****

CENTRO UNIVERSITÁRIO CESMAC

CURSO DE PSICOLOGIA

GABRIELLA DE MOURA PRADO

MAURICIO JAQUES DE SOUSA ARAÚJO

MARIA EDUARDA DA SILVA MOTA

TAYNAH SILVA

TRANSTORNO DE ANSIEDADE: AGRAVAMENTO PSÍQUICO EM CASOS DE TOC NO CONTEXTO DE PANDEMIA

MACEIÓ

2020

ACSA CLÁUDIA CARLOS MACHADO

GABRIELLA DE MOURA PRADO

MAURICIO JAQUES DE SOUSA ARAÚJO

MARIA EDUARDA DA SILVA MOTA

TAYNAH SILVA

TRANSTORNO DE ANSIEDADE: AGRAVAMENTO PSÍQUICO EM CASOS DE TOC NO CONTEXTO DE PANDEMIA

Pré-projeto de intervenção apresentado à disciplina de Estágio Básico III como requisito parcial para a obtenção da nota da 3º avaliação, sob orientação da Prof. Ma. Sandra Regina Guimarães Silva e coorientação do Prof. Me. Alisson Tiago Gonçalves Vieira.

MACEIÓ
2020

**Resumo**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Devido a pandemia ocasionada pelo covid-19, houve diversas mudanças físicas, sociais e psicológicas nos indivíduos de todo o mundo. É comum o agravo de alguns problemas psíquicos durante uma crise pandêmica e durante esse contexto algumas pesquisas foram realizadas com o propósito de verificar essa maior degradação. Esse trabalho tem como objetivo investigar os agravamentos do transtorno obsessivo compulsivo (TOC) no período de proliferação do novo coronavírus, que muitas vezes podem ter seus pensamentos obsessivos e compulsões reforçadas por medidas sanitárias tomadas em todo o mundo designada pelos órgãos de saúde mundiais, sobretudo pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Realizou-se uma revisão bibliográfica mais contemporânea, devido a temática a respeito da atual pandemia, sendo possível visualizar uma piora de modo geral nos sintomas ansiosos e depressivos de pacientes com TOC. O impacto da pandemia do novo coronavírus nos pacientes com TOC e sujeitos predispostos ao transtorno, tornou-se alvo de muitos estudos científicos, justamente pela relação sintomática do transtorno com as práticas sugeridas para a prevenção da infecção do vírus. Fez-se nesse estudo, uma investigação sobre de que forma a natureza de uma pandemia influencia o comportamento de indivíduos com TOC e problematizações pela comunidade cientifica sobre os possíveis desdobramentos que esses fenômenos possam acarretar.

**Palavras-chave:** Coronavírus; Psicologia; Pandemias; Transtornos De Ansiedade; Transtorno obsessivo-compulsivo.

**SUMÁRIO**

|  |  |
| --- | --- |
| 1.Introdução............................................................................................................. 4 |  |
| 2.Problema............................................................................................................... 5 |  |
| 3.Justificativa............................................................................................................ 6 |  |
| 4. Objetivos ............................................................................................................. 7 |  |
|  |  |
|  | 4.1 Objetivo geral .............................................................................................. 7 |  |
|  | 4.2 Objetivos específicos .................................................................................. 7 |
| 5. Revisão de Literatura ........................................................................................ 8  |
| 6. Metodologia ....................................................................................................... 12 |
| 7. Plano de Atividades Cronograma ...................................................................... 13 |
| 8. Resultados esperados ....................................................................................... 14 |
| 9. Orçamento ......................................................................................................... 15 |
| 10 Referências bibliográficas ................................................................................ 16 |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

1- INTRODUÇÃO
**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 A motivação desse estudo surgiu a partir da análise sob a conjuntura de saúde pública e epidemiologia e suas interações na esfera psicossocial do sujeito. A partir da pandemia do COVID-19, ao perceber as recomendações das maiores autoridades de saúde global com relação ao caráter preventivo da pandemia, observamos uma relação direta com os sintomas dos indivíduos acometidos de transtorno obsessivo compulsivo (TOC). Um dos principais grupos de sintomas do TOC envolve o medo de contaminação e compulsões por lavagem (Stein et al., 2019). Indivíduos com TOC podem passar horas se preocupando com a possibildiade de entrar em contato com uma doença infecciosa, evitando qualquer possibilidade de contaminação. Segundo Fontenelle, estima-se que o TOC afeta 3,1% da população mundial. A partir os dados divulgados pelo Fundo de População das Naçoes Unidas (FNUAP) 2013, a marca até o ultimo ano de pesquisa com relação a população mundial em 2013 foi de 7.2 bilhões de pessoas. Por extenção, temos então uma média de 30 milhões de indivíduos acometidos de TOC no mundo, das quais em um contexto de pandemia onde as medidas de higiene são amplamente divulgadas com caráter de ordem, para as pessoas com TOC isso pode ser um gatilho para o aumento de estresse, medo e ansiedade, indicando um agravamento em seu quadro psíquico.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) 2020, vem reforçando de forma direta as recomendações de higienização dos espaços, cuidados primários de limpeza como a lavagem de mãos, o não compartilhamento de objetos pessoais e a evitação de contato físico como medida preventiva para a não contaminação. Procurou-se no estudo, apronfundar e problematizar as relações envolvidas nos pacientes já acometidos do transtorno e seus possiveis agravamentos, e os sujeitos que podem desenvolver os primeiros sintomas de pensamentos obsessivos e comportamentos compulsivos.

2- PROBLEMA \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Em circunstância da pandemia do coronavírus, as autoridades de saúde e até mesmo familiares, podem estar reforçando involuntariamente obsessões e compulsões em pessoas com TOC e transtorno de ansiedade. Em todo o mundo se é reforçado o uso de máscaras faciais em ambientes públicos e a importância da higiene pessoal e distanciamento social. A implementação dessas novas medidas preventivas pode ser prejudicial para condição de saúde mental preexistentes. A normalização das precauções sanitárias ritualísticas pode se tornar gatilhos e reforços para os pensamentos obsessivos e comportamentos compulsivos.

Diante essa atual problemática surge o seguinte questionamento: Como o profissional que cuida da saúde mental pode contribuir na diminuição do agravamento de sintomas obsessivos e compulsivos em pessoas com transtorno de ansiedade durante a pandemia?

3- JUSTIFICATIVA

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

O transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) é marcado pela presença de pensamentos obsessivos recorrentes ou atos compulsivos, entende-se por obsessão pensamentos, ideias e imagens que invadem a pessoa insistentemente, observamos como a atual pandemia tem um grande impacto psicossocial, fazendo com que os pacientes com transtorno possam ter um agravamento durante a atual crise pelo Covid-19 a ansiedade desses pacientes pode aumentar em decorrência de medidas de quarentena isolamento social, favorecendo também uma tendência ao acúmulo de medicações de uso sintomático para quadros gripais, a importância desse projeto tem como evidenciar e a necessidades atuais dos pacientes com TOC e com base de suporte e conhecimento sobre questões emocionais na situação atual do COVID-19.

­

4- OBJETIVOS
**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

4.1 Objetivo geral

Investigar os agravamentos psíquicos de transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) na pandemia do COVID-19.

4.2 Objetivos específicos

Analisar o que o medo de contaminação causa aos pacientes com transtorno obsessivo- compulsivo;

Identificar as formas de enfrentamento durante o período de isolamento dos indivíduos;

Compreender a percepção das emoções dos pacientes com TOC sobre a COVID-19.

5- REVISÃO DE LITERATURA

O transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) é caracterizado por pensamentos, imagens ou impulsos indesejáveis ​​e angustiantes seguidos de comportamentos repetitivos ou atos mentais que visam diminuir o sofrimento psíquico estabelecidos pelas obsessões (APA, 2013). Obsessões são pensamentos constantes, indesejados e incontroláveis que afetam de forma negativa a vida do sujeito. O caráter ritualístico da compulsão se dá no momento em que o sujeito realiza um comportamento para aliviar seus pensamentos irreprimíveis e frequentes. Fontenelle e Miguel, indicam que o TOC afeta até 3,1% da população em geral e está associado a uma incapacidade substancial e à diminuição da qualidade de vida.Segundo Varella (2018), a ansiedade derivada do TOC traz consigo uma perspectiva de que se não houver a ritualização da compulsão seguindo as regras e etapas pré-estabelecidas decorrentes dos pensamentos obsessivos, algo de ruim irá acontecer. Ou seja, todo TOC para além de uma mania simples, é caracterizado por uma crença catastrófica se não houver o rito comportamental. Segundo o mesmo autor, as ocorrências desses pensamentos tendem a se agravar à medida que são realizados os rituais, interferindo assim nas relações do sujeito e no seu cotidiano.

A partir da perspectiva atual, a pandemia da COVID-19, causada pelo novo coronavírus SARS-CoV-2, tem causado em todo planeta uma série de modificações em todas as possíveis conjunturas imagináveis. Sob a ótica da saúde, podemos dizer que a partir do momento em que foi estabelecido uma pandemia, a comunidade científica voltou seus olhos para questões epidemiológicas e sanitárias. Segundo o site oficial da Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), "A Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou, em 30 de janeiro de 2020, que o surto da doença causada pelo novo coronavírus (COVID-19) constitui uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional – o mais alto nível de alerta da Organização, conforme previsto no Regulamento Sanitário Internacional. Em 11 de março de 2020, a COVID-19 foi caracterizada pela OMS como uma pandemia." (paho.org/2020).

O impacto da pandemia do coronavírus em sujeitos acometidos ou pré-dispostos ao TOC, tornou-se alvo de alguns estudos científicos justamente pela relação sintomática do transtorno com as práticas sugeridas para a prevenção da pandemia. Um dos principais grupos de sintomas do TOC envolve o medo de contaminação e compulsões por lavagem (Stein et al., 2019). Segundo Rivera e Carballea, devido a pandemia do novo coronavírus algumas medidas de precaução e cuidado a higiene foram adotas, como lavar as mãos com mais frequência e ter um cuidado maior na limpeza de mantimentos. Os autores afirmam ainda que para pessoas com transtorno obsessivo compulsivo e transtorno de ansiedade, essas medidas se tornaram um gatilho para ansiedade, estresse e medo. O frequente medo de ficar doente e a preocupação de se manter sempre limpo resulta em altos níveis de angústia e ansiedade, o que por sua vez, leva o indivíduo á comportamos ritualísticos como um mecanismo para diminuir o medo. Sabe-se que existe um grande risco com a pandemia do coronavírus e que medidas sanitárias e de higiene pessoal devem ter seus cuidados redobrados. Uma dúvida levantada por Rivera e Carbaella é se essas práticas estão sendo realizadas para manter uma higiene preventiva ao vírus ou na verdade são práticas para diminuir pensamentos obsessivos. "Portanto, a linha entre o que constitui a resposta adaptativa racional de um indivíduo à epidemia e a irracional e desadaptativa não está claramente definida" (FRENCH; LYNE, 2020)

Devido ao risco da contaminação, os sujeitos acometidos de TOC tem um agravamento psíquico decorrentes da interrupção do tratamento. A exposição a medos excessivos de contrair uma infecção e impedir a lavagem das mãos é o principal tratamento para o TOC com compulsão por contaminação e lavagem (Abramowitz, Blakey, Reuman & Buchholz, 2018 apud Fontenelle e Miguel). Porém, devido à natureza do COVID-19, essa intervenção pode não ser viável, devido ao risco de se infectar e as restrições relacionadas ao distanciamento social. Sendo assim, devido a esses tempos, se torna quase impossível uma pessoa com TOC enfrentar seus medos (RIVERA; CARBAELLA, 2020). Em todo o mundo é estimulado o uso de máscaras, distanciamento social e recomendações como limpar e desinfetar diariamente as superfícies em que se há contato, na ausência de água e sabão é indicado o uso de desinfetante para as mãos que contenha pelo menos 60% de álcool, dentre outros hábitos de higienização. As práticas preventivas podem estar reforçando, de modo involuntário, sujeitos a adquirirem ou agravar pensamentos obsessivos e comportamentos compulsivos. "A normalização das precauções sanitárias ritualísticas pode se tornar gatilhos e reforços para os pensamentos obsessivos e comportamentos compulsivos." (RIVERA; CARBAELLA, 2020).

Segundo Silva, Shavitt e Costa, os pacientes podem ter uma piora no seu quadro em diferentes dimensões e novos sintomas decorrentes do agravamento psíquico causado pela pandemia como fenômenos de agressão e acumulação. Dentre os sintomas já diagnosticados como ansiedade e depressão, nesses casos existe uma tendência a piora durante os principais eventos da vida, e casualidades do cotidiano. Os autores argumentam ainda que exista uma grande possibilidade de indivíduos que possam apresentar o início dos seus sintomas no contexto da pandemia.

Uma problematização gerada por Fontenelle e Miguel, é que com o aumento de ansiedade não só dos indivíduos acometidos de TOC, mas de uma população em geral, a inviabilidade da continuação do tratamento psicológico via exposição ao medo nos quadros de transtorno faz com aumente o número de procura medicamentosa, o que pode gerar um aumento de dependência aos fármacos visto que a medicalização é uma forma rápida, mas paliativa na diminuição de sintomas como ansiedade. Por extensão, outro fator preocupante é a interação entre as medicações experimentais no combate ao COVID-19 e os medicamentos prescritos para pacientes com TOC. Segundo Fontenelle e Miguel, uma pesquisa feita no banco de dados da Universidade de Liverpool no setor de interações medicamentosas de agentes experimentais usados no tratamento da COVID-19, sugere que atazavir, lopinavir, ritonavir, cloroquina, hidroxicloroquina indicam ter potencial de interação com medicações como SRIs e antipsicóticos, mais precisamente quetiapina e pimozida, nos quais são os medicamentos mais usados ​​para o TOC.

Segundo Fontenelle e Miguel, esse contexto seria uma possibilidade para mostrar aos indivíduos acometidos de TOC de que forma as características do seu transtorno pode apresentar uma forma de adaptação e proteção.

"As pessoas com TOC e medo de contaminação serão menos freqüentemente infectadas e contribuem, com comportamentos sociais de distância ou de prevenção, para diminuir a propagação do vírus devido às características específicas de sua expressão fenotípica?" (FONTENELLE; MIGUEL, 2020)

. Ao colocar essa perspectiva sob a ótica da evolução darwiniana, Feygin, Swain e Leckman afirmam que pode-se contribuir para diminuir o estigma associado ao distúrbio e explicar a natureza de alguns sintomas do TOC como comportamentos que podem ser adaptáveis ​​em certos períodos de tempo histórico quando não temos maneiras mais eficazes de combater uma pandemia como a do coronavírus.

.

6- METODOLOGIA

 **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

A metodologia do presente trabalho foi realizada através de um estudo descritivo, onde sua construção e elaboração foi feita por meio de pesquisas bibliográficas e artigos científicos com o objetivo de compreender e explicar o problema pesquisado com base numa fundamentação teórica. Após o estudo do tema, a intervenção se deu de forma online e gratuita para pessoas que sofrem com o transtorno obsessivo-compulsivo que estão precisando de suporte emocional durante esse período de pandemia, por meio de reuniões em grupo. Foram utilizadas as ferramentas dos aplicativos Skype e Instagram para realização de vídeo chamadas e de conteúdos ao vivo, abertos ao público, abordando temas sobre ansiedade e saúde emocional. As intervenções específicas a serem realizadas para pessoas com TOC se dão a partir da técnica de Exposição Imaginativa da abordagem TCC, que são realizadas conforme o indivíduo imaginar gradualmente a exposição naquilo que se tem medo, com um acompanhamento psicoterapêutico com um profissional. É importante ser imaginativa e não real, pelo perigo de exposição ao público e uma possível contaminação.

7- PLANO DE ATIVIDADES E CRONOGRAMA

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Plano de Atividades/ Meses ou Semanas** | **1** |  **2** | **3** | **4** | **5** | **6** |
| Reunir a equipe para elaboração da intervenção | **X** |  |  |  |  |  |
| Separar o material de estudo |  | **X** |  |  |  |  |
| Divulgar o projeto pelas redes sociais  |  |  | **X** |  |  |  |
| Iniciar as reuniões por vídeo chamadas  |  |  |  | **X** |  |  |
| Discutir os resultados obtidos com a equipe |  |  |  | **X** |  |  |
| Concluir as intervenções |  |  |  |  | **X** |  |
| Fazer um relatório |  |  |  |  | **X** |  |
| Finalizar o trabalho escrito |  |  |  |  |  | **X** |

8- RESULTADOS ESPERADOS

Em relação ao trabalho presente, foi discutido e visto na revisão de literatura que os pacientes com TOC acabaram agravando sua condição psíquica e até apresentando sintomas que não eram presentes antes. Pensando a longo prazo, se mostra necessário a continuação do acompanhamento psicológico, agora de forma presencial, podendo observar e avaliar o estresse daquele paciente e seus sintomas relacionados a um possível estresse pós-traumático, controlando também seu estresse no seu dia a dia, tentando manter uma rotina, fazendo exercícios regularmente e continuar a ver os noticiários somente o necessário.

Com isso, o trabalho se mostrou necessário para a mudança que já está acontecendo, tanto na subjetividade dos pacientes, quanto das intervenções do psicólogo, que devem estar em constante mudança de acordo com as mudanças biopsicossociais, provocando assim, melhores resultados no tratamento desses pacientes.

9- ORÇAMENTO \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Não foi necessário a realização de um planejamento de orçamento, logo que nossa intervenção aconteceria de forma online e gratuita.

 **REFERÊNCIAS**

CARBALLEA, D. RIVERA, R.M. Coronavirus: A trigger for OCD and Illness Anxiety Disorder? **Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy.** Advance online publication. 2020.

FONTENELLE, L.F. The Impact of coronavirus (COVID-19) in the diagnosis and treatment of obsessive-compulsive disorder**.** **Depress Anxiety** 2020.

FOLHA INFORMATIVA. COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus). **Paho.org**, 2020.

FRENCH, I. LYNE, J. Acute exacerbation of OCD symptoms precipitated by media reports of COVID-19**. Irish Journal of Psychological Medicine.** 2020.

SILVA, R.M, SHAVITT R.G, COSTA, D.L. Obsessive-compulsive disorder during the COVID-19 pandemic. **Braz J Psychiatry.** 2020.

VARELLA, D.Transtorno obsessivo-compulsivo (TOC). **UOL**, 2020.