

24/09/2021

Página 02

Opinião



Estelita Tinoco *

estelita.tinoco@luciloavila.com.br

Impacto da pandemia na saúde mental e doenças do co

Após um ano e meio de pandemia no Brasil, é chegada a hora de avaliar o impacto desse período de tantas dores e incertezas na saúde dos brasileiros. O risco de contaminação pela Covid-19 mudou inesperadamente a nossa vida. O distanciamento social e a consequente limitação do convívio e da liberdade de ir e vir, indicado por governos e instituições de saúde no mundo inteiro, necessário para evitarmos um problema maior, que seria uma crise na saúde, sem assistência adequada, suscitou outra preocupação: as consequências dessa realidade para a saúde mental.

A solidão imposta pelo período de distanciamento, o medo de ficar doente, a avalanche de notícias negativas, associados a outros fatores como os problemas econômicos, aumentam as chances de desequilíbrio, podendo levar a problemas como hipocôndria, abuso de álcool, transtor-

nos de ansiedade e depressão.

Neste contexto, destacamos duas situações relacionadas a fatores de estresse, que podem simular eventos cardiovasculares, como infarto agudo do miocárdio, mas que não estão associadas à obstrução dos vasos coronarianos e, portanto, demandam outra forma de tratamento: a "síndrome do pânico" e a "síndrome do coração partido".

A síndrome do pânico está ligada ao nosso próprio instinto de sobrevivência, ao mecanismo de luta ou fuga. O medo e a preocupação, necessários para a nossa sobrevivência, quando excessivos, dão origem a transtornos que podem culminar com a síndrome do pânico. Os ataques de pânico se originam de descargas súbitas de ansiedade. Nessas ocasiões o coração dispara, bate forte e rápido, pode haver sensação de falta de ar, sudorese, anestesia e formigamento de alguma

parte do corpo, dor no peito, tremores nos olhos, dor ou queimação gástrica e, sobretudo, medo de morrer.

A segunda situação, conhecida como "síndrome do coração partido" ou "cardiomiopatia por estresse", pode ter consequências danosas e, como traduz o nome, é também desencadeada por eventos estressantes. Ocorre quando os músculos do coração enfraquecem, causando dor no peito, falta de ar ou cansaço; podendo também simular um infarto, mas com tratamento absolutamente diverso.

A pandemia por Covid-19 tem gerado grande estresse emocional, fato que por si só, enseja tanto o aumento do número de infartos, como o desenvolvimento de transtornos de ansiedade e depressão, que podem funcionar como gatilho para os ataques de pânico ou para a apresentação da "síndrome do coração partido" em pessoas predispostas. Nós, médicos nucleares, temos

colaborado de forma importante para o diagnóstico diferencial entre esses quadros através de um exame chamado "cintilografia de perfusão miocárdica". Trata-se de um exame não invasivo, onde utilizamos pequenas doses de radiação para mapear a irrigação sanguínea do músculo do coração em situação de estresse (esforço físico em esteira ergométrica, por exemplo) e em situação de repouso, permitindo identificar com enorme sensibilidade a presença de isquemia miocárdica, ou seja, aqueles quadros em que de fato há obstrução das artérias coronarianas, os vasos que irrigam o coração. O diagnóstico preciso é a chave para o tratamento adequado, a tranquilidade e a segurança de todos. O exame está disponível em diversos centros, inclusive vinculados ao Sistema Único de Saúde, e quando bem indicado pode ser um grande aliado.

Aqui vão algumas sugestões pa-