

PANDEMIA: AS MARCAS DEIXADAS PELO COVID-19

 *CalendárioDaSaúde*

Pandemia: uma palavra desconhecida por muitos até 5 anos atrás.

Hoje, já foi esquecida por bastante gente, mas também traz lembranças e lições para outros tantos.

MARÇO
2025



Cronologia da pandemia do COVID-19

Vamos lembrar datas de destaque?

No último dia do ano de 2019, a OMS toma conhecimento de que a província de Wuhan, na China, concentra casos de uma doença respiratória tida como desconhecida, o que é atualizado 7 dias depois: trata-se de uma nova infecção viral do tipo coronavírus.

11/1/2020 - Primeiro óbito oficial ligado à doença, ainda local.

15/2/2020 - Na França, a morte de turista chinês – primeiro registro oficial fora do continente asiático – expõe as fronteiras do planeta.

6/3/2020 - Ultrapassado o índice global de 100 mil casos da doença, já denominada COVID-19, extremamente perigosa para idosos e grupos vulneráveis. Políticas de confinamento e lockdown são adotadas pelo mundo - inclusive em partes do Brasil.

12/3/2020 - Primeira morte em solo brasileiro.

2/4/2020 - Com mais de um milhão de diagnósticos, cerca de metade do planeta pratica o isolamento social.

7/6/2020 - EUA e Brasil apresentam o maior número de mortes; mundialmente, já são mais de 400 mil.

28/9/2020 - A triste marca de 1 milhão de óbitos é alcançada. No fim de 2020, EUA e Europa passam a aplicar as suas primeiras vacinas contra o vírus.

15/1/2021 - Em menos de 4 meses, o número de óbitos pelo mundo duplica, atingindo 2 milhões.

17/1/2021 - Enfermeira paulistana é a primeira pessoa oficialmente vacinada em nosso país.

As campanhas de vacinação por todo o mundo não brecam a transmissão do vírus, mas arrefecem os óbitos. O mundo já lida com algumas medidas de relaxamento para as normas de isolamento social. No entanto, as políticas de lockdown são revistas a cada grande onda de contágios.

No segundo trimestre de 2021, surge a variante Delta e mais tarde, em meados de novembro, a Ômicron. Ambas com poder de contágio maior. Porém, a segunda delas apresenta sintomas menos severos.

A partir de março de 2023, a OMS assegura que a fase mais aguda da pandemia já ficou para trás. Aos poucos, muitos países que ainda não haviam abrandado suas restrições sanitárias, passam a fazê-lo.

5/5/2023 - Declarado pela OMS o fim da emergência global para o COVID-19.



Impactos econômicos e para a saúde

Em dado momento, boa parte do que fazíamos teve de mudar. Algumas coisas ficaram em modo suspenso. Isso trouxe consequências imediatas para os negócios. A necessidade de adaptação foi urgente. Ao mesmo tempo, o isolamento e o contágio refletiram na saúde mental e física das pessoas.



Impactos nos negócios de empresários

A mudança brusca no rumo das relações pessoais e a “vida lá fora” trouxe impactos imediatos para o mundo dos negócios. O setor de comércio e serviços (sobretudo as pequenas empresas) sofreu o maior golpe.

Durante a primeira onda da pandemia (até junho/2020), mais de 716 mil empresas fecharam (IBGE). Deste total, expressivos 99,8% enquadravam-se como micro ou pequena empresa.

O IPEA – Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada – contabilizou ao menos R\$ 20 bilhões de perdas de estoque de capital, apenas para o pequeno empreendedor. A retomada para aqueles capazes de se restabelecer implicou em tomada de crédito e endividamento.

Ainda na fase final da pandemia, em 2023, pouco mais de 50% das pequenas empresas precisavam direcionar mais de 1/3 de seu custo mensal para a quitação de dívidas (SEBRAE).

No início da pandemia, o faturamento de diversos setores despencou 70%. Ainda em abril de 2022, quase 60% dos pequenos negócios não haviam conseguido igualar o patamar de 2019. De maneira geral, o Produto Interno Bruto (PIB) brasileiro recuou 3,3% em 2020.

Com queda de 4,5% no consumo familiar, mais da metade dos grupos de atividades econômicas apresentaram declínio acentuado, puxado por serviços (hotéis, bares, restaurantes, viagens, serviços domésticos e atividades artísticas, cinema e entretenimento).

O setor industrial teve queda discreta, diferentemente do segmento de transportes, armazenagem e entregas. Este último conseguiu se segurar e se superar devido ao crescimento do e-commerce no período.

Impactos na saúde física e mental dos colaboradores

Difícilmente alguém saiu ileso da pandemia. Mesmo aqueles que não foram contaminados. Os impactos mais significativos aconteceram tanto na saúde física quanto mental.

Por se tratar de um vírus respiratório, teve como sintomas iniciais:

- Falta de ar.
- Cansaço.
- Complicações típicas (e algumas perigosas) de quadros gripais e de resfriados, como febre e inflamações da garganta e brônquios.

Os sinais acima podem ter sido comuns para muitos. Entretanto, também foram verificadas alterações na capacidade cognitiva déficit de concentração e lapsos de memória, os mais frequentes.

Com a necessidade de readequação do modelo de atividade profissional, a ausência do “presencial” cobrou uma carga para a saúde mental.

Além de possivelmente ter de lidar com o luto, o isolamento social foi algo inédito e desafiador para a grande maioria dos colaboradores. Outro componente fundamental foi o sentimento de incerteza e medo diante da triste situação que o mundo enfrentava.

Estas questões exerceram influência no aumento de casos de ansiedade e depressão. Ainda em 2020, verificou-se um crescimento de 25% (OMS).

Distúrbios de sono também foram observados; tanto pelo fator da preocupação, quanto pela mudança de rotina: menos gasto de energia com as atividades habituais externas que deixaram de ser feitas e/ou exercícios físicos.

Sequelas deixadas pela doença

Não há dúvidas sobre alguns efeitos ‘herdados’ da contaminação pelo COVID-19. As sequelas relatadas são variadas e diversas demais, indo de aspectos neurológicos, gastrointestinais, hormonais, cardiovasculares, musculares e até, obviamente, os respiratórios.

Algumas delas, podemos dizer, bastante recorrentes. E inclusive, relacionadas. Já escutou (ou talvez sentiu) sobre aquela fadiga sem fim? O cansaço que antes não estava ali?

O mal-estar persistente (levou o nome de “síndrome da fadiga crônica”) pode se originar de múltiplas causas e afeta entre 10 e 20% daqueles que contraíram o vírus (ICB-USP - Instituto de Ciências Biomédicas da Universidade de São Paulo). Como o contágio pelo vírus provoca uma inflamação sistêmica, desequilíbrios de várias ordens ocorrem no organismo. Pode ser o surgimento ou agravamento de uma condição na tireoide, queda severa de imunidade e/ou outras infecções.

Na mesma esteira vêm as alterações no sono, memória e dificuldades de concentração (citadas anteriormente), que compõem o quadro do cansaço/fadiga.

Agravamento de doenças preexistentes

É um fato: muitos deixaram de procurar cuidados ou abandonaram tratamentos médicos durante a pandemia, por conta do risco de contágio.

Para exemplificar, ainda em 2020, de cada 10 pessoas, 4 abriram mão de buscar uma consulta ou atendimento. Estes são dados da pesquisa "Coronavírus e seu impacto no Brasil", em sua terceira edição.

Embora as teleconsultas estivessem ganhando relevância, sabemos que estas podem não se aplicar para a totalidade dos casos. Você passou por isso?

Além desses adiamentos, um problema potencialmente mais sério também se apresentou no período: doenças preexistentes e seu possível agravamento a partir da infecção pelo novo coronavírus. Quais foram as mais recorrentes?

- O grupo das doenças crônicas do sistema respiratório - fibrose cística, doença pulmonar obstrutiva crônica, pulmões enfraquecidos pelo hábito do tabagismo e asma
- Alergias diversas
- Doenças do coração - insuficiência cardíaca e miocardiopatia isquêmica

Ainda, houve relação direta em condições como hipertensão, a chamada pressão alta e também no aumento de risco para AVC, sobretudo para aqueles com maior predisposição, seja por seguir um estilo de vida pouco saudável ou fatores genéticos (por exemplo, doença vascular do cérebro).

Concluindo, trata-se de uma perigosa via de mão dupla: ao mesmo tempo em que doenças prévias poderiam ser agravadas, as mesmas faziam aumentar a possibilidade de desenvolver a forma mais grave do COVID-19.



Curiosidades que você provavelmente não conhece

Vamos ver alguns fatos inusitados e/ou talvez desconhecidos? Alguns deles trazem um pouco de descontração para um tema bastante sério:

1. As ações de uma grande e conhecida plataforma de videoconferências foram negociadas com alta significativa na bolsa, em um período de pouco mais de 1 mês, no início de 2020. Isto ocorreu à medida que o seu uso explodiu, principalmente por conta de funcionários trabalhando de casa, além de reuniões virtuais entre amigos e família.
2. A pandemia do novo coronavírus foi a sexta das mais significativas enfrentadas pela humanidade. As anteriores: a peste bubônica, também conhecida como peste negra, a varíola (com surtos em diversos momentos ao longo dos séculos), a cólera, por mais de uma vez, a gripe espanhola, no século passado e a gripe suína (H1N1), há pouco mais de uma década e meia.
3. Estudos variados seguem trazendo dados novos sobre o vírus, cujas consequências ainda não foram totalmente compreendidas pela ciência. Um levantamento realizado na Espanha em 2022 constatou relatos de sintomas por pessoas infectadas pelo COVID-19, mesmo após 2 anos. Tanto por aqueles que foram internados (60%), como pelos casos de menor gravidade (67,5%).
4. Ao menos até o início de 2021, alguns países, todos pequenas ilhas ou arquipélagos bastante remotos, não haviam registrado casos da doença. Por exemplo: Tuvalu, Micronésia, Ilhas Cook, Samoa, Tonga, Kiribati, Palau, Niue e Nauru (situados na região do Pacífico), entre outros.

ANS - ajustes em planos de saúde para cobertura da doença Ocorreu alguma mudança determinada pela ANS? Você reparou no rol de procedimentos cobertos pelo seu plano de saúde nos últimos 5 anos? Visando facilitar o diagnóstico e tratamento do COVID-19, houve a inclusão de alguns exames:

- Pesquisa por RT-PCR
- Pesquisa rápida para Influenza A e B e Vírus Sincial Respiratório
- PCR em tempo real para Influenza A e B e Vírus Sincial Respiratório
- Procalcitonina (dosagem)
- Dímero D (dosagem)

Além de todos citados acima, também foi acrescentado o teste rápido para o COVID-19.

COVID-19 ainda é visto como ameaça?

Passados 5 anos, o vírus ainda vitima muitas pessoas; durante o ano de 2024, a OMS contabilizou 3 milhões de casos, com 70 mil óbitos. Podemos perceber que os cuidados já não são os mesmos – o que é natural – embora recomenda-se a vacinação anual entre os idosos e grupos vulneráveis.

Além disso, a comunidade científica deve direcionar esforços para consolidar e tratar os efeitos do chamado covid longo e suas sequelas.

Cuidados nas empresas

Ao transitar pela sua empresa ou locais de trabalho de clientes, você avalia que o vírus já foi esquecido? Quais foram as práticas que permaneceram?

Provavelmente você deve ter apontado o álcool em gel à disposição nas estações ou locais compartilhados e a adoção do regime de trabalho híbrido ou home office total, com interações pessoais pontuais. Algumas empresas podem estar mais atentas a rotinas de limpeza, favorecer a circulação de ar nos ambientes e distanciamento social preventivo, ao acompanhar mais de perto a condição de saúde de cada colaborador.

Ainda, armazenar instrumentos como termômetros e oxímetros, aquele que mede o nível de oxigenação no sangue e ficou bastante popular durante a pandemia, pode ser benéfico para a verificação (e descartar suspeitas) de alguns sintomas ainda no início, esta lição foi aprendida por muitos.

É notório que faltou preparo por parte de todas as autoridades mundiais para lidar com a pandemia, a maior em um século. Por conta disso, não se pode ignorar tudo o que aconteceu, desejando que o episódio seja esquecido. Devemos aprender com os erros, para que haja um melhor planejamento no futuro diante de possíveis eventos semelhantes.

Muitas marcas dolorosas ficaram, mas também alguns aprendizados. Será que o "novo normal", termo adotado durante a pandemia, é algo para nos orgulharmos? Como sabemos, em um determinado momento, houve a impressão de uma desaceleração em nossa realidade. Porém, o tempo passou, o mundo não parou e a vida seguiu.

Quais marcas queremos deixar para o nosso presente e para o futuro?





Corretora
de Seguros
e Benefícios

Acompanhe nossos conteúdos nas redes sociais:



@aiocorretora