

A pandemia da Covid-19 no Brasil: impactos causados à saúde mental da população e dos profissionais da saúde

*COVID-19 pandemic:
impacts on the mental health of the population and health professionals*

REGINA APARECIDA CARDOSO

Psicóloga Social na Secretaria Municipal de Saúde,
Unidade de Pronto Atendimento – UPA VIII, Patos de Minas (MG)

Resumo: A saúde pública brasileira tem tido, na atualidade, uma preocupação mais acentuada em relação à saúde mental da população e, também, dos profissionais da saúde em virtude da pandemia de Covid-19. Nesse sentido, é importante identificar quais os males mais frequentes esses dois grupos têm sofrido e quais as medidas que devem ser tomadas para amenizar esses males. Para tanto, este artigo utilizou como metodologia a pesquisa bibliográfica em sites especializados, a fim de determinar esses aspectos de acordo com estudos publicados. Fez-se, também, um breve relato da experiência da autora junto aos familiares e pacientes acometidos pela pandemia. O objetivo geral do artigo foi verificar, de acordo com estudos analisados, quais os maiores impactos causados à saúde mental da população brasileira e dos profissionais da saúde em decorrência da Covid-19 e como a saúde pública tem se manifestado para amenizar esses males. Os resultados apontaram que parte da população tem sido vítima de sofrimentos mentais, sobretudo o medo e a depressão, e que os profissionais da saúde têm sido mais acometidos pela ansiedade, medo, cansaço físico e mental. Nesse sentido, órgãos da saúde têm elaborado recomendações a serem seguidas pelos trabalhadores da saúde, ambientes hospitalares e população. Concluiu-se que o grupo dos profissionais da saúde é o mais abalado em sua saúde mental, uma vez que, além de passarem pelos mesmos sofrimentos dos indivíduos comuns, são eles que lidam, diariamente, com os doentes, a morte, a ausência de material adequado e, ainda, com a necessidade de amparar aqueles que, sob seus cuidados, sofrem.

Palavras-chave: Pandemia. COVID-19. Saúde mental. Saúde pública.

Abstract: The Brazilian public health has had, at present, a more pronounced concern regarding the mental health of the population and, also, of health professionals due to the Covid-19 pandemic. It is relevant to identify the most frequent ailments these two groups have suffered and what measures should implement to mitigate these ailments. To this end, this article used a bibliographic research methodology in specialized websites to determine these aspects according to published studies. There was also a brief account of the author's experience with family members and patients affected by the pandemic. The general objective of the article was to verify, according to analyzed studies, which are the main impacts caused to the mental health of the Brazilian population and health professionals as a result of Covid-19 and how public health has manifested itself to alleviate these ailments. The results pointed out that part of the population has been affected by mental diseases, especially fear and depression. Also, health professionals have been more affected by anxiety, fear, and physical and mental fatigue. In this sense, health agencies have developed recommendations to be followed by health workers, hospital

environments, and the population. The conclusion was that the group of health professionals is the most affected in their mental health. Besides going through the same sufferings as ordinary individuals, they also deal with the sick, death, lack of appropriate material, and the need to support those who suffer under their care.

Keywords: Keywords: Pandemic. COVID-19. Mental health. Public health.

1 INTRODUÇÃO

A *Coronavirus Disease 2019* (Covid-19) surgiu na cidade de Wuhan, cidade na China Central, no final de dezembro de 2019. Quando o coronavírus atingiu 114 países e o número de casos da China aumentou cerca de treze vezes, a Organização Mundial da Saúde (OMS) anunciou a doença como pandemia. Esse fato ocorreu no dia 11 de março de 2020, numa quarta-feira, em Genebra, anunciado por Tedros Ghebreyesus, diretor-geral desse órgão. (NAÇÕES UNIDAS, 2020).

A partir desse anúncio e da incerteza de como a população, os profissionais de saúde e os governos mundiais poderiam combater a pandemia, verificou-se que, para além dos impactos econômicos, sociais e biológicos, a Covid-19 causou inúmeros malefícios na saúde mental das pessoas; isso se deu por inúmeros fatores, como temor do contágio, do isolamento social, do adoecimento, da morte de familiares e amigos próximos e da exposição dos que não poderiam se isolar – como os profissionais da saúde –, surgindo, portanto, mais uma preocupação dos responsáveis pela saúde pública dos países atingidos pela pandemia, incluindo o Brasil.

Brooks *et al.*, 2020 (*apud* FARO *et al.*, 2020) afirmam que as sequelas mentais da pandemia resultam em maior número que os de mortes causadas pelo vírus. Além do mais, os sistemas de saúde do mundo entraram e entram em colapso em virtude dos hospitais abarrotados, os trabalhadores da saúde sofrem exaustão e o distanciamento social impacta, de forma considerável, a saúde mental de todos.

Nessa direção, este artigo delineou as seguintes perguntas: quais os maiores impactos causados à saúde mental da população e dos profissionais de saúde, no Brasil, em virtude da pandemia provocada pela COVID-19? Como a saúde pública brasileira tem trabalhado para amenizar esses malefícios?

A hipótese considerada é que os profissionais da saúde têm ficado mais abalados que a população em geral, uma vez que, além de passarem pelos mesmos sofrimentos mentais, são eles que lidam, diariamente, com os doentes, a morte, o luto, a ausência de material adequado e com a necessidade de amparar às famílias e aos pacientes que, sob seus cuidados, sofrem. Considerou-se, também, que a saúde pública tem, por meio de seus órgãos municipais, estaduais e nacionais, criado protocolos adequados à nova situação por meio de normas, recomendações e orientações no sentido de preservar a saúde mental da população e dos profissionais da saúde, decorrente da atual pandemia da Covid-19.

Nesse sentido, é importante ressaltar:

Saúde Mental refere-se à autonomia que cada pessoa tem para decidir e tomar os rumos da própria vida, levando

em consideração a capacidade de reação ante os acontecimentos, bons e ruins, experienciados. Ter uma boa “saúde mental” é poder sentir as emoções e conseguir elaborá-las e relacioná-las ao conjunto de vivências, transformando e sendo transformados pelos eventos da vida. (WEINTRAUB *et al.*, 2020, p. 41).

Sendo assim, o objetivo geral deste artigo foi verificar, de acordo com estudos analisados, quais os maiores impactos causados à saúde mental da população brasileira e dos profissionais da saúde em decorrência da Covid-19 e como a saúde pública tem se manifestado para amenizar esses males.

Este artigo tem como justificativa o fato de que a autora é psicóloga na Unidade de Pronto Atendimento – UPA VIII, em Patos de Minas, e trabalhou na linha de frente, no Centro de Atendimento e Enfrentamento à Covid-19, na Unidade de Urgência e Emergência e, também, no Hospital de Campanha de Patos de Minas, por um período aproximado de 1 ano e 3 meses, vivenciando, portanto, a situação pandêmica no dia a dia e, por consequência, a atuação da saúde pública junto à população.

A metodologia utilizada para a elaboração deste artigo foi a pesquisa bibliográfica em artigos publicados sobre a temática. Contudo, considerou-se importante apresentar, também, um breve relato de experiência, a fim de demonstrar que a discussão da literatura teve como suporte o conhecimento empírico da autora.

2 MÉTODOS

A pesquisa bibliográfica foi feita em *sites* especializados na área, incluindo o da Organização Mundial da Saúde (OMS) e o do Ministério da Saúde. A seleção dos artigos examinados para esta revisão foi feita pelo sistema de busca com a utilização das seguintes palavras-chave: “Covid-19”, “pandemia”, “coronavírus”, “saúde mental” e “saúde pública”. Em todas as buscas, as expressões “saúde pública” e “saúde mental” foram combinadas com as demais palavras; cada uma por vez.

Como todos os artigos encontrados foram elaborados a partir de 2019, nenhum deles foi eliminado por causa do ano de publicação. As eliminações foram decorrentes de aspectos como: enfoque num grupo específico de estudo que não englobava a população em geral nem os profissionais da saúde; propósito da pesquisa não especificado com clareza.

Por sua vez, o relato de experiência foi elaborado a partir de anotações da autora em relação à sua convivência, no decorrer do período relatado, junto aos colegas, familiares e pacientes acometidos pela pandemia.

3 BREVE RELATO DE EXPERIÊNCIA

Por ter trabalhado e trabalhar, presencialmente, junto aos pacientes atingidos pela pandemia, um breve relato de experiência da autora é essencial e reforça a justificativa para a elaboração deste artigo.

Antes da pandemia, o trabalho executado pela autora, na UPA, era mais direcionado às pessoas em situação de rua, aos surtos e Tentativas de Alto Extermínio (TAE), entre outras atividades. Com a chegada da pandemia, a autora passou a trabalhar no acolhimento dos familiares e pacientes da Covid-19, sob a supervisão do Dr. Élcio Moreira Alves.

Esse trabalho como psicóloga social junto à saúde pública municipal levou a autora a percorrer caminhos novos, dolorosos e urgentes. A começar pela sua presença física quando, em 16 de abril de 2020, deu entrada na UPA VIII, de Patos de Minas, o primeiro paciente com sintomas de Covid-19. À época, foi possível constatar que os funcionários da Unidade não estavam preparados para vivenciar aquela situação nem o que estava por vir. O que se presenciou foi um despreparo estrutural e psicológico. Tudo era um desafio: equipe apavorada; ausência de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) adequados; leitos, medicamentos e profissionais aquém do necessário.

Aos poucos, o ambiente de atendimento ao público, que tinha uma estrutura definida, foi se transformando em um estranho cenário para receber novos e sofridos pacientes: a pediatria virou emergência, a emergência virou UTI COVID-19, a sala dos internos de Medicina virou pediatria e, por fim, a sala da autora virou laboratório e ela passou a ocupar uma mesa na sala administrativa.

Houve, posteriormente, uma pequena melhora no cenário da UPA, pois, a partir de 22 de julho de 2020, o Centro de Atendimento para Enfrentamento à Covid-19 foi inaugurado – no estacionamento da UPA – com mais leitos disponíveis e com acesso independente.

A autora vivenciou e vivencia todo tipo de situação negativa: inúmeras pessoas morrem; pacientes implorando para não serem intubados; corpos sendo transportados por sacos pretos, sem despedidas; e, por outro lado, parte da população negando a real gravidade da situação, sem usar máscaras e aglomerando-se. O atendimento dos familiares era feito nos consultórios disponíveis e o dos pacientes junto aos leitos. No caso daqueles pacientes e familiares que se encontram nas áreas externas da UPA, esse acolhimento era feito naquele ambiente.

Quanto aos pacientes que ficaram internados, por um prazo mais longo, o supervisor autorizou a realização de chamadas de vídeo com os familiares e essas chamadas eram realizadas por meio do celular da autora, uma vez que a UPA não possui aparelhos disponíveis.

O momento mais crucial do trabalho da autora foi acompanhar os médicos na hora de comunicar aos familiares os óbitos dos pacientes e, também, acompanhar as enfermeiras com os familiares para o reconhecimento dos corpos.

A partir de 30 de janeiro de 2021, os pacientes que estavam na UPA foram transferidos para o Hospital de Campanha, inaugurado em 1º de janeiro de 2021 e, nesse local, a pesquisadora também trabalhou.

No Hospital de Campanha, o atendimento realizado pela autora seguiu a mesma linha do executado na UPA, mas com um agravante, pois lá os pacientes se encontram em estágio mais avançado da doença.

No Centro de Tratamento Intensivo (CTI), a autora faz estimulação cognitiva com os pacientes destacando assuntos amenos, como o dia da semana, o tempo, a presença dos familiares e, conseqüentemente, confortando-os. Outro tipo de

acolhimento foi realizado junto à fila de espera, com orientação para os familiares e acompanhantes.

Tanto na UPA como no Hospital de Campanha a autora acolheu e acolhe, também, colegas de trabalho com crises de ansiedade, medo, insegurança e elaboração de luto que vivenciam.

4 RESULTADOS

Dos 29 artigos selecionados, quinze foram eliminados e quatorze foram analisados (Quadro 1). Os critérios utilizados para essas eliminações foram: objeto de pesquisa não compatível com o desta; a não clareza do objetivo proposto e textos mal elaborados.

Quadro 1: Artigos selecionados e analisados

Título do artigo (autores, ano)	Objetivo(s) do estudo
<i>Covid-19 e saúde mental: a emergência do cuidado</i> (FARO, A. et al., 2020)	Reunir informações e achados de pesquisa a respeito do impacto da Covid-19 na saúde mental.
<i>Cuidados para os profissionais de saúde</i> (WEINTRAUB, A. C. A. M. et al., 2020)	Orientar os profissionais de saúde na promoção do autocuidado em um contexto de grave estresse.
<i>Help line: relato de experiência sobre um dispositivo de acolhimento aos profissionais de saúde durante a pandemia Covid-19</i> (SANTOS, T. C.; ALMENDRA, F. S; RIBEIRO, M. I., 2020)	Avaliar a eficácia dos atendimentos remotos – telefone – como dispositivo de acolhimento aos profissionais de saúde durante a pandemia Covid-19.
<i>Introdução.</i> (FREITAS; NOAL; PASSOS, 2020)	Apresentar recomendações capazes de fornecer respostas rápidas aos serviços de saúde no enfrentamento dos danos psicológicos provocados pela pandemia da Covid-19.
<i>Níveis de estresse, ansiedade, depressão e fatores associados durante a pandemia de Covid-19 em praticantes de Yoga</i> (CORRÊA, C. A. et. al., 2020)	Examinar a prática de Yoga e a sua relação com os níveis de ansiedade, depressão e estresse durante a pandemia de Covid-19.
<i>O impacto da pandemia Covid-19 na saúde mental</i> (AFONSO, P., 2020)	Destacar os impactos mais comuns na saúde mental em decorrência da pandemia da Covid-19.
<i>O impacto da pandemia pela Covid-19 na saúde mental. Qual é o papel da Atenção Primária à Saúde?</i> (NABUCO, G.; OLIVEIRA, M. H. P. P.; AFONSO, P. 2020)	Apresentar uma proposta para a atuação das equipes de Atenção Primária no enfrentamento ao adoecimento mental relacionado à pandemia.
<i>Orientações às(os) psicólogas(os) hospitalares.</i> (SCHMIDT, B. et al., 2020)	Determinar de que forma os serviços psicossociais devem ser executados no ambiente hospitalar junto aos profissionais da saúde, pacientes e familiares vítimas da pandemia.

<i>Recomendações aos psicólogos para o atendimento on-line (MELO et al., 2020b)</i>	Descrever e recomendar a implementação das ações de Saúde Mental e Apoio Psicossocial (SMAPS).
<i>Recomendações gerais. (MELO et al., 2020a)</i>	Apontar estratégias a serem utilizadas na pandemia Covid-19.
<i>Renunciar à ciência é renunciar à sobrevivência (MOROSINI, L. 2021). Entrevista.</i>	Averiguar quais entendimentos o cientista entrevistado tem a respeito da condução e comunicação do poder público – junto à população brasileira – em relação à crise epidêmica provocada pela Covid-19.
<i>Reorganização da atenção à saúde mental na pandemia de Covid-19 (FIGEL, F. C. et al., 2020)</i>	Analisar as mudanças nos processos de trabalho da saúde mental e as ações realizadas pela Divisão de Atenção à Saúde Mental da SESA-PR para favorecer a reorganização da Atenção à Saúde Mental diante do surto de coronavírus.
<i>Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 (FIOCRUZ, 2020)</i>	Disponibilizar recomendações gerais nos cuidados da saúde mental e atenção psicossocial durante a pandemia da Covid-19.
<i>Trabalhadoras da saúde face à pandemia: por uma análise sociológica do trabalho de cuidado (BITENCOURT, S. M.; ANDRADE, C. B., 2021)</i>	Analisar o trabalho de cuidado assalariado realizado pelas trabalhadoras na área de saúde que estão na linha de frente, exercendo o cuidado em face da pandemia da Covid-19.

Fonte: dados desta pesquisa, 2021.

As pesquisas selecionadas tiveram como objeto de estudo os profissionais da saúde e a população em geral, sendo que alguns estudos contemplaram os dois grupos.

5 DISCUSSÃO

A pandemia do coronavírus tem sido considerada um dos mais graves problemas de saúde pública mundial das últimas décadas, uma vez que praticamente todos os países do mundo foram atingidos (FARO *et al.*, 2020). Esses problemas são de toda ordem: física, social, afetiva, familiar, trabalhista, econômica e, conforme objeto deste artigo, mental. Nesse sentido, a demanda por cuidados psicológicos se faz urgente e indispensável.

Vários autores analisados acreditam que o trabalho relacionado aos cuidados mentais junto aos profissionais da saúde, familiares e pacientes atingidos pela pandemia é bastante complexo e requer responsabilidade redobrada da saúde pública e de quem faz esse tipo de acolhimento (FIGEL *et al.*, 2020; SCHMIDT *et al.*, 2020; WEINTRAUB *et al.*, 2020; BITENCOURT; ANDRADE, 2021).

Há uma sensação de impotência dos profissionais da saúde pública ao se depararem com: a) condições precárias de trabalho e ausência de EPIs, dos mais simples possíveis, sobretudo nos primeiros meses de pandemia, como máscara, luvas, óculos protetores; b) precariedade de insumos e medicamentos; c) falta de produtos primordiais como álcool, desinfetantes, papel toalha e mesmo leitos (MELO *et al.*, 2020a; BITENCOURT, ANDRADE, 2021).

Por sua vez, os profissionais que acolhem os pacientes e familiares vivenciam inúmeros sentimentos dolorosos e ocorrências não antes experimentadas e necessitam, igualmente, de amparo (AFONSO, 2020; NABUCO; OLIVEIRA; AFONSO, 2020; SANTOS; ALMENDRA; RIBEIRO, 2020; BITENCOURT; ANDRADE, 2021).

Além disso, alguns profissionais da saúde têm carregado a ideia de que são propagadores do vírus junto às suas famílias, sentindo-se responsáveis pelo contágio, internação e morte de entes queridos (SANTOS; ALMENDRA; RIBEIRO, 2020; MELO *et al.*, 2020a). Alguns desses indivíduos se afastam das casas onde moram e passam a morar sozinhos a fim de barrarem essa ameaça.

Lidar com o desconhecido, criar métodos de um acolhimento urgente e indispensável às vítimas da pandemia fez surgir uma sensação – tanto na população, como nos profissionais da saúde, incluindo os da saúde mental – de que a experiência de passar por essas dificuldades inevitáveis devesse ser apreendida e utilizada, ainda, nessa estranha e atual realidade advinda de uma pandemia como, também, em outras realidades dolorosas que poderão surgir (FIOCRUZ, 2020; BITENCOURT, ANDRADE, 2021). Por isso, torna-se imprescindível criar meios para amenizar as sensações de impotência e medo.

Estima-se que [...] um terço [...] da população exposta a uma epidemia pode vir a sofrer alguma manifestação psicopatológica, caso não seja feita nenhuma intervenção de cuidado específico para as reações e sintomas manifestados. Os fatores que influenciam o impacto psicossocial estão relacionados à magnitude da epidemia e ao grau de vulnerabilidade em que a pessoa se encontra no momento (FIOCRUZ, 2020, p. 2).

Nessa direção, a “Organização Mundial da Saúde (OMS) considera a saúde mental como parte da resposta emergencial da saúde pública no manejo da COVID-19” (FREITAS; NOAL; PASSOS, 2020, p. 17). Dessa forma, é importante se atentar como o medo, a impotência, a ansiedade, a irritabilidade, entre outras sensações que provocam sofrimento mental, se manifestam.

Muitas vezes, ansiedade, irritabilidade, tristeza e impotência vêm da necessidade de se fazer quarentena a fim de que o contágio diminua. O objetivo da quarentena é “diminuir a probabilidade de contaminação e, conseqüentemente, a procura por serviços de saúde e o número de óbitos” (FARO *et al.*, 2020, p. 4). Apesar desse entendimento, o medo é presente junto a quem precisa se isolar de forma mais rígida.

O medo tem sido um sentimento comum nos dois grupos objetos deste estudo e está ligado a inúmeros fatores, como perda de pessoas próximas e de trabalho; exclusão social em virtude do isolamento; impotência diante e do desconhecido. (FIGEL *et al.*, 2020; FIOCRUZ, 2020).

Além do medo, outras reações podem, também, afetar a saúde mental da população, como solidão, impotência, irritabilidade, tristeza, tédio, angústia (FARO *et al.*, 2020; FIOCRUZ, 2020); distúrbios alimentares e do sono; conflitos interpessoais,

violência doméstica e laboral, além de pensamentos recorrentes sobre saúde e morte próprias e de familiares (MELO *et al.*, 2020a).

Em meio a todos esses fatores que desencadeiam esses sofrimentos mentais nessa pandemia, os profissionais da saúde, incluindo os da saúde pública, começaram a utilizar recursos paliativos relevantes nos cuidados com os pacientes que têm ou que contraíram Covid-19. Recursos como a vídeo-chamada, utilizado pela autora deste artigo, conforme relatado no item 3; ligações telefônicas (SANTOS; ALMENDRA; RIBEIRO, 2020) ou outros que foram surgindo à medida que a pandemia ocorria se tornaram bastante valiosos. Alguns desses recursos, como a ioga, por exemplo, são capazes de amenizar impactos negativos causados pela pandemia, como o estresse, a depressão, o pânico ou quaisquer outros sintomas que afetam a saúde mental (CORRÊA *et al.*, 2020). Segundo esses autores, a prática diária pode ser uma aliada à “manutenção da saúde física e mental durante a pandemia de Covid-19” (CORRÊA *et al.*, 2020, p. 4-5).

No que se refere aos benefícios do atendimento *on-line*, Melo e outros (2020b) reforçam a ideia de que esse suporte psicossocial vai ao encontro do recomendado pelos órgãos de saúde pública no que se refere ao distanciamento social, à quarentena. Esse recurso inibe a circulação desnecessária e, por sua vez, garante o cuidado à saúde mental de quem necessita.

Nesse momento pandêmico, é importante que os psicólogos e as psicólogas tenham sempre informações oficiais, fundamentadas e sustentadas em evidências científicas porque orientações confiáveis são primordiais à redução da ansiedade e incertezas. Esses e os demais profissionais da saúde, por sua vez, devem orientar a população para que tenha o mesmo cuidado no que se refere à busca por informações fidedignas (NABUCO; OLIVEIRA; AFONSO, 2020). Essas orientações podem ser repassadas quando de um atendimento psicológico remoto.

Para, além disso, Melo *et al.* (2020b) apontam, com propriedade, que os primeiros cuidados psicológicos oferecidos aos pacientes que buscam atendimento *on-line* em virtude da pandemia incluem:

[...] possibilitar apoio e cuidado pragmático não invasivo e que permita avaliar necessidades e preocupações; escutar sem pressionar a falar; oferecer conforto; mitigar os efeitos do estresse; orientar para a busca de informações confiáveis oferecendo informações claras e oficiais; orientar sobre os serviços disponíveis de atenção psicossocial mais próximos; e proteger as pessoas de danos adicionais. (MELO *et al.*, 2020b, p. 57).

Ocorre que, para auxiliar a população em geral ou colegas da área da saúde nesse período da pandemia do COVID-19, os profissionais da Saúde Mental e Apoio Psicossocial (SMAPS) precisam, também, de cuidados. Nesse sentido, o autocuidado é primordial, além de uma rotina mais saudável ou, principalmente, terapia.

Para que o auxílio à população e aos colegas profissionais de saúde seja responsável e eficaz, é imprescindível que os psicólogos e psicólogas cuidem de sua

própria saúde, física e mental. Esse cuidado envolve, inclusive, conversas com colegas e supervisores (MELO *et al.*, 2020b).

Por sua vez, Weintraub *et al.* (2020) reforçam a importância da construção de redes de apoio entre familiares, colegas e comunidade – mesmo que seja por meio de ferramentas digitais. Os autores afirmam que essa rede possibilita o bem-estar psicológico de quaisquer pessoas, inclusive dos profissionais de saúde.

Nesse sentido, Melo *et al.* (2020b) acreditam ser necessária “a implementação rápida e estendida das ações de Saúde Mental e Apoio Psicossocial (SMAPS)” uma vez que

[...] mapear, compreender e endereçar questões de SMAPS são ações fundamentais para interromper a transmissão, garantir o funcionamento dos serviços e prevenir as possíveis repercussões a médio e longo prazo, concernentes ao bem-estar da população e sua capacidade para lidar com as adversidades (MELO *et al.*, 2020b, p. 55).

Por outro lado, as recomendações direcionadas aos psicólogos e psicólogas que atendem em hospitais são mais complexas. A começar pelo fato de que estão diretamente em contato com pacientes acometidos pela Covid-19 e familiares desses pacientes. Essa experiência foi vivenciada pela autora deste artigo conforme relato apresentado no item 3 deste artigo.

Esse trabalho psicológico, intenso e indispensável, começa desde a elaboração das estratégias de cuidado junto aos pacientes, familiares e profissionais da saúde até o acolhimento aos enlutados (SCHMIDT *et al.*, 2020).

Entende-se, portanto, que junto aos profissionais da saúde as ações psicológicas vão da orientação de cuidados preventivos à escuta; com os pacientes, essas ações vão da orientação preventiva, escuta, identificação de vulnerabilidade, estimulação cognitiva, identificação de risco de suicídio e ações a fim de inibir esse ato; com os familiares, as ações psicológicas vão desde o acolhimento no momento da internação do paciente, escuta, organização de visita virtual ao acompanhamento da equipe médica quando de comunicação de óbito e reconhecimento de corpos (SCHMIDT *et al.*, 2020).

Miguel Nicolelis (2021, *apud* MOROSINI, 2021) afirma que os efeitos da COVID-19 já vêm sendo percebidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS) em relação às sequelas no corpo humano, no aspecto tanto físico quanto psíquico; de problemas cardíacos e cognitivos, cujas consequências abalam, por certo, a saúde mental. Nesse sentido, o médico e cientista brasileiro acredita que é necessariamente urgente “investir em saúde, no SUS, na saúde da família, em vacinas” (NICOLELIS, 2021, *apud* MOROSINI, 2021, p. 15).

Sendo assim, é importante ressaltar que o atendimento psicológico às vítimas da pandemia da Covid-19 não se encerra depois da cura ou do óbito de um familiar. As sequelas mentais que atingem a população se apresentam de forma moderada ou severa e incluem sintomas depressivos, estresse, ansiedade e outros sofrimentos mentais que afetam grupos diversos da população e que devem continuar a ser cuidados por um longo período (FARO *et al.*, 2020).

6 CONCLUSÃO

A partir das análises dos estudos selecionados, foi possível concluir que a pandemia da Covid-19 tem atingido toda a população mundial: jovens, adultos, idosos, pobres e pessoas mais abastadas.

Contudo, os profissionais da saúde têm sido mais atingidos pela pandemia que a população em geral, uma vez que, apesar dos cuidados como o uso da máscara e higienização constante, executam um trabalho complexo, estão em contato direto com pacientes atingidos pelo vírus, precisam reunir forças para acolher famílias de adoentados e presenciam as mortes e lutos diários. Exatamente, por isso, é que esses profissionais necessitam de acolhimento e escuta e, conseqüentemente, os profissionais da SMAPS igualmente necessitam de cuidados psicológicos, porque não há como tratar da dor alheia se se encontrarem, também, adoentados.

Diante dessa realidade vivenciada pela população e pelos profissionais da saúde, sobretudo os profissionais da saúde mental, torna-se essencial que haja uma maior divulgação no sentido de instruir os indivíduos a só consumir notícias fidedignas e oficiais. Outras atitudes devem, também, ser observadas, como alimentação saudável, prática de esportes, ioga, meditação ou quaisquer outras ações que sejam capazes de acalmar as tensões e diminuir o medo e a tristeza.

Antes do advento da vacina, a saúde mental dos indivíduos estava muito mais abalada. Na atualidade, com parte da população mundial e brasileira vacinada, houve uma diminuição dos abalos mentais; o medo tem diminuído e a vida começa a dar sinais de uma nova rotina, ainda não como a de antes da pandemia, mas melhor do que a da fase mais aguda dos contágios e mortes.

Importante ressaltar que a estranheza que ocorreu no início da pandemia, antes da descoberta da vacina, em que não se sabia ao certo como seriam os procedimentos ideais, continuará a existir por um longo período, mas, por ora, é no que se refere aos efeitos do vírus em bebês que nasceram com ele. Haverá, ainda, um longo caminho pela frente, decorrente da pandemia da Covid-19 e, nesse sentido, é preciso que profissionais da saúde, população e poder público tenham o mesmo propósito no sentido de diminuir ou, pelo menos, amenizar os malefícios provocados pelo vírus na saúde mental dos indivíduos.

Diante dessa nova realidade, este artigo sugere que novos estudos direcionados à saúde mental da população brasileira e dos trabalhadores da saúde – pós vacinação – sejam elaborados e divulgados para conhecimento de todos, possibilitando, assim, um pouco de esperança não só à população como também aos abnegados trabalhadores da saúde pública.

AGRADECIMENTOS

Dr. Élcio Moreira Alves, médico, graduado pelo Centro Universitário de Patos de Minas (2015), Especialista em Clínica Médica pela Sociedade Brasileira de Clínica Médica. Médico horizontal responsável pela emergência da UPA de Patos de Minas desde abril 2016.

REFERÊNCIAS

- AFONSO, Pedro. O impacto da pandemia Covid-19 na saúde mental. **Acta Med Port.**, n. 23, v. 5, 2020, p. 356-357. Disponível em: <https://actamedicaportuguesa.com/revista/index.php/amp/article/view/13877/5925>. Acesso em: 16 ago. 2021.
- BITENCOURT, Silvana Maria; ANDRADE, Cristiane Batista. Trabalhadoras da saúde face à pandemia: por uma análise sociológica do trabalho de cuidado. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 26, n. 3, p. 1013-1022, 2021. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/46746/2/TrabalhadorasSaudePandemia.pdf>. Acesso em: 16 ago. 2021.
- CORRÊA, Cinthia Andriota *et al.* Níveis de estresse, ansiedade, depressão e fatores associados durante a pandemia de Covid-19 em praticantes de Yoga. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, n. 25, p. 1-7, set. 2020. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/10/1121581/14288-texto-do-artigo-55486-1-10-20200914.pdf>. Acesso em: 16 ago. 2021.
- FARO, André *et al.* Covid-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estud. Psicol.** Seção Temática: Contribuições da Psicologia no Contexto da Pandemia da Covid-19. Campinas (SP), n. 37, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLSR3z8m7hvF/?lang=pt>. Acesso em: 25 ago. 2021.
- FIGEL, Flávia Caroline *et al.* Reorganização da atenção à saúde mental na pandemia de Covid-19. **R. Saúde Públ. Paraná**, n. 3, supl. 1, p. 118-128, dez. 2020. Disponível em: <http://revista.escoladesaude.pr.gov.br/index.php/rspp/article/view/438/161>. Acesso em: 26 ago. 2021.
- FIOCRUZ. Fundação Oswaldo Cruz. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19.** Recomendações Gerais. Brasília. 2020. Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%C3%BAde-Mental-e-Aten%C3%A7%C3%A3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomenda%C3%A7%C3%B5es-gerais.pdf>. Acesso em: 16 ago. 2021.
- FREITAS; NOAL; PASSOS. Introdução. *In:* NOAL, Débora da Silva; PASSOS, Maria Fabiana Damasio; FREITAS, Carlos Machado de (orgs.). **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na COVID-19.** Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020, p. 14-18. Disponível em: https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/10/livro_saude_mental_covid19_Fiocruz.pdf. Acesso em: 25 ago. 2021.
- MELO *et al.* Recomendações Gerais. *In:* NOAL, Débora da Silva; PASSOS, Maria Fabiana Damasio; FREITAS, Carlos Machado de (orgs.). **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na Covid-19.** Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020a., p. 19-27. Disponível em: https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/10/livro_saude_mental_covid19_Fiocruz.pdf. Acesso em: 25 ago. 2021.

MELO *et al.* Recomendações aos psicólogos para o atendimento on-line. *In:* NOAL, Débora da Silva; PASSOS, Maria Fabiana Damasio; FREITAS, Carlos Machado de (orgs.). **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na Covid-19**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020b, p. 54-65. Disponível em: https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/10/livro_saude_mental_covid19_iocruz.pdf. Acesso em: 25 ago. 2021.

MOROSINI, Liseane. “Renunciar à ciência é renunciar à sobrevivência”. Entrevistado: Miguel Nicoletis. **RADIS**, n. 228, p. 10-17, set. 2021. Disponível em: https://radis.ensp.fiocruz.br/phocadownload/revista/Radis228_web.pdf. Acesso em: 5 out. 2021.

NAÇÕES UNIDAS. Brasil. **Organização Mundial da Saúde classifica novo coronavírus como pandemia**. 11 mar. 2020. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/85248-organizacao-mundial-da-saude-classifica-novo-coronavirus-como-pandemia>. Acesso em: 16 ago. 2021.

NABUCO, Guilherme; OLIVEIRA, Maria Helena Pereira Pires de; AFONSO, Marcelo Pellizzaro Dias. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental. Qual é o papel da Atenção Primária à Saúde? **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, v. 15, n. 42, 2020. Disponível em: <https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/2532/1567>. Acesso em 16 ago. 2021.

SANTOS, Tania Coelho dos; ALMENDRA, Fernanda Saboya; RIBEIRO, Manuella Itapary. Help line: relato de experiência sobre um dispositivo de acolhimento aos profissionais de saúde durante a pandemia Covid-19. **Revista aSEPHallus de Orientação Lacaniana**, v. 15, n. 30, p. 26-40, 2020. Disponível em: http://www.isepol.com/asephallus/numero_30/pdf/04%20-%20TANIA%20FERNANDA%20E%20MANUELLA.pdf. Acesso em: 16 ago. 2021.

SCHMIDT, Beatriz *et al.* Orientações às (os) psicólogas (os) hospitalares. *In:* NOAL, Débora da Silva; PASSOS, Maria Fabiana Damasio; FREITAS, Carlos Machado de (orgs.). **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na Covid-19**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020, p. 66-84. Disponível em: https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/10/livro_saude_mental_covid19_Fiocruz.pdf. Acesso em: 25 ago. 2021.

WEINTRAUB, Ana Cecília Andrade de Moraes et al. Cuidados para os profissionais de saúde. *In:* NOAL, Débora da Silva; PASSOS, Maria Fabiana Damasio; FREITAS, Carlos Machado de (orgs.). **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na Covid-19**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020, p. 39-53. Disponível em: https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/10/livro_saude_mental_covid19_Fiocruz.pdf. Acesso em: 25 ago. 2021.