

Sequelas neuropsicológicas pós pandemia do Covid-19.

Neuropsychological sequelae after the Covid-19 pandemic.

SILVA, Livia Regina¹

Orientadora: ROCHA, Mabel Alencar do Nascimento²

RESUMO: O presente artigo realiza uma análise bibliográfica e examina as possíveis sequelas neuropsicológicas que podem surgir como resultado da pandemia da COVID-19, pois, com base em estudos e análises recentes, as evidências sugerem que a infecção pelo popularmente conhecido como coronavírus (SARS-CoV-2) e as consequências do isolamento social e do estresse relacionado à pandemia podem desencadear uma série de questões neuropsicológicas. Dentre algumas sequelas, destacam-se os déficits cognitivos, o comprometimento da memória, as alterações de humor e as dificuldades de atenção e concentração, além disso, alguns pacientes têm apresentado sintomas de ansiedade, depressão e transtorno de estresse pós- traumático, o que impacta significativamente na qualidade de vida desses indivíduos. Os mecanismos exatos pelos quais o vírus afeta o sistema nervoso e desencadeia essas sequelas ainda estão sob investigação, mas a compreensão desses efeitos é muito importante para o desenvolvimento de estratégias eficazes de intervenção e reabilitação, para tornar isto possível o artigo enfatiza a importância de cuidados integrados, com abordagens que combinam aspectos físicos e emocionais, fornecendo alternativas para o tratamento holístico das sequelas a fim de atender às necessidades abrangentes

¹ Universidade Estadual de Alagoas, Arapiraca, AL, Brasil.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-7580-6232> <contatoliviare@gmail.com>

² Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas, Maceió, AL, Brasil.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7769-5002> <mabel.rocha@uneal.edu.br>

das pessoas afetados.

Palavras-chave: Vírus, saúde, COVID-19, saúde pública, pandemia, saúde mental.

ABSTRACT: This article carries out a bibliographical analysis and examines the possible neuropsychological sequelae that may arise as a result of the COVID-19 pandemic, as, based on recent studies and analyses, evidence suggests that infection with the popularly known coronavirus (SARS-CoV -2) and the consequences of social isolation and stress related to the pandemic can trigger a series of neuropsychological issues. Among some sequelae, cognitive deficits, memory impairment, mood changes and difficulties with attention and concentration stand out. In addition, some patients have presented symptoms of anxiety, depression and post-traumatic stress disorder, which significantly impacts the quality of life of these individuals. The exact mechanisms by which the virus affects the nervous system and triggers these sequelae are still under investigation, but understanding these effects is very important for developing effective intervention and rehabilitation strategies. To make this possible, the article emphasizes the importance of careful integrated, with approaches that combine physical and emotional aspects, providing alternatives for the holistic treatment of sequelae in order to meet the comprehensive needs of those affected.

Keywords: Virus, health, COVID-19, public health, pandemic, mental health.

INTRODUÇÃO

Com a disseminação global do novo coronavírus a síndrome respiratória aguda grave 2 (SARS-CoV-2) e a implementação de medidas restritivas rigorosas, como quarentena e isolamento social, a vida cotidiana sofreu uma mudança abrupta e significativa, por isso a pandemia da Covid-19, iniciada em 2019, trouxe consequências avassaladoras não apenas para a saúde física, mas também para a saúde mental de milhões de pessoas. As mudanças, associadas ao medo do contágio, perdas pessoais, incertezas econômicas, a evidenciação das desigualdades sociais e dos serviços de saúde precários, criaram um cenário propício para o surgimento de diversas condições neuropsicológicas (ONU, 2022). Em razão disso, o presente artigo propõe, por meio de uma revisão bibliográfica, explorar as sequelas neuropsicológicas pós-pandemia, buscando entender suas manifestações, prevalência e os mecanismos subjacentes que as originam.

As sequelas neuropsicológicas da Covid-19 abrangem um espectro amplo de distúrbios psicológicos, desde sintomas leves como dificuldades de concentração e memória, até condições mais graves como ansiedade, depressão e transtornos de estresse pós-traumático (BONIZZATO et al., 2022). Estudos sugerem que essas manifestações podem estar associadas ao impacto direto do vírus no Sistema Nervoso Central (SNC) quanto aos efeitos indiretos relacionados ao estresse prolongado e ao isolamento social, para compreender melhor estas alterações, este artigo revisa a literatura científica para mapear os principais distúrbios neuropsicológicos observados após a infecção por Covid-19 e após a recuperação.

Além das consequências psicológicas, segundo Pallanti et al. (2020), boa parte dos pacientes que desenvolveram Covid-19 severa apresentaram alterações e sequelas neurológicas, com o passar dos anos têm aparecido evidências crescentes de que a infecção por Covid-19 pode causar danos neurológicos diretos, contribuindo para problemas cognitivos e comportamentais. Relatos de alterações neurológicas em pacientes que tiveram Covid-19 indicam uma ligação potencial entre a infecção viral e o funcionamento cerebral comprometido, o que torna imperativo investigar esses achados para elucidar as possíveis vias patofisiológicas envolvidas.

A complexidade das sequelas neuropsicológicas pós-covid sugere uma interação multifacetada entre fatores biológicos, psicológicos e sociais, uma vez que, enquanto alguns efeitos podem ser atribuídos diretamente à ação do vírus no sistema nervoso, outros podem ser mediados por respostas inflamatórias, estresse psicossocial e mudanças no estilo de vida durante a pandemia (TUYA et al., 2021). Para compreender esses mecanismos subjacentes, este artigo explora estratégias para o desenvolvimento de métodos de prevenção e intervenções eficazes para mitigar o impacto dessas sequelas a longo prazo, buscando entender melhor essas complicações e desenvolver abordagens terapêuticas mais eficientes.

Por fim, o artigo aborda as estratégias de intervenção e reabilitação para as sequelas neuropsicológicas pós-pandemia, analisando e identificando abordagens eficazes para a mitigação desses impactos, o que é fundamental para melhorar a qualidade de vida dos sobreviventes de Covid-19. Terapias psicológicas, intervenções farmacológicas e programas de reabilitação cognitiva, por exemplo, são algumas das medidas discutidas. Ao sintetizar as evidências disponíveis, este trabalho visa contribuir para o desenvolvimento de diretrizes de tratamento, apoiar os profissionais de saúde na gestão dessas complexas condições, e incentivar a pesquisa científica aprofundada acerca desses tópicos.

Impacto da pandemia da covid-19

A COVID-19, definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma doença infecciosa causada pelo coronavírus (SARS-CoV-2), apresenta sintomas como febre, tosse, cansaço, dores, perda de olfato e paladar, confusão mental e perda de memória, nos casos mais graves, pode ocorrer insuficiência respiratória, o que pode ser fatal (OMS, 2020). Sua propagação ocorre por meio de contato direto ou indireto com superfícies contaminadas ou pelo contato próximo com pessoas infectadas, que disseminam o vírus através da saliva, secreções respiratórias ou gotículas liberadas ao tossir, espirrar ou falar. De acordo com Faro et al. (2020), além das manifestações somáticas, a COVID-19 também acompanha sintomas psicopatológicos como medo, frustração, raiva, ambivalência, desorganização, tédio e tristeza.

Mediante o cenário, extensas pesquisas aliadas aos esforços dos profissionais de saúde levaram a uma melhor compreensão do processo de desenvolvimento e recuperação da doença e sua prevenção. Finalmente, várias vacinas foram desenvolvidas e disponibilizadas para a população o que proporcionou uma realidade onde a COVID-19 está relativamente sob controle. Porém, além dos danos causados ao âmbito socioeconômico dos países e à saúde mental da população em geral, existem ainda sérias preocupações sobre as consequências duradouras da infecção pelo coronavírus.

A pandemia de Covid-19 gerou um impacto sem precedentes na saúde mental global, com um aumento significativo na prevalência de distúrbios neuropsicológicos entre indivíduos afetados pelo vírus e aqueles submetidos às restrições sociais prolongadas. Segundo Hannemann et al. (2022), a infecção pelo SARS-CoV-2 está associada a uma gama de sequelas neuropsicológicas, incluindo, mas não se limitando, à ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), comprometimentos dos sistemas nervoso central e periférico. A patogênese dessas condições parece ser multifatorial, ou seja, envolve tanto mecanismos biológicos diretos, como um dano neural, quanto fatores psicossociais, como o estresse crônico e o isolamento social (PALLANTI et al., 2020).

Várias manifestações neurológicas associadas à infecção por SARS-COV-2 têm sido recentemente reportadas na literatura médica. Estes trabalhos têm descrito o envolvimento do SNC, do sistema nervoso periférico (SNP) e do sistema músculo-esquelético (SILVA et al., 2021).

De acordo com Taquet et al. (2021), a COVID-19 foi bastante associada a complicações e sequelas neurológicas, conforme os dados as complicações e sequelas neurológicas mais observadas em geral foram: Acidente Vascular Cerebral (AVC) isquêmico, psicose, demência, Hemorragia Intracranial e Parkinson. Nesse sentido, é possível afirmar que a neuroinflamação, resultante da resposta imunológica exacerbada ao vírus, pode causar danos persistentes ao cérebro, contribuindo para disfunções cognitivas e emocionais a longo prazo.

Paralelamente aos efeitos biológicos diretos do vírus, os impactos psicossociais da pandemia também desempenham um papel crucial no desenvolvimento de sequelas neuropsicológicas. Uma vez que, o isolamento social, a perda de entes queridos, o medo constante de contaminação e a instabilidade econômica contribuíram para o aumento do estresse e da ansiedade na população geral (LACASTA-REVERTE et al., 2020).

Como destaca Costa et al. (2023), a pandemia de COVID-19 trouxe desafios não vistos há muito tempo pela comunidade científica global, resultando em um grande impacto social e econômico, com milhões de vidas perdidas e inúmeras pessoas com sequelas, por vezes incapacitantes. Tendo em vista esses achados, fica evidente a necessidade de pesquisas que elucidem abordagens integradas para o tratamento das sequelas neuropsicológicas no pós-pandemia, levando em consideração tanto os fatores biológicos quanto os psicossociais.

Sequelas neuropsicológicas

As sequelas neuropsicológicas pós-COVID-19 têm emergido como uma preocupação crescente na saúde pública, com evidências que indicam que uma parcela significativa dos pacientes recuperados da doença apresenta déficits cognitivos persistentes. De acordo com Asadi-Pooya et al. (2021), entre as manifestações neurológicas, as principais relatadas pelos pacientes são a perda de memória, a confusão mental e a dificuldade de concentração, efeitos que afetam a qualidade de vida e o funcionamento diário. A compreensão dessas sequelas é fundamental para o desenvolvimento de intervenções terapêuticas adequadas e para estimular a pesquisa de soluções eficientes que atendam às necessidades desses indivíduos no longo prazo.

No âmbito psicológico, a pandemia exacerbou algumas condições preexistentes e desencadeou novos distúrbios em uma parcela considerável da população, visto que o aumento dos casos de ansiedade, depressão e transtorno de

estresse pós-traumático (TEPT) se intensificou no pós-pandemia. Conforme Santos et al. (2020), fatores como o isolamento social prolongado, a incerteza econômica, e o luto por perdas pessoais contribuíram significativamente para o surgimento de novos distúrbios e o agravamento de distúrbios já instalados na população.

Entre as complicações e sequelas neurológicas e psiquiátricas existe uma diferenciação entre a origem das alterações, como sendo puramente neurológicas, psiquiátricas ou neuropsiquiátricas (ambas). Ainda, várias abordagens exploram questionamentos acerca da natureza neurológica ou psiquiátrica das complicações e sequelas a longo prazo da COVID-19. (CERDEIRA, p. 25, 2022).

Segundo Cerdeira (2022), a perturbação da homeostasia sistêmica e local na COVID-19 tem sido apontada como um dos principais fatores na gênese de eventos neurológicos e psiquiátricos. Pois a infecção pelo SARS-CoV-2 pode levar a uma variedade de comprometimentos cognitivos e emocionais persistentes, uma vez que o vírus pode invadir diretamente o sistema nervoso central (SNC), o que explica tais complicações e resulta em distúrbios como cefaleia, encefalite, meningoencefalite e sintomas psiquiátricos. Nesse sentido, é de suma importância a compreensão dos mecanismos subjacentes às sequelas neuropsicológicas pós-Covid-19 para o desenvolvimento de intervenções terapêuticas eficazes.

Distúrbios neurológicos

[...]múltiplos mecanismos de patogênese culminam no amplo espectro das complicações e sequelas neurológicas e psiquiátricas na COVID-19, incluindo o dano direto resultado da neuro invasão pelo SARS-CoV-2, com possível latência do SARS-CoV-2 no SN, os danos agudos e imediatos relacionados a reação do hospedeiro com inflamação perivascular, hipóxia e hipercoagulação (CERDEIRA, p. 25, 2022).

De acordo com Cerdeira (2022), as sequelas neurológicas observadas em pacientes recuperados da Covid-19 variam amplamente em termos de gravidade e tipo, abrangendo desde sintomas leves como cefaleias persistentes até condições graves como encefalite e Acidentes Vasculares Encefálicos (AVEs). Para Cerdeira (2022), a invasão direta do sistema nervoso central (SNC) pode explicar essas complicações como cefaleia, encefalite, meningoencefalite, além disso, os danos resultantes do desequilíbrio agudo do sistema imunológico sistêmico (tempestade de citocinas) e o subsequente envolvimento da imunidade adaptativa podem estar relacionados a eventos trombóticos, inflamatórios e imunomediados, que perturbam

a homeostasia do SNC, resultando em condições como hemorragias (potencialmente levando a AVE hemorrágico), AVE isquêmico e síndromes autoimunes.

Uma pesquisa do CoroNerve Studies Group (2021) mostrou resultados significativos, e que corroboram a afirmação de que a Covid-19 pode deixar sequelas neuropsicológicas sérias:

Foram incluídos 267 casos. Os acontecimentos cerebrovasculares foram notificados com maior frequência (131, 49%), seguidos de outras doenças centrais (95, 36%), incluindo delírio (28, 11%), inflamação central (25, 9%), psiquiátrica (25, 9%), e outras encefalopatias (17, 7%), incluindo uma encefalopatia grave (n = 13) Não satisfazem os critérios de delirium; e perturbações dos nervos periféricos (41, 15%). (ROSS RUSSELL et al, p. 1, 2021).

Conforme Ross Russell et al. (2021), a encefalopatia, caracterizada por um estado de confusão mental, é uma das manifestações neurológicas mais comuns em pacientes hospitalizados com Covid-19 grave. Tal condição pode resultar de múltiplos fatores, incluindo a hipóxia (falta de oxigênio), a inflamação sistêmica e as lesões diretas do vírus no tecido cerebral. Na pesquisa conduzida por Asadi-Pooya et al. (2021), foi demonstrado que, entre 2.685 indivíduos diagnosticados com COVID-19 de 3 a 6 meses antes, 12% apresentaram confusão mental, e quanto à gravidade da confusão mental, 64% dos participantes a classificaram como leve e tolerável, 27% como moderada, e 9% como grave e incapacitante. Além disso, casos de encefalite, que se trata de uma inflamação do cérebro a qual pode causar sintomas graves como convulsões, perda de consciência e danos permanentes ao tecido cerebral, também têm sido relatadas.

Os AVEs também têm sido documentados em pacientes que tiveram Covid-19, particularmente em casos graves, comparados aos dados normativos do mesmo período antes da pandemia, os casos de acidente vascular cerebral associados à COVID-19 foram mais frequentes e apresentaram maior número de fatores de risco cerebrovasculares convencionais e modificáveis. Isso, pois, a Covid-19 está associada a um estado de hipercoagulabilidade, ou seja, uma propensão aumentada para a formação de coágulos sanguíneos, o que pode levar a AVEs isquêmicos, uma vez que esses formam um coágulo bloqueando o fluxo sanguíneo para uma parte do cérebro, resultando em danos cerebrais. Ademais, relatos de AVEs hemorrágicos, também foram documentados, o que se dá pela diversificada patogenia do Covid-19 (ROSS RUSSELL et al., 2021).

De acordo com Alves Junior et al. (2023), os sintomas cognitivos como déficit de memória recente, dificuldades de concentração e execução, são frequentemente relatados entre os sobreviventes de Covid-19, um fenômeno referido como "neblina mental" ou "brain fog". Esses sintomas podem ser particularmente debilitantes, afetando a capacidade dos indivíduos de retornar ao trabalho e realizar atividades diárias normais. Uma avaliação abrangente e adequada de pacientes com disfunção cognitiva pós-COVID é fundamental, especialmente ao considerar diagnósticos diferenciais de declínio cognitivo. Embora o comprometimento cognitivo de longo prazo não seja exclusivo de pacientes que estiveram em UTI, sua ocorrência é particularmente significativa no contexto pós-doença crítica.

O termo informal "Brain Fog", originado do inglês e traduzido literalmente como "névoa cerebral", é empregado como sinônimo de disfunção cognitiva. Ele descreve a sensação de lentidão mental, confusão ou distração, impactando a capacidade de pensar e manter o foco. (ALVES JUNIOR et al., p. 4, 2023).

É crucial considerar as manifestações neurológicas em populações vulneráveis, como idosos e indivíduos com comorbidades pré-existentes. Segundo Alves Junior et al. (2023), esses grupos têm um risco aumentado de desenvolver complicações neurológicas após a infecção por Covid-19. Idosos, em particular, podem experimentar um declínio cognitivo acelerado devido à combinação dos efeitos diretos do vírus no cérebro e o impacto do isolamento social prolongado. Portanto, a identificação precoce e o manejo adequado dessas manifestações neurológicas são essenciais para melhorar os desfechos clínicos e a qualidade de vida dos sobreviventes de Covid-19.

Distúrbios psicológicos

De acordo com Faro et al. (2020), as manifestações psicológicas decorrentes da pandemia de Covid-19 são amplas e variam em severidade, abrangendo desde sintomas leves até transtornos psiquiátricos graves, alguns deles são 'insônia, ansiedade, raiva, ruminação, diminuição da concentração, mau humor e perda de energia' (FARO et al., p. 8, 2020).

Os pacientes foram admitidos em média 132 ± 72 dias após os primeiros sintomas da COVID-19. A fadiga crônica foi a principal queixa em 64% dos pacientes, [...] dispnéia (47%), rebaixamento do humor (44%), ansiedade (44%), distúrbio do sono (44%) [...] e alterações de memória (36%). (IDA et al., 2024).

Um dos problemas mais comuns relatados é a ansiedade, que pode se manifestar de diversas formas, com sintomas como medo, pânico e ansiedade excessiva, o que pode gerar perturbações no comportamento. O estudo de Ida et al. (2024) mostra que em 56% dos participantes foi detectada ansiedade provável ou possível, além disso outros artigos também demonstram um aumento significativo na prevalência de transtornos de ansiedade após a pandemia. Alguns dos motivos para o aumento da ansiedade foram o medo contínuo de infecção e as dificuldades econômicas, evidenciando a necessidade de estratégias de intervenção e suporte psicológico para mitigar os impactos de longo prazo na saúde mental da população.

A depressão também emergiu como uma consequência psicológica significativa da pandemia, os dados da pesquisa de Ida et al. (2024) mostram que 46% dos participantes desenvolveram depressão após a pandemia. A perda de entes queridos, a falta de interação social e a ruptura de rotinas diárias foram alguns dos fatores contribuintes para o aumento dos casos. Segundo Faro et al. (2020), pessoas que contraíram Covid-19 têm uma maior predisposição ao desenvolvimento de sintomas depressivos, possivelmente devido ao impacto do vírus no sistema nervoso central e à experiência traumática da doença. A depressão pós-Covid-19 frequentemente se apresenta com sintomas como tristeza persistente, perda de interesse em atividades anteriormente prazerosas, fadiga e alterações no sono e apetite.

O transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) é outra manifestação psicológica observada em indivíduos que vivenciaram a pandemia de Covid-19, especialmente entre aqueles que foram hospitalizados ou perderam familiares para a doença. O TEPT é caracterizado por flashbacks, pesadelos e uma resposta de luta ou fuga exacerbada, que podem ser desencadeados por memórias ou situações associadas ao trauma. O estudo de Raulino (2021) apontou que 'dos 381 pacientes avaliados, 115 pacientes (30,2%) apresentaram TEPT', isso pode ser explicado pois a pandemia funcionou como um evento traumático para muitos, gerando sintomas de TEPT não apenas em pacientes recuperados, mas também em profissionais de saúde e indivíduos expostos a notícias constantes sobre a crise sanitária.

As alterações no comportamento e na personalidade são aspectos críticos das sequelas neuropsicológicas pós-pandemia, uma vez que, de acordo com os estudos mostrados, muitos indivíduos relataram mudanças no humor, irritabilidade e uma sensação geral de desesperança. Esses sintomas podem ser particularmente desafiadores para famílias e redes de apoio, o que exige intervenções específicas

para contribuir com a readaptação social e emocional. O conjunto de fatores biológicos (a neuroinflamação) e psicossociais (o isolamento e o estresse) sugere que as intervenções terapêuticas devem ser multidisciplinares, fazendo uso da psicoterapia, do suporte social e, em alguns casos, de tratamento farmacológico.

Como mitigar os impactos neuropsicológicos?

Para mitigar os impactos neuropsicológicos da pandemia de Covid-19, é essencial adotar uma abordagem multidisciplinar que combine intervenções psicoterapêuticas, farmacológicas e programas de reabilitação cognitiva (ALVES JUNIOR et al., 2023).

Em consonância com Pereira (2020), a psicoterapia, em particular, tem se mostrado muito eficaz no tratamento de transtornos de ansiedade, depressão e transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). Assim como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) que são amplamente utilizadas para ajudar os pacientes a reestruturarem pensamentos disfuncionais, desenvolverem estratégias de enfrentamento eficazes e promover a resiliência emocional.

[...]a abordagem Terapia Cognitiva Comportamental (TCC), por intermédio da “psicoeducação”, ao ensinar o paciente a lidar com a doença, ora ela física ou mental, se torna uma eficiente intervenção para a população em geral. Ainda sendo estimulada, dentro da TCC, a utilização de técnicas de relaxamento e respiração para o controle da ansiedade. (PEREIRA et al., p. 20, 2020).

Além das intervenções psicoterapêuticas, o uso de medicamentos psicotrópicos pode ser necessário para alguns pacientes, como antidepressivos, ansiolíticos e estabilizadores de humor, que podem ajudar a aliviar os sintomas graves de depressão, ansiedade e TEPT. A prescrição desses medicamentos é exclusividade do médico, por isso a administração de medicamentos deve ser cuidadosamente monitorada por profissionais de saúde para ajustar as doses conforme necessário e minimizar os efeitos colaterais. Além disso, uma combinação de medicamentos com a psicoterapia é interessante para proporcionar melhores resultados do que o uso de uma única abordagem isolada.

Em contrapartida ao uso de medicamentos controlados, a utilização de fitoterápicos está sendo explorada como uma abordagem complementar à terapia para mitigar os impactos neuropsicológicos pós-COVID-19, como ansiedade, depressão e distúrbios cognitivos. Compostos bioativos presentes em fitoterápicos

como a “*Matricaria chamomilla*” (Camomila), “*Melissa officinalis*” (Melissa) e “*Cymbopogon citratus*” (Capim Santo), por exemplo, têm demonstrado potencial para auxiliar nas síndromes provenientes do covid-19, o que pode contribuir para a recuperação da função cognitiva e a melhoria do bem-estar geral dos pacientes afetados pela COVID-19 (MENDONÇA NETO et al., 2022). Entretanto, ainda são necessárias mais pesquisas clínicas para confirmar a eficácia e segurança desses tratamentos.

A reabilitação cognitiva é outro componente vital para a mitigação das sequelas neuropsicológicas, o uso de programas de reabilitação cognitiva é projetado para melhorar funções cognitivas como memória, atenção e resolução de problemas, que podem ser comprometidas pela infecção por Covid-19. Tais programas podem incluir exercícios de treino cognitivo, técnicas de memorização, e atividades estruturadas para estimular o funcionamento cerebral, o uso dessas estratégias facilitam o processo de recuperação. (ALVES JUNIOR et al., 2023).

Cabe também citar a importância do apoio social como um elemento de proteção que ajuda os indivíduos a enfrentarem situações estressoras de maneira mais eficiente. [...] Outra questão essencial levantada é a prática de atividade física regular, no qual pode auxiliar no controle da ansiedade e na regularização do sono. (PEREIRA et al., p. 20, 2020).

Intervenções de apoio social também são importantíssimas para a recuperação das pessoas acometidas, pois o isolamento social prolongado e a interrupção das interações sociais normais tiveram um impacto profundo na saúde mental dessas pessoas. Grupos de apoio, tanto presenciais quanto online, podem proporcionar um espaço seguro para os indivíduos compartilharem suas experiências e receberem apoio emocional. Além disso, programas comunitários que promovam a reconexão social e atividades grupais podem ajudar a reduzir a sensação de isolamento e promover uma recuperação mais completa (ALVES JUNIOR et al., 2023).

A educação e a conscientização pública sobre as sequelas neuropsicológicas da Covid-19 são essenciais para a mitigação desses impactos, como campanhas de saúde pública que informem sobre os sintomas, as opções de tratamento disponíveis e a importância da busca por ajuda profissional em busca de reduzir o estigma associado aos transtornos mentais (ALVES JUNIOR et al., 2023). Juntos, esses esforços podem contribuir para uma melhor compreensão e gestão das sequelas neuropsicológicas, promovendo uma recuperação mais saudável e sustentável para

os afetados pela pandemia.

Ansiolíticos x fitoterápicos

Ansiolíticos tradicionais, como benzodiazepínicos e antidepressivos, são frequentemente prescritos para o tratamento de sintomas de ansiedade e estresse relacionados às sequelas neuropsicológicas pós-pandemia da COVID-19. Isso pois esses medicamentos atuam modulando os neurotransmissores no sistema nervoso central, reduzindo a excitabilidade neuronal e promovendo um estado de relaxamento. No entanto, seu uso prolongado pode estar associado a efeitos colaterais indesejados, incluindo sedação, tolerância, dependência e comprometimento cognitivo, o que pode contrabalançar seus benefícios terapêuticos a longo prazo.

A utilização de ansiolíticos pela população muitas vezes ocorre de maneira abusiva [...] Este fato pode ocorrer devido a fatores como: erros em prescrições médicas, automedicação, dependência química e aumento das enfermidades relacionadas à psiquiatria [...]Entretanto, os efeitos dessas substâncias, decorrentes do seu uso crônico, por meses ou anos, podem resultar na dependência química do usuário [...]sendo que a abstinência prejudica severamente a sua vida social, devido à irritabilidade, à insônia excessiva, à sudorese, à dor no corpo a até mesmo às convulsões (FÁVERO et al., 2017).

Em contraste, fitoterápicos têm ganhado destaque como alternativas naturais aos ansiolíticos tradicionais no tratamento das sequelas neuropsicológicas pós-COVID, plantas medicinais como o maracujá, a camomila e a valeriana têm sido utilizadas tradicionalmente por suas propriedades ansiolíticas e sedativas, isso pois os fitoterápicos geralmente atuam em alvos semelhantes aos dos ansiolíticos convencionais, como os receptores GABAérgicos, 'a modulação do sistema GABAérgico é um dos principais mecanismos responsáveis pelos efeitos ansiolíticos dos medicamentos sintéticos e também medeia os efeitos ansiolíticos das plantas analisadas mas com menos probabilidade de causar efeitos colaterais graves' (MENDONÇA NETO et al., p. 8, 2022). No entanto, a eficácia e a segurança desses produtos podem variar amplamente devido a diferenças na composição química, na dose e na qualidade dos extratos utilizados.

Embora tenha sido possível demonstrar efeito ansiolítico e/ou indutor do sono para a maioria das plantas avaliadas, a presente revisão destaca que apesar de evidências pré-clínicas consistentes, nem todos os estudos clínicos demonstraram eficácia

ansiolítica e/ ou sedativa para as plantas investigadas. (MENDONÇA NETO et al., p. 9, 2022).

A escolha entre ansiolíticos e fitoterápicos para o tratamento das sequelas pós- COVID-19 requer uma avaliação cuidadosa dos benefícios terapêuticos esperados, dos riscos potenciais e das preferências individuais do paciente. Enquanto os ansiolíticos tradicionais podem oferecer um alívio mais imediato dos sintomas, seu uso a longo prazo pode ser limitado devido aos efeitos adversos, por outro lado, os fitoterápicos podem ser uma opção mais segura e natural, mas podem exigir uma abordagem mais individualizada devido à variação na eficácia e na resposta do paciente. Por fim, é importante considerar a integração de abordagens complementares, como terapias psicológicas e mudanças no estilo de vida, para um manejo abrangente das sequelas neuropsicológicas pós-pandemia.

Considerações Finais

A pandemia da COVID-19 trouxe à luz um conjunto complexo de desafios neuropsicológicos que persistem além da fase aguda da doença, em razão disso, neste artigo, exploramos as sequelas neuropsicológicas pós-pandemia, destacando sua diversidade e impacto na saúde da população. Com isso, ficou claro que os pacientes que se recuperaram da infecção pelo SARS-CoV-2 enfrentam uma variedade de dificuldades cognitivas e emocionais, que vão desde déficits de memória e atenção até ansiedade e depressão. Além disso, discutimos a importância de compreender os mecanismos neurobiológicos subjacentes às sequelas neuropsicológicas pós-COVID, para orientar o desenvolvimento de intervenções terapêuticas eficazes, buscando incentivar pesquisas futuras a se concentrar em elucidar esses mecanismos para informar estratégias de prevenção e tratamento mais direcionadas.

No contexto das opções terapêuticas disponíveis, foi mostrado tanto os ansiolíticos tradicionais quanto os fitoterápicos como abordagens potenciais para o manejo das sequelas neuropsicológicas pós-pandemia. A revisão bibliográfica aprofundada mostrou que enquanto os ansiolíticos oferecem um alívio imediato dos sintomas, os fitoterápicos apresentam uma alternativa mais natural e potencialmente mais segura. Entretanto, vale ressaltar que é essencial consultar um médico e considerar os benefícios e riscos de cada opção, bem como as preferências individuais, para garantir uma abordagem personalizada e eficaz.

Em última análise, a compreensão e o manejo das sequelas

neuropsicológicas pós-pandemia são essenciais para promover a recuperação completa e a resiliência dos pacientes afetados, bem como promover uma melhor qualidade de vida. Para isso é preciso uma abordagem integrada que considere não apenas os aspectos biológicos, mas também os fatores psicossociais e ambientais que influenciam a saúde neuropsicológica. À medida que continuamos a enfrentar os desafios impostos pela pandemia, é fundamental que a comunidade científica, os profissionais de saúde e os formuladores de políticas trabalhem juntos para abordar essas questões de forma abrangente e colaborativa.

REFERÊNCIAS

Alves Junior, V. D., Campos, A. S. A., Freire, A. S. de B., Matos, I. L.-C. M., & Silva, K. M. de P. (2023). “Brain Fog” na síndrome pós COVID-19: uma revisão bibliográfica. *Revista Debates em Psiquiatria*, 13, 1–19. <https://doi.org/10.25118/2763-9037.2023.v13.1109>

Asadi-Pooya, A. A., Akbari, A., Emami, A., Lotfi, M., Rostami Hossein Khani, M., Nemati, H., Barzegar, Z., Kabiri, M., Zeraatpisheh, Z., Farjoud-Kouhanjani, M., Jafari, A., Sasannia, F., Ashrafi, S., Nazeri, M., Nasiri, S., & Shahisavandi, M. (2021). Risk factors associated with long COVID syndrome: A retrospective study. *Iranian Journal of Medical Sciences*, 46(6), 428–436. <https://doi.org/10.30476/ijms.2021.92080.2326>

Bonizzato, S., Ghiggia, A., Ferraro, F., & Galante, E. (2022). Cognitive, behavioral, and psychological manifestations of COVID-19 in post-acute rehabilitation setting: preliminary data of an observational study. *Neurological Sciences: Official Journal of the Italian Neurological Society and of the Italian Society of Clinical Neurophysiology*, 43(1), 51–58. <https://doi.org/10.1007/s10072-021-05653-w>

Brasil, O. (2020). Folha informativa – COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus). Pan American Health Organization. https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875

Cerdeira, C. D. (2022). Complicações e sequelas neurológicas e psiquiátricas da COVID-19: uma revisão sistemática. *VITTALLE - Revista de Ciências da Saúde*, 34(2022), 20–42. <https://doi.org/10.14295/vittalle.v34i3.14460>

Faro, A., Bahiano, M. de A., Nakano, T. de C., Reis, C., Silva, B. F. P. da, & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia*

(Campinas), 37. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>

Fávero, V. R., Sato, M. D. O., & Santiago, R. M. (2018). USO DE ANSIOLÍTICOS: ABUSO OU NECESSIDADE? Visão acadêmica, 18(4). <https://doi.org/10.5380/acd.v18i4.57820>

Hannemann, J., Abdalrahman, A., Erim, Y., Morawa, E., Jerg-Bretzke, L., Beschoner, P., Geiser, F., Hiebel, N., Weidner, K., Steudte-Schmiedgen, S., & Albus, C. (2022). The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of medical staff considering the interplay of pandemic burden and psychosocial resources-A rapid systematic review. PloS One, 17(2), e0264290. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264290>

Ida, F. S., Ferreira, H. P., Vasconcelos, A. K. M., Furtado, I. A. B., Fontenele, C. J. P. M., & Pereira, A. C. (2024). Síndrome pós-COVID-19: sintomas persistentes, impacto funcional, qualidade de vida, retorno laboral e custos indiretos - estudo prospectivo de casos 12 meses após a infecção. Cadernos de saúde pública, 40(2), e00022623. <https://doi.org/10.1590/0102-311XPT026623>

Lacasta-Reverte, M. A., Lacasta, M., Torrijos, M. T., López-Pérez, Y., Carracedo Sanchidrián, D., Pérez Manrique, T., Casado, C., Rocamora González, C., Blanco Rosado, L., Iglesias Gutiérrez, N., Vidal, E., Trigo, D., & Marti, J. (2020). Impacto emocional en pacientes y familiares durante la pandemia por COVID-19. Un duelo diferente. Medicina paliativa. <https://doi.org/10.20986/medpal.2020.1188/2020>

Mendonça Neto, I. J. de, Costa, S. S. L. da, Barboza, V. de N., Vale, C. M. G. C. do, Nunes, F. V. A., Aires, C. A. M., Moraes, M. de, & Brito, T. S. de. (2022). Plantas medicinais e fitoterápicos no cuidado da saúde mental em tempos de pandemia: uma revisão da literatura. Revista de Medicina, 101(3). <https://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v101i3e-183634>

ONU. THE UNITED NATIONS ORGANIZATION. (2020). *Informe: El impacto del COVID-19 en América Latina y el Caribe*. ONU Mujeres: América Latina y el Caribe. <https://lac.unwomen.org/es/digiteca/publicaciones/2020/07/informe-el-impacto-de-covid19-en-america-latina-y-el-caribe>

Pallanti, S., Grassi, E., Makris, N., Gasic, G. P., & Hollander, E. (2020). Neurocovid-19: A clinical neuroscience-based approach to reduce SARS-CoV-2 related mental health sequelae. *Journal of Psychiatric Research*, 130, 215–217.

<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2020.08.008>

Pereira, M. D., Oliveira, L. C. de, Costa, C. F. T., Bezerra, C. M. de O., Pereira, M. D., Santos, C. K. A. dos, & Dantas, E. H. M. (2020). A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 9(7), e652974548. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4548>

Quadros, L. C. de T., Cunha, C. C. da, & Uziel, A. P. (2020). ACOLHIMENTO PSICOLÓGICO E AFETO EM TEMPOS DE PANDEMIA: PRÁTICAS POLÍTICAS DE AFIRMAÇÃO DA VIDA. *Psicologia & sociedade*, 32. <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2020v32240322>

Raulino, P. (2021, maio 4). Transtorno de estresse pós-traumático em pacientes pós-COVID-19 grave. *Dr. Petrus Raulino*. <https://petrusraulino.com.br/transtorno-de-estresse-pos-traumatico-em-pacientes-pos-covid-19-grave/>

Ross Russell, A. L., Hardwick, M., Jeyantham, A., White, L. M., Deb, S., Burnside, G., Joy, H. M., Smith, C. J., Pollak, T. A., Nicholson, T. R., Davies, N. W. S., Manji, H., Easton, A., Ray, S., Zandi, M. S., Coles, J. P., Menon, D. K., Varatharaj, A., McCausland, B., ... Galea, I. (2021). Spectrum, risk factors and outcomes of neurological and psychiatric complications of COVID-19: a UK-wide cross-sectional surveillance study. *Brain Communications*, 3(3), fcab168. <https://doi.org/10.1093/braincomms/fcab168>

Taquet, M., Geddes, J. R., Husain, M., Luciano, S., & Harrison, P. J. (2021). 6-month neurological and psychiatric outcomes in 236 379 survivors of COVID-19: a retrospective cohort study using electronic health records. *The Lancet. Psychiatry*, 8(5), 416–427. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00084-5](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00084-5)

Varatharaj, A., Thomas, N., Ellul, M. A., Davies, N. W. S., Pollak, T. A., Tenorio, E. L., Sultan, M., Easton, A., Breen, G., Zandi, M., Coles, J. P., Manji, H., Al-Shahi Salman, R., Menon, D. K., Nicholson, T. R., Benjamin, L. A., Carson, A., Smith, C., Turner, M. R., ... CoroNerve Study Group. (2020). Neurological and neuropsychiatric complications of COVID-19 in 153 patients: a UK-wide surveillance study. *The Lancet. Psychiatry*, 7(10), 875–882. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30287-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30287-X)