



## O IMPACTO DA SOLIDÃO NO ISOLAMENTO SOCIAL NA PANDEMIA DA COVID-19: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UMA ASSOCIAÇÃO PARA IDOSOS NA ZONA-LESTE DE MANAUS.

Kamila da Costa Benchimol<sup>1</sup>; Leandra de Sousa Santarém<sup>2</sup>; Maria Beatriz Castro de Oliveira Amorim<sup>3</sup>

<sup>1</sup>*Acadêmico(a) do curso de enfermagem, Centro Luterano de Manaus/CEULM-ULBRA;*

<sup>2</sup>*Enfermeira, Universidade Paulista-UNIP.*

**Introdução:** A pandemia da COVID-19 em meados de 2020 a 2021, trouxe mudanças sociais que mudaram a forma de convívio entre famílias, amigos e trabalho em todo o mundo, a terceira idade precisou aprender ou adotar mais ainda o uso da tecnologia para manter contato com pessoas e se resguardar em seus lares de forma a não se infectar com o vírus no mundo exterior. **Objetivos:** Identificar como o isolamento social afetou a saúde mental de idosos, por qual meio os mesmos obtiveram êxito para comunicação social e de que forma a adoção de novas medidas de comunicação moldou a vida pós pandêmica. **Métodos utilizados:** Relato de experiência durante atendimento de Enfermagem entre acadêmicos e idosos da comunidade na zona-leste de Manaus em uma associação para a terceira idade em um período de 6 meses em 2022. **Principais Resultados:** Entre dez a quinze idosos diariamente relataram que se sentiram muitos sozinhos durante a quarentena, não havendo com quem conversar e/ou como conversar, visitar filhos e netos, receber visitas em casa, e nem mesmo comparecer a associação para interações com amigos e profissionais da saúde. Assim, fizeram maior uso do aparelho telefônico ou aprenderam a se conectar na rede para socialização, tanto para troca de mensagens e uso das redes sociais, como para vídeo chamadas e vídeos de educação em cozinha, humor, música e exercícios físicos leves em casa. Destacaram também que atualmente já são usuários assíduos do mundo virtual, conversando entre si em grupos em momentos de alegrias, tristeza ou desabafos, aprendendo coisas novas, e se mantendo por dentro de tudo que acontece no globo terrestre, tudo isso em um toque na tela. **Conclusões:** Com o uso da internet em tempo real, esse grupo pôde ter maiores relações humanas nesse que pode ser considerado como um dos tempos mais sombrios e solitários da história do homem no século XXI. A maior parte dos idosos destacaram que ainda sentiam a falta de contato pele a pele e olho no olho de outras pessoas, de saírem para dançar, em ir a centros comerciais, praças, quanto como antes do vírus. Todavia, os smartphones e computadores conseguiram diminuir a saudade constante, fazendo com que o sentimento de estar sem ninguém para rir, conversar ou mesmo dançar fosse mais prezado em seu retorno e cauteloso. A resiliência de quem tanto viveu e assistiu o mundo mudar nunca foi tão presente e persistente a espera de dias melhores e livres.

