

<https://doi.org/10.51234/aben.20.e04.c10>

IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DA POPULAÇÃO CAUSADOS PELA PANDEMIA DA COVID-19

Francisca Fabiana Fernandes Lima¹

ORCID: 0000-0001-6110-0556

Nadyelle Elias Santos Alencar¹

ORCID: 0000-0002-5602-7339

Marcia Teles de Oliveira Gouveia¹

ORCID: 0000-0002-2401-4947

¹Universidade Federal do Piauí. Teresina-Piauí, Brasil.

Autor Correspondente:

Marcia Teles de Oliveira Gouveia
E-mail: marcia06@gmail.com



Como citar:

Lima FFF, Alencar NES, Gouveia MTO. Impactos na saúde mental da população causados pela pandemia da COVID-19. In: Esperidião E, Saidel MGB (Orgs.). Enfermagem em saúde mental e COVID-19. 2.ed.rev. Brasília, DF: Editora ABEn; 2020. p. 72-76. (Série Enfermagem e Pandemias, 4). <https://doi.org/10.51234/aben.20.e04.c10>

INTRODUÇÃO

A atual pandemia causada pela covid-19, iniciada em Wuhan - China no final de 2019, despertou a atenção mundial, especialmente devido à elevada transmissibilidade do vírus; e vem gerando impactos socioeconômicos, científicos e sobretudo psicológicos. A doença é nova, e o interesse por sua descrição, epidemiologia, diagnóstico, tratamento e impactos à saúde estão sendo amplamente destacados na literatura⁽¹⁾.

Diante de uma pandemia, várias são as mudanças que ocorrem na vida das pessoas, a rotina é alterada, a perspectiva em relação ao futuro é incerta e o medo pode se sobressair em meio a diversas reações. O acesso instantâneo às informações, sobretudo por meio da internet, faz com que os dados de uma epidemia global sejam facilmente divulgados e, algumas vezes, manipulados. Por uma via, possibilita o conhecimento da realidade; por outra, contribui para a disseminação de temor, pânico e desesperança. Essas alterações estão relacionadas às ênfases alarmantes da mídia, ao número elevado de mortes, e às constantes recomendações dos órgãos de saúde ao enfatizar a importância do respeito às medidas de isolamento e distanciamento social⁽²⁾.

Assim como aconteceu em países europeus e africanos, durante a peste negra e a epidemia de ebola, respectivamente, a elevada transmissibilidade da doença torna imperativo a redução da circulação de pessoas, no intuito de evitar aglomerações e a conseqüente exposição ao novo coronavírus. Nesse contexto, uma das medidas mais enfatizadas atualmente pelos órgãos e profissionais da saúde é o isolamento social. Ações político-sanitárias foram realizadas, o que culminou com o fechamento de diversos espaços públicos e estabelecimentos, tais como, comércio, igrejas, escolas, bares, shopping, restaurantes e instituições de ensino⁽³⁾.



Tais circunstâncias acarretaram em um estado de impotência e confinamento compulsório na população. Aos idosos que têm uma vida ativa, e exercem suas atividades de vida diária de forma autônoma, destaca-se o medo e a apreensão relacionados à susceptibilidade a quadros graves da doença, além da solidão pela redução do convívio social⁽⁴⁾. Nos jovens, economicamente ativos, sobrevêm o receio de perder o emprego. Para crianças e adolescentes, o aprendizado e o lazer ficam limitados ao ambiente doméstico⁽⁵⁾.

Cabe ressaltar, também, as consequências no âmbito assistencial de saúde. A sobrecarga de trabalho, o medo de se contaminar ou contaminar a família, além uso exaustivo e cuidadoso de equipamentos de proteção tem repercutido na saúde dos profissionais, impreterivelmente daqueles voltados à assistência direta e contínua aos pacientes com a covid-19⁽⁶⁾.

Diante do exposto, percebe-se que o impacto de uma pandemia tanto pode afetar o ser humano no âmbito individual, como também repercute coletivamente na sociedade. Esse cenário de crise e incertezas gera sobrecarga psíquica, a qual pode acarretar no desenvolvimento de transtornos mentais. Nesse sentido, destaca-se a importância do debate acerca dos impactos da pandemia pela covid-19 na saúde mental da população.

OBJETIVO

Discutir os impactos na saúde mental da população causados pela pandemia da covid-19.

MÉTODOS

Estudo reflexivo que aborda os impactos na saúde mental da população causados pela pandemia do novo coronavírus. Essa análise reflexiva baseou-se em artigos científicos publicados nas bases de dados *National Library of Medicine* (PUBMED), *Cumulative Index to Nursing&Allied Health Literature* (CINHAL), *Web of Science – Coleção Principal* (Clarivate Analytics), na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e na *Science Direct*.

Foi realizada uma busca estruturada e sistemática, nas bases citadas, com a seguinte estratégia de busca: (“mental health impact” AND “covid-19” OR “coronavirus”), respeitando as especificidades de cada base de dados. Foi realizada leitura, seleção e análise crítica, pelas três pesquisadoras, de 10 artigos que abordavam a temática. Posteriormente, foi elaborado o texto reflexivo fundamentado nos preceitos conceituais e teóricos da literatura analisada.

SOFRIMENTO PSÍQUICO EM TEMPOS DE PANDEMIA

O cenário da pandemia pelo novo coronavírus tem causado preocupação, insegurança e uma série de mudanças na vida pessoal, social, ocupacional, na saúde física e, sobretudo, mental. Nesse contexto, uma das reações mais discutidas no âmbito psicológico é o medo, que pode culminar no desenvolvimento de transtornos mentais ou acentuar um já existente. Esse temor relacionado à doença é exacerbado pela ênfase dada às medidas político-sanitárias que elevam o receio de contrair o vírus, transmitir para membros da família, perder um ente querido, ou até mesmo morrer. Além disso, associado ao isolamento social, advém o medo de perder o vínculo empregatício, de enfrentar a escassez de alimentos ou de não poder ter uma vida social com amigos e familiares⁽²⁾.

Muitas dessas preocupações corroboram para quadros de instabilidade mental. Desse modo, a ansiedade e a depressão tornam-se cada vez mais comuns no contexto pandêmico atual. A ansiedade, estritamente associada ao medo, reflete de forma mais específica os efeitos do isolamento social que pode, de acordo com a duração e magnitude, gerar a sensação de perda de controle, crises de pânico, somatização através de sintomas físicos, e temor da morte. Além disso, o medo neurótico da doença reflete no desenvolvimento de transtorno obsessivo compulsivo, que é exemplificado pela lavagem das mãos e uso de álcool em gel de forma excessiva, e/ou compra e estoque desnecessários de alimentos. Essas reações causam sofrimento psíquico e são caracterizadas como Coronafobia⁽⁷⁾.

Dados recentes sugerem que, em relação à faixa etária, a população idosa está entre as mais afetadas pela atual pandemia devido aos fatores de risco decorrentes da idade, as doenças crônicas associadas e o sofrimento psíquico pelo isolamento. O distanciamento social deixa a pessoa idosa susceptível a desenvolver ansiedade, estresse e depressão⁽⁴⁾. Entretanto, na China, o público mais propenso a desenvolver transtornos ansiosos e depressivos são os adultos jovens, pessoas abaixo de 35 anos de idade, e os que passam muitas horas pensando na pandemia⁽⁸⁾.

Sobre as crianças e adolescentes, o isolamento interfere diretamente na sua rotina, altera bruscamente o seu cotidiano, limita suas atividades diárias e, portanto, os expõem a um elevado nível de estresse e sobrecarga psíquica. Ademais, são expostos à ansiedade e ao estresse dos adultos que os cercam e convivem com uma elevada carga de informações que podem potencializar os efeitos negativos à sua saúde mental. Um isolamento prolongado, a exemplo do que está sendo vivenciado, eleva o tempo de ócio e restringe o convívio social, tão benéfico nessa faixa etária⁽⁵⁾.

Acrescenta-se que, referente ao perfil ocupacional, os profissionais da saúde, enfermeiros e médicos, têm maior probabilidade de desenvolver distúrbios no sono⁽⁸⁾. A depressão foi fortemente evidenciada em profissionais da saúde que constituem a linha de frente no enfrentamento da pandemia pela covid-19. As mulheres enfermeiras apresentaram uma maior incidência de depressão, ansiedade, estresse e insônia. O principal fator associado refere-se à assistência direta e contínua aos infectados pelo novo coronavírus, que envolvem a lida com o sofrimento físico e mental do ser humano, os sinais desesperadores de insuficiência respiratória, a superlotação dos hospitais, a morte diária de pacientes, o risco de contaminar-se, colegas de profissão contaminados e afastados, e até mesmo mortos pela doença⁽⁶⁾.

Os hábitos e comportamentos assumidos durante o período de pandemia também parecem repercutir na saúde mental, com destaque para o aumento no consumo de álcool e outras drogas. A ingestão de bebidas alcoólicas tem sido uma das principais estratégias de enfrentamento aos medos e preocupações relacionados à pandemia. Logo, diante do distanciamento social, onde há a tendência de o indivíduo vivenciar momentos estressantes e depressivos, sentimentos de solidão, saudade de familiares e amigos, o álcool é adotado como uma válvula de escape. Destaca-se que o consumo de álcool e outras drogas também eleva a ocorrência de conflitos familiares e casos de violência doméstica⁽⁹⁾.

Associado aos quadros de sofrimento psíquico discutidos, a desinformação e as incertezas relacionadas ao novo coronavírus elevam os comportamentos suicidas (ideação, tentativa e suicídio). Na maioria dos casos, a informação inadequada associada ao medo corrobora para desfechos negativos à vida daqueles que recebem o diagnóstico positivo para a covid-19. Os comportamentos suicidas são marcados por circunstâncias de intenso sofrimento psíquico, evidenciados por ações impulsivas, e precisam de especial atenção diante da pandemia.

Em Bangladesh, o primeiro caso de suicídio notificado desenrolou-se devido ao preconceito da população, um indivíduo foi rejeitado e julgado por apresentar tosse, gripe e emagrecimento. Apesar do desfecho de suicídio, a autópsia revelou que a vítima testou negativo para covid-19. Nesse contexto, cabe mencionar também o peso na consciência moral que, pelo receio de contaminar outros indivíduos, leva a pessoa a atentar contra a própria vida. Caso similar aconteceu na Índia, onde o suicídio foi cometido por medo de transmitir a doença para outras pessoas⁽¹⁰⁾.

Diante de todos os impactos na saúde mental mencionados, há a necessidade de destacar estratégias de enfrentamento a esses danos. Nesse contexto, sobrevém a importância da tecnologia que, embora já amplamente utilizada, passou a exercer papéis de destaque no momento pandêmico atual. As ferramentas tecnológicas tem atuado como instrumento facilitador na provisão da assistência à saúde, inclusive no âmbito das enfermidades psíquicas, tanto para pacientes com transtornos mentais prévios quanto para aqueles em processo de adoecimento associado à pandemia pela covid-19. Assim, consultas com aconselhamento online e prescrição eletrônica de medicamentos tornam-se cada vez mais frequentes e efetivas. Para os pacientes que não possuem acesso à internet e computador, sugere-se o contato telefônico⁽⁴⁾.

Limitações do Estudo

Essa abordagem reflexiva foi fundamentada em diversos estudos com diferentes populações, dessa forma, foram apresentados os impactos na saúde mental causados pela pandemia do novo coronavírus com uma população geral. Apesar de serem citados os impactos psicológicos em crianças, jovens, adultos, idosos e profissionais da saúde, é fundamental uma abordagem em populações específicas, com aprofundamento na temática.

A literatura analisada é em sua totalidade internacional, pois a busca estratégica nas bases de dados não localizou estudos nacionais. E levando em consideração o desenvolvimento econômico e financeiro, a cultura e estrutura em saúde, é necessária uma análise com estudos brasileiros para conhecimento da realidade nacional.

Contribuições para a Área

Por ser um tema de interesse relativamente recente, ainda há poucos estudos de campo que abordam a associação da pandemia pela covid-19 com impactos na saúde mental da população, sobretudo na realidade brasileira. Dessa forma, a presente reflexão contribui para a produção científica nacional ao abordar uma temática relevante diante do cenário atual, além de estimular a produção de estudos de campo que investiguem os impactos psicológicos da pandemia pelo novo coronavírus nos diversos grupos populacionais, respeitando as suas especificidades.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Baseado no que foi debatido, pode-se considerar que, apesar de todo avanço tecnológico e científico atual, uma epidemia com proporções globais pode causar danos a vários setores, áreas e populações, com repercussões importantes à saúde mental.

O consumo exacerbado de informações sobre o novo vírus, a doença e a letalidade associada a ele, as especulações e medidas adotadas para frear a propagação da infecção podem gerar sofrimento psíquico e culminar no desenvolvimento ou agravamento de transtornos mentais, tais como ansiedade, estresse e depressão.

Diante de uma nova realidade de saúde emergem novas demandas. No que tange às questões de apoio psicológico, observa-se a necessidade de readaptação dos profissionais da saúde no provimento de assistência e aconselhamento terapêutico. Nesse sentido, considerando as medidas de restrição de contato e isolamento social, a capacitação para o uso de ferramentas online tornou-se essencial para a manutenção do vínculo entre o paciente e o profissional da saúde.

AGRADECIMENTO

Ao Departamento de Enfermagem Psiquiátrica e Saúde Mental/Associação Brasileira de Enfermagem (DEPSM/ABEn) .

REFERÊNCIAS

1. Xiang Y, Yang Y, Li W, Zhang L, Zhang Q, Cheung T, et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*. 2020 [cited 2020 Jun]; 7(3): 228-229. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30046-8.
2. Loveday H. Fear, explanation and action – the psychosocial response to emerging infections. *Journal of Infection Prevention*. 2020 [cited 2020 Jun]; 21(2): 44-46. doi: 10.1177/1757177420911511.
3. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet Regional Health*. 2020 [cited 2020 Jun]; 395(10227): 912-920. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8.

4. Koenig HG. Ways of Protecting Religious Older Adults from the Consequences of COVID-19. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*. 2020. [cited 2020 jun]; 1-4. doi: 10.1016/j.jagp.2020.04.004.
5. Jiao WY, Wang LN, Liu J; Fang SF; Jiao FY; Mantovani MP, et al. Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic. *The Journal of Pediatrics*. 2020. [cited 2020 jun]; 221: 264-266. doi: 10.1016/j.jpeds.2020.03.013.
6. Lai J, Ma S, Wang Y, Cai Z, Hu J, Wei N. Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health CareWorkers Exposed to Coronavirus Disease 2019. *Psychiatry*. 2020. [cited 2020 jun]; 3(3): 1-12. doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.3976.
7. Naguy A, Moodliar S, Alamiri B. Coronaphobia and chronophobia – A psychiatric perspective. *Asian Journal of Psychiatry*. 2020. [cited 2020 jun]; 51: 102050. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102050.
8. Huang Y, Zhao. Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*. 2020. [cited 2020 jun]; 288: 1-20. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112954.
9. Knopf A. Alcohol and isolation: Experts comment on drinking behavior during COVID-19. *Alcoholism and Drug Abuse Weekly*. [cited 2020 jun]; 32(13): 1-4. doi: 10.1002/adaw.32670.
10. Mamun MA, Griffiths MD. First COVID-19 suicide case in Bangladesh due to fear of COVID-19 and xenophobia: Possible suicide prevention strategies. *Asian Journal of Psychiatry*. 2020. [cited 2020 jun]; 51: 102073. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102073.