

Você contribuiu com nossa pesquisa.
Agora é hora de conferir os resultados!



RELATÓRIO DO PARTICIPANTE

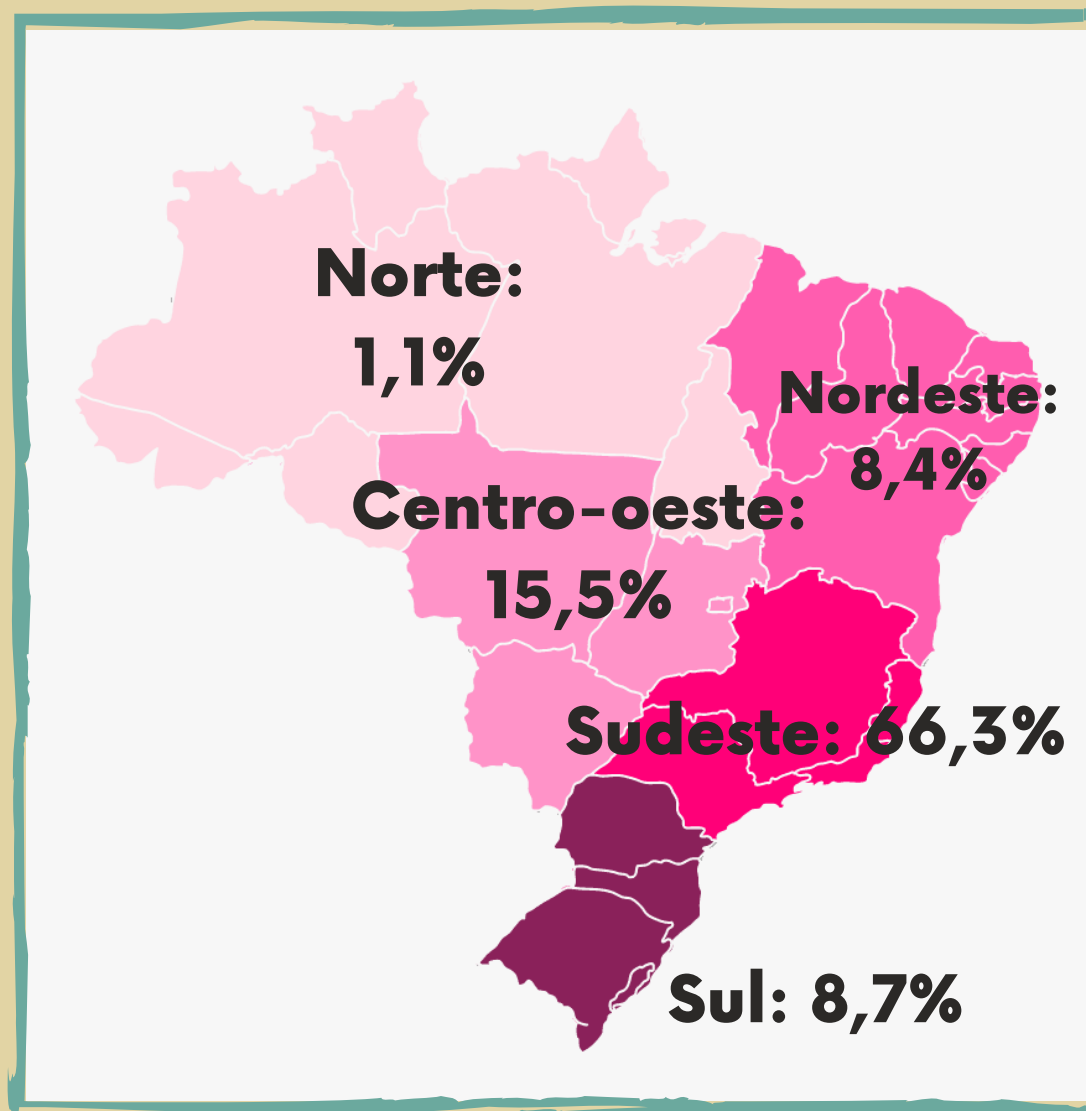
Avaliação de sintomas depressivos
e ansiosos em idosos diante do
isolamento social pela COVID-19

CARACTERÍSTICAS DOS PARTICIPANTES



Média de idade:
67,2 anos
286 mulheres
94 homens
n = 380

Regiões onde moram:





28,7%

dos idosos apresentaram
SINTOMAS DEPRESSIVOS



26,1%

dos idosos apresentaram
SINTOMAS ANSIOSOS

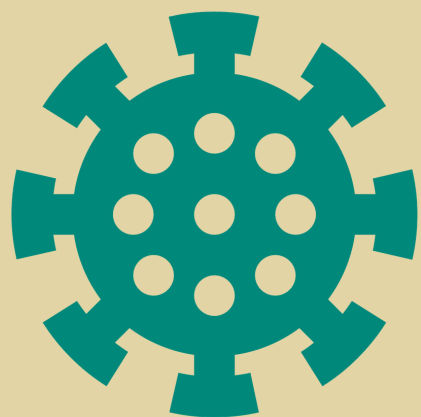
Não fazer exercício físico



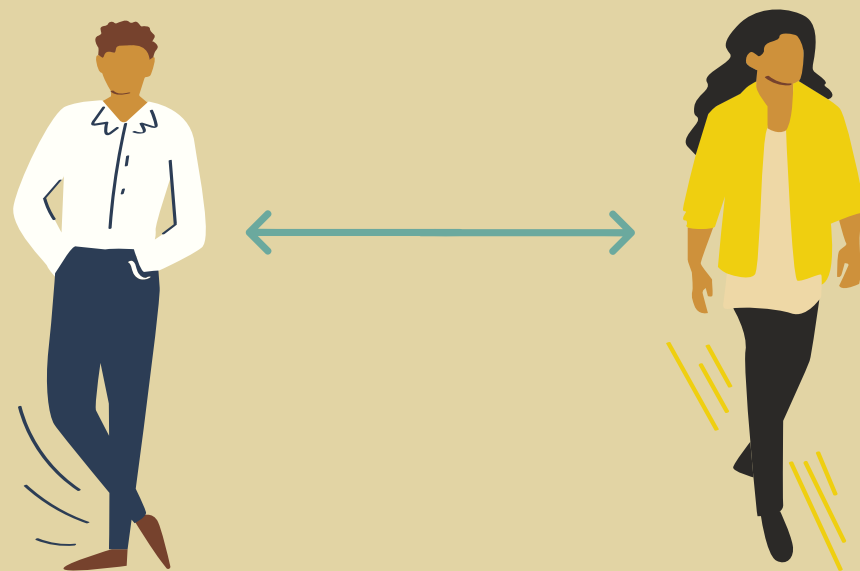
Nunca ou quase nunca receber apoio da família/amigos



Sentir-se muito vulnerável a contrair a COVID-19



Permanecer mais dias em distanciamento social



foram os fatores associados a

SINTOMAS DEPRESSIVOS

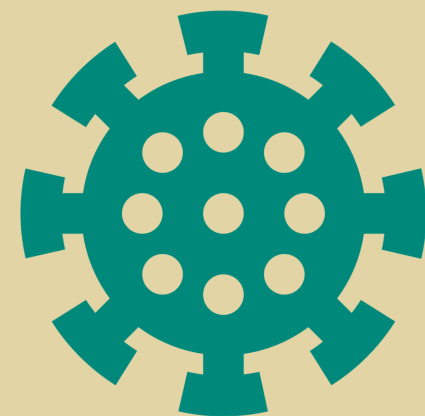
**Nunca/quase nunca
receber apoio da
família e amigos**



Ser mulher



**Sentir-se muito
vulnerável a
contrair a COVID-19**



**Não fazer
exercício físico**



**Fazer exercício
físico menos de 4
dias na semana**

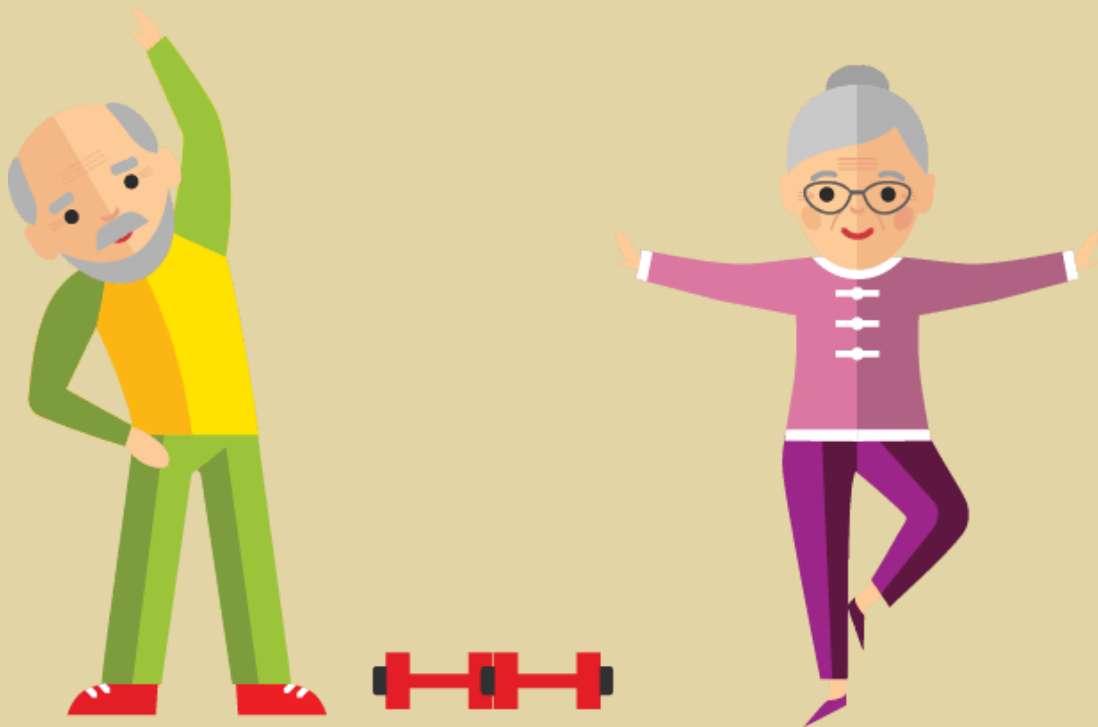


foram os fatores associados a

SINTOMAS ANSIOSOS

RECOMENDAÇÕES

para idosos e serviços de saúde



**Incentivar a
prática regular
de exercício
físico, se possível
mais de
3 vezes/semana**

**Manter a rotina
diária e reservar
tempo
para relaxar**



Utilizar telefone ou redes sociais para garantir o contato social com familiares e amigos



Expandir o uso da telemedicina

Fortalecer a educação em saúde e intervenções psicológicas para idosos, utilizando videochamadas, redes sociais, canais de comunicação para tirar dúvidas, etc.

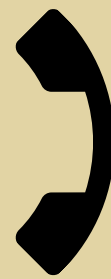


**Combater o preconceito
contra a pessoa
idosa, que pode
superestimar a
vulnerabilidade dos
idosos à COVID-19**

**Criar estratégias
para apoiar os
familiares e
cuidadores de
idosos**



ONDE BUSCAR AJUDA?

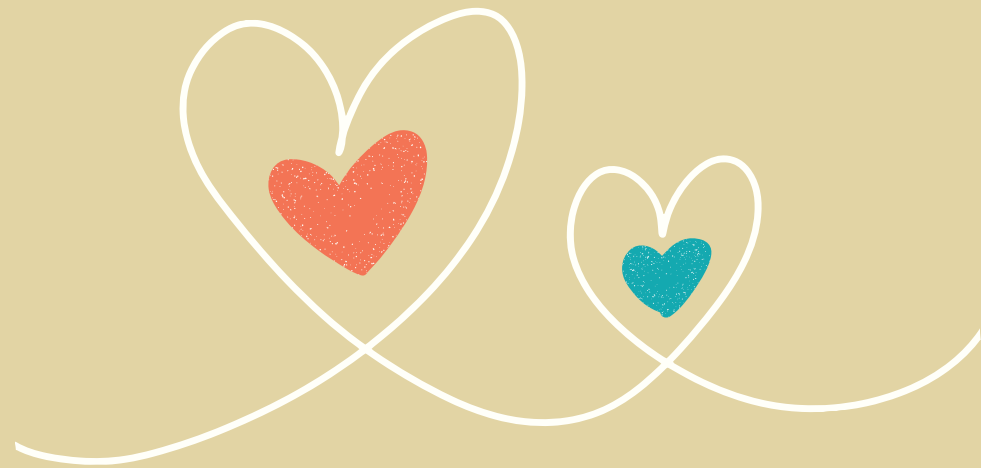


**Centro de
valorização à vida
(CVV)**



**Disque 100 -
Direitos Humanos**

Nossos agradecimentos a
todos os participantes e aos
que ajudaram a divulgar a
pesquisa!



Apoio:

