



AGRAVOS EMOCIONAIS DECORRENTES DA PANDEMIA DE COVID-19

Allana Destefani Bueno¹, Bruna Lordello Siciliano², Maria Cecília Teodoro Fonseca Teixeira³,
Maristela Gomes de Oliveira Milhorato⁴, Milena Silva de Souza Costa⁵, Maria Deuceny da
Silva Lopes Bravo Pinheiro⁶, Lincon Fricks Hernandes⁷

Projeto integrador, do curso de Psicologia referente ao primeiro período

1 Graduada do curso de Psicologia da FAM 2110382@sempre.faculdadeamerica.edu.br

2 Graduada do curso de Psicologia da FAM 2110454@sempre.faculdadeamerica.edu.br

3 Graduada do curso de Psicologia da FAM 2110513@sempre.faculdadeamerica.edu.br

4 Graduada do curso de Psicologia da FAM 2110402@sempre.faculdadeamerica.edu.br

5 Graduada do curso de Psicologia da FAM 2110369@sempre.faculdadeamerica.edu.br

6 Doutora em Ciências da Educação, Professora da FEVIT e Faculdade América

deucenylopes1@sempre.unifaciq.edu.br

7 Mestre em Políticas Públicas e Desenvolvimento Local, EMESCAM

psicologia@faculdadeamerica.com.br.

1 INTRODUÇÃO

Esse cenário de enfrentamento da Epidemia do Coronavírus (Covid-19), ocasionou diferentes situações difíceis para todos os segmentos da sociedade, exigindo mudanças no comportamento social da população, refletindo na sua forma de pensar e lidar com determinadas situações (BATISTA; BATISTA ; LOOSE, 2020).

O impacto global causado pelo coronavírus tem atingido principalmente a saúde e a economia. A pandemia gera medo, ansiedade, angústia, e preocupação, e consequentemente alterações na saúde mental das pessoas. Nesse sentido, é necessário considerar todas as ações contempladas na assistência e no atendimento, como um modelo acolhedor à pessoa em sofrimento mental (SILVA et al., 2017).

Assim, a pandemia de covid-19 reverberou no aumento dos agravos em saúde mental, o que tem levado os profissionais de psicologia a buscar cada vez mais compreender esse fenômeno que incide sobre a sociedade. Portanto, o presente artigo tem como objetivo, contextualizar as consequências que o covid-19 trouxe para a saúde mental.

2 METODOLOGIA

Realizou-se uma revisão narrativa de literatura, com pesquisa bibliográfica, cuja fonte de dados ocorreu por meio de consultas às bases de dados e repositórios indexados no Scielo, Google Acadêmico e Portal CAPES, que possuem informações relacionadas à temática, cujo material coletado subsidiou o presente estudo. Os artigos utilizados para a realização deste abordaram o aumento dos aspectos de ansiedade, estresse, depressão e a intensidade das emoções sentidas pelo indivíduo desencadeados pelo covid-19, gerando preocupação sobre a saúde mental, o que ocasionou no aumento da procura de um profissional para auxiliar nesse contexto, também contém informações sobre a atuação de psicólogos na pandemia do covid-19.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Atualmente, diante da pandemia causada pelo COVID-19, a sociedade vem sofrendo não só com os aspectos biológicos da doença, mas também com a saúde mental, uma vez que as medidas restritivas como o isolamento social, os danos financeiros entre outros, atingem de maneira significativa o bem-estar da população, podendo resultar no aparecimento de transtornos mentais, como a ansiedade, a depressão, além de aumentar a violência doméstica e o abuso infantil.

Em primeira análise, os profissionais de saúde estão diante de situações estressantes vivenciadas no seu dia a dia, principalmente aqueles que trabalham na linha de frente no combate ao Coronavírus. De acordo com Nabuco; Oliveira; Afonso (2020, p. 4), os profissionais vivenciam tanto o medo de contrair a Covid-19, quanto de infectar seus familiares e pacientes saudáveis, além de lidar com a angústia e sensação de incapacidade relacionadas à limitação quantitativa e qualitativa dos recursos terapêuticos diante da pandemia.

A saúde mental está diretamente relacionada a uma boa qualidade de vida e promove felicidade e confiança no enfrentamento das adversidades. Estima-se que cerca de 10-20% das crianças e adolescentes no mundo tenham algum problema psicológico nessa área, ocupando uma posição de liderança no diagnóstico clínico nesta faixa etária. A pandemia causada por COVID-19 pode amplificar estressores psicológicos e afetar negativamente a saúde mental. “A relevância dos aspectos emocionais durante processos epidêmicos tem levado autores a identificar, junto à ocorrência de COVID-19, uma “pandemia do medo” ou a “coronafobia”. (BARROS et al., 2020).

Segundo Bezerra et al. (2020), o próprio isolamento social foi responsável pelo medo chamado de “medo social”: veio então o medo de estar junto a alguém, tendo o risco de pegar o vírus e o medo de estar separado, para se proteger e proteger as outras pessoas, porém todo o isolamento social, o distanciamento tem consequências, as pessoas ficam mais suscetíveis a ansiedade por estarem isoladas, o medo não é apenas de pegar a doença, mas o medo do futuro também, perder emprego, perder algum ente querido. Isso foi e está sendo um grande causador de transtornos psicológicos, em alguns casos tornando-se irreversíveis. Com tudo isso estamos num momento de medo social, o termo “Coronofobia” tem sido usado por psiquiatras e psicólogos para definir e designar tais transtornos. Conforme Hartmann (2020) apud Bezerra et al. (2020, p. 4), “este termo vem sendo usado para determinar a preocupação, a ansiedade e o medo de contrair o COVID-19, [...] e ao impacto psicológico [...] pelos indivíduos que contraíram a doença.

Outros estudos apontam para os agravos emocionais da pandemia de Covid-19 sobre a saúde mental do público infanto juvenil. Nessa idade, por estarem no estágio de neurodesenvolvimento, as crianças são particularmente vulneráveis a eventos estressantes porque têm compreensão limitada da situação, incapazes ou difíceis de formar estratégias de enfrentamento e obstáculos para expressar seus sentimentos e ansiedade. Esses fatores, combinados com o medo de perder ou ser separado do cuidador, podem levar a sofrimento mental imediato ou de longo prazo, incluindo aumento do risco de transtornos de humor e doenças mentais e suicídio na idade adulta (SAURABH K et al. 2020; DUAN L et al. 2020; GHOSH R et al. 2020; RODRIGUES BB et al. 2020).

Para conter o contágio do Covid-19 foi imposto medidas restritivas como o isolamento social, quarentena e distanciamento social, com isso a rotina dos inúmeros indivíduos mudou consideravelmente causando sentimentos e sensações (raiva, estresse, medo, trauma, angústia...) prejudiciais à saúde mental e física pela situação recorrente. Pela exposição contínua a essa situação, ocorreu aumento nas emoções negativas em relação a pandemia, ao risco de contaminação e a preocupação com os grupos vulneráveis prejudicando a saúde mental e desencadeando transtornos, ansiedade, depressão, estresse pós-traumático, entre outros. (PAVANI et al, 2021).

Segundo Pavani et al. (2021, p. 8) “[...] Todo o ser humano pode apresentar algum desconforto que tenha impacto na sua saúde mental, estando relacionado ao seu contexto de vida. [...]”. A pandemia do covid-19 despertou esse desconforto nas pessoas e os principais fatores responsáveis por esse acontecimento são o estresse, medo, depressão e ansiedade tais condições em excesso podem ocasionar complicações na saúde física e mental, a pandemia aumentou essas emoções, portanto, há preocupação referente à duração da mesma, podendo aumentar os surtos de tal modo que se faz necessário os profissionais da

área da saúde estejam qualificados e tenham boa conduta com os pacientes para o enfrentamento dessas situações decorrente do covid-19.

Segundo Pavani et al. (2021, p. 11) “[..] as intervenções on-line de saúde mental são cada vez mais importantes para fornecer acesso e apoiar a eficácia do tratamento de saúde mental [..]”. Portanto, criar contato com as pessoas que estão passando por situações complexas é essencial, pois colabora na saúde mental, o mesmo pode ser feito através dos aparelhos eletrônicos, chamadas de vídeo, por exemplo.

Diante desse contexto, Moretti, Guedes e Batista (2020) afirmam que a pandemia evidenciou a fragilidade psicoemocional da sociedade pós-moderna. Este cenário permeado por medo corrobora para o surgimento que alguns tipos de transtornos mentais podem ser desencadeados pela quarentena (BARARI, et al.,2020; LIMA, et al., 2020; WANG, et al., 2020).

Nesse momento de pandemia, é necessário que o adoecimento mental seja levado a sério, romper o preconceito, quebrar paradigmas, buscando um autoconhecimento, ampliando a visão para o mundo ao nosso redor, buscando mudanças comportamentais, emocionais em relação ao próximo e ao mundo. (BATISTA, 2016).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente artigo tem o propósito de entender as consequências trazidas pela pandemia na saúde mental dos indivíduos, uma vez que houve mudanças sociais significativas na vida das pessoas. Diante disso, vimos que medidas preventivas como o isolamento social, mudanças na rotina, uso da máscara de proteção, acarretam diversos problemas na saúde mental, como a ansiedade, a depressão, entre outros transtornos mentais. Ademais, outro fator mencionado, no qual pode agravar casos de ansiedade, é o medo, diante de inúmeras informações sobre a pandemia do Covid-19, bem como o receio, a ansiedade, a preocupação de pegar ou transmitir a doença, também conhecido como “Coronofobia”. Diante do que foi exposto, é de grande importância que a atenção seja voltada para a saúde mental dos indivíduos e é necessário entender que diante da intensificação desses transtornos mentais, é fundamental a busca por ajuda psicológica.

Palavras-Chaves: Saúde mental. COVID-19. Coronofobia. Medo. Ansiedade.

REFERÊNCIAS

BARROS, Marilisa et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Scielo Public Health**. Ago. 2020. Disponível em:

<https://www.scielo.org/article/ress/2020.v29n4/e2020427/pt/#> Acesso em: 03 jun. 2021.

BEZERRA, Danielle et al. Uso das práticas integrativas e complementares no período de isolamento social da COVID-19 no Brasil. **Society and Development**. v. 9, n. 11, nov. 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/9718/8609>. Acesso em: 07 jun. 2021.

MATA, Alicce et al. Impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental de crianças e adolescentes: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Development**. 2021. Disponível em:

<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/23381/18784> Acesso em: 02 jun. 2021.

NABUCO, Guilherme; OLIVEIRA, Maria H.P. de; AFONSO, Marcelo P. D. de. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da atenção primária à saúde? **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**. 2020. Disponível em: <https://www.rbmf.org.br/rbmfc/article/view/2532/1567>. Acesso em: 01 jun. 2021.

PAVANI, F. M. et al. Covid-19 e as repercussões na saúde mental: estudo de revisão narrativa de literatura. **Revista Gaúcha de Enfermagem**. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/YD6WWBgqJmkbY8jNsFypSd/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 06 jun. 2021.

ROLIM, J. A.; OLIVEIRA, A. R. de.; BATISTA, E. C. Manejo da ansiedade no enfrentamento da covid-19. **Rev. Enfermagem e Saúde Coletiva**, São Paulo, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Josiane-Rolim/publication/343678426_Manejo_da_Ansiedade_no_Enfrentamento_da_Covid-19_Managing_Anxiety_in_Coping_with_Covid-19/links/5f3827be299bf13404c8490a/Manejo-da-Ansiedade-no-Enfrentamento-da-Covid-19-Managing-Anxiety-in-Coping-with-Covid-19.pdf. Acesso em: 04 jun. 2021.