

A saúde mental de pessoas em luto: as perdas diárias em tempos pandêmicos

The mental health of bereaved people: daily losses in pandemic times

DOI:10.34117/bjdv7n7-038

Recebimento dos originais: 16/06/2021

Aceitação para publicação: 04/07/2021

Kayo Thaynan Rodrigues Praxedes
Graduando em Medicina
Universidade Federal do Cariri
Rua Divino Salvador, 284, Barbalha-CE
Kayo.thaynan@aluno.ufca.edu.br

Gabriel Bezerra Pereira
Graduando em Medicina
Universidade Federal do Cariri
Rua Divino Salvador, 284, Barbalha-CE
Bezerra.gabriel@aluno.ufca.edu.br

Bruno Farias Oliveira
Graduando em Medicina
Universidade Federal do Cariri
Rua Divino Salvador, 284, Barbalha-CE
Bruno.farias@aluno.ufca.edu.br

Flassian Hierro Leite de Oliveira
Graduando em Medicina
Universidade Federal do Cariri
Rua Divino Salvador, 284, Barbalha-CE
Flassian.hierro@aluno.ufca.edu.br

Ivo Vinicius Modesto de Alencar
Graduando em Medicina
Universidade Federal do Cariri
Rua Divino Salvador, 284, Barbalha-CE
Ivo.alencar@aluno.ufca.edu.br

Caio de Almeida Ribeiro
Graduando em Medicina
Universidade Federal do Cariri
Rua Divino Salvador, 284, Barbalha-CE
Caio.ribeiro@aluno.ufca.edu.br

Modesto Leite Rolim Neto
Docente do curso de Medicina
Universidade Federal do Cariri
Rua Divino Salvador, 284, Barbalha-CE
Modesto.neto@ufca.edu.br

RESUMO

Em tempos de adoecimento mental, que é o que ocorre em um período de pandemia como o vivenciado atualmente, é importante entender as questões relacionadas a essa realidade de perdas diárias, em que, ao final de maio de 2021, já havia mais de 3,5 milhões de mortes no mundo, em que mais de 450 mil mortes ocorreram no Brasil. Nesse sentido, nós objetivamos descrever a situação da saúde mental no contexto da pandemia de COVID-19. Métodos: Os estudos foram selecionados de publicações em jornais reconhecidos internacionalmente encontradas em 2 databases: PubMed e SciELO. Resultados: De acordo com a literatura, há falhas na promoção de assistência psicológica e mental à população, especialmente no contexto de COVID-19, devido à escassez de ações e serviços que promovam acompanhamento e que disponibilizem informações e cuidados relacionados à saúde mental, o que causa ansiedade, depressão e raiva, sentimentos potencializados em tempos pandêmicos. Conclusão: É necessário promover continuidade do cuidado mental aos indivíduos que perderam pessoas próximas devido à pandemia por COVID-19 e promover assistência mental à população de maneira geral.

Palavras-chave: Saúde Mental, Luto, COVID-19 .

ABSTRACT

In times of mental illness, which is what occurs in a pandemic period as the one currently experienced, it is important to understand the issues related to this reality of daily losses, in which, by the end of May 2021, there were already more than 3.5 million deaths in the world, in which more than 450 thousand deaths occurred in Brazil. In this sense, we aimed to describe the situation of mental health in the context of the pandemic of COVID-19. Methods: Studies were selected from publications in internationally recognized journals found in 2 databases: PubMed and SciELO. Results: According to the literature, there are gaps in the promotion of psychological and mental assistance to the population, especially in the context of COVID-19, due to the scarcity of actions and services that promote follow-up and make available information and care related to mental health, which causes anxiety, depression and anger, feelings potentiated in pandemic times. Conclusion: It is necessary to promote continuity of mental care to individuals who lost close people due to the pandemic by COVID-19 and to promote mental assistance to the population in general.

Keywords: Mental Health, Mourning, COVID-19 .

1 INTRODUÇÃO

Há, em curso, uma pandemia, causada pelo Coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave 2 (SARS-CoV-2), que ocasiona a doença COVID-19, doença respiratória

aguda com disseminação global. O primeiro caso da COVID-19 foi identificado em Wuhan, localizada na República Popular da China, e, desde então, casos têm sido notificados por mais de 188 países e territórios, o que já provocou mais de 3 milhões de mortes no mundo. Desde então, houve diversas discussões sobre os impactos econômicos, sociais e psicológicos decorrentes desse período de emergência de saúde (SOHRABI et al., 2020).

Um dos primeiros agravantes do adoecimento mental é a percepção ampliada de luto, a qual se estende, de forma mais ou menos intensa, aos sentimentos gerados pela perda de diversas vítimas durante essa pandemia. De fato, tempos de adoecimento mental como os pandêmicos mudam, de forma drástica, a relação e a percepção de morte e de luto, haja visto que, diariamente, são muitas as vítimas da COVID-19 e, mesmo que não sejam familiares ou pessoas próximas, a sociedade é afetada socioemocionalmente de maneira constante (DANTAS, 2021).

A percepção dos indivíduos, no que tange à pandemia vigente, é fundamental para os efeitos na saúde mental, prejudicada pelo quadro ameaçador de incerteza em que vivemos, bem como pela imposição de medidas restritivas, a exemplo do isolamento social, potencializa os impactos na saúde mental (RUNION, 2020). Nesse contexto, torna-se necessária a contextualização do luto à situação vigente, com uma exacerbação previsível de sentimentos, como pesar, culpa e tristeza, frente à angústia das múltiplas perdas em questão (WEIR, 2020). Assim, a extensão do luto pode se intensificar, situação que demanda atenção para o cuidado com as famílias enlutadas.

Uma das principais manifestações do agravamento desse luto ocorre quando há uma experiência de luto prévia à concretização da morte de um ente querido, chamado de luto pré-perda. Ao assumir a possibilidade de morte dessa pessoa, aliada ao progressivo declínio de sua saúde, o pesar dos familiares cursa com um sofrimento antecipado. Com efeito, um item essencial para o luto é a preparação para o momento da perda, em que se preconiza o ato comunicativo na iminência da morte (NASCIMENTO, 2020). Essa temática é bastante trabalhada na área de Cuidados Paliativos, em que há atuação desde o momento do diagnóstico de uma doença que ameaça a vida até o momento de vivência do luto. Desse modo, protocolos de comunicação, via telemedicina, são essenciais para manter essa via dialógica com a família, reforçar a preparação para a morte e, assim, evitar a ocorrência do luto pré-perda, também chamo de luto antecipatório (SINGER, 2020).

Historicamente, o processo de luto requer a ajuda de processos rituais e culturais, de forma a lamentar a morte de um ente querido ou celebrar sua vida. Ademais, muitas

são as pessoas morrendo sozinhas, sem a oportunidade de despedir-se de pessoas próximas devido ao processo de disseminação desse vírus, além de mortes por outras causas não relacionadas às complicações da COVID. Isso é grave, pois o distanciamento social não permite sequer que as pessoas possam participar de eventos fúnebres como velório e enterro. Tal realidade afeta, ainda, a forma como pacientes em Cuidados Paliativos recebem esses cuidados, uma vez que o tratamento ambulatorial da dor, por exemplo, pode não ser feito de forma adequada (GOVEAS, 2020).

Outrossim, indivíduos que perderam familiares durante essa pandemia apresentam sintomas de ansiedade, depressão e raiva, sentimentos que necessitam de ajuda e acompanhamento de profissionais e pessoas próximas, incluindo visitas eventuais durante o processo de luto. Entretanto, as recomendações do isolamento social não permitem a realização de rituais, o que pode gerar incerteza sobre o futuro diante da realidade de perda de alguém próximo e mudanças de rotina. Como consequência, o senso de pertencimento a uma comunidade disposta a lidar com o sentimento de luto se perde, dificultando esse processo (CARR, 2020).

A importância da compreensão sobre o significado desses sentimentos é fundamental para essas pessoas, já que a partir desse entendimento a adaptação à nova realidade pós-perda será mais fácil. Assim, além da perda primária (morte de uma pessoa próxima) existe a perda secundária, que é a privação das mais diversas experiências que uma pessoa tinha com outra, por exemplo, o companheirismo, e, devido à morte, não poderá mais tê-las. Assim, quando há consciência sobre esses tipos e suas implicações na vida da pessoa em luto, o processo de adaptação torna-se mais fácil, o que diminui os danos à saúde mental das que sofreram perdas de pessoas na pandemia de COVID-19 (ZHAI and DU, 2020).

Mesmo que os Cuidados Paliativos sejam importantes para uma melhor qualidade de vida para pacientes que receberam um diagnóstico que ameaça a vida, percebe-se que são poucos os hospitais e instituições que acompanham as famílias durante o processo de luta por perda de um ente querido. Tal problemática tem sido agravada devido à pandemia por COVID-19, com as questões levantadas de mudanças na percepção de perda em épocas pandêmicas, requerendo, dessa forma, uma intervenção para mudança dessa realidade agravante de sofrimento (STROEBE and SCHUT, 2021).

Percebe-se, assim, que a pandemia corrente trouxe uma maior necessidade de mudanças em termos de saúde mental e, de maneira geral, de saúde pública. Para isso, é necessário reconhecer a singularidade de cada uma das mortes causadas pela pandemia,

a singularidade como cada pessoa lida com a perda e com o luto de alguém, seja ele próximo ou não, para que, assim, estratégias possam ser tomadas para promover saúde mental e bem-estar durante uma crise como a gerada pela COVID-19 (ZHAI, 2020).

Devido à necessidade de falar sobre saúde mental, especialmente em épocas de adoecimento mental, é importante que mais trabalhos sejam realizados a partir dessa temática. Nessa perspectiva, o estudo promove um início de discussão acerca das perdas diárias de pessoas em tempos pandêmicos e como isso afeta sua saúde mental.

Contribuição dos autores

KTRP, GBP, BFO, FHLO, IVMA e CAR projetaram o estudo, desenvolveram os critérios de inclusão, rastrearam títulos e resumos, avaliaram a qualidade dos artigos incluídos e elaboraram o manuscrito.

KTRP, GBP e BFO revisaram o protocolo do estudo e os critérios de inclusão e forneceram insumos substanciais para o manuscrito.

KTRP, GBP e BFO leram e rastrearam artigos para inclusão. Todos os autores criticamente revisaram o projeto e aprovaram o manuscrito final.

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem ao Grupo de Pesquisa: Suicidologia - Universidade Federal do Ceará (UFC) e Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) - instituição associada ao Departamento Brasileiro de Ciência, Tecnologia, o módulo de Desenvolvimento Pessoal 3 e Ciência Laboratório de Redação da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Cariri (UFCA)

REFERÊNCIAS

BERTUCCIO, Rebecca; RUNION, Megan. **Considering grief in mental health outcomes of COVID-19.** *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 2020, 12(S1), S87-S89. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000723>.

Carr D., Boerner K., Moorman S. (2020). **Bereavement in the time of coronavirus: Unprecedented challenges demand novel interventions.** *Journal of Aging & Social Policy*, 32(4-5), 425–431. 10.1080/08959420.2020.1764320.

DANTAS, Clarissa de Rosalmeida et al . O luto nos tempos da COVID-19: desafios do cuidado durante a pandemia. **Rev. latinoam. psicopatol. fundam.**, São Paulo , v. 23, n. 3, p. 509-533, Sept. 2020 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141547142020000300509&lng=en&nrm=iso>. access on 15 May 2021. Epub Oct 30, 2020.

Goveas J. S., Shear M. K. (2020). **Grief and the COVID-19 pandemic in older adults.** *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(10), 1119–1125. 10.1016/j.jagp.2020.06.021 - DOI - PMC – PubMed

NASCIMENTO, Nara Gorete do. Algumas contribuições da psicologia nas estratégias de enfrentamento da perda e morte. **Brazilianjournal Of Development.** Curitiba, p. 92156-92170. nov. 2020.

SINGER, Jonathan; SPIEGEL, Jamie; PAPA, Anthony. Preloss grief in family members of COVID-19 patients: Recommendations for clinicians and researchers. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 2020, 12(S1), S90-S93. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000876>

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.

Stroebe M, Schut H. Bereavement in Times of COVID-19: A Review and Theoretical Framework. *Omega (Westport)*. 2021 Feb;82(3):500-522. doi: 10.1177/0030222820966928. Epub 2020 Oct 21.

Weir, K. (2020, April1). Grief and COVID-19: Mourning our bygone lives. American Psychological Association. Retrieved from <https://www.apa.org/news/apa/2020/04/grief-covid-19>.

Zhai Y., Du X. (2020). Loss and grief amidst COVID-19: A path to adaptation and resilience. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 80–81. 10.1016/j.bbi.2020.04.053