



## RELATO DE EXPERIÊNCIA DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: PROJETO DE INFORMAÇÃO

Júlia Gomes Bridi Magrin<sup>a</sup>, Karoline Machado de Souza<sup>a</sup>, Ana Cláudia Baratieri Zampieri<sup>a\*</sup>

a) FSG- Centro Universitário

Informações de Submissão	Resumo
<p>*Ana Cláudia Baratieri Zampieri, endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias do Sul - RS - CEP: 95020-472.</p>	<p>Foi a partir de uma nova realidade vivenciada por todos nós, que o esse projeto surgiu. Enquanto acadêmicas estagiárias de psicologia hospitalar, frente a uma pandemia de COVID-19 que afeta o mundo inteiro, nos vimos obrigadas a afastarmos de nossa prática acadêmica e encontrar formas criativas de continuarmos, de certa forma, ligadas a ela. Este relato objetiva apresentar nossa experiência acadêmica e as circunstâncias ligadas a ela, a qual ocorreu através de uma rede social, no Instagram, onde passamos a informar sobre diversos assuntos que permeiam a pandemia, por intermédio de fontes confiáveis e científicas, e a dar voz aqueles que muitas vezes não são ouvidos. A partir disso, buscamos impulsionar a reflexão, desde os aspectos relacionados ao ambiente hospitalar, até as temáticas que circundam a realidade vivida durante a pandemia.</p>
<p><b>Palavras-chave:</b> Pandemia. Psicologia Hospitalar. Covid-19. Isolamento.</p>	

### 1 INTRODUÇÃO

A COVID-19 é um agente do coronavírus, identificado pela primeira vez em dezembro de 2019 em Wuhan, na China, e logo chamou a atenção por sua rápida propagação. No Brasil, o primeiro caso foi notificado em fevereiro, na cidade de São Paulo, e em março o país, assim como muitos países ao redor do mundo, declarou quarentena de isolamento domiciliar a população, visto que a doença foi considerada uma pandemia (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

Nós, como estudantes de psicologia, começamos o estágio de ênfase em uma instituição de saúde que é referência na região, atuando diretamente com a psicologia clínica dentro do ambiente hospitalar. Porém, após quinze dias, tivemos nossa prática interrompida devido às medidas de precaução para nossa saúde, visto que os aspectos relacionados a COVID-19 ainda eram muito novos e imprevisíveis. Entretanto, mesmo com o pouco tempo de atuação, tivemos a possibilidade de perceber algumas demandas

daquele ambiente e fazer algumas relações com as novas demandas emergentes pela pandemia.

Durante os dias de prática neste ambiente, pudemos ter contato com um projeto de grupos com familiares de pacientes de UTI's. Nestes grupos, lhes eram explicados diversos aspectos ligados à UTI. A equipe de psicologia do Hospital relata que, frente ao desconhecimento acerca deste ambiente lotado de aparelhos, barulhos, cheiros e profissionais andando para lá e cá, os familiares corriqueiramente sentem-se ansiosos e nervosos. Por conta disto, nestes grupos apresentavam-se os aparelhos e suas funções, falava-se a respeito dos barulhos incessantes e de sua importância no monitoramento do paciente, além de apresentar alguns aspectos psicológicos como é o caso do *delirium*, comum nestes pacientes.

Devido a impossibilidade de darmos continuidades nos trabalhos presenciais e elaborar estes grupos, surgiu a ideia de criar um Instagram, rede social de grande alcance e fácil acesso, a fim de tratarmos de assuntos que pouco falamos ou ouvimos falar durante este período em que vivemos, surgindo então, o nome “Nas Entrelinhas da Pandemia”. Neste Instagram, realizamos postagens referentes a diversos temas presentes que circundam a pandemia, como luto, empatia, saúde mental, resiliência, reações comuns em situações de emergências e também sobre as UTI's, onde muitos pacientes com COVID-19 permanecem atualmente internados, visando levar ciência através de uma linguagem clara, sem muitos termos técnicos.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

Lima (et. al., 2019) levanta a possibilidade de que a pandemia tenha permitido que falhas nos serviços de saúde mental fossem percebidas e que a resiliência dos profissionais e sistemas de saúde passou a ser testada. O pânico e a comparação ao “fim do mundo” gerados pelo coronavírus deixaram a população vulnerável, e a quarentena fez emergir sensações de medo e ansiedade. Os autores afirmam que unir a tecnologia disponível graças a internet aos processos de intervenção pode ser uma boa alternativa para lidar com as questões de saúde mental emergentes no momento. Considerando essas demandas, o projeto Entrelinhas da Pandemia foi criado a fim de levantar um debate e levar informação sobre assuntos que permeiam a temática, mas dos quais pouco se fala e pouco de escuta.

Frente a esta pandemia, cabe ressaltar uma das problemáticas fundamentais no ambiente hospitalar: o isolamento de contato. O isolamento de contato é essencial para o controle de infecção hospitalar (DUARTE, et al., 2015). O isolamento trata-se de um leito utilizado por pacientes com suspeita ou diagnóstico confirmado de doenças transmissíveis. Dentre os cuidados presentes nestes leitos, estão: a redução de visitas, uso de EPIs, além de alguns procedimentos particulares.

Duarte, et al (2015) refere que os pacientes isolados, além de sofrerem com a interrupção de suas rotinas, tornam-se mais expostos ao estresse, limitados acerca da liberdade de se movimentar e de se comunicar. Geelhoed (1978, apud Duarte, et al., 2015), apontava desde a década de 70 que estes pacientes sofrem com a solidão relacionada ao confinamento, o medo da doença que resultou em seu isolamento, a claustrofobia, ao sentimento de impureza, além do constante medo de infectar e prejudicar outras pessoas.

Ainda sobre os impactos psicológicos de permanecer em leito de isolamento, Duarte, et al (2015) afirmam que aliado a ser diagnosticado com uma doença contagiosa, trata-se de uma experiência que pode ser extremamente "ansiosígenica e perturbadora para alguns pacientes". Entretanto, há de se considerar a subjetividade de cada sujeito, pois nem sempre o isolamento será um aspecto relativo a uma experiência totalmente negativa.

## **2.1 Intervenções psicológicas frente ao isolamento de contato**

“A partir da experiência dos próprios inquiridos, orientação detalhada para o paciente e família, incentivando ambos a participarem do processo de cuidados continuados, uso extensivo de trabalho e ludoterapia, programações diárias estruturadas, acesso a relógios, calendários e vista da janela para evitar a desorientação de tempo, além de suporte extensivo para membros da equipe” (KELLERMAN et al. ,1977, *apud* Duarte, et al., 2015).

É de extrema importância que o paciente receba uma boa orientação acerca dos aspectos relacionados ao processo saúde-doença. A comunicação assertiva neste ambiente está diretamente ligada a satisfação e bem-estar do paciente, além de reduzir

efeitos adversos relacionados ao confinamento (ABAD et al., 2010; ZASTRO, 2011 apud DUARTE, et al., 2015).

Pode-se pensar que as intervenções nestes ambientes correspondem a medidas educativas, onde oportuniza-se o repasse de informações de forma adequada; as organizacionais, através de intervenções voltadas a saúde mental de pacientes e funcionários, por exemplo; as estruturais que estão ligadas ao ambiente e suas adequações; as comunicativas, relacionadas às orientações e por fim, as avaliativas, correlacionadas as triagens (DUARTE, et al., 2015).

## **2.2 A escolha das cores para identidade visual**

Para a criação da conta no Instagram do projeto "Nas Entrelinhas da Pandemia", além da preocupação com os conteúdos que seriam expostos, pensou-se em uma identidade visual que fosse atrativa e que condissesse com a temática proposta. A partir disso, a cor verde foi escolhida como norteadora da identidade visual, já que esta é tida como o símbolo da vida e da saúde (HELLER, 2013). Além disso, o verde é também considerado a cor da confiança e da esperança, relacionada a semente que germina na primavera, estação que traz a renovação (HELLER, 2013).

## **3 METODOLOGIA**

Para a realização do presente estudo, foi realizada uma pesquisa bibliográfica referentes à temática da COVID-19, a partir de fontes nacionais e internacionais, visto que, no momento em que este estudo começou a ser desenvolvido, o material científico produzido no Brasil ainda era escasso. Para a análise dos resultados sobre o alcance do projeto desenvolvido, foram observadas e computadas as interações na rede social escolhida, o Instagram, a partir de curtidas, comentários, compartilhamentos e postagens salvas, todas fornecidas pelo próprio aplicativo.

## **4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS**

As publicações na rede social tiveram início no dia 29 de julho de 2020 e até o dia 21 de setembro do mesmo ano, 12 postagens foram produzidas, entre textos, pensamentos e relatos, alcançando não somente a população em geral, mas também alguns profissionais da saúde. Relatos de profissionais atuantes no ambiente hospitalar, pessoas que superaram a COVID-19 e também de familiares foram apresentados, com objetivo

de dar voz a quem não está sendo muito ouvido e abrir um espaço anônimo para que se expressassem. Kang (et. al., 2020) afirma que os trabalhadores do sistema de saúde além de enfrentarem uma grande pressão devido ao COVID-19, estão expostos a contaminação, exaustão, frustração, discriminação e isolamento. Essa realidade pode vir a afetar não somente sua condição psicológica atual, mas também seu bem-estar futuro, com sintomas de estresse, ansiedade, depressão e medo. Os autores afirmam que garantir a saúde mental dos trabalhadores nesse momento é fundamental no combate à epidemia, a fim de que os possíveis sintomas emergentes não venham a afetar a atenção desses profissionais para com os pacientes e suas capacidades na tomada de decisões.

O primeiro relato de uma profissional da saúde que atua diretamente no combate a COVID-19, carregava na capa a frase “Estamos exaustos... são horas extras para compensar a falta de colegas doentes, são férias canceladas. Folgas do mês? Quem precisa?” e esta foi a que obteve o maior alcance, desconsiderando a postagem de apresentação do projeto. Foram 76 pessoas alcançadas e 19 visitas ao perfil, tendo 11 compartilhamentos em apenas uma semana e chamando a atenção para uma possível identificação entre essas pessoas e este relato. O luto foi outro assunto de grande interesse por parte dos leitores, tendo comentários sobre a relevância de discutir o tema. O luto, segundo Stroebe e Schut (1999, apud SILVA e ALVES, 2012), pode ser visto como um processo dual, ou seja, em alguns momentos a pessoa experiencia completamente o seu luto, buscando compreender os efeitos da perda, e em outros ela volta sua atenção aos afazeres do dia-a-dia, como a casa e o trabalho. Esse pode ser considerado um processo saudável, em que o sujeito vivencia sua perda, mas sem deixar de realizar as tarefas que compõem sua rotina.

Ademais, temas como reações comuns em situações de emergência, rompendo com ideias precipitadas de que comportamentos caóticos e egoístas fossem mais comuns do que atitudes altruístas, a resiliência como habilidade desenvolvida ao longo da vida e empatia foram abordados, assuntos considerados relevantes no enfrentamento do momento atual.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A "nova realidade", consequência da pandemia do COVID-19, trouxe consigo diversas demandas das quais a população nunca imaginou vivenciar, e também pôs luz

em situações que careciam de atenção, mas que acabam sendo esquecidas em meio a correria do dia-a-dia. Eventos passados que aconteceram ao redor do mundo, como atentados terroristas e desastres naturais, mostraram a importância de medidas preventivas que devem ser estabelecidas antes da ocorrência de situações que possam acarretar prejuízos à saúde mental de uma população. A partir das novas experiências com a COVID-19, essa premissa fica ainda mais evidente, como a necessidade de atenção à saúde mental dos trabalhadores da saúde, a discussão sobre assuntos delicados, mas importantes - como o luto - e a informação disposta de forma clara a população.

## 6 REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **O que é Covid-19?** Brasília, DF, 2020.

DUARTE, T. L.; et al . Repercussões psicológicas do isolamento de contato: uma revisão. **Psicol. hosp. (São Paulo)**, São Paulo , v. 13, n. 2, p. 88-113, ago. 2015 . Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-74092015000200006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-74092015000200006&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 07 abr. 2020.

HELLER, E. **A psicologia das cores: como as cores afetam a emoção e a razão**. 1º ed. Trad.Maria Lúcia Lopes da Silva. São Paulo: Gustavo Gili, 2013.

KANG, L., *et al.* The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. **The Lancet**, v.7, mar. 2020.

LIMA, C. K. T., *et al.* The emotional impact of Coronavirus 2019-nCoV (new Coronavirus disease). **Psychiatry Research**, v.6, maio, 2020.

SILVA, Maria das Dores Ferreira da; FERREIRA-ALVES, José. O luto em adultos idosos: natureza do desafio individual e das variáveis contextuais em diferentes modelos. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre, v. 25, n. 3, p. 588-595, 2012 Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-79722012000300019&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-79722012000300019&lng=en&nrm=iso)>. acessos em 24 set. 2020.