**Práticas de Autocuidado dos Idosos com Doença Crônica em tempos da COVID-19**

**Self-care Practices in Elderly People with Chronic Disease Amid COVID-19 Pandemic**

**Prácticas de autocuidado para ancianos con enfermedades crónicas en tiempos de COVID-19**

*Beatriz dos Santos Oranje1, Deyvylan Araujo Reis2*

**Como citar:** Oranje BS, Reis DA. Práticas de Autocuidado dos Idosos com Doença Crônica em tempos da COVID-19. REVISA. 2022; 11(3): 326-40. Doi: <https://doi.org/10.36239/revisa.v11.n3.p326a340>



**RESUMO**

**Objetivo:** analisar as evidências científicas sobre as práticas de autocuidado de idosos com doença crônica em tempo de pandemia da COVID-19. **Método:** trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que compreendeu buscas nas bases de dados eletrônicas LILACS, BDENF, SciELO, MEDLINE, CINAHL, WOS e Science Direct, no período de 2020 a 2022, tendo como descritores controlados o DeCS e o MeSH. **Resultados:** cinco artigos foram selecionados para análise, os quais apontaram mudanças de hábitos e mecanismos de autocuidado, bem como dificuldades para a realização de atividades básicas e instrumentais da vida diária, além do impacto na dieta e prática de exercícios, assim como aspectos relacionados a fatores socioeconômicos e à saúde mental. **Considerações finais**: para que haja manutenção dessas práticas de forma satisfatória, a colaboração entre profissionais da saúde e idosos deve existir, por meio da educação em saúde e das ações de intervenção e cuidado na atenção especializada, a fim de que a dieta adequada seja mantida, além de uma regularidade na realização de exercícios físicos e manutenção das terapias medicamentosas, como também independência e autonomia aos idosos quanto ao próprio cuidado.

1. Universidade Federal do Amazonas. Manaus, Amazonas, Brasil.

<https://orcid.org/0000-0002-5239-1707>

2. Universidade Federal do Amazonas. Manaus, Amazonas, Brasil.

<http://orcid.org/0000-0001-9314-3745>

**Descritores:** Idosos; Doença Crônica; Autocuidado; Covid-19.

**ABSTRACT**

**Objective:** To analyze the scientific evidence on the self-care practices of the elderly with chronic illness in the time of the COVID-19 pandemic. **Method:** This is an integrative literature review, carried out using the databases LILACS, BDENF, SCIELO, MEDLINE, CINAHL, WEB OF SCIENCE and SCIENCE DIRECT, from literature published in the period between 2020 and 2022, having as controlling descriptors the DeCS and MESH. **Results:** Five articles were selected for analysis, which showed changes in habits and self-care mechanisms, such as difficulties in performing basic and instrumental activities of daily living, in addition to the impact on diet and exercise, as well as aspects related to socioeconomic factors and mental health. **Final Considerations:** In order for these practices to be maintained satisfactorily, collaboration between health professionals and the elderly must exist, through health education and care interventions on specialized care, so that an adequate diet is maintained, as well as as there is a regularity in the accomplishment of physical exercises and maintenance of the pertinent drug therapies in order to provide discernment and autonomy of the own care to the elderly.

REVISÃO

**Descriptors:** Elderly; Chronic Disease; Self-care; COVID-19.

**RESUMEN**

**Objetivo:** Analizar las evidencias científicas sobre las prácticas de autocuidado de los ancianos con enfermedad crónica en tiempos de la pandemia de COVID-19. **Método:** Esta es una revisión integradora de la literatura, que comprende búsquedas en las biblioteca virtuales LILACS, BDENF, SCIELO, MEDLINE, CINAHL, WEB OF SCIENCE y SCIENCE DIRECT, de 2020 a 2022, con los descriptores controlados DeCS y MESH. **Resultados:** Se seleccionaron cinco artículos para el análisis, que evidenciaron cambios en los hábitos y mecanismos de autocuidado, como dificultades para realizar las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria, además del impacto en la alimentación y el ejercicio, así como aspectos relacionados con factores socioeconómicos y salud mental. **Consideraciones finales:** Para que estas prácticas se mantengan satisfactoriamente, debe existir una colaboración entre los profesionales sanitarios y los ancianos, a través de la educación sanitaria y de acciones de intervención y atención centradas en la atención especializada, de forma que se mantenga una alimentación adecuada, así como una regularidad en la la realización de ejercicios físicos y mantenimiento de las terapias farmacológicas pertinentes a fin de proporcionar discernimiento y autonomía del propio cuidado a los ancianos.

**Recebido: 25/04/2022**

**Aprovado: 23/06/2022**

**Descriptores:** Ancianos; Enfermedad Crónica; Autocuidado; COVID-19.

**Introdução**

O envelhecimento populacional é caracterizado pelo aumento proporcional entre a população idosa e adulta e do decréscimo no número de crianças e jovens existentes. A nível mundial, a expansão do envelhecimento populacional teve início com a Revolução Industrial, fato que levou a um processo de desaceleração no ritmo do crescimento populacional. Em relação à população brasileira, houve melhora no tempo de vida relativo, representado por um maior número de pessoas envelhecendo do que nascendo, demonstrado pela redução das taxas de fecundidade, pela diminuição da média de filhos por mulher e pelo decréscimo do nível de mortalidade 1,2.

Tanto no âmbito mundial, quanto no nacional, houve um aumento da expectativa de vida devido à melhora nas condições de higiene, através de medidas como a implementação de vacinas e o uso de antibióticos, por exemplo, que proporcionaram um desenvolvimento significativo em direção à melhores condições e qualidade de vida no decorrer dos anos 3.

Entretanto, devido à urbanização e ao crescimento econômico e social, mesmo com a redução nas condições infecciosas agudas, a sociedade enfrenta o dilema das doenças crônicas não-transmissíveis(DCNT), caracterizadas por afetarem pessoas de todas as classes sociais, e que tem como fatores de risco a raça, o sexo, a presença de dislipidemias, o consumo excessivo de álcool e o sedentarismo por exemplo, atingindo majoritariamente àqueles com baixa renda, menor índice de escolaridade e baixo acesso aos serviços de saúde.4-6

As DCNT são consideradas como uma das principais causas de morte no mundo e podem ocorrer devido à alterações nas condições de qualidade de vida ou a fatores de risco que podem ser evitáveis ou não, sendo a hipertensão arterial e o diabetes as doenças mais prevalentes entre os idosos no Brasil, com uma proporção de pessoas que referiram algum diagnóstico representativa de 56,6% e 21,9%, respectivamente, devido à fatores como a baixa qualidade dos hábitos alimentares, ao tabagismo e ao etilismo, por exemplo, práticas indicativas quanto à origem e causa do adoecimento da pessoa idosa 4,6-7.

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma condição clínica que pode provocar alterações funcionais e estruturais de órgãos, como o coração, o encéfalo, os rins e os vasos sanguíneos, e alterações metabólicas, geralmente associado a diabetes tipo 2, sendo a diabetes melittus (DM) a denominação dada a um grupo de doenças metabólicas caracterizadas pela hiperglicemia devido à deficiência na secreção de insulina e/ou em sua ação8-10.

Ainda hoje, mesmo com o cuidado à doenças crônicas, ainda existe a possibilidade de existirem outros agravos causados por fatores externos, tais como o acometimento por doenças infecciosas agudas e graves, tal qual a COVID-19, doença causada pelo vírus SARS-CoV-2 e transmitida por meio do contato direto, indireto ou próximo com pessoas infectadas com o vírus, sintomáticas ou assintomáticas, através de secreções como saliva e secreções ou gotículas respiratórias, que são expelidas quando uma pessoa infectada tosse, espirra ou fala e que pode provocar sintomas gripais e até mais graves, como a dispneia, o desconforto respiratório, a queda na saturação de oxigênio e cianose perioral e em face 11,12.

Um estudo demonstrou que os casos muito mais graves acometiam idosos, cuja ocorrência se dava, em sua maioria, devido à preexistência de comorbidades, tendo em vista que 64,3% dos pacientes diagnosticados com COVID-19, entre os casos avaliados, possuíam algum tipo de comorbidade agravante ao quadro clínico, tais como a HAS (30%) e o DM (12,1%), o que representa maior chance de um acometimento grave a tal população caso haja exposição ao referido vírus 13.

Segundo relatos, a hiperglicemia associada à infecção por COVID-19, pode reduzir a capacidade do sistema respiratório, devido a elevação dos níveis de glicose a nível epitelial, além de uma exacerbada formação de produtos de glicação avançada e disfunção das imunoglobulinas, podendo ainda o vírus ligar-se a um receptor pancreático e provocar a diminuição do índice glicêmico a níveis baixíssimos, podendo indicar um índice prognóstico de possíveis complicações graves, aumentando o risco de mortalidade 14.

Em relação às funções cardíacas, estudos identificaram a possibilidade do vírus utilizar o mesmo receptor da enzima 2 de conversão a angiotensiva (ACE2) para entrar na célula, apontando ainda que pacientes hipertensos apresentaram níveis anormais de vários indicadores, como linfopenia e inflamação, e nas funções cardíacas, indicando uma baixa taxa prognóstica para melhora e até aumento na propensão a casos fatais para pacientes hipertensos 15,16.

Tais doenças são consideradas crônicas e requerem atenção no cuidado e manejo próprios, devido à gravidade com que podem vir a cursar. Assim, o autocuidado pode ser definido como a manutenção por uma pessoa adulta das condições de vida, das próprias necessidades e do equilíbrio das necessidades básicas, realizando medidas de prevenção e promoção à saúde, sendo as práticas de autocuidado relacionadas aos conhecimentos e práticas ensinadas e aprendidas que estimulam a própria capacidade em atender tais necessidades de saúde17,18.

Caso o indivíduo não possa manter as práticas de autocuidado ou esteja incapacitado para fazê-lo devido a questões de saúde debilitada, recomenda-se que haja auxílio mediado por profissionais da saúde por meio de orientações e acompanhamento 19.

A motivação para a realização do estudo em questão advém da necessidade de acompanhamento de pacientes na manutenção da saúde em condições crônicas e de um correto manejo das práticas de autocuidado, a fim de buscar entender como a pandemia da COVID-19 afetou essas práticas, levando a uma possível autonegligência devido à elevada preocupação com a COVID-19 e a baixa procura para identificação e acompanhamento no tratamento das doenças crônicas. Em pesquisas nos bancos de dados, compreendendo o período de 2020 a 2021, evidências apontaram uma lacuna no conhecimento em artigos acerca da prática do autocuidado em pacientes com doenças crônicas no período da pandemia da covid-19, objeto desta investigação.

  O estudo tem como objetivo analisar as evidências científicas sobre as práticas de autocuidado de idosos com doença crônica em tempo de pandemia da covid-19.

**Método**

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura, que seguiu seis etapas: elaboração da questão norteadora, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, interpretação dos resultados e apresentação da revisão integrativa 20.

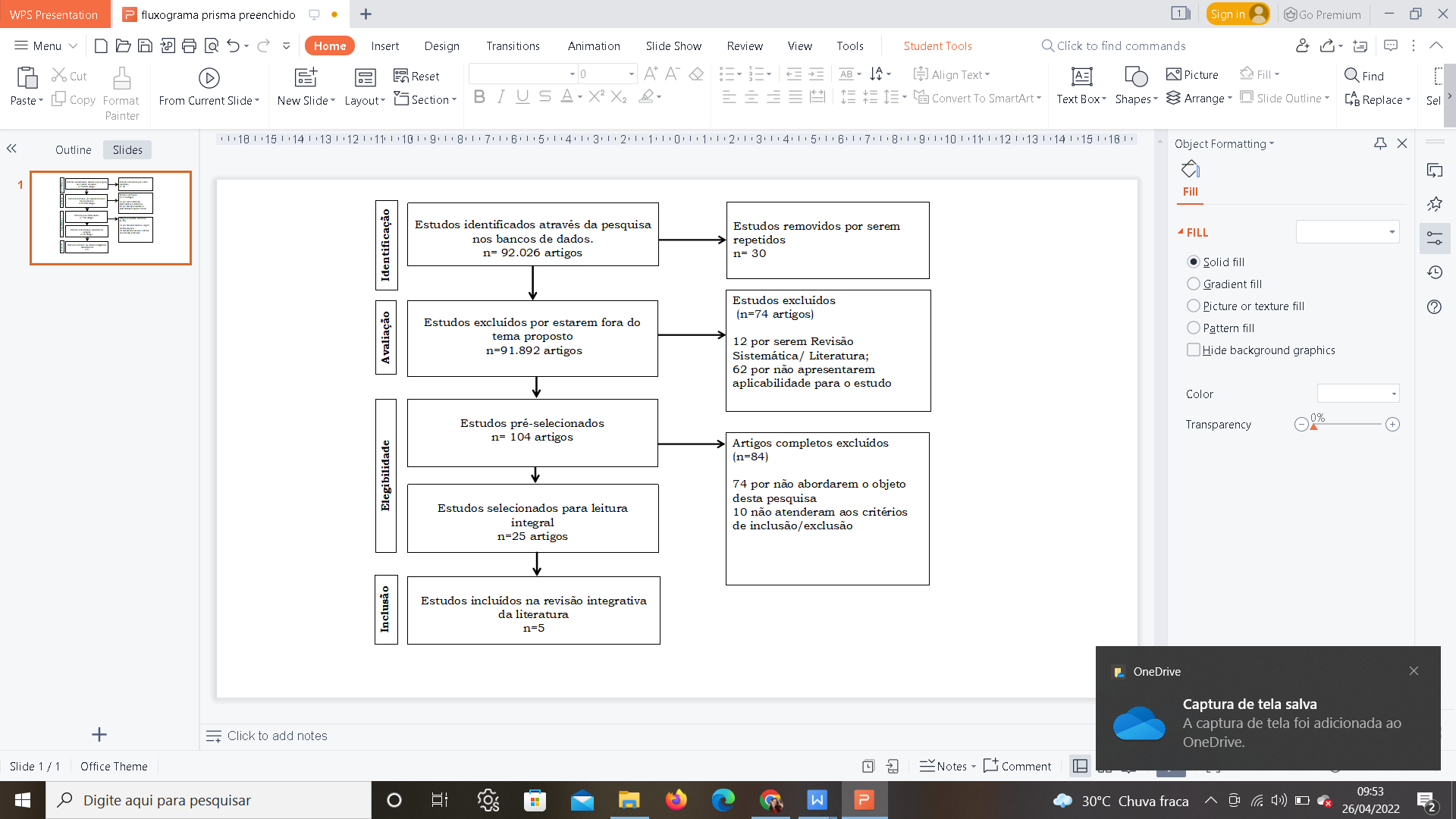
A questão de pesquisa da revisão integrativa da literatura surgiu da estratégia PICo, um acrônimo em que P significa população, I- interesse, Co- contexto, elementos fundamentais da questão de pesquisa para revisão integrativa da literatura 21. Atendendo às recomendações da Estratégia PICo, a pergunta da busca bibliográfica para a proposta do estudo de revisão integrativa foi: Quais são as evidências científicas publicadas sobre as práticas de autocuidado (I) dos idosos com Doença Crônica (P) em tempo de pandemia da COVID-19(Co)?

A coleta de dados ocorreu nos meses de novembro de 2021 a janeiro de 2022, quando foram realizadas as buscas nas bases de dados eletrônicas Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS),  Base de Dados de Enfermagem (BDENF), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), *Medical Literature Analysis and Retrievel System Online* (MEDLINE), *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature* (CINAHL), *Web Of Science* (WOS) e *Science Direct,* utilizado-se os descritores controlados Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MeSH), e a lógica booleana com os operadores “OR” (aditivo) e “AND” (delimitador).

Os critérios de inclusão foram artigos científicos publicados na íntegra, no período de abril de 2020 a janeiro de 2022, disponíveis eletronicamente, em português, inglês e espanhol, que atendessem ao objetivo desta pesquisa. Foram obtidos 92.026 artigos, tendo sido excluídos 91.892 artigos por serem estudos repetidos e revisões deliteratura, estudos reflexivos e relatos de experiência, tendo sido realizada uma revisão por pares.

Após a realização da busca na base de dados e biblioteca virtual, 104 artigos foram selecionados para avaliação da aplicabilidade no tema, tendo sido excluídos 74 artigos por não abordarem o objeto desta pesquisa, onde 25 artigos foram pré-selecionados para leitura na íntegra, dos quais 10 não atenderam aos critérios de elegibilidade e, finalmente, foram selecionados cinco artigos para constituir a presente revisão (Figura 1).

**Figura 1-** Fluxograma De Busca e Seleção Dos Estudos Nas Bases De Dados adaptado do PRISMA22-Brasil-2022.



A avaliação crítica referente à avaliação metodológica relacionou-se à aplicação de instrumentos adaptados que conferiram diagnósticos mais precisos quanto à qualidade necessária para a observação dos artigos.

O *Critical Appraisal Skill Programme* (CASP) consiste na análise crítica a partir dos seguintes questionamentos:1) O objetivo está claro e justificado?; 2) A metodologia é adequada?; 3) Os procedimentos teórico–metodológicos são apresentados e discutidos?; 4) A amostra do estudo foi selecionada adequadamente?; 5) A coleta de dados está detalhada?; 6) A relação entre pesquisador e pesquisados foi considerada?; 7) Os aspectos éticos da pesquisa foram considerados?; 8) A análise de dados é rigorosa e fundamentada, com especificação dos testes estatísticos?; 9) Os resultados foram apresentados claramente?; 10) A pesquisa é importante? 23.

Esse instrumento adaptado contou com dez itens (máximo dez pontos), classificando os trabalhos com as seguintes pontuações: seis a dez pontos para boa qualidade metodológica e viés reduzido e o mínimo cinco pontos para qualidade metodológica satisfatória, com risco de viés aumentado 24.

A classificação por nível de evidência, baseada em uma hierarquia, foi orientada por aspectos delimitados pela *Agency for Healthcare and Research and Quality* (AHRQ), em que puderam ser observados sete níveis, a saber: o nível I equivale à revisão sistemática ou metanálise; o nível II equivale a ensaios clínicos randomizados controlados e bem delimitados; o nível III equivale a ensaios clínicos bem delimitados não randomizados; o nível IV equivale a estudos de coorte e de caso-controle bem delimitados; o nível V equivale à revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos; o nível VI equivale a estudo descritivos ou qualitativos e o nível VII equivale a opiniões de autoridades e/ou relatórios de comitês de especialidades 23,25.

Com relação à discussão dos resultados, procedeu-se à comparação dos dados pelos achados de outros autores na literatura, com delimitações das conclusões e interferência dos pesquisadores. No que refere a apresentação da RIL foram apresentados de forma descritiva e por meio de tabela e gráfico, utilizando-se o programa *Microsoft Excel* (versão 2016).

Quanto aos aspectos éticos da pesquisa a RIL dispensa a submissão do estudo a um Comitê de Ética em Pesquisa (CEP).

**Resultados**

Ente as bases de dados e bibliotecas eletrônicas, predominaram a SciELO e a MEDLINE, e o ano de 2021 apresentou uma frequência maior, analisando-se o ano de publicação. Quanto aos objetivos expostos pelos pesquisadores dos estudos, constatam-se diversos, como apresentado na Quadro I, em que entre eles, buscou-se compreender como os idosos com doenças crônicas têm convivido e lidado com a pandemia da COVID-19, além das mudanças de hábitos.

**Quadro I -** Caracterização da amostra selecionada no estudo. Brasil. 2022

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Base de dados/ Biblioteca eletrônica** | **Código** | **Título** | **Periódico/ Ano** | **Objetivo** | **Principais resultados** |
| SciELO | S1 | Dificuldade em atividades de vida diária e necessidade de ajuda em idosos: discutindo modelos de distanciamento social com evidências da iniciativa ELSI-COVID-19. | Cadernos de Saúde Pública  2020 | Analisar se idosos com dificuldade ou necessidade de ajuda para atividades básicas ou instrumentais de vida diária estão mais distanciados socialmente em tempos de COVID-19. | Identificadas limitações na realização das ABVD ou AIVD |
| SciELO | S2 | Hábitos de vida de pessoas com diabetes mellitus durante a pandemia de COVID-19. | Cogitare Enfermagem  2021 | Caracterizar impactos do distanciamento social ocasionado pela pandemia da doença do coronavírus na vida de pessoas com diabetes mellitus. | Houve impacto no peso e atividade física  Aspectos Socioeconômicos e  Saúde Mental afetadas |
| MEDLINE | S3 | Association between Fear of COVID-19 with Self-care Behaviors in Elderly: A Cross- Sectional Study | Frontiers in Psychology  2021 | Determinar a associação entre o medo da COVID-19 com as práticas de autocuidado em idosos. | Medo associado à idade avançada e à percepção de risco  Sintomas depressivos e ansiedade |
| MEDLINE | S4 | What Happened to People with Non-Communicable Diseases during COVID-19: Implications of H-EDRM Policies. | International Journal of Environmental Research and Public Health  2020 | Examinar as experiências de pessoas com DCNTs e seus padrões de autocuidado relevantes durante a pandemia COVID-19. | Dificuldade de acompanhamento com profissionais de saúde e na compra de suprimentos de proteção. |
| CINAHL | S5 | Assessing acceptability and patient experience of a behavioral lifestyle intervention using fitbit technology in older adults to manage type 2 diabetes amid covid-19 pandemic: A focus group study: Focus group analysis of lifestyle intervention. | Geriatric Nursing  2021 | Avaliar a aceitação e experiências de pacientes  idosos com sobrepeso/obesidade e diabetes mellitus 2, durante a   utilização de um dispositivo de tecnologia *fitness* através de intervenções no estilo de vida e comportamento, adaptado durante a pandemia de COVID-19. | Impacto na dieta e prática de exercícios |

Foram utilizados os códigos de S1 a S5 para representar os artigos selecionados, como elemento para simplificar a identificação e apresentação destes.

Quanto ao número de autores, dois artigos apresentaram entre 4 e 7 autores (80%), e um contou com 10 autores (20%), como pode ser observado na Figura 2, em que suas formações englobavam a enfermagem, medicina, bioquímica e fisioterapia, com colaboradores que possuíam de formação técnica ao pós-doutorado. Em busca realizada no *Open Researcher and Contributor ID* (ORCID), verificou-se que as informações acerca da formação de alguns autores estavam incompletas. Por conseguinte, consideraram-se apenas as informações disponíveis e presentes no currículo do ORCID.

**Figura 2 -** Número de Autores dos Artigos Selecionados - Brasil – 2022.

No que tange à caracterização dos estudos selecionados, as áreas das revistas/periódicos englobaram eixos como saúde coletiva, ciências da psicologia, interdisciplinaridade e enfermagem; quanto ao Qualis dos periódicos, B1 foi o mais recorrente, com qualificação nível 3, boa, levando-se em conta a pontuação oito, de dez, na classificação (Quadro 2).

**Quadro 2 -** Caracterização dos estudos selecionados, segundo idioma, delineamento metodológico, qualis do periódico, instrumento utilizado e local de estudo/participantes. Brasil, 2022.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Código** | **Idioma** | **Delineamento metodológico/**  **Qualis do periódico** | **Instrumento utilizado** | **Local de estudo/**  **Participantes** | **NE** |
| S1 | Português | Estudo transversal/ B1 | Questionário padronizado, com informações sociodemográficas, ABVD, AIVD, necessidade de ajuda e grande região brasileira onde foi realizada/ Índice de Katz modificado/ Escala de Lawton | Brasil  4.035 participantes, com média de 70 anos de idade | VI |
| S2 | Português | Estudo descritivo de abordagem quantitativa/B1 | Questionário de Atividades de Autocuidado referentes a Diabetes, versão traduzida, adaptada e validada para a cultura brasileira (QAD)/ | Brasil  102 pessoas com DM, com faixa etária na média de 41,8 anos | VI |
| S3 | Inglês | Estudo Transversal/ A2 | Questionário padronizado | Singapura, Continente Asiático  413 pessoas  idosas, com faixa etária na média de 69 anos de idade | VI |
| S4 | Inglês | Estudo de coorte, randomizado/ B1 | Questionário padronizado (perguntas abertas) | Hong Kong, China  765 pessoas, com faixa etária na média de 64 anos de idade | II |
| S5 | Inglês | Estudo de abordagem qualitativa, com método de grupo focal/ A1 | Questionário semiestruturado | San Antonio, Texas, EUA  18 idosos com faixa etária na média de 72 anos de idade | VI |

\*NE: Nível de Evidência

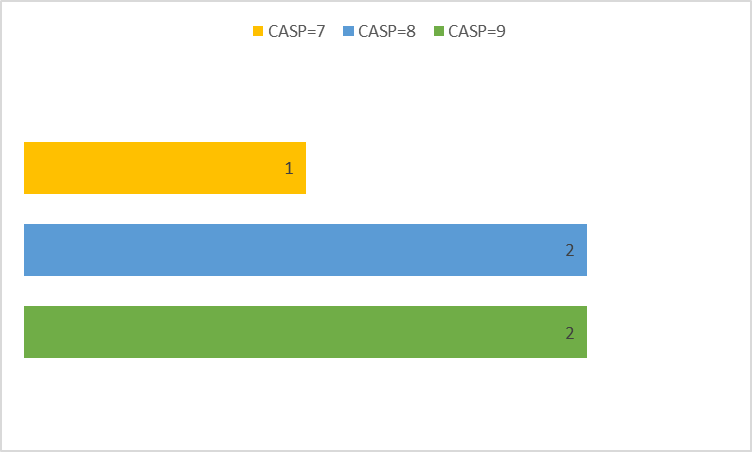
Com relação ao idioma, inglês foi o mais recorrente, e os estudos quantitativos prevaleceram, na forma de estudos transversais e de coorte, assim como randomizado, com questionários padronizados, tendo sido esse instrumento o método de pesquisa mais utilizado.

Quanto ao local de estudo, três concentraram-se no continente americano, sendo um no norte-americano, dois no sul-americano e dois no continente asiático. No que se refere à idade dos participantes de tais estudos, a média ficou compreendida na faixa entre 69 e 72 anos.

No que refere à avaliação crítica dos artigos selecionados, os artigos foram classificados, por nível de evidência e orientação, com base no instrumento da Agency for Healthcare and Research and Quality (AHRQ), como de níveis II e VI por apresentarem evidências derivadas de um estudo de coorte e randomizado e de quatro estudos descritivos ou qualitativos.

Quanto à avaliação metodológica, os artigos apresentaram escore maior ou igual a sete de acordo com análise crítica por meio do CASP, onde um artigo apresentou escore de sete e dois apresentaram escores equivalentes a oito e nove, demonstrando uma boa qualidade metodológica e viés reduzido, como pode ser observado na Figura 3.

**Figura 3-** Número de Artigos Selecionados Avaliados Metodologicamente segundo o CASP. Amazonas, 2022.



****

**Discussão**

Considerando a relevância e contemporaneidade da COVID-19, houve um aumento no número de publicações entre 2020 e 2022 acerca desse tema. O crescimento na produção científica a respeito dessa patologia decorreu da necessidade de expansão dos conhecimentos para direcionamento das ações a serem realizadas. Ao se analisarem as publicações disponíveis em uma base de dados, verificou-se que, mesmo havendo predominância de artigos publicados em países com maior infraestrutura científica, aqueles considerados emergentes prosseguiram na busca do conhecimento a fim de incentivar a pesquisa e a educação 26.

Uma pesquisa científica, realizada na China entre janeiro e março de 2020, identificou a produção de 55 artigos, tendo sido o país com maior produção científica, com idioma predominante em inglês, em que a maioria do público estudado era constituído por adultos e idosos, que já haviam sido infectados por COVID-19, com delineamento metodológico composto de pesquisas majoritariamente quantitativas 27.

Com isso, analisando a relação entre os idosos e a pandemia do novo coronavírus, destacam-se pautas voltadas ao envelhecimento ativo e ao ageísmo, em que conceitos como autonomia e dependência se interpõem e provocam impactos em aspectos das vidas dos idosos, alguns totalmente dependentes e outros completamente autônomos. Tais aspectos impactam as práticas de organização da vida, principalmente se considerando a realidade de uma pandemia.

Por outro lado, observa-se ainda que surgiu um aumento significativo dos laços de interdependência entre familiares, salientado pela preocupação com os idosos, seus esquecimentos e sua adequação às medidas de prevenção da covid-19. Somado a isso, surgiram as dificuldades impostas pela situação de pandemia e o temor ao vírus e suas potenciais consequências para os idosos 28.

Outro fator preocupante é a alta prevalência de doenças crônicas no Brasil, sendo apontadas como as doenças crônicas não transmissíveis predominantes a hipertensão e o diabetes, uma vez que são consideradas também fatores de risco para covid-19. Os idosos portadores dessas patologias possuem um perfil de saúde propenso a um alto risco de gravidade caso venham a ser infectados. Há evidências de que, por causa da pandemia, houve uma menor procura por atendimentos médicos, odontológicos ou por outros profissionais de saúde, assim como uma considerável piora do estado de saúde dessa população 29.

Estudo que buscou identificar o perfil socioeconômico de idosos em uma região do Brasil evidenciou que as doenças crônicas não transmissíveis, majoritariamente a hipertensão e o diabetes, eram predominantes entre os idosos, com média de idade de 72 anos. A pesquisa buscou ressaltar a prática de autocuidado no período pandêmico, como medidas relativas a manuseio de máscaras, limpeza de superfícies domésticas com maior frequência, isolamento, distanciamento físico e manutenção de abastecimento doméstico adequado de alimentos e medicamentos. O estudo apontou níveis plenos de independência de idosos avaliados por testes aplicados por meio das escalas de Katz e Lawton, que medem as funcionalidades destes quanto à realização de atividades básicas e instrumentais da vida diária, respectivamente 30.

Assim, destacam-se algumas práticas de autocuidado observadas nos estudos que compuseram a presente investigação, atentando quanto à manutenção da medicação ou suspensão, devido as dúvidas acerca da dosagem ou impossibilidade de contatar algum médico. Identificou-se ainda que houve dificuldades para que o abastecimento ocorresse, além da prática de atividades físicas e o cuidado com o estado mental devido à instabilidade financeira. Entretanto, notou-se que houve preocupação no sentido de manter os níveis de glicose adequados, no caso dos idosos com diabetes mellitus tipo 2 31.

Com relação às práticas de autocuidado realizadas pelos idosos, um estudo afirma que a realização de tais medidas possibilita a autonomia destes em relação a si mesmos, pois, dessa forma, conseguem reconhecer sintomas de suas condições de saúde e até mesmo elaborar estratégias, a fim de que o desempenho dessas atividades promova a melhoria de sua saúde e condição de vida 32.

Para o âmbito do idoso com diabetes mellitus, outro estudo afirma que a prática do autocuidado ao paciente diabético relaciona-se tanto com o interesse do idoso quanto com a atenção especializada em que está inserido. Aponta aspectos como a necessidade de consciência dos profissionais quanto às interações medicamentosas e são apontadas como medidas para os idosos a atenção à reposição adequada da medicação e o controle glicêmico, tendo em vista que uma boa manutenção da saúde proporciona menor risco e severidade em casos de infecção. Tendo em vista o panorama da pandemia como um dos piores cenários, torna-se fundamental o acompanhamento com uma equipe multidisciplinar bem-treinada e informada a fim de cuidar do idoso e esclarecê-lo quanto às medidas que deve praticar 33.

No que tange aos aspectos relacionados à saúde mental, tópicos como a vulnerabilidade e a resiliência foram apontados, tais como o medo, o estresse, a ansiedade e a depressão, que são evidenciados como alguns dos reflexos na saúde emocional dos pacientes. Como meios de amenizar tal situação indica-se o apoio prático e emocional por parte de profissionais de saúde, além do compartilhamento de informações simples e claras acerca das condições de saúde e de doença decorrentes da pandemia. Recomenda-se ainda o fortalecendo do contato por via dos meios digitais com seus relativos e, principalmente, o estabelecimento ou a manutenção de rotinas regulares, como a prática de atividades físicas diárias e a dieta adequada, criando assim hábitos contínuos 34.

Para tal, a enfermagem, que age no cuidado aos pacientes de forma integral e contínua e que possui atribuições essenciais à prática clínica, como as ações preventivas e de intervenção, na pessoa do enfermeiro gerontológico, tem papel fundamental na atuação frente à pandemia. Atua por meio dos diagnósticos de enfermagem que possibilitam a identificação dos problemas e das reais necessidades do idoso, a fim de proporcionar uma atenção adequada com a oferta de orientações e cuidados necessários, utilizando-se de uma assistência holística e humanizada ao indivíduo doente e à família deste. Além disso, deve atuar por meio de medidas como o estímulo à manutenção das atividades básicas e instrumentais da vida diária, a correta utilização de suas medicações, assim como o incentivo à promoção de atividades que fortaleçam a saúde mental e física do idoso, abrangendo seu perfil sociopsicobiológico 35,36.

Apesar deste estudo haver atingido o objetivo de levantar as evidências científicas disponíveis acerca da prática de autocuidado aos pacientes idosos com doença crônica, pode-se considerar uma limitação do estudo a disponibilidade limitada de artigos relevantes para o tema, o que evidencia a necessidade de novas pesquisas, em nível de comparação quanto à avaliação dos aspectos científicos, possibilitando relacionar os dados obtidos nas literaturas nacional e internacional.

Este estudo pode contribuir para a prática baseada em evidência, por buscar analisar as evidências científicas sobre as práticas de autocuidado de idosos com doença crônica em tempo de pandemia da COVID-19 e assim aprimorar a prática em enfermagem baseada em evidências. Assim, é possível estimular o conhecimento e incentivar a realização de outros estudos relevantes tanto para a prática clínica quanto para o fortalecimento do saber científico.

**Considerações finais**

As doenças crônicas não transmissíveis são altamente prevalentes no grupo populacional de idosos, caracterizadas por apresentarem etiologia não infecciosa e curso prolongado, relacionando-se à associação com a deterioração fisiológica característica dessa faixa etária, sendo necessárias inclusive terapias medicamentosas contínuas para controle e manutenção do estado de saúde. Em um contexto de pandemia, evidenciam-se certos obstáculos para a manutenção de medidas que priorizem o bem-estar e a saúde, ainda mais quando tal patologia impede o funcionamento normal das atividades diárias em âmbito mundial.

As práticas de autocuidado dos idosos com doença crônica em tempo de pandemia revelaram mudanças nos hábitos e aspectos afetados em seu cotidiano e nos mecanismos de autocuidado. Entre eles se podem citar as dificuldades para a realização de atividades básicas e instrumentais da vida diária, o impacto na dieta e prática de exercícios, além dos aspectos relacionados a fatores socioeconômicos e à saúde mental.

Dessa forma, a importância da revisão integrativa de literatura contida neste estudo reside no aperfeiçoamento dos conhecimentos científicos acerca das práticas de autocuidado de forma sistematizada e estruturada, por meio do uso de um método comprovado e funcional para a convergência e até a identificação de lacunas referentes a potenciais estudos futuros.

Diante disso, a manutenção da prática de autocuidado de forma satisfatória consiste na colaboração entre profissionais da saúde e idosos, por meio da educação em saúde e das ações de intervenção e cuidado versadas na atenção especializada. Estas visam à manutenção da dieta adequada e à regularidade na realização de exercícios físicos, bem como à manutenção das terapias medicamentosas pertinentes, a fim de proporcionar discernimento e autonomia do próprio cuidado aos idosos.

Essa síntese do conhecimento trazido pelos estudos incluídos nesta revisão reforça a prática do autocuidado como uma ferramenta essencial na manutenção da saúde do paciente com doença crônica, em especial aos idosos nesse período de pandemia da covid-19. Para tanto, há necessidade de envolvimento dos profissionais de saúde. Sendo de fundamental importância a atuação da equipe de enfermagem, que presta assistência contínua por meio do contato direto com os pacientes, de forma a capacitar seus pacientes, tornando-os atentos à própria saúde. Esses profissionais precisam ter consciência de que suas práticas interferem diretamente no bem-estar físico e mental dos pacientes, esclarecendo-os com o melhor que o conhecimento e as evidências científicas podem proporcionar à pessoa idosa.

**Agradecimento**

Ao Programa Institucional de Bolsa de Iniciação Científica (PIBIC) da Universidade Federal do Amazonas (UFAM). Bolsa da Universidade Federal do Amazonas. PIB-S/0328/2021.

**Referências**

1. Cardoso E, Dietrich TP, Souza AP. Envelhecimento da população e desigualdade. Braz. J. Political Econ. 2021; 41(1):23-43. doi: [https://doi.org/10.1590/0101-31572021-3068](https://doi.org/10.1590/0101-31572021-3068%20.)

2. Closs VES, Augustin CH. A evolução do índice de envelhecimento no Brasil, nas suas regiões e unidades federativas no período de 1970 a 2010. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., 2021; 15(3): 443-58. doi: <https://doi.org/10.1590/S1809-98232012000300006>

3. Nasri F. O envelhecimento populacional no Brasil. Einstein [internet]. 2008 [cited 18 Out. 2021]; 6(1):S4-S6. Disponível em: <https://www.prattein.com.br/home/images/stories/Envelhecimento/envelhecimento_popu.pdf>

4.Ministério da Saúde (BR), Secretaria de Vigilância em Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2026. IBGE; 2011. 160 p.

1. Reis C, Barbosa LMLH, Pimentel VP. O desafio do envelhecimento populacional na perspectiva sistêmica da saúde. BNDES Set., 2016; 44, 87-124.
2. Melo SPC, Cesse EAP, Lira PIC, Rissin A, Cruz SBLC, Filho MB. Doenças crônicas não transmissíveis e fatores associados em adultos numa área urbana de pobreza do nordeste brasileiro. Cien. Saude Colet, 2019; 24(8): 3159-3168. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018248.30742017>.
3. Ministério da Saúde (BR), Secretaria de Vigilância em Saúde. Coordenação de Trabalho e Rendimento. Pesquisa nacional de saúde: 2019 : percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal : Brasil e grandes regiões. IBGE; 2020. 113p.

8. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. Arq. Bras. Cardiol., 2010; 95(1): I-III, 2010. doi: <https://doi.org/10.1590/S0066-782X2010001700001>

9. Weschenfelder Magrini D, Gue Martini, J. Hipertensão arterial: principais fatores de risco modificáveis na estratégia saúde da família. Enferm. glob., 2012; 11(26): 344-353. doi: [https://dx.doi.org/10.4321/S1695-614120120002 00022](https://dx.doi.org/10.4321/S1695-614120120002%2000022)

10. Gross JL, Silveiro SP, Camargo JL, Reichelt AJ, Azevedo MJ. Diabetes Melito: Diagnóstico, Classificação e Avaliação do Controle Glicêmico. Arq. Bras. Endocrinol. Metabol., 2002; 46(1):16-26. doi: <https://doi.org/10.1590/S0004-27302002000100004>

11. Iser BP, Sliva I, Raymundo VT, Poleto MB, Schuelter-Trevisol F, Bobinski F. Definição de caso suspeito da COVID-19: uma revisão narrativa dos sinais e sintomas mais frequentes entre os casos confirmados. Epidemiol. Serv. Saúde, 2020; 29, (3):1-11. doi: [http://dx.doi.org/10.5123/s167 9-49742020000300018.](http://dx.doi.org/10.5123/s167%209-49742020000300018.)

12. Organização Pan-Americana da Saúde. Transmissão do SARS-CoV-2: implicações para as precauções de prevenção de infecção. Brasília (DF); 2020.

13. Zhang JJ, Dong X, Cao YY, Yuan YD, Yang YB, Yan YQ, et al. Clinical characteristics of 140 patients infected with SARS-CoV-2 in Wuhan, China. Allergy, 2020; 75(7):1730-1741. doi: <https://doi.org/10.1111/all.14238>.

14. Rastad H, Ejtahed HS, Mahdavi-Ghorabi A, Arzaghi M, Safari A, Shahrestanaki E, et al. Factors associated with the poor outcomes in diabetic patients with COVID-19. J Diabetes Metab Disord., 2020; 19(2): 1293–1302. doi: <https://doi.org/10.1007/s40200-020-00646-6>.

1. Strabelli TMV, Uip DE. COVID-19 e o Coração. Arq. Bras. Card. 2020; 114(4):598-600. doi: <https://doi.org/10.36660/abc.20200209>
2. Deng Y, Xie W, Liu T, Wang S, Wang M, Zan Y, et al. Associação da Hipertensão com a Gravidade e a Mortalidade de Pacientes Hospitalizados com COVID-19 em Wuhan, China: Estudo Unicêntrico e Retrospectivo.Arq. Bras. Card. 2021; 117(5):911-21. Doi: <https://doi.org/10.36660/abc.20200733>.
3. George JB, [Thorell AMV](https://pesquisa.bvsalud.org/portal/?lang=pt&q=au:). Teorias de enfermagem: os fundamentos para a prática profissional. 4 ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000

### Contatore OA, Tesser CD, Barros NF de. Autocuidado autorreferido: contribuições da Medicina Clássica Chinesa para a Atenção Primária à Saúde. Interface-Comunic., Saude, Educ., 2021; 25 (e200461). doi: <https://doi.org/10.1590/interface.200461>

1. Orem DE. Nursing: Concepts of practice. 4. ed. Saint. Louis: Mosby, 1991.
2. Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein, 2010; v. 8(1):102-106. doi: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>.

21. Barbosa D, Taminato M, Fram D, Belasco A. Enfermagem baseado em evidências. 1. ed. São Paulo: Atheneu, 2014.

22. Page MJ, Mckenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. BMJ., 2021; 372(71). doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>.

23. Souza LBC, Leal MCC, Bezerra AFB, Silva ICL, Souza LCG, Espírito Santo ACG. Fatores de postergação da aposentadoria de idosos: revisão integrativa da literatura. Cien. Saude Colet., 2020; 25(10):3889-3900. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.25702018>.

1. Casp UK. CASP qualitative review checklist. Oxford: CASP UK, 2018; p.4. Disponível em: <https://casp-uk.net/wp-content/uploads/2018/01/CASP-Qualitative-Checklist-2018.pdf>
2. Stetler CB, Morsi D, Rucki S, Broughton S, Corrigan B, Fitzgerald J, et al. Utilization-focused integrative reviews in a nursing service. Appl Nurs Res., 1998;11(4):195-206. doi: <https://doi.org/10.1016/s0897-1897(98)80329-7>.
3. Gicovate AGP, Marins ALP, Neto CG, Shimoda E. Indicadores Bibliométricos Dos Artigos Sobre “Covid-19” Na Base Scopus. Revista FMC., 2020; 15(2):15-21, 2020. doi: <https://doi.org/10.29184/19807813.rcfmc.383.vol.15.n2.2020>

27. Costa ICP, Sampaio RS, Souza FAC, Dias TKC, Costa BHS, Chaves ECL. Produção científica em periódicos online sobre o novo coronavírus (COVID-19): pesquisa bibliométrica. Texto Contexto Enferm., 2020; 7(0). doi: [https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0235](https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0235%20.)

28.Matta GC, Rego S, Souto EP, Segata J. Os impactos sociais da Covid-19 no Brasil: populações vulnerabilizadas e respostas à pandemia. In: Schuch P, Víctora CG, Siqueira MD. Cuidado e Controle na Gestão da Velhice em Tempos de Covid-19. 1 ed. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ; 2021. p. 149-157.

1. Romero DE, Muzy J, Damacena GN, Souza NA, Almeida WS, Szwarcwald CL, et al.Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho. Cad. saúde pública, 2021; 37(3):1-16. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00216620.>

30. Dias, FCF. Análise do impacto da educação em saúde no engajamento dos idosos sobre o autocuidado durante a pandemia do Covid-19 [dissertação]. Palmas: Universidade Federal do Tocantins; 2020.

31.Tiwari A, Kumar D, Ansari MS, Chaubey SK, Gupta NR, Agarwal V, et al. Impact of lockdown on self-care management among patients with type 2 Diabetes Mellitus residing in Lucknow city, India – A cross-sectional study. Clin. Epidemiology Glob. Health, 2021; 10. doi: <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2021.100703>

32. Sun Z, Yang B, Zhang R, Cheng X. Influencing Factors of Understanding COVID-19 Risks and Coping Behaviors among the Elderly Population. Int. J. Environ. Res. Public Health, 2020; 17(16):5889. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17165889>

33. Mukona DM, Zvinavashe M. Self- management of diabetes mellitus during the Covid-19 pandemic: Recommendations for a resource limited setting. Diabetes Metab. Syndr.: Clin. Res. Rev., 2020; 14. doi: <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.08.022>

1. Moura MLS. Idosos na pandemia, vulnerabilidade e resiliência. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., 2021; 24(1). doi:  [https://doi.org/10.1590/1981-22562021024.210060](https://doi.org/10.1590/1981-22562021024.210060%20.)

35. Barbosa MMA, Duarte RB, Nascimento CEM, Costa JB, Lima LR, Freitas KM, et al. O protagonismo da enfermagem no cuidado ao idoso em tempos de Covid-19. Braz. J. Dev., 2021; 7(8): 80075-93. doi: <https://doi.org/10.34117/bjdv7n8-292>.

36. Hammerschmidt KSA, Santana RF. Saúde do idoso em tempos de pandemia Covid-19. Cogitare enferm., 2020; 25(0). Doi: doi: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.72849>

**Autor de correspondência**

Beatriz dos Santos Oranje

Av. General Rodrigo Octavio Jordão Ramos, 1200. CEP: 69067-005 - Coroado I. Manaus, Amazonas, Brasil.

[btz.oranje@gmail.com](mailto:btz.oranje@gmail.com)