

OMS adverte que os efeitos psicológicos da pandemia serão de longo prazo e que medidas para amenizá-los devem ser adotadas agora

Um longo período de prejuízos mentais

Michael Dantas/AFP - 9/5/21



Especialistas alertam que, em países com alto registro de óbitos, como o Brasil, as complicações podem ser acirradas



» VILHENA SOARES

A pandemia da covid-19 terá um impacto de longo prazo na saúde mental das populações, advertem especialistas da Organização Mundial da Saúde (OMS). O alerta foi feito ontem, em Atenas, na abertura de um fórum europeu sobre o impacto do coronavírus e entra em concordância com estudos científicos mostrando aumento das taxas de distúrbios psiquiátricos, como depressão e ansiedade, ao longo da crise sanitária. Especialistas da área têm ressaltado a necessidade da adoção urgente de medidas governamentais para enfrentar o problema.

A OMS considera que não é apenas o contágio, ou o medo dele, que tem afetado a saúde mental das pessoas. “O estresse causado pelas desigualdades socioeconômicas e pelos efeitos da quarentena, do confinamento, do fechamento de escolas e dos locais de trabalho tem consequências enormes”, afirma o diretor da agência na Europa, Hans Kluge. “A pandemia abalou o mundo. Mais de 4 milhões de vidas foram perdidas em todo o planeta, rendas foram destruídas, famílias e comunidades se separaram, empresas quebraram”, complementa.

Dados sobre depressão e ansiedade de diversos países já indicam os impactos da pandemia. Em dezembro, uma pesquisa feita pelo Centro de Controle de Doenças dos Estados Unidos com 800 mil pessoas mostrou que 42% delas tiveram sintomas dos dois distúrbios em 2020 — um aumento de mais de 200% considerando o ano anterior. Um estudo da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) publicado, em agosto último, no jornal *The Lancet*, indicou aumento de 90% nos casos de depressão no Brasil, durante a pandemia. A análise revelou, ainda, que o número de pessoas com crise de ansiedade e estresse agudo praticamente dobrou entre março e abril de 2020, no início da crise sanitária.

Os especialistas da OMS e autoridades europeias também destacaram, no evento, que o “impacto de longo prazo e de grande alcance” na saúde mental exige a adoção imediata de medidas. “Estamos falando de um componente-chave da nossa saúde, que requer ação (dos governos) agora. Precisamos falar abertamente sobre o estigma que acompanha a saúde mental”, ressalta o primeiro-ministro grego, Kyriakos Mitsotakis. Para o vice-presidente da Comissão Europeia, Margaritis Schinas, “a pandemia exacerbou o enorme desafio da saúde mental”. “Não há desculpa para adiar (esse debate)”, defende.

A OMS também recomendou que os países fortaleçam os serviços de saúde mental, garantindo a melhoria do acesso à atenção por meio de tecnologia digital, o aumento dos serviços de apoio psicológico em escolas, universidades e locais de trabalho e também para pessoas que trabalham na linha de frente contra a covid-19. “A saúde mental e o bem-estar devem ser percebidos como direitos humanos fundamentais”, ressalta Kluge.

Quarta onda

Segundo Renata Figueiredo, presidente da Associação Psiquiátrica de

Em alta no Brasil

Pesquisa da Fiocruz entre abril e maio de 2020 mostrou que 18% dos brasileiros aumentaram o consumo de álcool durante a pandemia, com taxas maiores entre pessoas com 30 a 39 anos (26%) e menores entre idosos (11%). Um estudo da Universidade de São Paulo (USP) indicou aumento de 40,8% no consumo de tabaco e de outras drogas entre mais de 3 mil entrevistados de maio a junho do mesmo ano.

Brasília (APBr), os desdobramentos mentais da covid têm sido considerados a quarta onda da doença. “Seria justamente esse aumento de transtornos psiquiátricos, que deve ser ainda mais expressivos por motivos diversos. Temos pessoas que largaram o tratamento que faziam com medo de sair de casa e também os efeitos gerados pelo isolamento”, explica. “Os danos da falta de contato social que vemos, agora, na clínica são frequentes principalmente em idosos, que perderam o contato com a família e ficaram com medo da

doença. Isso tudo pode causar ansiedade e depressão.”

A especialista avalia que o cenário é preocupante para o Brasil, que é líder em casos de ansiedade. “Com essa taxa alta, você soma os danos econômicos e o luto por que muitas pessoas têm passado. É tudo propício para danos à saúde mental dos brasileiros”, justifica. “Outro problema que temos visto é o aumento de consumo de drogas. Ao ficar mais tempo em casa, as pessoas têm esse acesso mais fácil, que não acontecia no trabalho presencial.”

Para Renata Figueiredo, lidar com essas dificuldades exige um investimento em saúde pública, com, por exemplo, o aumento de profissionais e a oferta de tratamento. “Temos que oferecer a possibilidade de a pessoa conversar com o médico presencialmente e também virtualmente. É importante esse incentivo à telemedicina, pois pode evitar que as pessoas larguem os tratamentos pela metade”, defende. “Temos que criar opções para aumentar o acesso aos especialistas, e precisamos também de mais médicos para atender a essa demanda de atendimentos e evitar que as pessoas fiquem esperando na fila. Indivíduos com risco de suicídio ou que querem largar um vício em drogas não deveriam ficar esperando.”

Desnutrição aumenta a vulnerabilidade

Adultos e crianças infectados pelo novo coronavírus com histórico de desnutrição podem ter mais risco de sofrer a forma grave da covid-19, segundo pesquisa publicada na última edição da revista especializada *Scientific Reports*. Os autores acreditam que os novos dados podem ajudar na escolha de tratamentos mais efetivos para esse grupo de pessoas, evitando ao máximo o óbito.

No artigo, os cientistas americanos explicam que a desnutrição prejudica o funcionamento do sistema imunológico e pode piorar a infecção viral, o que os motivou a investigar a relação com o Sars-CoV-2. A equipe comparou diagnósticos de desnutrição com os de casos mais graves de covid-19. Eles usaram registros médicos de 8.604 crianças e 94.495 adultos (maiores de 18 anos) hospitalizados em decorrência das infecções pelo coronavírus entre março e junho de 2020.

Das 520 (6%) crianças com covid-19 grave, 39 (7,5%) tinham diagnóstico prévio de desnutrição, em comparação com 125 (1,5%) das 7.959 (98,45%) crianças com covid-19 leve. Dos 11.423 (11%) adultos com covid-19 grave, 453 (4%) tinham diagnóstico prévio de desnutrição, em comparação com 1.557 (1,8%) dos 81.515 (98,13%) adultos com a forma leve da doença.

A pesquisa também mostra que a vulnerabilidade não é detectada em crianças com menos de 5 anos e histórico de desnutrição. “Isso pode ser devido ao fato de haver menos dados médicos para menores de 5 anos. É algo que teremos que avaliar melhor”, afirmam os autores da pesquisa, que foi liderada por Louis Ehwemuepha, do Hospital Infantil de Orange County, nos Estados Unidos. Os cientistas ponderam que o tema precisa ser mais investigado e apostam no uso dos dados atuais como base para a escolha de tratamentos médicos mais eficazes para esse perfil de infectados.

ALERTA GLOBAL

Sedentarismo mata 5 milhões por ano

O sedentarismo é a causa de 5 milhões de mortes por ano, em todo mundo. A taxa foi apresentada em uma série de estudos publicados na última edição da revista especializada *The Lancet*. Os autores também destacam que a escassa realização de atividades físicas é preocupante principalmente em dois grupos: adolescentes e pessoas com deficiências físicas. Para os cientistas, é necessário que esse cenário, que se agravou durante a pandemia, seja revertido o quanto antes.

Os pesquisadores lembram que a inatividade física está ligada a um risco aumentado de doenças não transmissíveis, como enfermidades cardíacas, diabetes e cânceres. Em uma análise global, eles observaram que essas complicações geram pelo menos US\$ 54 bilhões por ano em custos diretos de cuidados com a saúde, sendo mais da metade desse valor gasta pelos governos. A equipe enfatiza ainda que

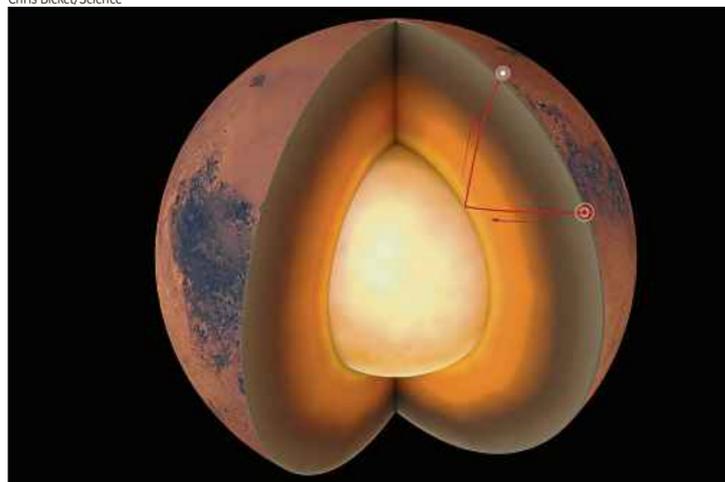
a atual crise sanitária poderá agravar o cenário. “Os bloqueios sociais possivelmente estão associados a taxas reduzidas de exercícios físicos em todo o mundo”, justificam em comunicado.

Uma das pesquisas da série mostra que 80% dos adolescentes não cumprem as diretrizes da OMS de prática de atividades físicas por 60 minutos diários. Além disso, 40% dos adolescentes nunca caminham para ir à escola e 25% permanecem sentados por mais de três horas por dia. Os pesquisadores também examinaram o tempo de tela de adolescentes em 38 países europeus. Descobriram que 60% dos meninos e 56% das meninas passam duas horas ou mais do dia assistindo à televisão, e que 51% dos meninos e 33% das meninas passam duas horas por dia ou mais jogando videogame.

Os autores avaliam que ainda se sabe pouco sobre as consequências desses hábitos. “Precisamos explorar as

Primeiros registros da estrutura interna de Marte

Chris Bickel/Science



consequências de curto e longo prazo da inatividade física entre adolescentes, além de identificar formas eficazes de promover aumentos dos exercícios, especialmente à luz da pandemia da covid-19”, defende, em comunicado, Esther Van Sluijs, autora principal do artigo e pesquisadora da Universidade de

Cambridge, no Reino Unido.

Outro estudo mostra que a proporção de adultos com deficiência que vivem em países de alta renda e atendem às diretrizes de atividade física da OMS varia de 21% a 60%, em contraste com estimativas entre 54% e 91% para adultos sem deficiência. A diferença, segun-

Pela primeira vez, um planeta que não seja a Terra tem a estrutura interna sondada a partir do registro de abalos sísmicos. O resultado desse trabalho foi divulgado na última edição da revista *Science*, que trouxe três estudos a partir de dados obtidos pela sonda InSight, enviada, pela Nasa, ao planeta vermelho, em 2018, com o objetivo de realizar pesquisas no solo marciano. Os estudos mostram que Marte tem um núcleo metálico, de ferro-níquel líquido, muito parecido com o da Terra, só que maior. Também confirmam a suspeita de que o planeta sofre com poucos tremores de terra, e mede a crosta terrestre marciana, que teria cerca de 20 quilômetros de profundidade, além de estar repleta de elementos radioativos.

dos autores, indica a importância de estratégias de incentivo à realização de atividades físicas focadas nos benefícios que elas proporcionam. “Só teremos uma maior conscientização pública sobre a saúde se nos concentrarmos nas vantagens de ser saudável em vez de administrar doenças”, justificam.