

**PANDEMIA DA COVID-19 E A SAÚDE MENTAL: Psicologia do Medo em Tempos de Pandemia no Brasil**

**COVID-19 PANDEMIC AND MENTAL HEALTH: Psychology of Fear in Times of Pandemic in Brazil**

**PANDEMIA DE COVID-19 Y SALUD MENTAL: Psicología del Miedo en Tiempos de Pandemia en Brasil**

Lucas Veríssimo Batista<sup>1</sup>

Isabelle Ramos Do Carmo<sup>2</sup>

Brenda Santos Lopes Dourado<sup>3</sup>

Juliana Carvalho Ferreira Ferraz<sup>4</sup>

Rayane Ximenes De Melo Coelho<sup>5</sup>

José Ribamar Cunha Sousa Júnior<sup>6</sup>

Centro Universitário UNDB, São Luís, Maranhão

Donny Wallesson dos Santos<sup>7</sup>

Centro Universitário Dom Bosco, São Luís, Maranhão

**RESUMO**

O presente trabalho buscou evidenciar a população que foi afetada por problemas psicológicos e mentais advindas da pandemia da Covid-19 no Brasil, focando nas consequências do isolamento social e a sobrecarga de reforços negativos vindo da mídia, comprovando o que a ideia de Burrhus Frederic Skinner em sua teoria de condicionamento operante, o qual diz que em reforço negativo, uma resposta ou comportamento é reforçada por parar, remover ou evitar um resultado negativo ou estímulo aversivo. A importância do tema pode

<sup>1</sup> Estudante de Medicina. UNDB. lucasverissimobatista@gmail.com.

<sup>2</sup> Estudante de Medicina. UNDB. isabelleramosdc@gmail.com.

<sup>3</sup> Estudante de Medicina. UNDB. Brendaldourado@gmail.com.

<sup>4</sup> Estudante de Medicina. UNDB. julianacarvalhoff@gmail.com.

<sup>5</sup> Estudante de Medicina. UNDB. rayanexmc@gmail.com.

<sup>6</sup> Estudante de Medicina. UNDB. junior.sj@gmail.com.

<sup>7</sup> Doutorando em Políticas Públicas. Mestre em Cultura e Sociedade. Docente do Unidade de Ensino Dom Bosco. E-mail: donny.santos@undb.edu.br

ser ressaltada, principalmente, pelos inúmeros estudos apresentados nos últimos anos sobre a mudança de hábitos, perspectivas e formas de trabalho, mostrando que o isolamento social expõe um lado que nem todos estavam preparados para viver, a solidão. Através de levantamento bibliográfico, foram analisados dados estatísticos da população brasileira, porcentagem desse público diagnosticadas com transtornos de ansiedade e depressão no período de isolamento social e cruzar essas informações com os percentuais de crescimento dessas doenças antes da pandemia, para realizar um comparativo de crescimento entre o antes e o depois. Além de análises sociais e históricas por trás do desses transtornos com foco em forte descarga de reforço negativo advindo da mídia no período trabalhado, traçando paralelos com a retomada das atividades cotidianas após o “*lockdown*”. Constatou-se que a abordagem, majoritariamente descritiva e munida no juízo de valor dos avaliadores, possibilita apenas a comparação entre o antes e depois do isolamento social. A partir dessa constatação, foram considerados os aspectos positivos e negativos do *lockdown*, juntamente com um referencial teórico para embasamento, se propôs balancete entre causas e consequências do isolamento social, calcado na normativa técnica da metodologia científica. A escolha da temática como alvo dessa tese se deve ao seu caráter emblemático e único vivido pela população mundial, algo que ninguém estava preparado ou jamais pensou em viver. O resultado encontrado demonstrou que, através de evidências numéricas, é possível constatar, quantitativa e impessoalmente, o nível de complicações mentais advindas do isolamento social, permitindo comparações, indicações de ajuda e subsequentemente, a cura dessa população que se encontra doente.

Palavras-chave: Isolamento Social. Depressão. Ansiedade. Covid-19.

Lockdown.

## ABSTRACT

The present work sought to highlight the population that was affected by psychological and mental problems triggered by Covid-19 pandemic in Brazil, focusing on the consequences of social isolation and the overload of negative reinforcements coming from the media, proving the idea of Burrhus Frederic

Skinner in his theory of operant conditioning, which says that in negative reinforcement, a response or behavior is reinforced by stopping, removing, or avoiding a negative outcome or aversive stimulus. The importance of this topic can be highlighted, mainly, by the numerous studies presented in recent years about habits that were changed, perspectives and ways of working, showing that social isolation exposes a side that not everyone was prepared to live, loneliness. Through a bibliographic survey, statistical data of the Brazilian population were analyzed, the percentage of this public diagnosed with anxiety and depression disorders in the period of social isolation and cross this information with the percentages of growth of these diseases before the pandemic, to compare the data between before and after. Aside from social and historical analyzes behind these disorders, focusing on a strong discharge of negative reinforcement from the media in the period worked, comparing with the resumption of daily activities after the “lockdown”. This approach, mostly descriptive and based on the value judgment of the evaluators, only allows the comparison between the before and after of social isolation. Moreover, it was considered the positive and negative aspects of the lockdown with a theoretical framework for basement, a balance between causes and consequences of social isolation was proposed, based on the technical regulations of scientific methodology. The choice of the theme as the target of this thesis is due to the emblematic and unique character experienced by the world population and that was something that no one was prepared or ever thought of living. The results showed that, through numerical evidence, it is possible to verify, quantitatively and impersonally, the level of mental illnesses triggered by social isolation, allowing comparisons, indications of help and subsequently, the cure of this population which is compromised.

Keywords: Social isolation. Depression. Anxiety. Covid-19. Lockdown.

## RESUMEN

El presente trabajo buscó destacar la población afectada por problemas psicológicos y mentales derivados de la pandemia de Covid-19 en Brasil, centrándose en las consecuencias del aislamiento social y la sobrecarga de refuerzos negativos provenientes de los medios de comunicación, demostrando

cuál era la idea de Burrhus Frederic Skinner en su teoría del condicionamiento operante, que dice que en el refuerzo negativo, una respuesta o comportamiento se refuerza al detener, eliminar o evitar un resultado negativo o un estímulo aversivo. La importancia del tema puede ser destacada, principalmente, por los numerosos estudios presentados en los últimos años sobre el cambio de hábitos, perspectivas y formas de trabajar, mostrando que el aislamiento social expone un lado que no todos estaban preparados para vivir, la soledad. A través de un levantamiento bibliográfico, se analizaron datos estadísticos de la población brasileña, el porcentaje de este público diagnosticado con trastornos de ansiedad y depresión en el período de aislamiento social y cruzar esa información con los porcentajes de crecimiento de estas enfermedades antes de la pandemia, para hacer un balance. comparación de crecimiento entre el antes y el después. Además de análisis sociales e históricos detrás de estos trastornos, centrándose en una fuerte descarga de refuerzo negativo de los medios de comunicación en el período trabajado, trazando paralelismos con la reanudación de las actividades diarias después del “bloqueo”. Se encontró que el enfoque, mayoritariamente descriptivo y basado en el juicio de valor de los evaluadores, solo permite la comparación entre el antes y el después del aislamiento social. A partir de este hallazgo, se consideraron los aspectos positivos y negativos del encierro, junto con un marco teórico de base, se propuso un balance entre causas y consecuencias del aislamiento social, con base en las normas técnicas de la metodología científica. La elección del tema como objeto de esta tesis se debe a su carácter emblemático y único vivido por la población mundial, algo que nadie estaba preparado ni pensó vivir. El resultado encontrado mostró que, a través de la evidencia numérica, es posible verificar, cuantitativa e impersonalmente, el nivel de complicaciones mentales derivadas del aislamiento social, lo que permite comparaciones, indicaciones de ayuda y, posteriormente, la curación de esta población que se encuentra enferma.

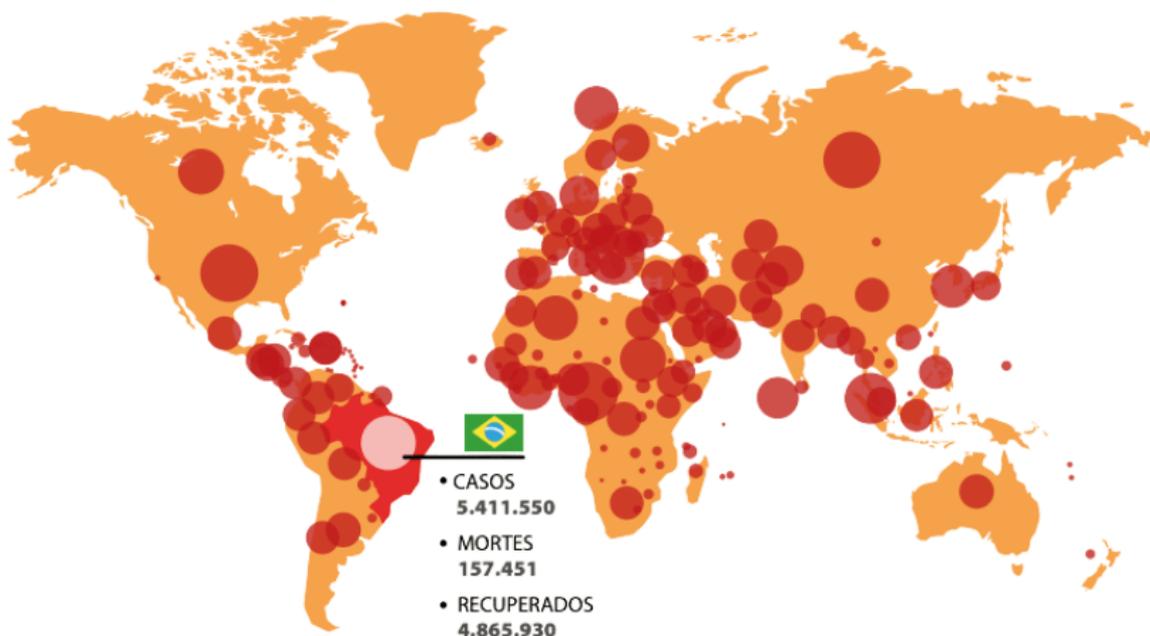
Palabras clave: Aislamiento social. Depresión. Ansiedad. COVID-19. Confinamiento.

## 1 INTRODUÇÃO

No fim de outubro de 2020, ano de maiores agravos por conta da COVID-19, o Brasil chegou a marca de 160 mil mortes (Figura 1) por conta da nova doença. Com um cenário tão alarmante, surge a seguinte indagação: a saúde mental é realmente importante? mesmo com esse gigantesco número de mortes? A saúde não tem preocupações maiores?

A saúde pública brasileira passou pelo próprio esgotamento de recursos, mas é necessário salientar o risco de uma epidemia paralela, que já dá indícios preocupantes: o crescimento exacerbado do sofrimento psicológico, da sintomatologia psiquiátrica e dos transtornos mentais. “Embora o impacto da Covid-19 sobre as doenças psíquicas ainda esteja sendo mensurado, as implicações para a saúde mental em situações como a que estamos vivendo já foram relatadas na literatura científica” (COFEN, 2020).

**Figura 1** – Número de casos e mortes da Covid-19 em 2020.

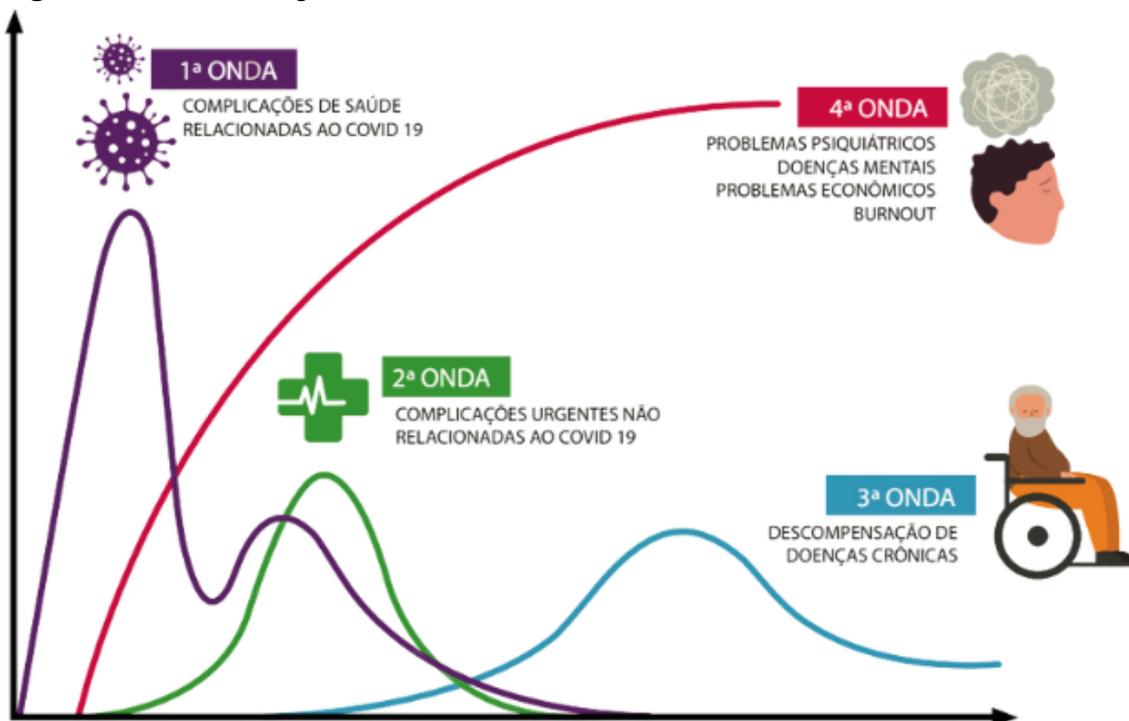


Fonte: COFEN (2020).

O Conselho Federal de Enfermagem reproduziu um “Guia de saúde mental pós pandemia no Brasil” de suma importância para observar as várias esferas de agravo mental que a pandemia trouxe, dentro dessa perspectiva

introdutória, os responsáveis dividiram as consequências da pandemia em quatro ondas. Sendo essas possíveis de serem analisadas na figura 2.

**Figura 2** – Curva de agravos da Covid-19 em 2020.



Fonte: COFEN (2020).

Observando a figura 2 é possível notar o arco crescente que se entra os problemas psiquiátricos, com número muito mais expressivo que as outras ondas, porém, não recebe a mesma atenção que as outras.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

Partindo da metodologia adotada para esse artigo, o estudo teve como base principal a adoção de uma forte revisão da literatura através de referências bibliográficas consolidadas, um grande exemplo disso é o livro do sociólogo e antropólogo Zygmunt Bauman, Medo Líquido, publicado em 2008 mas nunca esteve tão atual, evidenciando como, hoje, o ser humano vive em meio a uma ansiedade constante. O autor ressalta aspectos vivenciados por ele na época, trazendo exemplos como o “medo de perder o emprego, medo da violência urbana, do terrorismo, medo de ficar sem o amor do parceiro, da exclusão.” (BAUMAN, 2008). Apesar de comparações diferentes às vivenciadas durante a

pandemia, pode-se observar que a forma como o medo age nos seres humanos têm uma sequência linear, independente dos motivos, o resultado, a linha de chegada, acaba sendo a mesma.

### **3 METODOLOGIA**

Foi utilizado o método de pesquisa descritiva com a finalidade de analisar os valores através de um estudo profundo do crescimento das doenças mentais durante o período de isolamento social, partindo de uma revisão bibliográfica composta pelos principais autores e estudiosos da área. A finalidade é traçar um “padrão” que possa ser trabalhado como exemplo e aplicado junto aos objetos empíricos. Para isso, a pesquisa será baseada em estudos de autores, como por exemplo Burrhus Frederic Skinner, Zygmunt Bauman, Benjamin J Sadock, entre outros pensadores que elaboraram trabalhos pertinentes ao assunto.

Entretanto, é importante salientar que o corpus de autores tende a aumentar na medida em que a leitura vier sendo desenvolvida. Como objeto empírico, foram selecionados grupos específicos com as características necessárias para serem usados como objetos de estudo. Foram escolhidas por estarem enquadradas como núcleos atuantes e com constante evidência de agravo psicossocial durante o período de recorte deste trabalho.

Partindo dos conceitos apresentados pelos autores da sociologia e estudiosos da saúde mental, o trabalho analisará o perfil destes objetos empíricos, traçando paralelos sobre estudos de comportamento dos estudiosos clássicos da psicologia com o comportamento observado durante o período de isolamento social, para reafirmar esses estudiosos, tendo base esse comportamento atípico vivido no mundo contemporâneo. Para isso, será necessária uma pesquisa documental e profunda revisão bibliográfica desses autores.

Como parte do processo de construção do perfil de grupos estudados, será necessário o levantamento e análise de certas características individuais para que sejam levadas em consideração possíveis predisposições a doenças mentais e observar se o isolamento foi apenas o gatilho final ou se ele, o isolamento, foi o único e total responsável pelo processo de adoecimento como

um todo. O estudo terá caráter essencialmente descritivo, com ênfase na observação e estudo documental, ao mesmo tempo que será necessário o cruzamento dos levantamentos com toda a pesquisa bibliográfica já feita.

#### **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A propagação de notícias sobre a pandemia de Covid-19 tornou a comunicação como frente decisiva no seu confronto, devido ao acompanhamento em intensidade e relevância na crescente disseminação do vírus Sars-Cov-2. Contudo, a compreensão da pandemia não ocorria de maneira clara e equivalente nos diferentes contextos e linguagens. A conjuntura nacional e internacional em discordância e a proliferação do medo pela emergência do conhecimento acerca do coronavírus faz com que cada postagem de veículos jornalísticos tenha uma narrativa específica particular.

Ao relacionar as informações como um fator impulsionador das emoções públicas, como temor, coragem e esperança, é necessário compreender as estruturas na linguagem considerando o caráter de urgência e dimensão dos riscos epidemiológicos na elaboração do discurso dos emissores de notícia com o surgimento do medo e desconfiança em espaços midiáticos. Além disso, destaca-se a importância da apuração do material para a classificação de Fato ou Fake, tendo em vista que a desinformação é um fenômeno de risco para os efeitos e impressões na população.

A notificação da doença às autoridades chegou no final de dezembro, mas só foi mencionada em jornal impresso em 22 de janeiro de 2020, voltando às capas de notícia após o Carnaval, em fevereiro, quando houve o avanço do vírus pela Europa. A discursiva expressava temor nos primeiros meses devido a velocidade do contágio, letalidade do vírus e impacto nas economias mundiais. À medida que a classificação de risco aumentava, crescia uma tensão diária com o relato de números de contaminados e mortos pela doença, assim como a preocupação no mercado financeiro devido ao baixo desempenho das bolsas de valores.

Após a declaração da pandemia pela Organização Mundial da Saúde (OMS), em 11 de março, a cobertura intensificada provocou mudanças nas editoras, havendo destaque integral ao tema e conjunto de dados e imagens

diariamente atualizados. Ademais, houve uma recuperação da credibilidade do jornalismo como mediador e fonte confiável, ocasionando no aumento da produção jornalística proporcional ao consumo.

Contudo, ao tornar a pandemia como um fato jornalístico, surge cenários traumáticos em decorrência do sofrimento e mortes no país e mundo. Essa conjuntura se torna realidade a partir da evolução dos infográficos: começaram com os números de “suspeitos” e “confirmados” no país e passaram a informar apenas os “confirmados” e “mortos” após o primeiro registro de óbito. Os relatos de angústia se tornaram frequentes, especialmente após o anúncio das medidas de contenção tomadas pelas autoridades, com a paralisação das atividades não essenciais e a aderência do trabalho remoto.

Essas medidas de isolamento passaram a aludir a doença como “vírus da solidão” ao vincular imagens de equipamentos de proteção ao ter contato com o outro, áreas públicas vazias e encontros online por meio das vídeo-chamadas. Além disso, a situação econômica no país afluía o sentimento de desespero pela incapacidade de manter o rendimento financeiro mensal, especialmente em áreas periféricas. Por consequência, foi de suma importância a implementação do auxílio emergencial provido pelo governo para manter o sustento de famílias prejudicadas pelas medidas protetivas de isolamento social.

Nesse aspecto, trazendo ao contexto no qual estamos inseridos, é de suma importância identificar os impactos gerados pela pandemia da Covid-19 diante os medos dos profissionais de saúde que estavam na linha de frente. O medo é uma reação espontânea e natural inerente à sobrevivência das espécies e que o homem tem experienciado ao longo de várias etapas da sua vida, podendo incluir inúmeros graus, desde uma simples insegurança até a um pavor principalmente quando isso envolve uma questão familiar, que será abordada nessa discussão. Segundo o artigo, Burnout e saúde mental em tempos de pandemia (1) da COVID -19 (Luz, D.C.R.P., et al.,2022).

A organização mundial da saúde (OMS), ao final do ano de 2019 revelou o surgimento de um novo vírus SARS-CoV-2 advindo da China, a priori um paciente de 55 anos da província de Hubei, próxima a cidade de Wuhan (2). Foi questão de tempo até o vírus se alastrar e contaminar milhões de pessoas, ocasionando assim, inúmeras mortes e causando pânico em todas as populações principalmente por não ter ciência do que se tratava, visto que era

algo totalmente novo e sem precedentes atuais. O contágio se inicia de forma oral, pelas vias respiratórias, mas também há seu período de encubação, seguido dos principais sintomas conhecidos por um estudo realizado por estudantes de medicina da Universidade do Sul de Santa Catarina (3) em comparativo à outras realidades como os 10 mais prevalentes tais como tosse, dores musculares, astenia, febre, dispneia, cefaleia, diarreia, anorexia, escarro e falta de ar (ISER, B. P. M., et al.,2022)

Considerando-se o alto percentual de assintomáticos e de pessoas com sintomas leves, as quais não serão captadas pelo sistema de vigilância de forma completa, por meio da investigação e confirmação laboratorial, cabe aos serviços de saúde estarem atentos à heterogeneidade de sintomas e apresentação clínica da doença. Nesta situação, as medidas não farmacológicas de prevenção devem ser adotadas por toda a população, incluindo o uso de máscaras, higienização constante das mãos e ambientes, além do distanciamento social. De qualquer forma, continua sendo imprescindível a ampliação do acesso aos testes diagnósticos, de forma a se conhecer a situação epidemiológica de cada local e melhor orientar as medidas de controle da disseminação do vírus. (POLETO, 2022).

Tendo em vista o período no qual vivemos, deve se dá importância a relação entre a realização de testes para detectar COVID-19 e indícios de sofrimento psíquico, estresse e burnout entre profissionais de saúde da linha de frente da pandemia em um hospital geral percebendo a prevalência preocupantes de escores elevados de SRQ20, Burnout, Estresse e medo. Portanto, neste momento de crise, os gestores de instituições de saúde, alinhados com os níveis governamentais, devem pensar atitudes que ao menos minimizem o desgaste psicossocial dos profissionais de saúde (4).

Podem-se organizar plantões de atendimento psicológico nas instituições hospitalares, disponibilização de material on-line sobre redução de ansiedade, medo e desespero em momentos de crise, treinamentos constantes para intensificar a segurança na prestação da assistência, contratação emergencial de mais profissionais para diminuição de sobrecarga laboral e garantia de equipamentos de proteção individual. (OLIVEIRA, 2021).

A depressão é uma doença psiquiátrica crônica e recorrente que afeta boa parte da população do mundo. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a depressão será a doença mais comum do mundo no ano de 2030. Está correlacionada à presença de sentimentos como tristeza, opressão, angústia, irritação, desconsolo, desesperança, sentimentos ligados ao humor contínuo,

logo pode também estar associado ou não a transtornos de humor variável (indo de um extremo a outro, hora maníaco, hora depressivo), considerados, assim, transtorno bipolar, que também podem estar associados a estágios de depressão, considerados mania unipolar. Por algum tempo, a depressão e o transtorno bipolar foram considerados doenças distintas, logo, mais recentemente, foram novamente correlacionados e continuamente associados um ao outro. Logo, a maior prevalência entre os transtornos do humor é a depressão.

É importante frisar que a depressão não é uma doença da atualidade, pois já foi descrita em livros de histórias antigas, em personagens famosos, como Ajax na Ilíada, escrito no século VIII, A.C., por Homero.

Segundo Kaplan e Sadock (p. 349, 2017), são fatores que influenciam na incidência da depressão: Sexo, idade, estado civil, fatores socioeconômicos e culturais. O fator do sexo, no que concerne a depressão, independente de país e cultura, a prevalência é duas vezes maior no sexo feminino do que no masculino, podendo ser por conta de aspectos hormonais, estresse psicossociais em níveis diferentes para homens e mulheres e fatores comportamentais de impotência aprendida. Logo, tratando-se do transtorno bipolar, a prevalência é igual entre os sexos.

Quanto a idade, a ocorrência é mais tardia em relação a depressão do que para o transtorno bipolar, logo a idade média é de 30 anos, podendo ocorrer também em crianças de a partir de cinco anos ou em pessoas mais velhas de cinquenta anos. Nos últimos tempos estimou-se uma maior incidência de depressão em pessoas com até 20 anos. Este fato pode estar relacionado ao uso de drogas e álcool em excesso. A recíproca torna-se verdadeira, pois muitos jovens, a fim de afagar a depressão ou transtorno bipolar se perdem entre drogas e excessos de álcool.

Quanto ao estado civil, a ocorrência de depressão e transtorno bipolar é maior em pessoas que não possuem relacionamentos interpessoais íntimos ou que são divorciadas ou separadas. Quanto à condição socioeconômica, não foi encontrada nenhuma correlação quanto à depressão. Logo, para o transtorno bipolar, percebeu-se que a incidência é maior em pessoas com nível social mais alto, logo, também constatou-se que pessoas sem graduação superior também têm índices acima da média para transtorno bipolar. Vale a observação de que

---

os examinadores tendem a não diagnosticar depressão (e sim esquizofrenia) em pessoas com base social ou racial diferente da sua.

Um fator importante que deve ser levado em consideração para estudos sobre depressão e transtorno bipolar são os fatores genéticos. A informação carregada pelos nossos genes que definem tantos elementos dentro de nós, pode influenciar para uma suscetibilidade para transtornos de humor. Alguns estudos tratam experimentos com gêmeos, onde os monozigóticos possuem tendências semelhantes à suscetibilidades desses transtornos, diferentes dos gêmeos dizigóticos que possuem diferentes suscetibilidades para tal. Logo, ainda assim, herdeiros de pais com transtornos de humor têm até 25% a mais de chance de desenvolverem algum tipo de transtorno do que aqueles que não possuem parentes diretos diagnosticados com estes.

Vale ressaltar também que fatores psicossociais têm um grande peso para o desenvolvimento de pessoas com transtornos, especialmente na fase infantil. O conjunto de experiências que temos na vida fazem parte do comportamento que teremos no seio da sociedade e influenciam diretamente nosso comportamento psicológico. Quando as experiências são de cunho maximizador em diversos contextos, podem levar ao desenvolvimento de transtornos de humor a partir de então. Os fatos que vivemos podem ser o gatilho para depressão ou transtorno bipolar. Segue um caso listado por Kaplan e Sadock (2017, p. 354):

A Srta. C., uma mulher de 23 anos, tornou-se agudamente deprimida quando foi aceita em um curso de pós-graduação de uma faculdade de prestígio. Ela tinha estudado muito nos quatro anos anteriores para ser aceita e relatou ter ficado “brevemente feliz, por cerca de 20 minutos”, quando recebeu a boa notícia, mas logo entrou em um estado de desânimo, no qual ponderava de forma recorrente a inutilidade de suas aspirações, estava sempre chorando e teve que se conter para não tomar uma superdosagem letal da insulina de sua colega de quarto. No tratamento, focalizou-se em seu irmão mais velho, que durante toda sua vida a tinha insultado com regularidade, e em como “ele não estava indo bem”. Preocupava-se demais com ele e mencionou que não estava acostumada a ser a “bem-sucedida” deles dois. Em associação com sua depressão, veio à tona que o irmão da jovem tinha tido uma doença pediátrica grave, potencialmente fatal e desfigurante que tinha exigido muito tempo e atenção da família durante toda sua infância. A Srta. C. tinha ficado “acostumada” à maneira insultuosa dele em relação a ela. Na verdade, parecia que necessitava do abuso do irmão a fim de não se sentir esmagada pela culpa de sobrevivente por ser a criança “saudável e normal”. “Ele podia me insultar, mas eu o procurava. Eu o adoro. Qualquer atenção que ele me dá é como uma droga”, ela dizia. A aceitação da Srta. C. no curso de pós-graduação tinha desafiado a imagem compensatória defensiva e essencial de si mesma como menos bem-sucedida, ou danificada, em comparação

com seu irmão e, portanto, esmagado-a pela culpa. Sua depressão diminuiu na psicoterapia psicodinâmica quando entendeu sua identificação com seu irmão e a fantasia de submissão a ele. (KAPLAN, SADOCK, 2017)

Fica claro, no caso acima, que o ponto de partida surgiu na infância, quando os pais da paciente deram toda atenção ao filho com a doença grave e deixaram a demais a mercê de seus próprios pensamentos. Sozinha, procurou entender o porquê aquilo acontecia com ela (ou não acontecia), revestindo-a de culpa por ter nascido saudável e aceitando todo o insulto advindo do irmão, pois se sentia merecedora do insulto.

Muitos são os fatores que podem levar à crise depressiva e bipolar ou ao desencadeamento da doença propriamente dita. Um diagnóstico preciso de transtornos de humor se torna difícil por não ter uma única causa, como ocorre em tantas doenças, logo, se estivermos atentos ao depoimento e comportamento do paciente, podemos identificar o transtorno e tratá-los com eficiência, indicado um tratamento correto e devolvendo a eles uma vida digna e, em muitos casos, normal.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, espera-se que este trabalho tenha contribuído para uma melhor compreensão acerca de como o ser humano necessita de suas relações sociais para manutenção de sua saúde mental, além disso, como os reforços negativos diários advindos da mídia possam ter danos irreversíveis à saúde coletiva. Entretanto, vale lembrar que esse é o trabalho do jornalismo, sendo de responsabilidade pessoal a dosagem entre reforços negativos e positivos para o equilíbrio mental. Diversos grupos da população que mostram sintomas de problemas psicológicos vem pedindo um retorno dos setores públicos para suporte, uma vez que, apesar de ser contemplado pelo SUS, a psicologia e psiquiatria não recebe o suporte que deveria.

Percebeu-se que a inexistência de suporte gera um fenômeno de agravamento da situação, impedindo que pessoas com níveis iniciais de sintomas possam recorrer a um tratamento antes de um agravo mais severo. Essa falta de suporte não condiz com as normativas do Sistema Único de Saúde, fazendo com que a população com depressão ou ansiedade sofra agravos,

gerando internações que poderiam ser evitadas e que tem maiores custos aos cofres públicos.

Para subsidiar este estudo, utilizou-se da estrutura de um referencial teórico e referencial empírico. Com eles, foi possível ter o estudo das bases sobre comportamento, diferenciações entre o que era vivenciado antes, durante e o depois do isolamento social.

Como justificativa para o estudo da temática, foram demonstrados dados estatísticos da população mentalmente afetada e a porcentagem dessa população que recebeu o diagnóstico e agravo de sintomas depois do isolamento social. O intuito desse trabalho é evidenciar a importância da saúde mental na população. Espera-se que outros pesquisadores possam se instigar pela temática, e o que seria ainda mais louvável, que possam ter essa tese como ponto de partida ou contribuição para estudos futuros e que dessa forma possamos andar para um destino com menores índices de depressão e ansiedade.

## REFERÊNCIAS

BAUMAN, Zygmunt. **Medo líquido**. Rio de Janeiro: Editora Zahar, 2008.

COFEN. **Guia de saúde mental pós pandemia no Brasil**.

<http://biblioteca.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2020/12/Guia-de-saude-mental-pos-pandemia-no-Brasil.pdf>. Acesso em: 25 jul. 2022.

SKINNER, B. F. **Behaviorism and Logical Positivism de Laurence Smith**.

Questões recentes na Análise Comportamental. Campinas, SP: Papirus, (1989), 1995.

Luz, D.C.R.P.; Campos, J.R.E.; Bezerra, P.O.S.; Campos, J.B.R.; Nascimento, A.M.V.; Barros, A.B.; **Burnout e saúde mental em tempos de pandemia de COVID -19**: revisão sistemática com metanálise.

<https://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1540/1760>. Acesso em: 25 jul. 2022.

SADOCK, Benjamin J.; SADOCK, Virginia A.; RUIZ, Pedro. **Compêndio de psiquiatria: Ciência do Comportamento e Psiquiatria Clínica**. 11a edição. Porto Alegre-RS. Artmed Editora, 2017.

LOPES, André. Primeiro caso de covid-19 no mundo completa dois anos.

**Exame**, São Paulo, 2021. <https://exame.com/ciencia/primeiro-caso-de-covid-19-no-mundo-completa-dois-anos/amp/>. Acesso em: 25 jul. 2022.

ISER, B. P. M. **Definição de caso suspeito da COVID-19:** uma revisão narrativa dos sinais e sintomas mais frequentes entre os casos confirmados. <https://www.scielo.br/j/ress/a/9ZYsW44v7MXqvkzPQm66hhD/?format=html&lang=pt>. Acesso em: Acesso em: 25 jul. 2022.