CORREIO BRAZILIENSE
IMPRESSO
OPINIÃO
Publicação-20/087//2020

O estresse tóxico reforça a pandemia

DIOCLÉCIO CAMPOS JÚNIOR*

(foto: Gomez)

O medo, o pânico e a ansiedade são sintomas principais de um distúrbio que favorece o avanço da pandemia. São manifestações indicadoras de enfermidade que contribui com a propagação da covid-19. Trata-se do estresse crônico, denominado estresse tóxico, que está presente no organismo da maioria das pessoas. Pode ser mais intenso nas sociedades de países menos desenvolvidos, cujo desequilíbrio social e educativo agrava o preocupante quadro sintomático.

O estresse é, por definição, mecanismo fisiológico que, graças ao aumento da produção de cortisol, adrenalina e glicose, assegura ao indivíduo a energia para superar impactos desfavoráveis. São episódios passageiros, depois dos quais o organismo retoma a harmonia indispensável e tais substâncias voltam ao valor normal. Quando, porém, as ações estressantes se tornam crônicas, arrastando-se por tempo prolongado, o sistema protetor do organismo entra em exaustão.

Em várias observações formuladas de longa data, o estresse crônico é a doença considerada como o mal do século. Resulta de cenários ambientais

adversos e persistentes, que desencadeiam as reações fisiológicas imediatas no organismo das pessoas expostas a fatores estressantes. Contudo, a ação persistente ou repetitiva dos agentes estressores mantém taxas sanguíneas elevadas de cortisol e adrenalina, que podem causar aumento da pressão arterial, acidente vascular cerebral e coagulação intravascular, entre outros distúrbios.

Com os níveis anormais do cortisol, são desencadeadas alterações múltiplas que produzem no organismo a maioria dos sintomas do mal do século, entre os quais a ansiedade, o pânico e o medo. Ademais, está comprovado que o estresse tóxico reduz a capacidade do sistema imunológico, diminuindo a resistência a infecções bacterianas e virais.

A abordagem dos conceitos fisiológicos mencionados fundamenta a argumentação de que grande número dos organismos infectados pelo coronavírus corresponde a vítimas do estresse tóxico, incapazes de resistir imunologicamente à contaminação viral em causa. Nesse contexto, as perspectivas de manutenção do organismo harmônico e equilibrado tornam-se paulatinamente obscuras. É desafio cada vez maior e, portanto, de difícil superação.

Um dos exemplos é o papel negativo, de incontestável evidência, desempenhado pelas modernas tecnologias de comunicação. As populações tornam-se reféns do verdadeiro bombardeio de mensagens que circulam diariamente, na maioria das vezes sem conteúdo construtivo em favor da sociedade.

Contradições prosperam a olhos vistos; posturas críticas e radicais tomam conta do espetáculo, imbuídas de intuitos demolidores; dados e números distorcidos são compartilhados sob o pretexto de justificar posições inconsistentes; notícias infundadas sobre os mais diversos assuntos convencem incalculável número de participantes das redes sociais; e verdadeiros dogmas são criados estrategicamente para dominar a opinião pública. Esse cenário desumano contagia a mídia tradicional, que perde terreno e abandona os princípios morais e éticos básicos a serem mantidos como referência indispensável para essa modalidade de comunicação pública.

No panorama atual, a atmosfera reinante é poluída por agentes estressores que desencadeiam efeitos os mais nocivos sobre a mente da

população, tornando-a vítima do estresse tóxico que reduz a resistência imunitária e amplia largamente a vulnerabilidade nosológica. Notícias, vídeos, informações infundadas e imagens contundentes sobre os avanços da pandemia geram os sintomas de medo, pânico e ansiedade.

Vai sendo assim demolido o alicerce pacífico da cidadania, que requer respeito à verdade e iniciativas coerentes em favor de uma consciência coletiva capaz de contribuir para o bem-estar físico, mental e social de todos e de cada um dos cidadãos.

Outro desajuste que se opõe ao benefício populacional é a politização das medidas adotadas para a reversão da pandemia no país. Interesses político-partidários desprezam a lógica científico-sanitária, que deveria fundamentar as ações destinadas a evitar a propagação do vírus. Só assim seriam tomadas iniciativas para a redução do mal do século, que torna os brasileiros suscetíveis aos alarmantes agravos infecciosos.

**** Médico, professor emérito da UnB, ex-presidente da Sociedade Brasileira de Pediatria, membro titular da Academia Brasileira de Pediatria, presidente do Global Pediatric Education Consortium (Gpec)***