



## **RETRATOS DA PANDEMIA: A FORÇA DA COMUNIDADE QUE SUSTENTA A FAMÍLIA**

CELY CAROLYNE PONTES MORCERF; JOÃO MAZZONCINI DE AZEVEDO  
MARQUES

### **RESUMO**

Retrato, palavra que simboliza a representação da figura do ser humano. Componente na fotografia ou na pintura que descreve um momento ou situação humana e tem como base um conjunto de interações de ambiente e sociedade não representadas, mas que constituíram os fragmentos da parte captada em uma essência de retrato temporal, em um contexto pós covid-19. Significa assim, um corte em um determinado espaço de tempo, que resume um momento histórico e comunitário, neste trabalho representado como o retrato reflexivo da pandemia de covid-19, sob a ótica da Medicina de Família e Comunidade. A criação deste trabalho, Retratos da Pandemia, é ferramenta de estudo e de recordação, em que a ideia de retratar para analisar e guardar a lembrança, faz do conceito de 'Retrato' um registro para estudo e observação que remete à memória de um fenômeno específico em seu contexto histórico. Busca refletir sobre necessidades, saúde mental e as angústias de membros de famílias, de desafios, percepções, particularidades e medos em relação à infecção, proteção, cuidados de saúde, aos problemas socio- econômicos acentuados com o novo contexto social e de saúde. O trabalho conclui que é necessária uma criação, para pacientes e famílias, de espaços expressivos e reflexivos, com redes interpessoais de apoio, ressignificação e empatia, frente às angústias e aos problemas enfrentados durante a pandemia de COVID-19. É nítida na literatura a carência e importância de estimular o exercício do apoio e da identificação através da fala, da representação artística, com rodas de conversas e arte para trabalho da criatividade, captura de percepções da doença, criação de planos conjuntos, entendimento da doença pela fala, depoimento do sofrimento e dos desafios vivenciados pelas famílias, frente a realidade comunitária. A expressão, a fala e o debate sobre o tema atuam como facilitadores de autoconhecimento, superação de medos e frustrações internas.

**Palavras-chave:** saúde da família, covid-19, medicina de família e comunidade, saúde mental.

### **1 INTRODUÇÃO**

A pandemia de COVID-19 acentuou uma grande problemática sanitária associada ao negacionismo de uma parcela da população, junto à propagação de falsas informações, à pressão negativa de baixas condições socioeconômicas, ampliando desigualdades e dificuldades frente a cuidados em saúde e suporte familiar. A proporção da desigualdade social do Brasil foi um campo propício para a disseminação da COVID-19, com dificuldades da maioria dos pacientes dependentes do Sistema Único de Saúde terem acesso a insumos necessários à higiene e condições de proteção, a manutenção de isolamento social para os pacientes positivos, mesmo com problemas e instabilidade de renda ligadas ao trabalho informal ou à exploração trabalhista de alguns empregos. Tal cenário gerou uma angústia sem precedentes na situação de saúde do país, ampliando fragilidades de pacientes e profissionais de saúde. A morte passou a ser algo prevalente e um assunto comum de conversas e da realidade de familiares e amigos próximos. O contato com a ideia de finitude da vida foi mais

frequente e junto surgiu a demanda de problemas em saúde mental coletiva. Os efeitos do início ao desenrolar da pandemia deixaram sequelas em uma população que precisa ser ouvida, mas é limitada a condições de demandas em saúde altas e do curto espaço de tempo de fala do paciente nos atendimentos de saúde. Os baixos salários de grande parte da população brasileira tornam mais difícil o acesso a alternativas seguras de transporte, ao isolamento de casos positivos dos outros familiares em casas pequenas e a moradores de favelas, grotas e comunidades. Os sentimentos de insegurança e de consciência coletiva foram potencializados, porém as angústias, fruto dos desafios da pandemia, ainda continuam influenciando a vida e a forma de visão de mundo da população, principalmente da mais vulnerável socialmente. (ESTRELA et al., 2020; MINAYO & FREIRE, 2020)

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

Para debater a temática da saúde mental sob o olhar familiar e comunitário, assim como ferramentas de enfrentamento em um novo cenário histórico mundial, este presente trabalho foi construído com a metodologia de revisão narrativa de literatura, reflexiva, permitindo assim a ampliação do debate e olhar crítico sobre o assunto abordado. Utilizou-se a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) para a busca de artigos científicos de base para a construção do presente resumo expandido. Foram utilizados os descritores em língua portuguesa “covid-19”, “Saúde Mental” e “Saúde da Família”. Foram selecionados 13 artigos para o presente trabalho.

## **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O início da pandemia de COVID-19 repercutiu negativamente na rotina de vida das comunidades, principalmente das que já se encontravam em grande situação de vulnerabilidade social, por condições precárias de moradia, acesso limitado e difícil aos sistemas de saúde, informalidade do trabalho e os problemas decorrentes das infecções, da necessidade de isolamento aos contaminados por um período longo de tempo contrastada com a necessidade de trabalhar para garantir salário e condições de sustento à família, à falta de suporte de saúde mental e a toda a desestruturação da saúde do indivíduo, evidenciando de forma mais intensa a interdependência do conceito de saúde não limitado apenas à ausência de doença. A maior disseminação do novo coronavírus não ocorreu apenas pela patogenicidade do vírus e facilidade de transmissão e contaminação, mas sim pela fragilidade de condições de vida da maioria da população brasileira, a dificuldades de acesso e confiança a informações fidedignas pela elevada circulação de “fake news” ligada ao medo da população, e pelo cenário de condições desfavoráveis de renda e a tantas iniquidades em saúde. Marcadores de classe social, raça e gênero se mostraram como condição de vulnerabilidade à exposição da COVID-19 nos diversos cenários mundiais. O cenário atual, mostrou ao Brasil a forte necessidade de novas estratégias de melhoria das condições de vida da população, durante a pandemia e após o término. Assim, torna-se essencial o investimento em criação de políticas socioeconômicas que auxiliem e impactem a vida de populações dependentes do sistema de saúde pública e da visão biopsicossocial do ser humano. (ESTRELA et al., 2020; FARO et al., 2020; SANHUEZA-SANZANA et al., 2021)

Com o desenvolvimento da pandemia de covid-19, representada como o grande desafio sanitário do século 21, prevaleceram os sentimentos de ansiedade pelo contato com a impotência de crescimento de hospitalizações para a covid-19 e pelo crescimento de mortos, além do contato próximo com a morte dentro da realidade e entre conhecidos, amigos ou familiares no Brasil. O otimismo é um sentimento essencial para o enfrentamento das sequelas que a pandemia de covid-19 deixou na saúde mental populacional. Preocupações e tentativas de enfrentar os impactos à saúde mental causados pela pandemia foram resultado de

inseguranças, medos, incertezas e mudanças de interações e relações sociais. O enfrentamento das sequelas da pandemia e das inseguranças pessoais depende de estratégias internas dos pacientes para entendimento dos problemas desencadeados, ressignificação e criação de estratégias de mudanças. Preocupação com o futuro, apreensão, elevação do estresse, medo, ansiedade e descontentamento são sentimentos frequentemente expostos e prejudicam o entendimento e aceitação do atual contexto social e sanitário existente no Brasil. A quebra de vínculos provocada pela pandemia de COVID-19 prejudicou a rede de apoio e suporte social da comunidade, o que gerou insegurança, instabilidade, desconfortos, aumento de uso abusivo de substâncias, crescimento de distúrbios psico-emocionais, assim como ampliação da violência intrafamiliar. (SOUSA, ET AL., 2020)

Um estudo buscou verificar os fatores relacionados a sintomas de transtornos mentais em moradores do Rio Grande do Sul, no período de isolamento inicial da pandemia de COVID-19, com um espaço amostral de 799 participantes, obtendo como resultados o fator de diminuição da renda mensal no período como grande influenciador do prejuízo à saúde mental, associado ao maior contato com pessoas conhecidas que faleceram vítimas de complicações de COVID-19, estar em um grupo social considerado de risco para internação e prognóstico negativo da doença, assim como estar mais exposto ao conteúdo de informações sobre infectados e óbitos da pandemia. Um modelo de regressão logística binária demonstrou, em relação ao risco de desenvolvimento de transtornos mentais menores, que fatores que sugerem maior prejuízo à saúde mental seriam ser mulher, ser mais jovem, ter redução de renda no período, diagnóstico posterior de transtorno mental, estar em grupo de risco e ter maior exposição a informações sobre mortes durante a pandemia. Sugeriu-se que ser mulher aumentaria em 2,73 vezes a possibilidade de apresentar um transtorno mental e que as relações interpessoais, familiares e o ambiente de conflito favorecido pelo isolamento da pandemia de COVID-19 poderiam justificar a maior prevalência de adoecimento mental das pacientes, com grandes índices de abuso e violência doméstica contra a mulher. Torna-se assim essencial o desenvolvimento de intervenções na atenção primária em saúde direcionado para campanhas em saúde, prevenção e ações de conscientização e apoio voltadas à saúde, com uma visão holística e dando um enfoque prioritário à saúde mental da população. A literatura mostra também que é necessário ampliar o suporte psicológico e social para melhor atender às grandes demandas comunitárias de saúde mental, principalmente no contexto de surgimento, crises e elevação de transtornos mentais com sequelas de problemas vivenciados na pandemia de COVID-19. (DUARTE et al., 2020)

Um grupo de estudantes de medicina criou na pandemia um espaço de debate literário com ferramentas de produção textual e arte, usando pintura em aquarela para trabalhar os conflitos desenvolvidos pelos alunos durante o período de isolamento. O saldo final do grupo de artes foi de 24 telas em aquarela, colagem em artes plásticas e criação de crônicas e poesias. A arte foi utilizada como forma de enfrentamento e expressão sobre situações de alto estresse desenvolvidas pela pandemia. Nesse contexto, as escolas médicas buscam implementar aos poucos novas metodologias para integrar atividades artísticas e em situação de tempos de pandemia, a arte funcionaria como estratégia de auxílio ao estudante de medicina na representação e vivência de medos e problemas. A perda da empatia foi citada como grande mecanismo de defesa presente ao encarar o novo cenário de incertezas, mudanças e sofrimento, com confronto do estudante de medicina e a experiência de dor dos pacientes, gerando grande sensação de impotência final. (MEDEIROS et al., 2020)

Estudos sobre a pandemia de COVID-19 e saúde mental ainda são necessários e escassos na literatura, pela atualidade do fenômeno, porém consequências negativas da pandemia na saúde mental estão sendo evidenciadas como fator impactante, com piora e surgimento de transtornos mentais em diversos perfis populacionais. A história de epidemias pelo mundo também aponta ao comprometimento da saúde mental das comunidades, como no

caso da epidemia de Ebola na África, em 1995, com relatos de pacientes que sobreviveram sobre as sequelas representadas pelo medo da morte, angústia e temor em transmissão do Ebola para outras pessoas, estigmatização social e afastamento de relações familiares. (SCHMIDT et al., 2020)

A sensação de impotência, perda de controle e preocupação com a duração da situação epidêmica são pontos importantes evidenciados na literatura. Tal comprometimento da saúde mental também ocorreu durante a epidemia de Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS) por outro tipo de coronavírus, em 2003. Das intervenções mais realizadas sobre tais problemas foram descritas criação de cartilhas psicoeducativas, materiais informativos, canais de escuta e suporte psicológico, para suporte emocional via teleatendimento. Surgiram assim de forma remota, na época da quarentena, os primeiros cuidados de suporte psicológico, englobando assistência e apoio humano em situações de crise, oferecendo conforto e alívio de sentimentos de desamparo e preocupações. Os temas e problemas mais abordados de saúde mental nesse contexto foram estresse e ansiedade, medo, solidão, raiva e emoções negativas subjetivas. Nesse caso, o fortalecimento de rede de escuta, expressão e suporte de relações interpessoais, com auxílio psicológico de base foram essenciais para a manutenção da saúde mental de muitos pacientes e familiares na pandemia de COVID-19. (SCHMIDT et al., 2020)

#### 4 CONCLUSÃO

Conclui-se assim que, além de condições patológicas inerentes à COVID-19, deve-se considerar a fragilidade e grande demanda de saúde mental das comunidades, pela existência de relações complexas patológicas fortemente influenciadas por determinantes sociais em saúde e pelo reflexo das angústias da pandemia na realidade familiar de cada indivíduo. (BARROS et al., 2020; SILVA; SANTOS; OLIVEIRA, 2020). A sensação do medo faz parte de uma reação natural do organismo frente a uma ameaça presenciada e exige uma postura de enfrentamento e criação de mecanismos de proteção e defesa individuais, baseados no impacto e na experiência de cada um frente ao sinal de perigo e criação de medo. Tal sentimento de medo frequente e não enfrentado, ou quando não compartilhado junto a possibilidades de enfrentamento, gera impactos e reações emocionais intensas, de inseguranças e alterações comportamentais associadas a solidão, angústias, desesperança, raiva, barganha e distúrbios do sono. É necessário, a partir dessa realidade, o planejamento de ações de suporte à saúde mental, incentivando formas de expressão do paciente e redirecionando comportamentos, atitudes e crenças.

#### REFERÊNCIAS

ANASTASIOU, H.P.; SANTOS, A.J.; ALVARES, K.S. Arteterapia como instrumento para percepção de si: um relato de experiência. **Rev Revise**, v.5, p.141-156, 2020.

BARROS, M.B.A. 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**. v.29, n.4, e2020427, 2020.

DUARTE, M.Q.; SANTO, M.A.S.; LIMA, C.P.; GIORDANI, J.P.; TRENTINI, C.M. Covid-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. **Ciênc. Saúde coletiva**. v. 25, n.9, p.3401-10, 2020.

ESTRELA, F.M. et al. Pandemia da Covid-19: refletindo as vulnerabilidades a luz do gênero, raça e classe. **Ciênc. Saúde coletiva**. v.25, n. 9, p.3431-36, 2020.

FARO, A. et al. Covid-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v.37, e200074, 2020.

GALVANESE, A.T.C. et al. Arte, saúde mental e atenção pública: traços de uma cultura de cuidado na história da cidade de São Paulo. **Hist. Cienc. Saúde – Manguinhos**, v.23, n.2, p.431-452.

MEDEIROS, M.S. et al. A arte como estratégia de coping em tempos de pandemia. **Rev bras educ med.** v.44, Suppl 01, e0130, 2020.

MINAYO, M.C.S.; FREIRE, N.P. Pandemia exacerba desigualdades na Saúde. **Ciênc. Saúde Coletiva**, v.25, n.9, p.3555-56, 2020.

SANHUEZA-SANZANA, C. et al. Desigualdades sociais associadas com a letalidade por Covid-19 na cidade de Fortaleza, Ceará, 2020. **Epidemiol. Serv. Saúde**, v.30, n.3, e2020743, 2021.

SCHMIDT, B.; CREPALDI, M.A.; BOLZE, D.A.S.; NEIVA-SILVA, L., DEMENECH, L.M. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estud. Psicol.** v.37, e200063, 2020.

SILVA, H.G.N.; SANTOS, L.E.S.; OLIVEIRA, A.K.S. Efeitos da pandemia do novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. **J. nurs. Health.** v.10, e20104007, 2020.

SOUSA, A.R. et al. Sentimento e emoções de homens no enquadramento da doença Covid-19. **Ciênc. Saúde coletiva**, v.25, n.9, p.3481-91, 2020.

VALE, C.S.; RIBEIRO, A.K.C.M.; SILVA, N.S.; LAGO, R.R.; LAGO, S.D. Arteterapia como estratégia de cuidado em saúde mental no âmbito da atenção primária: um relato de experiência. **J Manag Prim Health Care.** v.13, e014, 2021.