



Saúde mental em tempos de COVID-19 na sociedade brasileira

Mental health in times of COVID-19 in Brazilian society

DOI: 10.56238/isevjhv1n3-001

Recebimento dos originais: 05/09/2022

Aceitação para publicação: 30/09/2022

Evandro Oliveira Campos

Graduando em Medicina
Faculdade Santo Agostinho de Itabuna
E-mail: dr.camposevandro@gmail.com

Paula Leão Campos

Graduando em Medicina
Faculdade Santo Agostinho de Itabuna

RESUMO

A pandemia de COVID-19, causada pelo vírus SARS-COV2, é um fenômeno mundial de características ímpares, no sentido de sua extensão, velocidade de crescimento, impacto geral na população e nos serviços de saúde e, também, por ocorrer em um contexto de acesso a muitas informações em tempo bastante curto. Assim, alguns de seus impactos são semelhantes aos de outras epidemias, outros só estão sendo vistos no presente momento e, certamente, no futuro, a percepção desta pandemia ainda será modificada.

Palavras-chave: Pandemia, COVID-19, saúde mental.

1 INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19, causada pelo vírus SARS-COV2, é um fenômeno mundial de características ímpares, no sentido de sua extensão, velocidade de crescimento, impacto geral na população e nos serviços de saúde e, também, por ocorrer em um contexto de acesso a muitas informações em tempo bastante curto. Assim, alguns de seus impactos são semelhantes aos de outras epidemias, outros só estão sendo vistos no presente momento e, certamente, no futuro, a percepção desta pandemia ainda será modificada.

Por conseguinte, devido a essa rápida propagação do vírus, foi recomendado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) o isolamento social, o que ocasionou consequências na rotina da população e gerou impactos em suas vidas, dentre eles, a saúde mental da sociedade brasileira, termo usado para descrever o nível de qualidade de vida cognitiva ou emocional ou a ausência de uma doença mental, e com isso acabou sendo bastante afetada.

Dessa forma, esse tema em questão possui extrema relevância, seja no âmbito social, seja no científico, uma vez que, além de o estudo elucidar os impactos da pandemia de COVID-19 na

saúde mental, contribui com a difusão do tema para a comunidade científica e para a população em geral. Nesse sentido, essa pesquisa busca verificar a relação da pandemia e o índice de depressão, ansiedade e do estresse, os quais provocam consequências momentâneas e futuras na vida dos brasileiros.

2 OBJETIVOS

Essa pesquisa tem como objetivo geral verificar os efeitos da Covid-19 na saúde mental da população brasileira no que se refere a ansiedade, depressão e estresse. Como objetivo específico, analisar quais são os fatores que contribuem para o aumento da ansiedade, depressão e estresse na vida dos brasileiros, sendo esses, importantes no estudo referente a saúde mental dos indivíduos em tempos de pandemia.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de caráter descritivo, buscando observar, descrever e analisar os dados coletados. Será exploratória, de forma bibliográfica, explicativa, com o uso do método indutivo-dedutivo e prospectivo com abordagem quantitativa. Em nossa pesquisa haverá, principalmente, uma revisão da literatura com base na análise de dados qualitativos e quantitativos.

Os temas a serem abordados, respectivamente, dentro desta pesquisa são: os efeitos da Covid-19 na saúde mental da população brasileira, principalmente, no que se refere à ansiedade, depressão e estresse. Dessa forma, haverá uma análise dos fatores que contribuem para o aumento da ansiedade, depressão e estresse na vida dos brasileiros.

As coletas dos dados analisados foram feitas por meio de pesquisas em revistas, sites e artigos de grande credibilidade científica, como a Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade, Revista Brasileira de Análise do Comportamento, Revista Enfermagem e Saúde Coletiva da Faculdade de São Paulo (FSP), Revista de Estudos de Psicologia de Campinas, Revista Epidemiológica e Serviços de Saúde de Brasília, Revista Ciência e Saúde Coletiva, e sites, como o acervo de dados oficial da Secretaria de Saúde do Distrito Federal e da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS).

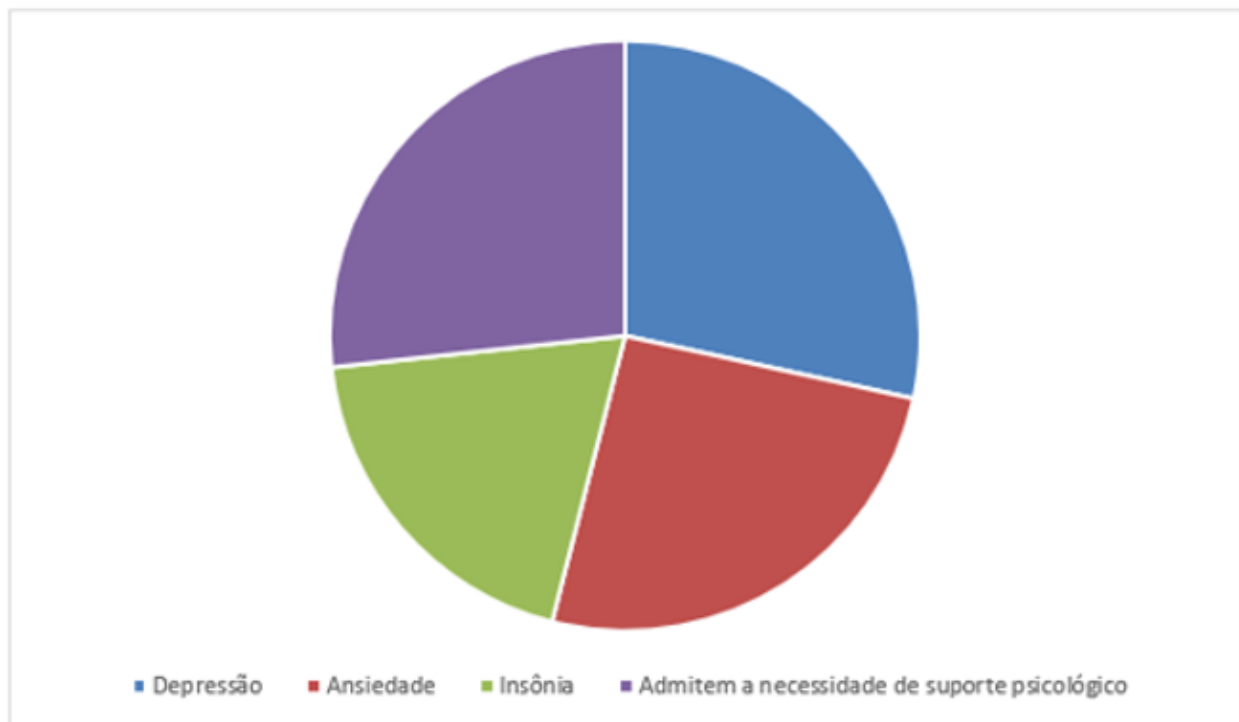
Dessa forma, foram utilizados 19 artigos, um protocolo de acidente do trabalho e publicações dos sites oficiais da Organização Mundial da Saúde (OMS) e de faculdades, como a Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), sendo que, os autores de renome são considerados importantes na pesquisa científica brasileira, visto que contribuem diariamente

com atualização de estudos, como: Guilherme Nabuco, Maria Helena Pereira Pires de Oliveira, Marcelo Pellizzaro Dias Afonso, Francisco Edimar do Nascimento Júnior, Daniely Ildegardes Brito Tatmatsu, RayanneGabrielle Torquato de Freitas, Marilisa Berti de Azevedo Barros, Margareth Guimarães Lima, Deborah Carvalho Malta, Célia Landmann Szwarcwald, Renata Cruz Soares de Azevedo, Dalia Romero, Paulo Roberto Borges de Souza Júnior, Eraldo Carlos Batista, Aldecir Ramos de Oliveira, Josiane Alves Rolim, Paulo César Dias, Berta Rodrigues Maia, Renata Gracie, Maria de Fátima de Pina, Danilo Rodrigues Pereira da Silva, André de Oliveira Werneck, Crizian Saar Gomes, Giseli Nogueira Damacena, Ísis Eloah Machado, Luis Otávio Azevedo, entre outros autores.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a análise dos dados coletados, fica notório que o Covid-19 está relacionado com a modificação ou perda da saúde mental. O gráfico abaixo demonstra as alterações obtidas por crianças, adolescentes e adultos acometidas por este fator. Durante a pandemia, adolescente relataram altas taxas de depressão (50%), ansiedade (45%) e insônia (34%) e (47%) admitem necessidade de suporte psicológico, de acordo com as Nações Unidas Brasil (BARROS, et al., 2020).

Tabela 1: Porcentagens de alterações na saúde mental de crianças e adolescentes no mês de maio, ano de 2022.



Fonte: Nações Unidas.

Nesse sentido, ainda segundo as Nações Unidas Brasil, outro ponto a ser tratado consiste nas doenças psiquiátricas desenvolvidas no período em que crianças, adolescentes e adultos são acometidas pelo isolamento social. Os estudos já indicam um aumento nos sintomas de depressão e ansiedade em vários países, como, por exemplo, um estudo realizado na Etiópia, em abril de 2020, relatou um aumento de três vezes na prevalência de sintomas de depressão, em comparação com as estimativas antes da epidemia. Um levantamento feito pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) com 1.460 pessoas, em 23 estados, mostra que casos de depressão aumentaram 90% no intervalo de pouco menos de um mês, em meio as medidas de isolamento social para combater o novo Coronavírus.

Além disso, os dados apresentados nessa pesquisa mostraram que, as mudanças de hábitos, de forma abrupta, como o isolamento social e o uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPI), foram fatores determinantes para o aumento dos sintomas de ansiedade, visto que nem todas as pessoas conseguiram uma boa adaptação nesse novo estilo de vida. Ademais, outros fatores contribuíram para intensificar o quadro de ansiedade da população brasileira, como o medo e a insegurança das pessoas diante o volume de informações sobre Covid-19, isso porque, em consequência da forma que as propagandas divulgam os dados relacionados a Covid-19, a maioria das pessoas tem focado mais nos óbitos e nos novos casos do que nos números de recuperados.

Outrossim, a pesquisa feita pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) revela que 80% da população brasileira tornou-se mais ansiosa na pandemia do novo Coronavírus, a pesquisa ouviu uma amostra de 1.996 pessoas maiores de 18 anos de idade. Por conseguinte, a principal conclusão dessa pesquisa foi que, nesse período pandêmico de isolamento social, as pessoas desenvolveram ou aumentaram sintomas de estresse, ansiedade e depressão. Assim, esse aumento foi avaliado não só no Brasil, mas no mundo todo, como na Itália e na China, em que 80% da população ouvida relataram sintomas moderados e graves de ansiedade, assim como 68% reportaram de depressão, de acordo com a Agência Brasil.

Mesmo com inúmeros dados já obtidos, os quais revelam uma mudança significativa da saúde mental, como efeitos deletérios, não só da população brasileira, mas também mundial, infere-se outros estudos com população maiores e com uso de instrumentos variados que possam trazer novos resultados e novas estratégias de enfrentamento à pandemia. Além disso, essa pesquisa realça, por estes resultados, a necessidade de estar-se atento aos efeitos psicológicos desta pandemia, para que as respostas subsequentes, no âmbito da saúde mental, possam ser oportunamente asseguradas.

5 CONCLUSÕES

É possível afirmar, ainda que de modo inicial, que, no Brasil, a pandemia tem gerado efeitos danosos à saúde mental de crianças, adolescentes, adultos, dos estudantes, dos profissionais desaludados, enfim, da população geral, em razão de colocá-los em uma rotina distinta daquela em que estavam inseridos e em isolamento social. Dessa forma, percebeu-se que os efeitos mais comuns são ansiedade, sintomas depressivos, problemas com o sono e estresse, o que interfere sobremaneira na qualidade de vida da população brasileira. É necessário, portanto, propor estratégias governamentais, a fim de direcionar à redução dos impactos à saúde mental desses sujeitos, como forma de garantir o seu desenvolvimento.

É imprescindível, portanto, ressaltar a necessidade de ampliar a atuação da atenção primária em saúde, como uma dessas estratégias governamentais, visto que ela é a porta de entrada para o Sistema de Saúde brasileiro, o SUS, e tem papel fundamental nesse período pandêmico, outrora mencionado como a identificação das famílias com fatores de risco para adoecimento mental, relacionados à pandemia, a articulação intersetorial para viabilizar resposta às demandas das famílias em maior vulnerabilidade, as orientações à população que minimizam o adoecimento mental durante o confinamento e o apoio para minimizar as barreiras para vivência do luto daqueles que perderam entes queridos.

Além disso, faz-se necessário, como mais uma estratégia governamental, a ampliação de profissionais, como psicólogos e psiquiatras nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), assim como nas Unidades de Pronto Atendimento (UPA) e nas Unidades de Saúde da Família (PSF), para aumentar o alcance de atuação na população brasileira e, assim, reduzir os impactos na saúde mental desses sujeitos. Ademais, é de suma importância expandir essas ações nas escolas e universidades, sejam públicas ou privadas, como a ampliação desses profissionais retromencionados, em conjunto com psicopedagogos, com o fito de auxiliar a redução desses impactos na saúde mental dos alunos brasileiros, que, diante essa pesquisa, demonstrou-se necessário, visto que os níveis de ansiedade aumentaram consideravelmente na pandemia.

Ademais, ainda com a finalidade de direcionar a redução dos impactos à saúde mental da população brasileira, como forma de garantir o seu desenvolvimento, deve-se, portanto, planejar novas estratégias na forma de divulgar os dados referentes à Covid-19, visto que, como exposto na pesquisa, a exposição massiva de dados a nível global, a todo o momento, na contemporaneidade tecnológica, acarreta o aumento dos níveis de ansiedade, estresse, depressão e problemas com o sono.



Por fim, este estudo se limitou a apresentar quatro possíveis estratégias governamentais relevantes para o enfrentamento durante a pandemia de Covid-19. Pesquisas futuras podem avaliar se intervenções baseadas nas estratégias apontadas por esse estudo se mostraram eficazes em evitar ou alterar os estados de ansiedade, estresse e depressão ou efeitos deletérios na saúde mental da população brasileira, vivenciados nessa época pandêmica.

REFERÊNCIAS

- Amarente, paulo (coord.). Loucos pela vida: a trajetória da reforma psiquiátrica no brasil. Coordenado por paulo amarante. 2ªed., 1ªreimp. Rio de janeiro: fiocruz. 1995.
- Bao, yanping et al. 2019-ncov epidemic: address mental health care to empower society. The lancet, v. 395, n. 10224, p. E37-e38, 2020.
- Barros, marilisa berti de azevedo et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de covid-19. Epidemiologia e serviços de saúde, v. 29, p. E2020427, 2020.
- Boff, l. Saber cuidar: ética do humano – compaixão pela terra. 8. Ed. Petropolis-rj: vozes, 2002.
- Chen, q. Et al. Ve wang, j., (2020), “. Mental health care for medical staff in china during the covid-19 outbreak”, the lancet psychiatry, v. 7, n. 4, p. E15-e16.
- Duarte, michael de quadros et al. Covid-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do rio grande do sul, brasil. Ciência & saúde coletiva, v. 25, p. 3401-3411, 2020.
- Heller, agnes. O cotidiano e a história. Estrutura da vida cotidiana. 4ªed. Rio de janeiro: paz e terra. 1970.
- Izquierdo, ivan. Bases biológicas dos transtornos psiquiátricos. Buenos aries, argentina. 2009.
- Lima, rossano cabral. Distanciamento e isolamento sociais pela covid-19 no brasil: impactos na saúde mental. Physis: revista de saúde coletiva, v. 30, p. E300214, 2020.
- Maia, berta rodrigues; dias, paulo César. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da covid-19. Estudos de psicologia (campinas), v. 37, 2020.
- Moreira, wanderson carneiro et al. Intervenções em saúde mental em tempos de covid-19: scoping review.
- Nascimento júnior, francisco edimar do; tatmatsu, daniely ildegardes brito; de freitas, rayanne gabrielle torquato. Ansiedade em idosos em tempos de isolamento social no brasil (covid-19). Revista brasileira de análise do comportamento, v. 16, n. 1, 2020.
- Nabuco, guilherme; de oliveira, maria helena pereira pires; afonso, marcelo pellizzaro dias. O impacto da pandemia pela covid-19 na saúde mental. Revista brasileira de medicina de família e comunidade, v. 15, n. 42, p. 2532-2532, 2020.
- Schmidt, beatriz et al., saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (covid-19). Estud. Psicol. (campinas), campinas, v. 37, e200063, 2020.
- Taylor, steven. The psychology of pandemics: preparing for the next global outbreak of infectious disease. Cambridge scholars publishing, 2019.
- Vickers, neil j. Animal communication: when i'm calling you, will you answer too? Current biology, v. 27, n. 14, p. R713-r715, 2017.



Quevedo, João. Neurobiologia dos transtornos psiquiátricos. Passo Fundo, rs: 2019

Secretaria de atenção à saúde. Departamento de ações programáticas e estratégicas. Saúde do trabalhador. Protocolos de complexidade diferenciada 2. Notificação de acidentes do trabalho fatais, graves e com crianças e adolescentes. Brasília. Ministério da saúde. 2006.

Rolim, Josiane Alves; de Oliveira, Aldecir Ramos; Batista, Eraldo Carlos. Manejo da ansiedade no enfrentamento da covid-19. Revista enfermagem e saúde coletiva-revesc, v. 5, n. 1, p. 64-74, 2020.

Zhang, J., Wu, W., Zhao, X., & Zhang, W. (2020b). Recommended psychological crisis intervention response to the 2019 novel coronavirus pneumonia outbreak in China: a model of West China Hospital. Precision Clinical Medicine, 3(1), 3-8. <http://dx.doi.org/10.1093/pcmedi/pbaa006>