



O enfrentamento do covid-19 no brasil: impactos, desafios e consequências

Covid-19 coping in brazil: impacts, challenges and consequences

Covid-19 coping en brasil: impactos, desafíos y consecuencias

¹Amanda Alves Dornelas, ² Deusimar Alves Corrêa, ³Gleiceane Moraes, ⁴ Ildréia Maquilene Cardoso, ⁵Thayna Amaral Romualdo, ⁶Flávia Lugão dos Santos Souza

- 1) Acadêmica do curso de graduação de Enfermagem da Faculdade do Futuro, amandadornelas2014@hotmail.com.
- 2) Acadêmica do curso de graduação de Enfermagem da Faculdade do Futuro, deusinha24@gmail.com
- 3) Acadêmica do curso de graduação de Enfermagem da Faculdade do Futuro, moraigleice6@gmail.com
- 4) Acadêmica do curso de graduação de Enfermagem da Faculdade do Futuro, ildreiamc@gmail.com
- 5) Acadêmica do curso de graduação de Enfermagem da Faculdade do Futuro, thay_romualdo@hotmail.com
- 6) Enfermeira. Doutora pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Escola de Enfermagem Anna Nery (UFRJ), pós-graduação em Enfermagem Cardiológica pela Escola de Enfermagem Anna Nery (UFRJ), graduação em Enfermagem Obstétrica pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), professora da Faculdade do Futuro, flavia.l.s@terra.com.br.



RESUMO

Objetivo: Analisar os impactos, desafios e consequências que a COVID-19 vem causando, analisar a saúde mental da população e dos profissionais de saúde, os meios propostos pelo governo para eliminar/erradicar o vírus e as orientações da organização mundial de saúde para prevenção do COVID-19. **Método:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, visto que tal estratégia se mostra adequada para sistematização de conhecimentos sobre tópicos ainda pouco explorados, oferecendo subsídios para o desenvolvimento de novas modalidades de intervenção, com avaliação das publicações indexadas nas bases de dados da SCIELO e BVS, durante o período de agosto de 2020. **Resultados:** Foram encontrados na base de dados da BVS um total de 1.513.583 artigos e na SCIELO um total de 903 artigos, desses foram selecionados 12 artigos para compor o presente estudo. **Conclusão:** Conclui-se que a sociedade em geral está passando por um momento extremamente difícil, onde muitas pessoas morreram e muitas ainda estão internadas em estado grave. O novo coronavírus vem trazendo diversos impactos, desafios e consequências tanto para a população quanto para os profissionais de saúde, além de perda financeira e desemprego. Existem medidas adotadas por diversos governos que foram criadas com o intuito de diminuir os impactos e mortes causados por esse vírus, que é a quarentena e o isolamento social. É de extrema importância que a população se conscientize e colabore tomando os cuidados necessários para evitar que a taxa de infecção e as mortes cresçam cada vez mais.

Descritores: COVID-19, Infecção por coronavírus, Impactos, Desafios, Saúde mental, Isolamento social, Pandemia.

ABSTRACT

Objective: Analyze the impacts challenges, and consequences that COVID-19 has been causing, analyze the mental health of the population and health professionals, the means proposed by the government to eliminate / eradicate the virus and the guidelines of the world health organization for the prevention of COVID -19. **Method:** It is a narrative review of the literature, as this strategy is suitable for systematizing knowledge on topics that are still little explored, offering subsidies for the development of new intervention modalities, with the evaluation of publications indexed in SCIELO's databases and VHL, during the period of August 2020. **Results:** A total of 1,513,583 articles were found in the VHL database and 903 articles in SCIELO, of which 12 articles were selected to compose the present study. **Conclusion:** It is concluded that society in general is going through an extremely difficult time, where many people died, and many are still hospitalized in serious condition. The new coronavirus has brought several impacts challenges, and consequences for both the population and health professionals, in addition to financial loss and unemployment. There are measures adopted by several governments that were created to reduce the impacts and deaths caused by this virus, which is quarantine and social isolation. It is extremely important for the population to become aware and collaborate by taking the necessary precautions to prevent the rate of infection and deaths from increasing.

Descriptors: COVID-19, Coronavirus infection, Impacts, Challenges, Mental health, Social isolation, Pandemic.

RESUMEN

Objetivo: Analizar los impactos, desafíos y consecuencias que COVID-19 ha estado causando, analizar la salud mental de la población y los profesionales de la salud, los medios propuestos por el gobierno para eliminar / erradicar el virus y las pautas de la organización



mundial de salud para la prevención de COVID -19.**Método:** Se trata de una revisión narrativa de la literatura, pues esta estrategia es adecuada para sistematizar conocimientos sobre temas aún poco explorados, ofreciendo subsidios para el desarrollo de nuevas modalidades de intervención, con la evaluación de publicaciones indexadas en las bases de datos de SCIELO y BVS, durante el período de agosto de 2020.**Resultados:** Se encontraron un total de 1.513.583 artículos en la base de datos de BVS y un total de 903 artículos en SCIELO, de los cuales se seleccionaron 12 artículos para componer el presente estudio.**Conclusión:** Se concluye que la sociedad en general está atravesando un momento sumamente difícil, donde muchas personas murieron y muchas siguen hospitalizadas en estado grave. El nuevo coronavirus ha traído varios impactos, desafíos y consecuencias tanto para la población como para los profesionales de la salud, además de pérdidas económicas y desempleo. Existen medidas adoptadas por varios gobiernos que se crearon con el fin de reducir los impactos y muertes provocadas por este virus, que es la cuarentena y el aislamiento social. Es de suma importancia que la población tome conciencia y colabore tomando las precauciones necesarias para evitar que aumente la tasa de contagios y muertes.**Descriptores:** COVID-19, Infección por coronavirus, Impactos, Desafíos, Salud mental, Aislamiento social, Pandemia.

INTRODUÇÃO

No início de 2020, o Brasil e o mundo todo vêm enfrentando uma grave emergência, trazendo consequências para a vida humana, para a saúde pública e a atividade econômica, devido à pandemia do novo coronavírus – COVID19 (CAETANO et al., 2020).

Trata-se de um “vírus” que vem do latim vírus, muito conhecido como “veneno” ou “toxina”. Esse vírus possui de 20-300 nm de diâmetro, além de apresentar genoma constituído de uma ou várias moléculas de ácido nucléico (DNA ou RNA), que são revestidos por um envoltório proteico formado por uma ou várias proteínas e por um complexo envelope em uma bicamada lipídica. O COVID-19 são vírus de RNA com sentido positivo, que são envelopados e possuem uma estratégia de replicação única, o que possibilita a variação de sua patogenicidade e facilidade de adaptação em diferentes ambientes (OLIVEIRA; LUCAS; IQUIAPAZAO, 2020).

A COVID-19 é denominada como uma síndrome respiratória ocasionada pelo coronavírus, que foi detectada em 2019 na cidade de Wuhan, capital da província da China central, esse vírus atingiu diversas pessoas, sendo os casos mais graves acometidos por insuficiência respiratória aguda que requer cuidados hospitalares intensivos, incluindo o uso de ventilação mecânica. Esse vírus tem alta transmissibilidade e se dá pelo contato de pessoa a pessoa e por meio de fômites, podendo permanecer viável em superfícies do ambiente por mais de 24 horas (FARO et al., 2020).



De acordo com a OPAS– Organização Pan-Americana da Saúde (2020) foram confirmados no mundo 17.106.007 casos de COVID-19 (292.527 novos em relação ao dia anterior) e 668.910 mortes (6.812 novas em relação ao dia anterior) até 31 de julho de 2020.

Ainda, segundo a OPAS – Organização Pan-Americana da Saúde (2020) ainda não há vacinas e nem medicamentos específicos para prevenir ou tratar a COVID-19. Pessoas infectadas devem, portanto, receber cuidados para aliviar os sintomas e em casos mais graves devem ser hospitalizadas.

O rápido crescimento de casos confirmados e de mortes em decorrência da COVID-19, a OMS (Organização Mundial de Saúde), passou a caracterizar como uma pandemia, a partir de 11 de março de 2020 e revelaram que os sintomas comumente envolvem fadiga, tosse, febre e dificuldade respiratória. Ainda, de acordo com a OMS (Organização Mundial de Saúde), ela instituiu medidas essenciais a serem adotadas como forma de prevenção, como a higienização das mãos com água e sabão, uso de álcool em gel nas situações em que o acesso à água e ao sabão não fosse possível, evitar tocar olhos, nariz e boca, proteger as pessoas ao redor ao espirrar ou tossir e o distanciamento social (CREPALDI et al., 2020).

DA Silva e Procópio (2020) cita como os sintomas clínicos mais relatados entre os pacientes: febre, dispneia dor de cabeça, mialgia, diarreia, aumento de secreções nasais, e em alguns casos que evolui para pneumonia, porém vale ressaltar que esses sintomas são diferentes dos sintomas de uma gripe ou resfriado. Para amenizar os danos causados à população, diversos governos adotaram medidas de controle com o intuito de reduzir os níveis de transmissão, como a suspensão das aulas em escolas e universidades, a proibição de eventos e fechamento de fronteiras (ANTUNES et al., 2020).

Ainda, segundo Bezerra et al. (2020) o impacto da pandemia na economia mundial está sendo expressivo, em especial no Brasil, onde houve um aumento significativo na taxa de desemprego. Relata ainda outro campo afetado que foi a saúde, causando estresse, alterações no sono, modificações na rotina, o bem-estar das pessoas, abrange ainda a perda financeira de muitas pessoas, dentre outros.

Essa pandemia vem ocasionando prejuízos enormes para indivíduos, famílias, comunidades e sociedades em todo o mundo. A vida cotidiana, a economia, a segurança social e a saúde pública foram submetidas a pressões sem precedentes, e essa pandemia vem provocando um pânico generalizado na população, principalmente quando o conhecimento sobre a doença ainda se encontra em construção (SAIDEL et al., 2020).

É notável que os profissionais de saúde possuem papel fundamental no combate à pandemia, não apenas em razão da sua capacidade técnica, mas também por se tratar da maior



categoria profissional, sendo os únicos que permanecem 24 horas ao lado paciente, estando suscetíveis à infecção pelo COVID-19 (SOUZA et al., 2020).

Frente ao exposto, o presente artigo tem como objetivo analisar os impactos, desafios e consequências que a COVID-19 vem causando, analisar a saúde mental da população e dos profissionais de saúde, os meios propostos pelo governo para eliminar/erradicar o vírus e as orientações da organização mundial de saúde para prevenção do COVID-19.

MÉTODO

Realizou-se revisão narrativa da literatura, visto que tal estratégia se mostra adequada para sistematização de conhecimentos sobre tópicos ainda pouco explorados, oferecendo subsídios para o desenvolvimento de novas modalidades de intervenção. Esse tipo de revisão permite a integração de estudos sobre uma mesma temática produzidos com base em diferentes abordagens metodológicas, o que favorece as reflexões sobre problemáticas cujas pesquisas são recentes e adotam diferentes delineamentos, como é o caso da pandemia de COVID-19 (CREPALDI et al., 2020).

Foram realizadas buscas nas bases de dados BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) e SCIELO (*Scientific Eletronic Librany Online*) e consulta nos sites da Organização Mundial da Saúde (OMS) e Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), durante o período de agosto de 2020.

Estabeleceram-se os seguintes critérios de inclusão: Artigos científicos publicados no período de 2010 a 2020, disponibilizados na íntegra, ser artigo nacional, idioma português, apresentarem temática com o tema abordado, país: Brasil. Excluíram-se publicações encontradas que não atendiam aos critérios de inclusão previamente estabelecidos.

Foram utilizados os descritores “COVID-19”, “Infecção por coronavírus”, “Impactos”, “Desafios”, “Saúde Mental”, “Isolamento Social” e “Pandemia”.

A fim de manter a coerência e ampliar a busca, foi utilizado como estratégia o cruzamento dos termos, usando os descritores associados ao operador booleano and “Coronavírus”, gerando as seguintes combinações “COVID-19 and coronavírus”, “Infecção por coronavírus and coronavírus”, “Impactos and coronavírus”, “Desafios and coronavírus”, “Saúde mental and coronavírus”, “Isolamento Social and coronavírus” e “Pandemia and coronavírus”, ambos contidos nos descritores em ciências da saúde (DeCS).

Sendo assim, para análise dos estudos foram adotadas duas abordagens: considerando os títulos das produções científicas e avaliando seus resumos pré-selecionados, o que conferia a incorporação ou não do artigo a amostra final.



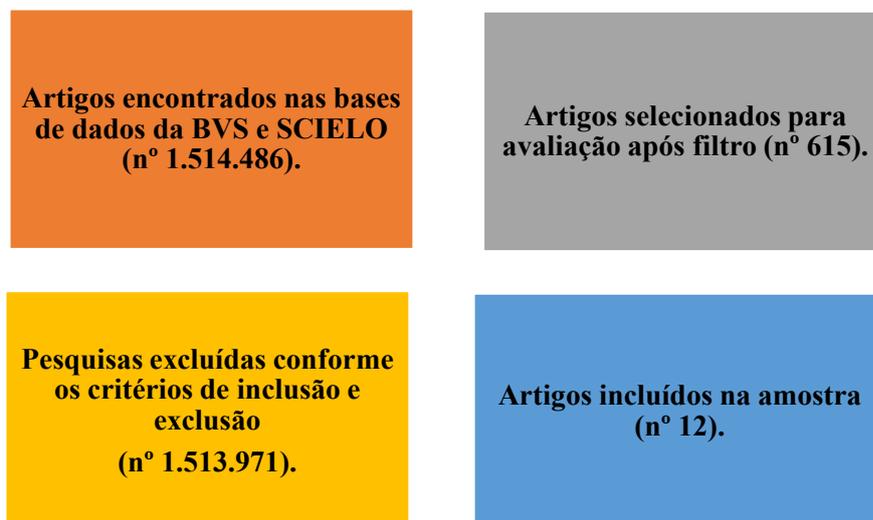
RESULTADOS

Foram encontrados na base de dados da BVS um total de 1.513.583 artigos, sendo 27.151 com os descritores “COVID-19 and coronavírus”; 24.105 com os descritores “Infecção por coronavírus and coronavírus”; 58 com os descritores “Impactos and coronavírus”, 48 com os descritores “Desafios and coronavírus”; 963 com os descritores “Saúde Mental and coronavírus”; 372 com os descritores “Isolamento social and coronavírus” e 21.327 com os descritores “Pandemia and coronavírus”. Após fazer uso dos filtros: Ano de publicação: 2010 a 2020; Idioma: Português; Tipo de documento: Artigo e País: Brasil, obteve-se um total de 312 artigos, a saber: 96 com os descritores “COVID-19 and coronavírus”; 89 com os descritores “Infecção por coronavírus and coronavírus”; 5 com os descritores “Impactos and coronavírus”, 12 com os descritores “Desafios and coronavírus”; 5 com os descritores “Saúde Mental and coronavírus”; 11 com os descritores “Isolamento social and coronavírus” e 94 com os descritores “Pandemia and coronavírus”.

Na base de dados da SCIELO encontrou-se um quantitativo de 903 artigos, onde: 497 com os descritores “COVID-19 and coronavírus”; 62 com os descritores “Infecção por coronavírus and coronavírus”; 26 com os descritores “Impactos and coronavírus”, 29 com os descritores “Desafios and coronavírus”; 21 com os descritores “Saúde Mental and coronavírus”; 28 com os descritores “Isolamento social and coronavírus” e 240 com os descritores “Pandemia and coronavírus”. Após fazer uso dos filtros: Ano de publicação: 2010 a 2020; Idioma: Português; Tipo de documento: Artigo e País: Brasil, obteve-se um total de 303 artigos, a saber: 170 com os descritores “COVID-19 and coronavírus”; 25 com os descritores “Infecção por coronavírus and coronavírus”; 18 com os descritores “Impactos and coronavírus”, 19 com os descritores “Desafios and coronavírus”; 15 com os descritores “Saúde Mental and coronavírus”; 22 com os descritores “Isolamento social and coronavírus” e 34 com os descritores “Pandemia and coronavírus”.

O **fluxograma 1** apresenta a síntese metodológica utilizada para a seleção dos artigos científicos.

Fluxograma 1. Síntese do processo metodológico utilizado para seleção de artigos.



Fonte: Dornelas et al., (2020).

Subsequente a aplicação dos filtros, analisou-se os artigos por seus títulos e em posterior seus resumos, para incorporá-lo ou não a amostra da pesquisa. Nesse sentido, dos artigos obtidos após o filtro, no total de 615, sendo: 312 artigos na base de dados da BVS e 303 artigos na base de dados da SCIELO, foram selecionados 12 artigos para compor o presente estudo, estes são apresentados em ordem crescente com o título, ano de publicação, qualis das respectivas revistas, base de dados e o nome das revistas de publicação no Quadro 1.

Quadro 1 – Artigos selecionados contendo: Título, ano de publicação, qualis, base de dados e revista de publicação.

Título	Ano de Publicação	Qualis	Base de dados / Revista de Publicação
1 – A fragilidade do sistema de saúde brasileiro e a vulnerabilidade social diante da COVID-19.	2020	B3	BVS / Revista Brasileira em Promoção à Saúde.
2 - Desafios e oportunidades para telessaúde em tempos de pandemia pela COVID-19: uma reflexão sobre os espaços e iniciativas no contexto brasileiro.	2020	B1	SCIELO / Cadernos de Saúde Pública
3 - COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado.	2020	B2	SCIELO / Estudos de Psicologia (Campinas)
4 - Enfermagem brasileira na linha de frente contra o novo Coronavírus: quem cuidará de quem cuida?	2020	B4	BVS / Journal Of Nursing And Health
5 - Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas.	2020	B2	SCIELO / Estudos de Psicologia (Campinas)
6 - Saúde mental e intervenções psicológicas diante da	2020	B2	SCIELO / Estudos de

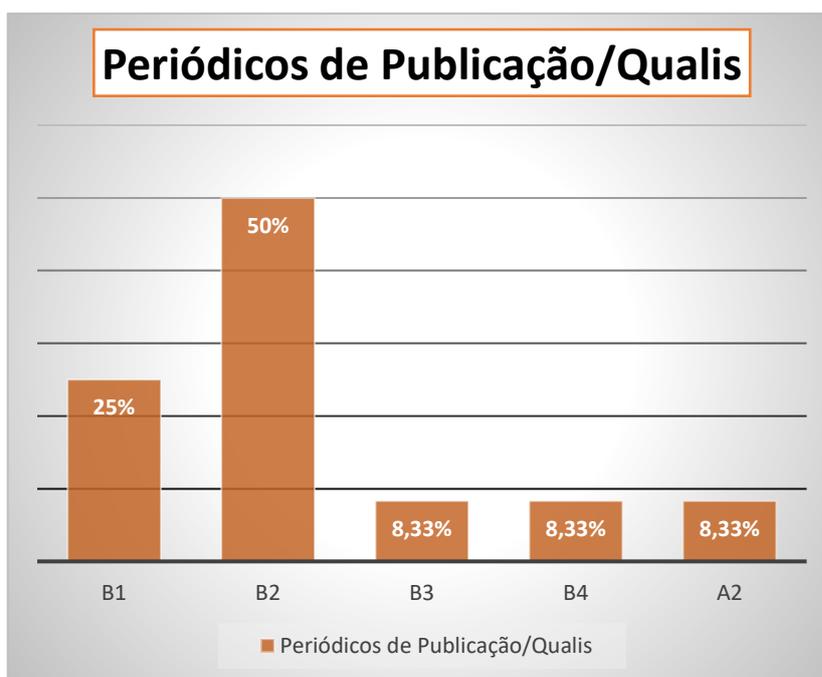
pandemia do novo coronavírus (COVID-19).			Psicologia (Campinas)
7 - Progressão dos casos confirmados de COVID-19 após implantação de medidas de controle.	2020	B2	SCIELO / Revista Brasileira de Terapia Intensiva
8 - O que a pandemia da COVID-19 tem nos ensinado sobre adoção de medidas de precaução?	2020	A2	SCIELO / Texto & Contexto Enfermagem
9 - Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus.	2020	B1	BVS / Revista Enfermagem UERJ
10 - Saúde mental dos profissionais de enfermagem no Brasil no contexto da pandemia COVID-19: Ação do Conselho Federal de Enfermagem.	2020	B2	BVS / Cogitare Enfermagem
11 - Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19.	2020	B1	SCIELO / Ciência e Saúde Coletiva
12 - Covid-19: Por que a proteção de trabalhadores e trabalhadoras da saúde é prioritária no combate à pandemia?	2020	B2	SCIELO / Trabalho, educação e saúde

Fonte: Dornelas et al., (2020).

Realizado a análise de produções selecionadas para a presente amostra, observa-se uma notória confiabilidade das pesquisas avaliadas, identificadas a partir de seu Qualis, onde: 50% dos estudos selecionados são de Qualis B2; 25% dos estudos selecionados são de Qualis B1; 8,33% dos estudos selecionados são de Qualis B3; 8,33% dos estudos selecionados são de Qualis B4 e 8,33% são de Qualis A2.

Por meio do Gráfico 1, pode-se observar as respectivas qualificações e suas porcentagens na presente amostra.

Gráfico 1: Relação da qualificação dos artigos selecionados para o estudo.



Fonte: Dornelas et al., (2020).

No que tange as revistas nas quais os artigos foram publicados, destacou-se com uma contribuição nos artigos selecionados a revista: Estudos de Psicologia (Campinas) com quatro artigos, representando 33,33%; seguidas das revistas com apenas uma publicação cada: Revista Brasileira em Promoção à Saúde, Cadernos de Saúde Pública, Journal Of Nursing And Health, Revista Brasileira de Terapia Intensiva, Texto & Contexto Enfermagem, Revista Enfermagem UERJ, Cogitare Enfermagem, Ciência e Saúde Coletiva e Trabalho, educação e saúde, representando 8,33% de contribuição com artigos de cada revista. O **gráfico 2** apresenta a porcentagem em que cada revista apareceu, contribuindo com artigos para compor a amostra.

Gráfico 2: Percentuais representativos das revistas analisadas segundo a seleção de artigos que compuseram a amostra.



Fonte: Dornelas et al., (2020).

DISCUSSÃO

Após a leitura dos artigos selecionados para a elaboração do trabalho, agrupamos esses artigos em 4 eixos principais: 1) Saúde mental da população em geral; 2) Saúde mental dos profissionais de saúde; 3) Medidas de prevenção tomadas pelo governo: Distanciamento social, quarentena e isolamento; 4) Orientações da OMS para a prevenção do COVID-19

1) Saúde mental da população em geral



A pandemia pode impactar a saúde mental e o bem-estar psicológico das pessoas, devido a mudanças nas rotinas e nas relações familiares. Pessoas com suspeita podem desenvolver sintomas obsessivo-compulsivo como verificação repetida da temperatura corporal, ansiedade fazendo com que confundam sinais da doença e se dirijam aos serviços hospitalares, dentre outras coisas (SCHMIDT et al., 2020).

Saúde mental dos profissionais de saúde

Profissionais da saúde, como médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, técnicos de enfermagem, agentes comunitários de saúde, pessoas da limpeza, porteiros e atendentes de serviços de saúde que estão na linha de frente do COVID-19 e em contato direto com pessoas face a face, estão mais expostos a contrair o vírus (HELIOTERIO et al., 2020).

Esses profissionais estão vivenciando essa pandemia com medo de serem infectados, de adoecerem e morrerem, de infectarem outras pessoas e seus familiares, fadiga, frustração por não conseguir salvar vidas, ameaças e agressões propriamente ditas, sobrecarga de trabalho, afastamento da família e amigos, preocupação com a saúde física e mental (SCHMIDT et al., 2020). O autor supracitado relata ainda que os desafios enfrentados por esses profissionais podem vir a desencadear sintomas de ansiedade, depressão e estresse, especialmente quando estão na linha de frente, ou seja, em contato direto com pessoas que foram infectadas pelo vírus.

É notável que os profissionais da saúde, atuantes na linha de frente ao COVID-19, estejam mais vulneráveis a questões emocionais, pois lidam também com seus sentimentos de impotência, fracasso, estresse pelas condições e sobrecarga de trabalho, incertezas sobre a doença e tratamento, medo de contrair e transmitir o vírus e/ou dificuldade de lidar com perdas de seus pacientes (SAIDEL et al., 2020).

Os impactos causados a diversos profissionais de saúde ainda são desconhecidos, mas segundo estudos realizados em outros países, principalmente na China relatam forte impacto negativo na saúde destes profissionais, como: contaminação pelo vírus, transtornos de ansiedade, automedicação em excesso para suprir cansaço ou adoecimento mental, medo e insegurança em contaminar familiares, síndrome de Burnout; estresse, além de óbitos (SOUZA et al., 2020).

Os sentimentos mais declarados por esses profissionais de saúde diante da atual pandemia são: ansiedade, estresse, medo, ambivalência, depressão, exaustão (DE HUMEREZ; OHL; DA SILVA, 2020). A Tabela 1 abaixo retrata esses sentimentos declarados por profissionais de saúde diante da atual pandemia.



Tabela 1 – Sentimentos mais declarados por profissionais de saúde diante da atual pandemia.

Ansiedade	Falta de EPI's, pressão por parte da chefia imediata, notícias disponibilizadas pela mídia.
Estresse	Todo tempo chegando gente, morte como nunca houve.
Medo	Medo de se infectar, medo de infectar familiares.
Ambivalência	Por parte da população (Vizinhos, amigos) que os aplaudem, mas os discriminam, evitando contato.
Depressão	Pela solidão, afastamento das famílias, morte dos companheiros de trabalho.
Exaustão	Esgotamento emocional com o volume de trabalho.

Fonte: Dornelas et al., 2020.

Medidas de prevenção tomadas pelo governo: Distanciamento social, quarentena e isolamento

Com o objetivo de reduzir os impactos causados pela pandemia do novo coronavírus, diminuir o número de mortes, alguns países têm adotado medidas que visam reduzir as mortes e achatar a curva de infecção, favorecendo um menor pico de incidência em um dado período, tais como o isolamento, distanciamento social e quarentena (SCHMIDT et al., 2020).

Para prevenir a saúde, algumas medidas são tomadas para proteger a comunidade da exposição aos riscos de doenças contagiosas, como o distanciamento social, quarentena e isolamento. O distanciamento social, é a distância cerca de 2 metros entre as pessoas quando estão fora de casa, isso resulta na recomendação de não se reunir em grupos, festas, evitar lugares cheios e aglomerações, para evitar o contágio do COVID-19 (FARO et al., 2020).

O autor citado acima abrange ainda, que a quarentena e o isolamento possuem significados e objetivos distintos. A quarentena busca restringir a circulação de pessoas que já foram expostas a uma doença contagiosa, visando observar se elas ficarão doentes, é fundamental para atenuar o contágio e diminuir a probabilidade de contaminação, porém muita das vezes pode ocasionar impactos na saúde mental dos envolvidos. O isolamento é a separação de pessoas doentes, infectadas por alguma doença transmissível, como a COVID-19, dos não doentes.

Orientações da OMS para a prevenção do COVID-19

- Lavar as mãos com água e sabão ou higienizador à base de álcool para matar vírus que podem estar nas suas mãos.
- Manter pelo menos 1 metro de distância entre você e qualquer pessoa que esteja tossindo ou espirrando. Quando alguém tosse ou espirra, pulveriza pequenas gotas líquidas do nariz



ou da boca, que podem conter vírus. Se estiver muito próximo, poderá inspirar as gotículas – inclusive do vírus da COVID-19 se a pessoa que tossir tiver a doença.

- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca. As mãos tocam muitas superfícies e podem ser infectadas por vírus. Uma vez contaminadas, as mãos podem transferir o vírus para os olhos, nariz ou boca. A partir daí o vírus pode entrar no corpo da pessoa e deixá-la doente.
- Certificar de que você e as pessoas ao seu redor seguem uma boa higiene respiratória. Isso significa cobrir a boca e o nariz com a parte interna do cotovelo ou lenço quando tossir ou espirrar (em seguida, descarte o lenço usado imediatamente). Gotículas espalham vírus. Ao seguir uma boa higiene respiratória, você protege as pessoas ao seu redor contra vírus responsáveis por resfriado, gripe e COVID-19.
- Ficar em casa se não se sentir bem. Se tiver febre, tosse e dificuldade em respirar, procurar atendimento médico. Seguir as instruções da sua autoridade sanitária nacional ou local, porque elas sempre terão as informações mais atualizadas sobre a situação em sua área.
- Pessoas doentes devem adiar ou evitar viajar para as áreas afetadas por coronavírus. Áreas afetadas são países, áreas, províncias ou cidades onde há transmissão contínua – não áreas com apenas casos importados.
- Os viajantes que retornam das áreas afetadas devem monitorar seus sintomas por 14 dias e seguir os protocolos nacionais dos países receptores; e se ocorrerem sintomas, devem entrar em contato com um médico e informar sobre o histórico de viagem e os sintomas.

CONCLUSÃO

A sociedade atual passa por um dos momentos mais dramáticos das últimas décadas, onde a presente pandemia do novo coronavírus já causou diversas mortes no mundo todo.

O novo coronavírus vem trazendo diversos impactos, desafios e consequências para todos, onde podemos citar a saúde mental tanto da população quanto a dos profissionais de saúde, a superlotação em hospitais, perda financeira de muitas pessoas, desemprego, dentre outros. As únicas medidas comprovadamente eficazes que foram tomadas pelo governo foram o distanciamento social e a quarentena, que tem como objetivo reduzir os impactos causados, diminuir o número de mortes e achatar a curva de infecção.

Diante desse cenário da pandemia, é possível aprender que seu curso e impactos no Brasil e no mundo todo dependem do esforço colaborativo de todos, do poder público, família e cidadãos. Portanto, é imprescindível que todas as pessoas se conscientizem e façam sua parte no combate ao coronavírus, e adotem medidas de precaução frente ao COVID-19.



Enfim, é muito importante que o governo invista na assistência à saúde na ciência em geral para que esse período seja abreviado e os profissionais de saúde estejam mais capacitados para os desafios do cuidado em geral.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, Bianca Brandão de Paula et al. Progressão dos casos confirmados de COVID-19 após implantação de medidas de controle. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, n. AHEAD, 2020.

BEZERRA, Anselmo César Vasconcelos et al. Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID 19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 2411-2421, 2020.

CAETANO, Rosângela et al. Desafios e oportunidades para telessaúde em tempos da pandemia pela COVID-19: uma reflexão sobre os espaços e iniciativas no contexto brasileiro. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, p. e00088920, 2020.

CREPALDI, Maria Aparecida et al. Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

DA SILVA, Marcello Henrique Araújo; PROCÓPIO, Isabella Mendes. A fragilidade do sistema de saúde brasileiro e a vulnerabilidade social diante da COVID-19. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 33, 2020.

DE HUMEREZ, Dorisdaia Carvalho; OHL, Rosali Isabel Barduchi; DA SILVA, Manoel Carlos Neri. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia covid-19: ação do conselho federal de enfermagem. **Cogitare Enfermagem**, v. 25, 2020.

FARO, André et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

HELIOTERIO, Margarete Costa et al. COVID-19: por que a proteção da saúde dos trabalhadores e trabalhadoras da saúde é prioritária no combate à pandemia? 2020.

OLIVEIRA, Adriana Cristina de; LUCAS, Thabata Coaglio; IQUIAPAZA, Robert Aldo. O que a pandemia da COVID-19 tem nos ensinado sobre adoção de medidas de precaução? **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 29, 2020.

OMS e OPAS. **Folha informativa-COVID-19 (Doença causada pelo novo coronavírus)**. 2020 agosto [acessado 2020 agosto 03]. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875

SAIDEL, Maria Giovana Borges et al. Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 28, p. 49923, 2020.

SCHMIDT, Beatriz et al. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.



SOUZA, Luís Paulo et al. Enfermagem brasileira na linha de frente contra o novo Coronavírus: quem cuidará de quem cuida? **Journal of Nursing and Health**, v. 10, n. 4, 2020.