



JORNAL DA USP



Home > Atualidades > [Medo da morte é uma das consequências da pandemia](#)

Atualidades - 07/05/2020

Medo da morte é uma das consequências da pandemia

Leila Tardivo observa que o medo precisa ser um sinal de alerta, um estímulo para a vida, não uma situação de paralisia ou de desespero

Por **Simone Lemos**

Editorias: [Atualidades](#), [Rádio USP](#) - URL Curta: jornal.usp.br/?p=320444



00:00

00:00

[download do áudio](#)

Rádio USP OUÇA AQUI EM TEMPO REAL

Medo e insegurança são sentimentos que marcam a vida de muitas pessoas neste momento de pandemia e isolamento por causa do coronavírus. Psicólogos do Apoiar, do Instituto de Psicologia da USP, vêm realizando um atendimento on-line, buscando dar uma acolhida à população, sem o objetivo de substituir uma consulta presencial, mas sim de dar um apoio, um suporte, nesta fase tão difícil. Há pessoas que nesta situação, em que nada pode ser feito – não há uma vacina para a covid-19 e o tratamento nem sempre se mostra eficaz –, se sentem sufocadas, com pensamentos negativos, vendo a morte de perto, sofrendo muito mais do que deveria, o que amplia ainda mais sua angústia.

A professora Leila Tardivo, do Laboratório de Saúde Mental e Clínica Social do Instituto de Psicologia da USP, lembra que “o medo da morte nos acompanha desde sempre, todo mundo tem. É uma angústia inerente ao viver”. Ela cita que, “o que é preciso ter claro é que é uma angústia, mas não é uma certeza. Tomando os cuidados necessários, podemos ter uma tranquilidade de que estamos fazendo a nossa parte. O problema consiste quando você está passando por uma situação de risco real e ela se somar aos medos internos de cada um”. A psicóloga lembra que “o medo precisa ser um sinal de alerta para eu me cuidar, não pode ser uma emoção que me faça morrer antes. É preciso ser um estímulo para a vida, não uma situação de paralisia, de desespero, que me impeça de viver e de ter esperança”.



Foto: Reprodução – Instituto de Psicologia da USP

A professora lembra que, neste momento, o ideal é evitar passar o tempo todo buscando informações na tevê, no rádio, na internet sobre o coronavírus. É preciso se informar, mas de uma maneira equilibrada. Procurar fazer atividades mais criativas, mais construtivas.

Os profissionais do projeto Apoiar, do Instituto de Psicologia, estão realizando uma pesquisa intitulada *Sentimentos e atitudes no isolamento social em período da pandemia por coronavírus*. O trabalho busca compreender os sentimentos e atitudes, em relação ao isolamento social associado à pandemia, para pensar em ações que possam auxiliar a população. Podem participar da pesquisa crianças, adolescentes e adultos. Para responder ao questionário, é só acessar a página do Instituto de Psicologia da USP: <http://www.ip.usp.br/site/pesquisas-ipusp-covid-19-seja-voluntario-1/>

AJUDE A USP A AUMENTAR SUAS PESQUISAS CONTRA A COVID-19

CONHEÇA O PROGRAMA USP VIDA E VEJA COMO FAZER SUA DOAÇÃO



CLIQUE AQUI PARA DOAR

Política de uso

A reprodução de matérias e fotografias é livre mediante a citação do Jornal da USP e do autor. No caso dos arquivos de áudio, deverão constar dos créditos a Rádio USP e, em sendo