

SUICÍDIO E COVID-19: IMPACTOS DO ISOLAMENTO SOCIAL NO AGRAVAMENTO DA SAÚDE MENTAL DA POPULAÇÃO BRASILEIRA

Rilaurly Carla da Silva¹, Maria Julia Souza Lima²

¹ Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU), (rilaurlycarla@hotmail.com)

² Universidade Federal da Paraíba (UFPB), (majuslima505@outlook.com)

Resumo

Introdução: O ano de 2020 foi marcado pela pandemia da Covid-19, acarretando em bilhões de pessoas em quarentena e/ou isoladas socialmente. O medo, o estresse e a ansiedade causada pelo isolamento, são alguns dos fatores que levam pesquisas recentes a se preocuparem com os impactos que esse contexto pode inferir sobre a saúde mental da população e a correlação com possíveis aumentos no número de atos suicidas, posteriormente. **Objetivos:** Dessa forma, o objetivo do estudo, com formato de revisão bibliográfica, é apresentar como o cenário pandêmico pode prejudicar a saúde mental da população e servir como estopim para o aumento das taxas de suicídio nos próximos anos. **Método:** Trata-se de um estudo bibliográfico, em que foram usados bases de dados como o Google acadêmico e Scielo, juntamente com as palavras chaves “pandemia da Covid-19” “isolamento social” “suicídio” “saúde mental”. Com isso, foram selecionados 20 artigos para construção do trabalho e, após uma análise acurada, utilizando artigos que abordassem o impacto do isolamento social na saúde mental e os que falavam das taxas de suicídio durante o primeiro ano de pandemia, foram escolhidos 12 artigos, que foram referenciados nesse trabalho. **Resultados:** Os estudos analisados mostraram a grande tendência de ocorrer uma piora nos índices de suicídio nos anos seguintes, visto que o psicológico da população geral encontra-se amplamente abalado, evidenciando-se como uma grande preocupação para as autoridades de saúde lidarem no período pós-pandemia. **Conclusão:** Os agravos na saúde pública da população durante o período de pandemia, junto com a maximização de sentimentos como o medo, angústia, desesperança e ansiedade, podem ser considerados porta de entrada para inícios de estopins para ideação e comportamentos suicidas, podendo trazer um panorama com mais índices de lesões autoprovocadas nos próximos anos. Destarte, mais estudos sobre a temática precisam ser realizados visando a minimização desses impactos.

Palavras-chave: Isolamento social; Saúde mental; Suicídio.

Área Temática: Temas livres

Modalidade: Resumo expandido

1 INTRODUÇÃO

O ano de 2020 foi marcado pela pandemia da Covid-19 e os primeiros casos começaram a surgir no final de 2019 na cidade de Wuhan na China, espalhando-se silenciosamente e

rapidamente por todo mundo, acarretando em bilhões de pessoas em quarentena e/ou isoladas socialmente. O medo por conta do alto grau de contaminação, o estresse provocado pela quarentena e pelo isolamento, bem como a angústia ocasionada pelas restrições sociais sem indícios de término (SHIGEMURA et Al, 2020), são alguns dos fatores que levam pesquisas recentes a se preocuparem com os impactos que esse contexto pode inferir sobre a saúde mental da população e a correlação com possíveis aumentos no número de atos suicidas a posteriori.

Segundo a OMS, saúde mental é definida como “um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade”. Entretanto, por conta do contexto pandêmico, essa definição de saúde mental infelizmente não se equivale da realidade. Segundo o que as pesquisas revelam, os indivíduos com transtornos mentais têm tendência a apresentar níveis mais elevados de sofrimento psicológico durante a quarentena provocada pela pandemia da Covid -19 em comparação com pessoas que não têm transtornos mentais, devido a fatores como: a maior vulnerabilidade psíquica, estar em isolamento sozinho, questões relacionadas a problemas familiares e, não obstante, a dificuldade de acesso ao tratamento. (LASEVOLI et al., 2020 *apud* BARROS et al., 2020)

De acordo com (HOOF, 2020), lockdown é o maior experimento psicológico do mundo. Durante esse período caótico e de incertezas, as autoridades mundiais estão correndo contra o tempo para tratar o máximo de pessoas contra um vírus de alta mortalidade, todavia estão esquecendo da importância da saúde da mente no processo de prevenção contra enfermidades. Em situações de pandemias e epidemias, estudos de experiências anteriores já demonstraram que o número de pessoas acometidas psicologicamente costuma ser consideravelmente maior do que o número de pessoas afetadas pelo vírus em si. Estima-se que cerca de um terço da população possa vir a apresentar consequências psicológicas e psiquiátricas, se não receberem os devidos cuidados para ajudá-las (CEPEDES 2020a; ORNELL et Al., 2020 *apud* LIMA, 2020).

O contexto da pandemia da Covid-19 trouxe um novo cenário de angústias cotidianas para a população brasileira. Uma revisão desenvolvida por Brooks et al. (2020 *apud* BARROS, 2020) sobre pesquisas que avaliaram o impacto psicológico durante a quarentena em epidemias anteriores, relata a evidência predominante dos efeitos psicológicos negativos, e que os fatores centrais de estresse foram durante a quarentena, a exemplo temos: o medo de ser infectado, sentimentos de frustração e apatia em relação às informações inadequadas sobre as doenças, além das perdas financeiras. Em consonância com essa perspectiva, diversas linhas de pesquisa mostram que transtornos relacionados ao estresse incluindo depressão, transtorno de estresse pós - traumático e transtornos do sono, estão associados a ideação suicida, tentativas de suicídio e morte por suicídio (SHER 2019 *apud* SHER, 2020).

Situações de crise, colapsos na capacidade de lidar com estresses da vida, desastres, doenças e desemprego, também são fatores que estão fortemente associados a comportamentos suicidas (PORTO, DELZIOVO E QUEIROZ, 2019), sendo exatamente esse o atual panorama que a população mundial se encontra e, principalmente, a população brasileira, despertando a atenção de profissionais na área de saúde mental sobre os possíveis impactos que esse quadro de desamparo e desestruturação, pode incidir no aumento de atos suicidas durante e no período pós-pandemia. Dessa forma, o presente estudo visa compreender quais implicações a pandemia pode trazer e influenciar numa piora da saúde mental da população brasileira, estando associada a possíveis aumentos nas taxas de suicídio nos anos que venham se suceder em comparativo a cenários anteriores, como na pandemia do vírus Influenza, nos EUA, entre 1918-1919 (GUNELL, 2020).

2 MÉTODO

O presente trabalho trata-se de um estudo sistemático de abordagem qualitativa que visa aludir as vicissitudes que a pandemia da Covid-19 tem causado a saúde mental da população brasileira e sua correlação ao aumento das taxas de suicídio. Utilizou-se como fonte de pesquisa artigos científicos atuais disponíveis no Google acadêmico e Scielo. Ademais, como descritores de busca foram utilizados os termos “pandemia da Covid-19” “isolamento social” “suicídio” “saúde mental” e, com isso, obteve-se um total de 20 artigos de acordo com a temática do trabalho. A posteriori, foram utilizados critérios de seleção dos artigos: em primeiro lugar, os que abordassem o impacto do isolamento social na saúde mental dos brasileiros; e os que abordassem a respeito das taxas de suicídio durante o primeiro ano de pandemia. E, após uma análise acurada, com muito estudo e reflexão, foram escolhidos 12 artigos, os quais foram referenciados nesse trabalho.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante um período crítico de crise social a afiliação com a saúde mental dos indivíduos se intensifica. A pandemia da Covid-19 pode ser relatada como um período crítico, pois descreve um agravamento na saúde pública mundial das últimas décadas. (WORLD HEALTH ORGANIZATION [WHO], 2020a apud FARO et al., 2020). Um período como esse ocasiona sérias perturbações psicológicas, sociais e físicas com variações de níveis de intensidade, fazendo com que o enfrentamento da pandemia se torne ainda mais penoso (MINISTÉRIO DA SAÚDE DO BRASIL., 2020a apud FARO et al., 2020). Há vários esforços dos profissionais - dentre eles psicólogos - para amenizar o contexto caótico que permeia essa crise, em especial no Brasil.

É visível dizer que no que diz respeito à saúde mental no período pós pandêmico as sequelas serão maiores do que o número de mortes. Os sistemas de saúde em todo mundo entraram em colapso, uma grande quantidade de profissionais da saúde estão exaustos das grandes jornadas diárias de trabalho, além de outros profissionais que perderam seus empregos, ademais, o método de controle mais efetivo para diminuir a contração da doença é o isolamento social, o que impacta bastante na saúde psicológica da população (BROOKS et al., 2020 apud FARO et al., 2020). Outrossim, no que se trata do Brasil, vemos uma piora cada vez mais crescente, tanto no número de mortes, quanto no número de pessoas que estão em situação de rua, além de uma demora muito maçante em vacinar a população. Todo esse caos em meio ao progresso da vacinação dos outros países deixa os brasileiros sem expectativas de um futuro próximo livre da Covid-19 e do isolamento social.

Em consonância, no Brasil, tem se destacado a disponibilidade dos psicólogos em prestar acolhimento e assistência aqueles que têm estado psicologicamente afetados pela atual situação de crise social. Da mesma forma que o governo tem convocado esses profissionais da saúde para prestação de serviço voluntário (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020b apud FARO et al., 2020). Hodiernamente, psiquiatras e psicólogos estão executando suas intervenções e atendimento de forma remota, ou seja, de forma *online*, e medidas como estas fazem com que seja possível atenuar futuros problemas psicológicos e psiquiátricos, bem como dar assistência àqueles que já sofrem com isso. (CULLEN et al., 2020; LIMA et al., 2020; WIND et al., 2020; ZHANG et al., 2020 apud FARO et al., 2020).

Entretanto, mesmo com a existência dessa rede de apoio, no atual cenário, por conta da alta demanda de casos e necessidades de intervenções em pacientes com Covid-19, as ações e serviços de atenção à saúde mental tornam-se um pouco negligenciadas em detrimento da

priorização da saúde física e do combate imediato ao agente patogênico, podendo ser um terreno fértil para agravos nos quadros de sofrimento psíquico (SCHIMIDT et al., 2020 *apud* SCHUCK et al., 2020) e dar brechas para uma situação pouco falada, mas de extrema importância durante esse período: a ocorrência de comportamentos suicidas.

Em um estudo preliminar, feito nos Estados Unidos, chamado “Preliminary Investigation of the Association Between COVID-19 and Suicidal Thoughts and Behaviors in the U.S.” (Investigação preliminar da associação entre COVID-19 e pensamentos e comportamentos suicidas nos EUA) apresentou-se a direta relação entre o contexto pandêmico e as consequências negativas sobre os aspectos psicológicos da população, se estendendo a promoção de ideação e comportamentos suicidas entre os indivíduos estudados, chegando ao surpreendente dado de que alguns indivíduos possam estar se expondo intencionalmente ao vírus com o propósito de tirar a própria vida, tornando-se urgente que mais estudos com esse enfoque sejam realizados em demais partes do mundo e em especial no Brasil, para chegar ao conhecimento geral se essa situação pode ser considerada como fato isolado ou concentrado nas demais partes do mundo. (AMMERMAN et al., 2020)

4 CONCLUSÃO

Em suma, após a apresentação das pesquisas, percebe-se a correlação entre o agravamento da saúde mental da população com o período pandêmico. Em decorrência da indispensabilidade de estar em isolamento\distanciamento social ocorre nos indivíduos uma maximização de sentimentos como o medo, angústia, desesperança e ansiedade, contribuindo para prevalência de estados depressivos.

Ademais, esses fatores são porta de entrada para inícios de ideação e comportamentos suicidas, sendo possível inferir um panorama composto por mais índices de lesões autoprovocadas (atos suicidas) durante e no período pós pandemia, visto que seus efeitos ainda vão ecoar por anos no psicológico dos indivíduos, o que é uma tendência de períodos com grandes epidemias e pandemias, de seus impactos psíquicos serem maiores do que os causados pelo próprio vírus em si. Destarte, fica clara a importância da psicoterapia online como solução para amenizar, na medida do possível, os danos provocados aos indivíduos e promover uma melhoria na saúde mental neste momento.

5 REFERÊNCIAS

AMMERMAN, B. A. et al. **Preliminary investigation of the association between COVID-19 and suicidal thoughts and behaviors in the U.S.** Science Direct, Estados Unidos, v. 134, n. 2, p. 32-38, dez./2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022395620311456?via%3Dihub>. Acesso em: 9 jun. 2021.

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo et al. **Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19.** Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília, v. 29, n. 4, e2020427, set. 2020. Disponível em <http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742020000400021&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 19 maio 2021. Epub 20-Ago-2020. <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-49742020000400018>.

FARO, Andre et al. **COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. Estudos de Psicologia (Campinas).** Campinas, 2020. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF/?lang=pt#>. Acesso em: 5 jun. 2021. doi: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>

LIMA, Rossano Cabral. **Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental**. Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 30, n. 300214, jul./2020. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/physis/2020.v30n2/e300214/>. Acesso em: 9 jun. 2021.

PORTO, Deyse Mendes; DELZIOVO, Carmem Regina; QUEIROZ, L. D. A. **Prevenção ao Suicídio**. 1. ed. Florianópolis: UFCS, 2019. p. 8-48.

RUBIN, G James; WESSELY, Simon. **Os efeitos psicológicos de colocar uma cidade em quarentena**. BMJ, Reino Unido, v. 368, n. 8231, jan./2020. Disponível em: <https://www.bmj.com/content/368/bmj.m313>. Acesso em: 9 jun. 2021.

SHER, Leo. **Os sobreviventes de COVID-19 apresentam risco aumentado de suicídio?**. Cambridge University Press. Reino Unido, v. 32 n. 5, 2020. Disponível em: <https://www.cambridge.org/core/journals/acta-neuropsychiatrica/article/are-covid19-survivors-at-increased-risk-for-suicide/E43AFE16E1EF0D2957BD00370536C528#r5>. Acesso em: 19 mai. 2021. doi: 10.1017 / neu.2020.21

SHIGEMURA, J. et al. **Respostas públicas ao novo coronavírus 2019 (2019-nCoV) no Japão: consequências para a saúde mental e populações-alvo**. Psychiatry and Clinical Neurosciences, Japão, v. 74, n. 4, p. 281-282, fev./2020. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/pcn.12988>. Acesso em: 6 jun. 2020.

SSRN. **The Relationship Between Behavioural and Psychosocial Factors Among Brazilians in Quarantine Due to COVID-19**. Disponível em: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3566245. Acesso em: 9 jun. 2021.

WEBER, G. M. F. et al. **A influência da pandemia de COVID-19 no risco de suicídio / The influence of the COVID-19 pandemic on suicide risk**. Brazilian Journal of Health Review, Santa Cruz do Sul, v. 3, n. 5, p. 13778-13789, set./2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/17583>. Acesso em: 9 jun. 2021.

WORLD ECONOMIC FORUM. **Lockdown é o maior experimento psicológico do mundo - e nós pagaremos o preço**. Disponível em: <https://www.weforum.org/agenda/2020/04/this-is-the-psychological-side-of-the-covid-19-pandemic-that-were-ignoring>. Acesso em: 6 jun. 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak**. Disponível em: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>. Acesso em: 6 jun. 2021.