



Guilherme Padoa

RELAÇÕES INTERPESSOAIS E A SAÚDE MENTAL DURANTE O AFASTAMENTO SOCIAL CAUSADO PELO COVID 19

Os objetivos do trabalho foram mostrar que a saúde mental não é brincadeira, entender as pessoas durante o afastamento, ajudar a si mesmo e as pessoas ao seu redor e ver quais problemas afetam a saúde humana durante o isolamento. Para descobrir isso foram utilizados artigos científicos da internet e principalmente uma entrevista com Regina Fanfa Onofrio. E os resultados foram que, pode-se ver que ao decorrer dessa quarentena houve muitos relatos de pessoas com diversos distúrbios mentais causados pelo distanciamento dos amigos e familiares, e a taxa de sessões psicológicas online aumentaram muito durante o covid-19. Uma importante informação é que os jovens entre 10 a 17 anos foram os mais afetados, de acordo com a psicóloga Regina Fanfa Onofrio, muitas pessoas na quarentena estão tendo muitas perdas de relações por conta do afastamento, e com essas perdas de contatos possibilitou-se que muitas pessoas tivessem transtornos ou que seus próprios transtornos aumentassem. As principais são: perturbações do sono, ansiedade de nível médio e alto, dificuldade de concentração, cansaço, alguns sintomas de depressão nível médio.