

CLUSTER: Health Tech

CURSO: Psicologia

A IMPORTÂNCIA DOS CUIDADOS COM A SAÚDE MENTAL NA PANDEMIA DE COVID-19

Renata Lago Marin¹; Luis Henrique Paloski²

1 Discente do Curso de Psicologia. IMED. renata.lago123marin@gmail.com

2 Orientador. Doutor em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Docente do Curso de Psicologia. IMED. luis.paloski@imed.edu.br

1 INTRODUÇÃO

Sintomas de ansiedade, medos, perdas, angústias e incertezas, são alguns dos impactos gerados pela pandemia do *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) (Koury, 2020). O ano de 2020 entrou para história, pois trouxe diversas mudanças e adaptações, no âmbito do trabalho, das relações humanas, da sociedade e também no plano singular da vida cotidiana de cada sujeito (Almeida et al., 2021).

Diante da falta de conhecimento sobre o vírus, da sua rápida progressão, e do aumento significativo no número de óbitos, levaram a Organização Mundial de Saúde (OMS) alterar o *status* para pandemia em março de 2020 (Netto & Correa, 2020). Em vista da atual situação medidas de proteção e prevenção foram tomadas, com a finalidade de controlar o colapso na saúde e diminuir número de mortes (Organização Pan-Americana da Saúde [OPAS], 2020). Entre elas o isolamento social, paralisação econômica, a suspensão de atividades das escolas e universidades, assim como regime especial de trabalho e a suspensão de eventos públicos e de aglomeração (Silva et al., 2020).

Nesse caminho, estudos apontam impactos psicológicos negativos devido ao isolamento social (Silva et al., 2020), vivenciar o isolamento social poderá despertar sentimentos de solidão, medos, angústias e inseguranças (Hossaian et al., 2020). O acelerado



avanço da epidemia e a quantidade demasiada de informações, por sua vez divergentes, é um campo facilitador para as modificações comportamentais que impulsionam ao adoecimento psicológico (Lima et al., 2020). A COVID-19 impacta a saúde mental, pois diante de tantas incertezas e mudanças causadas pela pandemia, sintomas depressivos, ansiedade e estresse vem crescendo na população em geral e pode se prolongar até mesmo após o controle do vírus (Durate et al., 2020). Nessa perspectiva, o presente estudo tem por objetivo revisar de forma não sistemática a literatura sobre a presença de sintomas psicopatológicos, como sintomas os depressivos, os de ansiedade e os de estresse na população durante a pandemia COVID-19, bem como reforçar a importância da atuação de profissionais de psicologia nesse cenário.

2 METODOLOGIA

A realização da pesquisa foi feita por meio de uma revisão bibliográfica, utilizou-se as bases de dados como o *Scientific Eletronic Library* (SciELO), o Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC) e o Google Acadêmico, utilizando os seguintes descritores: COVID-19, depressão, ansiedade, estresse. Conforme recomendação de termos no Descritores em Ciências da Saúde (DeCS).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O mundo foi convocado a participar do isolamento social, tornou-se necessário para a população mundial, diante das diversas modificações ter um estilo de vida pautado pela quarentena (Bastos, et al., 2021). As medidas de afastamento e isolamento social praticadas em tempos de pandemia, envolvem modificações significativas no estilo de vida, as quais podem ter consequências negativas sobre os aspectos psicológicos (Wang et al., 2020).

A pandemia COVID-19 pode causar o surgimento de sintomas psicopatológicos (Vasconcelos, et al., 2020), pois traz para a população um estado de pânico social global, a sensação de isolamento gera aflições, angústias e inseguranças, as quais são capazes de se estender até mesmo após o controle do vírus (Hossain et al., 2020). Com o fechamento das



unidades de ensino, milhões de estudantes foram obrigados a paralisar os estudos, desta forma a população estudantil e de ensino tiveram que se adaptar ao modelo remoto (Vieira & Silva, 2020).

Um estudo realizado no início da pandemia com 1.957 estudantes universitários, mostra, piores problemas com a saúde mental, ao decorrer das diversas mudanças enfrentadas no dia a dia, principalmente por estar em quarentena, existir uma diminuição da renda, o medo de ser infectado pelo vírus, o sentimento de solidão e as incertezas dos impactos futuros (Maia & Dias, 2020). Reconhecer o impacto das diversas mudanças causadas pela pandemia do COVID-19, no comportamento humano é crucial, principalmente nos sintomas depressivos, de ansiedade e estresse, que servem como chave, para a maioria dos transtornos mentais (Dalgalarrrondo, 2019).

Nesse caso, destaca-se a importância dos profissionais de psicologia, cujo papel é o de oferecer suporte psicológico e apoio aos indivíduos psicologicamente afetados (Enumo & Linhares, 2020). Diante do isolamento social e a limitada possibilidade de contato com outros, tornou-se necessário a reconfiguração de diversas áreas, não diferente da psicologia que segundo a resolução do CFP, nº 4/2020 passou a realizar a psicoterapia de maneira *online*, seguindo o seu trabalho em prol do cuidado do outro (Dias & Carlesso, 2020).

A COVID-19 alcançou praticamente toda a população mundial (World Health Organization [WHO], 2020), o sofrimento mental em função da pandemia tem como principal desembarcador o período do isolamento social, as diversas modificações do modo de viver, levam a demanda da saúde mental ao topo das preocupações (Holmes, et al., 2020), pois os aspectos negativos existentes na pandemia podem progredir para um momento futuro, período nos quais muitas pessoas ainda estarão passando por algum tipo sofrimento (Duarte al., 2020).

4 CONSIDERAÇÕES [FINAIS]



Diante da repercussão na saúde mental provocada pela pandemia do novo coronavírus, percebesse o surgimento e/ou a intensificação de diversas manifestações de sofrimento mental, tanto os profissionais quanto os estudantes de psicologia tiveram que se adaptar a algo novo, vários estudos apontam o aumento dos sintomas depressivos, sintomas de ansiedade e estresses durante a pandemia e que podem se prolongar até mesmo após o controle do vírus, desta forma esses efeitos a longo prazo precisam ser visualizados e compreendidos, para que os resultados na saúde mental não sejam tão negativos.

Uma limitação desse estudo é ser uma revisão não sistemática da literatura, assim pode-se perceber com esta pesquisa a necessidade de novos estudos sobre o estado emocional dessa população, que incluam a avaliação da solidão e de outras emoções negativas e transtornos de humor nessa população, visando identificação precoce e tratamento aos que necessitem.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almeida, S. W., Szwarcwald, L. C., Malta, C. D., Barros, A. B. M., Júnior, S. B. R. P., Azevedo, L. O., Dália Romero. D., Lima, G. M., Damacena, N. G., Machado, E. I., Crizian, S. C., Pina, F. M., Gracie, R., Werneck, O. A., Silva, P. R. D. (2021). Mudanças nas condições socioeconômicas e de saúde dos brasileiros durante a pandemia de COVID-19. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 23(200105), 1-14. doi: 10.1590/1980-549720200105
- Bastos, F. B. B. T., Sousa, O. T., Torres. L. K. A., Cardoso, A. H., Santos, L. A., Nascimento, M. E. C., & Soares, F. A. F., (2021). O impacto de uma era pandêmica e isolamento social na saúde mental: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 10(1), 1-9. doi:10.33448/rsd-v10i1.119051
- Dalgalarrondo, P. (2018). *Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais*. (3ª ed). Porto Alegre: Artmed.
- Dias, Z. F., & Carlesso, P. P. J. (2020). Intervenções psicológicas numa unidade de saúde mental frente à pandemia do covid-19: Breve relato de experiência. *Disciplinarum Scientia, Ciências Humanas de Santa Maria*, 21(2). 159,165
- Duarte, Q. M., Silva, A. M., Lima, P. C. S., Giordani, P. J., Trentini, M. C. (2020). COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(9), 3401-3411. doi: 10.1590/1413-81232020259.16472020
- Enumo, S. R. F., & Linhares, M. B. M. (2020). Contribuições da Psicologia no contexto da Pandemia da COVID-19: seção temática. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37 e200110. doi: 10.1590/1982-0275202037200110e
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., ... Bullmore, E. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19



- pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 15, 1-14. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30168-1
- Hossain, M., Sultana, A., Purohit, N. (2020). Mental health outcomes of quarantine and for infection prevention: A systematic umbrella review of the global evidence. *Epidemiol Health*, 42(20), 1-11. doi: 10.4178/epih.e2020038
- Koury, P. G. M. (2020). O Covid-19 e as emoções: pensando na e sobre a pandemia. *Revista Brasileira de Sociologia da Emoção*, 19(55), 13-26. Acesso em https://grem-grei.org/wp-content/uploads/2020/05/1_Koury_RBSEv19n55abril2020_Supl-Especial_maio2020-1.pdf
- Lima, D. L., Dias, A. D., Rabelo, R. S., Cruz, I. D., Costa, S. C., Nigri, F. M., & Neri, J. R. (2020). COVID-19 no estado do Ceará, Brasil: comportamentos e crenças na chegada da pandemia. *Revista de ciência & saúde coletiva*, 25(5), 1575-1586. doi:10.1590/1413-81232020255.07192020
- Maia, R. B., & Dias, C. P. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudo Psicológico de Campinas*, 37(200067), 1-8. doi: 10.1590/1982-0275202037e200067
- Netto, F. G. R., & Corrêa, N. W. J. (2020). Epidemiologia do surto de doença por coronavírus (covid-19). *Revista desafios*, 7(3), 19-25. doi: 10.20873/uftsuple2020-8710
- OPAS (2020). Folha informativa de covid-19- Escritório da OPAS e da OMS no Brasil. Acesso em: <https://www.paho.org/pt/covid19#:~:text=Em%2011%20de%20mar%C3%A7o%20de,pa%C3%ADses%20e%20regi%C3%B5es%20do%20mundo>.
- Silva, K, J., Albuquerque, C, S., Santos, N, S, S., Santos, F, M, V., Farias, F, K., Figueiredo, S, M, V, E., & Santos, M, C, A. (2020). A relação entre a infecção por coronavírus e susceptibilidade a transtornos mentais e o risco de suicídio: o que a literatura tem evidenciado?. *J. Health Biol Sci.*, 8(1), 1-7. doi:10.12662/23173206jhbs.v8i1.3242.p17.2020
- Silva, L., Lima, A., Polli, D., Razia, P., Pavão, L., Cavalcante, M., & Toscano, C. (2020). Medidas de distanciamento social para o enfrentamento da COVID-19 no Brasil: caracterização e análise epidemiológica por estado. *Caderno de saúde pública*, 36(9), 20-35. doi: 10.1590/0102-311X00185020
- Vasconcelos, S. S. C, Feitosa, O. I., Medrado, R. L. P., Brito, B. P. A. (2020). O novo Coronavírus e os impactos psicológicos da quarentena. *Revista desafios*, 7(12), 76 - 80. doi: 10.20873/uftsuple2020-8816
- Vieira, M. F. & Silva, C. (2020). A Educação no contexto da pandemia de COVID-19: uma revisão sistemática de literatura). *Brasileira de Informática na Educação*, (2)8, 13-31. doi : 10.5753/RBIE.2020.28.0.1013
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in china. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 17-29. doi: 10.3390/ijerph17051729
- World Health Organization. (2020). Report of the WHO-China joint mission on coronavirus disease 2019 (COVID-19). Geneva: Author. Retrieved from. Acesso em: <http://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/who-china-joint-missiononcovid-19-final-report.pdf>

