







EDITORIAL

Saúde Mental na Pandemia da COVID-19: do despreparo inicial a um potencial legado

Leandro F. Malloy-Diniz ^a, Débora Marques de Miranda ^b, Marco Aurélio Romano-Silva ^a, Antônio Geraldo da Silva ^c

^a Universidade Federal de Minas Gerais, Departamento de Saúde Mental da Faculdade de Medicina, Belo Horizonte, MG, Brasil. ^b Universidade Federal de Minas Gerais, Departamento de Pediatria da Faculdade de Medicina, Belo Horizonte, MG, Brasil. ^c Associação Brasileira de Psiquiatria, Brasil.

DOI 10.5935/2318-0404.20210038

Psychiatric of Pandemics: a Mental Health approach to Infection Outbreak. Este é o título de um livro publicado no ano de 2019, organizado por Damir Huremović, psiquiatra do North Shore University Hospital. Com o objetivo de sintetizar informações sobre os efeitos das pandemias em diferentes aspectos da saúde mental da população, o livro apresenta revisões de dados provenientes de diversas pandemias ao longo dos tempos. No segundo capítulo do livro, escrito pelo próprio Huremović é apresentada uma revisão histórica sobre as pandemias e seu impacto devastador nas sociedades. No mesmo capítulo, o autor descreve, quase que como uma profecia, a doença X, até então desconhecida, mas que já merecia atenção da Organização Mundial de Saúde e de seu R&D blueprint. Digno de nota, este comitê composto por diversos especialistas, não contava até então com alguém de saúde mental.

Qual seria a razão de estranharmos a ausência de um especialista em saúde mental em um comitê de monitoramento e prevenção de pandemias? Em que pese todos os argumentos detalhados descritos no livro de Humerovic, devemos assumir que a maioria de nós, profissionais de saúde mental, demos, por décadas, uma menor importância ao tema. Catástrofes naturais e provocadas pelos homens são diárias, variadas e demandam ações emergenciais. As ações para condições emergenciais, nunca deixam de ser emergenciais por convivência política, econômica ou apenas sinal de falta de logística e eterno despreparo. Mesmo com tamanha frequência e gravidade, as evidências não chegam e não são sintetizadas e aplicadas para um bem maior.

As nossas formações desde as graduações, ainda preparam médicos, psicólogos, enfermeiros entre outros para lidar com o impacto de tais catástrofes na saúde mental da população. Quantas disciplinas curriculares obrigatórias, mesmo em cursos de Psicologia ou Residências em Psiquiatria são ofertadas com vistas ao

preparo para lidar com medo, sintomas depressivo-ansiosos, luto, ativação de comportamentos impulsivos e autoindulgentes desencadeados pela saliência da morte? Esses temas foram relegados ao interesse de poucos superespecialistas, certamente em número insuficiente para lidar com o que aconteceu após janeiro de 2020. Sim, a doença X aconteceu logo após a publicação de Humerovic. E se repetirá nesse e em outros formatos, que serão “mais imagináveis” se observarmos nossos registros históricos e nossas evidências.

Cada evento deve ser avaliado quanto aos seus desfechos de forma bastante clara. Já no início da Pandemia da COVID-19, a necessidade de medidas emergenciais em saúde mental foi apontada por diversos autores. Ornell et al., (2020), destacou a propagação de uma epidemia paralela, a do medo, trazendo um imenso risco para a população geral em termos do adoecimento mental. Em da Silva et al (2020) destacaram diversos pontos como os riscos de piora na saúde mental de profissionais de saúde lidando diretamente com a doença, do surgimento de novos quadros de transtornos mentais na população geral e o agravamento de doenças mentais já existentes antes da pandemia. Velhos problemas foram ampliados e condições novas tem se tornado ainda mais corriqueiras. Um bom exemplo perpassa pelo uso de drogas e álcool, se por um lado, aparentemente, vemos aumento de consumo de drogas e álcool, por outro observamos a disseminação de adições há pouco incorporadas no DSM-5, como as relacionadas a telas, internet e mídias. A roupagem mudou assumindo facetas de isolamento social, os números de artigos ampliaram exponencialmente e precisamos condensar a literatura, construir alvos e políticas públicas. Artigos como os citados já pediam, desde os primórdios da pandemia, uma atenção especial das instâncias governamentais e de profissionais de saúde mental para o tema.

Ao longo dos 20 meses seguintes, observamos o crescimento exponencial do interesse pelo tema. Buscando na base de dados da National Library of Medicine, encontramos até 01 outubro de 2020, 11739 publicações contendo as keywords *Mental Health* and *COVID-19*. Mais uma enxurrada de literatura relacionada ao COVID-19. A comunidade científica se mobilizou para produzir informação sobre os impactos em saúde mental da COVID-19. Obviamente, nem toda essa produção é de qualidade a ponto de compor o legado de conhecimentos teórico-práticos que serão perpetuados no período pós-pandêmico. Desde o início da pandemia, a venda de “milagres” no formato de medidas mágicas de prevenção, avaliação e intervenções proliferou. Estudos reportaram aumento nos diagnósticos, enquanto mediram apenas sintomas de transtornos mentais. Tais fatos aumentam a nossa responsabilidade em filtrar o que, de fato, é conhecimento sólido fruto dos empreendimentos de pesquisa que congregaram milhares de pesquisadores em colaboração e voluntários participantes. A necessidade de voltarmos ao tema de saúde mental só aumentou e não se extinguirá brevemente. O estresse continua tendo longos efeitos e a melhor mitigação continua sendo a chave para a melhor recuperação.

Agora, com uma pandemia ainda em curso, precisamos pensar nos próximos passos, condessar a literatura sobre as formas de recuperar de situações semelhantes e aprender da forma menos impactante possível para o indivíduo e para a sociedade. Só a evidência permitirá conhecer o alvo, o seu contexto e a melhor forma de

conquistar efetividade na resposta de problema/adoecimento daquele tamanho, com aquela intensidade e diante daquele tratamento. Nisso tudo, ainda há dúvidas e incertezas e muito trabalho a ser feito.

O que é inquestionável, é que sim, haverá um legado de avanços derivados de toda essa força tarefa global. A possibilidade de avaliar modelos teóricos sobre etiologia de transtornos mentais e mecanismos psicológicos frente a estressores certamente nos trará mais informações sobre a interação entre fatores moleculares/ambientais na etiologia e no agravamento de transtornos mentais. Novos recursos para avaliação psicológica foram desenvolvidos e certamente poderão ser utilizados em diversas condições não relacionadas à pandemia. As intervenções foram adaptadas e a busca de soluções perpassou pelo formato online. O teleatendimento se tornou uma realidade e, a difusão/popularização de seu uso tornará mais acessível à população em geral a assistência em saúde. Como todo grande desastre humanitário, há uma supressão de barreiras legais e tecnológicas, além de uma invenção de meios, resultando em inovação científica e tecnológica, e perpetrando um legado para as próximas gerações.

Já conhecemos muito mais das complicações da COVID no âmbito físico, econômico e psicológico. Mais que nunca, não podemos perder o foco na consolidação da produção e divulgação de conhecimento sobre esta pandemia. Nesse sentido, a Revista Brasileira de Psicoterapia, nesta segunda edição especial sobre Saúde Mental na Pandemia da COVID-19 traz 18 artigos com abordagem bastante diversificada e apresenta em comum o cuidado em prezar pelo respeito ao processo científico e a mensuração que permita compromisso com a reprodutibilidade e reconhecimento das fragilidades da evidência. Nesse âmbito, a revista certamente contribuirá para consolidação da evidência de estratégias cada vez mais baseadas em boa literatura e para tratamento daquilo que é mais necessário para o momento e ocasião de forma aplicada a nossa realidade social. Dessa forma deixa-se um registro atual e, mais que histórico, constrói-se a ponte para um tempo de terapias eficientes na resolução de problemas de saúde mental mais objetivamente medidos.

Referências

1. Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. (2020). "Pandemic fear" and COVID-19: mental health burden and strategies. *Revista brasileira de psiquiatria (Sao Paulo, Brazil : 1999)*, 42(3), 232–235. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>
2. Huremovic D, editor. *Psychiatry of Pandemics: A Mental Health Response to Infection Outbreak* Gewerbestrasse: Springer Nature; 2019.
3. da Silva, A. G., Miranda, D. M., Diaz, A. P., Teles, A., Malloy-Diniz, L. F., & Palha, A. P. (2020). Mental health: why it still matters in the midst of a pandemic. *Revista brasileira de psiquiatria (Sao Paulo, Brazil : 1999)*, 42(3), 229–231. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0009>

Correspondência

Leandro F. Malloy-Diniz

malloy.diniz@gmail.com