

# Dias de pandemia

BREJO, Andreia; FREIRE, Bruna & MARQUES, Sara

Escola Básica e Secundária Alfredo da Silva, Barreiro; 11º C; 2020/2021




As pandemias não são um fenómeno novo, existindo há milhares de anos. Uma das pandemias mais conhecidas a nível mundial foi a Gripe Espanhola (Fig.1). Ao longo da história, a sua ocorrência tem vindo a tornar-se mais frequente, sobretudo devido à globalização. Por isso, temos de aprender a lidar com pandemias de um modo cada vez mais seguro e eficaz, ao investir e confiar na ciência, adotar comportamentos sociais de cuidado e prevenção e construindo um mundo solidário no qual ninguém pode ficar para trás.



Fig.1 - Gripe Espanhola (1918 a 1920).

<https://revistagalileu.globo.com/Ciencia/Saude/noticia/2020/03/conheca-5-maiores-pandemias-da-historia.html>

Em dezembro de 2019 o nosso ambiente mudou, com o surgimento de um vírus, conhecido por SARS-CoV-2. Quando infetadas, certas pessoas não apresentam sintomas, algumas apenas sintomas leves, enquanto outras podem até morrer. Já se provou que o vírus afeta mais os homens do que as mulheres  e é mais letal para pessoas mais velhas ou portadoras de doenças associadas. Estas circunstâncias provocam então uma diminuição da quantidade dos indivíduos mais vulneráveis e um aumento ligeiro da fração na população dos indivíduos mais resistentes. A este processo dá-se o nome de seleção natural, que eliminando os mais vulneráveis, vai originar mudanças subtis nas características do ser humano, que serão sentidas ao longo das próximas décadas.

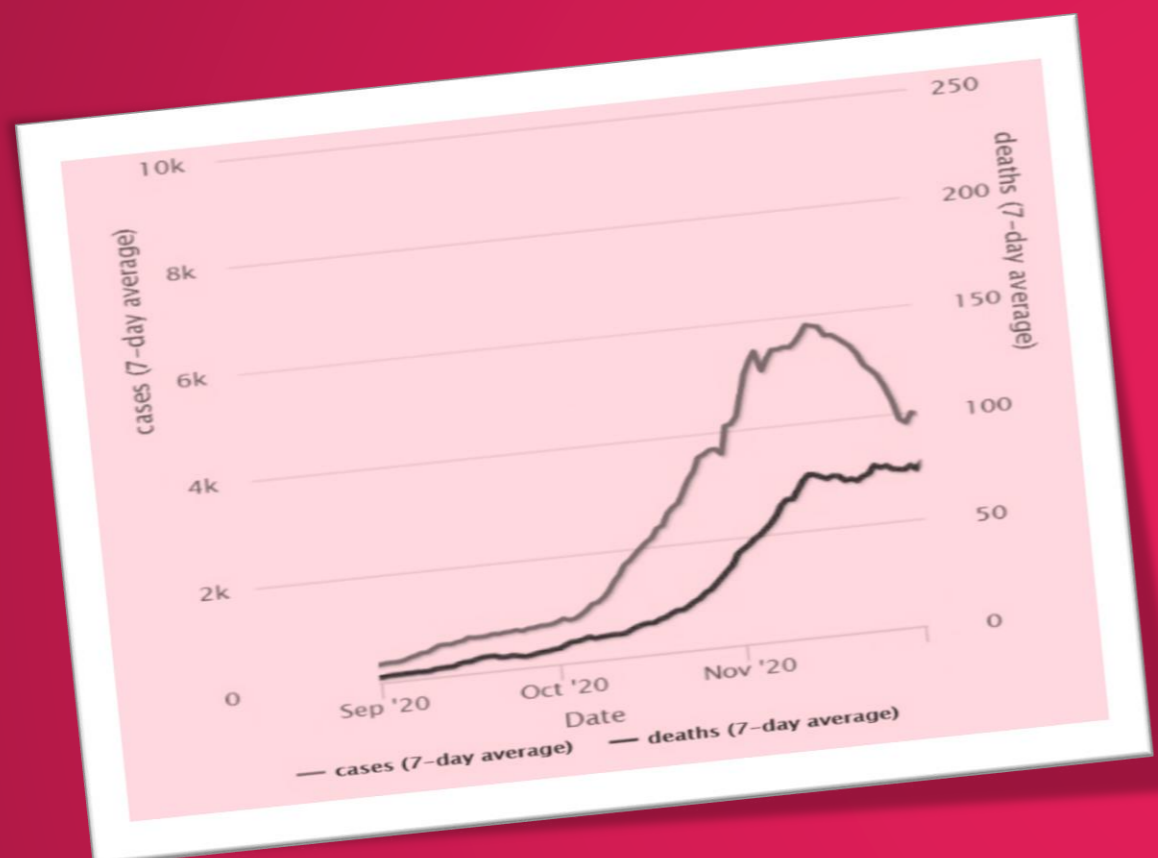


Fig.2- Evolução da pandemia de setembro a novembro de 2020.

<https://ricardomendes.synology.me/>



Em Portugal, os meses de setembro, outubro e novembro foram dos piores em 2020, em termos de casos positivos e óbitos (Fig.2).


Depois de diversas investigações realizadas, concluiu-se que num episódio de tosse ou espirro, a velocidade inicial da corrente libertada pelo emissor pode ter valores típicos de 10 a 30 m/s. Com esta velocidade, as partículas contaminadas podem atingir distâncias de até 6 metros, sendo, portanto, muito importante cumprir a distância de segurança recomendada. 




Fig.3- Sedentarismo na pandemia.

<https://saomarcos.br/wordpress/escola/2020/07/17/a-educacao-fisica-e-a-pandemia-do-covid19-mexa-se/>

A pandemia causou o confinamento, que, por sua vez, levou a uma menor prática de exercício físico e ao sedentarismo (Fig.3).

A maioria das consequências do sedentarismo são: aumento de peso, doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e apneia do sono.

A “novidade” da pandemia é que essas condições podem catapultar um paciente infetado pela Covid-19 para um estágio mais grave. Isso faz-nos associar a falta de atividade física a maiores complicações e um pior prognóstico da infeção pelo vírus. 

Com a pandemia surgiram situações que podem ser eticamente questionáveis, como a questão de se impor aos trabalhadores de saúde que se sujeitem a um risco de contrair o vírus por servir ao público, com o objetivo de minimizar os danos gerais do vírus. Isto pode ser analisado segundo duas teorias éticas: a de Stuart Mill e a de Kant.



A de Mill defende que uma ação moralmente correta é aquela que trouxer mais felicidade ao maior número de sujeitos envolvidos. Deste modo, será correto sujeitar os profissionais de saúde à doença, para provocar um maior bem-estar à generalidade da população.



De acordo com a teoria Kantiana, uma pessoa é um fim em si mesma, não podendo ser um meio. Assim, obrigar os profissionais de saúde a trabalhar não é moralmente correto, pois estão a servir como um meio para um determinado fim, que é atenuar os efeitos da pandemia.

## Bibliografia consultada

<https://gulbenkian.pt/historia-das-pandemias/>  
<https://www.estadao.com.br/infograficos/saude/coronavirus-exerce-pressao-evolutiva-sobre-o-homo-sapiens,1091113>  
<https://saude.abril.com.br/blog/guenta-coracao/atividade-fisica-sempre-antes-durante-e-depois-da-pandemia-de-covid-19/>  
<https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2020/04/01/mit-distancia-8-metros-coronavirus.htm>  
consultados em maio de 2021)