

## Um olhar sobre a assustadora pandemia da COVID-19 e suas consequências

Gustavo Eduardo Tadei<sup>1</sup>

No final de dezembro de 2019, um vírus altamente contagioso passou a atuar na cidade chinesa de Wuhan, provocando uma doença nomeada em fevereiro pela OMS (Organização Mundial da Saúde) como COVID-19. Em 11 de março de 2020, a OMS caracterizou a COVID-19 como uma pandemia, devido ao fato da doença se espalhar por várias regiões do mundo (OPAS Brasil, 2020; Portal Fiocruz, 2020).

A transmissão da doença ocorre por aerossol de uma pessoa para outra. A COVID-19 causa, principalmente, problemas no sistema respiratório, que se assemelham a um resfriado, podendo ocasionar desde tosse, febre, coriza, dor de garganta, perda de olfato, perda de paladar, náuseas, diarreias e falta de apetite, até dificuldade para respirar e grave pneumonia. Alguns desses sintomas podem aparecer de maneira mais acentuada do que outros, porém algumas pessoas são assintomáticas, ou seja, são portadoras do novo coronavírus, mas não apresentam sintomas e podem transmitir o vírus de forma imperceptível (OPAS Brasil, 2020; Ministério da Saúde, 2020; Portal Fiocruz, 2020).

O diagnóstico é feito pelo reconhecimento clínico dos sintomas e por exames laboratoriais. Para se prevenir é necessário higienizar as mãos com frequência, com água e sabão ou álcool em gel, cobrir a boca com lenço ou braço ao tossir e espirrar, não ficar tocando nos olhos ou nariz, manter uma distância ideal de dois metros entre as pessoas, utilizar máscaras de proteção para cobrir bocas e nariz e evitar aglomerações (Ministério da Saúde, 2020; Portal Fiocruz, 2020). Apesar dos estudos estarem avançando para se encontrar uma vacina e possíveis tratamentos, ainda não existe um protocolo estabelecido para a COVID-19. Os tratamentos estão sendo analisados e testados por estudos clínicos. Estamos diante de uma pandemia difícil de ser solucionada, tendo em vista seu alto poder de disseminação (OPAS Brasil, 2020).

A ciência vem trabalhando para encontrar uma maneira de combater o vírus. Mas enquanto não temos uma solução, como agir diante de algo tão avassalador quanto a pandemia da COVID-19? No momento, a melhor forma de combate é o isolamento social. O isolamento social significa que o indivíduo tem que evitar ao máximo o convívio com outras pessoas ou com grupos, a fim de conter a propagação de uma doença.

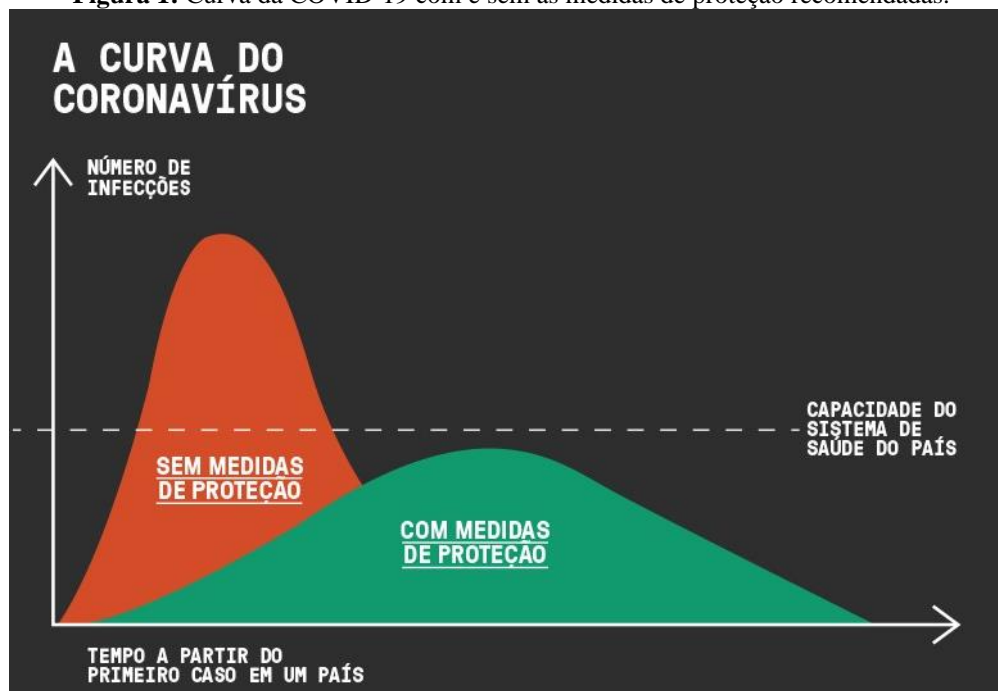
---

<sup>1</sup> Discente no curso Técnico em Açúcar e Álcool Integrado ao Médio - Instituto Federal de São Paulo, Câmpus Matão, gustavoeduardo.tadei@bol.com.br

Durante uma pandemia, podem ser usados os seguintes tipos de isolamento: vertical (ocorre quando apenas um grupo de pessoas é considerado de risco, como idosos, hipertensos e diabéticos, e estes mantêm-se no isolamento), horizontal (é recomendado a todos que não trabalham em atividades essenciais que fiquem em casa), quarentena (ocorre quando pessoas que tiveram contato com doentes ou estiveram em regiões com surto da doença permaneçam em confinamento por um período específico, não necessariamente os 40 dias que o nome sugere, mas o período de incubação ou o tempo que a doença leva para se manifestar) e o *lockdown* (é uma medida obrigatória adotada diante de uma situação extrema, e se refere ao bloqueio total de uma região, proibindo-se o indivíduo de sair sem motivos emergenciais) (SANTOS; SANTOS; PORFÍRIO, 2020).

Nenhum de nós poderia imaginar que um dia teríamos que ficar confinados em nossas residências. Alguns dizem que é castigo divino, outros dizem que é uma estratégia do governo, seja como for, parece que estou em um pesadelo e que a qualquer momento irei acordar. Apesar de ser difícil, o isolamento social se faz necessário, pois, conforme demonstra a Figura 1, com essa medida de proteção o número de infectados diminui consideravelmente.

**Figura 1:** Curva da COVID-19 com e sem as medidas de proteção recomendadas.



Fonte: FIORATTI, 2020

A curva do novo coronavírus demonstra o grau de contágio da doença por meio das medidas adotadas. O formato da curva pode mostrar se a pandemia está mais ou menos acentuada, se houver mais casos em menos tempo, maior será o grau de elevação da linha. Se

houver menos casos em um maior período, menor será o grau de elevação da linha. Isso significa que as medidas de isolamento podem diminuir a curva, pois, com menos pessoas circulando, o contágio é menor, sendo melhor o controle da doença, não ocorrendo um colapso (FIORATTI, 2020).

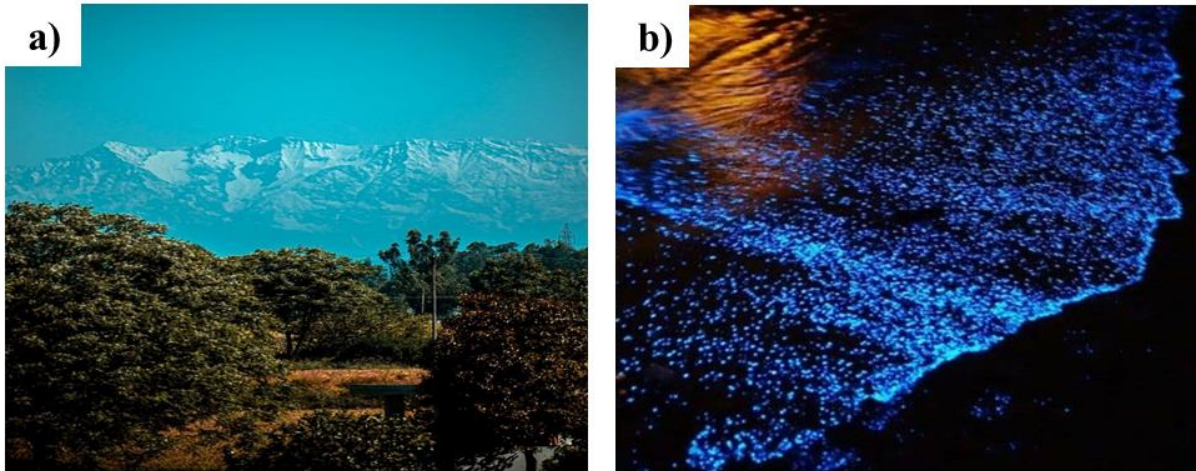
Junto com o confinamento, os sentimentos indesejáveis podem aparecer, e isso tende a ser um pouco mais relevante em nosso país, pois o Brasil é o país em que mais se sofre com transtorno de ansiedade, segundo a Organização Mundial da Saúde (ESTADÃO CONTEÚDO, 2019). As preocupações com a economia são grandes, pois os comércios e indústria estão com suas atividades parcialmente ou totalmente suspensas, além de estarmos vivendo uma crise política.

No meu caso, senti tédio, pois os dias tornaram-se monótonos. A preocupação ao saber que o amanhã é ainda mais incerto, angústia por não ver uma solução rápida, saudades por estar longe de familiares e amigos, tristeza por ver tantas mortes e pessoas passando por mais necessidades do que já vinham passando. O medo de perder uma pessoa querida ou, até mesmo, perder a minha vida é imenso. Paralelo a tudo isso, algumas pessoas tendem a não enxergar o perigo, não se previnem, colocando a própria vida e a vida de outras pessoas em risco, podendo levar o nosso frágil sistema de saúde a um colapso. Tudo isso dói, mas, para amenizar esses sentimentos, tentei organizar essa minha nova rotina separando momentos de lazer, como jogar videogame mexer no celular, plantar girassóis, assistir à TV, fazer minhas tarefas escolares. Além disso, resolvi incluir também novas atividades: comecei a ajudar mais nos afazeres de casa, aprendi a cozinhar alguns pratos e voltei a praticar caratê individualmente.

Não posso deixar de destacar alguns pontos positivos desta terrível pandemia. Sim! Temos um lado positivo, como tudo na vida! Tenho visto muitas notícias de pessoas se disponibilizando a ajudar o próximo. O mundo vinha num constante egoísmo; no decorrer da pandemia, porém tem sido possível observar empatia cada vez maior entre as pessoas.

Outro lado positivo que estamos vendo é a diminuição da poluição em todo o mundo, com poucos automóveis circulando e diminuição da emissão fabril de poluentes. Alguns casos foram surpreendentes: no Norte da Índia foi possível ver a cordilheira de Dhauladhar no Himalaia, fenômeno que não se via desde a Segunda Guerra Mundial, como mostra imagem da Figura 2(a). Já no México, um evento raro voltou a ser presenciado após 60 anos foi possível observar ondas iluminadas em tons azul-turquesa nas praias em Acapulco, conforme imagem da Figura 2(b), isso devido a atividade biológica reconstituída (CARBINATTO, 2020; NUNES, 2020; SABER VIVER MAIS, 2020).

**Figura 2:** (a) Cordilheira de Dhauladhar no Himalaia livre da poluição. (b) Praia em Acapulco no México, presença de micro-organismos marinhos bioluminescentes.



Fontes: (a) NUNES, 2020 e (b) SABER VIVER MAIS, 2020

Teremos muitas dificuldades a serem enfrentadas, mas a pandemia vai passar, mesmo que as consequências venham a ser imensas. Analiso o pós-quarentena como um desafio a ser enfrentado. Teremos uma economia para recuperar e pessoas a serem reabilitadas emocionalmente, devido às grandes perdas, tanto de entes queridos como de empregos. Tudo isso não será realizado do dia para noite; sendo assim, teremos que continuar praticando a paciência, a empatia e a resiliência.

## Conclusão

Portanto, podemos observar que a COVID-19 não discrimina classe social nem raça. Chegou de uma maneira devastadora, tirando a vida de muitos ao redor do mundo. Cada cidadão precisa estar consciente e fazer sua parte para minimizar os danos já ocorridos. Um dia, tudo isso vai passar, mas essa trágica pandemia vai ficar gravada em nossa história, contarei aos meus filhos e netos tudo que estamos vivendo nesse ano de 2020. Espero que saíamos fortalecidos e possamos ser melhores do que antes, enxergarmos as pequenas vitórias e levar isso adiante. Quanto aos pontos negativos, desejo que tenhamos aprendido com nossos erros, para sermos mais fortes e jamais perder a esperança na vida.

## Referências

CARBINATTO, B. **Poluição atmosférica cai mundo afora com a pandemia de Covid-19**, 2020. Disponível em: <<https://super.abril.com.br/ciencia/poluicao-atmosferica-cai-mundo-afora-com-a-pandemia-de-covid-19/>>. Acesso em jun 2020.

ESTADÃO CONTEÚDO. O Brasil é o país mais ansioso do mundo, segundo a OMS. **Revista Exame**, São Paulo, 2019. Disponível em: <<https://exame.abril.com.br/ciencia/brasil-e-o-pais-mais-ansioso-do-mundo-segundo-a-oms/>>. Acesso em: 01 jun 2020.

FIOCRUZ. **Porque a doença causada pelo novo vírus recebeu o nome de Covid-19?** 2020. Disponível em: <<https://portal.fiocruz.br/pergunta/por-que-doenca-causada-pelo-novo-virus-recebeu-o-nome-de-covid-19>>. Acesso em: 07 jun 2020.

FIORATTI, C. **Como funciona o distanciamento social?** 2020. Disponível em: <<https://super.abril.com.br/saude/como-funciona-o-distanciamento-social/>>. Acesso em 07 jun 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (BRASIL). **Sobre a doença. COVID-19.** 2020. Disponível em: <<https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca>>. Acesso em 07 jun 2020.

NUNES, M. **Cordilheira do Himalaia é avistada pelos indianos, depois de 30 anos, devido à quarentena, que reduziu drasticamente a poluição.** 2020. Disponível em <<https://conexaoplaneta.com.br/blog/cordilheira-do-himalaia-e-avistada-pelos-indianos-depois-de-30-anos-devido-a-quarentena-que-reduziu-dramaticamente-a-poluicao/>>. Acesso em 07 jun 2020.

OPAS BRASIL. **Covid-19 doença causada pelo novo coronavírus.** 2020. Disponível em: <[https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875)>. Acesso em: 07 jun 2020.

PORFÍRIO, F. **Isolamento Social.** 2020. Disponível em: <<https://mundoeducacao.uol.com.br/sociologia/isolamento-social.htm>>. Acesso 07 jun 2020.

SABER VIVER MAIS. Após 60 anos, praia de Acapulco volta a brilhar com fenômeno natural raríssimo! **Revista Saber Viver Mais.** 2020. Disponível em: <<https://www.sabervivermais.com/apos-60-anos-praia-de-acapulco-volta-a-brilhar-com-fenomeno-natural-rarissimo/>>. Acesso em jun 2020.

SANTOS, H. S. **Quarentena.** O que é quarentena? 2020. Disponível em: <<https://www.biologianet.com/curiosidades-biologia/quarentena.htm>>. Acesso em 07 jun 2020.

SANTOS, V. S. **Isolamento Vertical e Horizontal,** 2020. Disponível em: <<https://brasilecola.uol.com.br/curiosidades/isolamento-vertical-e-horizontal.htm>>. Acesso em 07 jun 2020.