



Clique e assine por apenas 4,90/mês



GILBERTO URURAHY

Por Gilberto Ururahy, médico

SIGA ✉

Especialista em medicina preventiva

Coronavírus

A quarentena e seus efeitos colaterais

O isolamento traz consequências para a saúde de todo o corpo

Por [Gilberto Ururahy](#) - Atualizado em 26 Maio 2020, 16h43 - Publicado em 26 Maio 2020, 15h59



Muitos sofrerão de estresse pós-traumático em decorrência da pandemia. Pixabay/Reprodução

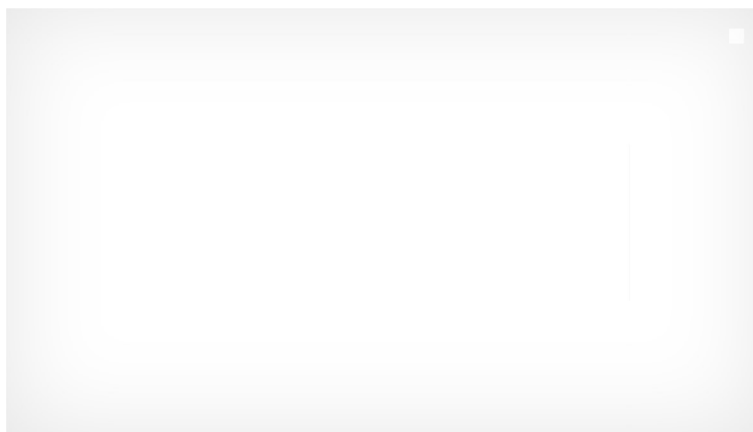
A adoção do isolamento social como estratégia para evitar a contaminação por coronavírus mira no que vê mas, por tabela, acerta no que não vê. Se é fato que o distanciamento retarda a propagação da doença, também é verdade que a quarentena impõe uma série de outras doenças como efeitos colaterais típicos de medida tão restritiva.



burn-out (esgotamento), ansiedade induzida pelo medo, insônia, alcoolismo e uso abusivo de remédios ansiolíticos e antidepressivos.

O distanciamento se mostra ainda mais sensível entre os idosos. Pesquisa da Universidade de Chicago aponta que o isolamento aumenta em 14% as chances de um idoso morrer prematuramente. O estudo indicou ainda que a quarentena oferece o dobro de riscos de obesidade entre pessoas dessa faixa etária.

PUBLICIDADE



O homem é único em todas as suas dimensões. Nenhum organismo é igual a outro, portanto as mesmas doenças se manifestam de forma muito individual em cada pessoa. É inegável, por exemplo, que muitos sofrerão de estresse pós-traumático em decorrência da pandemia. Quando acabar o isolamento, metade ou mais da população estará imunizada. E é muito provável que o balanço de vítimas no pós-pandemia será maior em consequência do isolamento do que em função do vírus, se considerarmos os danos físicos e mentais.

CONTINUA APÓS A PUBLICIDADE

Ninguém discorda que a Covid-19 deve ser enfrentada com seriedade e empenho. Na guerra que estamos travando contra o coronavírus, não podemos aguardar passivamente que ele se espalhe. Precisamos enfrentá-lo sem medo. Nossas armas estão bem definidas: máscaras, higiene pessoal e distanciamento social, protegendo nossos idosos com comorbidades, mas também atentos aos possíveis danos colaterais que a medida extrema trará no futuro.

Gilberto Ururahy é médico há 40 anos, com longa atuação em Medicina Preventiva. Em 1990, criou a Med Rio Check Up, líder brasileira em check up médico. É detentor da Medalha da Academia Nacional de Medicina da França e autor de três livros: “Como se tornar um bom estressado” (Editora Salamandra), “O cérebro emocional” (Editora Rocco) e “Emoções e saúde” (Editora Rocco).

CORONAVIRUS

COVID-19

SAÚDE PÚBLICA

Assine Abril



A PARTIR DE R\$ 9,90/MÊS

VER OFERTAS

Superinteressante

A PARTIR DE R\$ 6,90/MÊS

VER OFERTAS

Você S/A

A PARTIR DE R\$ 6,90/MÊS

VER OFERTAS

A PARTIR DE R\$ 4,90/MÊS

VER OFERTAS

Veja São Paulo

A PARTIR DE R\$ 6,90/MÊS

VER OFERTAS

Quatro Rodas

A PARTIR DE R\$ 6,90/MÊS

VER OFERTASLeia também no [GoRead](#)

SIGA



BEBÊ.COM

BOA FORMA

CAPRICHIO

CASACOR

CLAUDIA

GUIA DO ESTUDANTE

PLACAR

QUATRO RODAS

SUPERINTERESSANTE

VEJA

VEJA SÃO PAULO

VEJA SAÚDE

VIAGEM E TURISMO

VOCÊ S/A

[Grupo Abril](#)[Política de privacidade](#)[Como desativar o AdBlock](#)[Abril SAC](#)[Anuncie](#)[QUEM SOMOS](#) | [FALE CONOSCO](#) | [TERMOS E CONDIÇÕES](#) | [TRABALHE CONOSCO](#)

Copyright © Abril Mídia S A. Todos os direitos reservados.