



A INTERDISCIPLINARIEDADE NA SAÚDE MENTAL: A EXTENSÃO PROMOVENDO ESPAÇOS DE COMUNICAÇÃO

Paula Maria Trabuco¹, Aristóteles Mesquita de Lima Neto¹, Zaqueu Henrique de Souza¹, Nardel Luiz Ribeiro da Silva Junior³, Karla Carolina Rezende Silva², Willian Borges Menezes Filho²

RESUMO: O referido artigo tem como objetivo, através de relato de experiência, realizar um recorte da vivência diante do projeto de extensão Ciclo de Conversa: a interdisciplinaridade na saúde mental. O momento pandêmico em que nos encontramos atualmente, obrigou os atores da educação a se adaptarem e abrir oportunidades de debates temas, que antes eram abordados entre pares, possam ser discutidos por especialistas e pela comunidade de forma a dar voz para o que não é dito e chegarmos nos lugares que antes, com eventos presenciais, não se era possível. Entre os meses de Março a Junho de 2021 foram realizados 6 ciclos de debates com o objetivo de falar sobre temas relacionados a saúde mental, sempre sobre um viés interdisciplinar. Como resultado obteve-se um grande numero de acesso de pessoas de todas os lugares sociais e foi possível tecer um diálogo com todas as esferas do conhecimento que juntas contribuíram para viabilizar um lugar de reflexão sobre a saúde mental de forma mais concreta e total.

Palavras-chave: Saúde Mental. Pandemia COVID 19. Webinário.

INTERDISCIPLINARITY IN MENTAL HEALTH: EXTENSION PROMOTING COMMUNICATION SPACE

ABSTRACT: This article, through an experience report, a snippet of the experience in front of the extension project Conversation Cycle: the interdisciplinarity in mental health.

The pandemic moment in which we currently find ourselves has forced education actors to adapt and open opportunities for debates on issues that were previously discussed among peers to be discussed by experts and the community in order to give voice to what is not said and to reach places that before, with face-to-face events, it was not possible. Between March and June 2021, 6 cycles of debates were held with the aim of talking about issues related to mental health, always with an interdisciplinary bias. As a result, a large number of people from all walks of life were accessed and it was possible to establish a dialogue with all spheres of knowledge that together contribute to a place of mental health in a more concrete.

Keywords: Mental Health. COVID 19 Pandemic. Webinar.

INTERDISCIPLINARIEDAD EN SALUD MENTAL: ESPACIO PROMOTOR DE EXTENSIÓN DE LA COMUNICACIÓN

RESUMEN: Este artículo tiene como objetivo, a través de un relato de experiencia, hacer un corte de la experiencia anterior al proyecto de extensión Ciclo de Conversación: interdisciplinariedad en salud mental. El momento de pandemia en el que nos encontramos actualmente ha obligado a los actores de la educación a adaptarse y abrir espacios de debate, temas que antes se abordaban entre pares, pueden ser discutidos por expertos y la comunidad para poder dar voz a lo que no se dice y alcanzar. lugares que antes, con eventos presenciales, no eran posibles. De marzo a junio de 2021 se realizaron 6 ciclos de debates con el objetivo de hablar sobre temas relacionados con la salud mental, siempre con un sesgo interdisciplinario. Como resultado se accedió a un gran número de personas de todos los espacios sociales y se logró tejer un diálogo con todas las esferas del saber que en conjunto contribuyeron a habilitar un espacio de reflexión sobre la salud mental de una forma más concreta y total.

Palabras clave: Salud mental. Pandemia de COVID 19. Seminario web.

¹ Docente do Curso de Medicina, Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES.

² Docente do Curso de Engenharia, Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES.

³ Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Mineiros - UNIFIMES

Autor correspondente:
paula@unifimes.edu.br

INTRODUÇÃO

O momento pandêmico em que nos encontramos atualmente, obrigou os atores da educação a se adaptarem para conseguirem, mesmo distantes, estarem presentes na construção da aprendizagem. Esse “novo normal” que o ensino remoto estabeleceu, nos deu a possibilidade de nos aproximarmos ainda mais através de eventos que antes talvez seriam intangíveis por questões geográficas e econômicas. Além disso, fez-se necessário estabelecermos mais momentos de conversas e aproximarmos a relação professor-aluno-universidade-comunidade.

Um evento pandêmico como o que estamos vivendo no momento ocasiona perturbações psicológicas e sociais que afetam a capacidade de enfrentamento de toda a sociedade, em variados níveis de intensidade e propagação (BRASIL, 2020)

Segundo World Health Organization (WHO), durante uma pandemia, é de extrema importância auxiliar a conscientização da população em geral sobre a patologia, de modo a diminuir a ansiedade social e estimular mudanças comportamentais que poderão ajudar no controle da doença. Diante disto, é importante pensar a comunicação como uma forma de gestão diante de emergência sanitária que pode, quando não administrada, gerar preocupação, ansiedade e pânico na sociedade (WHO, 2020). Dentro da literatura já produzida, alguns estressores gerados neste momento pandêmico são: necessidade de afastamento de amigos e familiares, incerteza quanto ao tempo de distanciamento (BROOKS et al., 2020), tédio (BARARI et al., 2020), medo (LIMA et al., 2020) e outros.

Neste contexto, percebeu-se a necessidade de se pensar em um projeto de extensão que criasse um espaço para que a interdisciplinaridade atue na construção da saúde mental individual e coletivo, abrindo oportunidade para que temas abordados entre pares possam ser discutidos por especialistas e pela comunidade de forma a dar voz para o que não é dito e chegarmos nos lugares que antes, com eventos presenciais, não se era possível.

Através das plataformas midiáticas, um evento pode ser visto e revisto quantas vezes forem desejadas, e os imprevistos que impediam os encontros não se tornam impeditivos para a participação das pessoas.

Acredita-se que realmente temos “um novo normal” que expandiu nossa possibilidade de intervenções e precisamos aproveitá-lo da melhor maneira possível. Com foco interdisciplinar, as temáticas abordadas tentaram evidenciar o que está presente no cotidiano individual, trazendo os conceitos do senso comum para o meio acadêmico, problematizando-os e assim construindo novos conceitos e possibilitando vivências mais saudáveis.

Este trabalho objetiva apresentar, através de relato de experiência, um recorte da vivência diante do projeto de extensão Ciclo de Conversa: a interdisciplinaridade na saúde mental apresentando os principais eixos temáticos trazidos durante os dias do evento evidenciando esta interlocução entre as diversas áreas do conhecimento em busca de contribuições para a saúde mental neste tempo de pandemia.

METODOLOGIA DO EVENTO

Entre os meses de Março a Junho de 2021 foram realizados ciclos de debates com o objetivo de falar sobre temas relacionados a saúde mental, sempre sobre um viés interdisciplinar. Ocorreram 6 encontros com os seguintes temas:

- A construção do pensamento científico na prática profissional

- O impacto da disbiose intestinal na saúde do corpo e da mente
- O corpo em frente ao computador: Impactos do remoto no adoecimento
- Gestão Profissional: a importância do capital intelectual.
- Impactos do cancelamento na saúde mental
- Distanciamento Social: o que esperar deste “novo normal”.

Todos os encontros tiveram em média 200 participantes, bem como após o dia do evento, ainda houve vários acessos. Diante destes resultados, percebeu-se que a metodologia de webnários possuem um impacto de intervenção de forma significativa sendo um bom recurso para se levar a informação a várias camadas sociais.

O Webnário (ou Webinar) é uma modalidade de webconferência com intuito educacional, de forma que através de chat pode haver uma interação imediata dos participantes com os responsáveis pela articulação do tema proposto. O webinar pode ocorrer tanto através de uma aplicação específica, instalada em cada um dos computadores dos participantes (zoom ou Teams), quanto por meio de uma plataforma web que opera dentro do navegador, bastando digitar o endereço do site onde o webinar é transmitido. No caso deste, foi a plataforma do Youtube, através do Canal da Instituição, possibilitando maior visibilidade ao evento e que o maior número possível de pessoas possa assistir.

Fora trabalhado em cada mês duas temáticas, mediante disponibilidade dos convidados e da plataforma a ser utilizada. Um dos recursos muito utilizados no webnário foi o chat, que possibilitou a interação, em tempo real, dos participantes com o palestrante e entre eles, discutindo o tema e realizando perguntas que eram respondidas ao vivo. Esta metodologia possibilitou a aproximação de todos os atores envolvidos na construção do evento.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como resultado do projeto apresenta-se os pontos fundamentais das falas dos convidados que contribuem para o processo de saúde mental.

O primeiro ponto abordado está vinculado construção do pensamento científico na prática profissional, abordada a partir de questões de que o pensamento científico está ligado ao cientista, sendo considerada a pessoa que exerce uma atividade sistemática com o fim de obter conhecimento. Este, possui habilidades e métodos científicos que busca solucionar problemas e dúvidas na sociedade. Desse modo, a compreensão da ciência é de extrema necessidade e alguns autores podem ajudar nessa identificação e compreensão do que vem a ser o conhecimento.

O ensino superior é a abertura desse interesse pela construção do conhecimento, sendo que o melhor seria se este interesse fosse alicerçado desde a educação básica, gerando espaço na escola para a reflexão e a busca em tentar entender e criar soluções para problemas do cotidiano. Na construção do conhecimento é importante saber a diferença entre o senso comum e o senso crítico. Além disso, o método científico compreende várias formas de construção de informações, coleta de dados e análise para que compreenda o fenômeno a ser estudado e está sujeito a sofrer mudança para melhorias a partir de novas descobertas e aprimoramento de conhecimento.

Não existe ensino sem pesquisa e nem pesquisa sem ensino. Em busca deste teor científico ao pensamento é importante desmistificar as chamadas “Fakes News” do conhecimento, disseminadas na sociedade, principalmente em época de pandemia. A negação da ciência, neste contexto das falsas notícias, está ligada as pessoas que não conhecem a ciência, ou que, mesmo que obtiveram formação

acadêmica não mudaram sua opinião, tento ainda preconceito em relação aos métodos empregados na construção do conhecimento científico.

Muito disto, está ligado a forma como ocorre a formação dos sujeitos do ensino superior. Existe uma crítica acadêmica vinculada a forma como os professores pensam o ensino nesta modalidade, sendo necessário inclusive, neste momento pandêmico, discutir de forma mais aprofundada a didática utilizadas nas salas de aulas, que hoje são as plataformas de reuniões online, permitindo a expansão deste espaço para dentro das casas dos alunos, em um espécie de home office escolar.

A crítica aqui levantada está relacionada diretamente ao uso de textos para o direcionamento dos estudos dos alunos, que deve primar pela qualidade e não pela quantidade de textos, pois, o foco deve ser voltado para uma prática de discussão e troca de conhecimento para melhor formação, bem como o uso do pensamento reflexivo. O contrário disso, leva a uma perda da oportunidade de comunicação entre o professor e o aluno, que por sua vez, ao olhar a quantidade de leitura e sua realidade cotidiana, não consegue cumprir o proposto, o que gera um adoecimento mental, bem como seu desinteresse pela aula.

Outro aspecto importante, discutido no evento, está relacionado a busca pela saúde mental, que diretamente ligada ao hábito de vida dos sujeitos que colabora ou não para o funcionamento orgânico. Aqui levanta-se a temática da disbiose intestinal e a sua relação com a saúde mental. O organismo possui células nervosas no intestino, portanto todas as nossas ações, reações emocionais, pensamentos possuem uma interconexão entre o cérebro e o intestino, de modo que agem em harmonia.

A disbiose intestinal é, portanto, definido como o desequilíbrio da harmonização da microbiota intestinal que acarreta diversas alterações do corpo. Entre os pesquisadores desta temática, o intestino é considerado como o segundo cérebro e que a microbiota intestinal visto como terceiro cérebro. Quando há a ingestão de alimento, o sistema gastrointestinal libera alguns neurotransmissores como a adrenalina, serotonina, cortisol entre outros, os quais servem para regulação de diversos mecanismos do corpo como sono, felicidade, fome, ânimo.

Quando há o aumento da disbiose intestinal, ou seja, o aumento das bactérias intestinais consideradas ruins, há uma diminuição do neurotransmissor da serotonina que é um neurotransmissor intimamente ligado à depressão, como também o aumento do cortisol que está ligado ao transtorno de ansiedade. Além disso acarreta uma série de prejuízos não só na saúde mental, como também no sistema imunológico pois atinge as células de defesa do organismo.

Ressalta-se que o uso de fármacos excessivos ou automedicação, na qual o indivíduo entra em um ciclo vicioso, se alimenta mal e para tentar “corrigir” sua saúde faz uso de medicações, como o uso de laxantes, que geram lesão da mucosa intestinal prejudicando ainda mais a saúde da pessoa.

Um aspecto importante relacionado a saúde mental e física está ligada a qualidade de sono, e ainda ligada ao hábito adquirido, nesta pandemia, de ficar muitas horas em frente do computador. É extremamente importante que haja disciplina e organização nos horários de atividades, intercalando práticas de exercícios físicos e boa alimentação. Isto significa, em termos práticos, possuir um planejamento diário composto pelos horários de aula, de descanso, de trabalho e momentos de se “desconectar” a um eletrônico e buscar leituras ou atividades que visem descansar o sujeito, além de evitar alimentos compostos por cafeínas, açúcares ou que não tenham nutrientes consideradas benéficas ao organismo, como bolachas, salgadinhos, principalmente no horário noturno.

Todos esses hábitos precisam ser analisados levando em consideração as mudanças ocorridas entre épocas. Evidencia-se, por exemplo, os problemas emocionais e posturais, como as dores na coluna, que são um dos principais problemas associados à evasão de trabalho e que esse aspecto se encontra pouco avaliado devido a parte das pessoas estarem trabalhando em casa. Salienta-se o aumento de gordura abdominal em crianças e associado ao ato de dormir ou ficar muito tempo

ligados a jogos eletrônicos. A mesmo modo, percebe-se em pessoas mais velhas, dores na coluna, principalmente as cervicais, em decorrência do uso de celular e telas do computador de maneira postural errônea.

Algumas práticas corporais podem ser desenvolvidas, com o enfoque em evitar o comportamento sedentário. Para crianças é importante o resgate de brincadeiras que estimulem movimentos amplos como amarelinha, “morto vivo”, “escravos de jô”. No que tange a jovens e adultos necessita-se de uma combinação de exercícios, que podem ser realizados em casa, consistindo em agachamentos, alongamentos, pranchas e exercícios para os dedos.

Além dos aspectos físicos, precisa-se compreender o poder do comportamento social no adoecimento mental. Aqui aborda-se o comportamento de cancelamento definido como o ato de boicotar nas redes sociais pessoas públicas e marcas que tenham feito ou falado alguma coisa considerada moralmente errada e politicamente incorreta. O cancelamento é mais comum em pessoas vinculadas as mídias sociais. Como exemplo, o Big Brother Brasil (um programa televisivo que retrata a rotina de 20 pessoas isoladas da vida social, da vida pessoal e do contato com parentes e/ou amigos, ficando confinadas em uma casa, tendo que aprender a ter relações interpessoais de amor, amizade ou ódio) que no ano de 2021, na qual foi visto por milhares de pessoas diariamente, alguns participantes tiveram atitudes ou falas que foram represadas no mundo externo ao programa, através das redes sociais.

Toda esta discussão leva ao seguinte questionamento: a função do cancelamento seria o de educar as pessoas? Será que quando há o cancelamento, o objetivo é o de provocar a mudança, que essas pessoas passem a agir de maneira diferente? Qual a função do cancelamento? Quem é que cancela e quem é o cancelado? Ou será uma maneira de despejar o ódio e a raiva? O cancelamento entra no lugar do diálogo, do debate e da indiferença. Isso mostra que, infelizmente, ainda não conseguimos cancelar somente a atitude, e, desta forma, cancelamos também a pessoa.

Existem outras formas de apontar os erros da pessoa e que usar o cancelamento para cancelar alguém é uma forma pouco eficaz, trazendo consequências negativas tanto para quem cancelada, quanto para quem é cancelado. Esses “canceladores” acabam se tornando críticos demais e se sentem no lugar de avaliar e julgar o outro, agindo de uma forma intolerante sem respeitar as diferenças e provocando prejuízos na saúde mental individual e coletiva.

Os principais efeitos na saúde mental citados estão relacionados ao prejuízo que esse cancelamento causa a curto ou longo prazo. Esses efeitos são abordados como uma forma de sofrimento e desprezo tão grande que leva o indivíduo a se retirar do convívio social causando um grande adoecimento mental, como depressão, síndrome do pânico, ansiedade e reclusão, podendo levar a pessoa a retirar a sua própria vida.

E o que vem depois do cancelamento? Esta resposta varia de pessoa para pessoa. Há aquelas que o cancelamento não afeta sua vida, que mesmo sendo julgadas conseguem seguir sua rotina diária, como se nada tivesse acontecido. Já outras sofrem constantemente e como dito anteriormente, podendo até desenvolver transtornos mentais, alterando sua forma de ver o mundo, de lidar com seu cotidiano.

A forma de agir diante de um cancelamento tem como variante a cor da pele, a condição social e a estrutura emocional do indivíduo. O cancelamento, como já evidenciado, é uma forma de reprimir as pessoas que cometem erros, através de julgamentos ou atitudes cruéis e pouco eficaz. Mas, isso acontece, não só na mídia, mas também, nas escolas, no trabalho, nas famílias, no cotidiano, sendo possível horas estarmos como sujeitos cancelados e hora sermos atores principais do cancelamento.

É importante refletir sobre este tema e respeitar a diversidade, aprender a lidar de formas diferentes ao erro das pessoas, através de diálogos, espaço de amadurecimento, apontar o erro de

forma educativa e que promova mudanças positivas. Neste momento de pandemia, o distanciamento social foi imposto a todos, levando a novos hábitos e ações de vida. Com a primeira e segunda onda da Covid 19, teve uma incorporação de novos hábitos e junto a isso também houve um aumento de ansiedade e de depressão.

Uma das questões mais fundamentais foi o reconhecimento da finitude da vida, pois hoje podemos ter um pai, um avô ou um amigo de infância e amanhã não os ver nunca mais. Por outro lado, onde tem a finitude também tem a renascença, e todos foram convidados a se reinventar. É necessário entender como cada um irá conviver, sobreviver e viver o melhor possível. Olhando para 2020, o que foi feito de diferente? Pois, 2020 foi um “laboratório de observação” e o ano de 2021 está sendo um “laboratório de experiência”.

Há a preocupação, no contexto em que vivemos, com o Serviço de Saúde relacionados a dificuldade ao acesso a estes serviços e a pandemia veio como alerta para a responsabilidade coletiva. Ainda há uma falta de educação básica e uma irresponsabilidade enorme de deixar serviços parados, com a justificativa de não tem vacina. A responsabilidade não se resume a somente a sala de aula e reduzido nas quatro paredes com um quadro ou Datashow. Tanto alunos quanto professores estão cansados e que precisam se ajudar a construir juntos cenários de saúde.

Em um primeiro momento, o aluno deve organizar o espaço para estudar e assistir aulas, organizar o horário e ter uma rotina. Ninguém é tão responsável pela nossa formação como nós mesmos e cada um tem que se responsabilizar para ser um bom profissional. É importante buscar o autoconhecimento, no sentido de não se sobrecarregar e se preocupar em sobreviver da melhor forma possível enfatizando a ato de distanciamento social, usar máscaras e lavar as mãos. E a segunda meta é sobreviver com alegria e sanidade, porque estamos vivenciando um momento histórico e garantir condições de, no futuro, contar isso para nossos filhos e netos.

Além do espaço escolar, é importante se pensar no mercado de trabalho. O indivíduo já nasce com algumas habilidades e competências específicas, entre elas a lógica matemática, linguística, física, interpessoal, existencial, musical e materialista. E a partir do momento que o indivíduo é inserido em um contexto, ele vai ter diversos momentos para poder desenvolver essas habilidades. Aqui resgatamos o conceito de capital intelectual, ao valor gerado pelo conhecimento disponível e aprimorado dentro ou fora de uma organização, e é formado por três pilares: capital interno (aquele que envolve os modelos corporativos das corporações); capital externo (conjuntura que envolve os clientes, fornecedores, marcas e imagens); e capital humano (dividido em duas vertentes, de habilidades e competências e de experiências e valores).

Para poder investir no capital intelectual é necessário que o indivíduo tenha cinco bases sólidas para gerar gestores e colaboradores, são elas bases colaborativas, criativas, críticas, analíticas e autônomas. Já para saber gerir é necessário reduzir a taxa de turnover, apostar em programas de formação, estruturar os processos, desenvolver fluxo de comunicação eficaz e investir em tecnologias de suporte. A taxa de turnover é aquela movimentação dinâmica entre profissionais e instituições, ou seja, é aquele profissional que teve uma certa formação em uma empresa e ganhou uma experiência e decide mudar de empresa ou criar a sua própria. A redução dessa taxa é importante para poder reter os funcionários numa perspectiva formativa que ele irá dar bons resultados e que de fato seja um profissional diferencial. Este feito ocorre através da valorização do profissional, não apenas pelo salário, mas pelo relacionamento com os funcionários, valorizando o bem-estar do colaborador. Os programas de formação ajudam a evitar a retenção de conhecimento em um único funcionário, pois caso esse indivíduo tenha que se afastar do trabalho, a empresa possui outros funcionários capazes de fazer o mesmo trabalho daquele colaborador.

A estruturação dos processos é uma forma de registrar o funcionamento da empresa, mantendo suas informações seguras. Atualmente, a maioria das empresas tendem a trabalhar com a gestão da qualidade, seja ela em questão de produtos ou em serviços, e para que isso ocorra o gestor deve estruturar os processos delegando as atividades para a sua equipe para ter o comprometimento de todos os setores, engajados na perspectiva futura da empresa.

Para saber o curso do desenvolvimento da empresa, é indispensável que ocorra um fluxo de comunicação em duas vias, o feedback. Com essa comunicação é possível identificar as falhas e acertos da gestão do capital intelectual. Por fim, temos a tecnologia de suporte para que a gestão intelectual não se baseia apenas nos feelings (intuição), pois a maioria dos gestores possuem feelings variáveis que pode não refletir no cenário real daquela tarefa que está sendo executada. Essa tecnologia de suporte é feita através de um relato dos colaboradores e até mesmo dos clientes para que numa troca de gestão, quem estiver assumindo já conhecer de fato o corpo de colaboradores.

Toda esta análise nos leva a pensar que uma boa prática organizacional evita que os sujeitos envolvidos adoçam, em níveis psicológicos, emocionais e físicos. A ausência destes elementos, causa o que hoje temos como a síndrome de burnout, casos de depressão e ansiedade entres funcionários.

O objetivo principal de uma boa gestão de capital intelectual é reter talentos, desenvolvimento de novos conhecimentos e criação de processos otimizados. Porém, o que se percebe é um adoecimento deste contexto. As principais doenças e síndromes relacionadas ao trabalho são divididas em três categorias: sistema musculoesquelético, psicossomáticas e transtornos mentais e comportamentais. “As pessoas entendem perfeitamente um câncer e se solidarizam com quem tem coqueluche, difteria, COVID-19. Mas, quando se trata de um distúrbio mental acham que é frescura. Porque continuamos achando que somos só um corpo flutuando no espaço, e não também uma mente que é submetida à saúde e à doença?”

Por isso é importante se pensar em lugares de debate que olhem para a saúde mental, considerando todas as dimensões que a compõem, física, emocional, e em todos os contextos em que está inserida, familiar, escolar e profissional, tecendo um diálogo com todas as esferas do conhecimento que juntas contribuem para um lugar da saúde mental de forma mais concreta e total.

CONCLUSÃO

Conclui-se que é necessário pensar em espaços, não formais, que aproximem as áreas do conhecimento e que estes diálogos possam chegar até a comunidade de uma forma sistematizada e compreensível. Espaços que aproximem os sujeitos e atores sociais e tragam práticas que fazem sentido no cotidiano e não apenas como fórmulas mágicas, mas impossíveis de serem realizadas.

A saúde mental é muito discutida, mas corre o risco de ficar sempre do âmbito do discurso e não do fazer. Muito se fala, pouco se faz. E assim, ainda com tantos avanços, ainda se tem o preconceito e o descuido sobre o sujeito adoecido.

REFERÊNCIAS

Brooks, Samantha K; Webster, Rebecca K; Smith, Louise E; Woodland, Lisa; Wessely, Simon; Greenberg, Neil; Rubin, Gideon James. **The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence.** *The Lancet*, 395(102227), 912-920. 2020.

Lima, Carlos Kennedy Tavares et al. "**The emotional impact of Coronavirus 2019-nCoV (new Coronavirus disease).**" *Psychiatry research* vol. 287 (2020)

Brasil, Ministério da Saúde (2020a). ***Plano de contingência nacional para infecção humana pelo novo Coronavírus 2019-nCoV: centro de operações de emergências em saúde pública (COE-nCoV)*** Brasília

World Health Organization. (2020b). ***Report of the WHO-China joint mission on coronavirus disease 2019 (COVID-19)*** Geneva: