

Os impactos ocasionados pela Pandemia Covid-19 no Bem-estar Psicológico de Profissionais de Saúde e Professores

Otoniel Moreira Leite Lima¹; Normelia Teixeira Cordeiro²

Resumo: O presente estudo teve como objetivo discutir sobre o COVID-19, que tem sido considerado uma das enfermidades mais agressivas, por causa do quantitativo de casos que exigem internação hospitalar. Também diversos profissionais que necessitaram adaptarem-se a uma série de mudanças, desde mudanças nos hábitos pessoais de afastamento social, a permanência em casa, hábitos mais regulares de higiene pessoal, uso de máscaras e, o próprio trabalho que passou a ser remoto, em muitos casos. A recente descoberta de vacina contra o vírus trouxe esperanças, mas ainda está longe de ter toda a população imunizada, o que continua preocupando as sociedades. Os resultados levaram a crer que o sofrimento psicológico que se tem presenciado, atinge a população geral, professores e os profissionais da saúde, esses últimos que têm atuado diretamente no controle do vírus. Assim, o quadro instaurado requer um cuidado especial não só voltado para a saúde física, como também para a saúde psicológica da sociedade. São os mais diversos motivos e exemplos de prejuízos que o momento pandêmico pode ocasionar às pessoas, razão pela qual é importante que sejam desenvolvidas novas estratégias e ferramentas de preservação e apoio psicológico e psiquiátrico, de forma a mitigar os impactos à saúde mental da população. Nesse sentido, políticas públicas precisam ser implementadas, com ações preventivas e emergenciais direcionadas para contornar os agravos provenientes desta pandemia que ora assola o país.

Palavras-chave: Pandemia Covid-19; Saúde mental; Sofrimento psicológico.

The impacts caused by the Pandemic Covid-19 on the Psychological well-being of the Health Professionals and Teachers

Abstract: The present study aimed to discuss COVID-19, which has been considered one of the most aggressive diseases, due to the number of cases that require hospitalization. Also several professionals who needed to adapt to a series of changes, from changes in personal habits of social withdrawal, staying at home, more regular personal hygiene habits, wearing masks and, the work itself that became remote, in many cases. The recent discovery of a vaccine against the virus has brought hope, but it is still far from having the entire population immunized, which continues to worry societies. The results led to believe that the psychological suffering that has been witnessed affects the general population, teachers and health professionals, the latter who have acted directly in the control of the virus. Thus, the established framework requires special care not only focused on physical health, but also on the psychological health of society. These are the most diverse reasons and examples of damage that the pandemic moment can cause to people, which is why it is important that new strategies and tools for preservation and psychological and psychiatric support are developed, in order to mitigate the impacts on the mental health of the population. In this sense, public policies need to be implemented, with preventive and emergency actions aimed at circumventing the problems arising from this pandemic that now plagues the country.

Keywords: Pandemic Covid-19; Mental health; Psychological suffering.

¹ Graduação em Construção Civil pela Universidade Regional do Cariri, graduação em Matemática pela Universidade Estadual do Ceará, especialização em Matemática do Ensino Médio pela Universidade Regional do Cariri e em Gestão Ambiental Faculdade Vale do Jaguaribe. Mestrado em Ciências da Educação pelo Instituto Superior de Educação Professora Lúcia Dantas. Atualmente é professor da Prefeitura Municipal de Juazeiro do Norte. otonielml@hotmail.com;

² Graduação em Letras pela Universidade Regional do Cariri e Bacharelado em Teologia. Atualmente é professor do Governo do Estado do Ceará.

Introdução

Desde dezembro de 2019, momento em que foi reportado o primeiro caso de COVID-19 (WANG et al., 2020; XIAO, 2020), no entanto, o alto grau de contágio do vírus logo se espalhou pelo mundo todo, tornando-se uma pandemia, conforme classificação da Organização Mundial de Saúde (OMS).

O COVID-19 tem sido considerado uma das enfermidades mais agressivas, por causa do quantitativo de casos que exigem internação hospitalar, bem como em razão da ausência de intervenção medicamentosa eficaz. A recente descoberta de vacina contra o vírus trouxe esperanças, mas ainda está longe de ter toda a população imunizada, o que continua preocupando as sociedades.

Atualmente, são mais de 132 milhões de casos de pessoas infectadas e 2,87 milhões de mortes ao redor do mundo. É um cenário assustador, ainda descontrolado em alguns países, cujos desdobramentos permanecem imprevisíveis (XIAO, 2020).

Visando evitar o colapso do sistema de saúde causado pela disseminação desmedida do vírus, muitos países estipularam medidas de isolamento social, fechamento de escolas e universidades, restrição de eventos sociais, limitação de pessoas em locais fechados etc. (BROOKS et al., 2020; FERGUSON et al., 2020), chegando até a decretar *lockdown* por mais de uma vez, como tem acontecido no Brasil.

Hodiernamente, a COVID-19 é a enfermidade que mais assolou a saúde em nível internacional, espalhando-se em nível pandêmico. Há muitas décadas o mundo não enfrentava uma questão de saúde pública tão grave, que, além de trazer preocupações em relação a própria enfermidade e seu controle, tem gerado repercussões negativas na saúde mental da população.

O sofrimento psicológico que se tem presenciado atinge a população e os profissionais da saúde que tem atuado no controle do vírus. Assim, o quadro instaurado requer um cuidado especial não só voltado para a saúde física, como também para a saúde psicológica da sociedade.

Os gestores e profissionais da saúde têm encontrado muitas dificuldades em combater o agente patogênico, de modo que o foco na contenção da disseminação e efeitos da pandemia, tem deixado em segundo plano os cuidados com a saúde mental da população, o que é igualmente relevante (ORNELL; SCHUCH; SORDI; KESSLER, 2020).

Assim não se pode desprezar a execução de medidas voltadas para a redução dos impactos psicológicos causados pela pandemia (BROOKS et al., 2020; XIAO, 2020), pois esquecer da atenção à saúde mental pode gerar lacunas no próprio enfrentamento da COVID-

19, trazendo desdobramentos negativos indesejados, mormente porque possíveis impactos psicológicos podem perdurar por mais tempo do que a própria pandemia.

A partir disso, o presente estudo visa analisar os impactos que a pandemia tem causado na saúde mental da sociedade, verificando, ao final, quais as orientações e melhores formas de intervenção para fins de controle da situação durante esse período pandêmico.

Os impactos da pandemia na saúde mental

Estudiosos têm sugerido que o medo de ser infectado pelo COVID-19, vírus potencialmente letal e fácil disseminação, pode ser capaz de afetar o bem-estar das pessoas (ASMUNDSON e TAYLOR, 2020; CARVALHO et al., 2020). Com isso, sintomas relacionados com quadro de depressão, ansiedade e estresse podem ser desencadeados e, inclusive, tem sido identificado vários casos na população (WANG et al., 2020).

Além desses impactos psicológicos estritamente ligados ao vírus, as medidas de isolamento social, preocupação com a escassez de alimentos e dificuldades financeiras, também podem causar prejuízos à saúde mental, tais como estresse pós-traumático, confusão e raiva (BROOKS et al., 2020, SHOJAEI e MASOUMI, 2020).

Atos discriminatórios igualmente interferem negativamente na saúde mental da população (BROOKS et al., 2020). Com isso, o fato da pessoa não se sentir confortável sequer para espirrar ou tossir em público, é algo que gerou muita inquietação. Inclusive, diversos foram os casos divulgados na mídia sobre pessoas que foram estigmatizadas por situações desse tipo.

Homem tosse e é agredido dentro de restaurante por cliente que o acusa de ter Covid-19; VÍDEO

Caso ocorreu em Curitiba, na quarta-feira (9). Vítima disse que perdeu o pai pela doença há três meses. A Polícia Civil afirmou que vai analisar as imagens das câmeras para identificar o agressor.

Fonte: G1, 2020.

Mulher é agredida e expulsa de ônibus de Salvador por não usar máscara de proteção; VÍDEO

Consórcio que administra ônibus diz que mulher entrou no veículo de máscara, mas retirou equipamento após passar por catraca. Caso foi na última terça, na região da Estação Pirajá.

Fonte: G1, 2020.

'Perdi o controle', diz homem que agrediu casal por suspeita de covid-19

Fonte: UOL, 2020.

Esses são apenas pequenos exemplos da forma como a pandemia e seus medos interferiram na saúde mental da população. O temor de se contagiar superou a racionalidade, o medo do vírus superior a capacidade das pessoas de conseguir perceber o outro como sujeito de direitos tanto quanto ele é.

As outras epidemias já demonstravam os problemas que seriam desencadeados. Na época ebola, por exemplo, as pessoas relatavam o medo de morrer, de contagiar os outros, de ser vítima de afastamento ou abandono de amigos e familiares etc., enquanto os profissionais da saúde reportaram medo de se infectar com a doença, bem como de transmiti-la para pessoas mais próximas, e, ainda, uma preocupação constante que a duração da epidemia (HALL; HALL e CHAPMAN, 2008).

Em relação ao COVID-19, a rápida disseminação e alto grau de letalidade do vírus, assim como as incertezas e imprevisibilidade acerca futuro da doença, são os principais fatores que interferiram negativamente na saúde mental da população como um todo (ZANDIFAR e BADRFAM, 2020).

Somado a difusão de informações erradas sobre a infecção e formas de prevenção, bem como a dificuldade da população de entender como deve ser feita a prevenção (BAO et al., 2020), têm provocado pânico. Diversas fake News também têm sido difundidas, com orientações inapropriadas ou notícias sensacionalistas, o que prejudica a difusão da forma correta de prevenção.

O desenvolvimento de sintomas obsessivo-compulsivos surgiram, verificado em pessoas que verificaram repetidas vezes a temperatura do corpo (LI et al., 2020) e desencadeamento de crises de ansiedade que fazem as pessoas confundirem ou superestimarem sintomas, se dirigindo desnecessariamente aos hospitais (ASMUNDSON e TAYLOR, 2020).

Estudos relatam que pacientes com suspeita ou contagiados pelo COVID-19, podem apresentar diversas reações emocionais e comportamentais, tais como medo, solidão, ansiedade, insônia e até raiva (SHIGEMURA et al., 2020). Essas condições podem desencadear quadros piores, como de ansiedade, depressão, psicose, paranoia e até levar ao suicídio.

Além disso, o distanciamento social por si só aumenta os pontos de tensão e violência entre os familiares que convivem na mesma residência, assim como desencadeou episódio de depressão e ansiedade em muitas pessoas que foram submetidas ao isolamento ou limitação de conexões devido aos riscos de contaminação.

Sendo assim, resta patente que a pandemia, seus desdobramentos e incertezas têm impactado negativamente na saúde mental da sociedade como um todo, aumentando os casos de violência doméstica, desencadeando quadros de depressão e ansiedade, bem como despertando transtornos obsessivos-compulsivos nas pessoas.

O caso específico dos professores

Em situação da pandemia covid-19, professoras e professores, passaram a adaptar-se de forma imediata, a novas modalidades de ensino, que incluem aparatos tecnológicos e plataformas digitais, sem necessariamente terem recebido uma formação adequada, nem sempre com condições materiais ou estruturais para isso. Foi um tipo de exigência que obrigou tais profissionais a, de forma abrupta se adequarem a um novo formato de ensino, bem como a um novo ambiente virtual de trabalho. O espaço doméstico e suas atividades associadas, passam a dividir a atenção, simultaneamente, com as atividades profissionais.

No caso do tempo da jornada de trabalho, este limite ficou pouco estabelecido (MORAIS, SOUZA e SANTOS, 2018; PIZZINGA, 2020; SOUZA et al., 2018). O ambiente doméstico e ambiente de trabalho, passam a coexistir em tempo integral, trazendo consequências ainda pouco estudadas em termos de saúde dos profissionais da educação.

Sabe-se que, o isolamento social possui grande importância estratégia de contenção e controle na propagação do vírus. São normas sanitárias adotadas pelo Ministério da Saúde, para serem seguidas por toda a população, sem distinção. Sob o prisma do trabalho, estamos diante

de um grande e novo desafio, no sentido de produção de sociabilidades e laços coletivos no trabalho docente, sem que necessariamente estejamos em proximidade física ou geográfica. Portanto há uma possibilidade futura de precarizar-se o trabalho do professor, em tempos de utilização do trabalho por plataforma (SLEE, 2017).

A contratação de professores na modalidade eventual, aquele que normalmente é convocado pouco antes do início de uma disciplina ou assunto, muitas vezes sem o planejamento pedagógico necessário, é um exemplo. Essa modalidade parece ser um fenômeno da nova configuração do trabalho docente que reafirma uma história de concentração de precariedades. Aumenta o isolamento do trabalhador(a) e enfraquece ainda mais a organização coletiva do trabalho docente.

É notório que esse isolamento tem implicado em mal-estar individual no trabalho e desafiado as instituições educativas e sindicais a pensarem em novas ações coletivas de resistências, ante a nocividade do trabalho (LINHAR, 2007).

Quanto as mudanças no processo e na organização do trabalho, o processo de ensino através de plataformas acontece tanto por aulas em tempo real (síncronas), com a presença virtual de professor e aluno, quanto através de aulas gravadas (assíncronas), onde acontece a exibição do material para a turma, de forma remota. Além disso, há também a modalidade de acompanhamento e atendimento personalizado à distância. O trabalho dito tutorial.

Observe-se que nas ‘aulas remotas’, em substituição à educação presencial, possuem consequências inimagináveis, além de expor supostas diferenças com a qualidade da educação à distância. Professores de todos os níveis tinham pouco domínio sobre aulas via plataformas de ensino a distância, obrigando-se inesperadamente reorganizar seus processos de trabalho, portanto necessitando dominar uma série de aplicativos do ambiente virtual, gravação e ajustes de vídeos, Classroom, Google Meet, Google Forms e similares, que até então, praticamente não utilizavam.

Outro ponto a ser considerado é que, a responsabilidade pela transformação da estrutura de casa em posto de trabalho permanente, ficou a cargo exclusivo dos docentes (RODRIGUES et al., 2020). Assim como todos os custos associados às suas condições materiais do trabalho (notebook, impressora, câmera, microfone, internet, iluminação adequada, mobiliário, compra de aplicativos, dentre outros). Além de tais desembolsos, leve-se em conta a manutenção desses equipamentos. Para quem não tinha familiaridade ou formação com tais tecnologias, tiveram que contar com o apoio de colegas ou familiares.

Portanto, não há como negar que essa reestruturação do trabalho docente durante a pandemia, intensificou a precarização das condições do trabalho docente, que na prática, impõe uma extensão da jornada de trabalho, sobrecarregando os trabalhadores da educação (HYPOLITO, VIEIRA e PIZZI, 2009). O ritmo de trabalho, a burocracia, controle (remoto) de turma, a sobrecarga laboral, já que precisam sozinhos custear sua capacitação, e ainda, o tipo de gestão e ferramentas para desenvolvimento e controle das tarefas. Foram situações que surgiram com o advento do trabalho remoto.

Especificamente entre junho e julho de 2018, a revista NOVA ESCOLA realizou uma pesquisa on-line, com a intenção de observar aspectos da saúde do professor. Esta congregou mais de 5 mil respondentes. Já nesta época, os números demonstraram a necessidade de um olhar mais acurado para o bem-estar dos profissionais da Educação. Entre os dados: 66% já precisariam se afastar do trabalho por questões de saúde; A ansiedade afetava 68% dos educadores, além disso, 28% deles afirmaram sofrer ou já ter sido acometido por depressão até o período da pesquisa; As dificuldades de saúde mais relatadas pelos professores foram estresse e dor de cabeça (63%), insônia (39%), dores nos membros (38%) e alergias (38%).

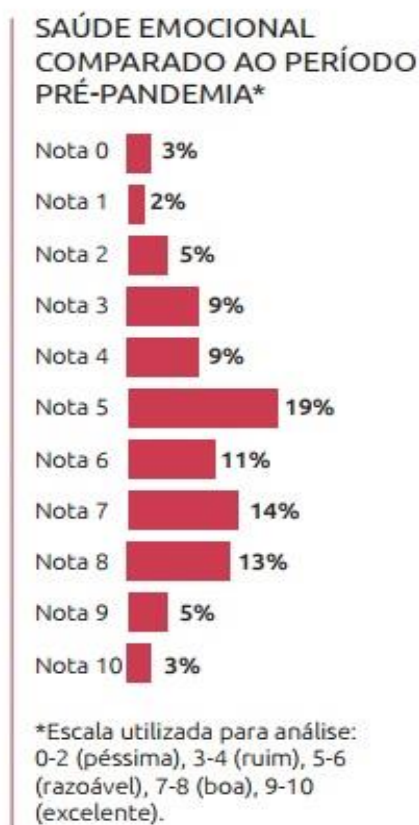
O cenário atual da covid-19 também apresenta esse tema como necessitando de maior atenção entre os educadores. Em relação ao período pré-pandemia: Observou-se que 8% afirmaram que se sentem ótimos; 28% avaliaram a sua saúde emocional como péssima ou ruim, 30% como razoável.

O estresse envolvido no afã de aprender tudo muito rápido, de forma a adequar-se ao planejamento envolveu principalmente as seguintes situações: o risco de contaminação, a insegurança em relação ao futuro, a falta de reconhecimento das famílias e gestores, o aumento no tempo de preparo das aulas e de dedicação aos alunos e a sensação de não conseguir dar conta de todas as demandas domésticas, familiares e profissionais, que apareceram como os fatores destacados pelos professores.

A pesquisa completa sobre “A situação dos professores no Brasil durante a pandemia” foi realizada entre os dias 16 e 28 de maio de 2020 por meio de um questionário on-line disponível no site de NOVA ESCOLA. Ao todo, foram coletadas 9.557 respostas, sendo 8.121 (85,7%) delas de professores da Educação Básica.

Na mesma pesquisa, foi indagado aos participantes: Como você classificaria, de 0 a 10, sua saúde emocional neste momento em comparação ao período pré-pandemia? A resposta encontra-se no gráfico 1, a seguir.

Gráfico 1 – Saúde emocional dos educadores comparada ao período pré-pandemia.



Fonte: Nova Escola. A Situação dos Professores no Brasil Durante a Pandemia, 2020.

Como contornar a situação?

Durante as epidemias e pandemias, o quantitativo de pessoas que tem a saúde mental afetada costuma ser superior ao número de pessoas contaminadas pela infecção (REARDON, 2015). Inclusive, aprendeu-se com os casos anteriores que os danos à saúde mental podem perdurar por mais tempo do que a própria doença.

Nesse diapasão, os efeitos negativos da pandemia na saúde mental, revelam a necessidade e prática de intervenções psicológicas alinhadas ao contexto da atualidade. Em razão disso, diversos estudiosos têm escrito acerca da temática, assim como os órgãos oficiais têm emitido notas orientativas visando contornar essa situação.

Inicialmente, recomenda-se que os acompanhamentos psicológicos sejam feitos à distância para diminuir os riscos de propagação da enfermidade. No Brasil, desde março de 2020 está permitido a prestação de serviços psicológicos pelos meios eletrônicos ou virtuais de comunicação, voltados para pessoas e grupos de emergência/urgência que tenham sido vítimas de algum tipo de violação de direitos ou violência (SCHMIDT et al., 2020).

Assim, ações visando combater o COVID-19 devem ser desenvolvidas em conjunto com estratégias voltadas para cuidar da saúde mental da população em geral. Nesse sentido, urge salientar que existem grupos específicos mais expostos aos danos que a situação pandêmica pode causar à saúde mental: enfermeiros, médicos, idosos, imunocomprometidos, pacientes com problemas psíquicos anteriores, familiares de pessoas contaminadas e habitantes que residem em locais de alto contágio (ORENELL et al., 2020).

Os profissionais da saúde sofrem com a pressão e estresse de tentar curar seus pacientes, assim como são prejudicados com o medo de se contaminarem ou de passarem o vírus para seus amigos e familiares. Em relação ao grupo de pessoas que são próximas dos infectados ou que moram em locais com grande incidência de COVID-19, estes são alvo de discriminação e xenofobia (XIANG et al, 2020).

Assim, o oferecimento de assistência psicológica é algo essencial, no entanto, ainda não existem protocolos ou diretrizes universais que direcionem o apoio psicológico adequado e eficaz nesses casos (DIELTJENS, 2014), para serem aplicadas de forma abrangente.

Como os tratamentos para contornar transtornos mentais são altos, o investimento em boas estratégias para a preservar a saúde mental da população é algo vantajoso tanto para a melhoria da saúde como um todo, quanto para a economia (ORNELL et al., 2020).

Dessa forma, a elaboração de um conjunto de ações voltadas para dar suporte aos as pessoas com suspeita, aos pacientes infectados e em quarentena, bem como aos profissionais de saúde, é fundamental, principalmente porque na atualidade ainda não existem protocolos bem estabelecidos para prestar assistência durante esse período de pandemia.

O oferecimento de primeiros socorros psicológicos para vítimas de catástrofes/desastres é essencial, motivo pelo qual, estudiosos sugerem que, especificamente em relação ao COVID-19, sejam levadas em consideração três estratégias principais (XIANG et al., 2020):

- (i) Disponibilização de equipes multidisciplinares, compostas de enfermeiros, psicólogos, psiquiatras e outros profissionais que se julgue necessário;
- (ii) Utilização de comunicação clara e de fácil acesso na divulgação de notícias sobre a pandemia; e

- (iii) Disponibilização de serviços virtuais de aconselhamento psicológico.

Segundo o autor, estas estratégias devem ser aplicadas levando em consideração o abalo à saúde mental que ocorreu nas epidemias e pandemias anteriores. Somado a isso, recomenda-se que profissionais da saúde mental estejam na liderança das equipes responsáveis pelo gerenciamento de emergências (TUCCI et al., 2017).

A OMS e o Centro de Controle e Prevenção de Doenças dos EUA publicaram algumas medidas que podem colaborar com o controle da saúde mental durante desastres ou momentos como o atual, de pandemia. Essas recomendações foram elaboradas com base no fato de que problemas psicológicos estão intimamente relacionados às principais causas de morbimortalidade (WHO,2018, CDC,2020), o que revela urgência no investimento em ações voltadas para o manejo da saúde mental em momentos de surtos infecciosos ou grandes catástrofes mundiais.

Dentre as recomendações, destacaremos as mais importantes:

- a. Em relação as ações governamentais: (i) realização de treinamentos de protocolos para o gerenciamento de estresse, trauma, depressão e comportamentos de risco; (ii) padronização de medicamentos psicotrópicos para serem disponibilizados; (iii) garantir uma infraestrutura adequada para o oferecimento dos serviços de cuidado com a saúde mental; (iv) elaboração de materiais educativos que sejam acessíveis ao público-alvo; e (v) criar canais oficiais para divulgação de notícias, visando evitar *fake News*.
- b. Em reação as recomendações individuais: (i) cuidar de si; (ii) manter contato com amigos e familiares; (iii) seguir as recomendações de cuidados dos órgãos oficiais; (iv) ficar atento as duas necessidades, sentimentos e pensamentos; (v) limitar o acesso as notícias, tendo em vista que isso pode desencadear quadros de ansiedade; (vi) comunicar a alguém próximo caso sinta tristeza ou ansiedade; (vii) limitar contato físico com outras pessoas, sem, no entanto, diminuir o contato emocional; (viii) estabelecer uma rede de suporte; (ix) manter um padrão de sono, alimentação saudável e exercícios físicos; e (x) usar técnicas positivas de psicologia.
- c. Em relação ao cuidado com crianças: (i) realizar atividades variadas de lazer; (ii) tentar explicar o que está acontecendo de forma clara e acessível; (iii) entender que é possível que as crianças apresentem comportamentos de irritação, medo, regressão, dentre outros; e (iv) filtrar as informações a que são expostas.

- d. Em relação ao cuidado com idosos, imunodeprimidos e paciente psiquiátricos: (i) ajudar esse grupo a evitar situações que os exponham ao contato com o vírus; (ii) manter contato com eles por telefone ou internet; (iii) ficar atento aos sintomas que possam apresentar; (iv) garantir que tenham o máximo de conforto possível nesse momento de isolamento social; (v) ajudá-los a aderir aos tratamentos; (vi) fornecer suporte emocional, se necessário.
- e. Em relação aos hospitais e centros de referência: (i) elaborar plano de contingência caso seja necessário lidar com pacientes com sintomas psiquiátricos graves; (ii) garantir que a equipe esteja devidamente treinada para manejar todo e qualquer tipo de situação; (iii) fornecer assistência clínica e psicológica as equipes que estejam expostas as situações de risco; (iv) incentivar que a equipe tenha uma postura empática e flexível ao enfrentar medos, estresse e outras mudanças na rotina; e (v) proporcionar um ambiente de clima saudável.

Com base nas recomendações acima mencionadas, é possível elaborar estratégias específicas e especialmente voltadas para o manejo da saúde mental da população, evitando que os medos e estresse do momento pandêmico se transforme em um distúrbio psicológico mais grave e duradouro.

Considerações Finais

No início de abril de 2021, observa-se um novo aumento de casos de COVID-19 no Brasil, com um total de mais de 2 mil mortes por dia. De fato, as incertezas acerca da pandemia e de seu termo final geram um estresse e temor na população como um todo.

Especificamente sobre os professores, indaga-se se ensino na modalidade não presencial, via plataformas tecnológicas, será algo provisório, apenas para esta época de pandemia, já que, segundo Antunes (2018) há interesse do capitalismo a transferência para o professor despesas que, anteriormente eram de atribuição exclusiva das instituições de ensino. Trata-se de uma nova modalidade de trabalho que, no contexto de pandemia, passa a fazer uso exaustivo da tecnologia, implicando em sobretrabalho.

Mais do que nunca, torna-se imperativo um olhar mais acurado ao professor, principal ator para o sucesso do processo de aprendizagem. As mudanças necessárias quando da

passagem do ensino presencial para o ensino remoto, exigiu e exige uma adaptação diária dos professores, para que dominem os desafios desta modalidade.

Portanto, no caso dos educadores, reafirma-se uma maior necessidade de monitoramento contínuo da saúde desses profissionais, quando do retorno às atividades de trabalho. Estas precisam ser estudadas e redirecionadas, levando em conta aspectos da saúde coletiva, bem como é necessário um protocolo de vigilância em Saúde do Trabalhador, com adoção de medidas de proteção à vida, conforme preconizado pelas notas técnicas do Ministério Público do Trabalho (BRASIL, 2020D) e da FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (2020).

Em janeiro de 2021, houve o início da vacinação contra o vírus no país, e, coincidentemente, era um momento em que o quantitativo de pessoas infectadas estava menor e tudo parecia mais controlado. No entanto, quando todos menos esperavam, uma nova cepa da COVID-19 começou a contaminar pessoas que já haviam adoecido, bem como infectar aqueles que ainda não haviam se contaminado ou foram assintomáticos.

Novamente, a população se encontra temerosa, e além do medo de falecer, a pandemia exige que outras modificações na sociedade perdurem, interferindo na organização familiar, no funcionamento de escolas, empresas e espaços públicos, modificação das rotinas de trabalho, bem como o isolamento social; o que pode desencadear o sentimento de medo, estresse, desamparo, abandono e insegurança financeira.

Esses sentimentos negativos são capazes de aumentar o sofrimento e desencadear prejuízos à saúde mental da população, aumentando, inclusive o quantitativo de mortalidade indireta por causas diferentes da COVID-19.

Além do medo gerado pelo medo de ser contaminado e morrer que naturalmente decorrem no momento pandêmico que estamos vivenciando, o acesso a informações sensacionalistas, imprecisas ou *fake news* pode aumentar os casos de distúrbios psicológicos, causando situações de agressividade e irritação.

Não se pode olvidar que as novas medidas de distanciamento social e quarentena prejudicaram o setor econômico, fazendo com que vários brasileiros passassem a auferir menos ou nenhuma renda. Esse, sem dúvidas, foi um fator que está causando estresse, ansiedade e depressão em muitos trabalhadores e arrimos de família, que se encontram impedidos de sustentar suas famílias.

Além disso, o isolamento social exigiu que os familiares permanecessem confinados 24 horas por dia, o que aumentou os pontos de conflito e tensão entre eles e, conseqüentemente, o

aumento de casos de violência doméstica. Essa igualmente é uma situação que revela prejuízo à saúde mental das pessoas, que desembocam em situação de irritação e até violência em si.

Ademais, estudos realizados sobre catástrofes de saúde no passado, nos ensinaram que são altas as taxas de prejuízos a saúde mental desses grupos, principalmente de médicos e enfermeiros (KANG et al., 2020, HUANG et al., 2020), o que reforma a urgência da elaboração de protocolos e medidas de prevenção e apoio.

Como se pode notar, são os mais diversos motivos e exemplos de prejuízos que o momento pandêmico pode ocasionar às pessoas, razão pela qual é importante que sejam desenvolvidas táticas de preservação e apoio psicológico e psiquiátrico, evitando ou mitigando os impactos à saúde mental da população.

Nesse sentido, é de suma relevância que sejam implementadas ações preventivas e emergenciais direcionadas para contornar as implicações psicológicas e psiquiátricas que a pandemia pode ocasionar nas mais diversas esferas e setores sociais, visando evitar que os danos à saúde mental da população sejam mais extensos do que aqueles causados pela própria pandemia.

Referências

ASMUNDSON, G. J. G.; TAYLOR, S. Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak. **Journal of Anxiety Disorders**, 70: 102196, 2020.

BAO, Y.; SUN, Y.; MENG, S.; SHI, J.; LU, L. 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. **The Lancet**, 395(10224), e37-e38, 2020.

BOREKI, V. 'Perdi o controle', diz homem que agrediu casal por suspeita de covid-19. **Uol**. Disponível em: < <https://noticias.uol.com.br/cotidiano/ultimas-noticias/2020/12/12/perdi-o-controle-diz-homem-que-agrediu-casal-por-suspeita-de-covid.htm?cmpid=copiaecola>>. Acesso em 10/04/2021.

BRASIL. Ministério Público do Trabalho. Procuradoria Geral do Trabalho. **Nota Técnica: GT COVID 19**: 11/2020d. Brasília: Ministério Público do Trabalho, 2020d. Disponível em: <https://avaliacaoeducacional.files.wordpress.com/2020/06/mtpnotatecnicaregras.pdf> . Acesso em: 30 jun. 2020.

BROOKS, S. K., WEBSTER, R. K., SMITH, L. E., WOODLAND, L., WESSELY, S., GREENBERG, N., & RUBIN, G. J. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. **The Lancet**, 395(10227), 912-920, 2020.

CARVALHO, P. M. M.; MOREIRA, M. M.; OLIVEIRA, M. N. A.; LANDIM, J. M. M.; ROLIM NETO, M. L. The psychiatric impact of the novel coronavirus outbreak. **Psychiatry Research**, 286: 112902, 2020.

CENTER FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. **Mental health and coping during COVID-19**. Atlanta: CDC; 2020.

DIELTJENS T, MOONENS I, VAN PRAET K, DE BUCK E, VANDEKERCKHOVE P. A systematic literature search on psychological first aid: lack of evidence to develop guidelines. **PloS one**. 2014.

FERGUSON, N.; LAYDON, D.; NEDJATI GILANI, G.; IMAI, N.; AINSLIE, K.; BAGUELIN, M., GHANI, A. Report 9: Impact of non-pharmaceutical interventions (NPIs) to reduce COVID19 mortality and healthcare. **Imperial College COVID-19 Response Team**. 2020. Disponível: < <https://www.imperial.ac.uk/media/imperial-college/medicine/sph/ide/gida-fellowships/Imperial-College-COVID19-NPI-modelling-16-03-2020.pdf>>. Acesso em: 07/04/2021.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Documento sobre retorno às atividades escolares no Município do Rio de Janeiro em vigência da pandemia Covid-19**. 29 jun. 2020. Disponível em: <http://www.ensp.fiocruz.br/portal-ensp/informe/site/arquivos/anexos/faa8070432df159d904c45620d4a491f8fbcecf3.PDF> . Acesso em: 1 jun. 2020.

G1. Homem tosse e é agredido dentro de restaurante por cliente que o acusa de ter Covid-19. G1. Disponível em: < <https://g1.globo.com/pr/parana/noticia/2020/12/10/homem-tosse-e-agredido-dentro-de-restaurante-por-cliente-que-o-acusa-de-ter-covid-19-video.ghtml>>. Acesso em 10/04/2021.

G1. Mulher é agredida e expulsa de ônibus de Salvador por não usar máscara de proteção. G1. Disponível em: < <https://g1.globo.com/ba/bahia/noticia/2020/05/06/mulher-e-agredida-e-expulsa-de-onibus-de-salvador-por-nao-usar-mascara-de-protecao-video.ghtml>>. Acesso em 10/04/2021.

HALL, R. C. W., HALL, R., & CHAPMAN, M. J. The 1995 Kikwit Ebola outbreak: Lessons hospitals and physicians can apply to future viral epidemics. **General Hospital Psychiatry**, 30(5), 446-452, 2008.

HUANG, J.Z.; HAN, M.F.; LUO, T.D.; REN, A.K.; ZHOU, X.P. Mental health survey of 230 medical staff in a tertiary infectious disease hospital for COVID19. **Zhonghua Lao Dong Wei Sheng Zhi Ye Bing Za Zhi**. 2020.

HYPOLITO, Álvaro M.; VIEIRA, Jarbas S.; PIZZI, Laura C. V. Reestruturação curricular e autointensificação do trabalho docente. **Currículo sem Fronteiras** , v. 9, n. 2, p. 100-112, jul./dez. 2009 .

KANG, L.; LI, Y.; HU, S.; CHEN, M.; YANG, C.; YANG, B.X. ET AL. The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. *Lancet Psychiatry*. 2020.

LI, W.; YANG, Y.; LIU, Z. H.; ZHAO, Y. J.; ZHANG, Q.; ZHANG, L.; XIANG, Y. T. Progression of mental health services during the COVID-19 outbreak in China. **International Journal of Biological Sciences**, 16(10), 1732-1738, 2020.

LINHART, Daniele. **A desmedida do capital**. São Paulo: Boitempo, 2007 .

MORAIS, Luiz A.; SOUZA, Kátia R.; SANTOS, Gideon B. Intensificação e Precarização social do trabalho de professores de escola pública: um estudo exploratório na região da Baixada Fluminense (RJ). **Revista Trabalho Necessário** , v. 16, n. 29, jun. 2018 . DOI: 10.22409/tn.16i29.p4641.

NOVA ESCOLA. **A situação dos professores no Brasil durante a pandemia**. Disponível em: <https://lp.novaescola.org.br/l/vLWEcbABF1149>. Acesso em : 09/05/2021.

ORNELL, F., SCHUCH, J. B., SORDI, A. O., KESSLER, F. H. P. “Pandemic fear” and COVID-19: Mental health burden and strategies. **Brazilian Journal of Psychiatry**. 2020.

PIZZINGA, Vivian H. Precarização do trabalho no novo filme do ken loach e a atual pandemia de COVID-19. **Pensares em Revista** , Rio de Janeiro, n. 18, 2020. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/pensaresemrevista/article/view/49995> . Acesso em: 10 ago. 2020. DOI: 10.12957/pr.2020.49995.

REARDON, S. Ebola’s mental-health wounds lingerin Africa. **Nature**, 519:13-4, 2015.

RODRIGUES, Andréa M. S. et al. A temporalidade social do trabalho docente em universidade pública e a saúde. **Ciência & Saúde Coletiva** , Rio de Janeiro, v. 25, n. 5, p. 1.829-1.838, maio 2020 . DOI: 10.1590/1413-81232020255.33222019.

SCHMIDT, B.; CREPALDI, M.A.; BOLZE, S.D.A.; NEIVA, L.; SILVA, L.; DEMENECH, LM. Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19). **Estud. psicol. (Campinas)** vol. 37 Campinas 2020 Epub May 18, 2020.

SLEE, Tom. **Uberização : a nova onda do trabalho precarizado**. São Paulo: ed. Elefante, 2017 .

SHIGEMURA J.; URSANO R.J.; MORGANSTEIN, J.C.; KUROSAWA, M.; BENEDEK, D.M. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: mental health consequences and target populations. **Psychiatry Clin Neurosci**, 2020.

SHOJAEI, S. F.; MASOUMI, R. The importance of mental health training for psychologists in COVID-19 outbreak. **Middle East Journal of Rehabilitation and Health Studies**. 2020. Disponível em: < <https://sites.kowsarpub.com/mejrh/articles/102846.html> >. Acesso em: 08/04/2021.

SOUZA, Kátia R. et al . Cadernetas de saúde e trabalho: diários de professores de universidade pública. **Cadernos de Saúde Pública** , Rio de Janeiro, v. 34, e00037317, 2018 . DOI: 10.1590/0102-311X00037317.

TUCCI, V.; MOUKADDAM, N.; MEADOWS, J.; SHAH, S.; GALWANKAR, S.C.; KAPUR, G.B. The forgotten plague: psychiatric manifestations of ebola, zika, and emerging infectious diseases. **J Glob Infect Dis.** 9:151-6, 2017.

WANG, C.; PAN, R.; WAN, X.; TAN, Y.; XU, L.; HO, C. S.; HO, R. C. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in china. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 17(5), 1729. 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global Health Estimates 2016: disease burden by cause, age, sex, by country and by region, 2000-2016.** Geneva: WHO; 2018.

XIAO, C. A novel approach of consultation on 2019 novel coronavirus (COVID-19)-related psychological and mental problems: Structured letter therapy. **Psychiatry Investigation**, 17(2), 175-176. 2020.

XIANG YT, YANG Y, LI W, ZHANG L, ZHANG Q, CHEUNG T, ET AL. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. **Lancet Psychiatry.** 2020.

ZANDIFAR, A.; BADRFAM, R. Iranian mental health during the COVID-19 epidemic. **Asian Journal of Psychiatry**, 51, 101990, 2020.



Como citar este artigo (Formato ABNT):

LIMA, Otoniel Moreira Leite; CORDEIRO, Normelia Teixeira. Os impactos ocasionados pela Pandemia Covid-19 no Bem-estar Psicológico de Profissionais de Saúde e Professores . **Id on Line Rev.Mult. Psic.**, Julho/2021, vol.15, n.56, p. 525-540, ISSN: 1981-1179.

Recebido: 24/06/2021;

Aceito: 21/07/2021.