



# CONSIDERAÇÕES SOBRE A SAÚDE MENTAL DURANTE A PANDEMIA PELO CORONAVÍRUS (COVID-19)

## DICAS PARA CUIDADORES DE IDOSOS

- 01** > **Pessoas idosas, principalmente quando em isolamento e quando sob algum prejuízo cognitivo ou quadro de demência, podem tornar-se mais ansiosas, agitadas, estressadas e agressivas, isolando-se quando diante de situações de quarentena. Procure ofertar suporte emocional e prático através das redes informais (família) e formais (equipes de saúde).**
- 02** > **Divida com pessoas idosas fatos e informações simples sobre o que está acontecendo, e repasse de forma objetiva sobre os meios corretos de evitar contaminação, de modo que possam entender, de acordo com o seu estado e capacidade cognitiva. Sempre que necessário, repita a informação. As instruções precisam ser comunicadas de forma precisa, direta, respeitosa e paciente. Também pode ajudar caso se tenha a possibilidade de fixar cartazes ou avisos com desenhos. Mobilize a família e outras redes de suporte existente no fornecimento destas informações, auxiliando-as sobre métodos de prevenção (lavar as mãos, etc.).**
- 03** > **Encoraje adultos mais velhos com experiência e disposição a voluntariarem-se em sua comunidade, juntando-se aos esforços para responder ao avanço da COVID-19 (por exemplo: pessoas que já estejam aposentadas, que estejam bem de saúde e cientes das normas de higienização e cuidado podem providenciar suporte, checagem entre vizinhos e auxiliar no cuidado das crianças de vizinhos que estejam trabalhando em funções essenciais).**