

PANDEMIA DE COVID-19: REFLEXÕES ACERCA DAS PRÁTICAS DA PSICOLOGIA EM TEMPOS DE CRISE

Maxsuel Oliveira de Souza¹.

Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), Brasília, Distrito Federal.

<http://lattes.cnpq.br/1415990422609996>

RESUMO: A pandemia de COVID-19 causou um grande impacto na saúde mental e no bem-estar psicossocial dos sujeitos em todo o mundo. Mediante a este cenário, os profissionais das diversas áreas da saúde foram convocados a prestar assistência à nível emergencial. Dentre eles, os profissionais da psicologia, nos quais atuaram no processo de escuta, aconselhamento e outras intervenções psicológicas. Este trabalho tem por objetivo relatar a experiência de um profissional da psicologia no atendimento aos indivíduos infectados pelo COVID-19. Trata-se de um estudo descritivo e qualitativo, do tipo relato de experiência. Ocorreu entre os meses de junho a agosto de 2020, em um dispositivo de saúde pública, de caráter emergencial construído para o atendimento e tratamento aos usuários infectados pelo COVID-19, no estado de Alagoas, Brasil. Durante os atendimentos, percebeu-se que a pandemia causou situações de pânico, medo e temor nos indivíduos. Além de desencadear e intensificar quadros de transtornos psiquiátricos, com prevalência nos ansiosos, depressivos e estressores. Também visualizou-se que, o isolamento social, as incertezas do momento quanto à cientificidade do tratamento e intervenções e as perdas familiares geraram quadros de adoecimento psicológico. A atuação do psicólogo diante desses fatores e acontecimentos foi de extrema relevância e possibilitou a redução das inquietudes e dificuldades resultantes da pandemia, dando suporte emocional, com redução das sintomatologias de medo, ansiedade, pânico e depressão, como também, acompanhamento para os processos de ressignificação, resiliência e luto.

PALAVRAS-CHAVE: COVID-19. Saúde Mental. Psicologia.

COVID-19 PANDEMIC: REFLECTIONS ON PSYCHOLOGY PRACTICES IN TIMES OF CRISIS

ABSTRACT: The COVID-19 pandemic has had a major impact on the mental health and psychosocial well-being of people around the world. Given this scenario, professionals from different areas of health were called upon to provide emergency assistance. Among them, psychology professionals, who worked in the listening process, counseling and other psychological interventions. This work aims to report the experience of a psychology professional in caring for individuals infected by COVID-19. This is a descriptive and qualitative study, of the experience report type. It occurred between the months of June and August 2020, in an emergency public health device built to provide care and treatment to users infected by COVID-19, in the state of Alagoas, Brazil. During the consultations, it was noticed that the pandemic caused situations of panic, fear and fear in individuals. In addition to triggering and intensifying psychiatric disorders, with a prevalence in anxiety, depression and stressors. It was also seen that social isolation, current uncertainties regarding the scientificity of treatment and interventions and family losses generated psychological illness. The psychologist's performance in the face of these factors and events was extremely important and made it possible to reduce the concerns and difficulties resulting from the pandemic, providing emotional support, with a reduction in the symptoms of fear, anxiety, panic and depression, as well as monitoring the processes of reframing, resilience and mourning.

KEY-WORDS: COVID-19. Mental health. Psychology.

INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19 causou um grande impacto na saúde mental e no bem-estar psicossocial dos sujeitos em todo o mundo. Em dezembro de 2019, o primeiro caso foi identificado e notificado na cidade de Wuhan na China e, posteriormente anunciado a nível global pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Neste período os órgãos de saúde mundial iniciaram as medidas de contingência da transmissão deste vírus (BARROS *et al.*, 2020; Zanon *et al.* 2020). O vírus SARS-CoV-2 faz parte da família dos coronavírus, ao qual infecta humanos e causa a doença chamada "Covid-19" (LIMA, 2020; NETO *et al.*, 2021).

Dentre os sintomas mais comuns estão: febre (temperatura axilar > 37,8°C) ou sensação febril; calafrios; tosse; dor de garganta; dor de cabeça; congestão nasal (coriza) e problemas no olfato ou no paladar (LIMA, 2020; NETO *et al.*, 2021). Essa doença gerou impactos psicossocial com altas taxas de mortalidade (NETO *et al.*, 2021). No Brasil, segundo o "Painel Coronavírus", com os dados disponíveis e coletados em 04/03/2024 foram confirmados 38.521.738 casos da doença, com taxa de incidência de 18330,8 e 710.174 óbitos, com taxas de 1,8% de letalidade e 337,9 de mortalidade (BRASIL, 2024).

Desta forma, torna-se importante discutir o manejo e as práticas da psicologia em tempos de pandemia.

OBJETIVO

Relatar a experiência de um profissional da psicologia no atendimento aos indivíduos infectados pelo COVID-19.

MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo e qualitativo, do tipo relato de experiência (RE). Este método de estudo propõe-se a descrever as experiências vivenciadas e os aprendizados adquiridos durante o processo. Mussi, Flores e Almeida (2021, p. 63) abordaram que o RE se configura como uma [...] “expressão escrita de vivências, capaz de contribuir na produção de conhecimentos das mais variadas temáticas, é reconhecida a importância de discussão sobre o conhecimento”.

Essa experiência ocorreu entre os meses de junho a agosto de 2020, em um dispositivo de saúde pública, de caráter emergencial construído para o atendimento e tratamento aos usuários infectados pelo COVID-19, no estado de Alagoas, Brasil. Dentre os profissionais recrutados para a composição da equipe estavam: médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem, assistente social e psicólogo. Durante este período atuei como profissional da psicologia na linha de frente, sendo ofertado serviços de escuta, orientação, aconselhamento e intervenções em psicologia breve.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante os atendimentos na unidade, percebeu-se que, maior parte dos pacientes apresentavam sintomatologias recorrentes de medo, pânico, tristeza e choro diante do diagnóstico de infecção por COVID-19. Como também, traziam quadros de intenso sofrimento psíquico com desencadeamento e/ou intensificação de transtornos ansiosos e depressivos com presença de pensamentos catastróficos e limitantes. Mediante a situação pandêmica na qual exigia limpeza constante e a higienização corporal e dos lugares compartilhados, alguns pacientes desenvolveram obsessões e compulsões com sintomas pertinentes e particulares do Transtorno Obsessivo-Compulsivo; também foram relatadas alterações no padrão de sono e terror no turno.

Alguns pacientes relatam ter perdido membros familiares, amigos e/ou conhecidos, no momento enlutados e com dificuldades no processo de elaboração do luto daqueles nos quais nem conseguiram se despedir para o fechamento do ciclo, em razão das medidas contingenciais de isolamento e precaução de contato. O isolamento também foi uma situação que gerou extremo sofrimento emocional nos sujeitos, o afastamento familiar, o

diagnóstico, o tratamento incerto e sem comprovação ou evidência científica insuficiente corroboraram para as situações de pânico à nível mundial.

Atuar em um cenário pandêmico foi desafiador e repleto de incertezas, mesmo sendo psicólogo. A atuação enquanto psicólogo pôde trazer aos assistidos uma redução das inquietudes e dificuldades resultantes da pandemia, dando um suporte emocional. A escuta ativa e as intervenções focais para redução das sintomatologias de medo, ansiedade, pânico e depressão foram relevantes; como também, para os processos de ressignificação, resiliência e luto.

Diversos estudos corroboram com os achados desta experiência profissional, dentre eles: Zanon e colaboradores (2020) nos quais trouxeram as perspectivas de atuação da psicologia e suporte para o momento pandêmico da COVID-19, tal como os desafios e possibilidades de cuidado populacional. Corroborando sobre a prevalência de transtornos psiquiátricos, a Organização Mundial da Saúde (2022), publicou que a pandemia de COVID-19 desencadeou o aumento de 25% na prevalência para os transtornos de ansiedade e depressão no mundo (WHO, 2022).

Outros estudos também apontaram as complicações do COVID-19 nas alterações do sono, isolamento social e desenvolvimento de outros transtornos psiquiátricos (TELLES; VOOS, 2021; LIMA, 2020; BARROS *et al.* 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho trouxe a experiência de um profissional em que atuou na linha de frente no momento pandêmico da COVID-19. Dessa forma, torna-se relevante a continuidade do tratamento para os usuários que foram infectados pelo COVID-19 que ainda apresentam as sequelas psicossociais desse momento de crise; e a construção de planos de continuidade e medidas de cuidado em casos de outras epidemias e pandemias.

REFERÊNCIAS

BARROS, M. B. DE A. *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, n. 4, p. e2020427, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Painel de casos de doença pelo coronavírus 2019 (COVID-19) no Brasil pelo Ministério da Saúde**. Dados do dia 04/03/2024. 2024.

LIMA, R. C.. *Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental*. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**., v. 30, n. 2, p. e300214, 2020.

LIMA, C. M. A. DE O.. *Information about the new coronavirus disease (COVID-19)*. **Radiologia Brasileira**, v. 53, n. 2, p. V–VI, mar. 2020.

MUSSI, R. F. F.; FLORES, F. F.; ALMEIDA, C. B. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. **Revista Práxis Educacional.**, v. 17, n. 48, p. 60-77, 2021.

NETO, A. R. S. et al. Manifestações sintomáticas da doença causada por coronavírus (COVID-19) em adultos: revisão sistemática. **Revista Gaúcha De Enfermagem.**, v. 42, 2021.

TELLES, S. L.; VOOS, M. C.. *Distúrbios do sono durante a pandemia de COVID-19. Fisioterapia e Pesquisa.*, v. 28, n. 2, p. 124–125, abr. 2021.

WHO. World Health Organization. **Mental Health and COVID-19: Early evidence of the pandemic's impact: Scientific brief, 2 March 2022.** COVID-19: Scientific briefs. 2022.

ZANON, C. et al.. *COVID-19: implicações e aplicações da Psicologia Positiva em tempos de pandemia. Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 37, p. e200072, 2020.