



Consequência do Isolamento Social na Pandemia da COVID-19 - Transtornos Psicossomáticos: Breve Revisão Bibliográfica

Autor(res)

Karen Setenta Loiola
Gregório Otto Bento De Oliveira
Regiane Cristina Do Amaral Santos
Heron Flores Nogueira
Rosana Da Silva Lima
Giulia Natalia Santos Mendonça
Glaciane Sousa Reis

Categoria do Trabalho

1

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

Introdução

A pandemia pelo SARS-CoV2, impactou significativamente a saúde mental dos indivíduos de modo geral, devido as medidas de separação física adotadas, como isolamento, quarentena e distanciamento social. A existência de transtornos mentais, do sofrimento e comprometimento psíquico e as alterações do padrão do sono apresentam comprovadamente efeitos negativos no cotidiano e na qualidade de vida e de saúde das pessoas, como aumento da irritabilidade, baixa concentração e diminuição das atividades diárias. Uma insegurança maior, foi observado, no cenário pandêmico pela COVID-19, já que as pessoas com os objetivos e metas individuais e coletivas foram interrompidas, interferindo diretamente na qualidade da saúde mental desses indivíduos, pois as mudanças no estado psicológico como aumento do estresse, da ansiedade e do pânico maximizaram expressivamente o aparecimento de transtornos psicossomáticos, culminando em depressão e ansiedade em um número significativo de pessoas.

Objetivo

Descrever os impactos do isolamento social na saúde dos indivíduos e contextualizar com o surgimento de transtornos psicossomáticos.

Material e Métodos

Revisão bibliográfica utilizando as bases de dados SciELO, Lilacs, BIREME, EduCapes, PubMed, Google Acadêmico, anais eletrônicos de Universidades Federais e o site do Ministérios da Saúde. Para a revisão foram separados 20 artigos e selecionados 12 para a revisão, publicados entre março de 2020 e setembro de 2021. Excluídos os artigos que não contemplavam a temática da revisão. Pesquisa com os descritores: pandemia, distúrbios do sono, depressão, ansiedade e transtornos mentais.

Resultados e Discussão



A pandemia impactou traumáticamente a saúde mental, causando aumento dos casos de ansiedade, acarretados, substancialmente pela solidão, incerteza e ausência de contato humano. Entre os mais jovens os sintomas de depressão, ansiedade e distúrbios relacionados ao sono durante a pandemia, em contexto de isolamento social teve uma prevalência significativa. A pandemia de COVID-19 acarretou diversos estressores tais como a solidão frente estar isolado, medo de contrair o vírus, tensão econômica e incertezas do futuro. É válido evidenciar que os indivíduos já acometidos por transtornos psicológicos antes da pandemia e que desenvolveram gatilhos que agravaram a sua saúde mental de forma significativa no ponto de vista negativo. Tais impactos concerne de forma direta a qualidade de vida, tendo em vista que um dos critérios para o alcance da saúde e qualidade de vida é o bem estar mental, psicológico e emocional do sujeito.

Conclusão

A saúde mental dos brasileiros foi largamente afetada durante a realidade pandêmica vivenciada, tendo em vista que os aspectos psicológicos envolveram e interferiram nos demais aspectos é de extrema relevância os cuidados voltados para a saúde mental. São grandes os desafios encontrados relacionados a saúde mental no cenário pós pandemia, os sofrimentos psíquicos com o distanciamento e isolamento físico vivido.

Referências

Barros, MBA. Lima, MG. Malta, DC et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiol. Serv. Saúde*, Brasília, 29(4):e2020427, 2020. Universidade Estadual de Campinas, Departamento de Saúde Coletiva, Campinas, SP, Brasil. 2020.

Lira, AVAA. Pereira, NA. Ramos, LAIA. Pachú, CO. Pandemia do coronavírus e impactos na saúde mental: uma revisão integrativa da literatura. *Rev. Psicol. Divers. Saúde*, Salvador, 2021 Março;10(1):168-180. ISSN: 2317-3394.

Ministério da Saúde. (2020). *Fiocruz. Recomendações para gestores*. Fiocruz Brasília. <https://www.fiocruzbrasilia.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Saúde-Mental-e-Atenção-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomendações-para-gestores.pdf>. Acesso em 30 de abril de 2023.