

Os sentidos narrativos sobre o isolamento social frente à pandemia do Covid-19

The meanings of the social isolation of the Covid-19 pandemic
in the narrative composition

 Jakelyne Ribeiro de Souza Raposo

 Taccia Thaís de Santana


 Fabiane Mônica da Silva Gonçalves

Resumo: O surto que surgiu na China, no final de 2019, logo resultou na pandemia do Covid-19 devido à alta taxa de transmissibilidade e compeliu todos os países do mundo a tomarem medidas preventivas que minimizassem a proliferação da doença e retardassem a sobrecarga nos sistemas de saúde. Assim, o isolamento social se mostrou como a medida mais eficiente enquanto as pesquisas em busca da vacina seguiam em andamento. Com a grande dificuldade das pessoas em se manterem isoladas, a taxa de infectados continuou a crescer diariamente, por um lado, porque muitos ainda precisavam se deslocar para o trabalho; por outro, solidão, vazio, medo da morte e angústia decorrentes do rompimento temporário das relações chamavam o homem para uma mudança de postura existencial que precisava ser assu-

Jakelyne Ribeiro de Souza Raposo. Graduada do Curso de Bacharelado em Psicologia na Faculdade de Ciências Humanas de Olinda (FACHO), E-mail: jakelyneribeiro9@gmail.com


Taccia Thaís de Santana. Graduada do Curso de Bacharelado em Psicologia na Faculdade de Ciências Humanas de Olinda (FACHO), E-mail: tacciatsantana@gmail.com

Ma. Fabiane Mônica da Silva Gonçalves. Professora Mestra em Psicologia Cognitiva pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). E-mail: fabianemsg@facho.br



mida somente por ele. Diante disso, foi utilizado o método fenomenológico de investigação em psicologia, baseado nos pressupostos fenomenológicos de Husserl, para a investigação do sentido da experiência humana. Com isso, a amostra de dados contou com três participantes, e as constituintes essenciais em comum encontradas foram mudanças, medo do contágio, relações sociais, implicações e resiliência. À vista disso, foi possível compreender, a partir da produção narrativa a qual considera a linguagem/linguística um campo de sentido para transformações substanciais na vida cotidiana, ao longo do curso pandêmico, isto é, na rotina, trabalho, estudos, hábitos, relação com o outro e, sobretudo, consigo mesmo. Evidenciaram-se, por fim, sentimentos adversos como tristeza, angústia, medo, ansiedade, receio e pavor, mas mesmo diante de um período tão difícil, ainda foi possível encontrar vias para desenvolver recursos internos suficientes para superar as situações. **Palavras-chave:** Covid-19; Isolamento social; Sentido narrativo; Fenomenologia-existencial.

Abstract: The outbreak that emerged in China at the end of 2019 resulted in the Covid-19 pandemic due to the high rate of transmissibility and compelled all countries in the world to take preventive measures that would minimize the proliferation of the disease and slow the burden on health systems. Therefore social isolation was shown to be the most efficient measure while research in search of the vaccine continued in progress. With great difficulty of people have to remain isolated, the infected rate continued to grow daily, on the one hand because many still needed move to the work; on the other, loneliness, emptiness, fear of death and anguish arising from the temporary breakup of relationships called man to a change of existential posture that needed to be assumed only by him. Hence, we used the phenomenological method of investigation in psychology based on Husserl's phenomenological presupposition for the investigation of the meaning human's experience. Thus, the data sample had three participants and the essential constituents found in common were changes, fear of contagion, social relations, implications and resilience. For then, it was possible to understand, from narrative production which considers language/linguistics a field of meaning to substantial transformations



in daily life throughout the pandemic course, that is, in routine, work, studies, habits, relationship with the other and, above all, with oneself. It was evidenced, adverse feelings such as sadness, anguish, fear, anxiety, fear and dread, but even in such a difficult period it was still possible to find ways to develop sufficient internal resources to overcome the situations.


Keywords: Covid-19; Social isolation; Narrative sense; Phenomenology-existential.

Introdução

No final de 2019, surgiu um surto de doença infecciosa na China causada por um novo coronavírus, que provocou a chamada Covid-19. Com sua alta capacidade de transmissibilidade, em poucas semanas, o vírus espalhou-se por outros países da Ásia (XIE; CHEN, 2020) e depois pela América do Norte e alguns países da Europa (HOPKINS, 2020).

Com a rápida expansão, a Organização Mundial da Saúde declarou o estado de Pandemia (WHO, 2020a) e o aumento substancial dos casos gerou sobrecarga nas redes de saúde. Enquanto os pesquisadores procuravam por uma solução farmacológica ou vacinas para combater o vírus, foram elaboradas medidas de segurança para conter o contágio e evitar a sobrecarga no sistema de saúde, entre as quais o isolamento social se apresentou como a principal.

Mesmo se mostrando como o método mais eficaz contra a proliferação do vírus, os números de infectados continuavam a crescer diariamente no Brasil, uma vez que parte da população ainda precisava se deslocar para trabalhar e outra simplesmente resistia em aderir ao isolamento. Uma das razões para isso acontecer pode ser que o fato de se isolar significa, sobretudo, romper com um modo de se relacionar com o outro há muito consolidado.



O período de isolamento social traz muitos desdobramentos que necessitam de um olhar voltado para si mesmo e, certamente, reflexões e mudanças de postura existencial. Antes dessas medidas restritivas, as pessoas tinham uma rotina bem estabelecida de ocupações e relacionamentos, de forma que, sem elas, pelo menos de modo presencial, restou apenas o fato de precisar lidar com as inúmeras incertezas que se desdobram cotidianamente com os recursos próprios (MAY, 1991).

Pelo conforto de estar sempre com os outros, de tê-los como espelhos e tendo suas questões sanadas por eles, muitas pessoas acabam por negligenciar a si mesmas, e a suspensão temporária dessas relações pode gerar em seu extremo consequências negativas sobre a saúde mental. Isso ocorre não porque estar sozinho temporariamente seja em si negativo, mas pelo fato de que a solidão pode refletir a falta de investimento prévio em recursos interiores necessários para passar por esse momento (MAY, 1991).

Não seria de se espantar que, para muitos, o período de isolamento seja visto como nada menos que angustiante, marcado pelo sentimento de vazio, angústia, medo da solidão e da morte, porque são exatamente esses elementos que assinalam a necessidade de mudança de postura existencial pelo indivíduo, da dependência da interpelação dos outros para uma autenticidade. A solidão, que *a priori* é condição essencial do ser, se torna então a via possível para refletir sobre questões elementares que há muito haviam sido delegadas, e a angústia se insere abrindo a possibilidade de se voltar para si mesmo (HEIDEGGER, 2012; MAY, 1991).


Nesse sentido, a experiência de período pandêmico e isolamento como experiência vivida possibilitará que as pessoas vão construindo suas próprias redes significativas. Isso é possível pelo fato de a consciência ser uma expressão ativa de liberdade e estar sempre voltada



para algo, isto é, direcionada para o mundo e doando sentido a todos os fenômenos que se mostram a ela (HUSSERL, 2000). Muito embora o mundo, como fenômeno, sempre se mostre ao homem por também estar aberto à consciência somente o faz de forma velada, requerendo certo empenho em seu verdadeiro revelar. Por esse motivo, o método fenomenológico surge como o esforço necessário para desvelar o sentido daquilo que se mostra para chegar à coisa mesma.

Destarte, o problema de pesquisa foi formulado na seguinte questão: qual(is) sentido(s) narrativo(s) as pessoas atribuem ao isolamento social, bem como à pandemia do Covid-19? Por sua vez, o objetivo geral foi investigar o(s) sentido(s) narrativo(s) atribuído(s) à pandemia do Covid-19 e ao isolamento social. Assim, os objetivos específicos foram: descrever a pandemia do Covid-19 no mundo e no Brasil, apresentar as implicações psíquicas do isolamento social na perspectiva fenomenológica-existencial e compreender o sentido atribuído à pandemia do Covid-19.

O sentido construído a partir de uma experiência vivida é sempre algo singular, dada a característica intencional da consciência, muito embora seja uma vivência, de certa forma, coletiva como a da pandemia e do isolamento social. Ainda assim é possível projetar e apreender o sentido dado a essa vivência de mundo através da construção narrativa. Desse modo, Merleau-Ponty (1945) defende que é somente no ato da comunicação que o sentido pode ser desvelado tanto para o ouvinte quanto para o falante, visto que no pensamento não há o reconhecimento de um significado autêntico da experiência; e no ato da expressão, é possível ter acesso a uma compreensão que antes escapava de si. Além disso, durante a narrativa, há um projetar-se para o outro, possibilitando que o sentido transborde para ele em uma apresentação de visão de mundo que é tão singular.



Assim, justifica-se esta pesquisa pelo interesse de compreender o sentido atribuído à pandemia do Covid-19, sendo que os possíveis achados podem servir como base para a elaboração de intervenções clínicas para as pessoas que sofreram com as implicações psicológicas durante a pandemia e o isolamento social.

Diante disso, esta pesquisa utilizou-se da composição de três participantes do sexo feminino, adultas, residentes de Recife ou Região Metropolitana, que aderiram total ou parcialmente ao isolamento social e não faziam acompanhamento psicológico, tampouco uso de substâncias psicotrópicas. Assim, espera-se que os possíveis achados deste estudo possam servir como base para a elaboração de intervenções clínicas para as pessoas que sofreram e ainda sofrem com as implicações psicológicas decorrentes da pandemia e do isolamento social.

Covid-19 no Brasil e no mundo

Em dezembro de 2019, surgiu um surto de doença infecciosa em Wuhan, na China, causado por um novo coronavírus, identificado como Coronavírus 2 da Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS-CoV-2), provocando a doença chamada Covid-19. Com sua alta capacidade de transmissibilidade, em poucas semanas, o vírus espalhou-se por outros países da Ásia (XIE; CHEN, 2020). Em 20 de janeiro de 2020, foi relatado o primeiro caso nos Estados Unidos; e em 24 de janeiro, os primeiros casos foram notificados na Europa (Espanha, França e Itália) (HOPKINS, 2020).

Na América Latina, o primeiro caso da doença foi registrado no Brasil em 26 de fevereiro de 2020 (MACEDO; ORNELLAS; BONFIM, 2020). Devido à rápida expansão entre os continentes em 11 de março




de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) elevou o estado de contaminação a pandemia (WHO, 2020a).

A Secretaria do Estado de Pernambuco (SECRETARIA ESTADUAL DE SAÚDE, 2020) confirmou os primeiros casos de Covid-19 em 12 de março de 2020; e, logo depois, em 14 de março de 2020, o Governo do Estado anunciou, por meio do Decreto nº 48.809/2020, as primeiras medidas para enfrentamento da emergência em saúde pública em decorrência do novo coronavírus (ALEPE LEGIS, 2020a).

Os principais sintomas do paciente com Covid-19 são: febre ($\geq 37,8^{\circ}\text{C}$), tosse, dispneia, mialgia e fadiga, sintomas respiratórios superiores e sintomas gastrointestinais. O quadro clínico pode variar de casos assintomáticos e leves, com sintomas típicos de Síndrome Gripal (SG), até um quadro mais grave, podendo apresentar choque séptico e falência respiratória. Além disso, já existem evidências de que condições clínicas preexistentes podem potencializar as complicações do Covid-19 (BRASIL, 2020).

Essas condições são: gravidez; adultos ≥ 60 anos; crianças < 5 anos; população indígena aldeada ou com dificuldade de acesso; indivíduos menores de 19 anos de idade em uso prolongado de ácido acetilsalicílico (risco de síndrome de Reye); indivíduos que apresentem pneumopatias (incluindo asma); paciente com tuberculose de todas as formas, cardiovascularpatias (incluindo hipertensão arterial sistêmica, nefropatias, hepatopatias, doenças hematológicas, distúrbios metabólicos, transtornos neurológicos e do desenvolvimento) que podem comprometer a função respiratória ou aumentar o risco de aspiração, imunossupressão associada a medicamentos (corticoide, quimioterápicos, inibidores de TNF- α), neoplasias, HIV/Aids, obesidade e outros (BRASIL, 2020).

A principal forma de transmissão do SARS-CoV-2 ocorre principalmente por falta de higienização das mãos e através do contato com




gotículas respiratórias de pessoas sintomáticas. Além disso, ainda não há estudos conclusivos sobre a transmissão por indivíduos assintomáticos (BRASIL, 2020). Em contrapartida, a OMS (WHO, 2020b) assegura a existência de transmissão por casos assintomáticos, porém ainda não é possível quantificar a porcentagem dessa transmissão.

Considerando a facilidade de transmissibilidade, o número de casos aumentou exponencialmente em todos os continentes, causando uma sobrecarga em toda a rede de saúde. Diante disso, o mundo precisou recorrer a medidas de saúde pública, como intervenções não farmacológicas de alcance individual, ambiental e comunitário com estratégias de higiene pessoal, etiqueta respiratória e distanciamento social, para impedir a propagação da doença (GARCIA; DUARTE, 2020).

No Brasil, o distanciamento social foi adotado de forma descentralizada entre estados e municípios. Embora a maioria tenha estabelecido restrições de funcionamento de serviços essenciais, cada estado e prefeitura teve autonomia para impor os tipos de atividades suspensas. Nesse sentido, o estado de Pernambuco tem adotado medidas mais rígidas, desde o início da pandemia, em todo o seu território (MORAES, 2020).

Diante do crescente número de infectados, por meio do Decreto nº 49.017/2020 (ALEPE LEGIS, 2020b), o estado de Pernambuco estabeleceu ações mais restritivas nas cinco cidades com mais casos de Covid-19 durante o período de 16 a 31 de maio de 2020. Nestas cidades, foi instituída a obrigatoriedade do uso de máscaras, o controle de circulação de veículos e de pessoas, novas regras de funcionamento dos serviços essenciais e regras para a fiscalização do cumprimento do decreto.

O distanciamento social, até o momento, é a medida mais eficaz no combate à pandemia do Covid-19, ainda que traga grandes prejuízos à economia dos países. As principais restrições impostas pelos estados e municípios envolvem o fechamento de serviços não essenciais



e, segundo Brandão (2020), levam à diminuição do consumo, seguida por menos lucros, resultando em desemprego e falência de empresas. Assim, no Brasil, o prejuízo torna-se maior, considerando que, nos últimos anos, houve aumento no número de desempregados e trabalhadores informais.

Portanto, o Covid-19 e suas características epidemiológicas se configuram como um desafio para todos os países, inclusive os desenvolvidos. No Brasil, o contexto atual potencializa ainda mais os problemas já existentes de ordem social e econômica, gerando um cenário de grandes incertezas.

Diante disso, a população brasileira encontra-se imersa em diversas contingências que implicam significativamente o seu cotidiano. Nesse caso, o isolamento social caracteriza-se como um outro desafio, pois, segundo Saldiva (2020), no mês de maio houve uma baixa adesão ao isolamento devido à vulnerabilidade social dos setores desfavorecidos das grandes cidades.

Isolamento social e fenomenológica-existencial

O isolamento social, que se apresentou como principal medida para evitar a propagação em massa e sobrecarregar o sistema de saúde durante a pandemia do Covid-19, não foi aderido sem nenhuma dificuldade, pois, além do impacto do fator empregabilidade, o fato de se isolar significaria, sobretudo, romper repentinamente com um modo de se relacionar com outros há muito consolidado.

Antes de esse fenômeno surgir, as pessoas mantinham uma rotina bem estabelecida: estudavam, construíam uma carreira, exercitavam-se, reforçavam vínculos afetivos com amigos e parceiros, festejavam, iam e vinham sem se preocupar, sempre focando no futuro, fosse ele




o dia seguinte, no qual a rotina se repetiria outra vez; ou o projeto de uma vida a longo prazo.

Com a pandemia, no entanto, foi preciso lidar com um leque de situações distintas: a rotina precisou de mudanças, as trocas realizadas nas relações com os outros ficaram restritas ao mundo tecnológico, o cotidiano foi tomado de notícias de pessoas perdendo emprego, adoecendo, morrendo... e, de repente, o futuro antes idealizado começou a se fazer diariamente, visto que *a priori* surgia apenas como algo incerto. Assim, o que restou foi viver dia após dia sem previsão de quando o isolamento social teria um fim, precisando cotidianamente lidar com questionamentos iminentes sobre a morte e sabendo que a vida após pandemia jamais seria a mesma de antes.

Não é à toa que, para além da surpresa, o período de isolamento social traz muitos desdobramentos que necessitam de um olhar voltado para si mesmo com, certamente, reflexões e mudanças de postura existencial. Destarte, na analítica existencial heideggeriana, o *Dasein* toma um papel central para a investigação do sentido do ser. O *Dasein* é o ser do homem, o ser-aí, aquele ente privilegiado que se questiona pelo sentido do ser e cuja definição o afastaria do campo ontológico (HEIDEGGER, 2012).

Dessa forma, enquanto os entes são, o *Dasein* ou ser-aí existe e não pode ser definido enquanto viver, pois não é como os outros entes, coisas simplesmente dadas, fechadas, definidas. O ser-aí nada mais é que sua própria existência, um projeto de si, sempre antecipando a si mesmo e aberto às possibilidades de ser (HEIDEGGER, 2012).

Quando o ser-aí é lançado no mundo, torna-se um ser-no-mundo e é através da relação com este que vai o constituindo e sendo constituído por ele. O mundo não é uma coisa simplesmente dada e precisa ser compreendido em seu sentido ontológico, pois não é um espaço físico, mas




a situação de cada ser-aí. Como tal, o mundo existe na medida em que o homem pode transformá-lo, assim como o homem somente existe em dependência desse mundo, o que indica a inter-relação entre os dois. Assim, é o mundo que situa o ser-aí no contexto situacional social-político-cultural concreto e o transforma em um ser-com (HEIDEGGER, 2012).

Sendo um ser-com, o *Dasein* não se relaciona somente com o mundo, mas também com os outros *Dasein* e entes que estão nele, tornando-se necessariamente um ser-com-os-outros. Como não é nada além da própria existência, o homem tem o dever de fazer a si mesmo o tempo todo e o faz por meio de sua relação com o mundo, com os outros e as coisas. Todavia, enquanto vive, a abertura e as possibilidades de ser estão sempre em constante rearticulação no curso de seu devir, impedindo-o de se totalizar de fato no curso de seu devir. Enquanto ser-para-a-morte, é somente nela que o *Dasein* pode se esvaír de suas possibilidades e se totalizar (HEIDEGGER, 2012).

Se, por um lado, o homem não pode se desprender de sua condição ontológica de ser-no-mundo-com-os-outros, também não pode sê-lo sem preservar sua singularidade, embora muitos tentem fazê-lo. Esse tipo de conduta coletiva, ainda muito presente na contemporaneidade, foi fortemente criticada por Kierkegaard (1986) ainda no século XIX, depois por Nietzsche (2011) e se tornou um alvo clássico para os existencialistas, que condenam a delegação da responsabilidade de si e o aprisionamento do ser que caminha para uma dissolução no coletivo, seja nas instituições ou nos outros.

Assim, interpelado em seu ser-com-os-outros, o homem tende a cair no impessoal, abrindo mão de tudo o que lhe é mais próprio para se misturar aos outros na vida cotidiana. Heidegger (2012) denomina esse modo de ser inautêntico como queda, uma vez que dissolve tudo o que é mais próprio, inclusive a consciência, no coletivo.



Pelo conforto de estar com os outros, de tê-los como espelhos e tendo suas questões sanadas por eles, o homem acaba pagando um preço demasiado alto: sua própria essência. Tudo que é singular, mais próprio e profundo acaba por ser dissolvido na multidão, tal como os ingredientes em uma massa de bolo.

A massificação coletiva acentua cada vez mais a relação de dependência entre os indivíduos, extraíndo a liberdade pessoal, inibindo as escolhas e velando a compreensão de si, de tal modo que, se a relação for bruscamente interrompida por algum motivo externo, eles tendem a se deparar com um turbilhão de incertezas quanto a sua própria existência (MAY, 1991).

Um exemplo disso é o próprio isolamento social, necessário durante a pandemia do Covid-19, durante o qual as pessoas precisaram repentina e provisoriamente mudar suas rotinas e interromper os contatos sociais para o bem individual, familiar e coletivo. Mas, mesmo que o objetivo fosse a preservação da saúde e da vida, não significa que a dificuldade de se manter isolado não esteve presente.

Mesmo que o isolamento social tenha surgido como uma medida de prevenção necessária para tentar evitar a sobrecarga dos sistemas de saúde, bem como a proliferação do vírus, em vez de ser vista como uma ação positiva, acabou por se transformar também em uma problemática, porque, afinal, a questão central não é somente o risco lá fora, mas o terror individual de se perceber sozinho pela primeira vez.

Nesse sentido e não sem razão, os impactos da suspensão temporária das relações pessoais se revelam ainda mais intensas no campo existencial e, em seu extremo, podem gerar consequências negativas sobre a saúde mental do indivíduo. Com efeito, o sentimento de solidão por si só não seria capaz de causar tamanha desorganização, visto que em si é ontológica do ser e revela seu caráter inseparável da con-

dição humana. Então por qual motivo se isolar seria capaz de causar tamanha desorganização?

Para compreender como esse fenômeno se estabelece, é necessário antes refletir sobre um ponto essencial: como alguém que foi por tanto tempo atravessado pelos outros e, repentinamente, se encontra diante de um rompimento brusco de contato pode conhecer verdadeiramente a si mesmo ou contar com recursos próprios para lidar com a situação, sendo que não os desenvolveu de antemão?

Não seria de se espantar que, para muitos, o período de isolamento seja visto como nada menos que angustiante, marcado pelo sentimento de vazio, pelo medo da solidão e da morte, porque são exatamente esses elementos que assinalam a necessidade de mudança de postura existencial pelo indivíduo. Essa solidão, que *a priori* é condição essencial do ser, se torna então a via possível para refletir sobre questões elementares que há muito foram delegadas e possibilita a inserção da angústia existencial, responsável por colocar as pessoas diante de seu ser mais próprio (HEIDEGGER, 2012; MAY, 1991).

Nesse sentido, May (1991) defende que as mudanças constantes na sociedade, somadas à crise de valores e à queda de padrões espirituais, levaram o homem a se deparar com a solidão e a ansiedade, que em níveis alarmantes se transforma em ansiedade neurótica, de modo que antes é necessário superar a si mesmo, fazendo um investindo na vida interior para superar os limites da situação.

Se, por um lado, é através da relação com os outros que o homem adquire sua autoconsciência, podendo então se orientar diante da vida; por outro, experimentar a sensação de isolamento aponta para o sentimento de vazio e medo de não conseguir se orientar sem os outros, por isso surge a necessidade constante de se sentir pertencente à multidão. Todavia, ao ser interpelado pelos demais, dificilmente se inclinará a


fazer um investimento na vida interior e desenvolverá recursos psicológicos suficientes para lidar com a solidão a longo prazo (MAY, 1991).

Todo ser humano adquire grande parte do senso de sua própria realidade pelo que os outros dizem e pensam a seu respeito. Mas quem foi longe demais nessa dependência alheia acabou temendo que, se ela faltasse, perderia o senso de sua própria existência, ficaria “disperso”, como água escorrendo na areia. Muita gente vive assim, Tateando como cego, tocando uma sucessão de pessoas (MAY, 1991, p. 28).

Em outras palavras, em uma condição natural, espera-se que, ao nascer, o ser vá adquirindo o senso de sua realidade a partir da relação com seus semelhantes, o que o prepara para um desenvolvimento saudável de seus recursos interiores. Contudo, a não superação desse tipo de relacionamento impede que a pessoa se desenvolva de forma adequada e permaneça em um movimento de dependência contínua.

Em consequência dessa dependência, seguir sem orientação externa significa contar com recursos próprios, cujo desenvolvimento anterior não foi realizado plenamente. Logo a solidão se torna ameaçadora, pois aponta para um vazio e amedronta por colocá-lo pela primeira vez com o que lhe é mais próprio e há muito esquecido.

Em tempos comuns, não é tarefa difícil manter a sensação de solidão e vazio distante. Imerso na vida cotidiana e misturado no coletivo, o homem é preenchido de forma ilusória e temporária, levando-o a negligenciar o desenvolvimento de uma singularidade (MAY, 1991). Entretanto, no período de uma pandemia em que o isolamento social se mostra como a medida mais eficaz de prevenção, a sensação tende a se instaurar e ganhar força, fazendo com que aqueles que não investiram em recursos próprios a concebam como uma ameaça a si mesmos.



Quando a pessoa está cercada de cordialidade, imersa no grupo, é reabsorvida, como se voltasse ao ventre materno, em simbologia analítica. Temporariamente esquece a solidão, embora ao preço da renúncia à sua existência como personalidade independente. Perde assim a única coisa que a ajudaria positivamente a vencer a solidão a longo prazo, isto é, o desenvolvimento de seus recursos interiores, da força e do senso de direção, para usá-los como base de um relacionamento significativo com os outros seres humanos (MAY, 1991, p. 29).

Com isso, nota-se que, na vida cotidiana, é oferecida uma série de mecanismos para afastar a solidão. Ao ser imerso no grupo, a pessoa segue como pertencente unicamente a ele, focando em tudo que é externo e negligenciando o próprio desenvolvimento interior. O próprio fato de estar sozinho é apontado pelos outros como uma coisa terrível e assim vai sendo experimentada pela pessoa. Assim, não é possível desenvolver os recursos necessários para enfrentá-la a longo prazo, como foi necessário no caso da pandemia do Covid-19.

Em continuidade, outra característica muito frequente nesse contexto pandêmico é o constante medo da morte, visto que diariamente os meios de comunicação atualizam os números de vítimas. Com isso, fica cada vez mais visível que se deparar com a morte de semelhantes pode despertar profundos sentimentos no homem, desde o pesar pela partida do outro até o terror da própria finitude.

De antemão, é importante refletir que essa morte do outro nunca é a sua própria, pois esta é a última situação-limite do *Dasein*, a mais própria e irrepitível e da qual não pode escapar, portanto precisa ser assumida existencialmente por ele (HEIDEGGER, 2012). Diante de uma vivência coletiva, na qual a pessoa é absorvida e dissolvida pelo

coletivo, o estado-de-ânimo da angústia tende a apelar para fazer com que a pessoa retorne à sua vida singular.

Nesse sentido, a angústia persegue o homem em seu ser-para-morte e ele tem duas opções de escolha. Por um lado, ao tentar escapar da angústia, o homem acaba por aprisionar a si mesmo, caindo na decadência existencial, perdendo-se nos outros e sendo atormentado por todos os tipos de ansiedade neurótica, incluindo o próprio medo desmedido da morte. Por outro, caso assuma sua finitude, a angústia o suspende junto ao nada, permitindo a compreensão originária de si, separando-o dos demais, colocando-o diante de seu ser mais próprio, aberto às possibilidades e responsável pelo próprio devir (HEIDEGGER, 2012).

Destarte, o isolamento social causado pela pandemia traz muitas questões que chamam o homem para uma reflexão sobre si e para uma mudança de postura existencial. Ao se deparar diante de si mesmo e distante dos outros, pode se encontrar atormentado por ansiedades neuróticas das quais somente poderá escapar superando a si mesmo. Logo, tem o dever de refletir sobre si mesmo, investir na vida interior e no desenvolvimento de recursos próprios, voltar a apropriar-se da responsabilidade de fazer a si mesmo e assumir a angústia de seu ser-para-morte como possibilidade de vida.

Compreensão fenomenológica do sentido

A partir da experiência vivida, o homem pode construir redes de significações e não seria diferente no caso da vivência da pandemia do Covid-19 e do período de isolamento social, visto que é sempre um ser dotado de consciência. O entendimento da consciência, de suas características, possibilidades de atuação e ligação com as redes de sentido

é um assunto bastante recorrente na fenomenologia, iniciada por Husserl e seguida por outros pensadores ao longo do tempo.

Husserl iniciou seu percurso na construção da filosofia como uma ciência universal a partir da crítica ao objetivismo do modelo tradicional científico, que reduzia a realidade ao que poderia ser captado pela via dos sentidos (PENHA, 2001). De tal modo, era confundida a causa exterior de um fenômeno com sua natureza própria, e os objetos eram concebidos como meramente físicos, bem como era separada a relação sujeito-objeto no processo de construção do conhecimento.

A partir do movimento interno da ciência vigente, sobretudo física e matemática, o objetivismo extremado começou a ser questionado, bem como a intervenção humana dentro do processo científico. Nesse momento transitório da ciência, de um extremo objetivismo para a necessidade de reflexões quanto à relação sujeito-objeto, a fenomenologia se constituiu e começou a ganhar espaço (PENHA, 2001).

Para tal, foi retomada a questão da consciência como fundamento essencial para se alcançar o verdadeiro conhecimento. Através da concepção de intencionalidade, é recuperado o caráter interligado entre ser, objeto, mundo e pensamento, que há muito havia sido separado pela ciência e comprometia a compreensão real do fenômeno estudado (HUSSERL, 1973).

Através da fenomenologia, Husserl propõe se voltar para o estudo da essência das coisas, também denominadas fenômenos, que se manifestam à consciência e precisam ser explorados a partir da descrição da experiência tal como é. Assim, destaca-se essa intencionalidade como característica própria da consciência e é através dela que um fenômeno se constitui de forma pura (HUSSERL, 1973).

A consciência é uma expressão ativa de liberdade, por isso não recebe simplesmente informações sem nenhum esforço, antes está sempre




voltada para algo. Durante todas as experiências da vida, a consciência está sempre voltada para além de si mesma, de modo a doar sentido a todas as coisas. Dessa maneira, consciência é sempre consciência de algo, uma vez que é intencionalidade. Isso significa que, enquanto aberta ao mundo, é caracterizada naturalmente pelos atos de visar, também denominados *noesis*, os quais permitem que o sujeito sempre se volte para o objeto, chamado *noema* (HUSSERL, 2000).

Se, por um lado, a consciência é sempre consciência de algo, isto é, está sempre visando ao objeto; por outro, o objeto em si nunca é puramente físico, mas enquanto objeto é sempre o algo que está aberto para a consciência. Assim, não há como conceber consciência sem objeto, tampouco objeto sem consciência; e é nessa relação interdependente *noesis-noema*, consciência-objeto, que se constitui o campo investigativo fenomenológico (HUSSERL, 2000).

Esse caráter sugere a interligação de ser e mundo e a superação do modelo cartesiano. O mundo está aberto à consciência tanto quanto a consciência se mostra aberta e direcionada ao mundo, possibilitando as construções de significações aos fenômenos que se apresentam a ela. Entretanto, o mundo como o fenômeno que sempre se mostra ao homem somente o faz de forma velada. É necessário antes um esforço para desvelar o sentido daquilo que se mostra para alcançar a coisa mesma.

Nesse caminho, Husserl (1973, 2000) estabelece o método para desvelar o sentido daquilo que mostra à consciência e alcançar sua compreensão pura, declarando de antemão que é necessário eliminar todo tipo de interpretação que os conceitos previamente construídos impõem. Para isso, ele propõe a redução fenomenológica, que se refere à suspensão temporária de todos os pressupostos, teorias e ademais julgamentos voltados para o mundo exterior, garantindo, assim, o contato com o fenômeno puro.



Por isso, de começo não se distingue. O primeiro grau de clareza é, pois, este: o imanente ingrediente, ou o que aqui significa o mesmo, o adequadamente dado em si mesmo é inquestionável, e que me é permitido utilizar. O transcendente (o não inclusivamente imanente) não me é lícito utilizá-lo, por isso, tenho de levar a cabo uma redução fenomenológica, uma exclusão de todas as posições transcendentais. (HUSSERL, 1973, p. 24).

Em outras palavras, na perspectiva da fenomenologia, é trabalhada a descrição do fenômeno puro, em vez de se voltar para um movimento de interpretação. Por isso, a redução fenomenológica é essencial, uma vez que a consciência é intencional e tende a atribuir sentidos preconcebidos sobre as experiências vividas. Por outro lado, com a redução fenomenológica, nada é negado ou afirmado, de modo que a consciência consegue captar, finalmente, o fenômeno em sua pureza.

Nessa perspectiva, mesmo que o fenômeno da pandemia do Covid-19 e o isolamento social sejam uma vivência, de certa forma, coletiva, a forma pela qual se manifestaram à consciência de cada um é algo singular, atravessado pela experiência pessoal e cujo sentido precisa ser desvelado individualmente. Portanto, diante de todo o exposto, fica nítido o caráter singular de cada vivência experimentada como um fenômeno, de tal modo que nunca se pode reproduzi-lo.

Fenomenologia-existencial e composição da narrativa

A ferramenta que possibilita se ter acesso a algo tão pessoal quanto o sentido de uma experiência singular é a linguagem. Como um ser-com, o homem ao ser lançado no mundo precisa se relacionar com os outros para se constituir a si próprio e é a disposição afetiva e a




comunicativa que permitirão o estabelecimento dessa inter-relação e a compreensão originária de si mesmo.

Nesse sentido, a narrativa é uma construção comunicativa que expõe os acontecimentos, fatos e sentimentos entrelaçados em um espaço-temporal específico da trajetória do ser-aí. Assim, o fazer psicológico se constitui também no campo linguístico, o qual considera a linguagem uma criação de sentido, encarnação de significado. Nesta direção, entende-se que há uma dialética existente entre discurso e experiência, posto que “assim como a experiência produz o discurso, este também produz a experiência” (GONÇALVES, 2013, p. 9), permitindo ao ser-aí desvelar determinada vivência ao relatá-la ao outro. Além disso, a partir do encontro, o falante introduz o ouvinte em sua história, faz deste outro externo participante, tanto quanto ele próprio, da vivência e também projeta para ele o sentido atribuído.

De acordo com Heidegger (2012), isso é possível devido ao fato de o discurso ser uma articulação significativa da compreensibilidade do ser-no-mundo do qual pertence o *Dasein*. A partir do encontro, o sujeito falante pode reviver, organizar e significar a experiência vivida durante a construção narrativa, além de ter acesso a uma compreensão originária de e para si na medida em que projeta essa vivência singular de mundo para o ouvinte.

Segundo Gendlin (1973, p. 263), “o sentimento parece chamar pela palavra. Se alguém tem o sentimento, então a palavra vem. A relação entre palavras e experiência aparece aqui como uma relação direta - a palavra diz a experiência, a experiência chama pela palavra”. Nesse sentido, é a fala que permite com que seja externalizada uma experiência interna, de modo que ambas se apresentam em seu caráter interligado. Destarte, o discurso expõe a situação, isto é, o contexto no qual pertence o ser-aí e, portanto, essa inter-relação entre palavra e experi-




ência transforma a linguagem na ferramenta primordial para explorar as experiências individuais alheias, isto é, as vivências singulares do ser-aí do outro enquanto ser-no-mundo.

Diante do exposto, tentando superar a compreensão tradicional linguística e promover uma teoria geral da linguagem do século XX, a qual a reduzia a uma mera operação cognitiva esvaziada de sentido, Merleau-Ponty formula sua fenomenologia da linguagem inspirado principalmente nas ideias de Husserl. Para isso, resgata a noção de intencionalidade (HUSSERL, 1973), a qual diz respeito à propriedade essencial da consciência de visar sempre a algo, de modo a doar sentido a toda vivência consciente.

Nesse seguimento, tal ideia é utilizada para defender que a linguagem possui um caráter próprio de visar os objetos, visto que ela é, acima de tudo, intencional. Desse modo, o sujeito falante tem a possibilidade de focalizar certo objeto através da palavra, embora se destaque que esta não se restringe a uma exteriorização do mundo interior, uma mera expressão de conhecimentos ou um simples meio de comunicação que compõe uma sequência específica com um significado prévio dentro de um discurso. Antes de mais nada, a função da fala é uma disposição para exhibir o próprio ser do falante em seu processo contínuo de relação com o mundo, obtendo para si próprio a formação de um sentido (MERLEAU-PONTY, 1945).

Nesse processo, destaca-se, ainda, que o sentido da linguagem não é previamente definido e é essa característica de vazio *a priori* que possibilita a união da intenção com a palavra no ato exato da comunicação. A partir de então, intenção e palavra dão forma uma a outra e possibilitam a imersão do sentido, como Merleau-Ponty defende (1964, p. 85):



A intenção de significar não se acha fora das palavras ou ao lado delas, senão que ao falar cumpro constantemente uma fusão interior da intenção com a palavra. A intenção, por assim dizer, anima as palavras e, como resultado desta animação, as palavras e toda linguagem encarnam uma intenção; e, uma vez encarnada, a conduzem em si mesmas como sentido.

Dessa forma, é no ato mesmo da comunicação que o sentido surge, de modo que o falante tem o contato pela primeira vez com uma compreensão que antes escapava de si próprio. Isso somente é possível graças à integração entre pensamento e linguagem, que garante que não haja um reconhecimento anterior de um significado autêntico no pensamento, fazendo com que este somente surja no ato da fala (MERLEAU-PONTY, 1945). Aqui, diferentemente da compreensão tradicional da linguagem, pensamento e linguagem não são dissociados, de modo a não mais se conceber esta como mera disposição daquela.

[...] por que o sujeito pensante, ele próprio, revela-se numa espécie de ignorância de seus pensamentos enquanto eles não são formulados para si ou mesmo pronunciados e escritos, como o demonstra o exemplo de tantos escritores que começam um livro sem saber exatamente como ele se concluirá. Um pensamento que se contente em existir para si mesmo, fora de sua expressão verbal e da comunicação, tão logo se revelasse, cairia no inconsciente, o que significa dizer que ele não existiria nem para o seu próprio autor (MERLEAU-PONTY, 1945, p. 206).

De outro modo, a fenomenologia supõe uma superação da noção de sujeito pensante em direção ao sujeito falante, uma vez que é somente a partir da fala que o homem pode doar sentidos para suas vivências. Assim, a fenomenologia da linguagem abre caminho para o desvelar

dos sentidos e significados originários de mundo por meio da construção narrativa.


Ao se comunicar, o ser não tem apenas uma compreensão originária de si e das coisas como também se projeta para o outro, expondo uma perspectiva de mundo que lhe é própria. Além disso, uma vez que “toda linguagem em suma se ensina ela mesma e impõe seu sentido no espírito do ouvinte” (MERLEAU-PONTY, 1945, p. 208-9), no ato da comunicação, o ouvinte também pode apreender o sentido do discurso projetado e, com isso, ter acesso a uma visão experiencial que é pertencente à forma de ser-no-mundo do outro.

Método

Este estudo se baseou na pesquisa exploratória e nele foi aplicado o método fenomenológico de investigação em psicologia, visto que se alinhava com o objetivo de investigar o sentido atribuído ao fenômeno estudado. Este método busca averiguar fenômenos individuais e não os indivíduos, com isso o investigador estuda como um determinado fenômeno se manifesta em diferentes indivíduos e verifica a variabilidade com que cada um se apresenta nas descrições para alcançar uma estrutura de significado psicológico (GIORGI; SOUZA, 2010).

Para tal, a pesquisa utilizou a estratégia de triangulação metodológica, que se refere ao uso de mais de uma técnica para a obtenção de dados mais completos e detalhados dos casos, a fim de melhor compreender a realidade do fenômeno em estudo (DENZIN, 1978). Nesse sentido, foram utilizados o questionário, a observação espontânea e a entrevista fenomenológica.

Inicialmente, foi aplicado o questionário, que consiste em uma série de perguntas com respostas abertas, fechadas e/ou de múltiplas



escolhas, que devem ser objetivas, limitadas em extensão e conter instruções que facilitem o preenchimento (SILVA; MENEZES, 2005). Para isso, foi utilizada como instrumento a plataforma Google Formulários®. Nesta pesquisa, este recurso foi usado para a seleção dos participantes e conteve perguntas sociodemográficas (nome, idade, sexo, estado civil, naturalidade, cidade, escolaridade, profissão e renda familiar) e questões pertinentes aos critérios de participação no estudo, especificamente: ser residente de Recife ou Região Metropolitana, ter aderido parcial ou completamente ao isolamento social, não ter feito acompanhamento psicoterápico no período pandêmico ou usado substâncias ou medicamentos psicotrópicos.

Após a seleção dos participantes, foram realizadas as entrevistas fenomenológicas de forma individual, através de videochamadas pela plataforma Google Meet®, que foram gravadas para análise posterior. Segundo Giorgi e Sousa (2010), o objetivo da entrevista fenomenológica é obter uma descrição tão completa quanto possível da experiência vivida dos participantes sobre o fenômeno estudado e, para tal, permite a construção de um espaço inter-relacional entre os envolvidos da pesquisa que possibilita a construção dialética do conhecimento.

A entrevista fenomenológica teve início a partir de uma questão disparadora relacionada ao objetivo da pesquisa, e as perguntas seguintes seguiram o curso das descrições realizadas pelos participantes (RANIERI; BARREIRA, 2012; GIORGI; SOUSA, 2010). Destarte, essa entrevista iniciou a partir da seguinte questão disparadora: pode nos descrever, da forma mais detalhada possível, como foi passar pela pandemia e pelo isolamento social?

Como posto, as formulações realizadas após a questão disparadora solicitaram aos participantes a retomada à experiência e a construção dos sentidos a partir da construção narrativa. Por isso, é imprescindível



dível o uso da redução psicológica-fenomenológica, isto é, o esforço para não negar ou afirmar nada além do próprio sentido exposto pelos entrevistados sobre a experiência vivida (GIORGI; SOUSA, 2010).

No decorrer de todas as etapas do estudo, foi utilizada a técnica de observação simples, que permitiu observar de maneira espontânea os fatos que ocorriam no grupo estudado, sendo útil tanto para facilitar o conhecimento de situações que permeiam a pesquisa quanto para estudar as condutas dos participantes na vida social (GIL, 2008).

Esse tipo de observação representou um aspecto primordial da conduta das pesquisadoras durante a entrevista fenomenológica, visto que elas precisaram ser, sobretudo, empáticas com o relato do outro e estar atentas tanto ao que era dito quanto ao como era dito, isto é, aos conteúdos corporais e emocionais manifestos durante o encontro (GIORGI; SOUSA, 2010). Por isso, durante os encontros, tanto as câmeras das pesquisadoras quanto as das participantes estavam abertas para que o comportamento destas pudesse ser observado integralmente.

Quanto ao procedimento para a produção de dados, após a aprovação da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), o estudo foi divulgado nas redes sociais, informando os objetivos da pesquisa, as instruções e o acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para aqueles que desejassem participar do estudo. Por conseguinte, os participantes que se encaixaram nos critérios de pesquisa foram contatados através do e-mail e as entrevistas ocorreram nas datas acordadas, durante o mês de novembro de 2020, de forma on-line na plataforma do Google Meet®.

Nesse sentido, as entrevistas foram transcritas na íntegra e analisadas conforme o protocolo predefinido do método fenomenológico em psicologia, proposto por Giorgi e Sousa (2010), nas seguintes etapas: estabelecimento do sentido todo, divisão das unidades de significados, transfor-

mação das unidades de significado em expressões de caráter psicológico e determinação da estrutura geral de significados psicológicos.

Após a realização das entrevistas, foram transcritas na íntegra as descrições obtidas e analisadas a partir do protocolo predefinido do método fenomenológico em psicologia, seguindo os quatro passos seguintes (GIORGI; SOUZA, 2010). Nesse sentido, a princípio, foi buscado o sentido global de cada experiência descrita pelos sujeitos da pesquisa. Para isso, foi necessário realizar uma leitura vagarosa e manter a redução fenomenológica-psicológica para evitar suposições e possíveis interpretações do que foi relatado. Após a leitura detalhada, seguiu-se para a fase da identificação e divisão das unidades de significado.

Por sua vez, a segunda etapa consistiu em uma releitura das transcrições com o objetivo de dividir o todo de cada relato em partes menores, as quais são denominadas de unidades de significação. A divisão foi realizada para facilitar a análise fenomenológica e assim garantir o seu aprofundamento. Objetivando identificar os aspectos psicológicos da descrição, definiu-se cada parte utilizando a transição do discurso. Portanto, nesta fase, foi dividida a descrição em partes que fossem psicologicamente relevantes em relação aos sentidos atribuídos à pandemia do Covid-19.

Destaca-se que, durante esse processo, foram preservadas todas as descrições na íntegra, ou seja, de forma prática, foi mantida a redução fenomenológica-psicológica, mas desta vez teve como base os aspectos psicológicos da temática para que, a partir do momento que surgisse uma transição do discurso, esta fosse demarcada como uma unidade psicologicamente relevante para o tema estudado.

Após determinar as unidades de significados das três descrições, o terceiro passo foi fundamental na análise, uma vez que visava intuir os aspectos psicológicos de cada unidade de significação. Para isso, era



imprescindível considerar que a descrição de cada participante estava imersa na linguagem do senso comum e nas suas vivências pessoais, portanto, nesta etapa, foi utilizada a redução eidética e a variação livre imaginativa no intuito de retirar elementos particulares que não eram essenciais para elucidar os significados psicológicos.


Segundo Castro e Gomes (2011), a redução eidética proporciona que os fenômenos ofertados à consciência sejam reduzidos a sua essência; em outras palavras, serve para separar tudo aquilo que seja circunstancial do que seja imprescindível para a essência do fenômeno.

Para tal, também foi utilizada a variação livre imaginativa, que consiste em uma técnica que visa evidenciar possíveis variações de determinado fenômeno com o objetivo de descobrir os limites dos elementos essenciais (CASTRO; GOMES, 2011). Em outras palavras, serviu para retirar totalmente alguns componentes ou buscar substituí-los por outros, no passo em que se verificou se esse movimento alterava ou não a essência do fenômeno estudado.

Nesta etapa, o objetivo foi captar o fenômeno tal como ele é descrito, eliminar a possibilidade de compreender o curso das descrições como algo decorrente das experiências pessoais do participante para conseguir focar no significado psicológico, a partir do sentido atribuído ao fenômeno do Covid-19.

Ademais, por se tratar de um método descritivo, não foi utilizada uma linguagem específica de alguma linha teórica da psicologia, visto que a intenção era transformar a linguagem do senso comum em uma linguagem psicológica. Vale ressaltar ainda que não foram feitas reformulações ou substituições do que o indivíduo descreveu.

Em continuidade, no último passo, ainda foi utilizada a variação livre imaginativa para transformar as unidades de significados em uma estrutura descritiva geral, de modo que essa transformação resultou



nas constituintes essenciais da experiência, as quais foram relacionadas com as unidades de significados para alcançar maior compreensão psicológica do tema do estudo. Todos os passos do método evoluíram no aprofundamento para determinar a estrutura geral, cabendo às pesquisadoras considerar todos os dados a fim de unir todas as partes e construir o todo, com o objetivo de alcançar a síntese das unidades de significado psicológico.

Após esse passo, foi feita a análise e discussão dos resultados seguindo as recomendações de Giorgi e Souza (2010), os quais ressaltam que, após o quarto passo do método, a investigação pode deixar de ser descritiva, ficando a critério do investigador a forma como vai relacionar os resultados e refletir sobre eles. Ainda de acordo com os autores, ao elaborar os dados, foi possível evidenciar os constituintes essenciais individualmente e as relações empíricas encontradas entre cada uma, bem como foi realizado um diálogo com a literatura, verificando se estavam de acordo com as teorias existentes.

Por fim, os dados foram resumidos para apresentar à comunidade científica de forma clara e objetiva. Neste caso, foram apresentados a estrutura descritiva geral de significado dos três participantes, e os aspectos comuns em seus relatos, assim como expostas e explicadas as constituintes essenciais em comum entre eles. Por fim, foi exposta a análise das constituintes essenciais e as suas relações empíricas, mostrando como cada parte formou a estrutura geral de significados psicológicos. Desse modo, foi possível compreender os sentidos atribuídos ao isolamento social e à pandemia do Covid-19.



Resultado e Discussão

Para resguardar a identidade das participantes, novos nomes foram atribuídos aos relatos como homenagem às profissionais de linha de frente que receberam as primeiras doses de vacina contra o Covid-19 no Brasil, no estado de Pernambuco e no município de Olinda (Governo do Estado de SP, 2021; Secretaria Municipal de Saúde Pernambuco, 2021; Prefeitura Municipal de Olinda, 2021).

Tabela 1 - Quadro de apresentação das participantes

Nome fictício	Idade	Estado Civil	Profissão	Escolaridade	Renda familiar
Mônica	22	Solteira	Estudante	Superior incompleto	De 1 a 2 salários-mínimos
Perpétua	56	Divorciada	Coordenadora pedagógica	Superior completo	De 3 a 3,5 salários-mínimos
Maria Te-reza	21	Solteira	Estudante	Superior incompleto	De 1 a 2 salários-mínimos

Sentido geral

Sentido geral Mônica

Para Mônica, o adiamento da volta às aulas presenciais foi o que a despertou para a seriedade da pandemia. Com o aumento dos casos e o estabelecimento do isolamento social, ficou em desespero pelo fato de não poder visitar a mãe e pelo medo de contaminar a família, isto é, os avós com quem reside, visto que todos fazem parte do grupo de risco. Quando precisava sair de casa, temia contaminar os avós e assim, ao



chegar, tomava banho dos pés à cabeça, visto que se sentiria culpada caso eles contraíssem a doença. Chegou até a temer suas mortes.

Antes da pandemia, a faculdade era como um refúgio e, durante o isolamento social, começou a ter dificuldades acadêmicas. Antes gostava de escrever e agora fica ansiosa ao começar a ler e desesperada ao tentar escrever, o que vem causando baixo rendimento acadêmico. Sem o refúgio da faculdade, ficou muito triste e evitou conversar sobre isso com alguém para não preocupá-los.

Com a flexibilização do isolamento, acredita que consegue lidar um pouco melhor com isso tudo, mas tem medo de contrair a doença sempre que pega transporte público, chegando a se sentir paranoica. Diante disso, chegou a acreditar que teve febre e tossiu durante dois dias, pensando ter contraído a doença.

Durante esse período de isolamento social, teve crises de ansiedade e insônia, chorava muito, não entendia o que estava acontecendo consigo, percebeu que absorvia os problemas dos outros e não prestava atenção em si. Por fim, contou com a rede de apoio formada pela amiga e pela mãe, com as quais se sentiu mais à vontade para compartilhar o que estava acontecendo.


Durante o contato virtual com as outras pessoas, precisou criar um personagem para não revelar o que estava acontecendo consigo. Nesse período de isolamento social, acabou se aproximando de alguns amigos da faculdade e se afastando de outros, além de o momento ter propiciado a aproximação com sua mãe. Além disso, um antigo comportamento foi intensificado com o isolamento: utilizar a comida como uma distração. Por fim, com a flexibilização, começou a se adaptar a tudo o que está acontecendo.

Sentido geral Perpétua

Para Perpétua, o primeiro momento foi um pavor por causa das publicações e também porque acompanhava um aplicativo com as áreas vermelhas e sentia que estava no meio de um furacão. Posteriormente, sua mãe, acamada, ficou doente e ele teve receio de levá-la ao hospital por medo da exposição ao Covid. Ao sair, ela e suas irmãs estavam mantendo todos os cuidados, passavam álcool em tudo, inclusive chegavam a lavar sobancelhas com sabão e ficavam com os olhos vermelhos, além de lavar dinheiro e cartão de crédito. No entanto, sua mãe já estava contaminada e não sabiam. Este momento foi o mais angustiante, por ser difícil ver a mãe sofrer e não poder fazer nada.

Na realidade, o seu isolamento iniciou em dezembro de 2019 por causa de uma cirurgia de urgência. Quando estava se recuperando e começando a voltar às atividades, iniciou o isolamento da pandemia. Nesse período, a mãe teve complicações, foi confirmado o diagnóstico de Covid-19 e, apesar de todos os cuidados que tiveram, ela faleceu em junho. Ainda nesse período, houve a preocupação com o nascimento do neto, que veio para compensar essa perda.

Durante o período de isolamento e a dificuldade com a saúde da mãe, chorava e, quando sentia angústia, conversava com Deus, o que a consolava. Atualmente não toma todos os cuidados que tinha no início da pandemia e se questiona sobre, até o momento, ter testado negativo ao Covid-19, já que teve contato direto com a mãe contaminada. Ainda relatou que, quando ficava com medo, lembrava que não adiantava, pois nesse momento só morria quem tinha que morrer. Ademais, começaram a disseminar mentiras, por exemplo, de que acabaria a comida, além de os idosos sequer poderem receber visitas de familiares, o que considerou um exagero.



Durante esse momento, o que a ajudou foi morar próximo das irmãs e manter o contato frequente. Além disso, foi à praia com sua família e disse que, depois disso, melhorou 100%. Com a flexibilização, voltou ao trabalho como coordenadora pedagógica em uma escola pública, onde não está tendo dificuldades e não se sente em perigo, pois a instituição está tomando todos os cuidados, sendo o percurso o mais complicado durante esse momento. Por fim, em alguns momentos, apresentou tosse e febre, durante os quais acreditava que estava com Covid-19, apesar de ser uma pessoa muito alérgica. Contudo, sempre teve ciência de que a doença ainda está presente, mas sempre coloca Deus na frente e Ele a guia.

Sentido geral Maria Tereza

Para Maria Tereza, sua vivência durante o isolamento social foi tensa pelo fato de não saber o que esperar. A princípio, acreditava que seria algo mais rápido, contudo não foi o que aconteceu e esse período foi marcado por medo, angústia e instabilidade emocional exatamente por não saber o que esperar, isto é, o que aconteceria a seguir.

Durante o período pandêmico e o isolamento social, sua rotina acabou mudando, principalmente pelo fato de, na antiga rotina, ir à faculdade, ao estágio e passar boa parte de seus dias fora de casa. Com a pandemia, passou a dormir no horário que costumava acordar na antiga rotina. Por conta disso, seus estudos passaram a ser de madrugada, o que acredita ter sido uma das maiores mudanças. Além disso, também teve transformações nos hábitos alimentares, pois acordava já durante o almoço. Por todas essas mudanças, acredita que agora é como se estivesse vivendo uma nova vida.



Diante disso, acreditava que a convivência familiar seria de uma maneira diferente, mas por fim não foi tão “triste” assim e acabou, inclusive, se aproximando da irmã mais nova. Também havia projetos que desejava realizar em 2020, contudo precisou adiar pela pandemia e pelo isolamento social. Quando o número de casos baixou, teve um pouco de alívio e a perspectiva de que as coisas poderiam melhorar mais rápido. Com a flexibilização, iniciou novos projetos, embora julgue ter sido coisa mínima.

Sobre as amizades, alguns laços profundos ficaram menos fortes nesse período, uma vez que antes passava a semana inteira com os amigos, dividindo rotina de estágio e estudos, e a quebra de rotina acabou por afastá-los. Acreditava que iriam se afastar por conta do término do curso próximo, mas a pandemia acabou por antecipar esse momento, por isso considera um dos pontos mais drásticos. Apesar disso, o momento também proporcionou o afloramento de outras amizades.

Por fim, as notícias de mortes e contaminação acabavam por trazer certo desconforto, seja por redes sociais ou por comentários de conhecidos, chegando ao ponto de não aguentar ver nada mais. Durante esse período, contou com duas válvulas de escape: a atividade física, que foi um meio de sair dessa onda de notícias ruins; e o foco nos estudos, principalmente em coisas para as quais antes não tinha tempo.

Constituintes essenciais em comum

Mudanças

O contexto pandêmico provocou diversas mudanças na vida de todos, e o isolamento social imposto como principal medida contra a contaminação em massa provocou a quebra da rotina de muitas pessoas.


Para Mônica, a maior mudança ocorreu quando sua faculdade suspendeu as aulas presenciais e isso foi a maior dificuldade do período pandêmico.

“E eu percebi também que eu sinto muita falta de ir pra faculdade... eu penso que isso tá sendo o meu... a minha maior dificuldade, a minha maior ansiedade. E, tipo, eu posso sair, eu posso ir na padaria, eu posso ir numa farmácia, eu posso agora ver minha mãe, mas em relação á faculdade que eu passava todos os dias, entrava de manhã e só saía de noite... Tá sendo a minha maior falta, porque eu quero muito ir pra faculdade, só que eu não posso, porque era uma coisa que me trazia alegria ir, me trazia alegria ir e tá numa sala de aula e estudar”. (Mônica, 22 anos).

De acordo com Perpétua, sua maior mudança aconteceu após se recuperar de uma cirurgia e se deparar com o fechamento de tudo por causa da pandemia.

“Meu isolamento começou antes do isolamento porque eu fiz uma cirurgia de urgência em dezembro. Passei o mês de dezembro todinho em casa, quando eu comecei a sair, fechou tudo. Porque como eu fiz no começo de dezembro e teve todas as confraternizações, os encontros... e eu fiquei sem fazer nada (...). E aí março já foi a pandemia. Eu tava com um monte de exame pra fazer e ficou tudo parado”. (Perpétua, 56 anos).

Já Maria Tereza vivenciou tanto mudanças de rotina, com diferentes horários de dormir e acordar e novo horário de estudos, como de seus hábitos alimentares.



“As minhas atividades de estudo, enfim, aconteciam pela madrugada (...). Hábitos alimentares também que mudou, né. Porque eu deixei de tomar café da manhã e, tipo, já acordava de tarde e já almoçava (...). Eu, tipo, tinha estágio, era uma correria muito maior, eu passava muito menos tempo em casa, eu passava meu dia inteiro na rua até a noite e tal. Chegava em casa no final do dia. Tipo, bem tarde da noite”. (Maria Tereza, 21 anos).

Medo do contágio

O Covid-19, com sua facilidade de transmissão, impôs diversas regras em relação a higiene e distanciamento social. Com isso, revelou-se como uma ameaça maior para as pessoas consideradas do grupo de risco.

Para Mônica, os primeiros meses da pandemia geraram muita angústia porque desejava visitar a mãe, mas não podia por ela e os avós, com quem reside, fazerem parte do grupo de risco. Além disso, havia a preocupação em relação ao contato com objetos de ambientes externos e compartilhados, ao ponto de, em um dado momento, vivenciar alguns sintomas e acreditar que estava com Covid-19.

“Então, abril e maio foram os meus piores meses, porque, quando... assim, em abril, eu não podia ver minha mãe, porque eu moro com meus avós, e eu queria muito ver minha mãe, só que eu não podia ver porque tava em isolamento e não tinha ninguém para me levar. Então isso foi batendo muita angústia [voz trêmula] porque eu queria muito ver minha mãe, só que não podia porque, se eu soubesse, meus avós são grupo de risco e minha mãe também é grupo de


risco. Então ficou aquela, eu não sei explicar, ficou aquela confusão na minha cabeça, tipo... meu Deus, isso realmente tá acontecendo?”. (Mônica, 22 anos).

“Quando pego ônibus, eu já fico muito nervosa... quando vejo alguém que tá sem máscara ou que se eu tocar aqui ((gesticulou)) na janela ou se eu tocar aqui no banco eu vou contaminar, eu vou contrair a doença. Principalmente, eu acho que foi logo quando começou a abrir, foi logo quando começou a abrir o comércio, quando eu comecei a pegar os ônibus, eu ficava muito paranoica. Tanto que teve uns dois dias que achei que eu tava com febre, eu comecei a tossir muito e eu ficava “meu Deus, eu tô com a doença, eu tô com a doença!”.” (Mônica, 22 anos).

Perpétua, por sua vez, declarou que chegou ao ponto de lavar dinheiro e cartão de crédito com receio do vírus, além de acreditar ter contraído o vírus diante de alguma crise alérgica. Ademais, apesar de ser coordenadora pedagógica em escola pública, acredita que o percurso é o que traz mais riscos de contágio.

“No começo, eu lavava dinheiro. Tava fazendo lavagem de dinheiro ((riu)). Lavava dinheiro, pendurava. Colocava tudo na varanda para levar sol... cartão de crédito. Olha, era negócio de doido”. (Perpétua, 56 anos).

“Eu passei por umas dificuldades bem doidas. Eu me acordava de madrugada tossindo, aí pronto ficava morrendo de medo. Eu disse “o corona me pegou”. Aí eu tava com a garganta doendo. Sou alérgica a um bocado de coisa (...). Fico sufocada, fico sem conseguir respirar



direito. Quando isso acontece, eu digo “agora pronto... o corona me pegou!”. (Perpétua, 56 anos).

“Dentro do local de trabalho, não tá tendo dificuldade, não. Na escola, não tá tendo um problema, não eu não me sinto em perigo, assim vulnerável no trabalho. O que eu acho mais complicado é o percurso”. (Perpétua, 56 anos).

A participante Maria Tereza, embora pudesse ter aderido completamente ao isolamento social, teve receio do contágio do vírus, uma vez que outra pessoa da família ainda precisava sair para trabalhar fora.

“(...) principalmente nesse momento que essa pessoa saía para trabalhar, de certa forma, trazia um certo medo de a pessoa, querendo ou não, adquirir o vírus e terminar transmitindo para quem ficou em casa, então foi um momento de muito medo, angústia, e essa incerteza do que iria acontecer, né”. (Maria Tereza, 21 anos).

Relações sociais

O uso das redes sociais foi intensificado durante a pandemia, uma vez que se tornou a ferramenta possível para manutenção de relacionamentos interpessoais durante o distanciamento social. Além disso, com o isolamento social, as famílias passaram a conviver mais tempo juntas e o que, inicialmente, poderia gerar certa preocupação para alguns passou a ser um ganho, visto que surgiu a possibilidade de intensificação dos laços entre os pares.

Para Mônica, ocorreu uma aproximação com sua mãe e o aumento do vínculo com uma amiga. Além disso, o aumento do contato virtual

proporcionou uma via de proteção, visto que, longe do contato direto com os outros, podia disfarçar melhor o que estava acontecendo consigo, além de promover a aproximação com outros amigos com quem pouco tinha contato antes.

“Era uma amizade muito boa, mas não era uma amizade que ela desabafava, eu desabafava muito, mas ela não, e ver que ela começou a desabafar, começou a falar comigo sobre os problemas dela, do que ela tava sentindo, eu pude perceber que a gente ficou mais conectada durante essa pandemia”, (Mônica, 22 anos).

“Eu vejo que essa aproximação dela ((referindo-se à mãe)) tá me ajudando muito. Se antes ela só me criticava, hoje ela já começa um pouco mais devagar, ela já começa a perguntar os motivos, ela me oferece mais apoio”. (Mônica, 22 anos).

“Passaram meses e as pessoas achavam que eu tava lidando super bem com a pandemia, que eu tava lidando super bem com o isolamento, porque eu criei um personagem pra que, tipo, tanto pra não afetar ninguém e tanto pra me proteger. E foi... realmente o isolamento agravou muito mais isso, porque eu consegui criar várias desculpas virtualmente já que ninguém iria me ver, já que ninguém ia ver meu rosto, ninguém ia perceber” (Mônica, 22 anos).

“É um pouco mais dividido porque, em relação aos amigos da faculdade, eu me tornei mais próxima. Eu tenho alguns amigos da faculdade que antes eu não conversava tanto, mas hoje eu converso muito mais, que antes eu nem olhava na cara, assim, dava só tchau, ok, mas agora vejo que eu me tornei muito mais próxima em relação


a eles, enquanto meus amigos que eu já tinha de anos eu me afastei”. (Mônica, 22 anos).

Perpétua, por sua vez, relatou que manteve o contato social por morar perto dos irmãos e por contar com eles para cuidar da mãe. Conversar ajudou a passar por esse período de isolamento.

“Como você falou agora, perguntou se o fato de morar perto de minha irmã, assim, é bom porque a gente tinha comunicação, eu descia, ia pra lá. Também a gente, pelo fato de a gente ter um rodízio pra ficar com a minha mãe, então sempre eu tinha que ir lá pra casa da minha mãe. E sempre tinha alguém, porque cada dia era uma que ficava, uma de manhã e outra de noite. Então a gente sempre se encontrava, a gente sempre se falava. E isso aí ajudou”. (Perpétua, 56 anos).

Para a participante Maria Tereza, alguns vínculos de amizades foram ficando mais fortes e outros menos intensos devido ao afastamento físico brusco; mas, por outro lado, o isolamento proporcionou uma aproximação maior com a irmã mais nova.

“Foi um período da gente adaptar uma à rotina da outra, porque ela praticamente acorda no mesmo horário que eu, vai dormir no mesmo horário que eu. E assim... a gente passou a ficar muito mais tempo juntas, a saber mais assim uma da outra, ajudar mais uma a outra tanto nas coisas de casa quanto nas coisas de escola, faculdade, enfim. Havia meio que essa troca, né?” (Maria Tereza, 21 anos).



“Vi alguns laços profundos ficando mais fortes nesse período e também senti muito nessa questão, porque eu passava inteira, minha semana, com grupo de amizade. E de uma hora para outra, assim, eu não encontrei essas pessoas que eu tenho contato há três anos, uma convivência de ficar assim o dia inteiro, de passar a semana inteira com essas pessoas”. (Maria Tereza, 21 anos).

Implicações


Diante das mudanças provocadas pela pandemia, como quebra de rotina, novos protocolos de higiene e rompimento de relações sociais físicas, é possível que surjam implicações psicológicas negativas a depender dos recursos mentais de cada pessoa.

Para Mônica, o momento foi marcado por emagrecimento e muito choro, também percebeu que o hábito de comer, quando estava triste, foi intensificado durante o isolamento social.

“Então, muitas vezes, eu começava a chorar e eu não entendia o que tava acontecendo, eu não prestava atenção, eu não prestava atenção em nada, só queria chorar, só queria deitar na cama, eu só queria falar com ninguém. Eu não conseguia prestar muita atenção ao que tava acontecendo comigo”. (Mônica, 22 anos).

“Eu emagreci muito... eu começava: às vezes, eu aparecia pra eles ((referindo-se aos familiares)) com cara inchada de tanto chorar”. (Mônica, 22 anos).

“Eu tinha esse problema antes de quando eu ficava muito triste eu descontava muito em comida, mas era algo que durava só um dia,



um ou dois dias dependendo de como a tristeza permanecia. Só que, como aconteceu a pandemia, minha tristeza começou a durar semanas... foi aí que eu comecei a descontar muito mais na comida e começou a se intensificar muito mais. Por mais que eu não esteja com fome, alguma coisa no meu corpo vai dizer “então vai comer aquilo!”, “vai comer isso!”, “vai comer tal coisa!”, “faz alguma coisa!””. (Mônica, 22 anos).

“No começo, a gente lógico que sente medo, teve um momento que eu sentia uma angústia muito grande. Aí eu chorei (3x). Minha irmã, a mesma coisa... minha irmã mais nova ela disse, sempre ligava para mim, ela dizia “Perpétua, eu também fiquei assim, fiquei tão angustiada que eu tive que chorar”. E eu sou o seguinte: quando eu tô muito angustiada, com vontade de chorar, é uma coisa que a gente vai e não paga, né”. (Mônica, 22 anos)?

A participante Perpétua relatou que, no começo, sentiu medo, angústia e vontade de chorar, além de que a morte da mãe e o nascimento do neto trouxeram uma nova preocupação, visto que a nora não seguia os cuidados para evitar a contaminação.

“E agora... depois eu fiquei muito angustiada, porque minha nora... meu neto nasceu, graças a Deus, foi uma alegria, né, veio compensar toda aquela tristeza da perda da minha mãe, né. Porque minha mãe morreu no mês de junho e ele nasceu em julho. Mas aí na gente vem aquela agonia, porque minha nora não seguia as regras e deixava o menino com a gente, e deixava pegando o menino e aquela coisa toda. E na casa da mãe dela mesmo, tem uns três sobrinhos, todo mundo pega”. (Perpétua, 56 anos).

Maria Tereza, por sua vez, relatou que o tempo e o número de casos aumentando acabaram trazendo à tona medo, angústia e muita instabilidade emocional por não saber o que esperar.

“Foi bem tenso, principalmente pela incerteza do momento, né, sem saber o que de fato iria acontecer, principalmente no período inicial. Então teve toda essa questão assim de esperar, né? Que voltasse, que fosse algo rápido. É, algo mais rápido mesmo, o que não foi. E com tempo e vendo número de casos, as pessoas próximas pegando o vírus e tudo mais, isso trouxe toda uma questão. Eu acho que dessa intensidade, né, desse momento de medo, angústia, com estabilidade emocional muito grande, sem saber muito do que esperar, né”. (Maria Tereza, 21 anos).

Resiliência

A resiliência foi observada nos discursos das entrevistadas ao citar alternativas encontradas que a ajudaram a lidar com a pandemia.

A participante Mônica passou por um momento delicado durante o qual não conseguia sequer se dar conta do que estava acontecendo consigo, marcado por momentos de choro; contudo, com o tempo, passou a contar com a rede de apoio formada pela mãe e uma amiga.

“Eu vejo que essa aproximação dela ((referindo-se à mãe)) tá me ajudando muito. Se antes ela só me criticava, hoje ela já começa um pouco mais devagar, ela já começa a perguntar os motivos, ela me oferece mais apoio. Então foi uma coisa também muito gratificante essa rede de apoio da minha mãe e minha amiga, porque foi um momento em que eu pude me mostrar vulnerável a elas, coisa que não

consigo mostrar, não quero mostrar minha vulnerabilidade a ninguém”. (Mônica, 22 anos).

“Ela ((referindo-se a amiga)) me viu ali como uma Mônica que tava passando por problema e não me atacou e não falou nada. Isso pra mim foi muito gratificante, muito gratificante porque alguém pôde entender o que eu tava passando e pôde, tipo, parar pra me ouvir e falar”. (Mônica, 22 anos).

“(…) aí hoje eu consigo perceber o que me dá gatilho, hoje eu consigo perceber os motivos de por que eu choro, o motivo de eu ficar triste. Então, esse apoio dela foi muito significativo pra mim agora, foi muito significativo porque eu comecei a prestar mais atenção”. (Mônica, 22 anos).

Já Perpétua reconhece a existência da doença, porém sempre coloca sua fé em Deus diante de tudo e acredita que seja Ele quem a guie neste momento pandêmico.

“Então existe a doença, né... Mas também eu sempre, eu sempre coloco Deus em primeiro lugar, né? E tem um Salmo 139. Que eu sempre medito quando me sinto angustiada. E o salmista disse “ainda que a minha cama esteja no mais profundo abismo, ainda lá a tua mão me guiará”. Então ainda que eu esteja com a minha alma tão angustiada, que é esse abismo, Deus tá lá ainda. Então, eu creio que Deus me guia até aí nesse momento. A gente passa dificuldade, passa problema, mas se a gente tiver fé e confiar realmente que Deus está com a gente, a gente consegue superar”. (Perpétua, 56 anos).

Para Maria Tereza, as alternativas que a ajudaram foram a atividade física e o foco nos estudos, sobretudo para evitar as notícias em demasia.

“Em determinado momento, eu vi a atividade física em casa como um meio de sair dessa atmosfera, de sair dessa onda de notícias ruins e, tipo, abrir o Instagram ou qualquer outra rede social ou até mesmo a internet e encontrar tantas notícias, né, de aumento de números de casos... Enfim. Então em um determinado momento, essa prática de atividade física colaborou para deixar o momento mais agradável”. (Maria Tereza, 21 anos).

Tabela 2 - Variações empíricas das constituintes essenciais

Constituintes essenciais	Mônica	Perpétua	Maria Tereza
Mudança	Sentiu falta de ir à faculdade; a suspensão das aulas presenciais foi sua maior dificuldade.	Estava retomando sua rotina após a recuperação de uma cirurgia, mas se deparou com o isolamento social.	Percebeu mudanças nas rotinas de sono, nos estudos e nos hábitos alimentares.

Medo de contágio	Preocupava-se ao sair de casa, ao entrar em contato com objetos e ambientes compartilhados. Em um dado momento, chegou a ter alguns sintomas e achar que estava com Covid-19.	Percebeu os hábitos de higiene intensificados ao passar a lavar dinheiro e cartão de crédito. Além disso, em alguns momentos, achou que estava com Covid-19 ao ter crises alérgicas, mesmo sendo uma condição comum para ela. Ao voltar ao trabalho, preocupava-se com o percurso.	Mesmo aderindo totalmente ao isolamento social, sentia receio do contágio, pois uma pessoa da família precisava sair para trabalhar.
Relações sociais	Aproximou-se consideravelmente da mãe e da amiga, e isso a ajudou.	Manteve o contato com os irmãos, e isso a ajudou.	Percebeu que alguns vínculos de amizade ficaram mais intensos e se aproximou mais da irmã mais nova.
Implicações	Chorava muito, queria ficar sozinha e não queria falar com as pessoas. Também percebeu que o hábito de comer quando se sente triste foi intensificado com a pandemia.	Sentiu medo, muita angústia e chorava nesses momentos.	Sentiu medo, angústia e instabilidade emocional.



Resiliência	A aproximação com a mãe e a amiga ajudou a enfrentar o momento, e ela passou a prestar mais atenção em si mesma.	Nos momentos em que se sentiu angustiada, a fé em Deus a ajudou a superar a dificuldade.	Passou a praticar exercícios físicos para ter momentos mais agradáveis e evitar as notícias ruins.
-------------	--	--	--

Descrição da unidade geral de significados

As narrativas das entrevistadas evidenciaram transformações substanciais ao longo do curso da pandemia. Diante da análise das descrições, foi unânime a evidência de mudanças, medo do contágio, novos formatos de relações sociais, implicações e resiliência durante a experimentação da vivência do isolamento social. Contudo, embora existam aspectos em comum descritos por todas as participantes, cada qual vivenciou esse período de maneira única e irrepetível.

Notou-se, com isso, que o isolamento social da pandemia do Covid-19 foi marcado por muitas mudanças, isto é, na rotina, no trabalho, nos estudos, nos hábitos alimentares e na forma de se relacionar com o outro, sendo este próximo ou distante. Diante de tais transformações, o modo novo de se relacionar com os demais ficou ainda mais evidente, uma vez que, ao passo que algumas relações foram enfraquecidas, outras se fortaleceram, o que levou também à aproximação com familiares e outros amigos.

Embora as medidas de segurança fossem adotadas contra o contágio, como o isolamento total, os banhos ao chegar em casa e a higienização de objetos, o início do isolamento, os noticiários, a flexibilização e a ida presencial ao trabalho trouxeram consigo o medo de contato com o vírus. Com isso, a preocupação tanto com a própria saúde quanto a de

entes queridos ficou evidente, o que gerou muito receio, angústia e até aparecimento de sintomas e crença de contágio após saídas de casa.

Como implicações, salientou-se a intensificação do hábito de comer diante de momentos de tristeza, sentimentos de preocupação, angústia, ansiedade, medo, tristeza, pavor, tensão e receio, cada qual experimentado em níveis de intensidade e momentos específicos da pandemia e do isolamento social. Entretanto, também foi perceptível que todas encontraram possibilidades para enfrentar a situação de maneira mais leve, fosse contando com uma rede de apoio, voltando-se para a religião ou se dedicando às atividades físicas e aos estudos.

Considerações finais

O presente estudo se iniciou pelo interesse de investigar, através das narrativas, os sentidos atribuídos ao isolamento social frente à pandemia do Covid-19, com base na perspectiva da psicologia fenomenológica-existencial. Diante disso, a importância de iniciar a pesquisa nesse panorama específico foi o fato de o isolamento social decorrente da pandemia do Covid-19 mobilizar inúmeras mudanças na vida do homem como um todo e poder, inclusive, trazer a possibilidade de implicações psicológicas negativas advindas desse período.


Nesse sentido, destacaram-se, principalmente, as contribuições de Husserl (2000) e Merleau-Ponty (1945) para o alcance da compreensão dos sentidos que as pessoas atribuíram ao fenômeno pandêmico, o que foi possível graças à aplicação do método fenomenológico em psicologia. Foi imprescindível a utilização da perspectiva adotada, visto que enfoca a investigação não no indivíduo em si, mas no fenômeno como um todo.



Diante disso, as constituintes essenciais evidenciaram mudanças, medo do contágio, relações sociais, implicações e resiliência. Nesse sentido, as participantes vivenciaram inúmeras mudanças, desde a rotina, o trabalho, os hábitos alimentares e os estudos até o modo de se relacionar com os outros, seja com os mais próximos ou distantes. Durante esse período, as redes de relações foram se organizando conforme as possibilidades, tornando possível uma maior aproximação com familiares, novas amizades e também o enfraquecimento de outras. Tal movimentação revela a necessidade da inter-relação para que o ser seguisse se constituindo mesmo nesse período conturbado e fosse orientado a ponto de se voltar ao desenvolvimento de seus próprios recursos internos (HEIDEGGER, 2012; MAY, 1991).

A constituinte medo do contágio, por sua vez, revelou a tentativa de autopreservação, bem como a preocupação com a preservação das pessoas mais próximas, orientada pela solicitude (HEIDEGGER, 2012). Mesmo diante do isolamento e com os cuidados diários adotados, desde a higienização de objetos e banhos ao chegar em casa, tanto o início do isolamento social somado aos noticiários muitas vezes sensacionalistas, quanto a própria flexibilização e a volta do trabalho presencial, trouxeram o medo do contato com o vírus. A nova necessidade de lidar diariamente com um inimigo externo e invisível acabou por gerar muito receio do que aconteceria, angústia diante de toda a situação e até o aparecimento de sintomas e crença de contágio. Diante disso, durante a vivência de tantas mudanças, incertezas e ameaças, destacou-se o papel da ansiedade, a qual, ao ser experimentada de forma prolongada, pode deixar o corpo vulnerável a doenças psicossomáticas ou à crença nelas (MAY, 1991).

Por conseguinte, a constituinte implicações deixou em evidência muitos sentimentos adversos, marcados por momentos de preocupação, in-



tensificação do hábito de comer demasiadamente, angústia, ansiedade, medo, tristeza, receio, tensão e pavor. As participantes os vivenciaram cada qual em diferentes níveis e momentos do isolamento social, a depender tanto de fatores externos, como noticiários, decretos e rotina familiar, quanto internos, como o desenvolvimento dos próprios recursos internos para lidar com as situações. Apesar disso, na constituinte resiliência, foi possível que encontrassem possibilidades para enfrentar o período pandêmico de maneira mais leve: uma contando com uma rede de apoio que lhe possibilitou, aos poucos, voltar a si própria; outra com um salto qualitativo na fé; e a última, graças às atividades físicas e aos estudos, o que evidenciou o estar em jogo do próprio *Dasein* (KIERKEGAARD, 1979, 2010; MAY, 1991; HEIDEGGER, 2012).

Diante do exposto, ficou evidente, na narrativa de cada participante, a ocorrência de transformações substanciais em sua vida ao longo do fenômeno da pandemia do Covid-19. Com isso, compreendeu-se a ocorrência de inúmeras mudanças, isto é, de rotina, trabalho, estudo, higiene e hábitos, bem como o aparecimento do medo do contágio, novos formatos de relações sociais, implicações psíquicas negativas e também a possibilidade de resiliência durante a experimentação da vivência do isolamento social.

Isto posto, salienta-se que esta pesquisa possibilitou a criação de um espaço de fala e escuta para expor as experiências do período da pandemia do Covid-19, o que poderá contribuir para a elaboração de intervenções clínicas voltadas às implicações psicológicas. À vista disso, é preciso reconhecer que o vírus pode afetar a vida da população ainda durante muito tempo, assim como poderá trazer novos tipos de desdobramentos, sobretudo psicológicos, na vida concreta da população em geral. Desse modo, recomenda-se a futuros pesquisadores que não se detenham apenas ao que foi trazido com este trabalho, mas,

principalmente, que atentem à elaboração de medidas que visem à intervenção com aqueles que foram mais afetados durante esse período.

Referências

ALEPE LEGIS. Legislação do Estado de Pernambuco. Decreto nº 48.809, de 14 de março de 2020. Regulamenta, no Estado de Pernambuco, medidas temporárias para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do coronavírus, conforme previsto na Lei Federal nº 13.979, de 6 de fevereiro de 2020a. *Diário Oficial do Estado de Pernambuco*: página 1: coluna 1: Poder Executivo, PE, 15 mar. 2020. Disponível em: <https://legis.alepe.pe.gov.br/texto.aspx?id=49417&tipo=TEXTORIGINAL>. Acesso em: 13 jun. 2020.

ALEPE LEGIS. Legislação do Estado de Pernambuco. Decreto nº 49.017, de 11 de maio de 2020. Dispõe sobre intensificação de medidas restritivas, de caráter excepcional e temporário, voltadas à contenção da curva de disseminação da Covid-19. *Diário Oficial do Estado de Pernambuco*: página 2: coluna 1: Poder Executivo, PE, 12 maio 2020b. Disponível em: <https://legis.alepe.pe.gov.br/texto.aspx?id=50444&tipo=TEXTORIGINAL>. Acesso em: 13 jun. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Especializada à Saúde. *Protocolo de manejo clínico da Covid-19 na Atenção Especializada*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: <https://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2020/Abril/14/Protocolo-de-Manejo-Clinico-para-o-Covid-19.pdf>. Acesso em: 11 maio 2020.

BRANDÃO, Vinicius. O papel do Estado como garantidor de emprego e renda durante a pandemia do novo Coronavírus. *Boletim Finde: Covid 19 e os desafios do desenvolvimento*, Niterói, n. 1, p. 50-54, maio 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Carmem_Feijo2/publication/341255524_Relatorio_Finde_01_mai_2020_4/links/5eb5b-

8d34585152169cof160/Relatorio-Finde-01-maio-2020-4.pdf#page=52.

Acesso em: 12 jun. 2020.

CASTRO, Thiago Gomes; GOMES, William Barbosa. Movimento Fenomenológico: Controvérsias e Perspectivas na Pesquisa Psicológica. *Psicologia: teoria e pesquisa*, Brasília, v. 27, n. 2, p. 233-240, abr./jun. 2011. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722011000200014>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010237722011000200014&script=sci_arttext&tlng=pt. Acesso em: 29 jun. 2020.

DENZIN, Norman. *The research act: a theoretical introduction to sociological methods*. 2. ed. New York: Mc Graw-Hill, 1978.

GARCIA, Leila Posenato; DUARTE, Elisete. Intervenções não farmacológicas para o enfrentamento à epidemia da COVID-19 no Brasil. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, Brasília, v. 29, n. 2, 9 abr. 2020. DOI: <https://doi.org/10.5123/S1679-49742020000200009>. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/ress/2020.v29n2/e2020222/pt/>. Acesso em: 9 maio 2020.

GENDLIN, Eugene. Experiencial Phenomenology. In: Maurice A. Natanson (org.), *Phenomenology and the social sciences*. Evanston: Northwestern University Press, 1973. p. 281-321.

GIL, Antônio Carlos. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GIORGI, Amedeo; SOUZA, Daniel. *Método fenomenológico de investigação em psicologia*. Lisboa: Fim de Século, 2010.

GONÇALVES, Fabiane Mônica da Silva. *A construção narrativa da relação Eu-corpo em pacientes acometidos com queimaduras de 2º e 3º graus*. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - CFCH, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2013.

GOVERNO DO ESTADO DE SP. *Primeira vacinada do país, enfermeira Mônica Calazans ajuda a salvar vidas em SP*. São Paulo, 2021. Disponível em: <https://www.saopaulo.sp.gov.br/noticias-coronavirus/primeira-va>

cinada-do-pais-enfermeira-monica-calazans-ajuda-a-salvar-vidas-em-sp/. Acesso em: 10 fev. 2021.

HEIDEGGER, Martin. *Ser e Tempo*. Trad. F. Castilho. Petrópolis: Vozes, 2012.

HOPKINS, John. *Coronavirus Research Center*. John Hopkins University of Medicine, 2020. Disponível em: <https://coronavirus.jhu.edu/map.html>. Acesso em: 26 maio 2020.

HUSSERL, Edmund. *Os Pensadores*. HUSSERL - Vida e Obra. São Paulo: Nova Cultural Ltda, 2000.

HUSSERL, Edmund. *A ideia da fenomenologia*. Trad. A. Morão. Martinus Nijhoff: Edição 70, 1973.

KIERKEGAARD, Soren. *Temor e Tremor*. Trad. Maria José Marinho. São Paulo: Abril Cultural, 1979. (Coleção Os Pensadores)

KIERKEGAARD, Soren. *Ponto de vista explicativo de minha obra como escritor*. Porto: Edições 70, 1986.

MACEDO, Yuri Miguel; ORNELLAS, Joaquim. Lemos.; BOMFIM, Helder. Freitas. DO. COVID-19 NO BRASIL: o que se espera para população subalternizada?. *Revista Encantar*, v. 2, p. 01-10, 1 jan. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/encantar.v2.0001>. Disponível em: <http://www.revistas.uneb.br/index.php/encantar/article/view/8189>. Acesso em: 12 jun. 2020.

MAY, Rollo. *O homem à procura de si mesmo*. 18. ed. Petrópolis: Vozes, 1991.

MERLEAU-PONTY, Maurice. *Phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard, 1945.

MERLEAU-PONTY, Maurice. *La fenomenologia y las ciencias dei hombre*. Buenos Aires: Editorial Nova, 1964.

MORAES, Rodrigo Fracalossi de. Covid-19 e medidas legais de distanciamento social: isolamento social, descentralização e análise do período de 11 a 24 de maio de 2020 (boletim 4). *Instituto de Pesquisa e Economia*

Aplicada. Brasília, maio de 2020 (Nota técnica, n. 20) Disponível em: https://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com_content&view=article&id=35624. Acesso em: 12 de jun. 2020.

NIETZSCHE, Friedrich. *Vontade de potência*. Rio de Janeiro: Vozes, 2011.

PENHA, João da. *O que é existencialismo*. São Paulo: Brasiliense, 2001.

PREFEITURA MUNICIPAL DE OLINDA. *Primeira pessoa é vacinada contra Covid-19 em Olinda. Pernambuco, 2021*. Disponível em: <https://www.olinda.pe.gov.br/primeira-pessoa-e-vacinada-contracovid-19-em-olinda/>. Acesso em: 10 fev. 2021.

RANIERI, Leandro Penna; BARREIRA, Cristiano Roque. *A Entrevista Fenomenológica*. Universidade de São Paulo: FAPESP, 2012.

SALDIVA, Paulo. Baixa adesão ao isolamento é resultado de vulnerabilidades sociais. *Jornal da USP*, maio 2020. Disponível em: <https://jornal.usp.br/radio-usp/baixa-adesao-ao-isolamento-e-resultado-de-vulnerabilidades-sociais/>. Acesso em: 26 maio 2020.

SECRETARIA ESTADUAL DE SAÚDE. *Boletim epidemiológico Covid-19 12/03: Pernambuco confirma 2 casos importados de Covid-19*. Pernambuco: Secretaria Estadual de Saúde, 2020. Disponível em: https://drive.google.com/file/d/1Q05y4zyE1eYgbn5ScCk4CPZ_D5j5qbX2/view. Acesso em: 12 jun. 2020.

SECRETARIA ESTADUAL DE SAÚDE. *Técnica de Enfermagem do HUOC é a primeira vacinada em PE*. Pernambuco, 2021. Disponível em: <http://portal.saude.pe.gov.br/noticias/secretaria/tecnica-de-enfermagem-do-huoc-e-primeira-vacinada-em-pe>. Acesso em: 10 fev. 2021.

SILVA, Edna Lúcia; MENEZES, Estera Muszkat. *Metodologia da Pesquisa e Elaboração de Dissertação*. 4. ed. Florianópolis: UFSC, 2005.

XIE, Mingxuan; CHEN, Qiong. Insight into 2019 novel coronavirus— an updated intrim review and lessons from SARS-CoV and MERS-CoV. *International Journal of Infectious Diseases*, v. 94, p. 119-124, may. 2020.

DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijid.2020.03.071>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1201971220302046#abs0005>. Acesso em: 26 maio 2020.

WHO. World Health Organization. *Coronavirus disease 2019 (COVID-19) – Situation Report 56*. Geneve: WHO. 2020a. Disponível em: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200311-sitrep-51-covid-19>. Acesso em: 11 jun. 2020.

WHO. World Health Organization. *Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 10 June 2020*. Geneve: WHO. 2020b. Disponível em: <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---10-june-2020>. Acesso em: 11 jun. 2020.

Recebido em: 13/03/2022

Aprovado em: 2/10/2022

Licenciado por

