

CORONOFOBIA: UM INIMIGO “INVISÍVEL”

Data de aceite: 03/07/2023

Gabrieli R. Castro

Eliziane T. S. Braz

Gercilene C. Silveira

INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, na província de Wuhan, na China, amostras de secreção do trato respiratório dos pacientes doentes por uma pneumonia de causa desconhecida, toma foco mundial. Em sete de janeiro de 2020, cientistas chineses já haviam isolado o novo coronavírus (CoV) em pacientes na cidade (WANG et al., 2020).

A Organização Mundial de Saúde (OMS), denomina a doença provocada pelo 2019-nCov da COVID-19 como uma pandemia em 11 de março de 2020. O surto sobre um novo vírus altamente transmissível dominou as manchetes em todo o mundo. Isso não é surpreendente. O coronavírus da síndrome respiratória aguda grave (SARS-CoV), é um vírus de alta

transmissibilidade, com provável origem em morcegos. Sua propagação ocorre por gotículas respiratórias e por procedimentos geradores de aerossóis, como a intubação orotraqueal, e também como o contato físico de objetos contaminados. A partir da contaminação, indivíduos assintomáticos e sintomáticos podem transmitir a doença, sendo assim, um inimigo invisível (BRASIL, 2020).

A falta de informação e desinformação a respeito da COVID-19 e seus tratamentos, com auxílio de manchetes e fotos sensacionalistas da mídia popular, alimentou medos e fobias relacionados à saúde da população. (TAYLOR; ASMUNDSON, 2004).

A partir das circunstâncias que a pandemia trouxe consigo, como as medidas extremas de proteção e precaução, é evidente a importância do cuidado com a saúde mental, pois o COVID-19 mexeu bruscamente com as rotinas diárias, tanto de trabalho, quanto acadêmicas, devido ao isolamento social - usado para a diminuição dos riscos de

contágio, que eram altíssimos, e por conta disso foi prorrogado por meses - que fez muitas pessoas que tinham predisposição para desenvolver transtornos mentais entrassem em crises, de ansiedade, depressão, pânico e/ou insônia (HO et al., 2020). É nítido o quanto ter que lidar com cargas emocionais elevadas, presenciar uma espécie de colapso e falta de organização da saúde pública no Brasil serviu para piorar a situação.

Como estratégia, a quarentena é muito usada e teoricamente eficaz, poderia ter evitado os números exacerbados de contágios e óbito, se tivesse sido seguida corretamente e com o suporte de políticas públicas competentes. Da mesma forma, a falta de preparo e conhecimento sobre o método, fez com que a população entrasse em choque com a nova realidade. Lidar com o afastamento dos amigos e familiares, sem poder manter contato por longos períodos, exigiu o desenvolvimento de outras saídas, como por exemplo a compulsão por compras on-line e o consumo de substâncias químicas, mesmo com toda tensão econômica, também provocada pela pandemia. Em contraponto, a obrigatoriedade do convívio familiar, a pressão de se manter seguro e preservar a família e os amigos do contágio, inclusive ajudou a desencadear inúmeros casos de transtornos relacionados à saúde mental e também o aumento de violência doméstica. (BARROS et al, 2020)

Outro fator que favoreceu o desencadeamento de prejuízos e sofrimento psíquico foi a defasagem na comunicação, a ambiguidade das informações compartilhadas pela mídia que fortaleceu o estresse, o aumento da ansiedade e medo em relação ao futuro. Assim como a adesão das estratégias de diminuir a disseminação do vírus, muitas pessoas que não entenderam ou não quiseram seguir as ordens de isolamento tiveram que lidar com o contágio e possíveis sequelas e perdas de pessoas próximas, do mesmo modo que fez os serviços de saúde se sobrecarregarem para dar conta de inúmeros casos e internações (FARO, 2020).

METODOLOGIA

A elaboração do presente estudo teve como matéria a análise de artigos acessíveis em banco de dados como SciELO e PubMed.

Com abordagem qualitativa e o levantamento de dados a partir da busca em literatura, foi empregado a busca por estudos a partir de 2019, especificamente no mês de dezembro onde houve o surgimento de notícias e recentes estudos sobre SARS-CoV-2, visando os efeitos psicológicos do vírus ao isolamento social.

O levantamento de dados teve como descritores as palavras-chave: Coronaphobia; ansiedade; fear; mental healthy.

Foram encontrados 18 artigos na base de dados SciELO e Pubmed, destes, 5 artigos foram excluídos por não abordarem o tema proposto, desse modo, foram admitidos para a leitura dos resumos um total de 13 artigos, no qual 3 não atingiram o objetivo proposto. Assim sendo selecionados para a revisão bibliográfica um total de 10 artigos (8 na língua

inglesa e 2 na língua portuguesa) que foram lidos criteriosamente na íntegra. (Figura 1).

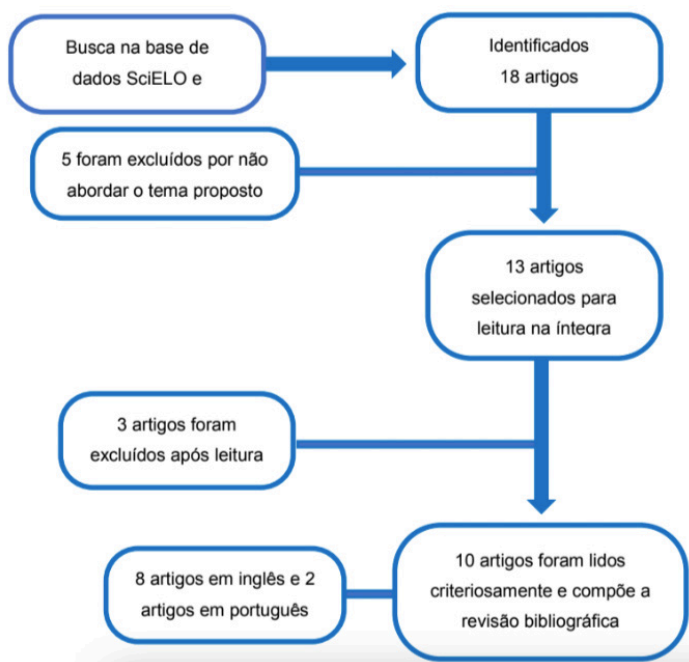


Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos artigos revisão na íntegra. Jaú, SP, 2021

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A partir dessa pesquisa, foi possível constatar a dificuldade de encontrar trabalhos relacionados à coronofobia, principalmente por ser um acontecimento novo e totalmente inesperado. Porém, através dos artigos encontrados, entende-se que a pandemia desencadeou desde o medo de contrair a doença, transmiti-la às pessoas próximas em virtude dos sintomas assintomáticos, receio das possíveis sequelas, angústia de não saber o que se sucederá, temor e estresse referentes a algo desconhecido e sem a certeza do seu fim, facilitando o desenvolvimento de crenças irrealis e disfuncionais (ARORA et al., 2020).

Ainda de acordo com os trabalhos encontrados, é possível enxergar as exigências que a pandemia trouxe semeando a insegurança e desestabilizando o convívio interpessoal, assim como, exigindo a atenção plena e desenvolvimento de mecanismos para adaptação para esse novo contexto. Conforme as, é de suma importância a busca por estratégias de enfrentamento, intervenções comportamentais, para que as pessoas consigam se adaptar às mudanças que essa crise que instaurou, tal como lidar com o desconforto de ter que se reestruturar com o “novo normal” (LEE et al, 2020).

Barros (2020) afirma que a relevância dos aspectos emocionais perante a pandemia

tem levado muitos autores a identificar uma pandemia do medo, assim como o termo coronofobia, que tem sido usada por muitos psiquiatras e psicólogos para designar a ansiedade e o medo de contrair COVID-19. Essas designações mostram que a pandemia não trouxe apenas problemas relacionados aos aspectos biológicos da doença, mas também danos a economia e ao bem-estar da população, especialmente no aspecto psicológico.

Nesse contexto, pode-se dizer que os profissionais da saúde são os que mais sofreram com a desorganização da saúde pública e com as notícias falsas via jornal impresso, televisão, rádio ou nas mídias sociais, com as chamadas “fake news”, do mesmo modo que, números absurdos de casos de infectados e internações, trouxeram jornadas de trabalho dobradas, com escassez de equipamentos de proteção, assim como a pressão de lidar com frequentes óbitos todos os dias, sem ter tempo de lidar com o luto, devido a demanda gigantesca e ao mesmo tempo tendo que cuidar de si para não contrair o vírus, nem o transmitir, trouxeram sofrimento aos profissionais da saúde (ELBAY et al, 2020)

Segundo Nabuco; Oliveira; Afonso (2020), o medo (assim como a fobia) de contrair COVID-19 tem estado tão presente na vida dos profissionais de saúde que muitos lidam com a angústia e a sensação de incapacidade relacionada à limitação quanto a infectar seus familiares e pacientes saudáveis.

A fobia, segundo o DSM-V (American Psychiatric Association, 2014), se desenvolve a partir de eventos traumáticos que levam a ansiedades e medos desproporcionais ao evento real, caracterizada por comportamentos de evitação e segurança comportamental. Perante todo esse contexto atual de pandemia, são notáveis os comportamentos relacionados a fobia, desde cuidados excessivos, evitar a todo custo sair de casa, comportamentos negativos, depressivos e mais profundamente, ideações suicidas, assim como tornou grande parte da população inábil socialmente. A angústia, medo e o sofrimento psíquico advindos da Covid-19 e principalmente a evitação do contato humano, podem ser associados diretamente a Coronofobia, esta, que possui forte influência no bem-estar psicológico (LEE et al, 2020; EBAY et al, 2020).

CONCLUSÃO

O presente estudo teve como objetivo discutir uma lacuna na resposta da saúde mental junto a crescente crise de saúde pública, a pandemia de COVID-19, na qual as mudanças na vida diária da população mundial desencadearam problemas ao bem-estar mental, onde a ansiedade, o medo da contaminação, a propagação de Fake News, a falta de credibilidade no sistema público de saúde e as incertezas sobre o prolongamento do isolamento social tem tomado força, tornando negligenciado o estado mental da população.

Dado o que foi exposto, é de suma importância a atenção a saúde mental a população, sabendo a intensificação de transtornos mentais relacionados a pandemia, sendo fundamental a busca por auxílio psicológico.

REFERÊNCIAS

ARORA, Alisha et al. Understanding coronaphobia. **Asian Journal of Psychiatry**, v. 54, p. 102384, 2020. Disponível em <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1876201820304974>. Acesso em 19 de set. de 2021.

BARROS, M. B. de A. et al. 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**, v. 29, p. e2020427, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/ress/2020.v29n4/e2020427/pt/>. Acesso em 18 de set de 2021.

ELBAY, R. Y. et al. Depression, anxiety, stress levels of physicians and associated factors in Covid-19 pandemics. **Psychiatry research**, v. 290, p. 113130, 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165178120312038>. Acesso em 18 de set de 2021

FARO, André et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF/?lang=pt&format=html>. Acesso em 12 de set de 2021.

Gordon J. G. Asmundson, Steven Taylor. Coronaphobia: fearandthe 2019-nCov outbreak [JournalofAnxietyDisorders]. 2020; vol. 1.

Ho, C., Chee, C., & Ho, R. (2020). Mental health strategies to combat the psychological impact of COVID-19 beyond paranoia and panic. *Annals Academy Medical of Singapore*, 49(3), 1-3. Disponível em: http://www.annals.edu.sg/pdf/special/COM20043_HoCSH_2.pdf

LEE, S. A. et al. Incremental validity of coronaphobia: Coronavirus anxiety explains depression, generalized anxiety, and death anxiety. **Journal of anxiety disorders**, v. 74, p. 102268, 2020. Disponível em <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0887618520300827> Acesso em 19 set de 2021.

Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Vigilância em Saúde. Recomendações de proteção aos trabalhadores dos serviços de saúde no atendimento da COVID-19 e outras síndromes gripais. [internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2020 [cited 2020 Mai 5]. Disponível em: <https://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2020/Abril/16/01-recomendacoes-de-protecao.pdf>

Wang C, Horby PW, Hayden FG, Gao GF. A novel coronavirus outbreak of global health concern. The lancet [Internet]. 2020 Feb 15 [cited 2020 Apr 29];395. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31986257>.