



Editora: Ana Paula Macedo
anapaula.df@dabr.com.br
3214-1195 • 3214-1172

Saúde

O VÍRUS QUE PAROU O MUNDO

12 • Correio Braziliense • Brasília, terça-feira, 24 de dezembro de 2024



Pexels/divulgação

Crianças na escola, durante a pandemia: interrupção de marcos importantes da vida foi especialmente traumatizante para os mais jovens

Além das MARCAS FÍSICAS

Cinco anos depois dos primeiros casos de covid-19, a saúde mental da população mundial continua afetada, com uma estimativa de crescimento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão. Especialistas falam em "trauma coletivo"

» PALOMA OLIVETO

As sequelas da pandemia de covid-19 são, geralmente, associadas a fadiga, esquecimento, taquicardia e falta de ar. Os anos de reclusão e medo de uma doença desconhecida, porém, deixaram outras marcas intensas, com aumento expressivo de transtornos mentais. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), houve um crescimento de 25% na prevalência da ansiedade e da depressão globalmente. Estudos também identificaram mais casos de abuso de álcool e suicídios.

"A covid-19 afetou toda uma geração de pessoas, em todos os níveis", afirma Khalid Afzal, psiquiatra pediátrico da Universidade de Medicina de Chicago, nos Estados Unidos. Segundo o médico, tentativas de suicídio e visitas ao pronto-socorro relacionadas ao ato aumentaram significativamente alguns meses após o início da pandemia. No Brasil, um estudo realizado há dois anos pela Fiocruz revelou que, após a primeira onda da doença, houve uma redução de 13% nos casos. Porém, os autores também encontraram uma elevação expressiva dependendo da faixa etária e da região do país.

O estudo, publicado no *International Journal of Social Psychiatry*, constatou que, na região Norte, o excesso de suicídios chegou a 26% entre homens acima dos 60 anos. No Nordeste, o aumento foi de 40% entre mulheres nessa faixa etária. "Nosso trabalho evidencia a importância de tratar o suicídio para além de um problema de saúde individual, pois se trata de uma questão com profunda relação com as desigualdades econômicas e de acessos aos serviços sociais e de saúde pública", revelou o autor do estudo, o epidemiologista Maximiliano Ponte, da Fiocruz Amazônia.

Vulneráveis

O pesquisador também observou que os idosos, além de serem a faixa etária com maior fator de risco de suicídio, são os mais vulneráveis à covid-19. O Norte e o Nordeste foram as regiões brasileiras com maior mortalidade pela doença infecciosa.

"Depois de alguns meses, as pessoas perceberam que a situação não iria mudar tão cedo", recorda Khalid

Afzal. "E quanto mais ficavam isolados, mais esse isolamento se agravava com outros fatores de estresse, como preocupações financeiras e medo de morrer. É muito desanimador ver o preço que isso causou às pessoas. De acordo com o médico, mesmo a situação tendo, aparentemente, voltado ao normal, o peso da pandemia permanece. "É um trauma coletivo, o qual levaremos anos para curar."

As pesquisas indicam que as crianças e os adolescentes foram particularmente afetados com as medidas de isolamento. Interrupção de marcos importantes da vida, como formaturas, foi especialmente traumatizante para os mais jovens, assim como a falta de privacidade e as tensões causadas pelo confinamento das famílias em ambientes fechados. "Para as crianças, o lar deveria ter funcionado como um ambiente seguro e acolhedor, mas, em muitos casos, tornou-se um espaço

de sobrecarga emocional", observa a psicanalista e neuropsicóloga Sílvia Oliveira, de Brasília.

Hispânicos

Um estudo publicado na revista *Academic Pediatrics* por pesquisadores do Johns Hopkins Children's Center, nos Estados Unidos, descobriu que as taxas de depressão, ansiedade e pensamentos/comportamentos suicidas aumentaram significativamente durante a pandemia e no período pós-pandemia entre crianças e jovens de 8 a 20 anos. No país norte-americano, o fenômeno afetou especialmente mulheres negras, asiáticas e hispânicas.

"Nossas descobertas mostram que esse é um problema real que precisamos resolver em todas as frentes", diz Laura Prichett, primeira autora do estudo, professora assistente de pediatria geral na Escola da Universidade

Johns Hopkins. "Está claro que esses últimos anos tiveram um impacto significativo na saúde mental dos jovens. Esse é um problema sério e precisamos tomar medidas urgentes."

Segundo Royce Lee, psiquiatra e pesquisador da UChicago Medicine, nos Estados Unidos, além das perturbações sociais terem desencadeado sofrimento mental, há fatores biológicos que afetam o cérebro e o comportamento. O médico destaca que, embora o Sars-CoV-2 seja um vírus respiratório, ele ataca muitos sistemas do organismo, podendo desencadear inflamações perigosas.

Mecanismos

"Existem caminhos causais em ambas as direções entre a ativação imunológica e a função cerebral, que afetam o comportamento e as emoções", afirma Lee, cuja pesquisa se concentra nessa área.

"Em particular, existe uma ligação muito forte entre a ativação imunológica e a regulação da raiva", acrescenta. A ativação imunológica pode vir diretamente do próprio vírus ou ser causada indiretamente pelo estresse e pelo medo.

Lee cita a gripe espanhola, de 1918, como exemplo para a compreensão de alguns dos efeitos de uma pandemia mundial na saúde mental. "Houve uma espécie de resposta tardia: nos dois ou três anos seguintes ao surto viral, a prevalência de distúrbios psiquiátricos aumentou e alguns novos surgiram, provavelmente como resultado da ativação imunológica", explica. "Foi quase como uma segunda onda neuropsiquiátrica da pandemia. Mas, então, tudo ficou quieto novamente e mais ou menos voltou ao normal. Acho que é possível vermos tendências semelhantes com essa pandemia", afirma.

Quatro perguntas para Sílvia Oliveira, psicanalista e neuropsicóloga

Um estudo norte-americano recente demonstrou que as pessoas passaram a sair menos de casa depois da pandemia. O isolamento forçado pode, agora, ter se tornado o "novo normal"?

Sim, o isolamento forçado durante a pandemia pode ter gerado um "novo normal" que transformou profundamente as dinâmicas de interação social, promovendo uma retração no contato com o mundo externo. Sob a perspectiva psicanalítica, isso pode ser compreendido como uma tentativa do sujeito de lidar com o trauma vivido, utilizando o isolamento como defesa contra as angústias e incerteza, gerando padrões de comportamento evitativos (esquiva de situações sociais), comprometendo a saúde mental ao longo do tempo.

No geral, a população tem noção do impacto da pandemia na saúde mental?

Embora exista certa consciência coletiva sobre os impactos da pandemia, ainda é limitado o

entendimento profundo desses efeitos. Muitos indivíduos não reconhecem que sintomas como ansiedade, depressão e dificuldades de relacionamento são manifestações diretas das perdas vividas nesse período, sejam elas concretas (como a perda de pessoas próximas) ou simbólicas (como a perda de liberdade ou rotina). A psicanálise nos ajuda a compreender que esses sintomas podem ser expressões de um trauma não elaborado, enfatizando a necessidade de estratégias práticas para enfrentamento e resiliência.

Quais foram os principais impactos em crianças e adolescentes?

Para crianças e adolescentes, os impactos foram particularmente intensos, pois essas fases do desenvolvimento dependem da socialização para a construção da identidade e das habilidades emocionais. O confinamento interrompeu processos essenciais de aprendizado social e de troca afetiva. Do ponto de vista psicológico, isso

Arquivo pessoal



Sílvia Oliveira, psicóloga e psicanalista em Brasília*

pode ter resultado em aumento de sintomas ansiosos, dificuldades de aprendizado e comportamentos regressivos. Esses jovens podem ter internalizado um "mundo perigoso", influenciando a forma como lidam com medos, vínculos e explorações futuras. Além disso, para as crianças, o lar deveria ter funcionado como

um ambiente seguro e acolhedor, mas, em muitos casos, tornou-se um espaço de sobrecarga emocional. Para os adolescentes, as redes sociais se transformaram em um substituto do contato social, funcionando como um "espaço transicional". Contudo, esse espaço virtual não supre plenamente a necessidade de trocas reais, podendo reforçar sentimentos de solidão, insegurança e dependência emocional.

Como lidar com os traumas da pandemia?

A psicanálise nos aponta para a necessidade de um processo de elaboração coletiva e individual desse trauma. Isso envolve oferecer espaços de escuta, para ressignificar as experiências vividas e promover estratégias para que as pessoas possam retomar o contato com o mundo externo de forma segura. A pandemia, apesar de seu impacto devastador, pode ser entendida como uma oportunidade para repensar nossas formas de viver, nos relacionar e construir um futuro emocionalmente mais saudável. (PO)