



RISCO DE POSSÍVEL AGRAVAMENTO DO TRANSTORNO OBSESSIVO COMPULSIVO DEVIDO A PANDEMIA – COVID-19

Ingrid Gobbo¹
Veridiana Soares da Silva²
Prof. Marcos Vinícius Barszcz³

Resumo: *O presente estudo, de caráter bibliográfico, visa contribuir para análise e discussão acerca do risco de possível agravamento do transtorno obsessivo compulsivo devido à pandemia covid-19, bem como os aspectos psicológicos envolvidos neste contexto e suas representações no cotidiano. A partir de uma revisão bibliográfica faz-se uma sucinta explanação dos conceitos, dos modos de enfrentamento, bem como a maneira que a sociedade vem lidando com o isolamento. O autoconhecimento, a solidariedade, os olhares empáticos do outro despontam como práticas importantes para a promoção de saúde mental nesse contexto.*

Palavras-chave: COVID-19; saúde mental; Transtorno Obsessivo Compulsivo, ansiedade

Introdução

De acordo com Bezerra, et.al. (2020) em dezembro de 2019 a China informou à (OMS) Organização Mundial de Saúde (2020) sobre o surto de uma nova doença infecciosa ocasionada pela transmissão de um novo vírus. Esse vírus de alta transmissibilidade, foi denominado de Corona Vírus, uma vez que, quando entra em contato com o organismo humano ele torna-se responsável por causar síndrome respiratória grave, com sintomas físicos que envolvem tosse, febre e dificuldade para respirar (CARVALHO, MOREIRA, OLIVEIRA, LANDIM, & ROLIM NETO, 2020).

Logo, em janeiro de 2020, surgiram novos casos da doença que se espalharam rapidamente pelo mundo, tomando uma proporção internacional chamada de pandemia. A preocupação se agravou, uma vez que, Ferguson, et.al. (2020) cita que sem medicamentos ou vacinas contra o COVID-19 a pessoa acometida pelos sintomas demandaria de internação hospitalar incluindo cuidados de terapia intensiva, e isso causaria um colapso no sistema de saúde em diferentes países, dado que, nem todos possuem capacidade para atender uma grande demanda hospitalar.

Sendo assim, Vasconcelos, et.al. (2020) acrescenta que para evitar o crescente número de casos e o colapso nos sistemas de saúde, é necessário que a população tome uma série de medidas, e uma delas é a quarentena, também conhecida como

¹ Bacharelado em Psicologia, Acadêmica do 10º período, Instituição de Ensino Superior Sant'Ana, ingridgobbo@outlook.com.

² Bacharelado em Psicologia, Acadêmica do 10º período, Instituição de Ensino Superior Sant'Ana, veridianavtr@gmail.com.

³ Mestrando em Ciências Sociais Aplicadas pela Universidade Estadual de Ponta Grossa (2018). Possui graduação em Bacharelado em Psicologia - Instituição de Ensino Superior Sant'Ana (2011) e Pós-Graduação em Psicopedagogia - Universidade Tuiuti do Paraná (2014).

isolamento social. Nesse isolamento os indivíduos que foram expostos a doença devem ficar isolados para evitar a transmissão do agente contaminante. Porém, a quarentena do COVID-19 não se destinou apenas as pessoas contaminadas, mas sim, a toda a população.

Essa situação fez com que a população permanecesse em suas casas saindo apenas para realizar atividades essenciais, além disso, outras medidas protetivas contra o COVID-19 foram estabelecidas, como exemplo o uso de máscara em locais públicos, o uso do álcool em gel 70% para higienizar as mãos e os objetos, uso de luvas e um distanciamento social na presença de outras pessoas.

Todas essas medidas preventivas, as mudanças de rotinas, o isolamento, as notícias incertas, entre inúmeras variáveis relacionadas com a pandemia do corona vírus trouxeram um impacto significativo na vida das pessoas causando medo. Posto isso o autor afirma que “[...] o medo de ser infectado por um vírus potencialmente fatal, de rápida disseminação, cujas origens, natureza e curso ainda são pouco conhecidos, acaba por afetar o bem-estar psicológico de muitas pessoas [...]” (ASMUNDSON & TAYLOR, 2020; CARVALHO ET AL., 2020 APUD SCHMIDT, ET.AL. P. 4. 2020)

Segundo Brooks et al., (2020) apud Vasconcelos, et.al. (2020) entende-se que os impactos psicológicos causados pela pandemia estão diretamente relacionados com medo, tensões, raiva, desconfiança, aborrecimento, frustração, culpa, solidão, tristeza com o isolamento entre outros sentimentos e esses impactos podem causar sintomas como ansiedade, depressão, ideação suicida, transtorno obsessivo compulsivo entre outras doenças.

Posto que a pandemia pode causar impactos psicológicos, agravamentos ou surgimento de novas doenças, esse trabalho através de um condensado de informações visa alertar a população para auxiliar a preservar a saúde mental dos indivíduos nesse período de isolamento, em específico o agravamento dos sintomas de pessoas que vivenciam o transtorno obsessivo compulsivo aguçados pela pandemia do COVID-19. Ademais, esse trabalho aprontará brevemente a definição do TOC e possíveis estratégias de enfrentamento para minimizar os sintomas causados pelo impacto da pandemia.

Portanto, para associar o agravamento dos sintomas do TOC com a pandemia do COVID-19 se faz necessário apontar a definição do DSM-V - Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (APA, 2014), sobre o que é o transtorno obsessivo compulsivo (TOC). Esse transtorno caracteriza-se por obsessões e/ou compulsões que prejudicam substancialmente o funcionamento cotidiano do indivíduo. Essas obsessões são definidas como pensamentos, imagens ou impulsos recorrentes e persistentes que são experimentados como intrusivos e indesejados pelo sujeito, causando ansiedade e sofrimentos intensos.

A manifestação de uma obsessão pode ocorrer de diferentes formas, como exemplo, medo de contaminação por germes/ vírus ou bactérias; obstinações relacionadas a dúvidas sobre a possibilidade de falhas e a necessidade de ter certeza; preocupações excessivas relacionadas a pensamentos supersticiosos; preocupações com organização, alinhamento, simetria; preocupações em armazenar, poupar ou guardar objetos sem utilidade entre outras obsessões. (DALGALARRONDO, p. 322, 2020)

Segundo Cordioli, Vivan e Braga (2017) a obsessão pode ser implícita, quando ocorre na mente do sujeito, ou até mesmo explícita, manifestando-se a partir de um ou mais comportamentos recorrentes, essas manifestações são tentativas de reduzir a aflição e o medo causados pelas obsessões ou regras rígidas. Além disso, os autores apontam que se o TOC não for tratado, tende a acompanhar o indivíduo durante toda

sua vida, ocupando muitas horas de seu dia, das quais, na ausência dos sintomas poderiam ser destinadas a atividades produtivas, ao lazer e ao convívio com as outras pessoas.

Dados epidemiológicos e clínicos convergentes indicam que o TOC poucas vezes ocorre isoladamente. Por exemplo, pesquisas concluem que 49% das pessoas diagnosticadas com TOC sofriam de um transtorno de ansiedade comórbido e 27% de transtorno depressivo maior (TDM) comórbido. Entre estudos realizados especificamente dentro de clínicas de ansiedade, há muita variabilidade, mas as condições comórbidas geralmente são comuns.

(Li et.al. (2020) apud Schmidt, et. al. (2020) aponta que “pessoas com suspeita de infecção pelo novo corona vírus podem desenvolver sintomas obsessivo-compulsivos, como a verificação repetida da temperatura corporal”. Portanto é possível supor que pessoas que já vivenciam o transtorno obsessivo compulsivo podem sofrer um agravamento dos sintomas. Como exemplo, uma obsessão que apresenta o medo da contaminação por germes/ vírus ou bactérias, pode aumentar o temor de tocar em pessoas, maçanetas, corrimão, ou quaisquer objetos por medo de contrair a doença do COVID-19, até mesmo, reforçando comportamentos que de higiene de forma excessiva para diminuir a aflição, o estresse e a ansiedade.

Nesse contexto, ainda que de forma remota, sugere-se inicialmente a oferta de primeiros cuidados psicológicos, os quais envolvem assistência humana e ajuda prática em situações de crise, buscando aliviar preocupações, oferecer conforto, ativar a rede de apoio social e suprir necessidades básicas (ex.: água, alimentação e informação). Ademais, as intervenções psicológicas devem ser dinâmicas e, primeiramente, focadas nos estressores relacionados à doença ou nas dificuldades de adaptação às restrições do período.

Intervenções psicológicas voltadas tanto à população geral quanto aos profissionais da saúde desempenham um papel central para lidar com as implicações da saúde mental em decorrência da pandemia. Dessa forma, estudiosos do mundo todo, vem debatendo sobre possíveis estratégias para enfrentar o período da quarentena. (WANG, et.al., 2020 APUD VASCONCELOS, et.al P. 77, 2020) Algumas das estratégias encontradas, foi realizar o atendimento psicológico, que passou a ser realizado por meios de tecnologia da informação e da comunicação, incluindo Internet, telefone e aplicativos. Além disso, sugere-se que buscar medidas para organização da rotina, cuidado com o sono, prática de atividades físicas e técnicas de relaxamento podem servir como estratégias para aliviar os sintomas vivenciados na pandemia. Ho, et.al. (2020) apud Vasconcelos et.al. (2020) também afirma que a Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) pode ensinar o paciente a lidar com a doença através da psicoeducação, reforçado o uso de técnicas de relaxamento e respiração para o controle da ansiedade.

Para finalizar, pontuamos que as estratégias de enfrentamento da pandemia devem ser criativas, abordando as diferentes faixas etárias, podendo desenvolver áreas do desenvolvimento pessoal, educacional e profissional. Vale lembrar que esse momento delicado deve ser encarado com cuidado e atenção, entretanto, se possível deve ser visto como uma nova experiência que além de trazer prejuízos também pode ser um momento de inovação e criatividade para aprender a lidar com os momentos de dificuldade.

Objetivos

Discutir como aspectos da pandemia de COVID-19 podem funcionar como fatores de risco para o agravamento dos sintomas no Transtorno obsessivo compulsivo. Contribuir com estratégias para enfrentar os efeitos da pandemia de COVID-19 em transtornos mentais.

Metodologia

A pesquisa foi elaborada conforme um estudo exploratório, desenvolvida a partir de fontes bibliográficas e com exposição quantitativa de dados onde os autores analisam e interpretam de maneira mais abrangente estabelecendo relações com produções anteriores (VOSGERAU E ROMANOWSKI, 2014).

Resultados/Resultados parciais

Na presente pesquisa, foram sistematizados conhecimentos sobre implicações na saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus. Em suma, compreende-se que a Psicologia pode oferecer contribuições importantes para o enfrentamento das repercussões da COVID-19, que vem sendo considerada a maior emergência de saúde pública que a comunidade enfrenta em décadas. Essas contribuições envolvem a realização de intervenções psicológicas durante a vigência da pandemia para minimizar implicações negativas e promover a saúde mental, bem como em momentos posteriores, quando as pessoas precisarão se readaptar e lidar com as perdas e transformações.

Considerações finais

Esta pesquisa consistiu em uma revisão narrativa da literatura, de modo que pesquisas adicionais sobre a temática são essenciais. Nesse sentido, sugerem-se levantamentos sobre implicações na saúde mental diante da pandemia e sobre intervenções psicológicas alinhadas às necessidades do contexto brasileiro, considerando as características de diferentes populações atingidas pela COVID-19 e, em particular, de pessoas e grupos em maior vulnerabilidade biopsíquica, tais quais as pessoas com o transtorno obsessivo compulsivo. Entende-se que, embora imponha desafios adicionais à atuação dos psicólogos no Brasil e no mundo, a pandemia do novo coronavírus pode contribuir para o aperfeiçoamento da prática e da pesquisa em situações de crise, emergência e desastre.

Observa-se que os sintomas psicológicos acerca da questão pandêmica atual, podem tornar-se maiores e mais relevantes, o que leva aos indivíduos uma atenção especial nos cuidados de saúde mental, visto que sua situação de vulnerabilidade se torna ainda mais complexa.

Referências

- AZPIROZ FILHO, J. G. Evolução da presença de sintomas obsessivo-compulsivos em adolescentes. UFRGS. Programa de Pós-Graduação em Psiquiatria e Ciências do Comportamento. (2019).
- BOZZINI, A. B. et al. O Pediatra Deve Investigar Sintomas de Transtornos Obsessivos Compulsivos em Crianças com Dificuldades Alimentares. *Rev. paul. pediatri.* São Paulo, v. 37, n. 1, p. 104-109, jan. 2019.
- CORDIOLI, A. V. A terapia cognitivo-comportamental no transtorno obsessivo compulsivo. *Rev Bras Psiquiatria*, 30 (Supl II) S65-72, 2008.
- CORDIOLI, A. V.; VIVAN, A. de S.; BRAGA, D. T. **Vencendo o Transtorno Obsessivo-Compulsivo**: Manual de Terapia Cognitivo-Comportamental para Paciente e Terapeutas. – 3. Ed – Porto Alegre: Artmed, 2017.
- Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/1150/115021494012.pdf>
- FRANKLIN, M. E. e FOA, E. B. **Manual Clínico dos Transtornos Psicológicos** [Tratamento Passo a Passo] trad. Roberto Cataldo Costa. - 5.ed. – Porto Alegre: Artmed, 2016.
- GOMES, C. C; COMIS, T. O.; ALMEIDA, R. M. M.de. **Transtorno Obsessivo Compulsivo nas Diferentes Faixas Etárias**. Universidade Luterana do Brasil. Canoas. Aletheia, núm. 33, septiembere-diciembre, pg. 138-150, 2010.
- LIMA, R. D. S. “**Quando tudo pede um pouco mais de calma**”: relato de caso de reabilitação neuropsicológica em paciente com transtorno obsessivo-compulsivo. Universidade Federal Do Recôncavo Da Bahia Centro De Ciências Da Saúde-Ccs. 2019.
- MANUAL CLÍNICO DOS TRANSTORNOS PSICOLÓGICOS**. Tratamento passo a passo. 5a Edição Ed. Artmed. 2016. p. 156-159
- PEREIRA, M. D. et al. **A pandemia de COVID-19, o Isolamento Social, Consequências na Saúde Mental e Estratégias de Enfrentamento**: Uma Revisão Integrativa.
- SCHMIDT, B., CREPALDI, M. A., BOLZE, S. D. A., SILVA, Lucas N., DEMENECH, Lauro M.. **Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus COVID-19**. *Estud. psicol.* I Campinas, 2020
- TORES, A. R.; SMAIRA, S. I. *Quadro Clínico do Transtorno Obsessivo Compulsivo*. *Rev. Bras. Psiquiatr. Unesp. Botucatu, SP*; 23(Supl II):6-9. 2001.
- VASCONCELOS, C. S.D.S. et al. *O Novo Coronavírus e os Impactos Psicológicos da Quarentena*. *DESAFIOS-Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins*, v. 7, n. Especial-3, p. 75-80, 2020.
- ZANON, C. et al. **COVID-19**: implicações e aplicações da Psicologia Positiva em tempos de pandemia. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 37, 2020.