

# IMPACTO PSICOLÓGICO PROVOCADO PELO ISOLAMENTO SOCIAL DECORRENTE DA COVID-19

Gabriela Olimpia Batista<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Enfermeira em Saúde Pública, Universidade Federal do Estado de São Paulo (Unifesp), São Paulo, SP

DOI: 10.47094/IICOLUBRAIS2022/3

**PALAVRAS -CHAVE:** Saúde Mental. Isolamento Social. Pandemia

**ÁREA TEMÁTICA:** Saúde da família

## INTRODUÇÃO

Recentemente a população mundial foi acometida pela pandemia de COVID. Pandemias por si só não são algo novo e acompanham a humanidade em sua história moderna. Por conceito, pandemia é a dispersão de doença (s) infectocontagiosa (s) que acomete (m) a população de mais de um continente em uma dada janela de tempo. Entre as pandemias já enfrentadas pela humanidade, pode se citar as pandemias da Peste negra e a Gripe Espanhola que dizimaram grande parte da população europeia no período da idade média e começo do século XX respectivamente (FOGAÇA, P.C; AROSSI, G.A; HIRDES, A; 2021).

Com a globalização, houve um aumento perceptível na disseminação de agentes patológicos em todo planeta. Surtos tais como o da MERS, o do Zika em especial, os surtos de SARS e Ebola nos últimos 20 anos, levaram ao aumento de transtornos pós-traumáticos, depressão e ansiedade devido principalmente ao medo generalizado e desproporcional da sociedade em geral (AFONSO, M.P.D; 2020).

A COVID-19 é uma doença que afeta o sistema respiratório. Iniciou-se na cidade de Wuhan na China no final de 2019. A COVID se disseminou por mais de 180 países levando os governos destes a adotarem diferentes estratégias, sendo a mais proeminente o isolamento social. Tal estratégia tinha como objetivo reduzir o ritmo de progressão da doença (PEREIRA, M.D, ET AL; 2020).

O isolamento social tem como característica ser um ato voluntário ou involuntário de manter-se o indivíduo isolado do convívio com outros indivíduos ou com a sociedade. Tal isolamento, tem levado a mudança de comportamento do indivíduo, o aumento do medo, da sensação de insegurança, depressão, ansiedade, levando a necessidade de cuidados psicológicos constantes (FARO, A, ET AL; 2020).

É neste contexto que este trabalho se apresenta, na forma de avaliar quais são os impactos psicológicos no indivíduo devido ao impacto social causado pela pandemia.

## METODOLOGIA

O presente trabalho se baseia na revisão bibliográfica de diferentes publicações científicas indexadas nas bases de dados: Lilacs e Scielo. O critério para seleção de tais publicações levou em

consideração os seguintes descritores: Isolamento Social, Pandemia, Saúde Mental e COVID-19. Para compor tal revisão foi escolhido 10 publicações que atendessem os critérios de elegibilidade anteriormente descritos.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O isolamento social fez com que populações inteiras mudassem a sua rotina de forma súbita, causando frequentemente transtornos psicossociais diversos tais como perturbação emocional, estresse, entre outros. O medo de infecção, tédio, solidão, receio pela situação econômica entre outros estão como os principais fatores contribuintes para o aumento do risco de doenças psiquiátricas e aumento do sofrimento emocional. (REIS, M.A.O.M; ET AL, 2021)

Também se constatou que os efeitos psicossociais do isolamento social, atingi de forma diferente os diferentes indivíduos e grupos de uma sociedade. A saber, estudos revelam que idosos, crianças e outros com histórico de saúde mental ou comorbidades são afetados de forma mais severa. A forma mais severa dos efeitos psicossociais também foi observada em indivíduos de menor renda e de vulnerabilidade social. (REIS, M.A.O.M; ET AL; 2021)

Outra população severamente impactada foi a população da área educacional, tais como alunos universitários e docentes. Para eles, a interrupção das aulas presenciais ou mesmo a suspensão dos cursos, mesmo que de forma provisória, gerou um aumento nos índices de depressão. (REIS, M.A.O.M; ET A.L; 2021).

Profissionais da saúde devido a grande carga de trabalho e estresse aos quais foram submetidos também apresentaram aumento no índice de ansiedade, além do comprometimento da saúde mental. Entre os profissionais da saúde, os que estavam expostos aos casos mais severos e as perdas humanas devido a pandemia, apresentaram maior pré-disposição a desenvolver transtorno de estresse pós-traumático. (NABUCO, G; OLIVEIRA, M.H.P.P; AFONSO, MPD, 2020)

De acordo com os estudos, haverá severas consequências na qualidade de vida da população devido a pandemia de COVID-19, principalmente aos transtornos físicos e mentais causadas por ela. Tendo isto exposto, a inserção de cuidados de saúde, principalmente mental da população em geral se faz necessário. Tais cuidados podem diminuir os impactos do isolamento social. O estabelecimento de intervenções psicológicas para fortalecer a capacidade mental dos indivíduos devem ser as principais estratégias das políticas de saúde (FOGAÇA, P.C; AROSSI, G.A; HIRDES, A; 2021).

Estas intervenções psicológicas devem ser baseadas principais vertentes: A avaliação do estado de saúde mental dos diferentes indivíduos acometidos pela pandemia de COVID-19; A identificação e acompanhamento de indivíduos com alto risco de suicídio, incluindo neste caso a maior atenção e acompanhamento psicológico, e o reestabelecimento dos vínculos afetivos destruídos durante o período de isolamento. O uso de técnicas como a Terapia Cognitiva Comportamental, ajudam na abordagem e no enfrentamento dos efeitos causados durante este período. Por fim, entender como a população vem se adequando ao isolamento social e o impacto desta nas suas vidas cotidianas ajudam a entender e definir estratégias de saúde pública (FOGAÇA, P.C; AROSSI, G.A; HIRDES, A; 2021).

## CONCLUSÕES OU CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão dos artigos mostrou que houve um aumento expressivo na deterioração da saúde mental da população em geral. Fatores como o isolamento social e o distanciamento contribuíram significativamente para o agravamento deste quadro. Tais fatores estão diretamente ligados a pandemia do COVID-19.

## PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

FARO, A; BAHIANO, M.A; NAKANO, T.C; REIS C; SILVA, B.F.P; VITTI, L.S. **COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. Estudo psicol.** (Campinas) 37, 2020 Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074> Acesso em: 03.05.2022

FOGAÇA, P.C; AROSSI, G.A; HIRDES, A. **Impacto do isolamento social ocasionado pela pandemia COVID-19 sobre a saúde mental da população em geral: Uma revisão integrativa.** Disponível em: Research Society and Development, v. 10, n. 4 e52010414411, 2021 (CC BY 4.0), issn 2525-3409. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i4.14411>. Acesso em: 05.05.2022

NABUCO, G; OLIVEIRA, M.H.P.P; AFONSO, M.P.D. **O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde?** Disponível em: Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade. Rio de Janeiro, v.15, n. 42, p. 2532, 2020. DOI:10.5712/rbmfc15(42)2532. Disponível em: <https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/2532>. Acesso em: 05.05.2022

REIS, M.A.O.M; CORREA, B.C; MOURA, C.V.B; OLIVEIRA, F.E.R.L; NASCIMENTO, M.S; PINTO, R.T; BATISTA, S.R.; GOMES V.S; MARTINS, W.S.O; SOARES, G.F.G. **Impactos na saúde mental por distanciamento e isolamento sociais pela COVID-19: uma perspectiva brasileira e mundial.** Disponível em: REAS 2021 Vol. 13(2) DOI: <https://doi.org/10.25248/REAS.e6535.2021>. Acesso em: 12.05.2022

PEREIRA, M.D; OLIVEIRA, L.C; COSTA, C.F.T; BEZERRA, C.M.O; PEREIRA, M.D; SANTOS, C.K.A; DANTAS E.H.M. **A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa.** Disponível em: Ver Research, Society and Development: <https://rsd.unifei.edu.br/index.php/rsd>. Acesso em: 15.05.2022