV como uma intervenção útil e segura para o manejo de indivíduos infectados com COVID-19.</p>	<p>Pacientes internados com COVID-19, aliviar os sintomas de dispneia, ansiedade e depressão; eventualmente melhorar a função física e a qualidade de vida, reduzindo o tempo na UTI, para pacientes isolados, que podem ser realizados por meio de vídeos educativos, manuais instrutivos ou consulta à distância e para a melhora da recuperação e qualidade de vida pós-COVID-19.</p>
<p>BATALIK, L.; ET AL., 2021. Cardiac Rehabilitation Based on the Walking Test</p>	<p>Investigar um modelo alternativo de telerreabilitação cardíaca domiciliar em</p>	<p>O estudo mostrou que a telereabilitação baseada em teste de caminhada e telemonitoramento por meio de</p>

<p>and Telerehabilitation Improved Cardiorespiratory Fitness in People Diagnosed with Coronary Heart Disease during the COVID-19 Pandemic.</p>	<p>consideração às recomendações para a quarentena da COVID-19 de pessoas diagnosticadas com doença coronariana (DCC).</p>	<p>monitor de FC pode se tornar uma alternativa à RC.</p>
<p>DEJVAJARA, D.; ET AL., 2022. Effects of Home-Based Nine-Square Step Exercises for Fall Prevention in Thai Community-Dwelling Older Adults during a COVID-19 Lockdown: A Pilot Randomized Controlled Study.</p>	<p>Investigar o efeito dos Exercícios de Nove Passos Quadrados (NSSE) na melhora do desempenho físico e do equilíbrio em idosos com risco de queda.</p>	<p>O Nine-Square Step Exercise (NSSE) baseado em casa demonstrou melhorias benéficas na força e equilíbrio das extremidades inferiores, o que pode ajudar a reduzir o risco de queda em um curto período de tempo.</p>
<p>SILVA, W. A.; ET AL., 2022. Online Exercise Training Program for Brazilian Older Adults: Effects on Physical Fitness and Health-Related Variables of a Feasibility Study in Times of COVID-19.</p>	<p>Avaliar os efeitos de um programa de treinamento físico on-line e variáveis relacionadas à aptidão física e à saúde em idosos brasileiros durante a pandemia de COVID-19 e, secundariamente, avaliar a viabilidade e a aplicação de um programa on-line.</p>	<p>A intervenção online foi capaz de melhorar a força de membros superiores e manter a força de membros inferiores, a flexibilidade de membros superiores e inferiores e a aptidão cardiorrespiratória.</p>
<p>CHIKHANIE, Y. A.; ET AL., 2021. Effectiveness of pulmonary rehabilitation in COVID-19 respiratory failure patients post-ICU.</p>	<p>Avaliar os efeitos da Reabilitação Pulmonar (RP) pós-UTI em pacientes com COVID-19.</p>	<p>A reabilitação pulmonar induziu maior melhora da distância percorrida em 6 minutos de caminhada em pacientes com COVID-19. Quanto mais cedo a RP foi realizada após a UTI, melhor os pacientes se recuperaram.</p>

<p>SILVA, C. A.; ET AL., 2022. Association of Functional Characteristics and Physiotherapy with COVID-19 Mortality in Intensive Care Unit in Inpatients with Cardiovascular Diseases.</p>	<p>Estimar a associação entre os desfechos funcionais de admissão e exposição a intervenções fisioterapêuticas com a taxa de mortalidade em pacientes internados em unidades de terapia intensiva (UTI) com doenças cardiovasculares e doença do novo coronavírus.</p>	<p>A mobilidade restrita ou a cinesioterapia passiva foram associadas à morte na UTI, enquanto as mobilizações ativas (cinesioterapia, ortostatismo ou caminhada) foram associadas à alta da UTI nessa população.</p>
<p>YI, D.; YIM, J., 2021. Remote Home-Based Exercise Program to Improve the Mental State, Balance, and Physical Function and Prevent Falls in Adults Aged 65 Years and Older During the COVID-19 Pandemic in Seoul, Korea.</p>	<p>Comparar os efeitos de um programa de exercícios domiciliares remotos para melhorar o estado mental, o equilíbrio e a função física e prevenir quedas em adultos com 65 anos ou mais durante a pandemia de COVID-19 em Seul, Coreia.</p>	<p>O programa de exercícios remotos de prevenção de quedas em casa resultou em uma melhora significativa na função física, fatores psicológicos e equilíbrio durante a pandemia de COVID-19, além de resultados estatisticamente significativo para a Escala de Depressão Geriátrica, teste de sentar e levantar cinco vezes, força de preensão, caminhada de 10 metros, velocidade da marcha, comprimento do passo, teste Timed Up and Go e equilíbrio estático.</p>
<p>TATLOW, C.; ET AL., 2022. Physiotherapy-assisted prone or modified prone positioning in ward-based patients with COVID-19: a retrospective cohort study.</p>	<p>Avaliar a mudança de curto prazo na oxigenação e a viabilidade do posicionamento prono ou modificado com fisioterapia em pacientes acordados com COVID-19 em enfermaria.</p>	<p>A posição prona assistida por fisioterapia ou prona modificada pode ser uma opção viável, levando a melhorias a curto prazo na oxigenação em pacientes acordados e internados em enfermaria com hipoxemia devido a COVID-19.</p>

HAMEED, F.; ET AL., 2021. Outcomes of a COVID-19 recovery program for patients hospitalized with SARS-CoV-2 infection in New York City: A prospective cohort study.	Avaliar se um programa virtual de reabilitação levaria a melhorias na força e resistência cardiopulmonar quando comparado com nenhuma intervenção em pacientes que receberam alta domiciliar com sintomas persistentes de COVID-19.	A reabilitação ambulatorial virtual para pacientes em recuperação de COVID-19 melhorou a força dos membros inferiores e a resistência cardiopulmonar, e um programa de HPT melhorou a força dos membros inferiores.
ZAMPOGNA, E.; ET AL., 2021. Pulmonary Rehabilitation in Patients Recovering from COVID-19.	Avaliar a efetividade da reabilitação pulmonar nesses sujeitos em um cenário da vida real.	Após a reabilitação, os pacientes apresentaram melhorias em SPPB e BI onde a reabilitação pulmonar é possível e eficaz em pacientes em recuperação de COVID-19.
SOLIANIK, R.; ET AL., 2021. Tai chi improves psychoemotional state, cognition, and motor learning in older adults during the COVID-19 pandemic.	Determinar o efeito de uma intervenção de tai chi de 10 semanas no estado psicoemocional, cognição e aprendizagem motora em adultos mais velhos durante a pandemia de COVID-19.	Dez semanas de tai chi induziram melhorias no controle inibitório, mudança mental e processamento visuoespacial, que foram possivelmente mediadas pela diminuição dos sintomas depressivos e aumento dos níveis de BDNF.

Diante o exposto, com a necessidade de exercícios físicos para prevenção e tratamento da saúde, métodos de atendimento a este público foram inovados, como programas de exercício online e teleatendimentos. Silva, et al. (2022) e Batalik, et al. (2021) apresentam programas de treinamento virtual, com o intuito de melhorar e manter a força musculoesquelética e promover uma maior aptidão cardiorrespiratória para idosos saudáveis ou com algum grau de comprometimento cardíaco, comprovando assim, a eficácia de uma estratégia de intervenção capaz de inibir a inatividade e sedentarismo. Outro método online realizado no estudo de Alpozgen, et al. (2022), apresentou uma série de exercícios que consistiam no trabalho de

flexibilidade, força muscular e equilíbrio, promovendo uma atividade de fácil acesso e supervisão individual durante o treinamento.

Dejvajara, et al. (2022), também apresentou uma proposta de intervenção de exercícios para aqueles idosos com maior risco de queda, em um modelo de fácil manuseio e entendimento para a aplicação. Este exercício consiste em uma dança tradicional Tailandesa de nove passos que ajudou a reduzir os riscos de queda em um curto período de tempo ao promover benefícios na força e no equilíbrio dos membros inferiores. Já no estudo de Yi e Yim (2021), a prática de exercícios em um período de 8 semanas, acarretou a melhora da velocidade da marcha, sinergia muscular e adaptações neurais, fomentando a importância de adequações e continuidade de exercícios em casa mesmo durante o período de isolamento.

Para aqueles idosos que sofreram com sequelas da COVID-19 e ficaram restritos a cama com comprometimentos motores e respiratórios, o estudo de Carraro, et al. (2021) mostrou que podem ser realizadas atividades em decúbito, onde foi possível observar a estimulação dos músculos esqueléticos e respiratórios. Este método também pode ser associado a estímulos de aparelhos elétricos, potencializando a contração muscular e aumentando gradativamente a intensidade do exercício.

No estudo de Solianik, et al. (2021) uma proposta de reabilitação foi utilizada durante a pandemia, onde foram executados exercícios de artes marciais como forma de terapia. O Tai Chi traz consigo a indução de controle inibitório, processamento visuoespacial, aprendizagem motora, restabelecimento de sintomas cognitivos e diminuição de quadros depressivos. Salientando o benefício de atividades por acompanhamento virtual e terapias alternativas durante e após o distanciamento físico.

A nível hospitalar, Chikhanie, et al. (2021) afirmam que longos períodos de internação estão associados a graves sequelas em curto prazo, comprometendo a função muscular das vias aéreas e limitando a capacidade respiratória. Em complemento, Zampogna, et al. (2021) cita que aqueles que foram internados em UTIs apresentam maior comprometimento respiratório, onde mesmo após sua alta, mantiveram o uso da oxigenoterapia por acometimento das vias respiratórias. Desse modo, a reabilitação pulmonar executada através de exercícios respiratórios durante e após a internação, se mostrou eficaz para o fortalecimento das vias aéreas.

Hameed, et al. (2021), fomenta que tratamentos de reabilitação durante e após a internação devem ser inseridos, indicando em seu estudo resultados clinicamente positivos para força de membros inferiores e resistência cardiopulmonar após duas semanas da inserção dos idosos no programa. Entretanto, comorbidades cardiovasculares tendem a aumentar os índices de mortalidade por COVID-19 nas UTIs, principalmente daqueles que foram expostos à Ventilação Mecânica Invasiva. Silva, et al. (2022) em sua pesquisa mostrou que, em contrapartida, há um resultado positivo para aqueles pacientes que realizavam intervenções fisioterapêuticas, principalmente os que se movimentavam de forma ativa e realizavam caminhadas.

Outro manejo terapêutico adotado, que proporciona ao paciente uma melhora no quadro respiratório durante sua internação, é a posição prona ou prona modificada. De acordo com Tatlow, et al. (2021), este posicionamento a curto prazo favorece uma melhora na oxigenação e aumento da saturação, sendo eficaz como uma intervenção rápida e prática dentro do ambiente hospitalar.

Em síntese, a vibração de corpo inteiro (WBV) foi um exercício que ajudou a diminuir o tempo de permanência na UTI, pois segundo Sañudo, et al. (2020) a técnica implicou na redução da fadiga e do quadro de dispneia. Já este método usado de forma remota, promoveu uma melhor qualidade de vida para os afetados, beneficiando-os no âmbito hospitalar e domiciliar.

Visto o contexto das eventualidades, as limitações funcionais e cognitivas decorrentes da pandemia de COVID-19 demandaram uma atenção maior à saúde, frente ao declínio que estes sofreram por diversos fatores, como as comorbidades pré-existentes, sedentarismo, diminuição da socialização, segregação familiar e escassez de apoio psicológico. Logo, os estudos encontrados com a finalidade de prevenir e reabilitar evidenciaram a importância dos tratamentos durante e após o período pandêmico, além de orientar profissionais e familiares acerca dos déficits supracitados, uma vez que, os serviços prestados foram mais procurados e a demanda por informações sobre tratamentos nos demais níveis de saúde fez-se presente.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo foram concentrados os principais trabalhos referentes à funcionalidade, saúde mental e cognitiva do idoso, além de tratamentos fisioterapêuticos durante e após o isolamento social pela COVID-19. Visto as alterações funcionais e déficits emocionais decorrentes do período de isolamento e inatividade física, a necessidade de programas de prevenção e tratamento a nível biopsicossocial é de grande valia para a saúde da pessoa idosa. Baseado nisso, faz-se necessário uma rede de apoio em suporte físico e mental a partir da assistência na atenção primária para idosos e familiares, para que este grupo populacional não venha a desenvolver comorbidades decorrentes da pandemia.

5 LIMITAÇÕES E SUGESTÕES

A limitação deste estudo foi identificada pelo ajuste do cronograma, diminuindo o tempo para explorar outras plataformas, além de haver uma carência de estudos devido a precocidade da pandemia. Desse modo, há a necessidade de uma abordagem mais detalhada em outras plataformas para mostrar outros tipos de limitações nessa população e a possibilidade de um estudo de intervenção para evidenciar os demais déficits causados durante a pandemia.

REFERÊNCIAS

AL CHIKHANIE, Yara et al. Effectiveness of pulmonary rehabilitation in COVID-19 respiratory failure patients post-ICU. **Respiratory physiology & neurobiology**, v. 287, p. 103639, 2021.

ATICI, E; GIRGIN, N; ÇEVİK SALDIRAN, T. The effects of social isolation due to COVID-19 on the fear of movement, falling, and physical activity in older people. **Australasian journal on ageing**, 2022.

BALCI, B. et al. Impact of the COVID-19 pandemic on physical activity, anxiety, and depression in patients with Parkinson's disease. **International Journal of Rehabilitation Research**, v. 44, n. 2, p. 173-176, 2020.

BATALIK, Ladislav et al. Cardiac rehabilitation based on the walking test and telerehabilitation improved cardiorespiratory fitness in people diagnosed with coronary heart disease during the COVID-19 pandemic. **International journal of environmental research and public health**, v. 18, n. 5, p. 2241, 2021.

BRECH, Guilherme Carlos et al. O distanciamento social na pandemia do COVID-19 na saúde mental, nos hábitos alimentares e na capacidade física em idosos: ensaio reflexivo. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 23, p. 265-285, 2020.

CARRARO, Ugo et al. Skel etal muscle weakness in older adults home-restricted due to COVID-19 pandemic: a role for full-body in-bed gym and functional electrical stimulation. **Aging Clinical and Experimental Research**, v. 33, n. 7, p. 2053-2059, 2021.

COFFITO. Resolução Nº 516, de 20 de março de 2020. Teleconsulta, Telemonitoramento e Teleconsultoria. Brasília, Distrito Federal, 2020.

DEJVAJARA, Disatorn et al. Effects of home-based nine-square step exercises for fall prevention in Thai community-dwelling older adults during a COVID-19 lockdown: a pilot randomized controlled study. **International journal of environmental research and public health**, v. 19, n. 17, p. 10514, 2022.

GOODMAN-CASANOVA, J. M. et al. Telehealth home support during COVID-19 confinement for community-dwelling older adults with mild cognitive impairment or mild dementia: survey study. **Journal of medical Internet research**, v. 22, n. 5, p. e19434, 2020.

HAMEED, Farah et al. Outcomes of a COVID-19 recovery program for patients hospitalized with SARS-CoV-2 infection in New York City: A prospective cohort study. **PM&R**, v. 13, n. 6, p. 609-617, 2021.

HEIBERG, K. E. et al. "This path I must walk alone". Challenges experienced by older patients while recovering from severe COVID-19—a qualitative study. **BMC geriatrics**, v. 22, n. 1, p. 1-8, 2022.

HODGSON, Carol et al. The impact of COVID-19 critical illness on new disability, functional outcomes and return to work at 6 months: a prospective cohort study. **Critical Care**, v. 25, n. 1, p. 1-12, 2021.

HOGAN, G. et al. COVID-19 restrictions increased perceptions of social isolation for older people discharged home after rehabilitation: A mixed-methods study. **Australasian Journal on Ageing**, 2022.

JÚNIOR, José da Natividade Menezes; CORREIA, Helena França. Impacto da pandemia do SARS-CoV-2 na ocupação e mobilização de pacientes de uma unidade de terapia intensiva cardiovascular. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**, v. 20, n. 3, p. 400-405, 2021.

JUSZKO, K. et al. Remote Support of Elderly Women Participating in Mental Health Promotion Programme during the COVID-19 Pandemic: A Single-Group Longitudinal Intervention. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 7, p. 4073, 2022.

MARKOTEGI, M. et al. Effect of the COVID-19 pandemic on the physical and psychoaffective health of older adults in a physical exercise program. **Experimental Gerontology**, v. 155, p. 111580, 2021.

MARTINEZ, Edson Zangiacomi et al. Atividade física em períodos de distanciamento social devidos à COVID-19: um estudo transversal. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 4157-4168, 2020.

MEDRINAL, Clément et al. Muscle weakness, functional capacities and recovery for COVID-19 ICU survivors. **BMC anesthesiology**, v. 21, n. 1, p. 1-5, 2021.

MENEZES, G. S; COSTA, S. S; DE AZEVEDO, G. S. Perfil dos profissionais de saúde de um hospital público e sua percepção acerca da atuação do fisioterapeuta no enfrentamento da COVID-19. **Acta Fisiátrica**, v. 29, n. 2, p. 75-80, 2022.

MONTEIRO I. O. et al. A saúde do idoso na graduação em fisioterapia no Brasil: um estudo transversal. **Fisioterapia e Pesquisa**, [S.L.], v. 27, n. 1, p. 93-99, jan. 2020.

OLIVEIRA H. M. L. et al. Fisioterapia na Prevenção de Quedas em Idosos: Revisão de Literatura. **Revista Interdisciplinar de Estudos Experimentais**, v. 9, n. único, p. 43-47, 2017.

OLIVEIRA, V. V. et al. Impactos do isolamento social na saúde mental de idosos durante a pandemia pela Covid-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 1, p. 3718-3727, 2021.

PEDREIRA, R. B. S.; SANTOS, L. dos.; VILELA, A. B. A. V.; ROCHA, R. M.; BOERY, R. N. S. de. O. Impactos reais e/ou potenciais da pandemia de COVID-19 na saúde mental de idosos. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**. Umuarama. v. 26, n. 3, p. 441-457, Set./Dez. 2022.

PERRACINI, M. et al. Impact of COVID-19 pandemic on life-space mobility of older adults living in Brazil: REMOBILIZE study. **Frontiers in Public Health**, p. 313, 2021.

SAÑUDO, B. et al. Potential application of whole body vibration exercise for improving the clinical conditions of covid-19 infected individuals: A narrative review from the world association of vibration exercise experts (wavex) panel. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 10, p. 3650, 2020.

SEETHALER, M. et al. Psychosocial impact of COVID-19 pandemic in elderly psychiatric patients: a longitudinal study. **Psychiatric Quarterly**, v. 92, n. 4, p. 1439-1457, 2021.

SILVA, C. A. et al. Association of Functional Characteristics and Physiotherapy with COVID-19 Mortality in Intensive Care Unit in Inpatients with Cardiovascular Diseases. **Medicina**, v. 58, n. 6, p. 823, 2022.

SILVA, R. M. V; SOUSA, A. V. C. Fase crônica da COVID-19: desafios do fisioterapeuta diante das disfunções musculoesqueléticas. **Fisioterapia em Movimento**, v. 33, 2020.

SILVA, W. A. et al. Online Exercise Training Program for Brazilian Older Adults: Effects on Physical Fitness and Health-Related Variables of a Feasibility Study in Times of COVID-19. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 21, p. 14042, 2022.

SOLIANIK, R. et al. Tai chi improves psychoemotional state, cognition, and motor learning in older adults during the COVID-19 pandemic. **Experimental Gerontology**, v. 150, p. 111363, 2021.

SOUZA J. C. et al. Reabilitação funcional para pacientes acometidos por covid-19. **Rev Cuid**. 21 de setembro de 2021.

TATLOW, C. et al. Physiotherapy-assisted prone or modified prone positioning in ward-based patients with COVID-19: a retrospective cohort study. **Physiotherapy**, v. 114, p. 47-53, 2022.

YI, D; YIM, J. Remote home-based exercise program to improve the mental state, balance, and physical function and prevent falls in adults aged 65 years and older during the COVID-19 pandemic in Seoul, Korea. *Medical Science Monitor*: **International Medical Journal of Experimental and Clinical Research**, v. 27, p. e935496-1, 2021.

ZAMPOGNA, E. et al. Pulmonary rehabilitation in patients recovering from COVID-19. **Respiration**, v. 100, n. 5, p. 416-422, 2021.

ZENGIN ALPOZGEN, A. et al. The effectiveness of synchronous tele-exercise to maintain the physical fitness, quality of life, and mood of older people-a randomized and controlled study. **European Geriatric Medicine**, v. 13, n. 5, p. 1177-1185, 2022.