

<https://doi.org/10.33362/ries.v14i2.3636>

**Estratégias de promoção da saúde para pessoas idosas no contexto da pandemia de covid-19: implicações para o cuidado**

**Strategies on health promotion for aged in the context of the covid-19 pandemics: implications for care**

**Estrategias de promoción de la salud para personas mayores en el contexto de la pandemia de covid-19: implicaciones para el cuidado**

Jailton Thulher<sup>1</sup>  
Neide Emy Kurokawa e Silva<sup>2\*</sup>

Recebido em: 30 out. 2024

Aceito em: 22 ago. 2025

**RESUMO:** A propagação da infecção respiratória aguda causada pelo novo coronavírus (COVID-19) impactou fortemente os sistemas de saúde e a vida da população, sobretudo as pessoas idosas, consideradas no grupo para possíveis complicações da doença, demandando estratégias de promoção da saúde condizentes com esse contexto de emergência em saúde pública. Objetivo: Neste artigo temos por objetivo identificar as ações de promoção da saúde direcionadas para pessoas idosas considerando o contexto da pandemia de COVID-19. Métodos: Trata-se de uma revisão integrativa utilizando a estratégia PICo e a questão norteadora: “Que tipos de estratégias de promoção da saúde direcionadas para pessoas idosas foram desenvolvidas em tempos de Covid-19?”. Foi realizada a busca de literatura na base de dados da BVS e SCOPUS (2020-2022), incluindo publicações nos idiomas português, inglês e espanhol. Resultados: Após as etapas de identificação, triagem e seleção, 13 publicações foram analisadas e reunidas em três grupos por especificidade de ação. Conclusão: Adentrando o contexto da pandemia de Covid-19, foi possível identificar que os estudos revisados apresentaram grande preocupação quanto à promoção da saúde das pessoas idosas adotando estratégias criativas com destaque para as práticas regulares de exercícios físicos em casa e utilização dos canais de comunicação virtual e mídias sociais.

**Palavras-chave:** Covid-19. Pessoa idosa. Promoção da saúde.

**ABSTRACT:** The spread of the acute respiratory infection caused by the new coronavirus (COVID-19) has brought about impacts on the healthcare systems and on people's lives,

<sup>1</sup>Mestre. Universidade Federal do Rio de Janeiro. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6881-6108>. E-mail: jailtonthulher@hotmail.com.

<sup>2</sup>Doutora. Professora Associada. Universidade Federal do Rio de Janeiro. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1314-8851>. E-mail: neks@iesc.ufrj.br. Autor para correspondencia.

especially for the aged, considered in the group for possible complications of the disease, demanding strategies for health promotion compatible with that context of emergency in public health. Objective: In this article, we aim to identify actions for health promotion directed to the aged regarding the context of the COVID-19 pandemics. Methods: It is an integrative review which follows the PICo strategy and the guiding question: "What kinds of strategies for health promotion directed to the aged have been developed in times of COVID-19?" Literature was researched in the BVS and SCOPUS databases (2020-2022), including publications in Portuguese, English and Spanish. Results: After the identification, screening and selection steps, 13 publications were analyzed. Conclusion: When setting foot into the context of the COVID-19 pandemics, it was possible to identify that the reviewed studies showed great concern for health promotion for the aged, by using strategies with emphasis on regular physical activity at home and the use of virtual communication channels and social media.

**Keywords:** Aged. Covid-19. Health promotion.

**RESUMEN:** La propagación de la infección respiratoria aguda causada por el nuevo coronavirus (COVID-19) impactó fuertemente los sistemas de salud y la vida de la población, especialmente de las personas mayores, consideradas en el grupo de posibles complicaciones de la enfermedad, exigiendo estrategias de promoción de la salud compatibles con este contexto de emergencia en salud pública. Objetivo: Este artículo tiene como objetivo identificar las acciones de promoción de la salud dirigidas a las personas mayores considerando el contexto de la pandemia de COVID-19. Métodos: Se trata de una revisión integradora que utiliza la estrategia PICo y la pregunta guía: "¿Qué tipos de estrategias de promoción de la salud dirigidas a las personas mayores se han desarrollado en tiempos de Covid-19?". Se realizó la búsqueda de literatura en las bases de datos BVS y SCOPUS (2020-2022), incluyendo publicaciones en portugués, inglés y español. Resultados: Tras las etapas de identificación, selección y cribado, se analizaron 13 publicaciones. Conclusión: Al entrar en el contexto de la pandemia de Covid-19, fue posible identificar que los estudios revisados mostraron gran preocupación por la promoción de la salud de las personas mayores adoptando estrategias creativas con énfasis en la práctica regular de ejercicio físico en casa y el uso de canales de comunicación virtual y redes sociales.

**Palabras clave:** Covid-19. Persona mayor. Promoción de la salud.

## INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) um novo surto de pneumonia iniciou-se em 2019 com os primeiros casos sendo notificados em Wuhan, uma cidade da China, e rapidamente se espalhou pelo mundo, tornando-se uma emergência de saúde pública, exigindo a preparação de todos os países para o enfrentamento desta nova pandemia.

A nova doença infectocontagiosa, identificada como um novo coronavírus (COVID-19), é transmitida de humanos para humanos pelo vírus causador da síndrome respiratória aguda grave (SARS-CoV-2), sendo disseminada através de secreções respiratórias (gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro), por meio de transmissão direta no contato com pessoas infectadas ou transmissão indireta no contato com objetos e superfícies contaminadas (Brito *et al.*, 2020; Marins *et al.*, 2020).

A pessoa infectada pelo novo coronavírus pode permanecer sem manifestações clínicas por alguns dias (período de incubação do vírus) até o início dos primeiros sinais e sintomas, que em geral são descritos como febre alta, tosse, dificuldade para respirar, dor muscular, fadiga, dor de garganta, dor de cabeça, dor no peito, confusão mental, dentre outros, podendo também sofrer vários distúrbios nos sistemas gastrointestinal, cardiovascular e neurológico. A doença pode então ser classificada em assintomática, leve, moderada, grave e crítico de acordo com a sua complexidade (Brito *et al.*, 2020; Marins *et al.*, 2020; Ilgili; Gokçe Kutsal, 2020).

Neste cenário de emergência em saúde pública, as pessoas idosas foram caracterizadas no grupo de risco para complicações da COVID-19 principalmente por sua fragilidade fisiológica em decorrência do processo de envelhecimento e as múltiplas intercorrências do vírus com outras comorbidades associadas como hipertensão arterial e diabetes mellitus com grande prevalência em pessoas idosas (Brasil, 2022; Shapira *et al.*, 2021; Scartoni *et al.*, 2020).

A população idosa foi especialmente afetada pela pandemia do COVID-19, em particular aqueles que são fisicamente frágeis, com mais idade e com maior risco de desenvolver as formas graves da doença, podendo permanecer com suas sequelas por muito tempo, considerando a baixa imunidade e as perdas funcionais e cognitivas (Batsis *et al.*, 2021; Carriedo *et al.*, 2020; Shapira *et al.*, 2021).

As taxas de mortalidade devido ao COVID-19 também foram maiores dentre as pessoas com idade mais avançada chegando a 15% entre os pacientes acima dos 80 anos, 8,0% entre aqueles com idade entre 70 e 79 anos e 3,6% para os idosos com idade abaixo de 70 anos, com destaque para algumas regiões da Europa onde as pessoas idosas corresponderam por 95% das mortes por COVID-19 e para os Estados Unidos da América onde os idosos

representaram respectivamente 31% dos casos, 45% das hospitalizações, 53% das internações em unidades de cuidados intensivos e 80% dos óbitos em decorrência da doença (Batsis *et al.*, 2021; Carriedo *et al.*, 2020; Kurjac *et al.*, 2021).

Podendo ser considerada o maior desafio do século XXI, a pandemia afetou toda a humanidade com a mudança de rotinas de vida e múltiplos cuidados para proteção da saúde, exigindo uma rápida adaptação às novas formas de trabalho e relacionamento, com destaque para as ferramentas tecnológicas como a internet que permite a comunicação à distância. Porém estas mudanças impactaram principalmente as pessoas idosas que precisaram se afastar de suas atividades de rotina e muitas vezes não possuem os recursos e os conhecimentos tecnológicos para enfrentar às exigências do momento (Brito *et al.*, 2020; Ilgili; Gokçe Kutsal, 2020).

Torna-se premente reconhecer as ações de promoção da saúde descritas na literatura científica como forma de elencar as possibilidades de intervenção pautadas em evidências, colaborando sobretudo para ações de cuidado às pessoas idosas em tempos de crise sanitária. Assim, este artigo tem por objetivo identificar as ações de promoção da saúde direcionadas para pessoas idosas no contexto da pandemia de COVID-19.

## METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura científica o qual se estruturou em três etapas: 1) definição da questão norteadora, escolha dos descritores, elaboração dos critérios de inclusão e exclusão; 2) consulta de artigos acessíveis, coleta de dados, avaliação e discussão dos resultados segundo critérios de inclusão e exclusão; e 3) apresentação dos resultados da revisão.

Assim, a partir da estratégia PICo, indicada para investigar a experiência humana ou o significado dos fenômenos sociais (Stern *et al.*, 2014; Munn *et al.*, 2018), utilizamos os seguintes marcadores: “pessoas idosa” (população), “promoção da saúde” (fenômeno de interesse) e “pandemia de COVID-19” (contexto), chegando a seguinte questão norteadora: “Quais as estratégias de promoção da saúde direcionadas para pessoas idosas foram desenvolvidas em tempos de COVID-19?”.

Com a finalidade de delineamento da pesquisa e construção da chave de pesquisa, foram verificados os vocabulários “pessoa idosa”, “covid-19” e “promoção da saúde” na

página eletrônica dos Descritores em Ciência da Saúde (DeCS/MeSH). A partir da identificação dos descritores controlados “aged”, “covid-19” e “health promotion”, registrados no Medical Subject Headings (MeSH), foram acrescentados os seguintes termos “elderly”, “seniors”, “older adults” e “older people”, tendo em vista a diversidade de termos equivalentes para designar as pessoas idosas na língua inglesa (Avers *et al.*, 2011) e a necessidade da busca ampliada no campo de pesquisa referente ao envelhecimento.

Para a busca na literatura foram consultados o banco de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e a base de dados Scopus Info Site (SCOPUS), incluindo os artigos publicados nos idiomas português, inglês e espanhol, entre janeiro de 2020 e novembro de 2022.

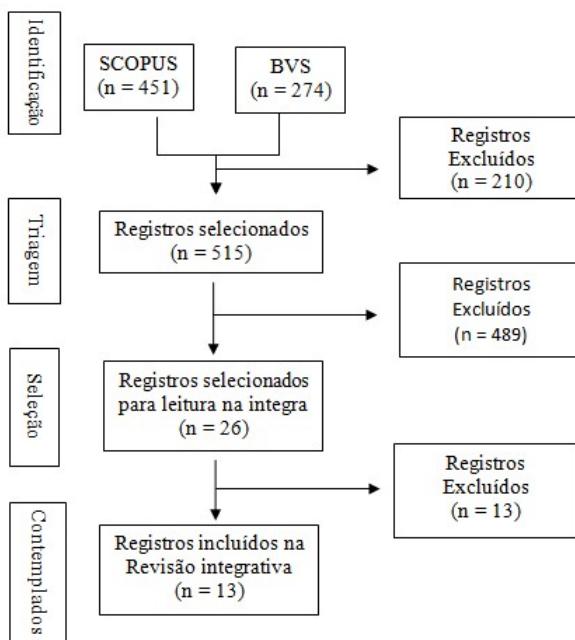
Para ambas as bases de dados optou-se por utilizar os termos na língua inglesa fazendo o cruzamento dos descritores controlados “aged”, “covid-19” e “health promotion”, registrados no Medical Subject Headings (MeSH), com as palavras-chaves “elderly”, “seniors”, “older adults” e “older people”, com o uso dos operadores booleanos “AND” e “OR”, conforme a chave a seguir: “((aged) OR (elderly) OR (seniors) OR ("older adults") OR ("older people")) AND (covid-19) AND ("health promotion")”.

Como critérios de elegibilidade foram incluídos na revisão os artigos gratuitos disponíveis na íntegra; que tratassesem de questões de promoção da saúde para pessoas idosas (idade  $\geq 60$  anos) frente ao COVID-19 e apontassem as medidas ou estratégias de ações para transformação das condições de saúde e aumentar o bem-estar geral do idoso. Foram excluídos artigos duplicados; textos que apresentavam somente o resumo; cartas, editoriais, teses, dissertações e artigos não indexados em revistas científicas; estudos que incluíram participantes com menos de 60 anos de idade; estudos que não apresentaram alguma estratégia de promoção da saúde ou apresentavam as estratégias de modo superficial sem especificar o conteúdo das intervenções; e estudos que não traziam como foco a pandemia de COVID-19.

A pesquisa resultou em 725 publicações, 451 (62,0%) no SCOPUS e 274 (38,0%) na BVS. Um total de 210 artigos encontrados na base de dados SCOPUS também estavam indexados na BVS, e foram removidos (figura 1). A etapa seguinte do processo de seleção de literatura incluiu a leitura dos títulos e os resumos dos estudos, sendo excluídas as publicações que não

atendiam aos critérios de elegibilidade. Posteriormente, procedeu-se a leitura completa de 26 artigos, sendo removidos os estudos que não atendiam os critérios de inclusão.

**Figura 1 – Percurso das etapas de busca e seleção dos artigos revisados.**



**Fonte:** Dados da pesquisa (2025).

## RESULTADOS

Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 13 publicações foram contempladas nesta revisão integrativa. Dentre os estudos selecionados, cinco estudos (38%) foram publicados no ano de 2020, cinco estudos (38%) foram publicados no ano de 2021 e três estudos (24%) foram publicados no ano de 2022.

A identificação dos estudos incluídos como amostra desta revisão está representada no Quadro 1 quanto aos itens: autoria (ano), título e principais contribuições.

**Quadro 1 – Conjunto de artigos contemplados na revisão com respectiva autoria, ano de publicação, título e contribuição para o estudo. Continua.**

Autoria (Ano)	Título do artigo	Contribuição para a revisão
Aung <i>et al.</i> (2020)	Sustainable health promotion for the seniors during COVID-19 outbreak: a lesson from Tokyo	O estudo descreve uma estratégia de treinamento virtual (vídeos) apresentando um programa de exercícios físicos para idosos do Japão.
Batsis <i>et al.</i> (2021)	Promoting Healthy Aging During COVID-19	O estudo apresenta ferramentas de avaliação física, mental e cognitiva do idoso frente à pandemia COVID-19 e aponta para estratégias de promoção da saúde.

**Quadro 1** – Conjunto de artigos contemplados na revisão com respectiva autoria, ano de publicação, título e contribuição para o estudo. Continuação.

Autoria (Ano)	Título do artigo	Contribuição para a revisão
Ferlatte <i>et al.</i> (2022)	Virtual Photovoice With Older Adults: Methodological Reflections during the COVID-19 Pandemic	Estudo realizou reuniões virtuais utilizando os recursos de fotovoz como disparador de narrativas promovendo o encontro de pessoas idosas e a promoção de saúde por meio da troca de experiências.
Gallo <i>et al.</i> (2022)	Experiência com mídias sociais para ações em saúde com idosos durante a pandemia Covid-19	Empregou as tecnologias virtuais para promoção de saúde utilizando os canais de mídias sociais para promover intervenções em atividade física, apoio digital, saúde mental e prevenção à Covid-19.
Kim <i>et al.</i> (2021)	Effects of social prescribing pilot project for the elderly in rural area of South Korea during COVID-19 pandemic.	Estudo apresenta estratégias alternativas (musicoterapia, jardinagem e grupos de autoajuda) para promoção da saúde, avaliando os efeitos na depressão, solidão, autoconfiança e autoestima.
Marcos-Pardo <i>et al.</i> (2021)	Covid-19 and Social Isolation: A Case for Why Home-Based Resistance Training Is Needed to Maintain Musculoskeletal and Psychosocial Health for Older Adults	Estudo aponta os riscos da inatividade física durante o período de isolamento social e recomenda uma estratégia de treinamento físico utilizando material elástico para prevenção de agravos à saúde dos idosos.
Marins <i>et al.</i> (2020)	A saúde da pessoa idosa no contexto da pandemia pelo coronavírus: considerações para a Enfermagem	O estudo traz orientações gerais para profissionais de enfermagem e idosos destacando os cuidados necessários de prevenção ao COVID-19 e opções de rotina durante o isolamento (quarentena).
Meinert <i>et al.</i> (2020)	Agile Requirements Engineering and Software Planning for a Digital Health Platform to Engage the Effects of Isolation Caused by Social Distancing: Case Study	O estudo descreve o plano de trabalho para o desenvolvimento e implantação de um aplicativo de comunicação virtual direcionado para pessoas idosas e seus familiares buscando aumentar o contato social durante a pandemia.
Ruiz-Eugenio <i>et al.</i> (2021)	Qualitative Study on Dialogic Literary Gatherings as Co-creation Intervention and Its Impact on Psychological and Social Well-Being in Women During the COVID-19 Lockdown	O estudo apresenta uma estratégia de promoção social e bem-estar de adultos e idosos utilizando encontros virtuais de literatura durante a pandemia em Barcelona (Espanha).
Scartoni <i>et al.</i> (2020)	Physical Exercise and Immune System in the Elderly: Implications and Importance in COVID-19 Pandemic Period	Estudo reforça os benefícios da prática de exercícios físicos para promoção da saúde e prevenção de agravos específicos nas pessoas idosas.
Shapira <i>et al.</i> (2021)	Evaluation of a Short-Term Digital Group Intervention to Relieve Mental Distress and Promote Well-Being Among Community-Dwelling Older Individuals During the COVID-19 Outbreak: A Study Protocol	O estudo prevê o acompanhamento virtual de idosos realizando a avaliação do nível de stress pré e pós Intervenção (mindfulness) e o nível de conhecimento digital. O projeto encontra-se em fase de elaboração (recrutamento de participantes).
Shur <i>et al.</i> (2020)	Physical inactivity and health inequality during coronavirus: A novel opportunity or total lockdown?	Estudo destaca os efeitos da inatividade física durante o período de isolamento e reforça a necessidade da prática de exercícios físicos para a promoção da saúde.

**Quadro 01** – Conjunto de artigos contemplados na revisão com respectiva autoria, ano de publicação, título e contribuição para o estudo. Conclusão.

Autoria (Ano)	Título do artigo	Contribuição para a revisão
Yang et al. (2022)	Preliminary investigation of the student-delivered Community Outreach teleheAlth program for Covid education and Health promotion (COACH)	Estudo apresenta um programa comunitário de telesaúde para educação em Covid-19 e promoção da saúde (COACH) no qual as pessoas idosas participavam de consultas individualizadas por telefone ou vídeo conferencia, recebiam orientação para prevenir os agravos das doenças crônicas e manutenção de hábitos saudáveis.

**Fonte:** Dados da pesquisa (2025).

Após a leitura na íntegra dos artigos contemplados para esta revisão, foi possível reunir os estudos selecionados em três grupos de categorias: exercícios físicos, mídias virtuais e orientações gerais. Para esta classificação foi considerada a estratégia principal de promoção da saúde desenvolvida e/ou a finalidade dos conteúdos propostos em cada estudo, descrevendo as contribuições dos mesmos para a promoção da saúde das pessoas idosas em tempos de pandemia do novo coronavírus.

A primeira categoria de estudos traz como preocupação a manutenção e promoção da saúde por meio da prática de exercícios físicos, apresentando orientações específicas para a realização de treinamentos físicos em casa.

Nesta primeira composição encontram-se os estudos de Scartoni *et al.* (2020) e Shur *et al.* (2020) os quais apontam os benefícios da prática de exercícios físicos para promoção da saúde e prevenção de agravos advindos da COVID-19 especificamente nas pessoas idosas, alertando para os riscos da inatividade física durante o período de distanciamento físico imposto pela pandemia.

O estudo de Marcos-Pardo *et al.* (2021) reforça os riscos da falta de atividade física durante o afastamento das atividades de rotina e recomenda uma estratégia de treinamento físico para ser realizado em casa com frequência de duas ou três vezes por semana, utilizando material elástico como recurso estratégico para elaboração de rotinas de treinamento e prevenção dos agravos à saúde dos idosos. Já Aung *et al.* (2020) descrevem um programa de treinamento virtual utilizando vídeos com duração de dez minutos orientando a prática de exercícios físicos com rotinas para cada dia da semana.

Os estudos reunidos nesta categoria reforçam que a prática de exercícios físicos pode ser uma via de promoção da saúde das pessoas idosas contribuindo para a manutenção da capacidade funcional das pessoas idosas.

Na segunda categoria de estudos revisados encontram-se as publicações que trazem as estratégias de promoção da saúde por meios virtuais. Neste grupo destacam-se as contribuições de Shapira *et al.* (2021) os quais descrevem um projeto de intervenção online utilizando as novas tecnologias de informação e comunicação disponíveis com o acesso à internet como alternativa para o bem-estar de idosos. O projeto que estava em fase de recrutamento previa o acompanhamento virtual de idosos oferecendo sessões de meditação e avaliação do nível de estresse pré e pós-intervenção, identificando também o nível de conhecimento digital dos participantes.

Acompanhando as possibilidades de uso da rede mundial de computadores para promoção da saúde, Ruiz-Eugenio *et al.* (2021) descrevem uma estratégia de promoção social e bem-estar de idosos utilizando encontros literários digitais (Dialogic Literary Gatherings - DLG) no qual as pessoas idosas se reuniram durante a pandemia em sessões virtuais para estudo e debate de obras curtas de literatura. Após os encontros os participantes foram convidados a expressar sua percepção das intervenções para suas vidas, destacando os aspectos positivos da iniciativa.

No estudo de Yang *et al.* (2022) a estratégia de saúde foi desenvolvida por meio de um programa comunitário de telesaúde para educação em Covid-19 e promoção da saúde (COACH) no qual as pessoas idosas participavam de consultas individualizadas por telefone ou vídeo conferencia, recebiam orientação para prevenir os agravos das doenças crônicas e manutenção de hábitos saudáveis, cada participante passava por seis consultas virtuais e eram avaliados quanto as condições de saúde, estado mental e qualidade de vida pré e pós-intervenção.

Gallo *et al.* (2022) empregaram as novas tecnologias virtuais para promoção de saúde das pessoas idosas utilizando os canais de mídias sociais para promover intervenções em atividade física, apoio digital, saúde mental e prevenção da COVID-19. Os autores descrevem o processo de orientação para uso dos novos recursos tecnológicos, disseminando informações de relevância para a saúde e combate às fake news sobre Covid-19, estimulando

a realização de atividades físicas e atividades cognitivas como proposta de manutenção da saúde mental.

Já Ferlatte *et al.* (2022) implementaram as reuniões virtuais utilizando os recursos de fotovoz como disparador de narrativas promovendo o encontro de pessoas idosas e a promoção de saúde por meio da troca de experiências. Durante a realização do estudo os pesquisadores buscaram aumentar a confiança e a habilidade dos participantes com as ferramentas tecnológicas, promovendo alternativas para superação do isolamento social e melhora da saúde mental das pessoas idosas.

Meinert *et al.* (2020) apresentaram um plano de trabalho para o desenvolvimento e implantação de um aplicativo de comunicação virtual direcionado para pessoas idosas e seus familiares buscando aumentar o contato social durante a pandemia, incentivando hábitos saudáveis e interações virtuais como possibilidade de superar o sentimento de solidão advindo do distanciamento das pessoas.

Os estudos reunidos nesta segunda categoria apontam as possibilidades de uso da rede mundial de computadores como via de promoção da saúde e potencializadores de bem-estar para as pessoas idosas.

A terceira categoria encontrada nesta revisão foram as publicações que apontam a promoção da saúde por meio de orientações gerais para a rotina cotidiana dos idosos. Nesta direção pode-se destacar o estudo de Batsis *et al.* (2021) o qual descreve os efeitos da COVID-19 na vida das pessoas idosas e apresentam as ferramentas de avaliação física, mental e cognitiva do idoso, sugerindo estratégias de promoção da saúde frente a pandemia COVID-19.

Já o estudo de Marins *et al.* (2020) traz orientações gerais para profissionais de enfermagem e idosos destacando os cuidados necessários de prevenção ao COVID-19 e opções de rotina durante o período da quarentena, incentivando as atividades de vida diária e a realização de ações lúdicas e recreativas.

Alinhados com a proposta de diversidade nas ações, Kim *et al.* (2021) apresentam um projeto piloto com novas alternativas para promoção da saúde envolvendo estratégias de jardinagem, musicoterapia e grupos de autoajuda em tempos de COVID-19. Os pesquisadores avaliaram os efeitos do programa pré e pós-intervenção e concluíram que os idosos

participantes do estudo obtiveram melhora significativa nos aspectos relacionados à depressão, solidão e autoestima.

Os estudos reunidos nesta terceira categoria apresentam estratégias diversificadas de promoção da saúde para pessoas idosas em suas rotinas diárias durante os tempos de COVID-19 considerando os possíveis desafios advindos do distanciamento entre as pessoas imposto pela necessidade de controle da pandemia e suas repercussões físicas, mental e social.

## **DISCUSSÃO**

A pandemia de COVID-19 trouxe grandes preocupações e variados impactos na saúde e na qualidade de vida de todos, demandando o enfrentamento da doença e a busca por soluções para a retomada da vida em sociedade. A alta transmissibilidade da doença com os desfechos mais graves demandando internações hospitalares gerou a sobrecarga dos sistemas de saúde de muitos países e impôs medidas de proteção como forma de criar uma possível barreira sanitária (Baena Morales *et al.*, 2021).

Assim, para além das orientações quanto às normas de etiqueta respiratória, uso de máscaras faciais e higienização frequente das mãos, algumas medidas de restrição ao contato físico também foram implementadas pelos governos locais, desde o fechamento de escolas e estabelecimentos comerciais até quarentenas de amplo alcance, devendo a população permanecer em casa o maior tempo possível, a fim de evitar as aglomerações de pessoas e o contágio da doença (Baena Morales *et al.*, 2021; Brito *et al.*, 2020; Szwarcwald *et al.*, 2020).

Embora as medidas de barreiras sanitárias que objetivaram evitar a propagação da doença, recomendando o distanciamento físico entre pessoas, possam conter o avanço da doença, elas podem trazer consequências para a saúde física, mental e emocional, principalmente para os idosos que necessitam encontrar seus pares e sustentarem a vida social, podendo acarretar em situações de solidão (Aung *et al.*, 2020; Shapira *et al.*, 2021).

Neste cenário de crise sanitária torna-se urgente identificar as possíveis ações de promoção da saúde destinadas às pessoas idosas como forma de contribuir para o cuidado destas pessoas.

Czeresnia e Freitas (2009) definem que a promoção da saúde está relacionada com as medidas que buscam a transformação das condições de vida, implícitas aos problemas de

saúde, e servem para aumentar a saúde e o bem-estar geral, articulando os saberes técnicos e populares, bem como toda gama de recursos institucionais e comunitários necessários para que o ser humano tenha uma vida digna e segura.

Alinhado nesta concepção ampliada de promoção da saúde, Ayres (2000, 2001, 2004a, 2004b) enuncia a promoção de saúde apoiado no referencial de Cuidado, a partir de um horizonte teórico-prático, no qual se exercita a sabedoria prática, possibilitando o encontro intersubjetivo, sendo o Cuidado um lugar privilegiado de atitudes e relações humanizadas, apoiado pela tecnologia, mas sem limitar-se a esta.

Com esses pressupostos, acredita-se que as ações de promoção da saúde propostas por ocasião da pandemia não sinalizam inovações do ponto de vista do foco das práticas comumente desenvolvidas. Entretanto, tais iniciativas tiveram o mérito de buscar novas estratégias para garantir a oferta dessas atividades, por meio do recurso de tecnologias.

## **CONCLUSÃO**

Ainda que reproduzindo as iniciativas clássicas de promoção da saúde, destinadas a pessoas idosas, como a prática de exercícios físicos, os estudos revisados demonstraram grande preocupação em adaptá-las ao contexto pandêmico, por meio da proposição de novas estratégias de promoção da saúde. As orientações para a prática de exercícios físicos em casa ganham destaque frente à Covid-19 e as estratégias de saúde por meio virtual são alternativas de relevância que exigem disponibilidade de recursos e algum conhecimento tecnológico. As experiências exitosas aqui encontradas podem ser disseminadas e viabilizadas como ações de referência na promoção da saúde para pessoas idosas dentro de suas comunidades e rede de apoio familiar, buscando enfrentar e superar a necessidade do afastamento entre pessoas com práticas criativas e caminhos inovadores.

## **CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES**

**Conceituação:** Thulher, J. e Silva, N.E.K. **Metodologia:** Thulher, J. e Silva, N.E.K. **Escrita:** Thulher, J. **Supervisão:** Silva, N.E.K.

## **CONFLITO DE INTERESSE**

Os autores declaram não haver conflito de interesse.

#### **DECLARAÇÃO DE IA GENERATIVA NA ESCRITA CIENTÍFICA**

Os autores declaram que não utilizaram ferramentas de inteligência artificial generativa na redação, análise ou revisão do presente manuscrito.

#### **REFERÊNCIAS**

AUNG, Myo Nyein *et al.* Sustainable health promotion for the seniors during COVID-19 outbreak: a lesson from Tokyo. **The Journal of Infection in Developing Countries**, v. 14, n. 04, p. 328–331, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32379708/>. Acesso em: 20 jan. 2023.

AVERS, Dale. *et al.* Use of the Term “Elderly”. **Journal of Geriatric Physical Therapy**, v. 34, n. 4, p. 153-154, 2011. Disponível em: [https://journals.lww.com/jgpt/fulltext/2011/10000/use\\_of\\_the\\_term\\_\\_elderly\\_.1.aspx](https://journals.lww.com/jgpt/fulltext/2011/10000/use_of_the_term__elderly_.1.aspx). Acesso em: 20 out. 2022.

AYRES, José Ricardo de Carvalho Mesquita. Cuidado: tecnologia ou sabedoria prática. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, v. 4, n. 6, p. 117-120, 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/vgXszGgZ7jRJQS9v5xmJh6G/>. Acesso em: 20 out. 2022.

AYRES, José Ricardo de Carvalho Mesquita. Sujeito, intersubjetividade e práticas de saúde. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v. 6, n. 1, p. 63-72, 2001. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/rJ5dYsWzDHmR8TFcwjmsrZP/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 20 out. 2022.

AYRES, José Ricardo de Carvalho Mesquita. Cuidado e reconstrução das práticas de Saúde. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, v. 14, n. 8, p. 73-92, 2004a. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/jNFBpg8J6MzRcBGt5F6B5tn/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 20 out. 2022.

AYRES, José Ricardo de Carvalho Mesquita. O cuidado, os modos de ser (do) humano e as práticas de saúde. **Saúde e Sociedade**, v. 13, n. 3, p. 16-29, 2004b. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/nvGMcCJJmpSSRjsGLhH8fmh/?lang=pt>. Acesso em: 20 out. 2022.

BAENA MORALES, Salvador. *et al.* Physical activity recommendations during the COVID-19 pandemic: a practical approach for different target groups. **Nutrición Hospitalaria**, v. 38, n. 1, p. 194-200, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33371695/>. Acesso em: 20 jan. 2023.

BATSIS, John A. *et al.* Promoting Healthy Aging During COVID-19. **Journal of the American Geriatrics Society**, v. 69, n. 3, p. 572–580, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33470421/>. Acesso em: 10 jan. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia de Vigilância Epidemiológica Covid-19: Emergência de Saúde Pública de Importância Nacional pela Doença pelo Coronavírus 2019 – Covid-19**. Brasília/DF: ago. 2022. Disponível em: [https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsas/coronavirus/guia-de-vigilancia-epidemiologica-covid-19\\_2021.pdf](https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsas/coronavirus/guia-de-vigilancia-epidemiologica-covid-19_2021.pdf) @@download/file. Acesso em: 10 out. 2022.

BRITO, Sávio Breno Pires. *et al.* Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. **Revista Visa em Debate: Sociedade, Ciência & Tecnologia**, v. 8, n. 2, p. 54-63, 2020. Disponível em: <https://visaemdebate.incqs.fiocruz.br/index.php/visaemdebate/article/view/1531>. Acesso em: 10 jan. 2023.

CARRIEDO, Alejandro. *et al.* COVID-19, Psychological Well-being and Physical Activity Levels in Older Adults During the Nationwide Lockdown in Spain. **The American Journal of Geriatric Psychiatry**, v. 28, n. 11, p. 1146–1155, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32919872/>. Acesso em: 20 jan. 2023.

CZERESNIA, Dina; FREITAS, Carlos Machado. **Promoção da saúde: conceitos, reflexões, tendências**. Rio de Janeiro: FIOCRUZ; 2009.

FERLATTE, Olivier. *et al.* Virtual photovoice with older adults: methodological reflections during the COVID-19 Pandemic. **International Journal of Qualitative Methods**, v. 21, p. 01-10, 2022. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/16094069221095656>. Acesso em: 30 jan. 2023.

GALLO, Adriana Martins. *et al.* Experiência com mídias sociais para ações em saúde com idosos durante a pandemia Covid-19. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 12 n. e37, p. 1-17, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/68294>. Acesso em: 30 jan. 2023.

ILGİLİ, Önder.; GÖKÇE KUTSAL, Yesim. Impact of Covid-19 among the elderly population. **The Turkish Journal of Geriatrics**, v. 23, n. 4, p. 419–423, 2020. Disponível em: <https://deontoloji.hacettepe.edu.tr/covid19pandemiveetik/%C3%BCnderilgiliimpactofcovid19.pdf>. Acesso em: 10 jan. 2023.

KIM, Ji Eon. *et al.* Effects of social prescribing pilot project for the elderly in rural area of South Korea during COVID-19 pandemic. **Health Science Reports**, v. 4, n. 3 (e320), 2021. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/hsr2.320>. Acesso em: 30 jan. 2023.

KURJAK, Asim. *et al.* Healthy Ageing in the Time of Corona Pandemic. **Medical Archives**, v. 75, n. 1, p. 4, 2021. Disponível em:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8116115/>. Acesso em: 20 jan. 2023.

MARCOS-PARDO, Pablo Jorge. *et al.* COVID-19 and Social Isolation: A Case for Why Home-Based Resistance Training Is Needed to Maintain Musculoskeletal and Psychosocial Health for Older Adults. **Journal of Aging and Physical Activity**, v. 29, n. 2, p. 353–359, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32796139/>. Acesso em: 30 jan. 2023.

MARINS, Aline Miranda da Fonseca. *et al.* A saúde da pessoa idosa no contexto da pandemia pelo Coronavírus: considerações para a enfermagem. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 10, n. e3789), 2020. Disponível em:  
<http://seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/3789>. Acesso em: 10 jan. 2023.

MEINERT, Edward. *et al.* Agile requirements engineering and software planning for a digital health platform to engage the effects of isolation caused by social distancing: case study. **JMIR Public Health and Surveillance**, v. 6, n. 2, p. e19297, 2020. Disponível em:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7205031/>. Acesso em: 10 jan. 2023.

MUNN, Zachary. *et al.* What kind of systematic review should I conduct? A proposed typology and guidance for systematic reviewers in the medical and health sciences. **BMC Medical Research Methodology**, v. 18, n. 1, p. 1-9, 2018. Disponível em:  
<https://bmcmedresmethodol.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12874-017-0468-4>. Acesso em: 20 out. 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **COVID-19 Strategy Update**. Suiça: 2020. Disponível em: <https://www.who.int/publications/m/item/covid-19-strategy-update>. Acesso em: 20 out. 2022.

RUIZ-EUGENIO, Laura. *et al.* Qualitative study on dialogic literary gatherings as co-creation intervention and its impact on psychological and social well-being in women during the COVID-19 lockdown. **Frontiers in Public Health**, v. 9, p. e602964, 2021. Disponível em:  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2021.602964/full>. Acesso em: 10 jan. 2023.

SCARTONI, Fabiana Rodrigues. *et al.* Physical Exercise and Immune System in the Elderly: Implications and Importance in COVID-19 Pandemic Period. **Frontiers in Psychology**, v. 11, p. e593903, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7711129/>. Acesso em: 10 jan. 2023.

SHAPIRA, Stav. *et al.* Evaluation of a Short-Term Digital Group Intervention to Relieve Mental Distress and Promote Well-Being Among Community-Dwelling Older Individuals During the COVID-19 Outbreak: A Study Protocol. **Frontiers in Public Health**, v. 9, artigo: 577079, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33898369/>. Acesso em: 10 jan. 2023.

SHUR, Natalie F. *et al.* Physical inactivity and health inequality during coronavirus: a novel opportunity or total lockdown? **BMJ Open Sport & Exercise Medicine**, v. 6, n. 1, p. e000903, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34422288/>. Acesso em: 10 jan. 2023.

STERN, Cindy; JORDAN, Zoe; MCARTHUR, Alexa. Developing the Review Question and Inclusion Criteria. **American Journal of Nursing**, v. 114, n. 4, p. 53-56, 2014. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24681476/>. Acesso em: 20 out. 2022.

SZWARCWALD, Célia Landmann. *et al.* Adesão às medidas de restrição de contato físico e disseminação da COVID-19 no Brasil. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, n. 5, p. e2020432, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/fw8vPWhWV9j3ZyxMbVCZrMw/?lang=pt>. Acesso em: 20 jan. 2023.

YANG, Michelle C. *et al.* Preliminary investigation of the student-delivered Community Outreach telehealth program for Covid education and Health promotion (COACH). **Family Practice**, v. 40, n. 1, p. 30-38, 2022. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9384587/>. Acesso em: 10 jan. 2023.