

AS MUDANÇAS NO ATENDIMENTO PSICOLÓGICO DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

Data de submissão: 25/05/2023

Data de aceite: 03/07/2023

Ana Clara dos Santos Vieira

Centro Universitário Dom Bosco - UNDB
São Luís – MA

Lidiane Verônica Collares da Silva

Centro Universitário Dom Bosco - UNDB
São Luís – MA
<https://lattes.cnpq.br/2993155001686793>

Sâmi Zaira Corrêa Rocha da Silva

Centro Universitário Dom Bosco - UNDB
São Luís – MA
<http://lattes.cnpq.br/3542678588011293>

RESUMO: O objetivo deste estudo é apresentar as mudanças no atendimento psicológico durante a Pandemia de Covid-19. O Distanciamento social é a mais eficaz medida de prevenção de contaminação do Coronavírus, assim, a redução do contato humano também ocasionou mudanças na forma de atendimento psicológico, dessa forma, diversos psicólogos tiveram que optar pelo trabalho remoto, diminuindo consideravelmente o número de atendimentos presenciais. Assim, esse trabalho busca compreender os impactos do isolamento social na saúde física e mental da população, relacionar

as mudanças na prática psicológica com a pandemia de Coronavírus e reconhecer o compromisso social da Psicologia em crises e emergências da saúde pública. Para o alcance dos resultados foi realizada uma Revisão Narrativa de Literatura, que consistiu em uma busca em plataformas virtuais de busca sobre artigos e livros sobre a Pandemia de COVID-19 e atendimento psicológico. Pode ser observado que à medida que o distanciamento social é um grande agente estressor nesse período e contribui para o aumento na demanda de atendimento psicológico, ele foi necessário para a adaptação do psicólogo aos modelos de serviços remotos. Diante disso, é visto a importância desse profissional ter a capacidade de se reinventar frente às diversas condições adversas e inesperadas na sua atuação e na sociedade, como a pandemia de COVID-19.

PALAVRAS-CHAVE: Atendimento psicológico. COVID-19. Distanciamento social. On-line. Pandemia.

CHANGES IN PSYCHOLOGICAL CARE DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT: The aim of this study is to

present the changes in psychological care during the Covid-19 Pandemic. Social distancing is the most effective measure to prevent contamination of the Coronavirus, so the reduction of human contact also caused changes in the form of psychological care, in this way, several psychologists had to opt for remote work, considerably reducing the number of face-to-face visits. Thus, this work seeks to understand the impacts of social isolation on the physical and mental health of the population, to relate the changes in psychological practice with the Coronavirus pandemic and to recognize the social commitment of Psychology in crises and emergencies of public health. To achieve the results, a Narrative Literature Review was conducted, which consisted of a search on virtual search platforms for articles and books on the COVID-19 Pandemic and psychological care. It can be observed that as social distancing is a major stressor in this period and contributes to the increase in the demand for psychological care, it was necessary for the psychologist to adapt to the models of remote services. Given this, it is seen the importance of this professional to have the ability to reinvent himself in the face of various adverse and unexpected conditions in his performance and in society, such as the COVID-19 pandemic.

KEYWORDS: Psychological care. COVID-19. Social distancing. Online. Pandemic.

1 | INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, uma doença infecciosa de alta transmissão causada por um vírus foi notificada pela primeira vez em Wuhan, na China, denominada de SARS-CoV-2 (COVID-19), ou Coronavírus, como é popularmente conhecida. Essa doença logo se alastrou pelo mundo inteiro,

caracterizando, assim, um surto pandêmico. Desta forma, a sociedade sofreu várias mudanças de hábitos, principalmente no que diz respeito a cuidados higiênicos. Além disso, os Sistemas de Saúde e os profissionais que os compõe ganharam total destaque nesse cenário de enfrentamento do coronavírus, inclusive os profissionais da Psicologia. Diante desse contexto, a presente pesquisa é movida pelo seguinte problema de pesquisa: de que forma a pandemia de COVID-19 influenciou no atendimento psicológico?

Acredita-se, por hipótese, que a principal medida sanitária de contenção da transmissão e contaminação do coronavírus adotada foi o isolamento social, visto que é um vírus de muita resistência. A quarentena fez com que a maior parte da sociedade mundial interrompesse suas atividades normais cotidianas e ficassem em casa, para a segurança geral, e como a maior parte de profissionais da Psicologia não foi diferente. Porém, a necessidade do psicólogo não diminuiu. Muito pelo contrário. Com o isolamento social, houve o aumento no número de suicídios e psicopatologias sendo desenvolvidas pelos indivíduos isolados em casa, como a depressão e a ansiedade, além dos crescentes casos de violência doméstica e abuso de álcool e outras drogas, como também os fármacos. Nesta perspectiva, o psicólogo teve que se reinventar de modo que utilizasse de estratégias que auxiliam a facilitar o atendimento a essa população que adoecer cada vez mais, não só fisicamente como psicologicamente, devido a pandemia de COVID-19.

Apesar de já utilizado, o atendimento online foi a principal mudança devido a consequência do isolamento social na pandemia. Assim como alguns profissionais da Medicina, Enfermagem, e etc, muitos Psicólogos optaram por dar continuidade no trabalho de atender seus pacientes, mas de maneira remota, como forma de redução de danos. Ademais, outra mudança foi promover atendimento gratuito ou de baixo custo e acolhimentos emergenciais à comunidade que necessitava desse serviço psicológico, para, assim, reforçar o compromisso social deste profissional com a saúde pública.

Com ênfase nas curiosidades particulares no atendimento psicológico, nos adoecimentos psíquicos devido a alterações sociais, a atuação do psicólogo nesse cenário de pandemia e os efeitos de crises da saúde nos indivíduos de forma geral, este trabalho é resultado de grandes pesquisas neste tema e busca agregar conhecimento à área científica por meio do entendimento de relações entre a Psicologia e o isolamento social causado pelo surto pandêmico da COVID-19, visto que o atendimento psicológico é de extrema importância para a manutenção da saúde física e mental da sociedade. Espera-se que ajude a comunidade da saúde a ter uma atenção maior na prevenção e no manejo de emergência do bem-estar dos indivíduos, para que assim a atuação do profissional da saúde, em especial ao da Psicologia, em contexto de enfrentamento a uma enfermidade mundial, seja mais eficaz.

2 | MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia adotada foi por meio de pesquisa bibliográfica, onde foi realizada uma leitura baseada em documentos científicos, impressos e virtuais sobre a Psicologia e as modificações do atendimento psicológico durante o mais recente isolamento social causado pelo COVID-19.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 A PANDEMIA DE COVID-19 E O ISOLAMENTO SOCIAL

O SARS-CoV-2 é uma doença infecciosa, que foi notificada em meados do final de 2019 em Wuhan, na China, popularmente conhecida como coronavírus (covid-19). Pouco tempo após os primeiros casos, logo outros casos foram surgindo, tornando uma crise pandêmica. Isso fez com que o mundo entrasse em alerta para a prevenção de contágio, tendo que adotar novos hábitos higiênicos e de distanciamento social.

O isolamento social foi uma importante medida de controle do vírus. Porém, trouxe várias consequências negativas no que diz respeito à saúde mental para a sociedade, visto que o homem é um ser extremamente social (MELLO; TEIXEIRA, 2012). Além disso, houve o aumento no número de suicídios e psicopatologias sendo desenvolvidas pelos indivíduos isolados em casa, como a depressão e a ansiedade, além dos crescentes casos

de violência doméstica e abuso de álcool e outras drogas, como também os fármacos.

Nesse contexto, Ribeiro et al. (2020) afirma na página 49 que:

Ficar em casa seria a solução pra nos proteger do contágio ou de contagiar, e nesse período, surgem então, as angústias, ansiedades, preocupações, temor, pânico, conseqüentemente as mudanças na qualidade do sono, que já não é mais reparador como antes, o cansaço, o tédio e os conflitos que as famílias precisam enfrentar, as incertezas sobre o dia de amanhã, todos esses fatores são sem dúvidas redutores da qualidade de vida e bem-estar, colocando em causa a saúde física mental das pessoas.

Diante desta afirmação pode-se constatar, portanto, que o distanciamento social causado pela pandemia de Covid-19, foi importante para o controle da disseminação do vírus, sendo a medida de prevenção mais eficaz, além dos hábitos higiênicos e uso constante de máscara, mas serviu para agravar sintomas de estresse e psicopatologias como a ansiedade e a depressão.

3.2 ATENDIMENTOS PSICOLÓGICOS

Atualmente, a sociedade vem adoecendo com mais frequência devido às exigências do século XXI. Ademais, o reconhecimento da importância da saúde mental para o indivíduo se tornou mais evidente à medida que a população vem necessitando cada vez mais de amparo psicológico, como visto pela pandemia de Covid-19.

A resolução 04/2020 foi implementada no ano presente diante de um contexto pandêmico, ela orienta a atuação dos profissionais da Psicologia no cenário atual de Covid-19, principalmente, no manejo do atendimento virtual. O compromisso social desses profissionais com a saúde, trouxe a necessidade de se reinventar dentro desse contexto. Nessa perspectiva, Pinto (2002) comenta:

A urgência de determinados transtornos permite olhar de forma mais compreensiva para o atendimento on-line. Sem dúvida, a interação acima pode ser chamada de intervenção terapêutica. Se esse tipo de participação não leva a mudanças estruturais, pelo menos oferece um apoio imediato, que pode diminuir a ansiedade, permitindo uma reestruturação mínima do sofrimento. (PINTO, 2002, p. 169)

Tendo em vista os aspectos observados, pode-se concluir que o atendimento psicológico é de extrema importância para a manutenção da saúde mental. Portanto, no contexto de pandemia, o psicólogo se mostrou um profissional indispensável, principalmente na redução de danos psicológicos causados pelo isolamento social, por isso teve de adotar meios inclusivos para o acesso da população para um atendimento que oferecesse segurança para ambos.

Assim, o próximo tópico busca expor conceitos sobre a Pandemia de Covid-19 e as transformações que ocorreram nesse contexto que contribuíram para o agravamento de doenças psicológicas, levando em consideração as suas particularidades e especificidades

de segurança para o atendimento psicológico, bem como a reinvenção desse serviço.

3.3 O ESTRESSE DE ESTAR ISOLADO

O estresse é uma reação natural do organismo quando passamos por uma situação em que não estamos acostumados, a exemplo disso é a pandemia e o isolamento social. Essa reação causa um nível alto de alerta ou alarme no indivíduo fazendo com que ele chegue a um alto estresse.

O isolamento social tem causado níveis alterados de estresse e ansiedade, as situações ambientais podem ser provocadoras de estresse e agrupadas como: eventos vitais, acontecimentos diários menores e situações de tensão crônica (MARGIS et. al., 2003). A situação atual e presente no contexto pandêmico é uma situação ambiental, diferente de tudo que se vê. É nesta perspectiva que Margis et. al. (2003) fala sobre a experiência do estresse individual:

A resposta ao estresse depende, em grande medida, da forma como o indivíduo filtra e processa a informação e sua avaliação sobre as situações ou estímulos a serem considerados como relevantes, agradáveis, aterrorizantes, etc. Esta avaliação determina o modo de responder diante da situação estressora e a forma como o mesmo será afetado pelo estresse. (MARGIS et. al., 2003)

A forma como cada indivíduo filtra cada processo, se dá a partir de como o corpo e o organismo vão reagir a essa situação, como a pandemia e o coronavírus foram situações de extremo estresse e situações atípicas, as pessoas não sabiam como lidar com um ambiente estressor e que muitas vezes são gatilhos para uma pessoa desencadear alguma outra doença já predestinada.

3.4 ADAPTAÇÃO AOS NOVOS MODELOS REMOTOS

É fato que no mundo contemporâneo as relações naturalmente foram se transformando cada vez mais em laços virtuais. Porém, as mudanças que acometeram o ano de 2020 foram cruciais para a maior adesão das propostas tecnológicas pela sociedade. O físico teve de ser substituído, por um tempo, pelo virtual nas escolas, trabalhos e outros ambientes sociais, houve um grande aumento do *home office* e assim foi com os profissionais da Psicologia.

Os psicólogos, em sua maioria, eram acostumados com o atendimento psicológico em um *setting* característico e físico, onde o cliente se deslocava até ele e buscava ajuda, além de ter o contato e a experiência do olho no olho, da análise do comportamento corporal, etc. Com a necessidade da mudança, os psicólogos se viram na precisão da adaptação ao *setting* virtual, visando o atendimento à sociedade adoecida e também o seu desenvolvimento pessoal.

Ademais, o período de distanciamento social devido a pandemia de COVID-19 foi importante para a quebra dos preconceitos com o atendimento on-line, principalmente após à resolução do CFP 04/2020, que orientava esse profissional nessa nova forma de atender a população, além disso, foi imprescindível reformular o conceito do lugar do *setting* terapêutico e de como ele se estrutura. Segundo Carl Rogers (1961), a experiência clínica do atendimento será necessária para um indivíduo que precisa de ajuda e o outro que esteja disposto a escutá-lo e aceitá-lo incondicionalmente como ele é.

Diante disso, Migliavacca (2008) ressalta sobre esse lugar do trabalho psicológico:

O *setting* contempla arranjos práticos para a realização do trabalho, mas é também um conceito psicológico que inclui uma visão do que acontece dentro dele –da moldura –de modo diferente do que acontece fora... O esclarecimento necessário dos arranjos práticos é um dos pilares da moldura dentro da qual se desenhará em infinitas direções, o encontro de duas mentes, a do profissional e a de seu paciente, em busca de realização (Migliavacca, 2008).

Dessa forma, é visto que essa adaptação ao modelo remoto é importante pois torna o profissional da Psicologia mais inclusivo e coerente na atuação devido ao contexto enfrentado mundialmente. Ainda que seja difícil, no primeiro momento, o psicólogo deve considerar que o *setting* é o lugar onde ele acolhe um sofrimento, e não necessariamente uma sala física com poltronas confortáveis e uma boa temperatura. Assim, o profissional adaptável aos diversos contextos adversos, torna-se visionário para sua atuação com a comunidade, com a sua profissão e, também, consigo próprio.

4 | CONCLUSÃO

Com ênfase nas curiosidades particulares no atendimento psicológico, nos adoecimentos psíquicos devido a alterações sociais, a atuação do psicólogo nesse cenário de pandemia e os efeitos de crises da saúde nos indivíduos de forma geral, este trabalho é resultado de grandes pesquisas neste tema e busca agregar conhecimento à área científica por meio do entendimento de relações entre a Psicologia e o isolamento social causado pelo surto pandêmico da COVID-19, visto que o atendimento psicológico é de extrema importância para a manutenção da saúde física e mental da sociedade.

Espera-se que ajude a comunidade da saúde a ter uma atenção maior na prevenção e no manejo de emergência do bem-estar dos indivíduos, para que assim a atuação do profissional da saúde, em especial ao da Psicologia, em contexto de enfrentamento a uma enfermidade mundial, seja mais eficaz.

Dessa feita, foi visto que ao final do ano de 2019 o mundo começou a abrir os olhos para uma nova doença, uma doença de fácil contágio e que mataria milhões de pessoas no mundo inteiro se não houvesse isolamento e distanciamento social. Dessa forma, foi ligeiramente feito inúmeras estratégias para isolar aqueles que morreriam com

mais facilidade ou que tinham doenças crônicas.

A pandemia de Covid-19 fez com que os indivíduos parassem de forma abrupta suas atividades normais do cotidiano e ficassem isolados em casa para um bem social maior. Longe das relações que costumavam a ter, a taxa de estresse devido a esse cenário e ao que ele proporcionava aumentou significativamente, dando brecha ao aparecimento ou agravamento de psicopatologias como a depressão e a ansiedade, que elevaram muito neste período. O estresse é caracterizado pelo aumento da adrenalina produzindo vários tipos de alterações no organismo, sendo elas sistêmicas ou alterações psicológicas.

Com essa problemática instalada na sociedade, gerou um embate: se a pandemia de coronavírus trouxe consigo o distanciamento social e este proporcionou vários danos à saúde mental da população e com o isolamento social estava restringido a ida aos consultórios para fazer o atendimento psicológico, como esse profissional atuaria nesse contexto tão adoeecedor e tão perigoso para a saúde da comunidade e a sua própria saúde física? Foi então que os atendimentos on-line surgiram como solução para a redução desses prejuízos.

Apesar de os atendimentos remotos já existirem, eles eram preconizados até pela própria comunidade da Psicologia, que priorizava o modelo presencial por inúmeras questões de manejo da profissão. Então começou-se a pensar nesse modelo remoto por uma necessidade geral. O Conselho Federal de Psicologia publicou a resolução 04/2020 dando as orientações necessárias de como conduzir este atendimento e assim muitos psicólogos acataram, além de ter sido muito visto os atendimentos gratuitos oferecidos à população, justamente por este contexto que o mundo se encontrou.

REFERÊNCIAS

DANTAS PEREIRA, Mara; CHAGAS DE OLIVEIRA, Leonita; FRANCLIN TAVARES COSTA, Clebson; DE OLIVEIRA BEZERRA, Claudia Mara; DANTAS PEREIRA, Míria; AQUINO DOS SANTOS, Cristiane Kelly; MARTIN DANTAS, Estélio Henrique. **A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa.** Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4548/4043>> Acesso em: 27 de agosto de 2020.

GUSMÃO RIBEIRO, Eliane; SOUZA, Erica Lara; DE OLIVEIRA NOGUEIRA, Joquebede; ELER, Rosemeire. **Saúde Mental na Perspectiva do Enfrentamento à COVID -19: Manejo das Consequências Relacionadas ao Isolamento Social.** Disponível em: <<chrome-extension://oemmnxcbldboiebfnladdacbfmadadm/https://www.revesc.org/index.php/revesc/article/download/59/68>> Acesso em: 03 de outubro de 2020.

MARGIS, Regina; PICON, Patrícia; FORMEL COSNER, Annelise; DE OLIVEIRA SILVEIRA, Ricardo. **Relação entre estressores, estresse e ansiedade.** Disponível em: <<chrome-extension://oemmnxcbldboiebfnladdacbfmadadm/https://www.scielo.br/pdf/rprs/v25s1/a08v25s1.pdf>> Acesso em: 30 de outubro de 2020.

Mello E. F. F; Teixeira, A. C. **A interação social descrita por Vigotsky e sua possível ligação com a aprendizagem colaborativa através das Tecnologias de Rede.** IX ANPED, Seminário de Pesquisa em educação da região Sul,2012

Migliavacca, Eva Maria. (2008). **Breve reflexão sobre o setting**. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v58n129/v58n129a09.pdf>> Acesso em: 30 de outubro de 2020.

ROCHA PINTO, Elza. **As modalidades do atendimento psicológico on-line**. Disponível em <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v10n2/v10n2a07.pdf>> Acesso em: 03 de setembro de 2020.

ROGERS, Carl R., **Tornar-se pessoa**. (1961). 5ª edição. São Paulo. Martins Fontes. 1997.