

O Papel da Psicologia Frente à Pandemia do COVID-19
Millena Fernandes Vieira e Victória de Oliveira Lopes Velasco
Renata Silva Rosa Tomaz
Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA

Nota das Autoras

Millena Fernandes Vieira, graduanda no curso de Bacharelado em Psicologia, no Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA.

Victória de Oliveira Lopes Velasco, graduanda no curso de Bacharelado em Psicologia, no Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA.

Renata Silva Rosa Tomaz, psicóloga e mestra em Psicologia Clínica e da Saúde pela Pontifícia Universidade de Goiás (PUC-GO), professora e coordenadora da Clínica Escola, membro do NDE do Curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA.

Correspondência referente a este artigo deve ser enviada para o Departamento de Psicologia do Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA, Av. Universitária Km 3,5

Cidade Universitária - Anápolis-Goiás 75070290 Caixa postal 122 ou 901.

Resumo

A pandemia do COVID-19 pode ser considerada uma situação de desastre e emergência, isso porque, desastre é uma situação que gera prejuízo a uma sociedade ou a uma comunidade que tenha sido exposta à fatores de risco e vulnerabilidade, levando a inúmeras perdas pessoais, materiais, ambientais e econômicas. Já emergência é um evento iminente capaz de causar sérias consequências, o que demanda intervenções organizadas, que sejam adequadas e funcionais. Essas definições estão coerentes com o que a população mundial enfrenta diante da pandemia por COVID, as consequências desse momento foram nas áreas da saúde física e mental, em contextos sociais e econômicos. Diante disso, buscou-se a elaboração de uma revisão sistemática da teoria acerca do papel da psicologia em relação à pandemia causada pelo COVID-19. Através desta, propôs analisar a importância do trabalho desse profissional nessas situações de crise. Os resultados demonstram que a contribuição da psicologia em eventos de emergência, desastres, calamidades e catástrofes é fundamental para a manutenção da saúde mental e do bem estar da população atingida, oferecendo estratégias para promoção de qualidade de vida em políticas públicas. Auxiliando na construção e elaboração de instrumentos e ferramentas que avaliam o contexto e atuando em estratégias de intervenção que podem prevenir demandas graves e minimizar o impacto dos eventos de grande risco.

Palavras-chave: Psicologia; Emergência; Desastre; Saúde; Pandemia

O Papel da Psicologia ao contexto do COVID-19

A Organização Mundial da Saúde (2020), publicou um glossário onde define o desastre como um prejuízo no desempenho de uma sociedade ou uma comunidade que tenha sido afetada por situações de grande risco, tendo causado impacto na exposição dessa população, na sua vulnerabilidade e aptidão, levando a inúmeras perdas pessoais, materiais, ambientais e econômicas. Para emergência, a definição é tida como um fenômeno iminente capaz de causar uma série de repercussões, demandando intervenções ordenadas e urgentes, que sejam adequadas e dinâmicas, não apresentando uma característica rotineira. Como descrito acima, situações decorrentes do contexto panorâmico devido ao COVID-19 podem ser consideradas como desastres e emergências. Visto que a pandemia trouxe prejuízo para a saúde, e o isolamento e distanciamento social gerou e continua a gerar problemas financeiros e emocionais, proporcionando risco em diversos níveis para todos os indivíduos.

O acontecimento de um desastre carrega perdas, comumente se avaliando a gravidade pelos prejuízos financeiros e sociais da região afetada, o que faz sentido num contexto estatístico e de avaliação das consequências. Porém uma visão mais ampla e direcionada às vítimas também deve enxergar os abalos psicológicos que estes acontecimentos causam nos afetados, visto que a instabilidade da situação irá refletir na instabilidade das emoções e do manejo das diversas consequências, facilitando o desenvolvimento de transtornos de ansiedade, estresse ou depressão (Makwana, 2019).

A partir então das pesquisas que demonstram as consequências psíquicas destes fenômenos nos seres humanos, o psicólogo encontra mais uma área de atuação para uma busca de maior bem estar, onde pode fazer um papel preventivo, anterior a desastres, com avaliações de ambiente, previsões e diminuição de riscos. Durante e após o fato, o papel do psicólogo se torna mais interventivo, ajudando no planejamento de estratégias que ajudem a população alvo com o manejo da situação, e acompanhe o desenvolvimento dos casos, de forma singular e voltada para a melhora e bem estar, não se restringindo a diagnóstico (Trindade e Serpa, 2013).

No Brasil os eventos considerados naturais, como os tufões, tsunamis, erupções de vulcões e terremotos, não são comuns. Entretanto, o país ainda sofre com aqueles causados pela ação do homem, tendo um histórico de repercussões como deslizamentos, enchentes e incêndios. Devido a não ocorrência de desastres naturais, o país não se preocupa em realizar muitos planos de ação e prevenção, e essas situações de risco podem causar forte impacto na sociedade (Paranhos e Werlang, 2015).

Como eventos de grande impacto provocados pelo homem, as autoras Paranhos e Werlang (2015) citam alguns exemplos ocorridos no Brasil, como casos de enchentes e deslizamentos ocorridos no Rio de Janeiro nos anos de 2009 e 2011, e como o incêndio ocorrido na cidade de Santa Maria - Rio Grande do Sul em uma boate. Todos esses eventos foram tragédias que causaram mortes, desaparecimentos e muitas outras perdas. Outro exemplo que pode ser citado é o rompimento da barragem da empresa Vale, em Brumadinho - Minas Gerais, os autores Chachamovich, Noal e Rabelo (2019) relatam que este desastre chegou a atingir 703 pessoas diretamente e destacam que houve consequências sociopolíticas, culturais, econômicas e em saúde mental. Ou seja, são inúmeros os desastres, catástrofes, emergências ou calamidades que atingem a população de forma significativa e, conforme Paranhos e Werlang (2015), esses eventos podem provocar prejuízos físicos e emocionais, além dos danos materiais, tornando a população vulnerável e ocasionando estresse e sentimentos de desamparo. É possível confirmar aqui, a importância da atuação do psicólogo nesses contextos, elaborando projetos de intervenção e promoção de saúde mental.

Atualmente, no ano de 2020, o mundo se depara com a pandemia do COVID-19, uma doença causada pelo coronavírus que se manifesta através de um quadro clínico que pode chegar a problemas respiratórios graves. De acordo com o Ministério da Saúde (Coronavirus.saude.gov.br, 2020), o vírus foi descoberto em dezembro de 2019 após casos registrados na China. A contaminação se dá através de saliva, tosse, espirro e/ou superfícies contaminadas e se espalhou de forma acelerada pelo mundo, fazendo com que a Organização Mundial de Saúde declarasse estado de pandemia (ONU, 2020).

Enquanto os profissionais da saúde, pesquisadores e cientistas buscam formas de tratamento, vacinas e intervenções, a Organização Mundial da Saúde (2020), em uma tentativa de conter o contágio e desacelerar o número de infectados, propôs o isolamento social e a quarentena como medidas de intervenção. Em uma semana, como declarado pela ONU (2020), o número de mortes por COVID-19 no mundo chegou a 40 mil e no decorrer da pandemia esse número ultrapassou 1 milhão de vítimas, de acordo com a WHO (2020), o que torna a medida de quarentena necessária nesse período.

Em vista do que foi apresentado, há a possibilidade de caracterizar esta pandemia como uma situação de desastre e emergência, devido à sua repercussão negativa tanto na saúde das pessoas quanto na economia dos países. Conforme apresentado pelo Ministério da Saúde, a ocorrência do COVID-19 provoca não só problemas em relação às contaminações pelo vírus, como também situações de risco à saúde mental das pessoas, uma vez que a crise que se vivencia e as medidas de intervenção a serem tomadas podem gerar reações como medo,

ansiedade, alterações ou distúrbios de apetite e do sono, pensamentos frequentes relacionados a morte e ao morrer. Com isso, é provável a não elaboração do luto que as pessoas sofrem em relação à perda de seus entes queridos e à perda dos seus empregos, salários e projetos de vida, dado determinado contexto (Ministério da Saúde, 2020).

O papel da psicologia em tempos como esse é fundamental, assim os profissionais desta área precisam estar capacitados para lidar com as demandas emergentes, criar estratégias criativas e efetivas no combate ao adoecimento mental, na contribuição com o enfrentamento da crise pela população em geral. Trindade e Serpa (2013) dissertam sobre a contribuição da psicologia nos debates em relação às situações de emergências e desastres, refletindo uma busca por promover a cidadania e intervenções que envolvam os indivíduos afetados pela crise, a fim de evitar que eles sejam alienados e, possam colaborar com a minimização das ansiedades e de possíveis transtornos emocionais.

Ainda analisando as ideias de Trindade e Serpa (2013) também é possível enfatizar que a atuação dos profissionais de psicologia em situações de risco não pode se limitar no pós desastre, focar apenas nas consequências das crises, mas deve ser abrangente e buscar intervir no antes, no durante e no depois dos acontecimentos. Sempre pensando na conscientização e no envolvimento das pessoas no processo de enfrentamento.

Devido à crise provocada pelo coronavírus, a Fundação Oswaldo Cruz publicou algumas cartilhas que buscam orientar os profissionais da saúde em sua atuação durante o enfrentamento emergente da pandemia e que são de interesse para esta pesquisa. A cartilha de título “Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: recomendações gerais” aborda quais são as reações comportamentais mais comuns apresentadas durante esse período, quais são as estratégias recomendadas de cuidado psíquico em situação de pandemia, e quais são os critérios para determinar se uma reação psicossocial pode estar se tornando sintomática.

De acordo com a cartilha, no período da pandemia é comum desenvolver sentimentos como incerteza e medo do risco de ser infectado e infectar outros, nesse período também é possível apresentar características de desconfiança dos protocolos de biossegurança estabelecidos e de vulnerabilidade à risco do agravamento de saúde mental e física. Devido à natureza desse contexto, podendo ser considerados os problemas econômicos, sociais e pessoais, foi apontado que as pessoas tendem a apresentar irritação, angústia, tristeza, a sentir desamparo, tédio, solidão e impotência perante os acontecimentos. Assim, são diversos os problemas que podem assolar a população, como o aumento ou diminuição do apetite, problemas de sono e conflitos interpessoais, sendo esse, inclusive, um momento onde as pessoas estão mais suscetíveis à violência, principalmente crianças, mulheres e idosos (Ministério da

Saúde, 2020). Além desta, outras cartilhas publicadas pela FIOCRUZ trazem orientações para a atuação dos profissionais de saúde e para os psicólogos no atendimento online durante a medida de isolamento social.

O Ministério da Saúde, juntamente com a Fundação Oswaldo Cruz, aborda que os profissionais da SMAPS (Saúde Mental e Apoio Psicossocial) devem atuar: reforçando que essas pessoas procurem alguém de confiança para discutir seus sentimentos, problemas e pensamentos; sugerindo que usem estratégias de enfrentamento de algum outro momento semelhante vivenciado no passado; como também prática de leitura, meditação, exercícios de respiração; autocuidado no trabalho para aqueles que não pararam suas atividades laborais; sobre a saudade dos amigos e familiares pode-se sugerir manter ativa essa rede de forma virtual; reduzir o tempo que tem acesso a mídias que muitas vezes pode ser sensacionalista; pedir que evitem uso de álcool, tabaco e/ou drogas; e que caso sintam piora, procure um profissional, da forma que protocolos estaduais e municipais permitem no momento (Ministério da Saúde, 2020).

Esses encaminhamentos acontecem em casos que haja, por exemplo, conduta suicida, sofrimento intenso, problemas com substâncias lícitas e ilícitas, depressão, psicose e estresse pós-traumático. Nesse período de COVID-19 é necessário lembrar que as ações de cuidado auxiliam a não tornar as reações e sintomas considerados “normais” em uma situação “anormal”, a compreender que os cuidados da SMAPS precisam ser compartilhados pelos diferentes campos do cuidado, como a medicina, enfermagem, e não serem restritos só ao psicólogo. E, quem está oferecendo ajuda psicológica deve desenvolver um sentido de escuta responsável, cuidadosa e paciente. Os membros dos grupos de resposta devem investigar suas próprias concepções e preocupações sobre a morte e não devem impor sua visão aos que estão ajudando (Ministério da Saúde, 2020).

De acordo com Melo e Santos (2011), citando Bindé e Carneiro (2001), o desastre é reconhecido a partir de uma concepção indefinida e de amplitude tal que faz imprescindível atender aos aspectos econômico, político e social em que sucedem situações emergentes. Esses autores apontam que diversas variáveis vão interagir no decorrer de um desastre e que, as atitudes das pessoas envolvidas nesse processo constituem o efeito de como essas eminências serão dispostas.

O avanço tecnológico carrega uma característica relacionada aos desastres atuais, no sentido de que não traz consequências apenas por uma comunidade em particular, mas por uma nação inteira e até pelo mundo, uma vez que a disseminação dos meios de comunicação é imediata, principalmente quando se fala da internet, onde, segundo Melo e Santos (2011), os

internautas se mobilizam e se abalam com os desastres que ocorrem no mundo. Por vezes, as pessoas se sentem ameaçadas, esperando que uma crise similar possa suceder mais próximo a elas ou aos seus familiares, o que as torna mais inseguras.

A participação da psicologia no enfrentamento das emergências e desastres é de suma importância para a minimização de suas consequências, pois oferece à população intervenções adequadas, realizadas a partir de um acolhimento que busca apoio para os envolvidos, identificando as demandas sociais e áreas comprometidas. A atuação nesta área ainda é recente no Brasil e se faz cada vez mais necessária, devido às inúmeras situações de desastres que o país tem sofrido nos últimos anos, sejam eles naturais ou não, e a psicologia atuando nesses contextos é fundamental para a promoção de bem-estar social (Paranhos & Werlang, 2015). Portanto, o presente trabalho buscou colaborar com conhecimento acerca das possibilidades de atuação, dos benefícios da promoção de saúde e prevenção, através do desenvolvimento de resiliência.

O primeiro seminário nacional da Psicologia das Emergências e Desastres, aconteceu no ano de 2006 em Brasília e conta com uma cartilha transcrita no site do CRP-SP. O tema Emergências e Desastres foi abordado por três dias através de mesas redondas, conferências e palestras com a participação de diferentes autores e profissionais da área (Coêlho, 2006).

Um dos autores que participaram do seminário, Ocampo (2006, p. 14), relata que os desastres possuem fases de pré impacto, que antecedem o desastre e que podem ser consideradas como um alerta; fases de impacto, sendo o momento em que o fenômeno ocorre; e fases de pós impacto, que são os resultados e consequências do ocorrido. Em cada uma destas fases as pessoas podem apresentar respostas psicológicas diferentes e é válido considerar que as contribuições da psicologia devem estar presentes em todas elas. Ainda como considerado pelo autor é importante que se atente à fase de pré impacto no Brasil, mesmo que não haja fenômenos naturais como terremotos e vulcões.

Sob a perspectiva de Coêlho (2006, p. 62), a definição de desastre e de emergência implica em um grande impacto relacionado a aspectos físicos, de mídia e necessidades financeiras, assim como é possível dizer que se vive uma situação de emergência a partir da necessidade de envolver outros países no problema, deslocar pessoas e liberar recursos. Dito isso, a autora pontua que os profissionais que se propõem a atuar na área de psicologia de emergências e desastres precisam compreender os sistemas que envolvem as mudanças de rotina e atuação nesses períodos de crise; precisam se atentar ao que acontece além do problema latente, nos bastidores, devem saber se preparar e usar o que tiver ao seu alcance para intervir de forma adequada e auxiliar na construção de um bom trabalho em equipe.

Gómez (2006, p. 68) afirma, durante sua participação no seminário, em uma fala bem contextualizada quando diz que o trabalho em emergências e desastres não envolve o indivíduo, mas a cidadania, devendo assim ser um trabalho interdisciplinar e contínuo. Ela apresenta alguns tópicos que podem auxiliar a atuação do profissional psicólogo em períodos de crise, trazendo aspectos relacionados aos desafios que podem ser encontrados, às etapas que são essenciais a serem seguidas e à capacitação que o profissional precisa possuir. Os tópicos em questão são as intervenções a serem feitas no cotidiano: percepção do risco, planejamento, capacitação, comunicação, coordenação, participação e organização comunitária.

É importante ressaltar a relevância da cartilha sobre o primeiro seminário da Psicologia de Emergências e Desastres para esta pesquisa. Uma vez que ela nos leva a compreender o tema deste projeto como uma proposta de atuação que já vem sendo permeada em nosso meio e que, por necessidade, pode ser desenvolvida e mais bem explorada.

A proposta desta pesquisa foi realizar uma análise pautando o papel do psicólogo em emergências e desastres. O tema foi pensado a partir da ocorrência da pandemia COVID-19, uma vez que devido ao seu surgimento observou-se que em períodos de crise como este, profissionais de diversas áreas e em especial profissionais de psicologia, precisam buscar novas formas de realizar o seu trabalho, visando promover saúde em tempos difíceis, além de oferecer tratamentos e psicoeducação necessários e adequados à contextos atípicos. Propôs-se, então, percorrer pela definição da psicologia de emergências, pela atuação do psicólogo em eventos considerados desastrosos e pela construção histórica desta prática; buscou-se, com foco, aprofundar a pesquisa nas consequências do COVID-19 e em formas de atuação adequadas a esta pandemia, explorar as possibilidades de atuação no contexto de desastres, em que as comunidades possam necessitar de atendimento especializado, visando também a importância da psicologia para a minimização dos impactos emocionais e sociais que períodos de crise possam causar, a partir de uma análise bibliográfica e crítica acerca do tema (Alves, Lacerda e Legal, 2012).

Este trabalho apresentou como objetivo a elaboração de uma revisão sistemática da teoria acerca do papel da psicologia em relação à pandemia causada pelo COVID-19, eventos emergenciais e desastrosos. Buscou evidenciar, por exemplo, as contribuições teóricas e técnicas de intervenção da psicologia neste contexto. Neste viés, propôs analisar a importância do trabalho desse profissional em situações de crise.

Método

A produção desta pesquisa caracterizou-se de natureza básica e explicativa, o que segundo Farias (2009) visa adquirir conhecimentos novos que contribuam para o avanço da ciência sem que haja precisão de uma aplicação prática. Apresentou como fonte de dados um caráter qualitativo, uma abordagem que “pretende conhecer, esclarecer, entender, e interpretar os processos que constituem os fenômenos, objetos de investigação.” (Ozella, 2001, como citado em Bock, 2003, p. 122).

A coleta de dados se deu através de uma revisão sistemática da literatura, que propôs reunir pesquisas relevantes acerca de uma questão específica e que utilizam evidências de estudos científicos. A revisão sistemática visa a realização de uma pesquisa secundária acerca da análise de dados de trabalhos e publicações primárias (Ministério da Saúde, Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos, Departamento de Ciência e Tecnologia, 2014). Durante a pesquisa foram utilizados documentos como artigos científicos, cartilhas, glossários, relatos de experiência na área e sites governamentais para seleção, análise e estudos acerca do tema.

Procedimentos

A seleção das publicações utilizadas neste artigo se deu pelo Portal CAPES (O Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior), e pelo Google Acadêmico (devido aos conteúdos recentes sobre a pandemia).

Para a seleção dos artigos os descritores: “Psicologia”, “Saúde Mental”, “Desastres”, “Emergências” e “COVID-19”.

Os critérios de inclusão foram os seguintes:

- Somente artigos científicos, dos últimos 5 anos em língua portuguesa;
- Artigos que se relacionaram com o tema, ou seja, que apresentasse em seu conteúdo as contribuições da Psicologia em Emergências, Catástrofes, Desastres e Calamidades.

Os critérios de exclusão foram:

- Artigos sem relação com a psicologia e o papel desta área no contexto de Emergências, Catástrofes, Desastres e Calamidades;
- Trabalhos anteriores a 2015, de língua estrangeira, que não fossem artigos.

Resultados

De todos os estudos apresentados nas plataformas foram selecionados a partir dos descritores: “Psicologia”, “Desastres”, “Emergências”, “Saúde Mental” e “COVID-19” 10 artigos pelo Portal CAPES, e 11 acessados pelo Google Acadêmico, como observado na tabela 1.

Tabela 1.
Apuração dos artigos pesquisados

	Banco de Dados	
Descrição	CAPES	Google Acadêmico
Artigos encontrados com base nos descritores	309	1.010
Total encontrado	1.319 artigos	
Artigos Excluídos	299	999
Total	1.298 artigos	
Artigos Incluídos	10	11
Total selecionado	21 artigos	

Os dados obtidos na análise quantitativa se relacionam com os critérios de inclusão e exclusão de artigos à medida que para tal seleção foram filtrados os artigos referentes às possíveis atuações no campo de saúde mental frente a pandemia COVID-19. Devido à atualidade do tema, houve dificuldade em encontrar publicações pertinentes ao propósito da pesquisa, foram excluídas, então, publicações pouco aprofundadas, que não se relacionavam com o tema e que não ofereciam possibilidades de intervenção no contexto da pandemia ou outras situações de emergências e desastres. Os artigos incluídos foram escolhidos por apresentar correlação com o tema e por tratar de propostas relacionadas à saúde mental e atuação profissional da psicologia em diferentes áreas.

Na tabela 2 estão descritos os dados qualitativos encontrados durante a coleta nos bancos de dados, como os autores, suas pesquisas, os objetivos e resultados de cada trabalho. Foi possível identificar que os autores de maneira geral abordaram temas relacionados aos sinais de danos psicológicos gerados pelo receio de contrair o coronavírus, pelo isolamento e distanciamento social, desde problemas graves como desenvolvimento ou agravamento de transtornos mentais, até problemas como manusear tecnologia neste momento de isolamento.

Tabela 2.

Publicações selecionadas com ênfase na pandemia COVID - 19

Autor(a)/Ano/Revista/ Local	Publicações	
Afonso, M. P. D., Nabuco, G., & Oliveira, M. H. P. P. (2020). <i>Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade</i> : Rio de Janeiro	O Impacto da Pandemia pela COVID-19 na Saúde Mental: Qual é o papel da Atenção Primária à saúde?	
	Objetivos	Resultados
	Apresentar um ensaio científico com orientações acerca do papel da APS. Expor sugestões frente ao exercício profissional das equipes de Atenção Primária no combate ao adoecimento mental provocado pela pandemia.	O prejuízo em saúde mental pode ser provocado pelo contexto social, pela faixa etária, pelo contágio da doença, pela convivência com o doente ou por um histórico de transtorno mental. A medida de isolamento social e o acesso exacerbado a informações duvidosas colaboram com o adoecimento, assim como a não elaboração do luto. O aspecto político-institucional no Brasil também é apontado como influente nos problemas de saúde mental. É proposto, para a Atenção Primária à Saúde, que se identifique a população que se encontra em risco e que elabore projetos intersetoriais com o intuito de atender às demandas dos mais vulneráveis, e de levar informação à população geral e aos profissionais da saúde sobre estratégias de manejo.
Alves, M. C., Assis, L. M. D. J., Borges, J. C., Costa, C. R., Lofiego, M. C. B., Neves, E. C., Oliveira, G. F., Oliveira, V. C., Pimentel, C. G., & Silva, A. M. S. (2020). <i>Brazilian Journal of Health Review</i> : Curitiba	Acolhimento psicológico durante o COVID-19: relato de experiência	
	Objetivos	Resultados
	Relatar o impacto da pandemia Covid-19 em colaboradores, professores e alunos de um Centro Universitário FAMETRO – CEUNI localizado em Manaus-Amazonas por meio da estratégia de acolhimento psicológico.	Dificuldade de adaptação às atividades na modalidade online, tanto da parte docente quanto da discente; acúmulo de trabalhos acadêmicos e exercícios de fixação; inviabilidade de contato social próximo; exposição em ambientes laborais em setores essenciais e também dificuldade em dissociar o ambiente domiciliar das responsabilidades laborais, o que contribui para o aumento dos níveis de estresse, ansiedade e depressão. Como estratégia de enfrentamento se orienta a reduzir a utilização das mídias sociais com finalidade de diminuir o medo e insegurança, fazer anotações sobre sentimentos, emoções e comportamentos, organizar agenda para elaboração e articulação de atividades, execução de exercício físico, perdura de rotinas alimentares e do sono, e incentivo de ligações à familiares e amigos como forma de distração.
Andrade, L. R., Espiridião, M. A., Lisboa, E. S., Pinto, I. C. M., Soares, C. M., Souza, E. A., & Teixeira, C. F. S. (2020). <i>Ciência & Saúde Coletiva</i> : Rio de Janeiro	A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de COVID-19	
	Objetivos	Resultados
	Fazer uma compilação de artigos científicos internacionais que tratam das questões que afetam os profissionais de saúde que atuam na linha de frente durante a pandemia COVID-19. Apontar intervenções para a atenção à saúde desses profissionais.	O maior problema identificado é o alto risco de contaminação, que gera afastamento, doença e até morte. Ademais é evidenciado um intenso sofrimento psíquico, que se manifesta através de transtornos, insônia e sentimentos de medo. No Brasil, os problemas causados pela falta de verba do SUS são resgatados; esse subfinanciamento e a precarização da força de trabalho nesse contexto afetam os profissionais de saúde. Intervenções adequadas incluem expandir a infraestrutura nos locais de trabalho desses profissionais, reorganizar a atenção básica, reforçar os cuidados necessários relacionados à higiene no trabalho ou em casa e contribuir com a promoção de saúde física e mental para quem atua na linha de frente.

Tabela 2. Continuação

Autor(a)/Ano/Local	Publicações	
Azevedo, L. O., Azevedo, R. C. S., Barros, M. B. A., Damacena, G. N., Gomes, C. S., Gracie, R., Júnior, P. R. B. S, Lima, M. G., Machado, I. E., Malta, D. C., Pina, M. F., Romero, D., Silva, D. R. P., Szwarcwald, C. L., & Werneck, A. O. (2020). <i>Epidemiologia e Serviços de Saúde:</i> Brasília	Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19	
	Objetivos	Resultados
	Analisar a frequência de tristeza, nervosismo e alterações do sono durante a pandemia de COVID-19 no Brasil, identificando os segmentos demográficos mais afetados.	O estudo apurou que o distanciamento social na pandemia aumentou os sentimentos de tristeza e estado depressivo nas pessoas, bem como fez com que elas se sentissem mais ansiosas e nervosas. Constatou também uma piora significativa no sono dos brasileiros.
Bahiano, M.A., Faro, A., Nakano, T.C., Reis, C., Silva, B.F.P., & Vitti, L.S. (2020). <i>Estudos de Psicologia:</i> Campinas	COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado	
	Objetivos	Resultados
	Agrupar dados relacionados às consequências de crises na saúde pública e possíveis crises provocadas pela pandemia COVID-19, buscando expor o impacto de tais crises em saúde mental. Analisar as medidas de intervenção adotadas nos períodos antes, durante e depois das emergências. Expor a emergência do cuidado em saúde mental, com o intuito de minimizar os efeitos negativos e agir de maneira preventiva.	Medidas de intervenção como o isolamento social e como a quarentena podem provocar transtornos de ansiedade e depressão. Uma das estratégias para que essas medidas sejam menos prejudiciais é a informação, orientações adequadas para o contexto. Nos momentos de pré-crise e intra-crise verifica-se um aumento em problemas de saúde mental, sintomas de ansiedade, depressão e sentimentos de medo e raiva, uma estratégia proposta é o atendimento psicológico em plataformas online. No período de pós-crise há sequelas psicológicas de moderadas a severas, sendo verificados maiores impactos em pessoas do sexo feminino. É fundamental garantir assistência à população e promover saúde.
Batista, E.C., Oliveira, A.R., & Rolim, J.A. (2020). <i>Revista Enfermagem e Saúde Coletiva:</i> São Paulo	Manejo da ansiedade no enfrentamento da Covid-19	
	Objetivos	Resultados
	Adquirir informação referente aos sentidos que os pacientes de uma clínica de psicologia atribuem ao contexto da pandemia COVID-19. Pontuar técnicas relevantes para o enfrentamento de sintomas de ansiedade provocados pelo isolamento social.	Este estudo apontou que no decorrer da pandemia, houve um aumento na busca por atendimentos em saúde mental. Os relatos apresentados pelos pacientes mostram uma dificuldade em lidar com as emoções, sentimentos, pensamentos e comportamentos que surgem nesse período. O acesso a inúmeras informações causa medo, estresse, fadiga e ansiedade, levando as pessoas a buscar atendimento visando obter respostas e conforto. Sintomas psicossomáticos colaboram com o aumento na procura por profissionais de saúde mental. Sugere-se, para o enfrentamento da ansiedade, filtrar as informações que se recebe sobre a pandemia e checar a veracidade do conteúdo acessado, buscar os pontos positivos de cada situação vivenciada, buscar por ajuda profissional e quebrar estigmas em relação a saúde mental.

Tabela 2. Continuação

Autor(a)/Ano/Local	Publicações	
Bezerra, C.M.O., Costa, C.F.T., Dantas, E.H.M., Oliveira, L.C., Pereira, M.D. [Mara], Pereira, M.D. [Míria], & Santos, C.K.A. (2020). <i>Research, Society and Development</i> : São Paulo	A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa	
	Objetivos	Resultados
	Verificar a ocorrência de possíveis inferências na relação entre o isolamento social no período pandêmico e a saúde mental. Apontando possibilidades de intervenção a fim de minimizar as consequências dessa relação.	Sintomas como estresse, pânico, ansiedade e sentimentos de medo, culpa e tristeza são comuns neste período e podem acarretar o surgimento de transtornos. As pessoas têm se apresentado em um estado de fragilidade, podendo ter os seus sintomas agravados se postas a longos períodos de isolamento social. É evidente a necessidade de oferecer à população uma atenção especial em se tratando de saúde mental. Os profissionais de psicologia e demais áreas, que colaboram com a promoção de saúde mental, possuem um papel fundamental na construção de projetos de intervenção e prevenção, buscando diminuir as consequências negativas das medidas empregadas no período pandêmico. Assim como nos momentos após a crise, buscando novas formas de se reajustar.
Bezerra, K. P., Costa, K. F. L., Fernandes, A. C. L., Lima, M. F. A. P., Nelson, I. C. A. S. R., Oliveira, L. C., Queiroz, J. C., & Vieira, A. N. (2020). <i>Research, Society and Development</i> : São Paulo	Tecnologias de Informação e Comunicação na Atenção à Saúde Mental de Profissionais da Saúde no Contexto da Pandemia da COVID-19	
	Objetivos	Resultados
	Investigar a colaboração das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) em face do cuidado em saúde mental dos profissionais de saúde, atuando na linha de frente durante a pandemia, através de uma pesquisa de base descritiva e exploratória.	A vulnerabilidade e o prejuízo em saúde mental por parte dos profissionais de saúde são evidenciados, especialmente durante o período da pandemia COVID-19, provocando problemas de saúde e acarretando o surgimento de sentimentos aversivos. É observado que a mediação das TIC é essencial nesse período, colaborando a partir do oferecimento de práticas saudáveis e de fácil execução, como a meditação. As Tecnologias de Informação e Comunicação auxiliam na redução do desgaste ligado ao trabalho e no aumento da capacidade de autocuidado. A busca por orientações e apoio é uma demanda emergente, o que confirma a importância do uso das TIC para a atenção à saúde mental dos trabalhadores.
Bolze, S.D.A., Crepaldi, M.A., Demenech, L.M., Schmidt, B., & Silva, L.N. (2020). <i>Estudos de Psicologia</i> : Campinas	Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19)	
	Objetivos	Resultados
	Levantamento de dados referente a possíveis consequências da pandemia COVID-19 na saúde mental, e organização de propostas de intervenção psicológica relevantes diante da pandemia, a partir de uma revisão da literatura.	As implicações da pandemia na saúde mental incluem sintomas obsessivo-compulsivos, de ansiedade, depressão, estresse, sobrecarga, fadiga e sentimentos de medo, raiva, culpa, frustração, solidão. As intervenções sugeridas incluem informação a respeito de sintomas e reações esperados no contexto pandêmico, canais para escuta psicológica, atendimentos psicológicos online ou através de cartas, estratégias para promoção de bem estar e qualidade de vida; e orientações quanto ao acesso de notícias durante este período.

Tabela 2. Continuação

Autor(a)/Ano/Local	Publicações	
<p>Carvalho, B. L., Floriano, A. A., Franco, A. A., Guinancio, J. C., Ribeiro, W. A., Sousa, J. G. M., & Souza, A. B. T. (2020). <i>Research, Society and Development</i>: São Paulo</p>	COVID-19: Desafios do cotidiano e estratégias de enfrentamento frente ao isolamento social	
	Objetivos	Resultados
	<p>Realizar uma revisão da literatura, expondo os resultados mais relevantes da medida de isolamento social, pontuando alternativas positivas e negativas no processo e fazendo uma relação entre as estratégias de enfrentamento postas a partir da necessidade de isolamento.</p>	<p>O isolamento social pode resultar em transtornos de ansiedade e depressão, aumento na ideação suicida e nos ataques de pânico, sentimentos aversivos, transtornos alimentares e do sono. Os aspectos econômicos e sociais são apontados como facilitadores do prejuízo em saúde mental. A tecnologia e os recursos de informação também são apontados, podendo contribuir, se utilizados de forma inadequada, com comportamentos agressivos e violência doméstica. Para enfrentamento, pontua-se programas de psicoeducação, adoção das medidas de prevenção e isolamento social por parte da população, cooperação e solidariedade, utilização dos meios de comunicação como método de apoio e promoção de acesso a aconselhamento psicológico e a meios fidedignos para informação; rotinas de cuidado adaptadas ao contexto pandêmico e de isolamento para as famílias, e promoção de participação ativa de todos os membros familiares.</p>
<p>Carvalho, L.S., Costa, T.S., Oliveira, G.A.L., Oliveira, T.E.L., & Silva, M.V.S. (2020). <i>Research, Society and Development</i>: São Paulo</p>	O impacto do isolamento social na vida das pessoas no período da pandemia COVID-19	
	Objetivos	Resultados
	<p>Investigar a repercussão das medidas de isolamento social no cotidiano das pessoas no contexto da pandemia COVID-19, a partir da aplicação de um questionário disponibilizado online.</p>	<p>É apontado que as medidas de isolamento provocam sentimentos aversivos que se dão pelo acesso exacerbado a informações sobre o COVID-19. O isolamento social provoca sentimento de insegurança e medo, e dado o contexto esses sentimentos podem acarretar a sintomas de ansiedade e depressão. Uma das causas que podem dificultar o enfrentamento são as incertezas provocadas nesse período, não só pelo excesso de informação, como também pelas mudanças de rotina, falta de tratamento adequado e inconsistência relacionada às recomendações para atividades laborais e de lazer. São apontados também os sentimentos de impotência diante das inúmeras perdas sofridas nesse momento de crise. Durante a pesquisa as palavras que mais apareceram na fala dos participantes foram: isolamento, solidão, medo, proteção e família.</p>

Tabela 2. Continuação

Autor(a)/Ano/Local	Publicações	
Castro, B. L. G., Gai, M. J. P., Moraes, L. Q., & Oliveira, J. B. B. (2020). <i>Revista Psicologia Organizações e Trabalho</i> : Florianópolis	COVID-19 e organizações: estratégias de enfrentamento para redução de impactos	
	Objetivos	Resultados
	Verificar os métodos fundamentais para minimização das consequências da pandemia COVID-19 em ambientes organizacionais no Brasil.	Os métodos englobam estratégias governamentais que incluem a emergência em agir priorizando a saúde pública, regulamentando o trabalho remoto, auxiliando empresas de todo porte, estabelecendo métodos eficazes de comunicação e reduzindo impostos. Espaços digitais incluindo acelerar o processo de transformação e aprimoração no meio, reduzir a infraestrutura de TI, promover colaboração, investir em propaganda e estudar os comportamentos esperados no pós-pandemia. Teletrabalho, constando o desenvolvimento de políticas que visam a empatia e responsabilidade, a preocupação em continuar os processos de trabalho oferecendo os recursos necessários, e a adequada organização do tempo revendo a duração da jornada de trabalho. E saúde mental promovida aos colaboradores através de apoio ao bem estar, sendo necessário a criação de estratégias criativas para comunicação e disponibilização de canais de acolhimento psicológico.
Costa, S. C., Cruz, I. D., Dias, A. A., Lima, D. L. F., Neri, J. R., Nigri, F. M. N., & Rabelo, R. S. (2020). <i>Ciência & Saúde Coletiva</i> : Rio de Janeiro	COVID-19 no estado do Ceará, Brasil: comportamentos e crenças na chegada da pandemia	
	Objetivos	Resultados
	Avaliar os aspectos comportamentais e as crenças da população cearense frente à pandemia de COVID-19, tendo em vista que estes são fatores cruciais para evitar a elevação do número de casos e de mortes por infecções virais.	Foi apurado que as mulheres acreditam ter um risco maior de contrair o coronavírus e isso aumenta seu nível de autocuidado, mesmo que estatisticamente seja comprovado que mais homens foram acometidos pelo vírus do que mulheres. Os homens se veem como invulneráveis, e com isto tendem a se expor em mais situações de risco. Em relação à idade, as pessoas mais jovens apresentam um medo maior de contrair o vírus comparado às pessoas acima de 80 anos, que banalizam o problema e não cumprem quarentena total. Pessoas que moram no interior acreditam estar mais protegidas em comparação às que vivem em grandes centros urbanos, pois não têm contato com aqueles que vieram do exterior. O sistema de crenças e comportamentos locais demonstrou que homens, idosos a partir de 80 anos e aqueles residentes em cidades do interior do estado estão mais vulneráveis à infecção pelo coronavírus.
Dias, P. C., & Maia, B. R. (2020). <i>Estudos de Psicologia</i> : Campinas	Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19	
	Objetivos	Resultados
	Explorar os níveis de ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários portugueses, comparando dois momentos distintos, isto é, um período normal (2018 e 2019) e o período pandêmico (entre a suspensão das aulas e a decretação do estado de emergência em Portugal).	Comparado ao período normal, os resultados confirmam que no período pandêmico houve um aumento significativo de ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários. Com isso, supõe-se que as informações transmitidas por diversos meios de comunicação e as discussões geradas socialmente após as medidas de confinamento, podem ter contribuído para tal aumento.

Tabela 2. Continuação

COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil		
	Objetivos	Resultados
Duarte, M. Q., Giordani, J. P., Lima, C. P., Santo, M. A. S., & Trentini, C. M. (2020). <i>Ciência & Saúde Coletiva</i> : Rio de Janeiro	Verificar os fatores associados a indicadores de sintomas de transtornos mentais em residentes do Rio Grande do Sul, durante o período inicial da política de distanciamento social decorrente da pandemia de COVID-19.	O estudo apurou que ser mais jovem, mulher, ter um diagnóstico prévio de doença mental, não ser trabalhador da saúde, ter tido prejuízo na renda nesse período de quarentena, fazer parte do grupo de risco e estar mais exposto a informações sobre mortos e infectados tendem a apresentar transtornos mentais menores durante a pandemia..
Saúde mental na perspectiva do enfrentamento à COVID -19: manejo das consequências relacionadas ao isolamento social		
	Objetivos	Resultados
Eler, R., Nogueira, J. O., Ribeiro, E. G., & Souza, E. L. (2020). <i>Revista Enfermagem e Saúde Coletiva</i> : São Paulo	Compreender a doença COVID-19, considerando os aspectos da saúde mental no enfrentamento dos efeitos relacionados às medidas de distanciamento social. Sugerir técnicas e ações em psicologia para lidar com os impactos dessas medidas de isolamento.	A medida de distanciamento social desencadeou alguns problemas psíquicos, como: estresse, ansiedade, pânico, sentimentos de solidão e medo, que podem desenvolver quadros de depressão. Alguns manejos sugeridos são as práticas de resiliência e gratidão, manter contato da forma que puder com família e amigos, estabelecer uma rotina criativa, alimentar-se bem e fazer exercícios, separar momentos para o lazer e buscar ajuda profissional perante sintomas mais intensos. Também é sugerido evitar o excesso de acesso a notícias alarmantes. Ademais, estar atento ao “vício digital” nesse período, uma vez que esse vício pode provocar danos psíquicos e comportamentais. São apresentadas algumas técnicas da Terapia Cognitivo Comportamental úteis diante do isolamento, como: regulação emocional e reestruturação cognitiva.
O idoso e a pandemia do covid-19: uma análise de artigos publicados em jornais		
	Objetivos	Resultados
Faustino, A. M., Ferreira, V. H. S., & Leão, L. R. B. (2020). <i>Brazilian Journal of Development</i> : Curitiba	Analisar o que foi apresentado nas notícias, disponíveis em jornais online da capital do Brasil, a respeito das pessoas da terceira idade nas mídias de comunicação no período da pandemia do COVID-19.	As notícias, enfatizando aspectos biológicos, se referem a população idosa de forma pejorativa, compactuando com preconceitos voltados a essa população. Entretanto, oferecem a essas pessoas o acesso à informação, auxiliando principalmente durante o período da pandemia do coronavírus. Notícias sobre ações sociais são um exemplo desse auxílio. Também é apontado a vulnerabilidade dos idosos, uma vez que têm sido afetados de forma mais grave pelo COVID-19, sendo evidenciado, ainda, que há uma grande desigualdade social na população da terceira idade.
Saúde mental e assistência social: desafios durante a COVID-19		
	Objetivos	Resultados
Filho, E. L. L., & Silva, I. L. (2020). <i>Revista Psicologia & Saberes</i> : Porto Seguro	Compreender como os intentos da Política Pública de Assistência Social e da Política de Saúde Mental podem contribuir no enfrentamento aos impactos sociais causados pela pandemia da COVID-19.	O bem estar psicológico é afetado nesse contexto, sintomas de depressão, ansiedade e estresse atingem a população e as pessoas em situações vulneráveis podem ter mais contato com a doença. As equipes buscam evitar aglomerações e manter visitas domiciliares, limitando os atendimentos presenciais às situações mais graves. As políticas de Assistência Social e Saúde Mental podem contribuir através do teleatendimento e promovendo novos benefícios sociais, manejando aglomerações, buscando novas parcerias com o Estado e reorganizando ações intersetoriais.

Tabela 2. Continuação

Autor(a)/Ano/Local	Publicações	
Junior, G.F.A., Lima, N.C.F., Maués, H.P., & Pimentel, A.S.G. (2020). <i>Revista do NUFEN</i> : Belém	Orientações da psicologia brasileira em relação a prevenção da Covid-19	
	Objetivos	Resultados
	Apresentar medidas adotadas pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) que visam orientar as estratégias de atendimento à população diante do contexto da pandemia COVID-19. Utilizando de uma interpretação qualitativa, visando a compreensão e explicação dessas medidas.	O Conselho Federal de Psicologia em colaboração com os Conselhos de Psicologia abre um espaço específico onde disponibiliza informações, orientações e estratégias de enfrentamento aos profissionais a fim de contribuir com sua atuação, principalmente frente a emergências e desastres como a emergência do COVID-19. Priorizando a prevenção, se encontram observações que favorecem o contato de diversas áreas e campos de atuação. Aos gestores é orientado a disponibilização de tecnologias informativas e comunicativas, pensando no atendimento remoto. É solicitado aos planos de saúde que ofereçam atendimento psicológico online. Para que fossem executadas de forma adequada tais atividades, o conselho disponibilizou a Resolução nº 04/2020, que regulamente o exercício profissional por meio de Tecnologias da Informação e Comunicação durante a pandemia. O CFP também reforça as recomendações de higiene e cuidado realizadas pela Organização Mundial de Saúde (OMS).
Justo-Henriques, S. (2020). <i>Psicologia, Saúde & Doenças</i> : Lisboa-PT	Contributo da psicologia da saúde na promoção de comportamentos salutogênicos em pandemia	
	Objetivos	Resultados
	Analisar os fatores psicológicos das causas e consequências das pandemias do século XXI, quais atitudes saudáveis foram adotadas nesses períodos e por fim, avaliar de que modo o conhecimento sobre o papel da psicologia na Gripe A e Ebola pode colaborar na prevenção de comportamentos prejudiciais à saúde na atual pandemia COVID-19.	Pandemias como a Gripe A e o Ebola tiveram consequências psíquicas como exaustão, <i>burnout</i> , sentimento de insegurança e desamparo, e sintomas de depressão e ansiedade, confirmando a necessidade de intervenções em saúde mental nesses períodos onde há surtos de vírus. Para conter o contágio de epidemias as medidas enfatizadas são o isolamento social, o uso de máscaras e a quarentena. Como medidas de enfrentamento são citados o fortalecimento das redes de apoio, a criação de vínculo com as comunidades e a comunicação. As informações passadas nos períodos de pandemia devem ser claras e precisas, considerando a veracidade de cada. Os hospitais devem se ater à proteção dos seus profissionais e fornecer informação sobre a pandemia, a psiquiatria e a psicologia podem auxiliar na minimização do impacto psicológico nos profissionais de saúde.
Santos, M. B., Silva, D. S. C., & Soares, M. J. N. (2020). <i>Revbea</i> : São Paulo	Impactos causados pela COVID-19: um estudo preliminar	
	Objetivos	Resultados
	Realizar uma análise preliminar acerca da pandemia COVID-19, considerando a economia, o meio ambiente, aspectos sociais e históricos. Contribuir com possibilidades sustentáveis, buscando uma ressignificação da interação indivíduo-ambiente durante o isolamento social.	No contexto econômico foi previsto uma queda do Produto Interno Bruto nesse período, espera-se que o Estado promova ações que possam minimizar o impacto, visando o bem estar social, trabalho e renda para a população. Sugere-se investimento no agronegócio. No contexto social foi pontuado que a crise instigou o interesse por ações coletivas e solidárias, como campanhas em redes sociais e doações de máscaras e álcool em gel. O apoio psicológico foi destacado como serviço essencial, atuando de forma voluntária e online nesse período. Na interação indivíduo-ambiente, é necessária educação continuada e constante, aspectos internos e externos precisam de ressignificação e estímulos para práticas sustentáveis.

Discussão

A proposta desta pesquisa foi elaborada visando explorar a participação da Psicologia no desenvolvimento de estratégias e medidas que auxiliem na minimização ou contenção dos impactos causados por eventos considerados emergentes, desastrosos, catastróficos ou de calamidade pública. Com foco na recente pandemia causada pelo COVID-19, esta pesquisa buscou analisar o impacto que períodos como esse causam na vida das pessoas, enfatizando a importância do papel do psicólogo, atuando na promoção de saúde mental com o intuito de verificar e compartilhar seus benefícios com a população em estado de vulnerabilidade.

Com base na fundamentação teórica, foi verificado que os artigos do ano de 2020, que tratam da pandemia do Coronavírus COVID-19, apresentam muitos resultados semelhantes. Diferentes publicações mostram que durante este período de calamidade pública as pessoas apresentaram muitos sentimentos aversivos como raiva, culpa, preocupação, solidão, sentimento de frustração, desamparo e medo, estando este relacionado ao morrer, ao adoecer outras pessoas, à violência doméstica e ao desemprego. Ademais, a população desenvolveu sintomas de insônia, estresse, depressão, ansiedade, sintomas obsessivos compulsivos e, mais presente entre os profissionais da saúde, sintomas de sobrecarga, exaustão e fadiga. É visto que a decorrência dessa crise acarreta muito sofrimento psíquico, colocando a população em um estado grave de vulnerabilidade e fazendo com que haja a necessidade de elaboração de políticas públicas que sejam capazes de fomentar o acesso à saúde, física e mental. (Azevedo; Andrade; Bahiano; Batista; Bezerra; Bolze; Carvalho, B.L.; Carvalho, L.S. e Eler, 2020)

Para a OMS (2020) o desastre é um prejuízo no desempenho de uma sociedade ou uma comunidade que tenha sido afetada por situações de grande risco. Como elaborado pelo autor Makwana (2019), acontecimentos desastrosos e emergentes possuem uma instabilidade que irá refletir diretamente nas alterações de humor, emoções e na forma como se lida com as consequências dessas crises. Esses períodos afetam a estrutura social de uma população e facilitam a ocorrência de transtornos psicológicos que podem permear a vivência das pessoas por muito tempo. O autor aponta, ainda, que crianças, mulheres e a população idosa são grupos que tendem a ser mais atingidos pelo estado de vulnerabilidade.

Os autores Bolze, Crepaldi, Demenech, Schmidt e Silva (2020) demonstram essa relação quando apontam que no período pandêmico há um maior risco quando se trata de violência doméstica, aumentando a necessidade de estratégias de enfrentamento voltadas para a segurança e saúde de mulheres e crianças. Bahiano, et al. (2020) também pontuam que pessoas do sexo feminino podem apresentar sequelas psicológicas de moderadas a severas. Em relação

aos riscos de contração da doença, Duarte, Giordani, Lima, Santo e Trentini (2020) relatam que as mulheres estão menos propensas a desenvolver transtornos, por estar presentes nos grupos que se cuidam mais durante a pandemia.

Para autores como Bindé e Carneiro (2001, citados por Melo e Santos, 2011) situações emergenciais por não apresentar eventos constantes e previsíveis podem se configurar de diversas formas, por isso os autores acima afirmam a importância de observar e considerar os contextos econômico, político e social em que ocorrem as emergências. Pois essas variáveis se interagem e, descrevem a forma como as pessoas enfrentam esses contextos, pois as mulheres na pandemia tendem a adoecer psicologicamente menos ao comparadas aos homens porque tendem a buscar acesso a tratamentos.

Em relação à população idosa, Faustino, Ferreira e Leão (2020) trazem que os idosos têm sido tratados de forma preconceituosa na mídia e que entre essa população há uma grande desigualdade social. Os autores Costa, et al. (2020) evidenciam que essa população banaliza o problema e não respeita medidas de intervenção, o que coloca a terceira idade em uma situação mais grave de vulnerabilidade.

A psicologia das emergências e desastres é uma área recente, voltada para períodos como o da pandemia COVID-19. É visto, a partir do que as autoras Trindade e Serpa (2013) colocam, que o psicólogo pode contribuir com a prevenção, manutenção e promoção de saúde mental nos períodos antes, durante e após o fato. O seu papel é intervir, ajudar através do planejamento de estratégias e colaborar promovendo autonomia e cidadania. Pôde-se perceber que os profissionais de psicologia têm atuado dentro do que lhes concerne, uma vez que, independente da área de atuação, encontram-se estratégias significativas para a minimização dos impactos da pandemia.

Algumas destas estratégias são apontadas pelos autores Junior, Lima, Maués e Pimentel (2020), como o atendimento psicológico online que foi regulamentado pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) através da resolução nº 04/2020, que dispõe do exercício profissional por meio de Tecnologias da Informação e Comunicação durante a pandemia. Essa resolução permite que o profissional realize atendimento psicológico online nesse período, precisando estar cadastrado no Conselho Regional de Psicologia (CRP) e no E-psi (Nóbrega, A. S. F. A., 2020). Como destacado por Santos, Silva e Soares (2020) o apoio psicológico é um serviço essencial na pandemia, de forma voluntária e, devido a medida de isolamento, online. A partir desse fator, pode-se evidenciar que as estratégias de intervenção sugeridas para esse período pandêmico devem focar em sintomas como alteração do apetite, problemas de sono e conflitos

interpessoais, como exemplo, à violência, principalmente contra crianças, mulheres e idosos (Ministério da Saúde, 2020).

Em se tratando das Tecnologias da Informação e Comunicação, Melo e Santos (2011) colocam que a tecnologia na atualidade se relaciona com períodos de desastre de forma a envolver todo o mundo em uma situação de crise, onde quer que ela ocorra. Pode-se pensar que esse fato ocorre uma vez que o acesso à informação, através de mídias sociais, é imediato em todo o mundo, tendo em vista que a internet facilita esse acesso. Os autores relatam que esse aspecto pode gerar insegurança nas pessoas e a partir dos resultados da pesquisa também é possível evidenciar alguns prós e contras do uso das tecnologias para informação e comunicação.

Diversos estudos demonstraram que, no período da pandemia COVID-19, o contato exacerbado à notícias e à incontáveis informações que circulam no meio virtual, sendo estas em grande parte de origem duvidosa, colaboram com o adoecimento mental, podendo causar medo, estresse, ansiedade, comportamentos agressivos a até mesmo contribuir para a violência doméstica (Afonso; Batista; Carvalho, B. L.; Carvalho, L. S.; Dias; Eler, 2020). Por outro lado, as Tecnologias da Informação e Comunicação são grandes auxiliares, visto que podem alcançar pessoas em situação de vulnerabilidade e levar informação adequada visando promover saúde e autonomia. Para Justo-Henriques (2020) a comunicação é imprescindível para o fortalecimento de vínculos e redes de apoio, e a informação transmitida em períodos como o da pandemia COVID-19 deve ser clara e precisa. Bahiano, et al. (2020) relatam que informação adequada e verídica deve ser oferecida visando a diminuição dos impactos das medidas de isolamento social propostas na pandemia. Santos, et al. (2020) aponta que no decorrer da pandemia ocorreram campanhas em redes sociais e o apoio psicológico oferecido online é essencial nesse momento. Os canais de notícias divulgam ações sociais durante a crise e canais para escuta psicológica se tornam essenciais (Faustino, Ferreira e Leão; Bolze, et al., 2020).

Nesse viés, percebe-se que o uso inadequado da tecnologia e dos recursos de informação gera danos psíquicos e comportamentais. Entretanto, existem alternativas que tornam esses recursos essenciais em períodos de desastres e emergências, como o vivenciado pelo COVID-19. Os autores Alves, et al.; Bezerra, et al.; Castro, Gai, Morais e Oliveira; Filho e Silva (2020) sugerem em seus estudos a contribuição através do teleatendimento em políticas públicas e assistenciais; a regulamentação do teletrabalho nos espaços organizacionais, visto que os espaços digitais podem colaborar com o processo de transformação das empresas; a mediação das tecnologias da informação e comunicação a fim de reduzir o desgaste nos ambientes de

trabalho e aumentar a capacidade de autocuidado; e utilizar as mídias com o intuito de estabelecer contato e manter vínculos.

Diante do que foi exposto, faz-se uma reflexão acerca do papel da psicologia frente a emergências e desastres como a pandemia do coronavírus COVID-19. Esta é uma área que, como relatado por Coêlho (2006, p. 62), exige uma atuação ampliada, atenta ao que ocorre nos bastidores, perceptiva às mudanças de rotina e estratégias diante da crise, devendo o profissional estar preparado para utilizar o que estiver ao seu alcance para intervir de maneira apropriada. Enfatiza-se que a ação voltada para períodos de emergência e desastre envolve cidadania, trabalho multidisciplinar e de educação continuada. É válido retornar às intervenções propostas por Gómez (2006, p. 68) que incluem a percepção do risco, o planejamento, a capacitação, comunicação, coordenação, participação e organização comunitária.

Ao vivenciar eventos de desastre, a saúde mental do ser humano pode ser fortemente abalada, gerando aumento nos níveis de ansiedade, estresse pós-traumático, quadros depressivos, ideação suicida, comportamentos violentos e consumo exagerado de álcool e drogas. Um estudo realizado em Brasília (Azevedo et. al., 2020) constatou que o distanciamento social imposto como medida de prevenção do aumento do COVID-19 potencializou o sentimento de tristeza e sintomas depressivos nas pessoas, bem como ansiedade, estresse e piora na qualidade do sono.

Uma epidemia ou pandemia é uma situação de crise e de emergência onde uma atuação conceituada é de máxima importância. A maioria das pessoas afetadas por essas situações experienciam angústia psicológica, a qual tende a intensificar-se ao longo do tempo. A psicologia da saúde é válida nesse processo, uma vez que colabora oferecendo atenção à saúde mental, incluindo apoio psicossocial, colaborando com a criação de grupos de apoio e buscando prevenir os sintomas depressivos, de ansiedade, e de estresse pós-traumático, além de disponibilizar intervenção psicológica para as pessoas que evidenciam angústia frequente e intensa. Em uma situação de epidemia ou pandemia, as respostas psicológicas ao problema também podem ser consideradas epidêmicas e se espalham com rapidez de modo a interromper o processo normal de uma população (Justo-Henriques, 2020).

Para a realização deste trabalho se pautou na ideia de que a atuação profissional dos psicólogos é essencial e precisa principalmente em tempos de crise, uma vez que eventos de grande impacto colocam a população em uma situação vulnerável, de grande risco. Estes eventos exigem uma mobilização geral para o enfrentamento de quaisquer consequências que possam surgir. O papel do psicólogo é contribuir com informação, promover saúde mental e bem estar desenvolvendo intervenções adequadas dado determinado contexto e contingência de

forma dinâmica, fluida e criativa, visando sempre garantir que as pessoas adquiram autonomia para lidar com os problemas e consequências a partir do seu contexto e da sua interação indivíduo-ambiente. O psicólogo, então, deve possuir um olhar amplo, considerar as características e particularidades da emergência, tendo em vista as nuances do que é coletivo e do que é individual.

Considerações Finais

A atuação do profissional de psicologia frente às emergências e desastres deve ser dinâmica, ampla e criativa. O enfrentamento e as ações voltadas à manutenção da saúde mental e do bem estar são necessários a partir do momento em que o problema ocorre, ou é previsto, sendo preciso elaborar medidas de prevenção e promoção de saúde mental nesse período e no decorrer do processo de crise (durante e após o desastre). Cada evento considerado catastrófico ou de calamidade pública possui sua singularidade e o seu grau de ameaça, portanto é exigido dos profissionais que sejam flexíveis e que tenham habilidade para desenvolver estratégias precisas dado cada contexto. Visando sempre a saúde e o bem estar da população.

Esta pesquisa foi elaborada no decorrer da pandemia COVID-19, uma emergência que colocou a população mundial à mercê dos profissionais da saúde e dos pesquisadores da área. No ano de 2020, o número de pessoas afetadas por esse desastre obteve um crescimento significativo a cada dia, são incontáveis os prejuízos econômicos, sociais, políticos e em saúde mental. Fica caracterizado o desencadeamento de transtornos mentais, de sentimentos aversivos, de dificuldades financeiras e sociais durante esse período. Neste viés, é importante enfatizar as ações sociais promovidas no desenrolar da crise. Profissionais da saúde, inclusive os profissionais de psicologia, elaboraram estratégias de intervenção imediatas por todo o mundo. No cenário brasileiro, como apontado, o Conselho Federal de Psicologia e os psicólogos atuantes, buscaram métodos adequados e elaboraram resoluções de imediato, pensando na minimização dos impactos pelo coronavírus e na orientação profissional para esse período. As Tecnologias de Comunicação e da Informação se mostraram essenciais em momentos como esse, colaborando com as medidas de atendimento psicológico online, estratégias de intervenção voltadas à saúde dos trabalhadores da linha de frente e dos pacientes e familiares de pessoas diretamente atingidas pelo vírus.

Em se tratando de saúde mental, as medidas de isolamento social e quarentena são eficientes no combate à disseminação do vírus, entretanto, provocam outros problemas significativos relacionados aos aspectos emocionais. Nesta perspectiva a psicologia e o seu

papel em situações de desastres e emergências, como a população mundial atualmente está enfrentando com a pandemia devido ao COVID-19, deve trazer manejo que auxilie no controle do estresse, de sinais de tristeza e ansiedade, para diminuir o sofrimento mental.

Conclui-se, portanto, que a contribuição da psicologia em eventos de emergência, desastre, calamidades e catástrofes é fundamental para a manutenção da saúde mental e do bem estar da população atingida. A psicologia oferece estratégias para promoção de qualidade de vida em políticas públicas, auxilia na construção e elaboração de instrumentos e ferramentas que avaliam o contexto e dispõe de estratégias de intervenção que podem prevenir demandas graves e minimizar o impacto dos eventos de grande risco.

Sugere-se que sejam buscados mais estudos nessa área. Um fator que seria adequado para a atuação do profissional de psicologia é a implementação da Psicologia das Emergências e Desastres no contexto de formação e especialização acadêmica. A área ainda necessita de mais destaque e divulgação devido a sua importância e complexidade.

Referências

- Afonso, M. P. D., Nabuco, G., & Oliveira, M. H. P. P. (2020). O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: Qual é o papel da Atenção Primária à Saúde?. *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade*, 15(42), 2532. doi: 10.5712/rbmfc15(42)2532
- Alves, M. C., Assis, L. M. D. J., Borges, J. C., Costa, C. R., Lofiego, M. C. B., Neves, E. C., . . . Silva, A. M. S. (2020). Acolhimento psicológico durante o COVID-19: Relato de experiência. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(4), 10070-10079. doi: 10.34119/bjhrv3n4-234
- Alves, R. B., Lacerda, M. A. C., & Legal, E. J. (2012). A atuação do psicólogo diante dos desastres naturais: Uma revisão. *Psicologia em Estudo*, 17(2), 307-315. doi: 10.1590/S1413-73722012000200014
- Andrade, L. R., Espiridião, M. A., Lisboa, E. S., Pinto, I. C. M., Soares, C. M., Souza, E. A., & Teixeira, C. F. S. (2020). A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid- 19. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(9), 3465-3474. doi: 10.1590/1413-81232020259.19562020
- Azevedo, L. O., Azevedo, R. C. S., Barros, M. B. A., Damacena, G. N., Gomes, C. S., Gracie, R., . . . Werneck, A. O. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29(4), e2020427. doi: 10.1590/s1679-49742020000400018
- Bahiano, M.A., Faro, A., Nakano, T.C., Reis, C., Silva, B.F.P., & Vitti, L.S. (2020). COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200074. doi: 10.1590/1982-0275202037e200074
- Batista, E.C., Oliveira, A.R., & Rolim, J.A. (2020). Manejo da ansiedade no enfrentamento da Covid-19. *Revista Enfermagem e Saúde Coletiva*, 4(2), 64-74. Retirado de: <https://www.revesc.org/index.php/revesc/article/view/63>
- Bezerra, C.M.O., Costa, C.F.T., Dantas, E.H.M., Oliveira, L.C., Pereira, M.D. [Mara], Pereira, M.D. [Míria], & Santos, C.K.A. (2020). A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: Uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 9(7), e652974548. doi: 10.33448/rsd-v9i7.4548
- Bezerra, K. P., Costa, K. F. L., Fernandes, A. C. L., Lima, M. F. A. P., Nelson, I. C. A. S. R., Oliveira, L. C., Queiroz, J. C., & Vieira, A. N. (2020). Tecnologias de informação e comunicação na atenção à saúde mental de profissionais da saúde no contexto da pandemia da COVID-19. *Research, Society and Development*, 9(10), e1249108192. doi: 10.33448/rsd-v9i10.8192

- Bock, A. M. B. (org.). (2003). A perspectiva sócio-histórica na formação em psicologia. Sergio Ozella. Capítulo 4: Pesquisar ou construir conhecimento – O ensino da pesquisa na abordagem sócio-histórica. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Bolze, S. D. A., Crepaldi, M. A., Demenech, L. M., Schmidt, B., & Silva, L. N. (2020). Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200063. doi: 10.1590/1982-0275202037e200063
- Carvalho, B. L., Floriano, A. A., Franco, A. A., Guinancio, J. C., Ribeiro, W. A., Sousa, J. G. M., & Souza, A. B. T. (2020). COVID-19: Desafios do cotidiano e estratégias de enfrentamento frente ao isolamento social. *Research, Society and Development*, 9(8), e259985474. doi: 10.33448/rsd-v9i8.5474
- Carvalho, L.S., Costa, T.S., Oliveira, G.A.L., Oliveira, T.E.L., & Silva, M.V.S. (2020). O impacto do isolamento social na vida das pessoas no período da pandemia COVID-19. *Research, Society and Development*, 9(7), e998975273. doi: 10.33448/rsd-v9i7.5273
- Castro, B. L. G., Gai, M. J. P., Morais, L. Q., & Oliveira, J. B. B. (2020). COVID-19 e organizações: Estratégias de enfrentamento para redução de impactos. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, 20(3), 1059-1063. doi: 10.17652/rpot/2020.3.20821
- Chachamovich, E., Noal, D. S., & Rabelo, I. V. M. (2019). O impacto na saúde mental dos afetados após o rompimento da barragem da Vale. *Cadernos de Saúde Pública*, 35(5), e00048419. doi: 10.1590/0102-311x00048419
- Coêlho, A. L. (2006). Psicologia das emergências e dos desastres: uma área em construção. História e desenvolvimento. In I Seminário Nacional de Psicologia das Emergências e dos Desastres: Contribuições para a construção de comunidades mais seguras. Resumos dos trabalhos da Finatec/UNB, 2006 (p. 62-67). Brasília.
- Coronavirus.saude.gov.br. (2020). Sobre a doença. Recuperado em 5 de maio de 2020 de <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#o-que-e-covid>
- Costa, S. C., Cruz, I. D., Dias, A. A., Lima, D. L. F., Neri, J. R., Nigri, F. M. N., & Rabelo, R. S. (2020). COVID-19 no estado do Ceará, Brasil: Comportamentos e crenças na chegada da pandemia. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(5), 1575-1586. doi: 10.1590/1413-81232020255.07192020
- Dias, P. C., & Maia, B. R. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: O impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200067. doi: 10.1590/1982-0275202037e200067
- Duarte, M. Q., Giordani, J. P., Lima, C. P., Santo, M. A. S., & Trentini, C. M. (2020). COVID-19 e os impactos na saúde mental: Uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(9), 3401-3411. doi: 10.1590/1413-81232020259.16472020

- Eler, R., Nogueira, J. O., Ribeiro, E. G., & Souza, E. L. (2020). Saúde mental na perspectiva do enfrentamento à COVID-19: Manejo das consequências relacionadas ao isolamento social. *Revista Enfermagem e Saúde Coletiva*, 5(1), 47-57. Retirado de: <https://www.revesc.org/index.php/revesc/article/view/59>
- Farias, S. H., Fontelles, M. J., Fontelles, R. G. S., & Simões, M. G. (2009). Metodologia da pesquisa científica: Diretrizes para a elaboração de um protocolo de pesquisa. *Revista paraense de medicina*, 23(3), 1-8. Retirado de: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-588477>
- Faustino, A. M., Ferreira, V. H. S., & Leão, L. R. B. (2020). O idoso e a pandemia do covid-19: uma análise de artigos publicados em jornais. *Brazilian Journal of Development*, 6(7), 45123-45142. doi: 10.34117/bjdv6n7-218
- Filho, E. L. L., & Silva, I. L. (2020). Saúde mental e assistência social: Desafios durante a COVID-19. *Revista Psicologia & Saberes*, 9(19), 138-146. Retirado de: <https://revistas.cesmac.edu.br/index.php/psicologia/article/view/1263>
- Gómez, C. (2006). Saúde mental na gestão dos desastres: intervenção no cotidiano e nos eventos. In I Seminário Nacional de Psicologia das Emergências e dos Desastres: Contribuições para a construção de comunidades mais seguras. Resumos dos trabalhos da Finatec/UNB, 2006 (p. 62-67). Brasília.
- Junior, G.F.A., Lima, N.C.F., Maués, H.P., & Pimentel, A.S.G. (2020). Orientações da Psicologia brasileira em relação a prevenção da Covid-19. *Revista do NUFEN*, 12(2), 102-117. doi: 10.26823/RevistadoNUFEN.vol12.nº02artigo68
- Justo-Henriques, S. (2020). Contributo da psicologia da saúde na promoção de comportamentos salutogênicos em pandemia. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 21(2), 297-310. doi: 10.15309/20psd210206
- Makwana N. (2019). Disaster and its impact on mental health: A narrative review. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(10), 3090–3095. doi: 10.4103/jfmpc.jfmpc_893_19
- Melo, C. A., & Santos, F. A. D. (2011). As contribuições da psicologia nas emergências e desastres. *Psicólogo Informação*, 15(15), 169-181.
- Ministério da Saúde. (2020). Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: Recomendações gerais. Rio de Janeiro: FIOCRUZ.
- Ministério da Saúde. (2020). Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: Recomendações para gestores. Rio de Janeiro: FIOCRUZ.
- Ministério da Saúde, Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos, Departamento de Ciência e Tecnologia. (2014). Diretrizes metodológicas: Elaboração de revisão sistemática e metanálise de estudos de acurácia diagnóstica. Brasília: Editora do Ministério da Saúde.

- Nóbrega, A. S. F. A. (2020). Resolução nº 4, de 26 de março de 2020. Diário Oficial da União, Edição 61 Seção 1 Página 251. Retirado de: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-4-de-26-de-marco-de-2020-250189333>
- Ocampo, H. T. (2006). Conferência: Sistemas de atenção às vítimas de situações de emergências e desastres: contribuições possíveis da Psicologia. In I Seminário Nacional de Psicologia das Emergências e dos Desastres: Contribuições para a construção de comunidades mais seguras. Resumos dos trabalhos da Finatec/UNB, 2006 (p. 62-67). Brasília.
- ONU News. (2020). COVID-19. Recuperado 2 de maio de 2020 de <https://news.un.org/pt/search/COVID-19>
- ONU News. (2020). Em uma semana, covid-19 matou mais de 40 mil no mundo. Recuperado 5 de maio de 2020 de <https://news.un.org/pt/story/2020/04/1710582>
- Paranhos, M. E., & Werlang, B. S. G. (2015). Psicologia nas emergências: uma nova prática a ser discutida. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 35(2), 557-571. doi: 10.1590/1982-370301202012
- Santos, M. B., Silva, D. S. C., & Soares, M. J. N. (2020). Impactos causados pela COVID-19: um estudo preliminar. *Revbea*, 15(4), 128-147. doi: 10.34024/revbea.2020.v15.10722
- Trindade, M. C. & Serpa, M. G. (2013). O papel dos psicólogos em situações de emergências e desastres. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 13(1), 279-297. Retirado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812013000100017
- World Health Organization (2020). Glossary of Health Emergency and Disaster Risk Management Terminology. Geneva. Retirado de: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/331716>
- WHO (2020). WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. Recuperado 19 de novembro de 2020 de <https://covid19.who.int>