



**FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS DO VALE DO SÃO
LOURENÇO – EDUVALE
CURSO DE PSICOLOGIA**

**OS IMPACTOS SOCIAIS DA COVID 19: VULNERABILIDADE E O ADOECIMENTO
MENTAL**

MARIA GABRIELA PANIAGO MASCARENHAS

JACIARA-MT

2023

MARIA GABRIELA PANIAGO MASCARENHAS

**OS IMPACTOS SOCIAIS DA COVID 19: VULNERABILIDADE E O ADOECIMENTO
MENTAL**

Artigo apresentado à Faculdade de Ciências Sociais Aplicadas do Vale do São Lourenço - Eduvale, como parte das exigências do Curso de Graduação em Bacharel em Psicologia, para a obtenção da nota final da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II.

Orientador: Josimara Cardoso de Souza

JACIARA-MT

2023

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por até aqui ter me sustentado e dado força para concluir esse momento ímpar da minha vida.

Agradeço aos meus pais Neuton e Lucilene por estarem sempre ao meu lado, mesmo às vezes eu sendo falha, nunca deixaram de me apoiar. Se cheguei até aqui hoje foi por eles, que me incentivaram e não me deixaram desistir, obrigada sem vocês eu não me tornaria quem sou hoje, vocês são a minha força, meu exemplo e minha vida.

Agradeço também aos amigos que fiz ao longo desses anos, em especial aqueles que estão comigo desde o começo, Alice Bruno, Thayne Fernandes e Ellen Gouveia que mesmo na dificuldade e no perrengue nunca nos distanciamos e sempre nos motivamos uns aos outros.

Agradeço aos meus professores e às minhas Orientadoras Josimara e Lindcélia que foram essenciais para que esse trabalho fosse desenvolvido, obrigada por não desistirem de mim.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	7
2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	8
2.1 O MEDO COMO FATOR DE RISCO.....	8
2.2 PROFISSIONAIS DE SAÚDE.....	10
2.3 VULNERABILIDADE SOCIAL.....	10
3. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	12
REFERÊNCIAS.....	14

LISTA DE SÍMBOLOS E ABREVIATURAS

APA- Associação Americana de Psiquiatria

CID-11- Classificação Internacional de Doenças

COVID-19- Doença do Coronavírus

OMS- Organização Mundial de Saúde

SARS-COV 2/ SARS- Síndrome Respiratória Aguda Grave

TDM- Transtorno Depressivo Maior

ATA DE DEFESA

OS IMPACTOS SOCIAIS DA COVID 19: VULNERABILIDADE E O ADOECIMENTO MENTAL

Maria Gabriela Paniago Mascarenhas¹

Josimara Cardoso de Souza ²

RESUMO

A pandemia de COVID-19, causada pelo vírus SARS-COV2 que é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus, é um fenômeno global de características singulares, devido à sua extensão, velocidade de propagação e impacto na população e nos serviços de saúde. A sobrecarga de informações provenientes dos meios de comunicação ocorreu de forma muito rápida, o que dificultou a compreensão da gravidade do vírus e seu controle, resultando em estados de insegurança e instabilidade emocional, com efeitos colaterais sobre o comportamento. Esta revisão da literatura tem como objetivo identificar estudos nacionais e internacionais que abordam as consequências do distanciamento social na saúde mental da população no contexto da pandemia de COVID-19, entender como ocorre o adoecimento emocional das pessoas que foram afetadas ou tiveram sua vida impactada pelas restrições causadas pela pandemia seja no seu contexto social, familiar e econômico.

Palavras-Chave: Pandemia, depressão, adoecimento.

¹A autora deste artigo é acadêmica do curso de Psicologia pela Faculdade de Ciências Sociais e Aplicadas do Vale do São Lourenço (EDUVALE). E-mail: paniagogabriela1@hotmail.com

²Orientadora: Josimara Cardoso de Souza Professora Orientadora na faculdade de Ciências Sociais e Aplicadas do Vale do São Lourenço (EDUVALE) Especialista em terapia cognitiva comportamental em diversos contextos clínicos crianças e adolescentes. CRP 03493 Email: josimara@eduvalesl.edu.br



ABSTRACT

The COVID-19 pandemic, caused by the SARS-COV2 virus, which is an acute respiratory infection caused by the coronavirus, is a global phenomenon with unique characteristics, due to its extent, speed of spread and impact on the population and health services. The overload of information from the media occurred very quickly, which made it difficult to understand the severity of the virus and its control, resulting in states of insecurity and emotional instability, with side effects on behavior. This literature review aims to identify national and international studies that address the consequences of social distancing on the population's mental health in the context of the COVID-19 pandemic, understand how emotional illness occurs in people who have been affected or had their lives impacted by restrictions caused by the pandemic in their social, family and economic context.

Keywords: Pandemic, depression, illness.



1. INTRODUÇÃO

A covid-19 é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus do tipo SARS-CoV-2. Essa infecção possui a transmissão facilitada, pois é transmitida por meio do contato com pessoas infectadas pelo referido vírus, principalmente pelas gotículas respiratórias. O vírus foi identificado pela primeira vez a partir de um surto em Wuhan, China, em dezembro de 2019, no entanto a pandemia foi declarada pela OMS oficialmente em 11 de março de 2020 (Portal Butantan, 2023).

A partir desse período o Brasil e o mundo foram marcados por grandes perdas tanto no que diz respeito a vidas, quanto na liberdade de exercermos nossa cidadania de forma plena. Foram adotadas várias restrições como forma de cuidado conosco e com o outro, o que fez com que nos distanciássemos de pessoas queridas. Tal medida foi tomada por não haver um método farmacológico que prevenisse a proliferação da doença (SOARES, 2020).

No entanto esse distanciamento em busca de prevenir uma doença trouxe repercussões clínicas e comportamentais que resultaram em adoecimento psíquico e em mudanças nos estilos de vida, como a redução da prática de atividade física, aumento do estresse e do consumo de bebidas alcoólicas, tabaco e de alimentos não saudáveis (MALTA et al., 2020). Desse modo é de suma importância entender quais foram as consequências vividas pela população durante a pandemia.

A metodologia utilizada neste trabalho foi a pesquisa bibliográfica, pois evidencia por meio de estudos, o impacto que a pandemia causou a respeito da saúde mental em toda a população. Os meios para que este trabalho fosse desenvolvido se dá por pesquisas em sites, revistas, em específico nos artigos que se refiram a temática em questão. Desse modo, a pesquisa bibliográfica é descrita por Marconi e Lakatos (2011), como o estudo e pesquisa realizada a partir de materiais já publicados, sejam eles livros, artigos acadêmicos, publicações em revistas científicas.



2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 O MEDO COMO FATOR DE RISCO

Durante a pandemia de COVID-19, foram identificadas características sociodemográficas e de saúde mental em brasileiros, mapeando sintomas de ansiedade, depressão e estresse, principalmente em mulheres, pessoas solteiras, desempregadas e que já apresentavam sintomas de saúde mental antes da pandemia (NELSON et al., 2021). O fato das informações a respeito da covid-19 serem veiculadas em jornais, televisão e rádios, acabou influenciando a percepção das pessoas fazendo com que estas se sentissem ameaçadas pela doença, trazendo à tona o medo e os sinais de sofrimento psicológico (REIS, 2020).

Atribuímos o conceito de medo a um sentimento de receio em relação a uma pessoa, a uma situação ou mesmo a um objeto. O medo faz com que pensemos nos riscos e nas consequências que podemos correr devido a procedermos com determinados comportamentos. Se não sentíssemos medo não estaríamos vivos, pois teríamos condutas que levariam ao nosso desaparecimento (BARATA, 2020). A infecção pelo coronavírus está associada ao aumento de transtornos mentais, portanto, pacientes com transtornos mentais previamente diagnosticados também foram mais afetados na pandemia, houve um aumento de 65% na incidência de Covid-19.

Ainda sobre o medo como fator de risco é importante ressaltar que o luto, até recentemente, não era considerado um transtorno, porém sabemos que se trata de uma das maiores adversidades desse período de pandemia, pois o número de óbito pela covid é bastante alto, por isso, até hoje, muitas pessoas não superaram esse processo, porquanto vivem diariamente a dor do luto. Assim, em 2022, o luto prolongado passou a ser considerado um transtorno mental na nova versão do manual de diagnósticos de transtornos mentais da Associação Americana de Psiquiatria (APA) e também na Classificação Internacional de Doenças (CID-11), elaborada pela Organização Mundial da Saúde (OMS).



Em situações atípicas, como a que vivemos, muitas vezes, as respostas ao estresse, ocorre porque os níveis de cortisol que é um hormônio esteroide responsável por atuar em diversos processos fisiológicos do corpo humano, desde o controle de açúcar no sangue até o combate a inflamações, podem incluir aumento dos sintomas de ansiedade e humor, tais como desamparo, preocupações diárias e exacerbadas acerca da sua própria saúde e com a saúde de seus entes queridos, alterações no sono ou nos padrões alimentares, dificuldade de concentração, agitação, culpa, irritabilidade, apatia e desânimo, sintomas esses que fazem parte de uma série de patologias e psicopatologia as quais as pessoas estão inclinadas ter ou desenvolver ao longo de sua vida (INC, 2021).

O aumento dos sintomas psíquicos e dos transtornos mentais durante a pandemia pode ocorrer por diversas causas. Dentre elas, pode-se destacar a ação direta do vírus da Covid-19 no sistema nervoso central, que é formado por vários tipos de células e tecidos que recebe o nome de neurônios e são responsáveis pela recepção e transmissão dos estímulos do meio interno e externo também temos as experiências traumáticas associadas à infecção ou à morte de pessoas próximas, o estresse induzido pela mudança na rotina devido às medidas de distanciamento social ou pelas consequências econômicas, na rotina de trabalho ou nas relações afetivas e, por fim, a interrupção de tratamento por dificuldades de acesso (OMS,2020).

Esses cenários não são independentes. Ou seja, uma pessoa pode ter sido exposta a várias destas situações ao mesmo tempo, o que eleva o risco para desenvolver ou para agravar transtornos mentais já existentes. Um estudo mostra que teve como objetivo comparar as taxas de prevalência de transtorno de ansiedade e transtorno depressivo em amostras nacionais nos EUA, antes e durante a pandemia. Foram comparados os dados de 2019 com os dados de abril e maio de 2020 (Guia de Saúde Mental Pós Pandemia no Brasil, 2020).

No período de 2020, os cidadãos tiveram três vezes mais chances de apresentar transtornos de ansiedade, depressão, ou ambos, com mais de um em cada três indivíduos apresentando um ou ambos os transtornos. A presença inicial de sintomas de ansiedade aumentou o risco de depressão.



2.2 PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Os profissionais de saúde que se encontravam na linha de frente nos cuidados de pacientes doentes acabaram se expondo a riscos significativos caso os pacientes com COVID-19 não fossem identificados precocemente. Isso contribuía para que os médicos e enfermeiros ao iniciar o tratamento sem as precauções necessárias, aumentassem sua exposição à infecção e a propagação do vírus para outros. Além disso, o cuidado de colegas de trabalho doentes pode ser emocionalmente desafiador para os profissionais de saúde, aumentando o estresse durante um surto de rápida evolução. Durante a epidemia de SARS (Síndrome Respiratória Aguda Grave) em 2002, os médicos relataram enfrentar o estigma devido ao trabalho com pacientes doentes (PEUKER et'al, 2020).

Um estudo foi desenvolvido pela pesquisadora Milena Maciel de Carvalho no Instituto Brasileiro de Informação em Ciência e Tecnologia onde foi possível apresentar os dados de que as maiores preocupações com a pandemia foram o medo de adoecer (73,3%) e de colocar em risco seus familiares (73,7%). Já em relação ao preparo para a pandemia, 79,9% relataram não se sentir preparados. Quanto ao impacto percebido na vida pessoal, 25% mencionaram o estigma pela natureza do trabalho. Os resultados também apontam que 66% se sentiram mais estressados, 44% citam maior nível de ruminação em relação à pandemia e 19,9% dizem ter chorado no trabalho (GALLETTA et al., 2021).

Devemos ressaltar que o primeiro caso de coronavírus no Brasil foi no começo de 2020 em São Paulo e a partir daí foram obrigados a lidar com uma doença desconhecida, onde ninguém sabia quais eram os sintomas ao certo, o grupo de risco e suas sequelas, ocasionando desta data em diante milhares de pessoas infectadas. E até os dias de hoje o número de óbitos chega a quase 700 mil brasileiros, dentre eles, 1,3 mil eram profissionais de medicina e enfermagem.

2.3 VULNERABILIDADE SOCIAL



Entende-se que os fatores socioeconômicos, sistemas de seguridade social, mercado de trabalho, políticas públicas e características demográficas dos países influenciam a saúde das populações. Há fortes evidências, respaldadas pela ciência, que indicam que as mudanças nesses determinantes podem impactar o bem-estar mental das pessoas. A saúde mental é uma área considerada vulnerável durante uma recessão, especialmente se os transtornos mentais já eram altamente prevalentes mesmo antes do início da crise (DONIDA et al, 2023). Devemos levar em consideração não somente o adoecimento físico causado pela Covid 19, mas também as consequências emocionais causadas pela mesma como a ansiedade, a depressão e a fobia social ocasionadas pelo medo, insegurança e o luto.

Conforme a pandemia avançava em 2020, tornou-se evidente que muitas famílias e empresas não estavam preparadas para enfrentar um choque de renda de grande escala e duração (WORLD BANK GROUP, 2022), sendo assim percebemos nos dias de hoje o quanto a pandemia afetou a economia nacional e internacional, de modo a contribuir para o aumento das desigualdades. Quando olhamos para a realidade de muitas famílias brasileiras observamos o quanto a vida dessas pessoas tornara-se desafiadoras já que a adesão do isolamento social e lockdown, que consistiu em uma imposição do Estado que significa bloqueio total, medida essa tomada a partir do momento em que se percebeu que somente o isolamento social não desacelerou a propagação do Covid 19, o que fez com que muitos trabalhadores ficassem desempregados (COSTA, 2020).

Lidar com o medo da doença, do desemprego e viver em isolamento social contribuiu de forma negativa para a saúde mental da sociedade, deixando as mais propensas a adoecimentos emocionais causados pelo grande nível de estresse que a situação causava em todos, fazendo com que o número de pessoas acometidas com algum tipo de transtorno mental como os transtornos de ansiedade e a insônia aumentassem. Identifica-se a Insônia como um distúrbio persistente caracterizado pela dificuldade de dormir ou de manter o sono contínuo durante a noite. Pessoas com insônia geralmente começam o dia já se sentindo cansadas, têm problemas de humor e falta de energia e podem apresentar sintomas como dor de cabeça, dores no corpo e



sonolência. Normalmente, a condição é provocada por hábitos inadequados de vida (CABSIN, 2022).

Prosseguindo com o exemplo anterior à pandemia, o Transtorno Depressivo Maior (TDM) representa a condição clássica entre os transtornos depressivos. Ele envolve alterações de afeto, cognição e funções neurovegetativas, com remissões interepisódicas e duração de, pelo menos, duas semanas, alguns dos seus sintomas se dão pelo humor deprimido na maior parte do dia, Forte diminuição do interesse, ou do prazer, em todas ou quase todas as atividades, Perda ou ganho significativo de peso sem dieta (uma alteração de mais de 5% do peso corporal em um mês) entre outros. (BOLONHEZI, 2020).

“A imposição de quarentenas, a sensação de ameaça iminente e a perda de pessoas próximas fazia crer que a população adoeceria não só fisicamente como psiquicamente. Os primeiros estudos, a maioria feitos na China, deixaram a comunidade científica ainda mais atenta, devido às altas taxas de sintomas ansiosos, depressivos e de insônia”, conta o pesquisador. “No entanto, as limitações metodológicas impostas pela pandemia, somadas à necessidade de resultados rápidos, dificultaram o delineamento de estudos rigorosos, capazes de avaliar a variação nas taxas de transtornos mentais” (BERNARDES, 2022).

No período da pandemia o seu aumento foi estimado em aproximadamente 11% a 15% da população global, no entanto vários países relataram o aumento desses números devido à pandemia do Coronavírus. A exposição crônica a uma situação de ansiedade, como a vivenciada nesse período, passou a constituir um dos principais fatores de risco para o aumento do TDM (Guia de Saúde Mental Pós Pandemia no Brasil, 2020).

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ainda que o período de pandemia tenha acabado, as sequelas são inevitáveis, de certa forma o coronavírus ainda é um assunto recente, marcado por três anos intensos onde muitas pessoas não aprenderam a lidar com suas vulnerabilidades e se encontram perdidas, por conta disso no decorrer deste trabalho foi possível trabalhar as facetas que se construíram neste tempo pandêmico fazendo com que milhares de pessoas se encontrassem frágeis e doentes. Seguindo com a estrutura do trabalho observou-se a importância dos profissionais de saúde nesse período e o quanto eles foram extremamente



afetados por viverem dentro de hospitais e em contato direto com o vírus, no Brasil houve quase 700 mil mortes por conta do vírus e 1,3 mil delas eram de profissionais de saúde, médicos e enfermeiros.

O adoecimento mental, como efeito no pós-pandemia, juntamente com o abalo socioeconômico são as consequências mais difíceis de se lidar. Pois, unido ao aumento do índice de desemprego, o isolamento social e a convivência dentro do lar não foram fáceis para a maioria das pessoas, aumentando a violência doméstica, o abuso sexual e os demais transtornos mentais e emocionais, falhas que ainda não foram totalmente tratadas. Por fim, atualmente não se desconsidera a relação entre pandemia e os impactos à saúde mental.



REFERÊNCIAS

Arquivos Tradução do Conhecimento – CABSIN. Disponível em: <https://cabsin.org.br/c/traducao-conhecimento/?gad_source=1>. Acesso em: 14 nov. 2023.

BACCHI, Pedro Starzysnk. **Ansiedade, insônia, estresse, depressão: estudo mostra como saúde mental evoluiu na pandemia.** São Paulo, 25 de junho de 2022. Jornal da USP. Disponível em: jornal.usp.br/ciencias/ansiedade-insonia-estresse-depressao-estudo-mostra-como-saude-mental-evoluiu-na-pandemia/. Acesso em: 05/10/2023.

BOLONHEZI, Bianca. **“O que é TDM? Saiba como diagnosticar.”** Medway, 2020, disponível em: www.medway.com.br/conteudos/transtorno-depressivo-maior-tdm-como-diagnosticar/. Acesso em: 14 nov. 2023.

CUMINALE, Natallia. **Guia de Saúde Mental Pós Pandemia no Brasil. O impacto da Pandemia na Saúde Mental,** Rio Grande do Sul, ano 2020, ed. 0230, p. 1-129. Disponível em: 12/08/2020. Acesso em: 3 de maio de 2023.

COSTA.SIMONE. Pandemia e desemprego no Brasil. **Revista de administração pública**, v. 54, n. 4, p. 969–978, 1 ago. 2020. **View of Impacto do distanciamento social na saúde mental em tempos de pandemia da COVID-19 / The impact of social distancing on mental health during the COVID-19 pandemic.** Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/28738/22694>>. Acesso em: 12 nov. 2023.

Como surgiu o novo coronavírus? Conheça as teorias mais aceitas sobre sua origem. Disponível em: <<https://butantan.gov.br/covid/butantan-tira-duvida/tira-duvida-noticias/como-surgiu-o-novo-coronavirus-conheca-as-teorias-mais-aceitas-sobre-sua-origem>>. Acesso em: 13 nov. 2023.

DEBORAH CARVALHO MALTA et al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de Covid-19. **Saúde em Debate**, v. 44, n. spe4, p. 177–190, 1 jan. 2020.

GODOY, A S. Introdução a pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **Revista de Administração de empresas.** São Paulo 1995.

GALLETTA, M. et al. Worries, Preparedness, and Perceived Impact of Covid-19 /Pandemic on Nurses’ Mental Health. **Frontiers in Public Health**, v. 9, 26 de maio de 2021. WORLD BANK GROUP. **Capítulo 1. Os impactos econômicos da crise da Covid-19.** Disponível em: <<https://www.worldbank.org/pt/publication/wdr2022/brief/chapter-1-introduction-to-he-economic-impacts-of-the-covid-19-crisis>>. Acesso em: 12 nov. 2023.



INC. **Cortisol: o que precisamos saber sobre o hormônio do estresse.** Disponível em: <<https://celer.ind.br/cortisol-o-que-precisamos-saber-sobre-o-hormonio-do-estresse/>>. Acesso em: 14 nov. 2023.

LABOISSIERE, Paula. **“Três Anos Depois, Profissionais de Saúde Ainda Sentem Peso Da Pandemia.”** Agência Brasil, 11 mar. 2023, disponível em: agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2023-03/tres-anos-depois-profissionais-de-saude-ainda-sentem-peso-da-pandemia. Acesso em: 14 de nov. 2023.

MARCONI E LAKATOS; **Métodos de pesquisa.** (2011.p 43). Disponível em: <https://blog.inclinic.com.br/o-poder-da-tecnologia-aplicada-asaude/>

MINISTÉRIO DA SAÚDE, **Biblioteca virtual em saúde.** Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/saude-mental-e-a-pandemia-de-covid-19/>. Acesso em: 05/10/2023.

NELSON, L. et al. Brazilian 's frequency of anxiety, depression and stress symptoms in the COVID-19 pandemic. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 21, n. suppl 2, p. 413–419, 1 jan. 2021.

OPAS. **Pandemia de Covid-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo.** Brasil, 02 de março de 2022. Acesso em: 26/09/2023.

O medo, o que é? Disponível em: <https://www.medicina.ulisboa.pt/newsfmul-artigo/101/o-medo-o-que-e> Acesso em: 13 nov. 2023.

OMS. **Saúde mental e a pandemia de Covid-19 | Biblioteca Virtual em Saúde MS.** Disponível em: <<https://bvsmms.saude.gov.br/saude-mental-e-a-pandemia-de-covid-19/>>. Acesso em: 14 nov. 2023.

PEUKER, A.; GABRIEL, J.; ENTENDENDO. **Tópico 4 Estigmatização de profissionais de saúde.** [s.l.: s.n.]. Disponível em: <https://www.sbponline.org.br/arquivos/To%CC%81pico_4_Trabalhando_com_profissionais_de_sa%C3%BAdede_que_enfrentam_rea%C3%A7%C3%B5es_negativas_das_pessoas_ao_redor_durante_a_COVID19_No_T%C3%B3pico_4_a_bordamos_como_entender_e_minimizar_a_estigmatizacao_dos_profissionais_de_sa%C3%BAdede1.pdf>. Acesso em 12/11/2023.

REIS, L. **Pesquisa da Unifesspa mostra como o isolamento social impactou a saúde mental das pessoas.** Disponível em: <<https://www.unifesspa.edu.br/unifesspa-na-midia/4843-pesquisa-da-unifesspa-mostra-como-o-isolamento-social-impactou-a-saude-mental-das-pessoas>>. Acesso em: 14 nov. 2023.

SOARES, H. O avanço da Covid-19 e o isolamento social como estratégia para redução da vulnerabilidade. **Espaço e Economia**, n. 17, 7 abr. 2020.



、 SANTOS, Paula. “**Insônia: O Que é, Causas, Sintomas E Como Tratar**”. 5 de maio de 2023. Disponível em: www.minhavidacom.br/saude/temas/insonia. Acesso em: 13 nov.2023.