

# TRANSTORNOS DE ANSIEDADE NA PANDEMIA DA EXAUSTÃO: "PANDEMIA DO MEDO", "CORONAFOBIA"

Congresso Online De Depressão E Transtornos Mentais, 1<sup>a</sup> edição, de 18/01/2021 a 20/01/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-86861-72-3

VALCÁCIO; SUZYNEIDE SOARES DANTAS <sup>1</sup>

## RESUMO

A ansiedade é uma emoção importante para a sobrevivência; alerta o sistema biológico preparando o corpo para reagir, mental e fisicamente às situações potencialmente ameaçadoras. Porém, quando intensa, passa a ser um transtorno por gerar sofrimento na pessoa. O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) caracteriza-se por um sentimento de extrema ansiedade que pode ser desencadeado por situação do cotidiano, quando a ansiedade se torna frequente. Os sintomas essenciais são nervosismo persistente, tremores, tensão muscular, transpiração, sensação de vazio na cabeça, palpitações, tonturas, desconforto epigástrico, aflição (DALGALARRONDO, 2019). No TAG, a pessoa vive angustiada, tensa, preocupada, permanentemente nervosa ou irritada pela ansiedade exacerbada às ameaças futuras. Nesse quadro são sintomas frequentes: insônia, dificuldade em relaxar, angústia constante, irritabilidade aumentada e dificuldade de concentrar-se (BROOKS, 2020). Associados a sintomas físicos comuns como, cefaléias, dores musculares, dores ou queimação no estômago, taquicardia, tontura, formigamento e sudorese fria (DALGALARRONDO, 2019). A pandemia por COVID-19 impôs, bruscamente, alterações no cotidiano, nas vidas das pessoas, provocando, muitas vezes, sofrimentos que tendem ao desenvolvimento de distúrbios psíquicos (ORNELL, SORDI, 2020). A pandemia do coronavírus agrava o estresse e conduz a quadros de transtornos de ansiedade (IASEVOLI, 2020). Os estudos revisados evidenciaram que, antes mesmo do surgimento do coronavírus, o Brasil já era o país mais ansioso do mundo. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) 9,3% dos brasileiros tem algum transtorno de ansiedade. Com a pandemia, os casos de ansiedade aumentaram em 80% de acordo com levantamento da Universidade do Rio de Janeiro (UERJ, 2020). A situação da pandemia traz muita ansiedade, seja pela incerteza, pelo medo de adoecer ou que alguém próximo adoeça e até pela situação econômica e política do país. O isolamento social, medida protetiva para evitar a transmissão da COVID-19, provoca comportamento ansioso e pode levar ao aparecimento do transtorno de ansiedade. Assim como a insegurança, a pandemia pode gerar preocupação excessiva, ocasionando tensão física, coração acelerado, sudorese e tremores que são sinais típicos de ansiedade. Portanto, essa estudo utilizou com metodologia, a pesquisa bibliográfica de cunho exploratório, uma vez que visa a familiarização com o problema, tornando-o o mais explícito ou a constituir hipóteses/questionamentos (GIL, 2002). Como objetivo geral, se propôs a investigar a relação entre TAG e a pandemia por COVID-19. Os estudos evidenciam essa relação, enfatizando a relevância dos aspectos emocionais durante processos pandêmicos, que por sua vez, tem levado alguns pesquisadores a identificar, junto à ocorrência do COVID-19, uma "pandemia do medo" ou a "coronafobia" (WATSON, 2020; LEE, MATHIS, 2020; ARORA, ALAT, 2020). Este termo vem sendo utilizado para designar o medo, a preocupação e a ansiedade de contrair o COVID-19, referindo-se também ao impacto psicológico e aos prejuízos funcionais provocados nas pessoas por esta doença. Por fim, enfatizam que, pessoas com transtornos mentais tendem a apresentar níveis mais elevados de estresse e sofrimento psicológico durante a quarentena provocada pela COVID-19, comparadas a pessoas sem esses transtornos, em decorrência da vulnerabilidade psíquica. Portanto, alertam para o acolhimento e o amparo necessário àqueles que precisam ser compreendidos na

<sup>1</sup> UNIFACEX, ssdantas@yahoo.com

sua dor.

**PALAVRAS-CHAVE:** Transtorno de Ansiedade. Pandemia. COVID-19.