

## **Impactos psicológicos da pandemia do SARS-CoV-2 na população mundial: Uma revisão integrativa**

**Psychological impacts of the SARS-CoV-2 Pandemic on the World Population: An Integrative Review**

**Impactos psicológicos de la pandemia del SARS-CoV-2 en la población mundial: Una revisión integradora**

Recebido: 19/05/2021 | Revisado: 24/05/2021 | Aceito: 25/05/2021 | Publicado: 25/05/2021

**Maria Rosemary Da Silva Gomes**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8217-3647>

Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil

E-mail: [mariarosemary2010@gmail.com](mailto:mariarosemary2010@gmail.com)

**Lana Almeida Silva**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5431-1694>

Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil

E-mail: [almeidalana18@gmail.com](mailto:almeidalana18@gmail.com)

**Liana Dantas da Costa e Silva Barbosa**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8191-102X>

Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil

E-mail: [dantaslina@bol.com.br](mailto:dantaslina@bol.com.br)

### **Resumo**

O SARS-CoV-2 causador da atual pandemia de COVID-19, apresenta-se como um problema para a saúde pública, na qual além das preocupações quanto à saúde física, traz também preocupações quanto ao sofrimento psicológico. O objetivo do estudo foi analisar as evidências científicas acerca dos impactos psicológicos e outras alterações na saúde mental da população brasileira na Pandemia do SARS-CoV-2, identificando os principais fatores que levam à população mundial a desencadear problemas de saúde mental e apresentar estratégias de prevenção e enfrentamento dos impactos psicológicos sofridos pela população mundial na pandemia. O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa, na qual a amostra de com 27 artigos foi composta a partir de um levantamento de dados através da busca na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) onde estão indexadas as bases de dados eletrônicas utilizadas na pesquisa: SCIELO (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), BDNF (Base de Dados da Enfermagem), PubMed (NCBI) e Google Acadêmico, nos anos de 2020 a 2021. Os descritores foram cruzados entre si utilizando o marcador e booleano AND. A coleta foi realizada no período de Agosto a Novembro de 2020. A importância da implementação de estratégias e ou intervenções para que a população tenha acesso à medidas de apoio emocional diante a pandemia do SARS-CoV-2, seja presencial ou online. Levando em consideração as diferentes populações afetadas, recomenda-se lidar com as consequências na saúde mental diante da pandemia e intervenções psicológicas em resposta às necessidades individuais no decorrer do surto pandêmico.

**Palavras-chave:** Infecções por Coronavírus; Pandemias; Saúde mental; Brasil; Enfermagem.

### **Abstract**

SARS-CoV-2, the cause of the current COVID-19 pandemic, presents itself as a problem for public health, in which, in addition to concerns about physical health, it also brings concerns about psychological suffering. The objective of this study was to analyze the scientific evidence about the psychological impacts and other alterations in the mental health of the Brazilian population in the SARS-CoV-2 Pandemic, identifying the main factors that lead the world population to unleash mental health problems and present strategies for preventing and coping with the psychological impacts suffered by the world population in the pandemic. This study is an integrative review, in which the sample of 27 articles was composed from a survey of data through a search in the Virtual Health Library (VHL) where the electronic databases used in the research are indexed: SCIELO (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences), BDNF (Nursing Database), PubMed (NCBI) and Google Academic, in the years 2020 to 2021. The descriptors were crossed with each other using the Boolean AND marker. The collection was carried out from August to November 2020. The importance of implementing strategies and/or interventions so that the population has access to emotional support measures in the face of the SARS-CoV-2 pandemic, whether in person or online. Taking into consideration the different populations affected, it is recommended to address

the mental health consequences of the pandemic and psychological interventions in response to individual needs during the course of the pandemic outbreak.

**Keywords:** Coronavirus infections; Pandemics; Mental health; Brazil; Nursing.

### Resumen

El SARS-CoV-2, causante de la actual pandemia de COVID-19, se presenta como un problema para la salud pública, en el que además de la preocupación por la salud física, también conlleva la preocupación por el sufrimiento psicológico. El objetivo del estudio fue analizar las evidencias científicas sobre los impactos psicológicos y otros cambios en la salud mental de la población brasileña en la pandemia de SARS-CoV-2, identificando los principales factores que llevan a la población mundial a desencadenar problemas de salud mental y presentar estrategias de prevención y afrontamiento de los impactos psicológicos sufridos por la población mundial en la pandemia. Este estudio es una revisión integradora, en la cual la muestra de 27 artículos fue compuesta a partir de un levantamiento de datos a través de una búsqueda en la Biblioteca Virtual de Salud (BVS) donde están indexadas las bases de datos electrónicas utilizadas en la investigación: SCIELO (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences), BDENF (Nursing Database), PubMed (NCBI) y Google Academic, en los años 2020 a 2021. Los descriptores se cruzaron entre sí utilizando el marcador booleano AND. La recogida se realizó en el periodo comprendido entre agosto y noviembre de 2020. La importancia de implementar estrategias y/o intervenciones para que la población tenga acceso a medidas de apoyo emocional ante la pandemia de SARS-CoV-2, ya sea en persona o en línea. Teniendo en cuenta las diferentes poblaciones afectadas, se recomienda abordar las consecuencias de la pandemia para la salud mental y las intervenciones psicológicas en respuesta a las necesidades individuales durante el brote pandémico.

**Palabras clave:** Infecciones por coronavirus; Pandemias; Salud mental; Brasil; Enfermería.

## 1. Introdução

De acordo com a constituição da Organização Mundial de Saúde (OMS), saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a mera ausência de doença ou enfermidade (Brasil, 2020). E segundo a Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ), os impactos dos transtornos mentais associados ao SARS-CoV-2 (Síndrome Respiratória Aguda Grave de Coronavírus 2) mostra a importância notória de estudos que tragam mudanças na atenção psiquiátrica, assim como cuidados efetivos diante da atual situação pandêmica (Fiocruz, 2020).

A COVID-19 (doença do novo coronavírus 2019) é uma doença causada pelo vírus denominado SARS-CoV-2, que apresenta um espectro clínico variando de infecções assintomáticas a quadros graves (Brasil, 2020a). Com esse novo cenário, a implementação de medidas de contenção do vírus traz efeitos psicológicos negativos onde estudiosos têm debatido sobre as estratégias que ajudem no enfrentamento desses efeitos para tornar o período de quarentena menos adoecedor (Wang et al., 2020). É bastante visto que a pandemia trouxe um pânico global na saúde mental das pessoas que tinham suas vidas agitadas dadas as características da contemporaneidade, acarretando assim medo e aflição em contrair a doença e excesso de informações (Bagchi, 2020).

Estudos realizados por Wang *et al.* (2020) e Zhang *et al.* (2020) relataram que devido à distância da família e das relações sociais e ao risco de contaminação do SARS CoV-2, não apenas os pacientes e profissionais da saúde, mas toda a população (idosos, moradores de casa de repouso, mulheres e outros) é afetada mentalmente. Diante disso, estudos sugerem que junto à disseminação de informações falsas, as preocupações com a escassez de suprimentos, as perdas financeiras e o medo de ser infectado por um vírus potencialmente fatal, de rápida disseminação, cujas origens e natureza ainda são pouco conhecidos, acabam por afetar o bem-estar psicológico de muitas pessoas (Asmundson & Taylor, 2020).

Devido à alta transmissibilidade do SARS-CoV-2, em março de 2020, foi declarado pela (OMS, 2020) estado de pandemia. De acordo com Wang *et al.*, (2020) as medidas de contenção (MC) do vírus causam impactos psicológicos diretamente relacionados à COVID-19, onde essas medidas e a falta de preparação para prestar assistência em saúde mental durante o período pandêmico consistem em fatores de risco à saúde mental. Em pesquisas realizadas na população sobre a quarentena e o

isolamento social, Brooks *et al.* (2020) identificaram os efeitos negativos dessas medidas que incluem sintomas de estresse pós-traumático, confusão, raiva e medo, podendo se tornar crônico ou desproporcional.

Santana, Nascimento, Lima e Nunes (2020) constataam que o isolamento social na pandemia do SARS-CoV-2 levou as pessoas a serem acometidas por mudanças psicológicas, como ansiedade, depressão e estresse, devido ao ser humano ser um ser social e por isso, dependem de interação, interação interpessoal, e quando mantidas em isolamento, alimentam sentimentos de solidão e tristeza. É de suma importância a implementação de estratégias e ou intervenções para que a população tenha acesso a medidas de apoio emocional diante desta pandemia do SARS-CoV-2, seja presencial ou online (Brasil, 2020b). Estudos acerca do SARS-CoV-2 e o enfrentamento dos problemas mentais desencadeados devido às medidas de contenção deste, têm evidenciado que o processo de revisão de literatura é relevante, pois oferece benefícios para a elaboração de ações e políticas públicas direcionadas à coletividade e as equipes de saúde. Assim, o objetivo deste estudo é analisar as evidências científicas acerca dos impactos psicológicos na saúde mental nas populações durante a Pandemia do SARS-CoV-2.

## 2. Metodologia

O presente estudo foi desenvolvido através de uma pesquisa de revisão integrativa, método que permite criticar e sintetizar o conhecimento produzido de forma ordenada e sistemática, com a finalidade de gerar um todo consistente e significativo por meio de achados oriundos de estudos diversos e representativos sobre determinado tema. Faz uso de publicações com características metodológicas diferentes, contudo sem ir de encontro ao perfil epistemológico dos estudos empíricos pesquisados, contribuindo para o avanço da ciência à medida que permite o levantamento de lacunas a serem preenchidas para o aprofundamento do tema (Soares *et al.*, 2014).

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica de revisão integrativa, na qual classifica-se como pesquisa básica estratégica, estruturando-se em seis etapas distintas: 1) trata-se da elaboração da questão de pesquisa; 2) amostragem ou busca na literatura dos estudos primários; 3) extração de dados dos estudos primários; 4) avaliação dos estudos primários incluídos na revisão; 5) análise e síntese dos resultados da revisão; 6) apresentação da revisão integrativa (Mendes, Silveira, Galvão, 2008). A questão norteadora que fundamentou a sua construção foi: Quais as evidências científicas acerca dos impactos psicológicos da pandemia do SARS-CoV-2 enfrentados pela população brasileira?

Para a amostra foi realizado, no período de agosto a novembro de 2020, um levantamento de textos por meio de busca na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) onde estão indexadas as bases de dados eletrônicas utilizadas nesta pesquisa: SCIELO (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), BDENF (Base de Dados da Enfermagem), PubMed (NCBI) e Google Acadêmico, nos anos de 2020 a 2021. Foram utilizados os descritores contidos no *site* dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e do *Medical Subject Headings* (MeSH) sendo estes: Infecções por Coronavírus (*Coronavirus Infections*), Pandemias (*Pandemics*), Saúde mental (*Mental Health*), Brasil (*Brazil*), Enfermagem (*Nursing*). Esses descritores foram cruzados entre si utilizando o marcador booleano AND.

Após os cruzamentos iniciais mencionados, foram adotados como critérios de inclusão: estudos de revisão, artigos na íntegra *online*, publicados no período dos últimos cinco anos de 2020 e 2021, nos idiomas Português, Inglês e Espanhol, que seguem os descritores acima, onde os estudos incluídos precisavam abordar os impactos psicológicos e outras alterações da pandemia do SARS-CoV-2 na população mundial. Tem como foco do estudo profissionais da saúde, idosos, moradores de casa de repouso, crianças, adultos e pacientes com problemas mentais preexistentes. Em seguida foram aplicados os critérios de exclusão: dissertações, teses, editoriais, cartas ao editor, relatos de experiência, resumos de eventos e os repetidos (duplicados); artigos que não são completos e que não estejam relacionados à temática do estudo.

Trata-se de uma revisão integrativa, na qual a seleção das publicações para a revisão seguiu as orientações da estratégia de busca PICO (Quadro 1), onde a questão de pesquisa estabelecida conta com 4 componentes: P (Paciente), I (Intervenção), C (Comparação/controle) e O (Desfecho). Essa estratégia permite a formulação correta da pergunta norteadora da pesquisa, “Quais as evidências científicas acerca dos impactos psicológicos da pandemia do SARS-CoV-2 enfrentados pela população mundial?”, possibilitando o melhor nível de evidências (Santos *et al.*, 2007).

**Tabela 1.** Descrição da estratégia PICO. Teresina, Piauí, Brasil, 2020.

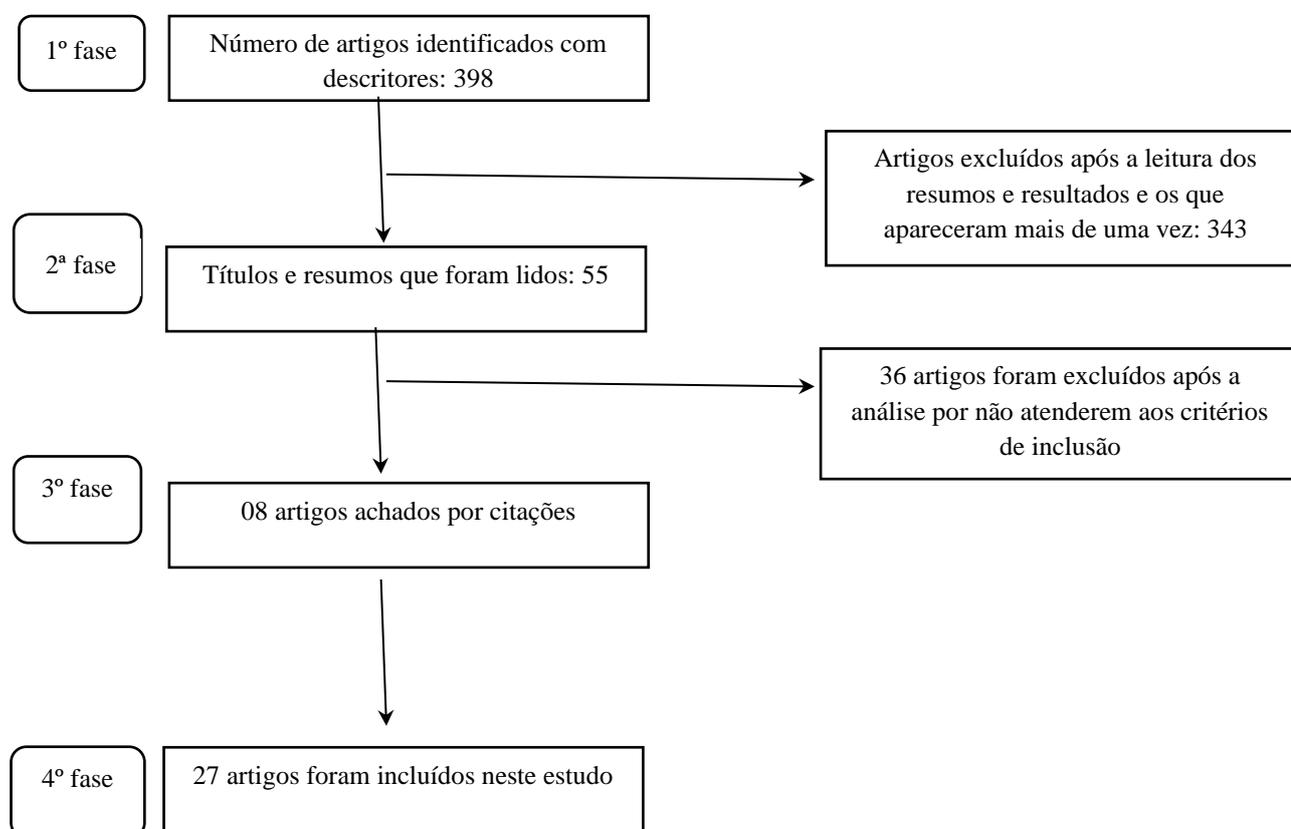
ACRÔNIMO	ANÁLISE
P (Paciente)	População mundial
I (Intervenção ou indicado)	Intervenção ou indicador: Impactos psicológicas sofridos na pandemia do SARS CoV-2
C (Comparação ou controle)	-
O (Outcomes /Desfecho)	Prevenção e enfrentamento dos impactos psicológicos.

Fonte: Coleta de dados, Teresina-PI, 2021.

Os artigos escolhidos foram lidos para determinar quais informações seriam extraídas e usadas no presente estudo. Desenvolveu-se um formulário de categorização de artigos para armazenar dados referentes aos aspectos metodológicos e temáticos das produções, incluindo as seguintes informações: título, ano de publicação, autores, periódico de publicação e resultados das pesquisas. A interpretação e apresentação de uma síntese dos resultados basearam-se na avaliação crítica dos autores e na presença ou ausência dos sintomas de transtornos mentais desenvolvidos no atual cenário.

Ao final do processo de seleção foi encontrado um total de 398 artigos relacionados com a temática, deste total foram identificadas 143 produções no Google acadêmico, 14 na BVS, 238 na PubMed e 11 na BDENF. Após a utilização dos filtros e a leitura dos resumos e resultados foram excluídos 343 artigos e selecionados artigos completos, restando 55 artigos. Logo após a leitura dos resumos e excluindo aqueles que não atenderam aos critérios de inclusão, foram selecionados os textos completos de 19 artigos, a partir desses artigos selecionados 08 artigos foram incluídos no estudo encontrados a partir das citações; foram escritos em português, inglês e espanhol, sendo designadas 27 publicações que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão previamente instituídos (Figura 1). Na seleção das publicações foram consideradas as recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA): dois pesquisadores independentes realizaram a seleção das publicações identificadas, avaliando criteriosamente a metodologia dos artigos considerados relevantes para o tema em estudo; a seleção ocorreu por meio dos dois pesquisadores independentes obedecendo aos critérios de inclusão e exclusão previamente definidos.

**Figura 1.** Processo de seleção dos estudos. Teresina, 2021.



Fonte: Fluxograma das etapas da revisão integrativa recomendada pela PRISMA. Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) (SCIELO, LILACS, BDNF, PubMed e Google Acadêmico, 2021).

Os 27 artigos selecionados foram lidos para determinar quais informações seriam extraídas, para serem usadas no presente estudo. Estes artigos foram caracterizados com o auxílio de um formulário estruturado de artigos para armazenar dados referentes aos aspectos metodológicos e temáticos dos estudos, incluindo as seguintes informações: autores, ano e local de publicação, objetivos, delineamento do estudo, objetivos e resultados da pesquisa. A análise de dados ocorreu pela leitura minuciosa, dos estudos, possibilitando a extração das principais ideias de cada autor, considerando os resultados evidenciados e as conclusões de cada publicação. Para conduzir o processo de análise foi utilizado três fases presentes desse processo analítico de acordo com de Minayo (2017): a pré-análise (etapa de leitura superficial do conteúdo para identificar as principais ideias dos artigos selecionados), exploração do material (fase de construção de grupos temáticos a partir dos conteúdos selecionados em cada pesquisa) e agrupamento dos resultados obtidos/interpretados (interpretação dos resultados e comparação com a literatura existente).

Após a coleta de dados e caracterização dos estudos selecionados, as informações foram organizadas e apresentadas em quadros e figuras; já os conteúdos descritivos das principais evidências e conclusões foram organizados em agrupamentos temáticos pela semelhança das ideias dos autores. Os resultados e as evidências das publicações foram discutidos à luz de teóricos que tratam da temática em questão e apresentadas na discussão do estudo. A presente revisão foi estruturada como artigo, seguindo-se as normas legais dispostas pela American Psychological Association (APA), estabelecendo a reprodução das

evidências consideráveis contidas nos resultados dos artigos analisados conforme descritos, tendo em vista, a autenticidade das principais ideias apresentadas pelos seus autores, em citações diretas ou parafraseadas.

### 3. Resultados

No Quadro 1 estão presentes os 27 artigos selecionados após busca orientada pela metodologia desta pesquisa. Os estudos foram organizados de acordo com os autores, ano, título do artigo, periódico, objetivos, e resultados da pesquisa, respectivamente. Os resultados da coleta foram organizados em três quadros baseados na combinação dos descritores: Infecções por Coronavírus AND Pandemias AND Saúde AND Brasil AND Enfermagem. O tema impactos psicológicos da pandemia do SARS-CoV-2 foi encontrado em todos os estudos escolhidos e associados a diversos fatores distintos. Os resultados referentes à caracterização das publicações deste estudo foram apresentados em forma de quadros e tabelas por meio de recursos matemáticos.

**Quadro 1.** Caracterização dos estudos selecionados por autores, ano, título do artigo, periódico, objetivos, e resultados da publicação, Teresina-PI, 2021.

Autores/Ano	Título do artigo	Periódico	Objetivos	Principais resultados
Pereira <i>et al.</i> (2020)	<i>The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review.</i>	<i>Research, Society and Development</i>	Realizar uma análise sobre as consequências na saúde mental advindas do período de isolamento social durante a pandemia de COVID-19 e de prenuenciar estratégias de enfrentamento para minimizá-las.	Os indivíduos submetidos ao isolamento social estão mais suscetíveis a apresentar transtornos de saúde mental, devido à privação e contenção social, surgindo sintomas de sofrimento psíquico, em especial, relacionado ao estresse, ansiedade e depressão.
Santana <i>et al.</i> (2020)	Alterações psicológicas durante o isolamento social na pandemia de covid-19: revisão integrativa.	Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social	Compreender se o isolamento social favorece o acometimento de alterações psicológicas na população mundial durante a pandemia de COVID-19.	As alterações psicológicas provocadas pelo isolamento social mais apontadas foram: ansiedade, depressão e estresse. Infere-se que o isolamento social durante a pandemia do COVID-19 interfere na qualidade de vida das pessoas, e contribui para o comprometimento da saúde mental.
Moreira, Sousa e Nobrega (2020)	Adoecimento mental na população geral e em profissionais de saúde durante a COVID-19: Scoping Review	Texto & Contexto-Enfermagem,	Mapear a literatura sobre adoecimento mental na população geral e em profissionais de saúde durante a pandemia da Covid-19.	A pandemia da Covid-19 desencadeou, com maior frequência, ansiedade, depressão, estresse e transtornos do estresse pós-traumático na população geral e em profissionais de saúde. Mulheres, estudantes e enfermeiros estão entre os mais acometidos.
Ortiz, Quintero, Córdoba, Ceballos e Córdoba (2020)	<i>Consecuencias de la pandemia COVID-19 en la Salud Mental asociadas al aislamiento social</i>	<i>New England Journal of medicine</i>	Mostrar as possíveis consequências na saúde mental da população que pode acontecer como o resultado do isolamento social devido à pandemia COVID-19.	As alterações psicológicas apresentam múltiplos sintomas associados que variam de isolados a distúrbios complexos com uma deterioração acentuada da função mental, como insônia, ansiedade, depressão e transtorno de estresse pós-traumático.

Araujo e Machado (2020)	<i>Impact of COVID-19 on mental health in a Low and Middle-Income Country.</i>	Ciência & Saúde Coletiva.	Discutir os efeitos da pandemia do COVID-19 em um país de baixa e média renda, Brasil.	A atual pandemia de SARS-CoV-2 está afetando mais os indivíduos multimórbidos, então ela é particularmente problemática para pessoas com transtornos mentais. Compreender o ônus de um surto na saúde mental é fundamental para uma ação de contenção eficaz da propagação da doença, pois a psicopatologia pode reduzir a resistência durante o confinamento. Além disso, há o estresse causado pelo risco eminente de infecção ou incerteza econômica, especialmente em ambientes de baixa e média renda.
Lima <i>et al.</i> (2020)	Impactos no comportamento e na saúde mental de grupos vulneráveis em época de enfrentamento da infecção COVID-19: revisão narrativa.	Revista Eletrônica Acervo Saúde	Realizar uma revisão narrativa das repercussões no comportamento e na saúde mental da população vulnerável e de medidas adotadas, no enfrentamento da pandemia do COVID-19	As repercussões da pandemia do COVID-19 são comparadas a desastres naturais e guerras, pelo receio em adoecer, ficar desempregado, desamparado, ser estigmatizado, caso venha a se infectar e, o medo de morrer. A sensação de incerteza quanto ao futuro econômico e educacional traz também implicações na saúde mental. Estratégias sociais, educacionais, econômicas devem ser implantadas para minimizar os danos causados pela COVID-19.
Nabuco, Oliveira e Afonso (2020)	O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental.	Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade.	Apresentar uma proposta para a atuação das equipes de Atenção Primária na saúde (APS) no enfrentamento ao adoecimento mental relacionado à pandemia.	Os principais fatores de risco para adoecimento mental identificados incluem: vulnerabilidade social, contrair a doença ou conviver com alguém infectado, existência de transtorno mental prévio, ser idoso e ser profissional de saúde. No contexto brasileiro, há ainda há uma crise político-institucional aumentando a ansiedade e a insegurança na população. Qualificar a discussão sobre o papel da APS na saúde mental da população e, portanto, subsidiar ações que potencializem o cuidado prestado pelas equipes durante a pandemia de COVID-19.
Brooks <i>et al.</i> (2020)	<i>The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence.</i>	The Lancet Psychiatry	Sugere que o impacto da quarentena é amplo e variado, substancial, e pode ter uma longa duração. Em situações onde a quarentena for considerada necessária, os indivíduos devem ficar em quarentena por mais tempo; Fornecer justificativa para a quarentena e informações sobre protocolos, e garantir que suprimentos suficientes sejam fornecidos. Apela para	Relataram efeitos psicológicos negativos, incluindo sintomas de estresse pós-traumático, confusão e raiva. Os estressores incluíram quarentena mais longa, medo de infecção, frustração, tédio, suprimentos inadequados, informações, perdas financeiras e estigma.

			altruísmo, lembrando o público sobre os benefícios da quarentena para a sociedade em geral, pode ser favorável.	
Vasconcelos, Feitosa, Medrado e Brito (2020)	O novo corona vírus e os impactos psicologicos da quarentena.	Desafios-Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins	Realizar uma análise sobre os efeitos da quarentena e propor estratégias para enfrentá-la, além de minimizar seus efeitos.	A quarentena pode desencadear sintomas psicológicos, sendo os sintomas mais comuns ansiedade, tristeza e raiva, podendo ser pontuais ou se estenderem após o término do isolamento. Contudo, existem estratégias quando adotadas em conjunto, podem minimizar os efeitos psicológicos do isolamento e fazer desse momento menos adoeceador.
Barros <i>et al.</i> (2020)	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	Analisar a frequência de tristeza, nervosismo e alterações do sono durante a pandemia de COVID-19 no Brasil, identificando os segmentos demográficos mais afetados.	A dimensão do impacto da pandemia e do isolamento social sobre aspectos da saúde mental e da qualidade do sono da população no contexto brasileiro vem aumentando. O maior impacto nos adultos jovens e nas mulheres sinaliza segmentos demográficos de maior vulnerabilidade, a demandar a aplicação e o aprimoramento das estratégias de preservação e atenção à saúde mental durante a pandemia. Os resultados ressaltam que as pessoas com antecedentes de depressão são as mais vulneráveis no contexto pandêmico.
Schmidt, Crepaldi, Bolze, Silva e Demenech (2020)	Impactos na saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19).	Estudos Psicológicos (Campinas),	Sistematizar conhecimentos sobre implicações na saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus.	A Psicologia pode oferecer contribuições importantes para o enfrentamento das repercussões da COVID-19. sugerimos levantamentos sobre os impactos na saúde mental diante da pandemia e sobre intervenções psicológicas alinhadas às necessidades do contexto brasileiro, considerando as características de diferentes populações.
Accorsi, Santos, Accorsi, Bohac e Chin (2020)	COVID-19 e o Sistema Nervoso Central.	Revista Ulakes	Realizar uma revisão sobre a patogenia da COVID-19 no sistema nervoso central, com ênfase na teoria da tempestade de citocinas.	Nas infecções por SARS-CoV foram relatadas manifestações centrais como ansiedade, rebaixamento dos níveis de consciência, no caso de SARS-CoV-2, foram observados além dos efeitos centrais já relatados, outras manifestações neurológicas como meningite, e que as manifestações neurológicas advindas da infecção pelo vírus SARS-CoV-2 estão relacionadas com a neuroinflamação que evolui com a tempestade de citocinas.
Oliveira, Ayres, Reis, Toledo e Silva (2020)	Lêititude emocional e as estratégias da Teoria Cognitivo-Comportamental para o	Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REVESC	Realizar uma análise sobre as estratégias de enfrentamento a partir da teoria cognitivo-comportamental para minimizá-lo.	A terapia cognitivo-comportamental tem muito a contribuir com situações de crises e tragédias sociais. Atuar na prevenção de condições psicopatológicas. Estratégias como: regulação emocional (como a habilidade de manter, aumentar ou diminuir um ou mais componentes da

	enfrentamento do COVID-19.			resposta emocional), reestruturação cognitiva (escolhas conscientes do paciente), autoestima, assertividade e resiliência, parada de pensamentos e descatastrofização, cuidado com excesso de informações, estabelecer rotina de atividades,
Talevi <i>et al.</i> (2020)	<i>Mental health outcomes of the CoViD-19 pandemic.</i>	Rivista di psichiatria	Resumir a literatura relevante sobre o impacto psicológico da pandemia CoViD-19 em as populações afetadas.	A pandemia de Covid-19, está tendo um enorme impacto psicológico nos indivíduos. A maioria dos indivíduos sofria de distúrbios moderados, enquanto os sujeitos que relatam severos sintomas eram uma minoria. Algumas categorias se mostraram mais vulneráveis, ou seja, profissionais de saúde e pacientes afetados pelo CoViD-19. Nos observados a prevalência não era homogênea, sexo feminino e idade mais jovem foram associados com maior risco para os resultados da saúde mental.
Gao <i>et al.</i> (2020)	<i>Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak</i>	<i>Journal Plos one</i>	Descrever a prevalência e distribuição de dois grandes transtornos mentais: ansiedade e depressão entre a população chinesa, e examinar suas associações com exposição nas redes sociais por avaliação rápida durante o surto de Covid-19.	Há alta prevalência de problemas de saúde mental, que positivamente associada com SME (Social media exposure / Exposição nas redes sociais), frequentemente durante o surto de COVID-19. Estes achados implicaram que o governo precisa prestar mais atenção à saúde mental entre a população em geral. A próxima implicação é combater a "infodemia" monitorando e filtrando informações falsas, informação e promoção de informações precisas através de colaborações transversais.
Silva, Jorge e Luzeiro (2020)	Manifestações Neurológicas em Doentes com Infecção por SARS-CoV-2	Sinapse	Rever os dados disponíveis até o ano de 2020 sobre as manifestações neurológicas associadas à infecção por SARS-CoV-2, identificando possíveis mecanismos fisiopatológicos e abordagem.	Descoberta das potenciais manifestações neurológicas associadas à infecção por SARS-CoV-2. Os trabalhos tendem a ser maioritariamente observacionais, com amostras pequenas, o que limita as conclusões possíveis. Trata-se de um cenário novo, prevendo-se um impacto social, económico e cultural, profundo.
Artal (2020)	<i>Complicaciones neurológicas por coronavirus y COVID-19. Revista de Neurología</i>	Revista de Neurología	Analisa os dados disponíveis sobre as complicações neurológicas do vírus em geral e SARS-CoV-2 em particular.	Fatores virais (mutações em genes específicos que aumentam a virulência de SARS-CoV-2) e fatores associados ao hospedeiro (idade avançada, comorbilidades, imunossupressão), bem como a interação entre o vírus e o hospedeiro, são as condições apropriadas que podem explicar os diferentes níveis de neurotropismo, invasão do SNC e neurovirulento de SARS-CoV-2 em humanos. A incidência de complicações

				nerológicas, seu tipo e gravidade ainda são incertos.
Moreira <i>et al.</i> (2020)	Intervenções em saúde mental em tempos de COVID-19: scoping review	<i>Health Sciences</i>	Mapear as evidências sobre intervenções em saúde mental implementadas durante a pandemia da COVID-19, com intuito de fornecer à população e aos profissionais de saúde mecanismos para o enfrentamento dos impactos dessa pandemia à saúde mental.	As evidências enfatizam as intervenções de cuidados em saúde mental direcionadas a grupos populacionais diversos no contexto pandêmico da COVID-19, nomeadamente: telemonitoramento, jogos virtuais e intervenções focalizadas no suporte social e em técnicas de relaxamento muscular. não farmacológicas e de baixo custo e necessitam ser incentivadas e incluídas nos cenários de atenção à saúde mental.
Ahmed <i>et al.</i> (2020)	<i>Epidemic of COVID-19 in China and Associated Psychological Problems.</i>	<i>Asian Journal of Psychiatry</i>	Avaliar o estado de saúde mental dos chineses.	O estudo evidenciou maior taxa de ansiedade, depressão, uso de álcool perigoso e prejudicial e menor bem-estar mental do que a proporção habitual. Mostrou também que os jovens de 21 a 40 anos estão em posição mais vulnerável em termos de suas condições de saúde mental e uso de álcool.
Asmundson e Taylor (2020)	<i>Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak.</i>	<i>Journal of anxiety disorders</i>	Analisar as consequências psicossociais do COVID-19, como medo excessivo (ou falta de preocupação e devida cautela) e discriminação, e encontrar evidências que abordam essas questões.	Um terço dos entrevistados estava preocupado com o vírus e 7% estavam "muito preocupados" em se infectar. Consistente com os achados de epidemias e pandemias anteriores, muitas pessoas nesta pesquisa (33%) não se mostraram confiantes de que o sistema de saúde em sua comunidade estava preparado para lidar com novos casos do coronavírus.
Duan e Zhu (2020)	<i>Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic.</i>	<i>The Lancet Psychiatry</i>	Avaliar os estados de saúde mental dos indivíduos afetados pela epidemia do SARS-CoV-2, de acordo com a gravidade de sua condição e dificuldade de tratamento oportunos e razoáveis.	Indivíduos que vivenciaram emergências em saúde pública ainda possuem diferentes graus de transtornos de estresse, mesmo após o fim do evento. Portanto, deve-se considerar o curso da doença, a gravidade dos sintomas clínicos, o local de tratamento e outros fatores para classificar indivíduos que necessitam de intervenção psicológica e formular medidas específicas para melhorar a eficácia dessas intervenções.
Lai <i>et al.</i> (2020)	<i>Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019.</i>	<i>JAMA network open</i>	Avaliar a magnitude dos desfechos de saúde mental e os fatores associados entre os profissionais de saúde que tratam pacientes expostos ao COVID-19 na China.	Uma proporção considerável de profissionais de saúde relatou sentir sintomas de depressão, ansiedade, insônia e angústia, especialmente mulheres, enfermeiros, pessoas em Wuhan e profissionais de saúde de linha de frente diretamente envolvidos no diagnóstico, tratamento ou prestação de cuidados de enfermagem a pacientes com COVID-19 suspeitos ou confirmados.

Holmes <i>et al.</i> (2020)	<i>Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science.</i>	<i>The Lancet Psychiatry</i>	Analisar os efeitos psicológicos, sociais e neurocientíficos do COVID-19 e coletar dados de alta qualidade sobre os efeitos da pandemia em toda a população e grupos vulneráveis, e sobre a função cerebral, cognição e saúde mental de pacientes com COVID-19.	Os efeitos psicológicos, sociais e neurocientíficos do COVID-19 foram estabelecidas prioridades imediatas e estratégias de longo prazo para a pesquisa em ciência da saúde mental. Essas prioridades foram informadas por pesquisas do público e de um painel de especialistas convocado pela Academia de Ciências Médicas do Reino Unido e pela instituição de pesquisa em saúde mental MQ: Transforming Mental Health, nas primeiras semanas da pandemia no Reino Unido, em março de 2020.
Liu <i>et al.</i> (2020)	<i>Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak.</i>	<i>The Lancet Psychiatry</i>	Avaliar os serviços de saúde mental on-line que estão sendo utilizados para a epidemia COVID-19; Promover intervenções que melhorem a qualidade e a eficácia das intervenções emergenciais.	A popularização dos serviços de internet e smartphones, e o surgimento de redes móveis de quinta geração (5G), permitiram que profissionais de saúde mental e autoridades de saúde fornecessem serviços online de saúde mental durante o surto de COVID-19. Como atendimentos online, com os profissionais.
Xu <i>et al.</i> (2020)	Pathological findings of COVID-19 associated with acute respiratory distress syndrome.	The Lancet respiratory medicine	Facilitar a compreensão da patogênese do COVID-19 e melhorar as estratégias clínicas contra a doença. China	A superativação das células T, manifestada pelo aumento de Th17 e alta citotoxicidade das células CD8 T, explica, em parte, a grave lesão imunológica neste paciente.
Wang <i>et al.</i> (2020)	Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China.	International journal of environmental research and public health.	Pesquisar o público em geral na China para entender melhor seus níveis de impacto psicológico, ansiedade, depressão e estresse durante o estágio inicial do surto de COVID-19.	Durante a fase inicial do surto de COVID-19 na China, mais da metade dos entrevistados avaliaram seu impacto psicológico como moderado a grave, e cerca de um terço relatou ansiedade de moderado a grave. O gênero feminino, e estudantes foram associados a um maior impacto psicológico do surto e níveis mais elevados de estresse e ansiedade
Castro <i>et al.</i> (2020)	<i>Influencia de la infección SARS-CoV-2 sobre enfermedades neurodegenerativas y neuropsiquiátricas: una pandemia demorada?</i>	Revista de Neurología	Estudar possíveis consequências na patologia neurológica a médio e longo prazo, com especial atenção para doenças neurodegenerativas e neuropsiquiátricas de base neuroinflamatória.	A SARS-CoV-2 é um vírus neuroinvasivo capaz de desencadear uma tempestade de citocinas, com efeitos persistentes em populações específicas. Os impactos que este movimento molecular poderia ter no início e progressão a doença de Alzheimer, Parkinson ou esclerose múltipla em sua fase neurodegenerativa.

Fonte: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) (SCIELO, LILACS, BDNF, PubMed e Google Acadêmico), Teresina-PI, 2021.

A Tabela 1 agrupa as variáveis país, ano, periódicos de publicação e abordagem metodológica. A maioria dos estudos localizados foram estrangeiros, totalizando 15 publicações, correspondendo a 55,5% das produções encontradas nas bases de dados virtuais, destacando-se a China com 18,51%, Espanha com 7,40 %, Colômbia 3,40%, Itália com 3,70%, Portugal 3,70%, Canadá 3,70%, Reino Unido 3,70%, Japão 3,70%, Londres 3,70%, Ásia 3,70%. Apesar do maior quantitativo de publicações ser

internacional, dentre todos os países identificados separadamente no estudo, foi no Brasil onde constatou-se mais produções sobre a temática com (12) artigos, correspondendo a 44,4% do total da amostra.

Pode-se observar que todas as publicações referentes ao tema foram em 2020. Os periódicos estrangeiros que mais se destacaram foram The Lancet Psychiatry com 14,81%, e Health Sciences com 7,40%, já os nacionais apareceram todos com 3,70% revelando que os dados possuem cientificidade, impacto e seguem os princípios éticos na pesquisa. Quanto à abordagem metodológica a que mais se destacou foi a revisão integrativa com 22,2% seguida da revisão sistemática com 18,51% e o estudo observacional 14,81%, estudos quantitativa, quantitativos, revisão narrativa e revisão de escopo apresentaram-se com os mesmos percentuais 7,40%, já o relato de experiência, estudo reflexivo, pesquisa teórico-prática e ensaio científico apareceram com 3,70%.

**Tabela 1.** Distribuição das produções científicas segundo as variáveis: país, ano, periódicos, fator de impacto e delineamento do estudo. Teresina - PI, 2020.

Variáveis	Nº	%
<b>País</b>		
Brasil	12	44,44%
China	05	18,51%
Espanha	02	7,40%
Colômbia	01	3,70%
Itália	01	3,70%
Portugal	01	3,70%
Canadá	01	3,70%
Reino Unido	01	3,70%
Japão	01	3,70%
Londres	01	3,70%
Ásia	01	3,70%
<b>Ano</b>		
2020	27	100%
<b>Periódico</b>		
Research, Society and Development	01	3,70%
Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social	01	3,70%
Texto & Contexto-Enfermagem	01	3,70%
New England Journal of Medicine	01	3,70%
Ciência & Saúde Coletiva	01	3,70%
Revista Eletrônica Acervo Saúde	01	3,70%
RBMFC-Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade	01	3,70%
The Lancet Psychiatry	04	14,81%

Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins	01	3,70%
Epidemiologia e Serviços de Saúde	01	3,70%
Estudos de Psicologia (Campinas)	01	3,70%
Revista Ulakes	01	3,70%
REVESC-Revista Enfermagem e Saúde Coletiva	01	3,70%
Rivista di psichiatria	01	3,70%
Journal Plos one	01	3,70%
Sinapse	01	3,70%
Revista de Neurología	01	3,70%
Health Sciences	02	7,40%
Asian Journal of Psychiatry	01	3,70%
Journal of anxiety disorders	01	3,70%
Jama Network Open	01	3,70%
The Lancet Respiratory Medicine	01	3,70%
International Journal of Environmental Research and Public Health	01	3,70%

#### Abordagem metodológica

Revisão integrativa	06	22,22%
Relato de Experiência	01	3,70%
Revisão Sistemática	03	18,51%
Quantitativa	02	7,40%
Qualitativa	02	7,40%
Revisão Narrativa	02	7,40%
Revisão de Escopo	02	7,40%
Estudo Observacional	04	14,81%
Estudo Reflexivo	01	3,70%
Pesquisa teórico-prática	01	3,70%
Ensaio científico	01	3,70%

Fonte: Pesquisa direta em base de dados, Teresina, 2021.

O Quadro 2, representa os subtítulos utilizados na discussão dos artigos selecionados, para facilitar o entendimento e a explanação do conteúdo abaixo. O foco do estudo, envolveu três subtemas: Impactos do vírus na saúde mental da população; Fatores desencadeadores dos problemas de saúde mental durante a pandemia e as Estratégias para mitigar os efeitos à saúde mental.

**Quadro 2.** Distribuição dos artigos em Foco do estudo e Identificação dos Artigos.

FOCO DO ESTUDO	IDENTIFICAÇÃO DOS ARTIGOS POR AUTORES
Impactos do vírus na saúde mental da população -Depressão -Ansiedade -Estresse pós-traumático, -Pânico -Confusão -Raiva -Medo	(Wang <i>et al.</i> , 2020); (Ahmed <i>et al.</i> , 2020); (Pereira <i>et al.</i> , 2020); (Barros <i>et al.</i> , 2020); (Lai <i>et al.</i> , 2020); (Castro <i>et al.</i> , 2020); (Xu <i>et al.</i> , 2020); (ACCORSI <i>et al.</i> , 2020); (SILVA <i>et al.</i> , 2020); (Duan & Zhu, 2020); (Holmes <i>et al.</i> , 2020); (Artal, 2020)
Fatores desencadeadores dos problemas de saúde mental durante a pandemia -Disseminação de informações falsas -Preocupações com a escassez de suprimentos -Perdas financeiras -Medo de ser infectado pelo vírus	(Santana, <i>et al.</i> , 2020); (Brooks <i>et al.</i> , 2020); (Lima <i>et al.</i> , 2020); (Pereira <i>et al.</i> , 2020); (Asmundson & Taylon, 2020)
Estratégias para mitigar os efeitos à saúde mental -Prática de atividade física -Apoio emocional presencial ou online -Acesso aos medicamentos e serviços de aconselhamento -Manter o sono regular	(Ortiz, Quintero, Córdoba, Ceballos, & Córdoba, 2020); (Nabuco, Oliveira, & Afonso, 2020); (Moreira, Sousa, & Nobrega, 2020); (Araújo & Machado, 2020); (Oliveira <i>et al.</i> , 2020); (Talevi <i>et al.</i> , 2020); (Gao <i>et al.</i> , 2020); (Wang <i>et al.</i> , 2020); (Schmidt <i>et al.</i> , 2020); (Liu <i>et al.</i> , 2020); (Moreira <i>et al.</i> , 2020);

Fonte: Pesquisa direta em base de dados, Teresina, 2021.

## 4. Discussão

### 4.1 Impactos do vírus na saúde mental da população

O impacto global da pandemia no sistema de saúde, na política, economia e educação, assim como as notícias orais e escritas que exploram esse tema, têm mostrado constantemente um grande número de pessoas que contraem e morrem de COVID-19 todos os dias, o que pode acarretar desequilíbrios psicológicos, como pânico na multidão. Apesar de todas as repercussões biopsicossociais já evidenciadas em estudos científicos e noticiadas pela mídia, o impacto desta pandemia ainda não recebeu atenção necessária quanto às implicações psicológicas e mentais. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse diante deste momento pandêmico têm sido identificados na população geral (Wang *et al.*, 2020). Do mesmo modo, pacientes suspeitos, infectados com o vírus da COVID-19, bem como, profissionais da saúde, de serviços essenciais e outros indivíduos em contato próximo com os pacientes afetados estão também nos grupos propícios a danos à saúde mental como ansiedade, depressão, medo do contágio ou morte (Ahmed *et al.*, 2020).

Estudos realizados por Wang *et al.* (2020) relatam que devido à distância da família e das relações sociais e ao risco iminente de contaminação pelo SARS CoV-2, não apenas os pacientes, mas toda a população (idosos, moradores de casa de repouso, mulheres e outros) é afetada mentalmente devido à situação imposta a todos. Portanto, a maioria das pessoas estão se sentindo entediada, decepcionada, irritada e com emoções negativas devido às medidas de isolamento, principalmente pacientes

que apresentam esquizofrenia, transtornos de ansiedade e sintomas de depressão. Pereira *et al.* (2020) corroboram com esses achados e observaram que os sintomas psicológicos mais comuns são causados principalmente pelo estresse, medo, pânico, ansiedade, culpa e tristeza, ocasionando profundo sofrimento psicológico que pode causar psicopatologias como transtorno do pânico e de ansiedade, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e depressão.

Contudo, Barros *et al.* (2020), ao realizar pesquisa nacional, constataram que quase metade da população mundial, dentre ela, adultos, jovens, mulheres e pessoas que foram previamente diagnosticadas com depressão tiveram sentimento de tristeza e se sentiram deprimidos, além de sintomas de ansiedade, nervosismo e problemas de sono, sendo que nas pessoas que já tinham problemas, agravou-se mais ainda. É sabido que a pandemia trouxe um pânico global na saúde mental das pessoas que tinham suas vidas agitadas devido às características da contemporaneidade, acarretando assim, medo e aflição em contrair a doença e excesso de informações veiculadas na mídia, espalhando medo e pânico (Bagcchi, 2020).

Contudo, Barros *et al.* (2020) constata em seus estudos que quase metade da população mundial, dentre eles, adultos, jovens, mulheres e pessoas que foram previamente diagnosticadas com depressão tiveram sentimento de tristeza e se sentiram deprimidos, além de sintomas de ansiedade, nervosismo e problemas de sono, sendo que nas pessoas que já tinham problemas, agravou-se mais ainda.

Baseado em estudo com a população chinesa, Lai *et al.* (2020) ressaltam em suas pesquisas que essas repercussões emocionais atingem também os profissionais de serviços essenciais, destacando-se os profissionais de saúde que estão sob muita pressão pois estão em contato direto e frequente com pacientes infectados pelo SARS CoV-2, tornando-os mais propensos a contraírem a doença, quanto aos adoecimento psíquico pela tensão gerada pelo medo, insegurança, cansaço e esforços físicos e psicológicos intensos. Além dos riscos pessoais, eles também temem que pessoas próximas, como familiares e amigos, sejam infectadas, inclusive por eles que mantêm contato direto como os pacientes doentes, por isso, se sentem estigmatizados ou insuficientes diante da situação do surto do vírus e da alta mortalidade, gerando nestes inúmeros problemas como ansiedade, estresse e depressão que podem trazer a eles, graves consequências a longo prazo.

#### **4.2 Fatores desencadeadores dos problemas de saúde mental durante a pandemia**

No Brasil, diante da decorrência da pandemia de COVID-19, foi decretado pelo Governo Federal, por meio da Portaria nº 340, de 30 de março de 2020, recomendações sobre medidas para o enfrentamento da emergência em Saúde Pública de importância Nacional decorrente de infecção humana pela COVID-19, no âmbito das Comunidades Terapêuticas. Este documento também cita as medidas de isolamento social, revelando a necessidade dos indivíduos com suspeita do vírus e sintomáticos permanecerem em isolamento, como meio de diminuir a progressão e disseminação do vírus, resultando em controle, e menores taxas de morbidade e mortalidade (Diário Oficial da União do Brasil [DOU], 2020).

Contudo Santana *et al.* (2020) constataram que o isolamento social na pandemia do SARS-CoV-2 levou as pessoas a serem acometidas por mudanças psicológicas, como ansiedade, depressão e estresse, devido ao ser humano ser um ser social e por isso, dependem de interação, comunicação, interação interpessoal, e quando mantidas em isolamento, alimentam sentimentos de tédio, solidão e tristeza e, dos sentimentos experienciados, a ansiedade é o mais proeminente. Portanto, infere-se que a qualidade de vida das pessoas isoladas está muito ligada ao equilíbrio de sua saúde mental. Dentre os principais estressores durante a pandemia pela COVID-19 destacam-se o medo da infecção, o isolamento físico, a inadequação das informações, a estigmatização, a discriminação, as barreiras para vivenciar o luto daqueles que estão morrendo, o desespero em não poder se despedir daqueles que morreram, além das perdas financeiras (Brooks *et al.*, 2020)

Por esta razão, Pfefferbaum e North (2020) reforçaram em seus estudos, a importância de apontar os fatores de suscetibilidade ao adoecimento mental durante a pandemia, que são principalmente a infecção pela doença ou a convivência com pessoa (s) infectada (s), portador de doença mental prévia, velhice, vulnerabilidade social, atuação na linha de frente (equipe de enfermagem e demais profissionais de saúde). Nesse sentido, acredita-se que outros aspectos identificados como estressores na pandemia de COVID-19 são a disseminação de falsas informações sem base científica, as notícias chocantes e delicadas, além da quantidade de tempo que as pessoas passam vendo notícias sobre a pandemia e suas consequências. Nesse sentido, Lima *et al.* (2020) relataram que a pandemia do SARS-CoV-2 trouxe impactos psicológicos e emocionais para as pessoas, podendo ser evidenciados pelo grande medo de contrair a doença, de morrer caso seja infectado, de ficar desempregado, desamparado ou de ser estigmatizado, além da incerteza quanto ao futuro tanto econômico, quanto educacional.

### 4.3 Estratégias para mitigar os efeitos à saúde mental

É de suma importância a implementação de estratégias e ou intervenções para que a população tenha acesso às medidas de apoio emocional diante deste momento pandêmico, seja presencial ou online. E em consonância, o Ministério da Saúde (2017) ressalva que no Brasil, é fornecida uma plataforma online, mas como algumas sociedades carecem de conhecimento ou de internet, nem todos se beneficiam dessa estratégia. Portanto, é imprescindível que o Sistema Único de Saúde (SUS), preste aos setores de saúde desprovidos dessa modalidade de atendimento, profissionais especializados em cuidados de saúde mental para atender seus beneficiários (BRASIL, 2017). Diante disso, três fatores principais devem ser considerados ao desenvolver estratégias em saúde mental, como equipes multidisciplinares que incluam médicos especialistas em psiquiatria, psicólogos, enfermeiros, farmacêuticos e outras especialidades em saúde; comunicação clara envolvendo atualizações regulares e precisas no surto de COVID-19 e estabelecimento de serviços de consultoria psicológica via tele saúde (Ortiz *et al.*, 2020).

Assim, Nabuco, Oliveira e Afonso (2020) afirmam que os profissionais que fornecem o primeiro estágio de atendimento devem garantir os cuidados aos pacientes com infecção pelo SARS-CoV-2, como também os aspectos psicossociais relacionados. Portanto, compreender o processo psicológico é essencial para o entendimento que a saúde mental das pessoas vai muito além de estarem infectadas com o vírus, ou apenas de sobrevivência ou morte. Por isso, torna-se fundamental que os profissionais de saúde superem essa dicotomia, pois é indispensável para um melhor fornecimento do cuidado integral. Neste sentido Moreira *et al.*, (2020) relatam em seus estudos que diante deste cenário, torna-se urgente a necessidade de promoção de ações qualificadas nos serviços de saúde, especialmente na área da enfermagem, pois estes desempenham um papel importante na categoria dos profissionais de saúde, como por exemplo, proporcionando intervenções estratégicas que enfoquem o enfrentamento das questões mentais.

Portanto, Araújo e Machado (2020) concluem que criar estratégias para garantir que os pacientes tenham acesso aos medicamentos e aos serviços de aconselhamento durante uma pandemia é essencial para prevenir a recorrência ou o agravamento de transtornos. O problema do uso de medicamentos prescritos pode ser resolvido pela decisão de estender o tempo dessa prescrição. A psicoterapia pode ser obtida através de métodos de consulta remota/online. Estas não são totalmente regulamentadas de forma adequada e muitas vezes sofrem oposição de associações profissionais. Porém acredita-se que essas estratégias devem ser amplamente aceitas e totalmente apoiadas pelo governo profissional da saúde.

Em consonância ao que se relatou sobre os fatores de risco ao adoecimento mental, o Ministério da Saúde adverte que a retomada de atividades contínuas, a interação social, a necessidade de disseminar ainda mais as medidas e práticas de promoção da SM são recomendadas pela OMS, assim como da importância em manter o sono regular e também os serviços online para cuidar de pacientes que precisam desses cuidados emocionais e espirituais são estratégias que promovem a SM da população,

uma vez que as limitações e o confinamento, o medo da doença, a perda de entes queridos, a incerteza frente ao futuro, o desemprego e a redução de renda são todos efeitos colaterais da pandemia e têm sido causa de doença mental no Brasil, assim como no mundo todo (BRASIL, 2020b). Moreira, Sousa e Nobrega (2020) corroboram e apontam que as evidências de intervenções de saúde mental para diferentes populações no contexto da pandemia, são nomeadamente, monitoramento remoto, jogos virtuais, intervenções de apoio social e técnicas de relaxamento muscular. A duração de tais intervenções varia e são caracterizadas por tratamentos não medicamentosos e de baixo custo, e precisa ser incentivada e incorporada aos programas de saúde mental.

Em detrimento disso, Nabuco, Oliveira e Afonso (2020) sugerem que dentre as orientações que ajudam a diminuir os impactos psicológicos na população durante o isolamento da pandemia estão o limite de exposição às notícias sobre o SARS-CoV-2, que geram sintomas de ansiedade, medo em excesso e estresse; a busca de notícias por fontes de informações confiáveis e oficiais, evitando as “fake news”, e tempo excessivo vendo noticiário; a manutenção de uma rotina, horário do sono e de refeições, incluindo exercícios físicos e lazer adequados ao isolamento; a garantia de interação com a família e amigos, mesmo de longe, seja por telefone, mídia social ou remotamente. Sendo assim, se faz imprescindível a ampliação da oferta de tecnologias que estabeleçam intervenções positivas de promoção do bem-estar psicossocial focadas no enfrentamento da traumatização secundária (Moreira, Sousa & Nobrega, 2020).

Outro fator preventivo essencial e protetor para a manutenção do equilíbrio mental dos indivíduos em tempos de pandemia é a prática de atividade física regular, no qual pode auxiliar no controle da ansiedade e na regularização do sono. Outro fator importante é a compreensão positiva acerca das medidas prevenção e contenção à proliferação da COVID-19, o que leva a um efeito positivo nas respostas psicológicas (Wang *et al.*, 2020). Portanto, de acordo com Moreira, Sousa e Nobrega (2020), embora a curva do novo índice de infecção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2) mostre uma tendência decrescente em escala global, as consequências relacionadas à saúde mental persistem e com efeitos nocivos a longo prazo. Por isso, uma estratégia individual e comunitária se faz urgente e necessária, assim como ações para minimizar a ocorrência de deterioração, problemas emocionais e psicológicos na população e em equipes de saúde, uma vez que esses problemas não podem ser ignorados.

Complementando os achados sobre o tema, Araújo & Machado (2020), relatam em seus estudos, que ao longo do tempo, a pandemia do SARS-CoV-2 afetará a vida da maioria das pessoas de alguma forma. Por isso, acredita-se que a inclusão dos cuidados em saúde mental na agenda nacional de saúde pública para combater esta pandemia reduzirá os efeitos psicológicos onerosos e de longo prazo do tratamento dessas consequências. Contudo, Schmidt *et al.* (2020) ressaltam que este agravo que estamos vivenciando há mais de um ano, é considerada a maior emergência de saúde pública enfrentada pela comunidade internacional em décadas. E as contribuições de todos os profissionais, assim como da psicologia são necessárias nas intervenções psicológicas fornecidas neste momento pandêmico para minimizar os efeitos negativos e promover a saúde mental, bem como quando for necessário reajustar e lidar com perdas e mudanças posteriores. Nesse sentido, pesquisas adicionais sobre este tópico são essenciais e devem considerar as diferentes populações afetadas, sendo recomendado lidar com as consequências na saúde mental diante da pandemia e assim como o planejamento e execução de intervenções psicológicas em resposta às necessidades de toda população mundial, no decorrer do surto pandêmico.

## 5. Conclusão

No presente estudo, foi possível substanciar conhecimentos sobre os impactos na saúde mental e possíveis intervenções psicológicas utilizadas para a melhoria destas repercussões diante da pandemia do novo coronavírus. As medidas tomadas para a contenção do SARS-CoV-2 mostraram-se demasiadamente problemáticas quando analisadas as consequências

na saúde mental dos indivíduos, apresentando com maior frequência quadros de ansiedade, depressão, estresse e transtornos do estresse pós-traumático. Diante disso, intervenções psicológicas durante a pandemia são de suma importância para minimizar os impactos negativos e promover saúde mental, da mesma forma em momentos posteriores, quando as pessoas precisarão se readaptar a novas situações e lidar com perdas e transformações em todos os âmbitos.

Portanto, deve-se estimular pesquisas adicionais sobre a temática, bem como realizar levantamentos sobre esses impactos na saúde mental durante e após pandemia, traz consigo um importante peso nas intervenções psicológicas. São necessárias ações estratégicas individuais e de alcance comunitário para melhor atender as necessidades dos diferentes grupos que necessitam de ajuda profissional, minimizando os efeitos emocionais e agravos psicológicos sem negligenciar as equipes de saúde.

Este estudo é relevante para a comunidade científica, pois após a análise dos impactos psicológicos que mais acometem a população mundial, torna-se possível traçar estratégias para prevenção e enfrentamento desses impactos, uma vez que cuidar da saúde mental, é essencial para que o corpo tenha equilíbrio e mais resistência ao SARS-CoV-2. Assim, deve-se dar a devida importância para essa área da saúde que está sendo negligenciada e que necessita de investimento em pesquisas com o intuito de buscar soluções para um tratamento efetivo e assim implementar ações estratégicas, tanto individuais como comunitárias para minimizar os agravos psicológicos e transtornos emocionais na população e em profissionais de saúde, pois as consequências relacionadas a saúde mental são evidentes e podem gerar efeitos danosos a longo prazo.

## Referências

- Accorsi, D. X., et al. COVID-19 e o Sistema Nervoso Central. *Revista Ulakes*, v. 1, 2020. Disponível em: Accorsi, D. X., Santos, I.A. M., Accorsi, J. X., Bohac, S., & Chin, C. M. (2020). COVID-19 e o Sistema Nervoso Central. *Revista Ulakes*, 1(1), 81-87.
- Ahmed, M. Z., Ahmed, O., Aibao, Z., Hanbin, S., Siyu, L., & Ahmad, A. (2020). Epidemic of COVID-19 in China and Associated Psychological Problems. *Asian Journal of Psychiatry*, 51(1), 1-7.
- Araujo, L. F. S. C., & Machado, D. B. (2020). Impact of COVID-19 on mental health in a Low and Middle-Income Country. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(1), 2457-2460.
- Artal, F. J. C. (2020). Complicaciones neurológicas por coronavirus y COVID-19. *Revista de Neurología*, 70(9), 311-322.
- Asmundson, G. J. G., & Taylor, S. (2020). Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak. *Journal of anxiety disorders*, 70(1), 102196-102197.
- Bagcchi, S. (2020). Stigma during the COVID-19 pandemic. *The Lancet. Infectious Diseases*, 20(7), 782.
- Barros, M. B. De A., Lima, M. G., Malta, D. C., Szwarcwald, C. L., Azevedo, R. C. S. De, Romero, D., Souza Júnior, P. R. B., Azevedo, L. O., Machado, Í. E., & Damacena, G. N. (2020). 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*, 29(4), 1-11.
- Brasil, Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. (2020a). Guia de Vigilância Epidemiológica: Emergência de Saúde Pública de Importância Nacional pela Doença pelo Coronavírus 2019. Vigilância de Síndromes Respiratórias Agudas COVID-19. Brasília/DF, 2020. Autor. Recuperado de [https://portalarquivos.saude.gov.br/images/af\\_gvs\\_coronavirus\\_6ago20\\_ajustes-finais-2.pdf](https://portalarquivos.saude.gov.br/images/af_gvs_coronavirus_6ago20_ajustes-finais-2.pdf). Acesso em 30 set.2020.
- Brasil, Ministério da Saúde. (2020b). Dispõe sobre a transferência de recursos financeiros de custeio para a aquisição de medicamentos do Componente Básico da Assistência Farmacêutica utilizados no âmbito da saúde mental em virtude dos impactos sociais ocasionados pela pandemia da COVID-19. Edição: 182 /Seção: 1; Página: 99 Brasília: Autor. Recuperado de <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-2.516-de-21-de-setembro-de-2020-278695720>.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920.
- Castro, P. J. S., Estivill-Torrús, G., Cabezedo-García, P., Antonio Reyes-Bueno, J., Petersen, N. C., Aguilar-Castillo, M. J., & ... de Fonseca, F. R. (2020). Influencia de la infección SARS-CoV-2 sobre enfermedades neurodegenerativas y neuropsiquiátricas: ¿una pandemia demorada?. *Neurología*, 35, n. 4, p. 245-251.
- Diário Oficial da União do Brasil. (2020). Portaria No340, de 30 de março de 2020. Brasília: Autor. Recuperado de <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-340-de-30-de-marco-de-2020-250405535>.

Duan, L., & Zhu, G. (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), 300-302.

Fernandes, H. M. L. G., Jesus, M. V. N., Silva, D., & Guirardello, E. B. (2020). Lean Healthcare in the institutional, professional, and patient perspective: an integrative review. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 41(1), 1-12.

Fundação Oswaldo Cruz. (2020). Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: recomendações gerais. Brasília/DF. Autor. Recuperado de <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%C3%BAde-Mental-e-Aten%C3%A7%C3%A3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomenda%C3%A7%C3%B5es-gerais.pdf>.

Gao, J., Zheng, P., Jia, Y., Chen, H., Mao, Y., Chen, S., Wang, Y., Fu, H., & Dai, J. (2020). Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak. *Plos One*, 15(4),1-10.

Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., Ballard, C., Christensen, H., Silver, R. C., & Everall, I. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 547-560.

Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., Wu, J., Du, H., Chen, T., & Li, R. (2020). Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. *Jama Network Open*, 3(3), 1-12.

Lima, S. O., Silva, M. A., Santos, M. L. D., Moura, A. M. M., Sales, L. G. D., Menezes, L. H. S., Nascimento, G. H. B., Oliveira, C. C. C., Reis, F. P., & Jesus, C. V. F. (2020). Impactos no comportamento e na saúde mental de grupos vulneráveis em época de enfrentamento da infecção COVID-19: revisão narrativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 46(1), 4006.

Liu, S., Yang, L., Zhang, C., Xiang, Y.-T., Liu, Z., Hu, S., & Zhang, B. (2020). Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), 17-18.

Mendes, K. D. S., Silveira, R. C. C. P., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & contexto enfermagem*, 17(4), 758-764.

Minayo, M. C. S. (2017). Amostragem e saturação em pesquisa qualitativa: consensos e controvérsias. *Revista pesquisa qualitativa*, 5(7), 1-12.

Moreira, W. C., Sousa, A. R., & Nobrega, M. P. S. S. (2020). Adoecimento mental na população geral e em profissionais de saúde durante a covid-19: scoping review. *Texto & Contexto-Enfermagem*, (29).

Moreira, W. C., Sousa, K. H. J. F., Sousa, A. R., Santana, T. S., Zeitoune, R. C. G., & Nóbrega, M. P. S. S. (2020). Intervenções em saúde mental em tempos de COVID-19: scoping review. *Health Sciences*,1-21.

Nabuco, G., Oliveira, M. H. P. P., & Afonso, M. P. D. (2020). O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental. *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade*, 15(42), 1-11.

Oliveira, M. L. M. C., Ayres, P., Reis, G. G., Toledo, A. L. M., & Silva, S. C. (2020). Lêvitude emocional e as estratégias da Teoria Cognitivo-Comportamental para o enfrentamento do COVID-19. *Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REVEESC*, 5(1), 1-11.

Organização Mundial da Saúde. (2020). Saúde mental e considerações psicossociais durante o surto de COVID-19, 18 de março de 2020. Brasília/DF. Autor. Recuperado de <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331490/WHO-2019-nCoV-MentalHealth-2020.1-eng.pdf>.

Ortiz, J. R., Quintero, D. C., Córdoba, C. L., Ceballos, F. Y., & Córdoba, F. E. (2020). Mental health consequences of the COVID-19 pandemic associated with social isolation. *Colombian Journal Of Anesthesiology*, 48(4), 1-7.

Pereira, M. D., Oliveira, L. C., Costa, C. F. T., Bezerra, C. M. O., Pereira, M. D., Santos, C. K. A., & Dantas, E. H. M. (2020). The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. *Research, Society and Development*, 9(7), 1-35.

Pfefferbaum, B.; North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of medicine*, 383(6), 510-512.

Santana, V. V. R. S., Nascimento, R. Z., Lima, A. A., & Nunes, I. C. M. (2020). Alterações psicológicas durante o isolamento social na pandemia de covid-19: revisão integrativa. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 1(8), 754-759.

Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Silva, L. N., & Demenech, L. M.(2020). Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). *Estudos de Psicologia (Campinas)*, (37), 1-13.

Silva, B., Jorge, A., & Luzeiro, I. (2020). Manifestações Neurológicas em Doentes com Infecção por SARS-CoV-2. *Sinapse*, 20(2), 9-16.

Talevi, D., Soccì, V., Carai, M., Carnaghi, G., Faleri, S., Trebbi, E., Bernardo, A., Capelli, F., & Pacitti, F. (2020). Mental health outcomes of the CoViD-19 pandemic. *Rivista di Psichiatria*, 55(3), 137-144.

Vasconcelos, C. S. S., Feitosa, I. O., Medrado, P. L. R., Brito, A. P. B. (2020). O novo coronavírus e os impactos psicológicos da quarentena. *Desafios - Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins*, 7(3), 75-80.

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in china. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729.

Xu, Z., Shi, L., Wang, Y., Zhang, J., Huang, L., Zhang, C., LIU, S., ZHAO, P., LIU, H., & ZHU, L. (2020). Pathological findings of COVID-19 associated with acute respiratory distress syndrome. *The Lancet Respiratory Medicine*, 8(4), 420-422.

Zhang, C., Yang, L., Liu, S., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., ... Zhang, B. (2020a). Survey of insomnia and related social psychological factors among medical staff involved in the 2019 novel coronavirus disease outbreak. *Frontiers in Psychiatry*, 11(306), 1-9.