

Vol.
2



CARTILHA SOBRE ESTIGMA E PRECONCEITO NA COVID-19

SAÚDE MENTAL E A PANDEMIA DE COVID-19

Nesse momento de pandemia, além dos efeitos já conhecidos da doença, temos que muitos sofrem com um fator que vai para além disso tudo: o preconceito, a discriminação e o estigma relacionados à COVID-19.

Inicialmente, precisamos responder à seguinte questão:

O que é estigma?

Segundo a Unicef, em parceria com a Organização mundial de saúde, o estigma aparece quando existe uma associação negativa entre as pessoas ou grupos que possuem certos aspectos de uma doença específica.

Esse fenômeno, análogo ao preconceito, tem como característica o medo de se aproximar e interagir com o alvo do demérito. Isso significa que, na situação em que nos encontramos, muitas pessoas são taxadas, estereotipadas e discriminadas. Um exemplo em escala global é a sinofobia (sentimento contra a China, seu povo ou sua cultura), em função dos primeiros casos no mundo terem sido identificados nesse país.

A estigmatização é especialmente comum em surtos de doença. A história nos mostra que esse comportamento depreciativo que ocorre em pandemias traz prejuízos às comunidades e grupos étnicos específicos. Durante anos, era comum as doenças virais estarem associadas aos locais ou regiões onde ocorreram os primeiros surtos. As populações desses locais sofreram com comportamento racista e discriminatório. Foi o caso do Ebola, da síndrome respiratória do Oriente Médio ou no vírus Zika e agora é o caso da COVID19. Esse estigma afeta a saúde emocional ou mental dos grupos estigmatizados e das comunidades em que vivem, incluindo suas famílias.



A segunda pergunta que podemos nos fazer é:

Por que a COVID-19 causa tanto estigma?

Existem três fatores que são principais para a resposta dessa pergunta:

- 1) Por ser uma doença muito recente e desconhecida, ainda há muitos “não saberes”;
- 2) Temos sempre medo do que não conhecemos;
- 3) É muito mais fácil associar o medo à “outros”

O medo e a preocupação com o contágio da doença são compreensíveis, pois as pessoas temem por sua saúde devido ao risco de evolução para as formas graves de manifestação da COVID 19. No entanto, esse medo e preocupação podem ser aumentados pela percepção equivocada da sociedade.

As respostas às doenças são moldadas por sua imprevisibilidade e contágio percebido. Atos explícitos de racismo e discriminação, bem como sentimentos mais secretos de hostilidade, geralmente são motivados pelo pânico e pela incerteza embasados em percepções distorcidas de risco. Esse tratamento pode afetar negativamente tanto aqueles que já possuem a doença, quanto seus cuidadores, familiares, amigos e até toda a comunidade.

Grupos estigmatizados podem ser submetidos a:



Segundo a American Psychological Association, a estigmatização de grupos vulneráveis durante epidemias e pandemias pode colocá-los em risco porque o estigma pode levá-los a ocultar os sintomas da doença e a não procurar atendimento médico para evitar discriminação.

Informações distorcidas da realidade, fake news e abordagens equivocadas no enfrentamento da pandemia podem exacerbar a sensação de insegurança na população. Com informações e conhecimentos corretos publicados em mídias sociais, é provável que haja redução na sensação de medo e, conseqüentemente, da estigmatização.

A partir disso, é importante saber como podemos lidar com o estigma social causado por essa doença, através de passos simples (OMS e APA)



PALAVRAS IMPORTAM

Ao se mencionar a doença por coronavírus, algumas palavras podem ter um significado negativo para algumas pessoas (por exemplo: isolamento, quarentena...). O uso de tais palavras pode acentuar e perpetuar estereótipos negativos e dar forças para falsas premissas tanto sobre pessoas quanto sobre a doença, o que pode inclusive, causar pânico e desumanizar aqueles que são acometidos por ela.

01

02

CORRIJA MITOS, ESTEREÓTIPOS E RUMORES

O governo, os cidadãos, a mídia, os influencers e as comunidades possuem importante papel na prevenção e até em acabar com o estigma provocado pela doença. Precisamos ser cuidadosos e engajados em comunicar comportamentos construtivos sobre o novo coronavírus, como no ato de não espalhar notícias falsas ao engajar-se em redes sociais. Todos temos a responsabilidade de corrigir a linguagem estigmatizante e desafiar os mitos.



ENVOLVA PESSOAS INFLUENTES NA SOCIEDADE

Líderes religiosos, líderes empresariais, autoridades eleitas e celebridades podem ser muito eficazes na modelagem da comunicação apropriada e na interação positivas com membros de grupos estigmatizados.

03

04

AMPLIFIQUE AS VOZES DE PESSOAS QUE TIVERAM EXPERIÊNCIA COM A DOENÇA

A maioria das pessoas que contrai o vírus se recupera e pode ser reconfortante para o público ouvir suas experiências, principalmente quando esses indivíduos refletem a diversidade de nossas comunidades. Da mesma forma, honrar os prestadores de atendimento de primeira linha pode reduzir o estigma contra esses grupos.





RETRATE DIFERENTES GRUPOS ÉTNICOS EM MATERIAIS DE INFORMAÇÃO PÚBLICA

Imagens de diversas comunidades trabalhando juntas para reduzir riscos podem comunicar poderosamente mensagens de solidariedade e compromissos compartilhados com a saúde e o bem-estar.

05

06

PROMOVA O JORNALISMO ÉTICO

Relatos da mídia que se concentram no comportamento individual e na "responsabilidade" dos indivíduos infectados por ter e espalhar o vírus podem estigmatizar esses indivíduos. Os consumidores de notícias devem insistir em reportagens responsáveis da mídia que enfatizem práticas de prevenção, sintomas para procurar e quando procurar atendimento.

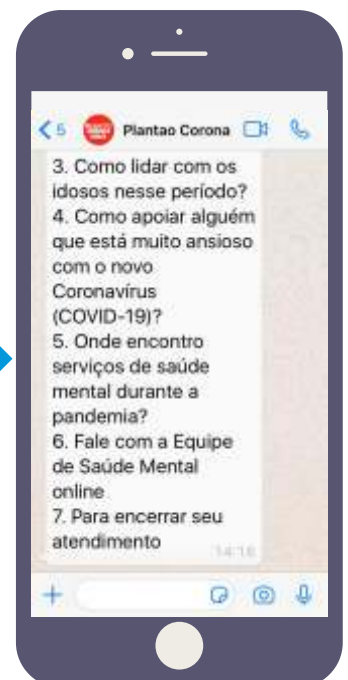
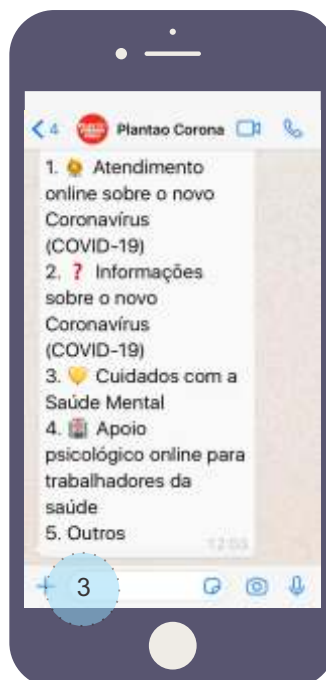


Neste momento, diversas iniciativas gratuitas e on-line tem sido disponibilizadas para ajudar cidadãos e profissionais de saúde a lidar com as dificuldades impostas pela pandemia pela COVID-19. O hotsite www.coronavirus.ceara.gov.br oferece apoio emocional e psicológico via whatsapp.




Atendimento Virtual
coronavirus.ceara.gov.br
Whatsapp
85 8439.0647

TeleSaúde 24h
0800 275 1475





Abaixo também estão alguns exemplos de como falar sobre a COVID19 (OMS, IFRC e UNICEF)

 **Fale sobre a doença do novo coronavírus (COVID-19)**


 Não associe locais ou etnias à doença, este não é um "vírus Wuhan", "vírus chinês" ou "vírus asiático". O nome oficial da doença foi escolhido deliberadamente para evitar a estigmatização - o "co" significa Corona, "vi" para vírus e "d" para doença, 19 é porque a doença surgiu em 2019.


 **Fale sobre pessoas "adquirindo" COVID-19**


 Não fale sobre pessoas "transmitindo COVID-19" "infectando outras pessoas" ou "espalhando o vírus", pois isso implica transmissão intencional e atribui a culpa. O uso de terminologia criminalizadora ou desumanizadora cria a impressão de que as pessoas com a doença de alguma forma fizeram algo errado ou são menos humanas que o resto de nós, alimentando o estigma, minando a empatia e potencialmente alimentando uma relutância maior em procurar tratamento ou participar de triagem, testes e quarentena.


 **Enfatizar a eficácia da adoção de medidas de proteção para evitar a aquisição do novo coronavírus, bem como triagem, teste e tratamento precoces.**

Todos compartilhamos a responsabilidade por boas práticas de saúde pública. Assim como sabemos lavar as mãos e manter uma distância social apropriada, devemos praticar bons comportamentos quando se trata de abraçar e valorizar diversos povos e comunidades.

 **Fale com precisão sobre o risco da COVID-19, com base em dados científicos e nos últimos conselhos oficiais de saúde.**

 Não repita ou compartilhe rumores não confirmados e evite usar linguagem hiperbólica projetada para gerar medo como "praga", "apocalipse" etc.

 **Fale positivamente e enfatize a eficácia das medidas de prevenção e tratamento. Para a maioria das pessoas, essa é uma doença que eles podem superar. Existem etapas simples que todos podemos tomar para manter a nós mesmos, nossos entes queridos e os mais vulneráveis em segurança.**

 Não enfatize ou se concentre no negativo ou nas mensagens de ameaça. Precisamos trabalhar juntos para ajudar a manter os mais vulneráveis em segurança.



ORGANIZAÇÃO:

ANDRÉ LUÍS BEZERRA TAVARES

REVISÃO:

ANNA KARYNNE DA SILVA MELO

AUTORES:

JOÃO MARCOS DE ARAÚJO LEITE

ANDRÉ LUÍS BEZERRA TAVARES

RODRIGO FREITAS DA COSTA

ANA NERY DE CASTRO FEITOSA

LEISSA FEITOSA ALBUQUERQUE LIMA DE MAGALHÃES

PROJETO GRÁFICO

ESCOLA DE SAÚDE PÚBLICA DO CEARÁ



REFERÊNCIAS

LIN, C.Y. Social reaction toward the 2019 novel coronavirus (COVID-19). Soc Health Behav 2020;3:1-2

WHO (24 February 2020)

World Journal of Clinical Cases (WJCC 2020 February)-
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7052559/pdf/WJCC-8-652.pdf>

AIDS and Behavior-
https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7137404/pdf/10461_2020_Article_2856.pdf

Nature (2020)- <https://media.nature.com/original/magazine-assets/d41586-020-01009-0/d41586-020-01009-0.pdf>

American Psychological Association (APA 2020)
<https://www.apa.org/news/press/statements/combating-covid-19-bias.pdf>

WHO (25 February 2020) https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/risk-comms-updates/update-11-epi-win-covid19.pdf?sfvrsn=e9e9c123_4

Sociedade Brasileira de Psicologia (SBP, 2020)
https://www.sbsonline.org.br/arquivos/Tópico_4_Trabalhando_com_profissionais_de_saúde_que_enfrentam_reações_negativas_das_pessoas_ao_redor_durante_a_COVID-19_No_Tópico_4_abordamos_como_entender_e_minimizar_a_estigmatizacao_dos_profissionais_de_saúde1.pdf

Icons made by
<https://www.flaticon.com/authors/freepik>

Infographic vector created by
<https://www.freepik.com/free-photos-vectors/infographic>

Pictures and vectors vy www.freepik.com