



**INSTITUTO TOCANTINENSE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS
COORDENAÇÃO DO CURSO DE MEDICINA**

**DENNY AUGUSTA TEIXEIRA DA SILVA
RENATA DA SILVA MORAES**

**OS IMPACTOS DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL: UMA REVISÃO
SISTEMÁTICA**

**PORTO NACIONAL - TO
2020**

DENNNY AUGUSTA TEIXEIRA DA SILVA
RENATA DA SILVA MORAES

**OS IMPACTOS DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL: UMA REVISÃO
SISTEMÁTICA**

Artigo científico submetido ao Curso de Medicina do Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos – ITPAC Porto Nacional, como requisito parcial para aprovação na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II.

Orientadora: Ms. Denise Ramos Costa

PORTO NACIONAL – TO
2020



OS IMPACTOS DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

THE IMPACTS OF COVID-19 ON MENTAL HEALTH: A SYSTEMATIC REVIEW

Denny Augusta Teixeira da Silva¹
Renata da Silva Moraes²
Denise Ramos Costa³

1 Acadêmica do Curso de Medicina – Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos

2 Acadêmica do Curso de Medicina – Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos

3 Médica no Centro de Atenção Psicossocial Dr. Euvaldo Tomás de Souza II; Ms. Em Saúde Pública – Havana. Cuba. Prof^a. Assistente Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos e do ITPACPalmas.

RESUMO: Introdução – A doença COVID-19 é uma infecção respiratória causada pelo coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave 2 (SARS-CoV-2) e o confinamento imposto pela pandemia atual tem gerado sérias consequências à saúde mental da população. **Objetivo** – Obter evidências a respeito dos impactos gerado pela COVID-19 na saúde mental da população. **Metodologia** – Estudo descritivo do tipo revisão literária, que buscou responder à questão: A atual pandemia da COVID-19 gerou consequências na saúde mental da população? A busca por artigos foi realizada através do Google Acadêmico, PubMed e Scielo, publicados no ano de 2020. **Resultados** – 11 artigos foram selecionados para a revisão literária, obedecendo os critérios propostos. **Discussão** – A análise sobre as consequências geradas na saúde mental devido à COVID-19 foi realizada a partir dos resultados dos artigos selecionados, levando em conta os fatores estressantes presentes em época de pandemia. **Considerações finais** – Apesar da escassez de conteúdo, a partir dos artigos estudados, percebe-se que há um abalo emocional em boa parte da população durante a atual pandemia, quando comparado com períodos normais.

Palavras-chave: Saúde mental. Coronavírus. COVID-19. Pandemia

ABSTRACT: Introduction – COVID-19 disease is a respiratory infection caused by the Severe Acute Respiratory Syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) and the confinement imposed by the current pandemic has generated serious consequences for the mental health of the population. **Objective:** Obtain evidence regarding the impacts generated by COVID-19 on the mental health of the population. **Methodology:** Descriptive study of the type literary review, which sought to answer

the question: Did the current pandemic of COVID-19 generate consequences for the mental health of the population? The search for articles was carried out through Google Scholar, PubMed and Scielo, published in 2020. **Results:** 11 articles were selected for literary review, following the proposed criteria. **Discussion:** The analysis of the consequences generated in mental health due to COVID-19 was carried out based on the results of the selected articles, taking into account the stressors present in the pandemic season. **Final Considerations:** Despite the scarcity of content, from the articles studied, it is clear that there is an emotional shock in a large part of the population during the current pandemic, when compared to normal periods.

Keywords: Mental health. Coronavirus. COVID-19. Pandemic

1 INTRODUÇÃO

A doença COVID-19 é uma infecção respiratória provocada pelo Coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave 2 (SARS-CoV-2), foi constatada pela primeira vez na China, em dezembro de 2019, depois de um surto de pneumonia que não tinha uma causa conhecida e que tinha em comum o envolvimento de pessoas que frequentaram o Mercado Atacadista de Frutos do Mar de Wuhan. O primeiro caso registrado no Brasil foi em 25 de fevereiro de 2020 e já ocorreram inúmeras mortes desde então (PEREIRA *et al.*, 2020).

O coronavírus é um ácido ribonucleico envolto de fita simples, composto por quatro proteínas estruturais principais, que são codificadas no envelope pelo genoma coronaviral. Uma dessas é a spike (S), proteína que se liga ao receptor da enzima conversora de angiotensina 2, mediando assim a fusão entre o envelope e as membranas da célula hospedeira para auxiliar a entrada do vírus nela. Sua transmissão se dá de pessoa para pessoa por meio de gotículas, fômites e contato. Estima-se que a COVID-19 tenha um período de incubação médio de 3 dias, sendo possível a transmissão a partir de indivíduos assintomáticos. Dentre os principais sintomas manifestados pela doença estão a febre, tosse, fadiga e mialgia. Ademais, alguns pacientes podem apresentar, no início, uma diarreia e náuseas, precedendo a febre (ZU, ZI YUE *et al.*, 2020).

O confinamento imposto pela Covid-19 foi descrito como o “maior experimento psicológico do mundo”, trazendo grandes repercussões no que diz respeito à saúde mental. Isso se dá devido às políticas de isolamento em casos suspeitos e distanciamento social, adotadas por alguns países com o intuito de reduzir a curva de

infecção. E, o atual cenário também levanta vários questionamentos sobre a existência de uma pandemia de medo/ estresse, que é um componente essencial no desenvolvimento ou potencialização de alguns transtornos psiquiátricos. Estudos sobre os impactos psicológicos causados pela atual pandemia mostraram que o índice de ansiedade, depressão e uso abusivo de álcool e substâncias ilícitas subiram consideravelmente, como em outras pandemias anteriores (LIMA, 2020; SCHMIDT *et al.*, 2020; ORNELL *et al.*, 2020; DUARTE *et al.*, 2020).

É importante destacar que a saúde mental do brasileiro tem sido afetada devido a vários fatores ocasionados pelo novo coronavírus. Além do medo, do isolamento ou distanciamento social, deve-se considerar também o impacto econômico que a quarentena gerou em várias famílias; a circulação de informações falsas ou até mesmo verdadeiras, porém composta por sentimentos muito negativos, que geram, no outro, episódios de pânico; o desconhecimento sobre o vírus, sua letalidade e o tratamento correto; a falta de vacinas; e a ociosidade (DUARTE *et al.*, 2020).

O mundo está vivendo uma situação emergencial que traz reflexos em todos os âmbitos e populações, e isso inclui os profissionais de saúde. Os mesmos precisam lidar com pessoas infectadas diariamente, o que gera uma sobrecarga, exaustão, ansiedade, medo, insegurança, irritabilidade e, por fim, declínio em seu desempenho. Todos os desafios enfrentados por esses profissionais podem ser um gatilho para desencadear ou intensificar sintomas de outros transtornos mentais (CRUZ *et al.*, 2020; SCHMIDT *et al.*, 2020).

Desse modo, fica evidente, apesar de poucos estudos sobre o tema, que uma pandemia tem potencial para gerar grandes impactos físicos e mentais na vida da população. Uma vez que o tema é recente e não há um consenso sobre os impactos na saúde mental, a finalidade do estudo é investigar mais sobre as complicações trazidas pela Covid-19 para a saúde mental da população geral e profissionais de saúde. Sendo assim, a presente revisão sistemática, tencionou revisar literaturas sobre o tema e apanhar evidências de que o atual cenário de pandemia vem acarretando em consequências significativas na saúde mental da população.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão sistemática da literatura, a qual disponibiliza um resumo das evidências científicas acerca de determinado tema, realizada por meio da aplicação de métodos explícitos e sistematizados. Dessa forma, essa ferramenta contribui para analisar de forma crítica os estudos acerca do objeto investigado.

A revisão foi dividida em etapas, na qual a primeira etapa definiu-se a seguinte questão norteadora: Qual o Impacto da Covid-19 na Saúde Mental. Na segunda etapa foi realizada pesquisa descritiva por meio de revisão integrativa de literatura, através do uso da base de dados: *Google Acadêmico*, *PubMed* e *Scielo* cujo objetivo foi desenvolver uma explicação mais abrangente de um fenômeno específico a partir da síntese ou análise dos achados dos estudos, com propósitos teóricos e/ou intervencionistas. Delimitou-se como recorte temporal o período de janeiro de 2020 a setembro de 2020.

Foram utilizados seguintes descritores “Saúde Mental”, “Impacto” e “Covid-19” e seus correspondentes em inglês. Como critérios de inclusão foram selecionados artigos que abordaram o impacto da Covid-19 na saúde mental publicados no período de janeiro de 2020 a setembro de 2020, disponíveis eletronicamente na íntegra nos idiomas português e inglês.

Como critério de exclusão usou-se como característica o estudo ter sido publicado fora do período pré-estabelecido, repetição da base de dados, não responder à questão de pesquisa, não estarem disponíveis eletronicamente na íntegra e que não estiverem publicados nos idiomas português e inglês.

A avaliação dos estudos foi realizada com base no título e resumo, classificando-os de acordo com os critérios de inclusão e exclusão por dois revisores independentes. Em caso de discordância e dúvidas, foi consultado um terceiro revisor.

3 RESULTADOS

A pesquisa foi iniciada com 1.860 artigos listados, sendo todos publicados em 2020, não havendo exclusão por período de publicação. Contudo, foram excluídos 1.213 estudos que não tinham as palavras chaves no título, 437 trabalhos cujo foco não era o impacto da covid-19 na saúde mental, 190 artigos que não abordavam a pandemia e os transtornos mentais e 9 estudos pilotos. Ao final da pesquisa, foram selecionados 11 textos para leitura completa, sendo estes selecionados para elaboração deste artigo.

Autores/ Ano	Objetivos	Resultados
A1() Duarte, Michael de Quadros <i>et al.</i> (Sept. 2020)	O objetivo deste estudo foi averiguar os motivos associados a indicadores de sinais de transtornos mentais em residentes do Rio Grande do Sul, durante o período inicial da política de isolamento social decorrente da pandemia da COVID-19.	Os resultados indicaram que fazer parte do grupo de risco, ter redução da renda no período pandêmico e a exposição maior a informações sobre mortos e infectados são fatores que podem acabar gerando um prejuízo maior na saúde mental nesse período de pandemia.
A2() Amalta, Deborah Carvalho <i>et al.</i> (April 24 to May 24, 2020)	Objetiva-se avaliar a adesão ao distanciamento social e suas repercussões no ânimo e nas mudanças do estilos de vida da população brasileira durante o início da pandemia da COVID-19.	Verificou-se 17% dos participantes aumentaram consumo de bebidas alcoólicas e de 34% dos fumantes aumentaram o número de cigarros. Observou-se ainda um aumento no consumo de alimentos não saudáveis e uma redução da prática de atividade física durante o período estudado. Conclui-se que houve uma grande adesão ao distanciamento social e aumento dos sentimentos de ansiedade, depressão, tristeza, assim como um aumento de consumo de alimentos não saudáveis, uso de bebidas alcoólicas e cigarros e redução da prática de atividade física. São mudanças preocupantes e que podem levar a sérios danos à saúde mental.
A3() Barros, Marilisa Berti de Azevedo <i>et al.</i> (2020)	Analisar a frequência do nervosismo, alterações do sono e tristeza, durante a pandemia de COVID-19 no Brasil, identificando as partes demográficas mais afetadas.	De 45.161 brasileiros respondentes, verificou-se que, durante a pandemia, 40,4% (IC _{95%} 39,0;41,8) se sentiram frequentemente tristes ou deprimidos, e 52,6% (IC _{95%} 51,2;54,1) frequentemente ansiosos ou nervosos; 43,5% (IC _{95%} 41,8;45,3) relataram início de problemas de sono, e 48,0% (IC _{95%} 45,6;50,5) problema de sono preexistente agravado. Assim foi visto que nervosismo, alterações do sono e tristeza estiveram mais presentes em adultos e pessoas com história de transtorno psiquiátrico.

A4() Schuck, Fernanda Wartchow <i>et al.</i> (2020)	Uma revisão de literatura sobre o suicídio na pandemia do COVID-19. Espera-se que a discussão desse tema possibilite pontos de partida para as futuras r no comportamento suicida, já que as patologias de saúde mental causam sequelas que podem levar o indivíduo a cometer tal ato.	A partir dos dados analisados, foi possível a correlação entre as implicações e o COVID-19 e o aumento da taxa de suicídio tem sido bastante abordado. Assim pacientes que já possuíam ou que possuíram algum transtorno psiquiátrico, idosos, profissionais da saúde são os principais grupos de risco. As consequências da pandemia que foram o desemprego e isolamento são importantes fatores que podem interferir.
A5 () Pereira, Mara Dantas; Pereira, Míria Dantas (2020)	Esta revisão sistemática teve como objetivo conhecer as evidências científicas disponíveis sobre a pandemia de COVID-19, sob as medidas de distanciamento social e as consequências que tem na saúde mental.	Perceberam que os indivíduos que passaram pelo distanciamento social foram susceptíveis a apresentar alguma desordem de saúde mental, justamente por conta da privação social, no qual surgem sintomas de ansiedade, depressão, estresse.
A6 () Maia, Berta Rodrigues; Dias, Paulo César (2020)	Este estudo objetivou analisar os níveis de estresse, depressão e ansiedade em estudantes de universidades e avaliar se eles tiveram alteração no atual período pandêmico quando comparados a períodos normais.	De acordo com o teste t de Student para amostras independentes, conduzido no artigo, quando se comparou o atual período pandêmico a um período normal, encontraram diferenças estatisticamente relevantes nos níveis de estresse ($M = 5,94$, $DP = 4,43$ versus $M = 14,10$, $DP = 4,95$), $t(617) = -19,42$, $p < 0,001$; nos níveis de ansiedade ($M = 3,19$, $DP = 3,54$ versus $M = 12,30$, $DP = 4,73$), $t(617) = -25,51$, $p < 0,001$; nos níveis de depressão ($M = 3,39$, $DP = 3,69$ versus $M = 12,66$, $DP = 5,15$), $t(617) = -24,51$, $p < 0,001$. Entretanto as diferenças ainda foram baixas para as três subescalas: Cohen's $d = 0,218$ (ansiedade), $0,173$ (estresse) e $0,207$ (depressão).
A7 () Schmidt, Beatriz <i>et al.</i> (2020)	Conhecer as consequências da pandemia da COVID-19 no psicológico da população.	O estudo de Wang <i>et al.</i> (2020) que envolve pessoas da China e foi realizado no início da pandemia, no qual foram incluídos 1.210 participantes

		em 194 diferentes cidades, mostrou manifestações moderadas a severas de ansiedade em 28,8%, depressão em 16,5% e estresse em 8,1%. Ademais, foi referido medo de que pessoas da família fossem contagiadas pela doença em 75,2% dos participantes da pesquisa. Já o estudo de Zhang et al. (2020a) realizado com 1.563 médicos atuantes em hospitais de algumas cidades da China, constatou que em 73,4% dos participantes houve o predomínio de estresse; seguido de 50,7% com depressão; 44,7% com ansiedade e 36,1% com insônia.
A8 () De Almeida Costa, Felipe et al. (2020)	Este artigo objetiva uma avaliação sobre as consequências da COVID-19 no metabolismo e no psicológico.	Visto que, muitos idosos dependem de outros para suas atividades diárias e o distanciamento social os fez se sentirem mais isolados, aumentando o risco de resultados adversos na saúde mental.
A9 () Cruz, Roberto Moraes et al. (2020)	Discutir os impactos da COVID-19 no trabalho e na saúde mental dos trabalhadores da saúde.	Os resultados demonstram que a exposição prolongada ao agente patogênico, temor pelo contágio, jornadas de trabalho intensivas, estressores ambientais e ocupacionais, necessidade de lidar com as demandas psicológicas dos pacientes e os dilemas éticos na tomada de decisão tornam os profissionais de saúde susceptíveis a uma perda na qualidade de vida durante e após a pandemia.
A10 () Dos Santos Rodrigues, José Victor; De Almeida Lins, Ana Carolina Araújo (2020)	Apresentar as possíveis consequências que a pandemia do novo coronavírus causou na saúde mental de crianças e a função dos pais nesta situação.	O artigo demonstrou que a saúde mental das crianças foi bastante afetada, havendo manifestações de ansiedade, irritabilidade e estresse devido às mudanças que ocorreram em suas rotinas com a atual pandemia. Já nas crianças contaminadas pela COVID-19, é possível observar ansiedade e insônia a partir do momento

		que é hospitalizada e colocada em isolamento social.
A11 () Pereira, Mara Dantas <i>et al.</i> (2020)	Analisar as sequelas na saúde mental devido às medidas de isolamento social no período de pandemia da COVID-19	A partir dos resultados, notou-se que as manifestações de transtornos mentais são mais fáceis de ocorrer em pessoas submetidas ao isolamento social, uma vez que essas ficam privadas de contato e companhia, experimentando manifestações de sofrimento psicológico, principalmente ansiedade, depressão e estresse.

4 DISCUSSÕES

Os artigos foram analisados, permitindo assim que chegássemos a uma conclusão de que a pandemia do Covid-19 trouxe sim consequências para saúde mental da população mundial. A grande maioria nos revela uma abordagem mais profunda de que o distanciamento social, o acesso amplo às informações de número de pessoas infectadas, a reduzida carga de trabalho, ter renda familiar reduzida, se é ou não do grupo de risco, acarretou um maior prejuízo à saúde mental. Todas essas variáveis demonstram a necessidade de ter mais prestadores de serviços psicossociais, afim de para atender às necessidades da população, especialmente aquela com maior chance de iniciar um quadro de transtorno mental (DUARTE *et al.*, 2020).

Seguindo essa mesma linha de raciocínio, o distanciamento social proposto pelo governo durante a pandemia tem sido classificado como um fenômeno gerador de estresse e a permanência por tempo prolongado em casa, longe de amigos e família, tem levado ao aumento do consumo de tabaco e álcool. O aumento do sofrimento psicológico provocado pelas dificuldades financeiras, a incerteza do futuro e as dificuldades financeiras no atual período pandêmico, pode levar a um excessivo consumo de álcool e além disso piorar a evolução da infecção causada pela COVID-19. Somando a isso, o estresse de pegar uma doença potencialmente fatal, as demissões em massa, sentimento de insegurança, confinamento e o cansaço podem aumentar o desejo de fumar. O tabagismo está associado a transtornos mentais,

dentre eles a ansiedade, depressão, outros transtornos de humor e outras doenças mentais, que são comuns de acontecerem durante o cenário da COVID-19 e que podem piorar devido ao distanciamento social (MALTA *et al.*,2020).

De acordo com Barros *et al* (2020) notou-se que os jovens de 20 a 35 anos manifestaram mais sintomas negativos de saúde mental no decorrer da pandemia do que as idades mais avançadas. Estar sempre ansioso e triste é quase o quádruplo nessa faixa etária, em comparação aos de mais idade. O início de problemas relacionados ao sono ou a piora do quadro durante a pandemia também foi mais constante entre os jovens.

A COVID-19 está claramente criando um forte estresse na população, tanto do ponto de vista político, social, profissional e, conseqüentemente, mudando o cotidiano de todos. A solidão aumenta o risco de suicídio e tem forte associações com a ideação e até mesmo com a tentativa de morte. Os sintomas da doença juntamente com o medo e os problemas de saúde mental tem feito com que várias pessoas passem por um trauma psicológico muito grave. Ao passar por esse trauma muitos pensam em tirar a própria vida, já que não aguentam a pressão da vida em isolamento, do estresse no trabalho, das grandes notícias que não são verdadeiras e que geram bastante ansiedade. Assim, é de suma importância incentivar que as pessoas mantenham conexão e relacionamentos através das redes sociais, tenham um sono de qualidade, comam corretamente, pratiquem exercícios físicos, além de oferecer apoio para quem vive sozinho. É importante também salientar para que a mídia seja responsável e transparente com toda a sociedade (SCHUCK *et al.*,2020).

Para enfrentar os desafios e conseqüências que a COVID-19 gerou na saúde mental, a OMS produziu algumas mensagens de apoio ao bem-estar da mente e psicossocial para toda a população mundial. Além disso, é recomendado que se busque informações e notícias de fontes seguras, pesquisar histórias de pacientes que se recuperaram ou que tiveram sua rotina de práticas saudáveis inalteradas (PEREIRA; PEREIRA, 2020).

É evidente que esse é um tema muito novo e não há muitos trabalhos realizados para se ter a confirmação desse impacto. É fato que houve aumento significativo de perturbações psicológicas entre toda a população, mas não se sabe, ainda, se a pandemia afetou tanto assim as pessoas de diferentes idades e fases da vida. Em um estudo realizado com estudantes universitários portugueses, não foi possível afirmar que o aumento nos níveis de ansiedade, depressão e estresse nos

mesmos se deve unicamente à pandemia. Entretanto, deve-se estar atento aos efeitos da atual pandemia na saúde mental de todos, assegurando, assim, respostas subsequentes (MAIA; DIAS, 2020).

Apesar da escassez de estudos realizados sobre o tema, inúmeros estudos apontam para importantes repercussões negativas. Ao avaliar situações anteriores parecidas, nota-se desdobramentos no que diz respeito à saúde mental, como no caso da epidemia do Ebola de 1995 e da epidemia de 2003 com um outro tipo de coronavírus, sendo relatado medo de morrer, de infectar pessoas próximas, serem abandonados, além da estigmatização social. A propagação rápida do novo coronavírus, as incertezas sobre a forma de controle, sua severidade e a imprevisibilidade acerca da duração da pandemia, geram riscos à saúde mental de toda a população, além dos profissionais da saúde, uma vez que estes também vivenciam estressores ao lidar com pacientes com suspeitas de COVID-19 (SCHMIDT *et al.*, 2020).

Schmidt *et al.* (2020) destacam um estudo realizado na China, de Wang *et al.* (2020), onde 1.210 pessoas participaram em 194 cidades. Em tal estudo 28,8% relataram sintomas moderados a severos de ansiedade, 16,5% de depressão e 8,1% de estresse; enquanto isso, 75,2% afirmaram ter medo de que seus familiares contraíssem a doença. Enquanto isso, em estudo efetuado por Zhang *et al.* (2020), com 1.563 médicos na China que trabalhavam em diferentes hospitais, ficou claro que os sintomas de estresse prevalecem, afetando 73,4% dos participantes, seguidos de depressão, em 50,7%, insônia em 36,1% e ansiedade em 44,7%.

Outra população avaliada foram os idosos. Com a chegada da COVID-19, várias medidas de prevenção e controle foram tomadas, sendo a mais difundida, o distanciamento social, o que é uma preocupação de saúde pública muito grande, uma vez que muitos idosos dependem de outras pessoas para realizarem suas tarefas diárias. As pessoas mais velhas sofrem muito com o distanciamento, por se sentirem isoladas, uma vez que gostam de ter uma companhia e receber visitas, sendo que isso é evitado em uma situação de pandemia e medo. Ademais, os idosos são os mais susceptíveis a complicações devido a doença e consequente morte, o que gera angústia, medo e estresse. Tudo isso são fatores desencadeantes de prejuízo à saúde mental dos mesmos, levando a um possível quadro de ansiedade, depressão e outros transtornos mentais (COSTA *et al.*, 2020).

Estudos realizados em epidemias passadas observaram que é maior o número de pessoas com a saúde mental afetada do que acometidas pela infecção. No atual cenário pandêmico, o confinamento ou distanciamento social, as incertezas pelo futuro e o medo do contágio e perda de parentes tem gerado consequências relevantes na vida das pessoas, como conflitos entre familiares, aumento da violência doméstica, ansiedade, insegurança e desesperança. Devido às medidas de controle adotadas, como o distanciamento social, muitos trabalhadores ou estudantes tiveram que deixar de frequentar escolas e ambientes de trabalho, realizando tudo de dentro de casa, o que aumentou o convívio com moradores da mesma casa, gerando mais briga, além de gerar uma reação de angústia e mal-estar, por não saberem como tudo irá progredir. Um outro quesito muito afetado durante essa pandemia tem sido a economia, gerando sentimento excessivo de preocupação em diversos indivíduos. (CRUZ *et al.*, 2020)

Nesse mesmo estudo de Cruz *et al.* (2020) foram observadas mudanças na saúde mental de diferentes populações, o artigo agora citado relata também um aumento na preocupação de médicos e outros profissionais da área da saúde, que lidam diretamente com a COVID-19 e seu combate. Essa proximidade acentua a preocupação com a segurança pessoal e uma possível transmissão para pessoas próximas. Estes vivem em situações de estresse e pressão constante para tomar os devidos cuidados e evitar uma autocontaminação ou contágio do outro.

Já em outro estudo os indivíduos avaliados são crianças, um grupo difícil de ser compreendido, uma vez que, dependendo da idade, o mesmo não consegue ainda expressar adequadamente suas emoções. As alterações mais notadas nessa amostra são no sono, alimentação, estresse e ansiedade. Com o afastamento das escolas, parques e amigos, estes tendem a passar mais tempo em casa, utilizando aparelhos eletrônicos, que os afastam do mundo real e os expõem ao excesso de informações, gerando angústia neles, que temem perder a família e os amigos. Muitos podem passar por situações de agressividade e regressão devido às exigências de adaptação (RODRIGUES; LINS, 2020).

Rodrigues e Lins (2020) relataram, ainda, que quando a criança precisa de internação os sintomas psicológicos tendem a aumentar, uma vez que eles precisam se adaptar a um novo ambiente e situação, estando afastados dos pais. Durante uma situação de pandemia, há intensificação do estresse e da ansiedade em pessoas saudáveis, além de aumentar os sintomas daquelas com transtornos já pré-

instalados. Pacientes e familiares com diagnósticos ou suspeita de infecção pela COVID-19 podem vivenciar sintomas de angústia, raiva, medo e solidão, experimentando emoções novas e intensas que, com o passar do tempo, podem evoluir para estados e transtornos mais graves e preocupantes (PEREIRA *et al.*, 2020).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos sobre o tema são, ainda, escassos, uma vez que é uma temática bastante recente, o que torna mais difícil avaliar se os impactos da COVID-19 na saúde mental da população são significativos. Entretanto, todos os artigos utilizados que fizeram uma investigação em populações de diferentes faixas etárias e condições socioeconômicas, apontaram uma elevação nos níveis de estresse, ansiedade, depressão e medo de ter familiares positivados, no atual período pandêmico, quando comparados com períodos normais.

Essas perturbações psicológicas se devem às medidas adotadas de distanciamento social, que impedem as pessoas de terem contato com familiares e amigos que não moram na mesma casa. Isso em idosos traz ainda mais risco, uma vez que são mais carentes de atenção e conversa. Ademais, o medo constante de contrair a doença, a propagação de notícias enganosas, tudo gera ansiedade e estresse nas pessoas. Com os profissionais da saúde não é diferente, já que esses lidam diretamente com casos confirmados e vivenciam uma rotina de constante estresse e preocupação, sem saber ao certo como tratar, com medo de perder pacientes, medo do contágio e levar para família.

Apesar da escassez de estudos, é evidente que a atual pandemia devido a COVID-19 gerou impactos na saúde mental de grande parte da população. As pessoas estão adoecendo mentalmente, e as que já possuíam algum transtorno estão, agora, experimentando uma exacerbação do quadro, por viver constantemente preocupados e assustados com as *Fake News* e afastados do convívio social.

6 REFERÊNCIAS

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo *et al.* Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a

pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 29, p. e2020427, 2020.

CRUZ, Roberto Moraes et al. Impactos da COVID-19 no trabalho e saúde mental dos trabalhadores da saúde. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. e639997783-e639997783, 2020.

CRUZ, Roberto Moraes et al. COVID-19: emergência e impactos na saúde e no trabalho. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 20, n. 2, p. I-III, 2020.

DE ALMEIDA COSTA, Felipe et al. COVID-19: seus impactos clínicos e psicológicos na população idosa. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 7, p. 49811-49824, 2020.

RODRIGUES, José Victor; DE ALMEIDA LINS, Ana Carolina Araújo. Possíveis impactos causados pela pandemia da COVID-19 na saúde mental de crianças e o papel dos pais neste cenário. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. e793986533-e793986533, 2020.

DUARTE, Michael de Quadros et al. COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3401-3411, 2020.

LIMA, ROSSANO CABRAL. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 30, p. e300214, 2020.

MAIA, Berta Rodrigues; DIAS, Paulo César. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

MALTA, Deborah Carvalho et al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de COVID-19.

ORNELL, FELIPE et al. Pandemia de medo e COVID-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. **Revista debates in psychiatry**, 2020.

PEREIRA, Mara Dantas; PEREIRA, Míria Dantas. Pandemia de covid-19: perspectiva sobre as medidas de distanciamento social e seus impactos na saúde mental. *Caderno de Graduação-Ciências Humanas e Sociais-UNIT-SERGIPE*, v. 6, n. 2, p. 265, 2020.

PEREIRA, Mara Dantas et al. The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. 652974548, 2020.

SCHMIDT, Beatriz et al. Mental health and psychological interventions during the new coronavirus pandemic (COVID-19). **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

ZU, Zi Yue et al. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): a perspective from China. **Radiology**, p. 200490, 2020.