

Atendimento Psicológico a pessoas enlutadas durante a Pandemia do novo Coronavírus¹

Ariele Teixeira - Centro de Filosofia e Ciência Humanas

Júlia Fransoze Soriani - Centro de Filosofia e Ciência Humanas

Resumo

O surgimento do novo coronavírus (COVID-19) e a caracterização do mesmo pela Organização Mundial da Saúde como sendo um estado pandêmico, provocou uma grande mudança no modo de vida e de atuação profissional nos mais diversos contextos. A atuação clínica da prática do psicólogo precisou ser revista e revolucionada para que atendesse a demanda advinda do novo contexto mundial. Além disso, a temática do luto, mostrou-se mais presente e mais complexa de se entender e, para isso, também o trabalho do psicólogo precisou se adaptar. No presente artigo é refletido acerca da atuação do psicólogo frente pessoas enlutadas decorrente do COVID-19 e do contexto da pandemia.

Palavras-chave: atendimento psicológico, luto, pandemia, Coronavírus

Introdução

A doença causada pelo novo coronavírus (COVID-19), foi inicialmente reportada na China, em dezembro de 2019. Frente ao rápido crescimento do número de casos confirmados e de mortes em decorrência da doença em diferentes países, a Organização Mundial da Saúde (OMS), passou a caracterizá-la, a partir de 11 de março de 2020, como uma pandemia. Embora grande parte dos infectados apresentem sintomas leves ou moderados, um significativo número de casos requer internação hospitalar e, até mesmo, tratamento em unidade de terapia intensiva. Além disso, há grande preocupação com a capacidade dos sistemas de saúde para atender à demanda, incluindo a necessidade de leitos hospitalares e respiradores, o que tem levado à proposição de medidas para conter a contaminação com fechamentos de locais públicos como universidades, escolas, bares e restaurantes, restrições a viagens, isolamento de casos suspeitos, distanciamento social e utilização de máscaras para toda a população (Crepaldi, Schmidt, Noal, Bolze & Gabarra, 2020).

A partir do exposto acima, as autoras buscaram, dentro desse artigo, debruçar-se sobre o atendimento Psicológico a pessoas enlutadas durante a Pandemia do novo Coronavírus, a fim de que possam ser trazidas informações atualizadas sobre a doença e quais as suas consequências dentro do aspecto psicológico para aqueles que vivem o luto ocasionado pelo vírus da COVID-19.

¹ Trabalho para a disciplina de Fundamentação da Ênfase IA do curso de Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina, semestre 2020.2

Desenvolvimento

A Covid-19, considerada hoje uma pandemia, possui um enorme impacto global, já causou inúmeras mortes e é considerada a síndrome respiratória viral mais severa desde a pandemia de influenza H1N1, em 1918 (Ferguson et al., 2020). Com esse número de mortes altíssimo, a demanda por internações nos hospitais começou a crescer e hoje, vê-se a superlotação e falta de leitos em hospitais no país, gerando inúmeras preocupações sobre um colapso no Sistema de Saúde (Ferguson et al., 2020).

De modo geral, a saúde mental dentro desse cenário avassalador, acaba por não ter sua devida atenção (Ornell, Schuch, Sordi & Kessler, 2020). Entretanto, faz-se muito necessário que essa temática seja abordada, visto que, em decorrência do isolamento a que a população foi submetida, ocasionado pela alta transmissibilidade do vírus, os efeitos psicológicos puderam começar a ser sentidos mais fortemente, podendo estes, tornarem-se mais duradouros e dominantes que o próprio efeito acometido pela COVID-19 na saúde física (Ornell et al., 2020). Além disso, a saúde mental deve ser tratada com mais atenção tanto pelo acometimento de transtornos para com os pacientes, quanto com os próprios profissionais que estão diariamente lidando com situações decorrentes do vírus.

Por se tratar de um tema recente, ainda não há uma ampla gama de literatura sobre o que isso pode ocasionar e impactar na saúde mental. Entretanto, alguns estudos começaram a ser feitos após o início da quarentena, para que pudesse ser avaliado o impacto psicológico causado por esta pandemia do Coronavírus.

Em um dos estudos, que foi realizado com profissionais de um hospital, foi descoberto que, após o período de quarentena terminar, ter estado de fato em quarentena foi o fator mais preditor pro desenvolvimento de sintomas de transtorno de estresse agudo (The Lancet, 2020). Ainda nesse estudo, "a equipe em quarentena foi significativamente mais propensa a relatar exaustão, distanciamento dos outros, ansiedade ao lidar com pacientes febris, irritabilidade, insônia, baixa concentração e indecisão" (p. 913, 2020).

Um outro estudo populacional, feito no início da pandemia, no ano de 2020 com 1.200 pessoas da China sobre essa mesma temática, concluiu que 28,8% das pessoas entrevistadas possuíam sintomas de moderados a severos de ansiedade, 16,5% de depressão e 8,1% de estresse. Em contraponto, àquelas pessoas que receberam informações precisas sobre a situação local da doença e sobre as formas de prevenção e tratamento, resultaram em menores níveis de ansiedade, depressão e estresse (Wang et al., 2020). Um exemplo bem atual que pode ser trazido aqui como reflexão é a temática das fake news. Quando se lê uma notícia em sites, redes sociais e compartilha-se ela, muitas inverdades são compartilhadas conjuntamente com a notícia. A

partir disso, essa notícia falsa se espalha cada vez mais e, quando menos se percebe, as pessoas estão recebendo dia após dia várias informações imprecisas. A partir disso, como pôde ser lido no estudo acima, os quadros de transtornos mentais crescem.

“A pandemia afetou drasticamente o bem-estar sócio emocional e físico de bilhões de pessoas em todo o mundo (Sohrabi et al., 2020; Singer, Spiegel & Papa, 2020)”. A partir disso, o papel da psicologia em todo esse cenário chega como uma importante parte para a manutenção da saúde do indivíduo. Quando fala-se sobre esse papel, a literatura traz que são inúmeros os fatores que podem fazer com que o indivíduo precise de uma intervenção psicológica: a escassez de suprimentos à população, a dificuldade financeira, os comportamentos discriminatórios com alguns grupos em específico (chineses, por exemplo, que foi onde iniciou-se a disseminação), os impactos causados na rotina familiar, a imprevisibilidade, além dos impactos que são diretamente relacionados à Covid-19, como o luto, por exemplo (Schmidt, Crepaldi, Dill, Bolze, Neiva-Silva & Demenech; 2020). Esses impactos decorrentes do luto estão sendo vistos cada dia mais em virtude do aumento do número de mortes, tendo o tema então, enorme visibilidade no cenário atual.

De acordo com Freud (1915/2011, p.48) “O luto, via de regra, é a reação à perda de uma pessoa querida ou de uma abstração que esteja no lugar dela, como pátria, liberdade, ideal etc”. O processo de luto é algo a se dizer normal, saudável e necessário para que se tenha a cicatrização e elaboração dessas feridas que foram provocadas a partir da morte de um ente querido ou pessoa próxima. Além disso, “além de ser considerado um evento natural (..), é uma resposta inevitável que move o indivíduo a viver um processo de ajustes em todos os setores da vida (Ferreira, Leão & Cardoso, 2008)”.

No atual cenário de pandemia, esse processo de luto está presente em maior ou menor grau no meio de todos. A partir disso, quando o indivíduo entra no processo de luto, ele passa por fases que são experienciadas com maior ou menor tempo de acordo com cada sujeito que o está vivendo. Em consequência disso, são inúmeros os projetos relacionados ao luto que surgiram em virtude do impacto causado pelo coronavírus (Dantas, Azevedo, Vieira, Côrtes, Federmann, Cucco, Rodrigues, Domingues, Dantas, Portella & Cassorla, 2020).

A Sociedade Brasileira de Psicologia (SBP) oferece em seu site², inúmeras orientações técnicas aos profissionais da Psicologia e, através da criação do “Grupo de Trabalho (GT) de enfrentamento da Pandemia SBP COVID-19” conseguiu reunir então estas informações técnicas atualizadas para contribuir com a prática do profissional nesse cenário de pandemia.

² sbponline.org.br

Esse Grupo surgiu a partir da demanda trazida pela pandemia e trabalha então para intensificar ações de enfrentamento desde 22 de março de 2020. Essas ações de enfrentamento estão sendo melhoradas, trabalhando conjuntamente com o Conselho Federal de Psicologia (CFP) e outras entidades do FENPB, de maneira a articular esforços para apoiar as ações de enfrentamento da pandemia.

Além desse trabalho essencial da SBP, outras entidades tomaram a iniciativa de iniciarem grupos online para acolhimento e enfrentamento do luto. A Universidade Estadual de Londrina (UEL), por exemplo, criou um projeto denominado “Atendimento de Apoio Psicológico COVID-19” onde é oferecido suporte psicológico para atender às demandas de pessoas enlutadas em virtude da COVID-19.

“No início, o suporte era oferecido a funcionários, pacientes e familiares do Hospital Universitário de Londrina (HU-UDEL). Atualmente, o projeto aumentou a sua abrangência estendendo o atendimento a todos(as) os(as) servidores(as) públicos que atuam, direta ou indiretamente, no enfrentamento da pandemia do novo coronavírus” (Zanardi, 2020).

Esses projetos são importantíssimos para que o indivíduo tenha como viver seu processo de luto de modo mais saudável possível, garantindo então a saúde mental e bem-estar dos indivíduos.

O Conselho Federal de Psicologia (CFP) constituiu uma nova Resolução em que orienta os profissionais da Psicologia sobre sua atuação online diante do cenário de pandemia. Então, a partir da possibilidade da atuação dos psicólogos em emergências e desastres, contextos clínicos, de assistência social e saúde pública e com o atendimento não se limitando apenas ao atendimento físico, o psicólogo que tenha cadastro prévio junto ao seu Conselho Regional de Psicologia (CRP) pode atuar, de acordo com o CRP, na:

- orientação sobre aspectos de higiene que visem minimizar os riscos de contaminação do vírus;
- conscientização das eventuais mudanças de hábitos e possíveis implicações emocionais que podem ser acarretadas por conta disso;
- abordagem, quando necessário, das implicações emocionais da quarentena e de aspectos psicológicos do isolamento;
- exercício da profissão segundo os princípios do Código de Ética Profissional do Psicólogo, com informações precisas e que evitem o pânico.

Através dessas atuações, aliadas a boas práticas a serem seguidas em momentos de crise, o psicólogo então ocupa seu lugar de importância diante da pandemia (CFP, 2020).

Os desafios do cuidado durante uma pandemia

As urgências e emergências no contexto da pandemia da COVID-19, desafiam a todos os profissionais da saúde e suas atuações em diversas áreas. A psicologia hospitalar se posiciona nessa conjuntura com um papel fundamental no manejo da crise, sendo responsável pela mediação das relações entre os pacientes, a equipe de saúde, os familiares e a própria relação com a doença. No caso do psicólogo, então, exigem-se novas formas de intervenção que modificam o setting terapêutico. Essas mudanças, junto com a própria pandemia, ocorreram de forma abrupta e há necessidade imediata de os profissionais se adequarem às novas exigências (Schmidt, Crepaldi, Bolze, Neiva-Silva, & Demenech, 2020), como o atendimento on-line.

Segundo estudo analisado em *The Lancet* (2020) aponta que os maiores estressores durante a pandemia são envolta do tempo de duração da quarentena, medo da infecção pelo vírus, frustração e tédio, informações inadequadas e escassez de recursos básicos (de higiene, alimentício e de saúde).

O trabalho multidisciplinar no contexto hospitalar e o trabalho do psi

São nesses fatores que o psicólogo focará parte de seu trabalho clínico. Através do acolhimento é possível inserir a atenção, o respeito e a escuta, entregando ao paciente a possibilidade de falar e, conseqüentemente, discriminar suas próprias emoções, expressar seu sofrimento e ter alívio por partilhar suas angústias com o outro (Helena, Gomes, Tolfo & Pellegrini, 2020).

Não só isso, mas também a atuação abrange o trabalho direto com a equipe de saúde, pensando a despeito da possibilidade de intervenção psicológica sendo diretamente com o paciente ou com os familiares. Dessa forma, a equipe também irá compor o *setting* no qual o psicólogo irá atuar (Caiuby & Andreoli, 2003). O paciente irá estabelecer um vínculo emocional com toda a equipe (o próprio psicólogo, médicos, enfermeiros, técnicos, etc.) através de transferências de conteúdos psicológicos. Por causa disso, o psicólogo deve viabilizar o ambiente terapêutico para que haja essa transferência e o restabelecimento do paciente (Caiuby & Andreoli, 2003).

Esse processo todo leva o paciente a lidar com seus próprios recursos e limites possíveis, favorecendo o equilíbrio psíquico e o entendimento de toda a situação ao redor de sua estadia no hospital (Helena et al, 2020).

Os rituais de despedida

A importância da possibilidade de despedida para a compreensão da terminalidade do corpo é valorizada na sociedade brasileira e são experienciados de forma singular, não havendo uma forma rígida no ritual de despedida (Crepaldi et al, 2020). Ver o corpo, muitas vezes, simboliza a concretude da morte, contemplado uma última vez e auxilia na elaboração do luto (Dantas et al, 2020).

O contexto da pandemia e do COVID-19, então, marca uma mudança drástica nessa forma de se despedir. Não é mais possível para a família ver o corpo, uma vez que a medida de segurança é que o caixão esteja lacrado. Antes mesmo do falecimento, também não pode haver o contato físico ou até a presença próxima desses familiares para que haja a despedida. Esse contexto impõe ao psicólogo um desafio adicional, há necessidade de haver uma criatividade e adaptação de cada caso para que haja, de certa forma, o contato dos familiares para a despedida com o paciente terminal.

A saúde dos profissionais da saúde

É preciso também se atentar aos próprios profissionais da saúde que permanecem em contato com tais pacientes e, no entanto, não são isentos de se envolverem e se afetarem. Segundo pesquisa, a equipe de quarentena nos hospitais possuem maior índice de reclamações de exaustão, ansiedade, irritabilidade, insônia, dificuldade de concentração e consideração de abandonar o emprego (Brooks et al, 2020). Além disso, segundo o mesmo estudo, os profissionais da saúde possuem sintomas mais severos de estresse pós-traumático do que o resto da população.

Apesar de haver dentro dos hospitais a disponibilidade dos psicólogos para tais trabalhadores, a procura pela terapia/aconselhamento tem sido menor do que o esperado (Heleno et al, 2020). Tal dado suscita algumas reflexões acerca do próprio entendimento do profissional sobre seu papel e sua atuação no contexto da pandemia.

Conclusão

As autoras do presente artigo, ao terem vivenciado situações decorrentes do coronavírus e após ler inúmeros materiais acerca da temática, trazem aqui algumas reflexões que puderam ser tiradas sobre toda essa experiência, já que é algo totalmente novo.

Num primeiro momento, houve a reflexão sobre o fato de que em um futuro próximo as presentes autoras farão essa transição de carreira, saindo de estudantes para então profissionais formadas. Neste contexto, foi refletido sobre como será possível que sejam vividas experiências

parecidas com essa atual e, além disso, houve um pensamento conjunto sobre o quanto isso tem como consequência o afetamento sobre nossa saúde física e mental, quando nesse papel de profissionais. Até que ponto o profissional deve se inserir nesses ambientes de escuta? Qual limite dessa aproximação? O fato de estar lidando diariamente com o coronavírus hoje, faz com que os profissionais estejam totalmente expostos ao vírus e com que também, muitas vezes, caso expostos e contaminados, levem o vírus para a casa. Então, foi bastante refletido sobre essa alta exposição que chega como demanda para um profissional da área, uma vez que a Psicologia é uma profissão muito humanizada e que muito dela vem dessa aproximação para com o paciente, da humanização necessária.

Outro ponto levantado pelas autoras foi em relação às adaptações necessárias em contextos como pandemias. Quanto a questão dos rituais de despedida, por exemplo, observa-se como essencial a necessidade de uma maior criatividade provinda do profissional de saúde, adaptando-se então a utilização de chamadas de vídeo, cartas e fotos para que haja algum tipo de despedida que alivie o sofrimento, tanto do paciente quanto dos familiares. Além disso, o *setting* no qual o psicólogo hospitalar é responsável precisou ser repensado no contexto da pandemia. A fim de deixar o ambiente mais confortável, o profissional deve estar atento ao conforto, a relação entre os outros profissionais do hospital, limpeza e qualquer outro fator que o paciente pareça considerar de suma importância para seu próprio bem-estar. As terapias alternativas nesse contexto também se mostram como forte aliada na diminuição do sofrimento psíquico. Os exercícios como meditação e controle da respiração, começaram a ser muito mais utilizados, principalmente dentro deste contexto, diminuindo a ansiedade e relaxando o indivíduo.

O trabalho do psicólogo no contexto hospitalar, e mais especificamente na pandemia iniciada em 2020 por conta do COVID-19, encara hoje inúmeras dificuldades e contravenções enquanto profissional atuante. A mudança de paradigma ocorrida, obrigou que os profissionais, revolucionassem sua forma de atuação, atentando-se muito mais ao cuidado com as especificidades do manejo clínico que a pandemia trouxe, além também do próprio cuidado com sua saúde.

Referências

Caiuby, A. V. S., & Andreoli, P. B. A. (2005). Intervenções psicológicas em situações de crise na unidade de terapia intensiva. Relato de casos. *Revista Brasileira de Terapia Intensiva*, 17(1), 63-67.

- CFP. (2020). Conselho Federal de Psicologia. Nova Resolução do CFP orienta categoria sobre atendimento on-line durante a pandemia da Covid-19.
- Crepaldi, M. A., Schmidt, B., Noal, D. D. S., Bolze, S. D. A., & Gabarra, L. M. (2020). Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37.
- Dantas, C., Azevedo, R. C. S., Vieira, L. C., Côrtes, M. T. F., Federmann, A. L. P., Cucco, L., Rodrigues, L. R., Domingues, J. F. R., Dantas, J. E., Portella, I. P., & Cassorla, R. M. S. (2020). O luto nos tempos da COVID-19: desafios do cuidado durante a pandemia. *Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental*, 23(3), 509-533. Epub October 30, 2020.
- Ferguson N., et al. (2020). Impacto de intervenções não farmacêuticas (INP) para reduzir a mortalidade por COVID19 e a demanda por saúde.
- Ferreira, L. C, Leão, N. C., & Andrade, C. C. (2008). Viuvez e luto sob a luz da Gestalt-terapia: experiências de perdas e ganhos. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 14(2), 153-160.
- Freud, S. (2011). *Luto e melancolia*. Tradução de Marilene Carone. São Paulo, SP: Cosac Naify. (Trabalho original publicado em 1915).
- Heleno., Gomes., Tolfo & Pellegrini. 2020 In: Bentivi, D., 2020. *O trabalho e as medidas de contenção da COVID-19*. Porto Alegre: artmed, pp.41-49.
- Ornell, F., et al. (2020). “Medo pandêmico” e COVID-19: carga e estratégias de saúde mental. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 42 (3), 232-235.
- Shojaei S F, Masoumi R. The Importance of Mental Health Training for Psychologists in COVID-19 Outbreak. *Middle East J Rehabil Health Stud*. Online ahead of Print; (2):e102846.
- Singer, J., Spiegel, J. A., & Papa, A. (2020). Preloss Grief in Family Members of COVID-19 Patients: Recommendations for Clinicians and Researchers. *Psychological trauma: theory, research, practice and policy*, 12(S1), S90-S93.
- Sohrabi, C., Alsafi, Z., O’Neill, N., Khan, M., Kerwan, A., Al-Jabir, A., Iosifidis, C., & Agha, R. (2020). World Health Organization declares global emergency: A review of the 2019 novel coronavirus (COVID-19). *International journal of surgery*, 76, 71-76.
- The Lancet. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Department of Psychological Medicine, King’s College London*, London, UK, 395(20), 912-919.
- Unijipa, U. (2020). A importância da Psicologia em tempos de Pandemia. Universidade do Ji-Paraná (Unijipa).
- Wang, C. et al., (2020). A novel coronavirus outbreak of global health concern [published correction appears in Lancet. 2020 Jan 29]. *Lancet*. 2020;395(10223):470-473.
- Zanardi, R. (2020). Projeto de psicologia atende pessoas em luto por causa da COVID-19. Universidade Estadual de Londrina (UEL).