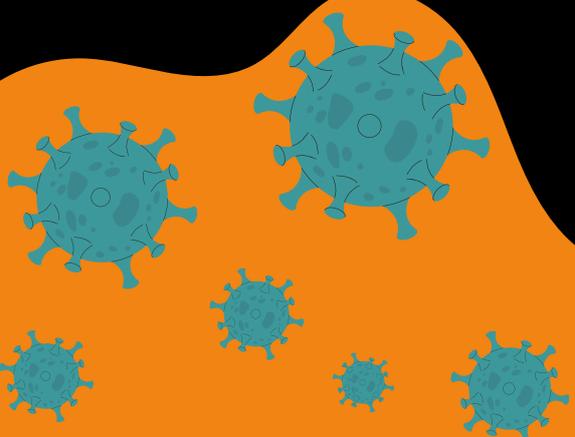
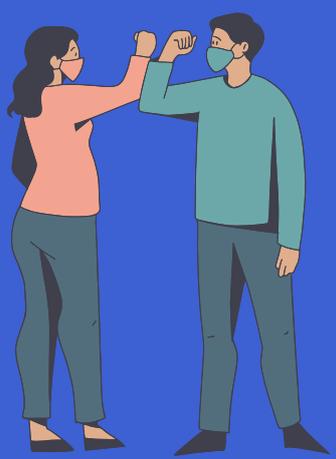


# COVID-19

## Um novo normal



# ÍNDICE



Coronavirus  
COVID-19



- **APRESENTAÇÃO**
- **COVID-19: O INÍCIO DA PANDEMIA E A DIFICULDADE EM DIAGNOSTICAR A DOENÇA**
- **OS PROBLEMAS NO SISTEMA DE SAÚDE**
- **QUARENTENA: ISOLAMENTO SOCIAL EM TEMPOS DE PANDEMIA**
- **IMPACTOS ECONÔMICOS**
- **SAÚDE MENTAL & PANDEMIA**
- **SAÚDE MENTAL: LIDANDO COM O PSICOLÓGICO**
- **CRIADORES**
- **LINKS & REFERÊNCIAS**



# Apresentação

Estamos vivendo tempos difíceis desde o início do ano de 2020, quando a OMS declarou o começo de uma pandemia mundial em razão do SARS-CoV-2, vírus esse responsável por causar a já tão conhecida e temida COVID-19

A proposta desta e-zine é deixar mais compreensíveis questões que não se mostraram tão claras para a população no início da pandemia, além de evidenciar alguns dos acontecimentos marcantes relacionados à COVID-19 que afetaram de várias formas a população brasileira.

Os integrantes que participaram da produção desta e-zine possuem plena consciência de que ainda vivemos em um cenário de pandemia e que por este motivo, novas informações e atualizações de cenários estão sendo apresentados a todo instante.

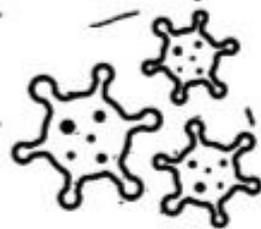
**BOA**  
*Leitura!*



# COVID-19: O início da pandemia e a dificuldade em diagnosticar a doença.

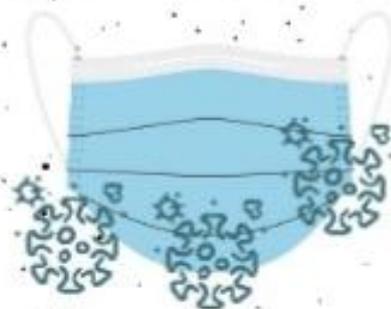
## 12/2019

Em 31 de dezembro de 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi alertada sobre vários casos de pneumonia em Wuhan, na China, que se tratava de um novo tipo de coronavírus que não havia sido identificado antes em seres humanos: muitos pacientes se queixando de dores ao respirar, falta de ar, tosse, entre outros sintomas que dificultava muito o trabalho dos médicos para entender com qual tipo de doença viral estavam lidando.



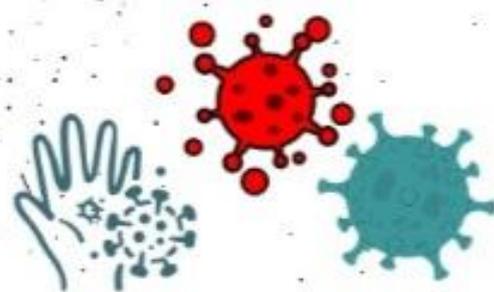
## 01/2020

Em 30 de janeiro de 2020, foi declarado pela própria OMS sobre o surto do novo coronavírus do vírus, nomeado COVID-19, que implicou um cenário de Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) – o mais alto nível de alerta da organização, conforme previsto no Regulamento Sanitário Internacional.



## 02/2020

No total foram identificados sete variações do coronavírus que são nocivos aos seres humanos, são eles: HCoV-229E; HCoV-OC43, HCoV-NL63, HCoV-HKU1, SARS-COV (que causa síndrome respiratória aguda grave), MERS-COV (que causa síndrome respiratória do Oriente Médio) e o novo coronavírus (que no início foi temporariamente nomeado 2019-nCoV).



## 03/2020

Com a facilidade de transmissão, o vírus se espalhou rapidamente por todo o mundo de modo que em 11 de março de 2020 o contágio pela COVID-19 foi caracterizado como pandêmico pela OMS;

O fato de mesmo pacientes assintomáticos transmitirem o vírus, que agravou ainda mais esse quadro. Cerca de dois terços das infecções iniciais foram transmitidas por pacientes sem sintomas, segundo um estudo publicado no periódico Science.



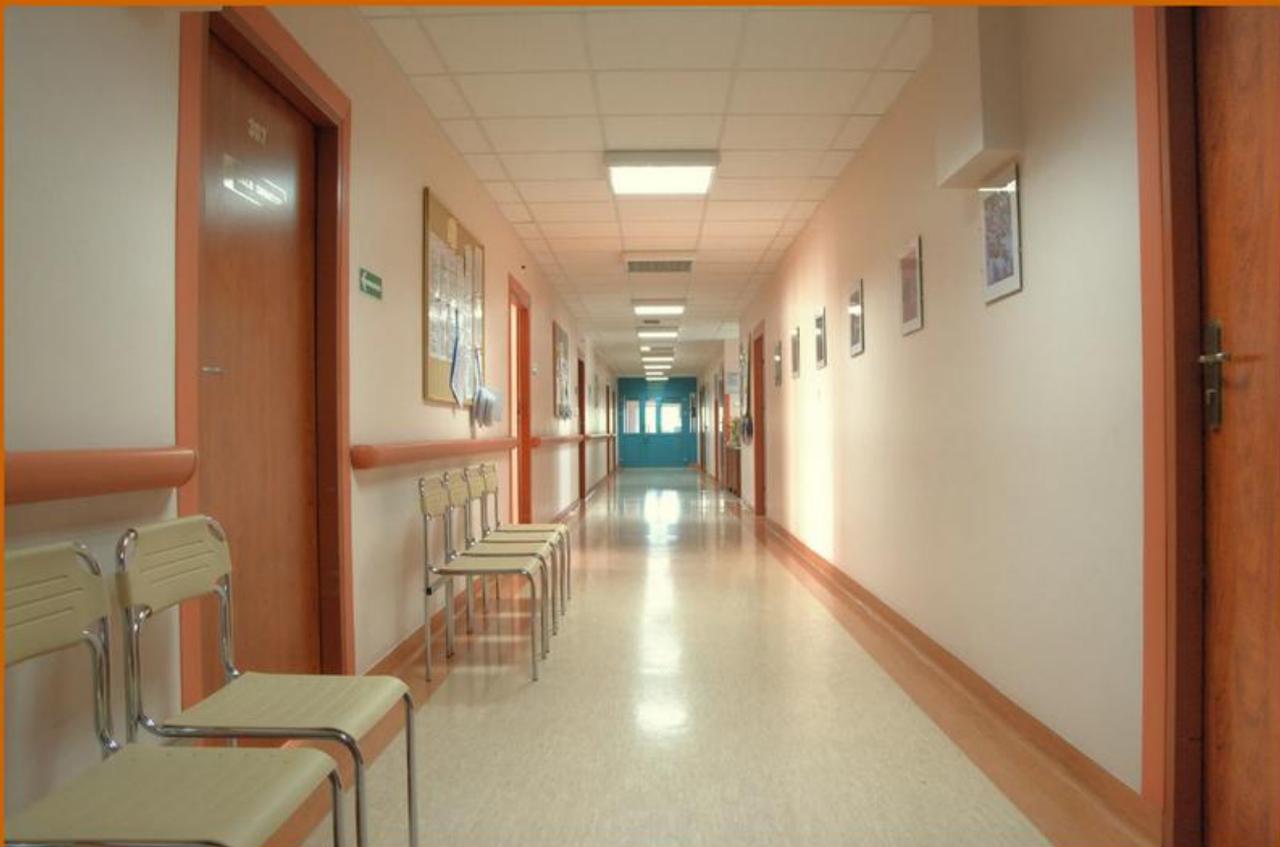
# Os problemas no sistema de saúde

Desde a chegada da COVID-19 no Brasil em fevereiro de 2020, o sistema de saúde brasileiro vem sendo o centro das atenções no país devido ao seu papel crucial nos mais de 2 anos de pandemia. Entre negacionismo científico e escândalos envolvendo empresas de assistência médica, o sistema de saúde vem sendo colocado à prova, com os problemas explicitados e agravados durante a pandemia na saúde pública brasileira.



No debate público brasileiro, a questão da saúde pública nunca deixou de ser um dos principais temas, agora com a pandemia de covid-19, os debates ficaram ainda mais urgentes, um destes é o questionamento sobre o baixo investimento em saúde. Em 2017, o governo bloqueou cerca de, 42 bilhões de reais, parte dessa verba seria destinada ao Sistema Único de Saúde (SUS) , para melhorias no sistema, assim, os gastos continuaram os mesmos, mas com orçamento menor, cerca de 3,6% da verba estatal, que refletiu também no período da pandemia, prejudicando inovações e aprimoramentos no sistema.

Com a alta exponencial de casos confirmados de covid-19, os hospitais sofreram com superlotação por fatores como o sistema público de saúde precisar atender 70% da população (já que a maioria da população que não pagar por um plano de saúde particular). A falta de profissionais especializados e mal alocados durante a pandemia, prejudicou o funcionamento de hospitais públicos, a infraestrutura defasada com pouco investimento, impossibilitou a abertura de leitos e aprimoramento da tecnologia. Além disso, em um momento em que os casos deveriam estar estabilizados devido à vacinação, ela foi atrasada, inviabilizando um alívio no sistema público de saúde.



Na foto um hospital, lugar que virou o centro das atenções na pandemia.

# Quarentena:

## Isolamento social em tempos de pandemia

Desde a emergência na China em dezembro de 2019, a humanidade tem enfrentado uma grave crise sanitária global. Novos e numerosos casos surgiram muito rápido em países asiáticos, seguindo para os países da Europa e demais continentes, levando a OMS (Organização Mundial de Saúde) a decretar uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional, começando uma quarentena no Brasil em fevereiro de 2020.

A quarentena, é a restrição da circulação social de pessoas, que se presume terem sido expostas a uma doença contagiosa, mas que não estão necessariamente doentes, seja porque não foram infectadas, por ainda estão no período de incubação ou porque na COVID-19, permanecerão assintomáticas e não serão identificadas. A seguir alguns aspectos da quarentena:



- Ela pode ser aplicada no nível individual ou em de grupo, mantendo as pessoas expostas em suas próprias residências, em instituições ou outros locais para onde são especialmente designados;
- Este confinamento temporário também pode ser voluntário ou obrigatório;

- Durante a quarentena, todos os indivíduos devem ser monitorados quanto à ocorrência de quaisquer sintomas;
- Se sintomas aparecerem, as pessoas devem ser imediatamente isoladas e tratadas;
- A quarentena é mais bem-sucedida em situações nas quais a detecção de casos é rápida e os contatos podem ser identificados e rastreados em um curto espaço de tempo;



A mensagem é clara:

# FIQUE EM CASA

Vamos enfrentar esse momento da melhor maneira e comemorar juntos o fim da pandemia



Muitos países implementaram várias medidas de intervenções para tentar reduzir a transmissão do vírus e conseguir frear a rápida evolução da pandemia, com medidas como: o isolamento dos casos; higienização das mãos; adoção de etiqueta respiratória; e uso de máscaras faciais. Assim como, medidas progressivas de distanciamento social, com o fechamento de escolas e universidades, proibição de eventos com aglomerações, restrição de viagens e de transportes públicos, conscientização da população para que evitassem sair de casa sem necessidade. Essa última chegando ao ponto de se tornar uma completa proibição da circulação nas ruas, exceto para compras em supermercados/farmácias ou para assistência de saúde.

As medidas preventivas têm sido implementadas de formas diferentes nos países, com maior ou menor intensidade. Um fator importante para o sucesso ou falha desses métodos e seus resultados, dependem de aspectos socioeconômicos, culturais, características dos sistemas de saúde/político e o modo como foram implementados.

A implementação da quarentena na realidade brasileira é um grande desafio, que torna ainda mais visível as desigualdades sociais do país, amplos contingentes em situação de pobreza e a parcela crescente de indivíduos vivendo em situação de rua, aliados ao grande número de pessoas privadas de liberdade, que facilitam a transmissão e dificultam a realização do distanciamento social. Além destes problemas, a grande quantidade de trabalhadores informais exige que, para assegurar o sustento e sucesso das medidas de controle da COVID-19, sejam instituídas políticas de proteção social e apoio a populações em situação de vulnerabilidade. As políticas de renda mínima para todos e as que garantem a proteção ao trabalho daqueles que têm vínculos formais são fundamentais para garantir a sobrevivência dos indivíduos, não apenas, mas especialmente, enquanto perdurarem as restrições para o desenvolvimento das atividades econômicas. Dessa forma, em países com população e espaço territorial extenso como o Brasil que sofre com todos esses problemas, a adoção de medidas mais rigorosas de distanciamento social será determinante para minimizar o colapso iminente dos serviços de saúde e evitar milhares de mortes decorrentes da falta de assistência aos casos graves da doença.



# Impactos econômicos



A crise de Covid-19 deixou grosseiras marcas no mercado de trabalho. Com a necessidade de isolamento e a proibição de grandes massas nas ruas, o setor econômico foi um dos que mais sofreram. Comerciantes tiveram de fechar seus estabelecimentos, perdendo assim suas fontes de renda dando início a uma das maiores ondas de desemprego no país.

Em 2021, em média 377 brasileiros perderam seus empregos por hora. Por meio de uma base de dados de comparação anual, um estudo realizado pelo IDados mostrou que o efeito da pandemia ainda é notável no mercado de trabalho.

Em resposta ao número caótico do desemprego, a taxa de subemprego, que corresponde ao trabalho informal do qual não se tem vínculo com a empresa, cresceu cada vez mais. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), esse contingente chegou a 33,2 milhões de subempregos indo a 29,7%, em relação aos 28,7% no trimestre anterior. Há um ano, 2020, estava em 24,4%.

# Impactos econômicos



A crise de Covid-19 deixou grosseiras marcas no mercado de trabalho. Com a necessidade de isolamento e a proibição de grandes massas nas ruas, o setor econômico foi um dos que mais sofreram. Comerciantes tiveram de fechar seus estabelecimentos, perdendo assim suas fontes de renda dando início a uma das maiores ondas de desemprego no país.

Em 2021, em média 377 brasileiros perderam seus empregos por hora. Por meio de uma base de dados de comparação anual, um estudo realizado pelo IDados mostrou que o efeito da pandemia ainda é notável no mercado de trabalho.

Em resposta ao número caótico do desemprego, a taxa de subemprego, que corresponde ao trabalho informal do qual não se tem vínculo com a empresa, cresceu cada vez mais. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), esse contingente chegou a 33,2 milhões de subempregos.

Assim, fazendo com que o subemprego chegasse à 29,7% em relação aos 28,7% do trimestre anterior. Há um ano, em 2020, o subemprego estava em 24,4%.

A COVID-19 já dura mais de um ano e trouxe consigo inúmeros impactos negativos para a sociedade. Entre esses impactos, o psicológico de vários grupos afetados pela pandemia vem necessitando de cada vez mais atenção.

As crianças e adolescentes são os mais vulneráveis aos eventos que causam estresse e grandes mudanças em suas rotinas. Isto se dá pelo fato de as crianças possuírem uma compreensão e conhecimento limitado sobre a pandemia e suas causas, enquanto os adolescentes mesmo tendo plena consciência do que está acontecendo no atual cenário, não conseguem formar uma estratégia de enfrentamento adequada, o que acaba gerando pensamentos de negatividade e um declínio na saúde mental deste grupo.

O desenvolvimento psicológico dos jovens está amplamente relacionado às mudanças cognitivas e emocionais. A infância e adolescência são as fases em que o ser humano mais busca e necessita de atenção e interação com pessoas.

Com a quarentena sendo uma das medidas obrigatórias de contenção da COVID-19, o fechamento das escolas e faculdades se tornou necessário. No entanto, como consequência transformou o isolamento social em uma fase em que crianças e adolescentes mais enfrentaram o sentimento de solidão e outros efeitos negativos à saúde mental, como a depressão, estresse, raiva, alterações de sono e apetite.

Referindo-se a grupos com idades diferentes destes, as necessidades se tornam distintas, assim como os fatores que tornam a saúde mental dessas pessoas suscetível ou não à pandemia.

# Saúde mental & Pandemia

No caso dos adultos, o início da pandemia trouxe incerteza do que viria pela frente. Com o fechamento do comércio e o isolamento social, inúmeros trabalhadores perderam ou tiveram suas fontes de renda drasticamente reduzidas. Embora muitos serviços pudessem ser feitos em home office, ou seja, o trabalho feito em casa, a maioria dos funcionários não possuíam escolaridade, habilidades ou meios disponíveis para trabalhar deste modo.

Como resultado, o estresse econômico, ansiedade, sobrecarga, medo das perdas de familiares e conhecidos, entre outros fatores, se tornaram preocupações mais frequentes.

**PENSAMENTOS NEGATIVOS TAMBÉM SE MOSTRARAM MAIS COMUNS POR CONTA DO ACOMPANHAMENTO INCANSÁVEL DE MÍDIAS COM NOTÍCIAS RELACIONADAS À PANDEMIA E A ALTA QUANTIDADE DE FAKE NEWS COMPARTILHADAS EM REDES SOCIAIS E APLICATIVOS DE CONVERSA.**



Quando falamos do grupo de idosos, estamos nos referindo ao grupo mais vulnerável em adquirir o contágio pelo Coronavírus, principalmente por muitos serem portadores de doenças crônicas. Portanto, as medidas de isolamento sempre foram mais rigorosas para este grupo em específico, mas, situações como a vivência em uma pandemia mundial pode ser um evento estressante e até mesmo traumático para pessoas desse grupo.

Nos referindo aos grupos de idosos que vivem sozinhos e longe de seus familiares, temos o isolamento como uma quebra na rotina diária destes indivíduos e que acabou se tornando mais solitária por restringir a visita de parentes e amigos. Em casos como este, a solidão, incerteza e ansiedade se tornam sentimentos muito mais presentes.

No entanto, quando abrangemos os grupos de idosos que vivem em asilos, com familiares ou cuidadores, não é incomum encontrar relatos e denúncias de maus tratos, embora eventos como estes não aconteçam com todos, também não devem ser classificados como casos isolados. O fato é que, com o isolamento social, a falta de emprego e o estresse em ter que encontrar novos meios de sustento colaboram para aumentar os casos de violência doméstica que por sua vez são mais comuns entre crianças, mulheres e idosos, ou seja, nos grupos mais vulneráveis da sociedade.

Em relação aos idosos esses tipos de violência são mais comuns por meio das negligências, sendo algumas delas a falta de afeto, cuidados e necessidades básicas como alimentação e higiene pessoal.

Diante deste cenário, temos a pandemia como fator principal para o aumento de transtornos psicossociais em idosos e o agravamento de transtornos já existentes, podendo ser relacionado a xingamentos, humilhação, hostilização e outros tipos de violência psicológica.

É válido lembrar que em situações como estas, a denúncia pode ser feita pelo "Disque 100" (Disque direitos humanos).

COVID-19



Em sua maioria, os idosos necessitam de interação com pessoas e ambiente para que se mantenham ativos e saudáveis, sem contar que a melhora nos hábitos e na rotina é possível por meio da estimulação cognitiva.



**Disque 100**

# Saúde mental: Lidando com o psicológico



As necessidades psicológicas das pessoas que estão em isolamento diferem das que não estão. Com isso, vemos que as necessidades de intervenções psicológicas devem ser pensadas e estruturadas visando a particularidade de cada indivíduo afetado pela COVID-19, tendo em mente as etapas do surto da doença, antes, durante e depois.

## RELAX



Depois que essa  
pandemia passar  
**COVID 19** Amigos  
PARA DANÇAR

- Poeta Fuzzil

As tecnologias da informação e comunicação tornaram as consultas psicológicas mais acessíveis e seguras. Estratégias e recomendações de psicólogos para este contexto de pandemia, incluem a implementação de rotinas, hobbies como, jardinagem, leitura, desenho, além de cuidados com o sono, alimentação e a prática de exercícios. Uma rede de apoio também é recomendada, já que tem como objetivo apoiar a interação entre pessoas, deixando assim a sensação de solidão menos dolorosa para a população.



# CRIADORES

CAPA; ÍNDICE; REFERÊNCIAS;  
APRESENTAÇÃO  
Autor: Jeniffer Soares Silva

IMAGENS E FIGURAS DA E-ZINE:  
Todas as imagens e elementos utilizados  
neste trabalhos são de domínio público e  
estão disponíveis nos links de referência  
ou em:  
canva.com  
pixabay.com



**Matheus Pereira da Silva**



**COVID-19: o início da pandemia e a dificuldade em diagnosticar a doença**

**Tiago M. Louzada Hartung**



**Os problemas no Sistema de Saúde**

**Emily Sato**



**Quarentena: isolamento social em tempos de pandemia**

**Emanueli Ap. Cruz**



**Impactos econômicos**

**Jeniffer Soares Silva**



**Saúde mental & pandemia;  
Saúde mental: lidando com o psicológico**



TUTORA:

Mariana da Silva Correa dos Santos

Agradecemos imensamente a dedicação que você teve com nosso grupo, além dos feedbacks, e-mails e orientações durante as 12 semanas de preparo da e-zine!

Atenciosamente, Equipe 9





# Links & Referências

## COVID-19: O início da pandemia e a dificuldade em diagnosticar a doença

<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19#:~:text=Em%2031%20de%20dezembro%20de,identificada%20antes%20em%20seres%20humanos>

<https://www.sanarmed.com/coronavirus-origem-sinais-sintomas-achados-tratamentos>

<https://www.google.com/amp/s/www.cnnbrasil.com.br/saude/primeiro-caso-covid-19-pode-ter-atingido-a-china-em-outubro-de-2019-diz-estudo/%3famp?espv=1>

## Problemas no sistema de saúde

<https://www.ceen.com.br/os-6-maiores-desafios-que-a-saude-publica-do-brasil-vem-enfrentando/>

<https://www.paho.org/pt/noticias/7-2-2022-servicos-essenciais-saude-enfrentam-interrupcoes-continuas-durante-pandemia-covid>

<https://www.politize.com.br/de-safios-do-sus-frente-a-covid-19/>

## Impactos econômicos

<https://g1.globo.com/jornal-nacional/noticia/2021/05/15/pandemia-tem-provocado-aumento-de-precos-de-alimentos-basicos.ghtml>

<https://www.medicina.ufmg.br/inseguranca-alimentar-crece-no-pais-e-aumenta-vulnerabilidade-a-covid-19/#:~:text=Mais%20da%20metade%20dos%20domic%C3%ADlios,e%20a%20Universidade%20de%20Bras%C3%ADlia%20>

<https://fsindical.org.br/imprensa/pandemia-aumenta-o-numero-de-trabalhadores-informais-e-condicoes-precarias>

<https://g1.globo.com/economia/noticia/2021/07/24/em-um-ano-de-pandemia-377-brasileiros-perderam-o-emprego-por-hora.ghtml>

## Quarentena: isolamento social em tempos de pandemia

<https://g1.globo.com/bemestar/coronavirus/noticia/2020/04/06/coronavirus-veja-a-cronologia-da-doenca-no-brasil.ghtml>

<https://www.sanarmed.com/linha-do-tempo-do-coronavirus-no-brasil>

<https://www.politize.com.br/covid-19-um-ano-de-pandemia/>

<https://mundoeducacao.uol.com.br/sociologia/isolamento-social.htm>

<https://www.sodexobeneficios.com.br/qualidade-de-vida/noticias/sodexo-club/o-isolamento-social-pode-melhorar-nossas-relacoes-familiares.htm>

<https://www.cmfor.ce.gov.br/2020/05/09/cmfor-produz-cartilha-com-informacoes-sobre-as-novas-regras-do-isolamento-social-rigido/>

<http://covid19.cff.org.br/cff-reitera-o-seu-apoio-ao-isolamento-social-como-estrategia-para-o-combate-a-pandemia-de-covid-19/>

<https://vsegura.com.br/blog/consequencias-do-isolamento-social-para-as-empresas/>

## Saúde mental & pandemia

ALBUQUERQUE, J.; FILHO E. S. Impactos emocionais na pandemia do Coronavírus (COVID-19) e possibilidades de intervenção psicológica. Maringá: Revista espaço acadêmico, 2021

## Saúde mental: Lidando com o psicológico

MELO, Bernardo Dolabella et al. (org). Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: violência doméstica e familiar na COVID-19. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020. Cartilha. 22p.

COVID-19

Um novo normal

Equipe 9