

ELAINE CRISTINA DA FONSECA COSTA PETTENGILL

**AS ESTRATÉGIAS PSÍQUICAS DE
ENFRENTAMENTO DAS EXPERIÊNCIAS
RELACIONADAS À PANDEMIA DA COVID-19**

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO – UCDB
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
DOUTORADO EM PSICOLOGIA
CAMPO GRANDE – MS**

2025

ELAINE CRISTINA DA FONSECA COSTA PETTENGILL

**AS ESTRATÉGIAS PSÍQUICAS DE
ENFRENTAMENTO DAS EXPERIÊNCIAS
RELACIONADAS À PANDEMIA DA COVID-19**

Tese apresentada ao Programa de Pós-graduação (Doutorado) em Psicologia da Universidade Católica Dom Bosco, como exigência parcial para obtenção do título de Doutora em Psicologia, área de concentração: Psicologia da Saúde, sob orientação da Profa. Dra. Heloísa Bruna Grubits.

**UNIVERSIDADE CATÓLICA BOM BOSCO – UCDB
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
DOUTORADO EM PSICOLOGIA
CAMPO GRANDE – MS**

2025

RESUMO

O objetivo do presente estudo foi compreender o enfrentamento psicológico frente as experiências da pandemia da Covid-19, discutindo-se sobre a história do desenvolvimento emocional infantil e sua relação com as estratégias psíquicas empregadas nesse enfrentamento. Utilizando-se o Método Clínico-qualitativo de pesquisa, foram realizadas sessões de entrevista psicológica de fundamentação psicanalítica, acrescentando-se uso de questionário informativo para obtenção de informações sobre a realidade socioeconômica dos participantes, a vivência da pandemia e condições atuais de saúde. A técnica de Análise de Conteúdo foi o recurso utilizado para o tratamento dos dados. Entre os resultados obtidos, verificou-se que as estratégias psíquicas adaptativas e desadaptativas que foram empregadas para o enfrentamento das experiências da pandemia, guardam estreita relação com as experiências emocionais vividas durante o desenvolvimento emocional infantil, refletindo o “cenário” psíquico interno de cada participante. Entre as estratégias psíquicas adaptativas de enfrentamento das experiências da pandemia, que foram observadas com uma maior frequência entre os participantes cuja história do desenvolvimento emocional infantil mostrou-se favorável à proteção e promoção da sua saúde psíquica atual, e à capacidade de manter-se em ajustamento psicossocial durante o período pandêmico, destacam-se: a **Identificação com o objeto ideal internalizado**, possibilitando confiança e respeito às autoridades de saúde e suas recomendações ao longo de todo o período pandêmico; o Predomínio das **atitudes de confiança** na eficácia e segurança da vacina; **Reparação**, com manifestação do autocuidado protegendo-se para assim proteger os outros também. Entre as estratégias psíquicas desadaptativas, que foram observadas de uma forma proeminente, na psicodinâmica do participante cuja história do desenvolvimento emocional se mostrou pouco favorável ao

seu ajustamento psicossocial durante o período pandêmico e refletindo-se em prejuízos à sua saúde emocional atual, destacam-se: a **Projeção de ansiedades primitivas no próprio corpo**, manifestando-se por meio da hiperatividade, inquietação, dores, autolesões e ingestão excessiva de bebida alcoólica; **Projeção das ansiedades** na vacina, recusando-se a vacinar-se com todas as doses que foram disponibilizadas para sua idade; **Clivagem do Ego** frente experiência de transbordamento psíquico e ansiedade de aniquilamento; **Identificação com o objeto perdido** (diante do luto), refletindo-se no quadro depressivo grave e indiferença temporária às estratégias de proteção contra a Covid-19; **Negação** do fim da pandemia, em função de uma **fixação** nas experiências de perda que sofreu e que foram por ele percebidas como traumáticas, entre outras estratégias. Estes resultados sugerem a necessidade de que sejam intensificadas estratégias e políticas públicas voltadas à proteção e promoção da saúde mental dos indivíduos “sequelados” emocionalmente em razão das experiências vividas na pandemia, como forma de promover recursos adaptativos do ego para a superação do que foi percebido como traumático e que guarda estreita relação com o que foi traumático no passado infantil, refletindo-se nas formas de enfrentamento das experiências da pandemia.

Palavras-chave: Pandemia da Covid-19; Luto; Psicanálise; Desenvolvimento Emocional; Estratégias Psíquicas.

1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconheceu no dia 11 de março de 2020 a pandemia da doença pelo coronavírus 2019, Covid-19 (sigla em inglês para *coronavirus disease 2019*). Com a pandemia da Covid-19 a população brasileira ficou exposta à situação de extrema vulnerabilidade, com altas taxas de desemprego e cortes profundos nas políticas sociais (Werneck e Carvalho, 2020).

Conforme Malta e Gracie (2020), o SARS-CoV-2 (sigla em inglês para *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2*), agente etiológico da Covid-19, apresentava, no início da pandemia, elevada infectividade, cuja velocidade de propagação podia variar de 1,6 a 4,1. De acordo com os referidos autores, em razão de sua rápida taxa de transmissão e contaminação, a Organização Mundial de Saúde (OMS) recomendou aos governos na época, a adoção de intervenções não farmacológicas (INF), as quais incluíam medidas de alcance individual (lavagem das mãos, uso de máscaras e restrição social), ambiental (limpeza rotineira de ambientes e superfícies) e comunitário (restrição ou proibição ao funcionamento de escolas e universidades, locais de convívio comunitário, transporte público, além de outros espaços onde pode haver aglomeração de pessoas). Entre todas, destacou-se a restrição social, que interferiu na qualidade de vida das pessoas exigindo adaptação, criatividade e a construção de novas possibilidades de interação social.

A rápida propagação da doença e o uso do distanciamento como forma de prevenção expuseram as desigualdades sociais e urbanas das cidades capitalistas. Segundo Costa (2020), no Brasil, como em outros países, o isolamento social gerou rápidas mudanças no mercado de trabalho, com impactos mais severos para 37,3

milhões de pessoas que vivem na informalidade, uma vez que elas não têm direitos como Fundo de Garantia por Tempo de Serviço (FGTS) e seguro-desemprego. Somado a estas perdas materiais e que os trabalhadores ainda estão enfrentando, estão as perdas que foram provocadas pelo próprio adoecimento de Covid-19, o tratamento prolongado, as sequelas da doença e a perda de familiares que morreram em razão desta enfermidade.

De acordo com Souza, Pettengill e Pettengill (2020), a experiência da quarentena relacionada ao coronavírus fomentou angústias de natureza persecutória em razão de que o indivíduo ficou em estado de expectativa a respeito de estar ou não infectado pela Covid-19. Segundo Segal (1975), diante de situações que geram angústias persecutórias ou de retaliação, o ego de pessoas mais imaturas ou seriamente comprometidas mentalmente, tende a fazer uso de mecanismos de defesa muito primitivos, denominados por Klein (1946-2006) como mecanismos de natureza psicótica, que se manifestam por meio de comportamentos de grande intolerância às angústias, às frustrações, e que leva o sujeito, na interação com as pessoas, a apresentar-se demasiadamente egocêntrico, impulsivo e indiferente aos sentimentos e bem estar alheios, como se pôde observar nos comportamentos de muitas pessoas que resistiram à adoção das medidas de segurança contra a infecção pelo coronavírus, conforme a experiência na atuação clínica durante todo o período pandêmico.

Assim é que, diante de intensa angústia persecutória provocada pelo medo de estar contagiado pela Covid-19, a pessoa em quarentena ficou sujeita ao uso de mecanismos de defesa psicóticos, sofrendo e ou gerando prejuízos a outras pessoas em razão das consequências do uso de tais mecanismos. Um desses mecanismos é a Projeção, levando o sujeito a projetar para fora (em outras pessoas) o seu sentimento de impotência e medo diante da situação, passando a se incomodar excessivamente com o

sentimento de impotência e medo que as pessoas de um modo geral apresentavam, sem perceber que na verdade ele próprio (também) teve medo e sentiu-se impotente mas não pôde lidar com esses sentimentos em razão de sua fragilidade egóica (Souza, Pettengill e Pettengill, 2020).

Marques *et al.* (2020) referem-se às repercussões do distanciamento social no relacionamento interpessoal, especialmente entre parceiros íntimos e entre pais e filhos, enfatizando que com o drástico aumento do registro de casos de violência no contexto de pandemia, organizações internacionais, pesquisadores e mídia leiga demonstraram preocupação com esses indícios de aumento da violência doméstica, pois o lar passou a representar risco à integridade das pessoas. Segundo os referidos autores, o aumento da violência contra a mulher e contra a criança e o adolescente durante o período de distanciamento social foi um fenômeno observado em diferentes países, tais como China, Reino Unido, Estados Unidos, França e Brasil.

Apesar do impacto emocional da pandemia sobre a saúde mental de muitas pessoas, (Marques *et al.*, 2020, Garcia e Sanchez, 2020, Werneck e Carvalho, 2020, Costa, 2020) estudos revelam também que muitas delas foram capazes de atravessar esse período sem prejuízos à sua funcionalidade e sem sinais de adoecimento psíquico. Pereira (2021) observou que sujeitos pertencentes a famílias com melhores rendimentos financeiros, e que possuem um funcionamento familiar mais coeso e flexível, demonstraram maior nível de satisfação com a vida e posicionaram-se de modo resiliente frente às dificuldades e adversidades relacionadas à pandemia, em comparação com sujeitos pertencentes a famílias menos favorecidas economicamente e ou comprometidas em sua capacidade de organização e sustentação afetiva e emocional.

Em 17 de janeiro de 2021 deu-se início à campanha de vacinação contra a Covid-19 no Brasil. Esta data, de acordo com a Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ,

2022), representou o primeiro passo dado em direção ao fim da pandemia do coronavírus, em razão de que as vacinas demonstraram importante diminuição do número de casos graves e de óbitos da doença. Segundo dados do Ministério da Saúde (2022), em meados de dezembro do referido ano, 302,5 milhões de doses já haviam sido aplicadas, representando 89,3% da população brasileira elegível imunizada com a primeira dose e 74,1% completamente vacinada. No Mato Grosso do Sul, 78.85% da população já havia atingido o esquema vacinal completo (Secretaria de Estado de Saúde do MS, 2022). Em março de 2023, 82% da população geral brasileira tinha o esquema vacinal completo e 58% tinha pelo menos uma dose de reforço. Em meados do mês de abril de 2023, cerca de 27 milhões de pessoas já haviam sido vacinadas com a vacina bivalente em todo o Brasil (Ministério da Saúde, 2023).

O Brasil conquistou, após um ano de vacinação (a primeira etapa de vacinação contra a Covid-19), a aprovação do registro do Ingrediente Farmacêutico Ativo (IFA), que possibilitou a produção e distribuição de uma vacina 100% nacional para a Covid-19 e estendendo também a vacinação para adolescentes e crianças desde o mês de janeiro de 2022 (FIOCRUZ, 2022).

Conforme o Conselho Nacional de Secretários de Saúde (CONASS, 18 de junho de 2021), Mato Grosso do Sul destacou-se, entre todos os estados brasileiros, em razão do maior percentual de doses da vacina contra a Covid já aplicadas até aquele momento – 1.447.560 doses.

Em razão deste fato, em 03 de novembro de 2021 o governo do estado de Mato Grosso do Sul decretou a liberação do uso da máscara facial em locais abertos, em razão do avanço no número de pessoas vacinadas contra a Covid-19 no Estado, mantendo obrigatório o uso em locais fechados (Jornal A Crítica, 03 de novembro de 2021).

Mato Grosso do Sul foi o primeiro estado brasileiro a desobrigar uso de máscaras em locais fechados - em 10 de março de 2022, conforme dados do Jornal Correio Braziliense (09/03/2022). Esta flexibilização, segundo o referido jornal, foi deliberada pelo Comitê do Programa Prosseguir, que faz o monitoramento da Covid-19 no estado, e pela equipe técnica da Secretaria de Estado de Saúde (SES). O Secretário de Saúde do MS recomendou, no entanto, a continuidade do uso de máscaras para alguns grupos.

A OMS anunciou em 5 de maio de 2023, que a pandemia da Covid-19 não representa mais uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional, destacando-se a tendência decrescente nas mortes em decorrência da doença, o declínio nas hospitalizações e internações em unidades de terapia intensiva relacionadas à infecção e os altos níveis de imunidade da população ao SARS-Cov-2 (Cable News Network - CNN Brasil, 5 de maio 2023). No entanto, adverte Tedros Adhanom, diretor-geral da OMS: “(...) Isto não significa que a Covid-19 acabou como uma ameaça à saúde global. Na semana passada, a Covid-19 tirou uma vida a cada três minutos – e essas são apenas as mortes que conhecemos. Enquanto falamos, milhares de pessoas em todo o mundo estão lutando por suas vidas em unidades de terapia intensiva, e outros bilhões continuam a viver com os efeitos debilitantes da condição pós-Covid-19” (CNN BRASIL, 5 de maio 2023).

Apesar do Decreto da OMS sobre a Covid-19 não representar mais uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (informando sobre o fim da pandemia), é fato que a vida das pessoas passou por consideráveis transformações e impactos em diferentes aspectos em razão da pandemia, desde mudanças no setor profissional com repercussões sobre as condições materiais e econômicas de vida, sobre o bem-estar emocional, a vida afetiva, os relacionamentos, refletindo-se em

comportamentos adaptativos e desadaptativos que por vezes se manifestaram (e ainda se manifestam) em diferentes configurações psicopatológicas.

A partir do que foi exposto, o presente estudo tem por objetivo compreender o enfrentamento psicológico frente as experiências da pandemia da Covid-19, discutindo-se sobre a história do desenvolvimento emocional infantil e sua relação com as estratégias psíquicas empregadas nesse enfrentamento.

Compreende-se estratégias psíquicas as atitudes ou posicionamentos adotados por uma pessoa ou grupo, diante de situações e experiências que requerem um devido ajustamento ou adaptação. Estas estratégias podem ser de natureza adaptativa de modo a favorecer o ajustamento psicossocial do sujeito, contribuindo assim com sua saúde mental, ou podem apresentar-se como atitudes desadaptativas e que tendem a gerar prejuízos à funcionalidade global da pessoa (Dalgarrondo, 2008).

Este estudo justifica-se em função de que, mesmo após a vacinação e avanços no controle da Covid-19, por muito tempo, dúvidas, incertezas e medos fizeram parte da rotina de muitas pessoas (Romero-Saritama, Simaluiza e Fernandez, 2022; Rezende, 2022), pois não se sabia ao certo como agir nas interações sociais, desde a forma de cumprimentar, se estendendo o braço para um aperto de mão, se higienizando a mão após esse aperto (com receio se a outra pessoa iria se chatear com esse gesto), se oferecendo um abraço, se mantendo o uso de máscara. E, mesmo hoje no “pós-pandemia”, desconfortos se podem notar diante destas questões frente aos sinais e sintomas da Covid-19 ou da confirmação do diagnóstico de alguém próximo, aspectos que podem gerar sofrimento emocional e representar risco à saúde mental, em especial entre as pessoas que se apresentam traumatizadas, que se sentiram drasticamente afetadas emocionalmente pelas experiências do período pandêmico, bem como aquelas que já apresentavam sinais de vulnerabilidade psicoemocional mesmo antes da

pandemia da Covid-19, cujas dificuldades emocionais sofreram o acréscimo das experiências relativas à pandemia, conforme apontam Brunoni e Valiengo (2022).

Argumenta-se que a pandemia, mesmo para aqueles que não perderam pessoas próximas por morte de Covid-19, representou um período de perdas pois, vivenciou-se a morte de um mundo sem Covid-19, um mundo em que não havia preocupações como as que foram citadas, preocupações em torno dos riscos de contágio da doença, que ainda vem sendo estudada acerca de suas sequelas sobre a saúde física e mental. Incerteza parece ser ainda uma palavra que retrata a Covid-19 na atualidade. O mundo vive na atualidade as consequências da pandemia a nível individual e coletivamente, com a percepção de inúmeras transformações sociais (profundas transformações no mundo do trabalho) em decorrência deste evento, exigindo a capacidade de adaptação, tolerância à dor psicológica, flexibilidade e resiliência, para não sucumbir ao adoecimento psíquico.

Profundas mudanças no estilo de vida das pessoas, que tiveram que abandonar formas habituais de se relacionar, de trabalhar, de viver, para então reinventar novas formas de conduzir suas vidas, são portanto, experiências de perda, que remetem por sua vez à vivência de lutos que nem sempre podem ser vividos e elaborados satisfatoriamente pelas pessoas, fato que representa risco à saúde do psiquismo conforme Segal (1975).

A pandemia de Covid-19, conforme Verztman e Romão-Dias (2020), pode ser apontada como um fenômeno que exerceu grande impacto emocional sobre a saúde mental das pessoas, sendo considerada mundialmente como um evento catastrófico que deixou sequelas psicossociais em diferentes níveis, o que justifica a importância do presente estudo. Dantas et al. (2020) em pesquisa sobre a vivência do luto nos tempos da Covid-19, lembram que na cultura brasileira ver o corpo de uma pessoa querida que falece, facilita a percepção da concretude da morte. Durante o período crítico da

pandemia, a imposição de limitações drásticas aos rituais de despedida, sendo a mais significativa a obrigatoriedade de caixões lacrados, a impossibilidade de tocar e contemplar o corpo da pessoa falecida, além da diminuição do tempo do funeral e do número reduzido de familiares nesta cerimônia, geraram sofrimento psicológico e prejuízos à elaboração do luto.

Um outro aspecto que, segundo os referidos autores, prejudicou o processo de luto dos familiares na pandemia, foi o fato de não ter sido possível acompanhar de perto o estado de saúde de seus entes queridos, dificultando-lhes antecipar a aproximação de sua morte e preparar-se para ela. Não ter conseguido se despedir é um fator de risco conhecido para o desenvolvimento de luto complicado por parte dos familiares, bem como não ter “se preparado” para a morte (Dantas *et al.*, 2020). A questão da culpa pela contaminação também foi apontada entre os participantes deste estudo, representando uma fonte adicional de sofrimento, raiva e revolta, conforme os autores já citados. Danzmann, Silva e Guazina (2021) enfatizam que, se o luto não é vivenciado, existem implicações no bem estar físico e psíquico do sujeito, por isso a relevância de estudos como este, pois o conhecimento e compreensão das possíveis formas de enfrentamento psicológico dessa experiência na pandemia podem contribuir para a avaliação das formas de intervenção nos processos de acompanhamento psicológico que vem sendo oferecidos aos sujeitos impactados emocionalmente com este evento, além de dar subsídio a futuras políticas de saúde mental na sociedade brasileira.

A presente pesquisa difere dos estudos que vem sendo realizados até o momento em torno da relação pandemia e saúde mental, pois grande parte destes estudos apontam e discutem o impacto da pandemia sobre a saúde psicoemocional, os prejuízos ao ajustamento psicossocial das pessoas, decorrentes desta experiência. O presente estudo enfatiza que, apesar desta realidade que vem sendo observada e apontada pela literatura,

existe também a possibilidade de enfrentamento adaptativo das experiências da pandemia, em que os sujeitos têm conseguido manter sua funcionalidade e ajustamento psíquico apesar das demandas que são apontadas por diferentes estudos, como demandas desorganizadoras do psiquismo e fontes de risco para a saúde mental.