

SAÚDE MENTAL E RECURSOS DE ENFRENTAMENTO EM MULHERES DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

Layser Canali Pereira da Silva¹, Rute Grossi-Milani², Ely Mitie Massuda³

¹Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, Campos Maringá/PR, Universidade Cesumar – UNICESUMAR. laysercanali@gmail.com.

²Orientadora, Doutora, Programas de Pós-graduação em Promoção da Saúde e Tecnologias Limpas, UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação (ICETI). Bolsista Produtividade em Pesquisa do ICETI. Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar – UniCesumar. rute.milani@unicesumar.edu.br.

³Coorientadora, Programas de Pós-Graduação em Promoção da Saúde e Gestão do Conhecimento nas Organizações, Universidade Cesumar-UNICESUMAR, Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação (ICETI), Campos Maringá/PR, ely.massuda@unicesumar.edu.br.

RESUMO

O surgimento da COVID-19 causou grande impacto na população, deixando-a mais vulnerável. As medidas adotadas para a contenção da doença pandemia afetam especialmente as mulheres, tanto nos aspectos socioeconômicos quanto na saúde mental. O objetivo deste estudo foi analisar a saúde mental das mulheres durante a pandemia de COVID-19 e os recursos individuais e sociais de enfrentamento. Metodologia: trata-se de um estudo de revisão de literatura, com dados pesquisados nas bases de dados PubMed, Scielo e BVS Saúde. Os resultados indicaram que durante a pandemia, as mulheres são as que mais sofreram sintomas psicológicos evidenciando uma maior vulnerabilidade ao adoecimento em relação à população masculina.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde mental; Mulheres; Salutogênese; COVID-19.

1 INTRODUÇÃO

O surto de COVID, iniciado na China em dezembro de 2019 espalhou-se rapidamente pelo mundo trazendo impactos econômicos, sociais e à saúde da maioria da população, especialmente as mulheres (ALMEIDA *et al.*, 2020). Fatores como desemprego, isolamento social, redução de renda, sobrecarga nas responsabilidades domésticas comprometem a saúde mental das mulheres, causando sintomas como angústia, ansiedade, medo e desesperança (SAMPSON *et al.*, 2021; NEMITZ, 2020)

Estudos têm sido realizados para avaliar os sintomas psicológicos durante a pandemia, como a pesquisa de Ribeiro *et al.* (2021) realizada em uma comunidade acadêmica, que apontou mais apresentaram sintomas como impotência, angústia e tristeza entre as mulheres. Além disso, a violência doméstica contra as mulheres aumentou significativamente em vários países, inclusive no Brasil, uma vez que as medidas de contenção da pandemia como isolamento social deixou-as mais expostas aos perpetradores da violência (ALMEIDA *et al.*, 2020). O estudo de Sediri *et al.* (2020) revelou um aumento da violência doméstica em mulheres tunisianas durante a pandemia, sendo a psicológica o tipo mais frequente, seguida da violência econômica e física.

Buscar instrumentos que atenuem os eventos cotidianos considerados estressores é fundamental para a saúde, a resiliência e o bem-estar das mulheres (BARNI *et al.*, 2020). De acordo com a abordagem Salutogênica, o Senso de Coerência (SOC), é um importante recurso de enfrentamento, o qual se refere à capacidade da pessoa em usar mecanismos tanto internos quanto externos à sua disposição para lidar com eventos negativos que causam situações de estresse (ERIKSSON, 2017). Pessoas com um Senso de Coerência forte estão mais empenhadas e dispostas a enfrentar as adversidades, o contrário acontece com aquelas com um SOC fraco (BARNI *et al.*, 2020).

Outro importante recurso de enfrentamento associado a resultados positivos de saúde mental é o apoio social, composto pela rede de relações das pessoas, tais como, o governo, instituições, comunidade, familiares, amigos, vizinhos, colegas, entre outros (GAINO *et al.*, 2017; ALEGRÍA *et al.*, 2018).

Salientada a relevância da promoção da saúde mental das mulheres, e, em consonância com a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PNAISM), enfatiza-se a importância do desenvolvimento de ações articuladas entre os setores governamentais e não governamentais voltadas à melhoria das condições de vida e saúde das mulheres, mediante o acesso aos serviços de promoção, prevenção e assistência e recuperação da saúde (BRASIL, 2004).

Diante do exposto, este estudo buscou analisar a saúde mental das mulheres durante a pandemia de COVID-19 e seus recursos individuais e sociais de enfrentamento, por meio de revisão da literatura.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo qualitativo de revisão narrativa. As buscas foram realizadas nas bases de dados PubMed, Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (Scielo), sendo selecionados somente artigos escritos em inglês e português nos últimos 02 anos, excluindo-se as dissertações e teses. Após a leitura dos resumos dos artigos foram selecionados aqueles que estavam de acordo com os objetivos deste estudo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados encontrados evidenciaram que as mulheres, em relação aos homens, são as que mais sofreram impactos psicológicos diante do surto da pandemia de COVID-19, seja por questões econômicas, como a perda de empregos ou redução de renda, ou por fatores sociais como maior sobrecarga de trabalho, acumulando as atividades remuneradas com a jornada contínua de tarefas domésticas, visto que não há uma equidade na divisão destes afazeres com os homens (DUARTE *et al.*, 2020; RIBEIRO *et al.*, 2021). Além disso, recai sobre a mulher o cuidado com os filhos, idosos ou outros familiares que adoeceram neste período, principalmente devido às medidas de quarentena e isolamento social que promoveram o fechamento de escolas e instituições que atendem este público, dificultando a realização de atividades de lazer e autocuidado (BROOKS *et al.*, 2020; NEMITZ, 2020).

Tal situação expõe as mulheres a maior vulnerabilidade para o adoecimento. Impotência, angústia, irritabilidade, ansiedade, tristeza, medo do contágio ou de perder um familiar foram os principais sintomas evidenciados na literatura, indicando que estes sinais podem desencadear futuramente quadros de depressão e crises de ansiedade (RIBEIRO *et al.*, 2021; WANG *et al.*, 2020; BROOKS *et al.*, 2020).

Diante destes problemas, os recursos utilizados para o enfrentamento das adversidades são importantes instrumentos que auxiliam na resiliência feminina e amenizam os impactos psicológicos gerados pela pandemia (ERIKSSON, 2017).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que a pandemia de COVID-19 exerceu impactos negativos na saúde mental, acometendo principalmente as mulheres, tornando evidente que há uma desigualdade relacionada a gênero. As consequências para a saúde mental feminina provavelmente continuarão pós-pandemia, por isso, é importante a implementação de ações e estratégias de prevenção e promoção da saúde mental, ampliando serviços de apoio social e outros recursos de enfrentamento que possam amenizar os sintomas psicológicos que afetam a saúde das mulheres.

REFERÊNCIAS

ALEGRIA, M. *et al.* Social determinants of mental health: where we are and where we need to go. **Curr Psychiatry Rep**, v. 20, n. 11, 2018.

ALMEIDA, M.; SHRESTHA, A. D.; STOJANAC, D.; MILLER, L. J. The impact of the COVID-19 pandemic on women's mental health. **Archives of Women's Mental Health**, v. 23, n. 6, p. 741-748, 2020.

BARNI, D. *et al.* Facing the COVID-19 Pandemic: the role of sense of coherence. **Frontiers in Psychology**, v.11, n.578440, 2020.

BRASIL. **Política nacional de atenção integral à saúde da mulher – princípios e diretrizes**. Brasília: Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas, 2004.

BROOKS, S. K. *et al.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **Lancet**, v. 395, n.10227, 912-920, 2020.

DUARTE, M, Q. *et al.* COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 9, 3401-3411, 2020.

ERIKSSON M. The sense of coherence in the salutogenic model of health. The handbook of salutogenesis. **Springer**; p. 91-96, 2017.

GAINO, L. V. *et al.* The role of social support in the psychological illness of women. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. v. 27, n. 3157, 2019.

NEMITZ, E. Mulheres e trabalho: a pandemia acentuou as desigualdades de gênero e excluiu (ainda mais) as mulheres do mercado de trabalho. **Revista Contato**, Curitiba, ano 23, edição 134, mar./abr., 2021.

RIBEIRO, L. S. *et al.* Efeitos da pandemia de COVID-19 na saúde mental de uma comunidade acadêmica. **Acta Paul Enferm**, v. 34:eAPE03423, 2021.

SAMPSON, L. *et al.* Financial hardship and health risk behavior during COVID-19 in a large US national sample of women. **SSM - Population Health** v. 13, 2021.

SEDIRI, S. *et al.* Women's mental health: acute impact of COVID-19 pandemic on domestic violence. **Arch Womens Ment Health**, v. 23, p. 749-756, 2020.

WANG, C. *et al.* Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. **Int. J. Environ. Res. Public Health**, v. 17, n. 1729, 2020.