CAPÍTULO 10

A INFLUÊNCIA DA COVID-19 NA PERCEPÇÃO DO TEMPO: REVISÃO DE LITERATURA

[DOI 10.4322/978-65-995353-2-1.c10](https://doi.org/10.4322/978-65-995353-2-1.c10)

Maria Gislene Santos Silva¹, José Isaac Pereira Silva², Alana Silva do Desterro³,
Amanda Aguiar Costa⁴, Letícia Emilly Mesquita de Sousa⁵, Silmar Silva Teixeira⁶

¹Universidade Federal do Delta do Parnaíba, (gislene-bj@hotmail.com)

²Universidade Estadual do Piauí, (joseisilva@aluno.uespi.br)

³Universidade Federal do Delta do Parnaíba, (desterroalana@gmail.com)

⁴Universidade Federal do Delta do Parnaíba, (amandacst239@gmail.com)

⁵Universidade Federal do Delta do Parnaíba, (leemilly3535@gmail.com)

⁶Universidade Federal do Delta do Parnaíba, (silmar-teixeira@ufpi.edu.br)

Resumo

Objetivo: Realizar uma revisão de literatura sobre a alteração da percepção temporal no período da COVID-19. **Método:** Foi realizado um levantamento bibliográfico por meio de pesquisa nos bancos de dados PubMed, PsycInfo, CINAHL, Cochrane Library e EMBASE, utilizando os termos descritores (“COVID-19” OR “SARS CoV 2 Infection” OR “COVID-19 Pandemic”) AND (“time perception” OR “temporal perception” OR “temporal processing” OR “time processing”). Como critérios de inclusão: Estudo que apresentassem como temática central a percepção do tempo na população em relação confinamento decorrente da pandemia, estudos experimentais, relatos de caso, revisões e metanálise, escritos em língua inglesa e publicados de 2019 a 2021. Os critérios de exclusão foram teses, dissertações, resenha de livros, anais de congressos e trabalhos com inadequação a questão norteadora. **Resultados:** As diversas pesquisas realizadas na área mostraram que a população apresentou uma alteração na percepção temporal. Além disso, o período de confinamento induziu um aumento na dificuldade de controlar o tempo, os indivíduos relataram dificuldade em reconhecer os dias da semana, dia do mês e hora do dia. Além de relatarem uma expansão de tempo durante a pandemia. **Conclusões:** Houve alteração da percepção temporal na população, afetando os adultos e crianças em idade escolar. Dessa forma, é fundamental, acompanhar o aspecto psicofisiológico da população e realizar mais pesquisas para desenvolver estratégias para reduzir os efeitos psicológicos adversos impactos causados pelo confinamento.

Palavras-chave: Covid-19; Percepção do tempo; Pandemia.

Área Temática: Ciências da Saúde

E-mail do autor principal: gislene-bj@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

Em março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declara uma pandemia, devido a COVID-19, causada pelo SARS-Cov-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome – Coronavirus – 2) (ALI *et al.*, 2021; MARI *et al.*, 2020). A pandemia influenciou diretamente os ritmos e estilos de relação emocional, assim como laboral e social (MARI *et al.*, 2020). Com o intuito de reduzir a taxa de infecção, países adotaram medidas de precaução, como o fechamento de todos os espaços públicos; entretanto as alterações sociais e comportamentais foram expressivas (ALI *et al.*, 2021; CELLINI *et al.*, 2020; OGDEN, 2020). Isolamentos sociais anteriores demonstram impactos na saúde mental, mas o confinamento devido a COVID-19 é uma situação diferente, especialmente por sua magnitude global (FIORENZATO *et al.*, 2021). Apesar dessas medidas serem necessárias, essas providências levaram um impacto negativo na saúde mental da população, como ansiedade, transtorno de humor, saúde física, irritabilidade, depressão e alteração de sono e da percepção do tempo (ALI *et al.*, 2021; CELLINI *et al.*, 2020; FIORENZATO *et al.*, 2021).

A percepção temporal (PT) percebida pelos seres humanos é fundamental para a construção da identidade e influencia os projetos para a vida e manutenção do senso moral. Alguns fatores podem alterar a PT, tais como: emoção, capacidade cognitiva e administração de drogas. (HOLMAN; GRISHAM, 2020). Julgar o tempo descreve a velocidade subjetiva na qual o tempo parece estar passando (OGDEN, 2020). A suspensão do fluxo do tempo, pode levar a distorções perceptivas, alterando a ordem do tempo e dos dias, em que podemos perceber o futuro de forma mais rápida (HOLMAN; GRISHAM, 2020). Pessoas que enfrentam traumas cognitivos, em geral apresentam alteração da PT, tal como o trauma coletivo pela pandemia do COVID-19 (HOLMAN; GRISHAM, 2020; OGDEN, 2020). Neste caso, confinamento pode diminuir as habilidades cognitivas, a PT, o sono, além de aumentar o risco de problemas de saúde mental (CELLINI *et al.*, 2020; FIORENZATO *et al.*, 2021), tal como o aumento do tédio e estresse diurno no período pandêmico (ALI *et al.*, 2021). Para compreender a melhor forma de proteger o bem-estar físico e mental público, é necessário o estudo das mudanças nas percepções de tempo e como elas afetam a população (HOLMAN; GRISHAM, 2020). Este trabalho teve o objetivo realizar uma revisão de literatura sobre a alteração da percepção temporal no período da COVID-19.

2 MÉTODO

O presente trabalho constituiu-se de uma revisão de literatura, de natureza descritivo-qualitativa. A pesquisa bibliográfica foi realizada por meio de pesquisa nos bancos de dados PubMed, PsycInfo, CINAHL, Cochrane Library e EMBASE, utilizando os termos descritores (“COVID-19” OR “SARS CoV 2 Infection” OR “COVID-19 Pandemic”) AND (“time perception” OR “temporal perception” OR “temporal processing” OR “time processing”). Como critérios de inclusão: Estudo como temática central a percepção temporal ao confinamento decorrente da pandemia, estudos experimentais, relatos de caso, revisões e metanálise, escritos em língua inglesa e publicados de 2019 a 2021. Os critérios de exclusão foram teses, dissertações, resenha de livros, anais de congressos e trabalhos com inadequação a questão norteadora.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir de um levantamento na Science Direct, ao utilizar os descritores citados anteriormente e submeter ao filtro, 1 artigo foi escolhido para compor esta revisão. Já na plataforma da PubMed, utilizando os mesmos descritores, que passaram pelo filtro, 2 artigos foram selecionados. Na EMBASE, utilizando os mesmos descritores e o filtro, para a confecção deste estudo, apenas 2 artigos foram selecionados, considerando a relevância do tema. Na PsycInfo, utilizando os mesmos descritores e o filtro, para a confecção deste estudo, apenas 2 artigos foram selecionados. Portanto, a partir dos critérios de inclusão e exclusão norteados pelo filtro, foram encontrados 167 artigos nas Bases de Dados. Após passar por uma análise e leitura na íntegra foram selecionados 7 artigos científicos que abordam sobre a alteração da percepção temporal em tempos da COVID-19. A descrição dos artigos selecionados para análise encontra-se na Tabela 1.

Figura 1: Fluxograma da busca e seleção dos estudos.

Fonte: Autoria do pesquisadores.

Tabela 1: Autor/Ano/País, tipo de estudo, objetivo e achados dos artigos selecionados para a presente Revisão de Literatura.

AUTOR/ ANO/ PAÍS	TIPO DE ESTUDO	OBJETIVO	ACHADOS
Ali, <i>et al.</i> , 2021, Paquistão	Estudo transversal	Investigar as correlações entre mudanças no padrão de sono, percepção de tempo e uso de mídia digital.	Verificou uma correlação em relação a percepção temporal, sensação de cansaço e falta de motivação. Além disso, os participantes perceberam uma superestimação temporal no período da pandemia.
Cellini <i>et al.</i> , 2020, Itália	Estudo transversal	Retratar a mudança no uso da mídia digital antes de ir para a cama, na qualidade e no momento do sono e na experiência subjetiva da passagem do tempo e sua relação com os níveis de depressão, ansiedade e estresse.	Aumentou o uso de mídia digital, além de um sono de baixa qualidade, tendo uma maior dificuldade para dormir, com um aumento de depressão, ansiedade e sintomatologia de estresse, associado à sensação de alongamento do tempo.
Holman e Grisham, 2020, Estados Unidos	Estudo Teórico Reflexivo	Apresentar uma reflexão teórica acerca do tempo e orientação futura sobre como as pessoas estão lidando a pandemia.	É fundamental avaliar como as experiências do tempo podem diferir entre os segmentos da população durante a pandemia. Além de examinar se os correlatos de saúde mental da alteração na percepção do tempo têm implicações para a saúde física.
Mari <i>et al.</i> , 2020, Itália	Estudo transversal	Investigar os efeitos da coabitação ocasionada pelo bloqueio COVID-19 em diferentes tipos de convivência, em várias dimensões como estresse, estratégias de enfrentamento, percepção do tempo e avaliação da qualidade da coabitação.	Ocorreu um efeito positivo dado pela presença de crianças. O confinamento direcionou a um intenso estresse, fadiga e ansiedade. O estudo é fundamental para auxiliar protocolos para reduzir o estresse e aumentar a consciência das relações de coabitação.
Fiorenzato <i>et al.</i> , 2021, Itália.	Estudo transversal	Explorar a cognição por meio de queixas subjetivas, devido à inviabilidade de realizar uma avaliação neuropsicológica objetiva durante o bloqueio.	Verificou que as queixas cognitivas incluíam sobretudo habilidades de atenção, funções executivas e orientação temporal. Em relação a percepção temporal, os resultados mostraram que os bloqueios induzem distorção expressiva ao recordar o dia, semana, mês ou hora exata.

Ogden, 2020, Reino Unido	Estudo transversal	Estabelecer como a passagem do tempo foi vivenciada durante o bloqueio da Covid-19 no Reino Unido.	Foi associado que com o aumento da idade, aumento do estresse, redução da carga de tarefas e redução da satisfação com os níveis atuais de interação social ocorreu uma desaceleração da passagem temporal. Os resultados demonstram que mudanças significativas na vida diária têm um impacto significativo na percepção temporal.
Cellini <i>et al.</i> , 2021, Itália	Estudo transversal	Descrever as mudanças no tempo e na qualidade do sono para mãe e filho e seu funcionamento emocional durante o confinamento em casa em comparação com o pré-refinamento.	Observaram mudanças significativas nos hábitos de sono das crianças durante o confinamento domiciliar, com horários mais tardios de dormir e acordar, principalmente em crianças mais velhas. Ademais, as crianças eram menos propensas a respeitar as rotinas diárias e a controlar a passagem do tempo.

A partir da análise detalhada dos artigos selecionados fica evidente a alteração da PT na população durante esse período de pandemia. O confinamento domiciliar por um período duradouro pode apresentar implicações negativas à saúde mental. (CELLINI *et al.*, 2021). Dessa forma, Ogden (2020), constatou que as medidas de distanciamento físico e social tiveram um efeito significativo na experiência das pessoas em relação à passagem do tempo em comparação com o período antes do confinamento. Isso sugere que mudanças fundamentais na vida cotidiana distorcem a experiência temporal (OGDEN, 2020; HOLMAN; GRISHAM, 2020).

Ali *et al.* (2021) relataram que para a população, o tempo está aparentemente passando mais rápido. Além de observarem dificuldade em lembrar sobre qual dia da semana era, bem como uma mudança na percepção do fluxo do tempo. Resultado semelhante foi encontrado por Cellini *et al.* (2020), ao verificarem que o período de confinamento induziu maior dificuldade de controlar o tempo, os participantes do estudo relataram dificuldade em reconhecer os dias da semana, dia do mês e hora do dia. Além de relatarem expansão de tempo durante o bloqueio. Isso se tornou mais evidente em adultos jovens (ALI *et al.*, 2021).

A idade e o nível de satisfação com a interação social foram preditivos para a velocidade relativa com que o tempo passou durante o bloqueio em comparação ao normal. Experimentar o tempo passando rapidamente durante o bloqueio estava, portanto, associado à redução da idade e ao aumento da satisfação com os níveis atuais de interação social (OGDEN, 2020). Visto que o bloqueio levou a intenso estresse, fadiga e ansiedade (MARI *et al.*, 2020). Alterações na realização de tarefas diárias, devido a mudanças nos padrões de trabalho, desemprego, parecem uma consequência corroborável, assim sendo, é possível que essas mudanças alterem a percepção temporal na população (OGDEN, 2021).

A pandemia infligiu uma suspensão duradoura nas rotinas escolares, atividades diárias e conexões com os pares, sendo um relevante fator de risco para a saúde física e mental de crianças e famílias (CELLINI *et al.*, 2021). Ogden (2021) corroborou que indivíduos de 18 a 60 anos vivenciaram o tempo de maneira comparável, entretanto as pessoas com mais de 60 anos experimentaram a desaceleração relativa da passagem do tempo durante o bloqueio, quando comparadas àquelas com menos de 60 anos. Cellini *et al.* (2021) constatou que durante a pandemia crianças em idade escolar também apresentaram alterações subjetivas em relação à PT, além de influenciar no tempo.

Ogden (2020) verificou que a maioria dos participantes relatam que a passagem do tempo pareceu distorcida durante o período de confinamento em comparação com o período antes da pandemia. Em relação ao julgamento temporal dos dias e da semana foi relatado uma alteração da PT. Diferente de outros estudos, as experiências do tempo passando mais rápido

ou mais lentamente foram divididas quase que igualmente entre aqueles que experimentaram a distorção da passagem do tempo. FIORENZATO *et al* (2021) observaram que as restrições de bloqueio impostas tiveram um efeito prejudicial sobre o funcionamento cognitivo subjetivo de sua população. Em que os participantes demonstraram queixa nas atividades que envolviam atenção, orientação temporal e funções executivas.

Além disso, com o distanciamento social e físico, a satisfação com os níveis atuais de interação social interfere diretamente na velocidade da passagem do tempo (OGDEN, 2020). Alterações na PT podem ter implicações significativas para a saúde e bem-estar da população, além de influenciar na saúde mental (HOLMAN; GRISHAM, 2020). O estresse e a carga da tarefa também afetam a passagem no julgam tempo, com o aumento da carga da tarefa e o estresse reduzido sendo associados a uma passagem mais rápida do tempo (OGDEN, 2020).

4 CONCLUSÃO

Concluimos ser necessário o planejamento de estratégias para a população sobre os efeitos negativos do COVID-19, tanto em relação as complicações para a saúde física, quanto as relacionadas à saúde mental. Estratégias que reduzam os efeitos psicológicos adversos impactados pelas restrições sociais no período pandêmico contribuem para a manutenção da saúde mental da população.

REFERÊNCIAS

- ALI, Abraish *et al*. Effects of COVID-19 pandemic and lockdown on lifestyle and mental health of students: A retrospective study from Karachi, Pakistan. **Annales Médico-Psychologiques**, [s. l.], 10 fev. 2021. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0003448721000603>>. Acesso em: 15 ago. 2021.
- CELLINI, Nicola *et al*. Changes in sleep pattern, sense of time and digital media use during COVID-19 lockdown in Italy. **Journal of Sleep Research**, [s. l.], v. 29, ed. 4, 15 maio. 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32410272/>>. Acesso em: 15 ago. 2021.
- CELLINI, Nicola *et al*. Sleep and Psychological Difficulties in Italian School-Age Children during COVID-19 Lockdown. **Journal of Pediatric Psychology**, [s. l.], v. 46, ed. 2, p. 153-157, 09 jan. 2021. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33517438/>>. Acesso em: 15 ago. 2021.

FIORENZATO, Eleonora *et al.* Cognitive and mental health changes and their vulnerability factors related to COVID-19 lockdown in Italy. **Journal Plos One**, [s. l.], 27 jan. 2021.

Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33503055/>>. Acesso em: 15 ago. 2021.

HOLMAN, E. Alison; GRISHAM, Emma L. When Time Falls Apart: The Public Health Implications of Distorted Time Perception in the Age of COVID-19. **Psychological Trauma**, [s. l.], v. 12, ed. S1, 11 jun. 2020. Disponível em:

<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32525373/>>. Acesso em: 15 ago. 2021.

MARI, Emanuela *et al.* Forced Cohabitation during Coronavirus Lockdown in Italy: A Study on Coping, Stress and Emotions among Different Family Patterns. **Journal of Clinical Medicine**, [s. l.], 01 dez. 2020. Disponível em:

<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33272002/>>. Acesso em: 15 ago. 2021.

OGDEN, Ruth S. The passage of time during the UK COVID-19 lockdown. **Journal Plos One**, [s. l.], 6 jul. 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32628735/>>.

Acesso em: 15 ago. 2021.