

AS SEQUELAS DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL: RELATO DE CASO

Fernanda Paschoal Veloso¹, Renan Modesto Monteiro², Juçara Gonçalves Lima Bedim³.

1. Universidade Iguçu- UNIG, Campus Itaperuna- RJ
2. Universidade Iguçu- UNIG, Campus Itaperuna- RJ
3. Universidade Iguçu- UNIG, Campus Itaperuna- RJ

Email do autor principal: fernandapv2704@gmail.com

Introdução: A pandemia causada pelo SARS-CoV-2, iniciada em 2020, levou à adoção de medidas sanitárias rigorosas, como o isolamento social, que impactaram de forma significativa a saúde mental dos indivíduos. Nesse contexto, a Covid-19 é considerada uma crise sob os pontos de vista epidemiológico e psicológico, devido às alterações cognitivas, comportamentais e emocionais vivenciadas em tal período. A alta prevalência de efeitos psicológicos negativos observados no período pós pandêmico apresenta-se como um flagelo da saúde pública, representando um dos grandes desafios da sociedade contemporânea. **Relato de caso:** Paciente do sexo feminino, 57 anos, atuava, na ocasião da pandemia, como professora da Educação Infantil; desenvolveu sintomas de insônia crônica e ansiedade, o que a levou a parar de trabalhar, em 2021. Permanece até o momento em uso de máscaras de proteção, o que não a impediu de ser infectada duas vezes, precisando ser internada por um período de 15 dias na segunda internação. Após os episódios de infecção, evoluiu com comprometimento da função respiratória, e relata dificuldade para realizar atividades físicas as quais, anteriormente, faziam parte de sua rotina. **Discussão:** Este caso possibilita observar como o isolamento e o vírus afetaram o bem-estar físico e psicológico dos indivíduos. O confinamento prolongado e as mudanças abruptas na rotina contribuíram para a redução das interações sociais e o desenvolvimento de distúrbios como crises de pânico, ansiedade e depressão, associadas ao aumento do estresse e preocupações causadas pelo isolamento. Torna-se premente o cuidado na pós-pandemia, bem como a importância de se considerar as adversidades enfrentadas naquela fase. Igualmente cabe ressaltar que a pandemia foi um período traumático, em que as pessoas enfrentaram incertezas econômicas e receio de contágio, o que contribuiu para o sofrimento psíquico naquele momento. Outro aspecto relevante foi o crescimento de manifestações relacionadas a doenças psicossomáticas, nas quais fatores psicológicos se expressam por meio de sintomas físicos, principalmente na conjuntura pandêmica, em que o fator emocional fica evidenciado. **Considerações finais:** As sequelas da pandemia de Covid-19 na saúde mental ainda se mostram presentes em diversos grupos da sociedade. O aumento de transtornos psicológicos mostra que os efeitos da pandemia ultrapassam os aspectos físicos da doença, afetando significativamente o bem-estar emocional e social da população. Dessa

forma, torna-se fundamental, embora já decorrido algum tempo, a criação de políticas públicas que minimizem os danos emocionais ocasionados e promovam a recuperação plena da sociedade após esse período marcado por adversidades.

Palavras-chave: Covid-19. Pandemia. Efeitos psicológicos. Isolamento social. Sequelas.