

A influência do isolamento social decorrente da pandemia da COVID-19 sobre a saúde mental das gestantes: revisão de literatura

The influence of social isolation resulting from the COVID-19 pandemic on the mental health of pregnant women: literature review

La influencia del aislamiento social resultado de la pandemia del COVID-19 en la salud mental de las mujeres embarazadas: revisión de la literatura

Recebido: 26/09/2021 | Revisado: 02/10/2021 | Aceito: 03/10/2021 | Publicado: 05/10/2021

Paulo Ricardo Ribeiro Santana

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1548-4354>

Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos, Brasil

E-mail: pauloricardosantana22@gmail.com

Milena Leticia Maia de Vasconcelos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4702-730X>

Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos, Brasil

E-mail: milenalmaiv@gmail.com

Fernanda Silva de Macedo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9172-8897>

Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos, Brasil

E-mail: fer.maacedo@gmail.com

Itamar Magalhães Gonçalves

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2276-6288>

Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos, Brasil

E-mail: itamar.goncalves@itpacpalmas.com.br

Resumo

As mulheres grávidas podem representar um grupo vulnerável à infecção por COVID-19, devido ao desequilíbrio imunológico na interface materna fetal. Por conta disso, o presente estudo realizou uma revisão integrativa de literatura a fim de identificar como os trabalhos científicos publicados recentemente têm abordado a relação entre o isolamento social - ocasionado pela COVID-19 - e a saúde mental das gestantes. Esta se trata de uma revisão integrativa da literatura, em que foram analisados artigos publicados no período de 2020 a 2021, selecionados com base em sua relevância e informações atualizadas. Priorizou-se o estudo da literatura publicada em português, devido o Brasil ser um dos países mais impactados pelo coronavírus. Identificou-se que o isolamento social devido à COVID-19 provocou em grande parte das gestantes problemas psicológicos como ansiedade e depressão. Verificou-se a necessidade de um tratamento precoce para as gestantes, que associe o uso de fármacos à psicoterapia. Evidenciou-se que campanhas educativas em redes sociais e atendimentos de apoio a esse grupo vulnerável, por meio virtual e via telefone, contribuíram para minimizar os impactos da pandemia na saúde mental dessas mulheres. Por ser um tema recente e ainda em estudo pela comunidade científica, há a necessidade de uma investigação mais detalhada por parte dos pesquisadores sobre os impactos do isolamento social na saúde mental das gestantes. No entanto, é nítido que esse público vem sendo impactado pela pandemia da COVID-19 e que medidas emergenciais precisam ser tomadas para reverter esse quadro.

Palavras-chave: Isolamento social; Saúde mental; Gestantes; COVID-19.

Abstract

Pregnant women may represent a vulnerable group to infection by COVID-19, due to immunological imbalance at the maternal-fetal interface. For this reason, this study carried out an integrative literature review in order to identify how recently published scientific papers have addressed the relationship between social isolation - caused by COVID-19 - and the mental health of pregnant women. This is an integrative literature review, in which articles published from 2020 to 2021 were analyzed, selected based on their relevance and updated information. The study of literature published in Portuguese was prioritized, as Brazil is one of the countries most impacted by the coronavirus. It was identified that social isolation due to COVID-19 caused psychological problems such as anxiety and depression in most pregnant women. There was a need for an early treatment for pregnant women, associating the use of drugs with psychotherapy. It was evident that educational campaigns on social networks and support services for this vulnerable group, via virtual means and via telephone, contributed to minimizing the impacts of the pandemic on the mental health of these women. As it is a recent theme and still under study by the scientific community, there is a need for a

more detailed investigation by researchers on the impacts of social isolation on the mental health of pregnant women. However, it is clear that this public has been impacted by the COVID-19 pandemic and that emergency measures need to be taken to reverse this situation.

Keywords: Social isolation; Mental health; Pregnant women; COVID-19.

Resumen

Las mujeres embarazadas pueden representar un grupo vulnerable a la infección por COVID-19, debido al desequilibrio inmunológico en la interfaz materno-fetal. Por este motivo, este estudio llevó a cabo una revisión integradora de la literatura con el fin de identificar cómo los artículos científicos publicados recientemente han abordado la relación entre el aislamiento social, provocado por el COVID-19, y la salud mental de las mujeres embarazadas. Se trata de una revisión integradora de la literatura, en la que se analizaron los artículos publicados de 2020 a 2021, seleccionados en función de su relevancia e información actualizada. Se priorizó el estudio de la literatura publicada en portugués, ya que Brasil es uno de los países más afectados por el coronavirus. Se identificó que el aislamiento social debido al COVID-19 provocó problemas psicológicos como ansiedad y depresión en la mayoría de las mujeres embarazadas. Era necesario un tratamiento temprano para las mujeres embarazadas, asociando el uso de drogas con la psicoterapia. Se evidenció que las campañas educativas en las redes sociales y los servicios de apoyo a este grupo vulnerable, a través de medios virtuales y vía telefónica, contribuyeron a minimizar los impactos de la pandemia en la salud mental de estas mujeres. Al ser un tema reciente y aún en estudio por parte de la comunidad científica, es necesario que los investigadores realicen una investigación más detallada sobre los impactos del aislamiento social en la salud mental de las mujeres embarazadas. Sin embargo, está claro que este público se ha visto afectado por la pandemia de COVID-19 y que se deben tomar medidas de emergencia para revertir esta situación.

Palabras clave: Aislamiento social; Salud mental; Mujeres embarazadas; COVID-19.

1. Introdução

A pandemia causada pela disseminação da COVID-19 em diversos países do mundo, incluindo o Brasil, acabou gerando impactos em diferentes esferas da humanidade, dentre os quais estão as relações sociais, a economia e, sobretudo, a saúde física e mental da população (Faro et al., 2020). Com a recente pandemia e a necessidade da diminuição das graves consequências da doença e o vasto número de mortes, foram definidos grupos de risco para complicações e óbito. Dentre estes estão os pneumopatas, idosos, profissionais da área da saúde, portadores de doenças crônicas e, mais recentemente, as gestantes (Silva et al., 2021). O tratamento para essa doença é sintomático, sendo que a atenção hospitalar tem um papel imprescindível na realização de cuidados intensivos aos pacientes com sintomas graves, entre eles as grávidas (Santos et al., 2020).

A gestação é marcada por uma fase com inúmeras alterações fisiológicas comuns, porém, com o passar do tempo, com as infestações de vírus como MERS-CoV, H1N1 e o atual SARS-CoV, essa categoria de público apresentou outras complicações incomuns durante esse período. São elas: febre, dispneia e tosse (Lélis et al., 2020). No entanto, além dos sintomas descritos, percebe-se que, diante da preocupação com o contágio pelo vírus, do isolamento social, do distanciamento da família e das medidas restritivas no momento do parto, as gestantes, puérperas e parturientes enfrentam uma quebra de expectativas sobre a gravidez, que resulta em alterações psíquicas importantes (Jardim et al., 2021). Entre os sintomas psicológicos atrelados ao isolamento social está o aumento da vigilância perante ameaças sociais; crescimento de hostilidade, retraimento social, ansiedade, depressão, fadiga diurna, medo, raiva e ideiação suicida (Lima, 2021). A gestação é uma fase da vida das mulheres que as deixam, na maioria das vezes, vulneráveis e frágeis psicologicamente. Com isso vem o medo, ansiedade e preocupação no que diz respeito ao desenvolvimento do feto, à hora do parto e ao estado de saúde do bebê. Ademais, é durante essa etapa da vida da mulher que desequilíbrios hormonais são frequentes, acarretando alterações repentinas de humor. Dessa forma, as fragilidades emocionais acabam aparecendo com maior facilidade (Almeida, 2020).

De acordo com Galvão e Roncali (2021) a resposta imune materna realiza função primordial na fisiopatologia da COVID-19 – evidência também levantada por Belasco e Fonseca (2020), que afirma que apesar de poucos estudos publicados sobre essa temática, é inquestionável que as mulheres grávidas representam um grupo vulnerável à infecção pelo Coronavírus,

devido ao desequilíbrio imunológico na interface materna fetal. Isso porque, segundo o autor, a liberação, embora rara, de citocinas manifestadas em casos graves da doença leva a um aumento do estado inflamatório nessas mulheres, levando a uma piora do prognóstico clínico nessa população.

Diante desse contexto, torna-se imprescindível a análise do impacto gerado pela pandemia na saúde mental das gestantes. Por conta disso, o presente estudo, em seu aspecto metodológico, realizou uma revisão integrativa de literatura a fim de identificar como os trabalhos científicos publicados recentemente têm abordado a relação entre o isolamento social decorrente da COVID-19 e a saúde mental das mulheres grávidas.

2. Metodologia

O presente trabalho consiste em uma revisão integrativa da literatura, do tipo qualitativa, em que foram analisados artigos publicados no período de 2020 a 2021, selecionados com base em sua relevância e informações atualizadas. Tendo como base o tema “a influência do isolamento social decorrente da pandemia da covid-19 sobre a saúde mental das gestantes”, priorizou-se o estudo da literatura publicada em português, devido ao Brasil ser um dos países mais atingidos pela pandemia do coronavírus e com um dos maiores números de óbitos ocasionados por essa doença.

Uma revisão sistemática, segundo Ercole, Melo e Alcoforado (2014) possui a finalidade de atender a um objetivo específico mediante um levantamento detalhado da literatura, e por meio de uma avaliação da eficácia da solução para a questão que fora proposta, sendo portanto, um estudo secundário. Seus dados são oriundos de estudos publicados em fontes primárias, como ensaios clínicos randomizados, estudos observacionais, dentre outros. A metodologia da presente pesquisa foi elaborada seguindo as diretrizes da *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews*, dividida em fases de identificação, rastreamento, elegibilidade e inclusão (Prisma, 2021).

As plataformas escolhidas como fontes de pesquisa foram *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), *Scholar google* e Pubmed. Utilizaram-se os descritores “Isolamento social” (“*Social isolation*”), “Saúde mental” (“*Mental health*”), “Gestantes” (“*Pregnant*”) e COVID-19 (“*COVID-19*”) como direcionamento para esse estudo. A partir daí optou-se pela leitura dos artigos selecionados levando-se em consideração apenas os descritores aqui mencionados. Em seguida foram incluídas apenas obras que não tinham duplicidade, que se encontravam dentro do período de 2020-2021 e que versavam sobre a temática da relação entre o isolamento social devido à COVID-19 e a saúde mental das gestantes.

Para a análise dos trabalhos selecionados foram considerados como itens prioritários o título, autor, ano de publicação, objetivos do estudo e resultados relevantes. Ao término do processo e baseados nos critérios de inclusão e exclusão, 9 (nove) artigos fizeram parte da revisão literária final.

É válido ressaltar que as discussões feitas pelos autores no *corpus* de cada artigo escolhido também foram avaliadas, no intuito de não descartar nenhuma informação importante que pudesse contrapor esta análise.

Ademais, por se tratar de um conteúdo de livre acesso e caracterizado como sendo de domínio público, não houve necessidade de submeter este trabalho ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP).

3. Resultados

Realizou-se inicialmente uma busca nas bases de dados SciELO, *Scholar google* e Pubmed, utilizando-se o período de 2020-2021, os termos de pesquisa “Isolamento social” (“*Social isolation*”), “Saúde mental” (“*Mental health*”), “Gestantes” (“*Pregnant*”), COVID-19 (“*COVID-19*”) e o operador booleano AND de forma a incluir estes termos de maneira alternada e concomitante nos artigos. Sendo assim, encontrou-se um total de 2.288 publicações dispostas da seguinte forma: 106 artigos na plataforma SciELO, 1.920 artigos na *Scholar Google* e 262 artigos na Pubmed.

Após uma leitura inicial mediante análise dos resumos disponíveis nas próprias plataformas, selecionou-se 13 artigos para um estudo mais aprofundado. Essa primeira seleção levou em consideração a análise do enquadramento dos artigos nos critérios de inclusão (período, relevância do tema e descritores) e exclusão (duplicidade de artigos, pesquisas em língua estrangeira e que não foram publicadas entre os anos de 2020-2021), já elucidados anteriormente.

Na análise mais criteriosa foi realizada a leitura na íntegra dos artigos previamente selecionados e levados em consideração os aspectos: impacto dos periódicos de publicação, amostra utilizada no estudo com prioridade para estudos com maior “n” e engajamento com a temática escolhida. Ao final dessa fase optou-se por manter o *corpus* do presente estudo composto por 9 (nove) artigos. Todas essas fases podem ser visualizadas de forma resumida no fluxograma presente na Figura 1.

Figura 1. Fluxograma de seleção dos artigos para composição do *corpus* da presente revisão.



Fonte: Elaborado pelos autores.

No Fluxograma, observa-se que 9 artigos foram selecionados após a leitura na íntegra dos artigos, para elaboração do quadro sinóptico e das discussões acerca da temática em questão. Após essa fase, os artigos escolhidos foram organizados de acordo com as seguintes características: autor, título, ano de publicação, objetivos e resultados relevantes. Estas informações foram compiladas em um quadro sinóptico de forma a facilitar a interpretação dos dados. O resultado dessa fase pode ser visualizado no Quadro 1.

Quadro 1. Quadro sinóptico dos artigos selecionados para composição do *corpus* do presente estudo.

Autores. Título. Ano	Objetivos	Resultados relevantes
Estrela, Fernanda Matheus et al. Gestantes no contexto da pandemia da COVID-19: reflexões e desafios. 2020	Refletir acerca da gestação durante a pandemia da COVID-19 e a importância do cuidado profissional a fim de superar os desafios deste contexto.	As gestantes são classificadas como grupo de risco para a infecção pelo SARS-Cov-2. Devido à alta morbimortalidade da infecção, muitas mulheres têm receio do surgimento de problemas durante a gestação e o parto. Há ainda o medo quanto à impossibilidade de se escolher entre a realização de parto normal e cesárea, devido a características da infecção. Muitas também são as incertezas quanto a tratamento, profilaxia e prognóstico, fato este que somado às <i>Fake News</i> , cada vez mais frequentes, pioram o cenário. Todos esses fatores associados contribuem para incertezas e ansiedades relacionadas à infecção pelo vírus.
Silva, Bruno Pereira da et al. Saúde Mental Materna em tempos de pandemia da COVID-19. 2020.	Trazer dados acerca da saúde mental materna no contexto da pandemia e COVID-19.	Nos países de alta renda é estimado que a prevalência de adoecimento mental durante o período gravídico varie entre 10-15%. Já nos países de baixa renda, essa variação fica entre 1 e 41% no período gestacional. No pós-parto, em países de alta renda, esses valores oscilam entre 24-27%; e nos países de baixa renda, entre 14 e 50%. No Brasil, esses valores variam entre 26 e 40%. O adoecimento mental ocorre com predomínio de sintomas depressivos e ansiosos no período gestacional e pós parto, devendo ser investigados desde o pré-natal até o pós-parto e puericultura.
Silva, Gemima Farias Pessoa da et al. Risco de depressão e ansiedade em gestantes na atenção primária. 2020.	Identificar riscos de depressão e ansiedade em gestantes no âmbito da atenção primária.	32,3% das gestantes afirmaram já ter sido vítimas de violência psicológica, 49,3% apresentaram-se como alto risco para desenvolvimento de transtorno de ansiedade e 19,5% apresentaram riscos moderados de depressão, segundo o cartão de Babel. Evidencia-se, portanto, moderados a elevados índices de risco de depressão e ansiedade entre as gestantes estudadas.
Farias, Lara Moreira de Souza et al. Gestação e cuidados: atenção à saúde psíquica da mulher em tempos de COVID-19. 2020.	Analisar a fragilidade psicossocial da gestante em decorrência da pandemia de COVID-19, associada a aspectos fisiopatológicos da patologia e do seu impacto biopsicossocial.	Ainda há incertezas quanto às consequências materno-fetais da infecção pela COVID-19. Portanto, é necessário que seja dada uma atenção especial à prevenção, diagnóstico e tratamento deste grupo, de forma integrada. Até o momento estudos demonstram que o acometimento de gestantes tende a ser mais brando, o que pode auxiliar na tranquilidade destas pacientes. Apesar disso, o cuidado deve ser redobrado e as práticas preventivas devem ser mais rigorosas, de forma a proteger organicamente as mães no combate a seus impactos psicológicos. Também deve ser prezada a necessidade de respeitar as gestantes e suas limitações, bem como de promover a empatia diante de suas vulnerabilidades oriundas do próprio estado gravídico.
Gomes, Luiz Augusto Sacramento et al. Depressão gestacional e o impacto da pandemia pela COVID-19: relato de caso. 2021.	Acompanhar o caso de uma gestante com quadro de depressão gestacional, acompanhada na APS, durante o cenário da pandemia por COVID-19.	O caso relatado reforçou a importância da realização de um pré-natal de qualidade, com a busca pelos critérios diagnósticos de depressão gestacional e a escolha da terapêutica adequada, tanto psicoterápica quanto farmacológica. Reforçou ainda a investigação por fatores de risco adicionais da infecção por COVID-19 e orientação quanto às repercussões materno-fetais (prematividade, baixo peso e depressão puerperal), bem como seu manejo.
Santos, Thayene Ferreira; Gonçalves, Jocelia Santos Sousa. Projeto Baby Care: uma rede de apoio para gestantes e puérperas. 2020.	Realizar um projeto para auxiliar mães no cuidado dos filhos, com esclarecimento de dúvidas via redes sociais, durante o contexto da pandemia de COVID-19.	Foi realizado um projeto por meio de contas no <i>Facebook</i> e <i>Instagram</i> com o objetivo de divulgar informações de cuidados em saúde para as mães, entendendo que o isolamento social trouxe um impacto negativo no auxílio aos cuidados de mães com seus filhos. Foi possível com o projeto, melhorar a qualidade na saúde física e emocional de mães e filhos, sobretudo daquelas que enfrentaram pela primeira vez os desafios da maternidade em meio a uma pandemia.
Cavalcante, Francisco et al. Intervenções para promoção da saúde mental durante a pandemia da COVID-19. 2020.	Analisar a produção científica sobre intervenções para promoção da saúde mental durante a pandemia de COVID-19.	Selecionaram-se 11 estudos. Três deles foram por intervenção telefônica e oito por intervenções via internet. As intervenções ocorreram em crises psicológicas (40%) e suporte psicológico on-line (30%), sobretudo a distância e com utilização de tecnologia. Identificou-se que essas medidas demonstraram-se promissoras para a promoção da saúde mental e contribuírem para um bem estar físico e emocional das pessoas em geral.
Thapa, Suraj B et al. Maternal mental health in the time of the COVID-19 pandemic. 2020.	Descrever impasses e dificuldades das gestantes no contexto da pandemia de COVID-19, com enfoque na saúde mental.	Embora a gravidez se associe a um momento alegre para boa parte das gestantes, muitas experimentam sentimentos negativos durante esse período, com possibilidades dessas sensações se tornarem patológicas, evoluindo para ansiedade e depressão. Os problemas de saúde associam-se a riscos a curto e longo prazo, bem como para o desenvolvimento cognitivo e psicológico dos filhos. Além disso, o estresse extremo, situações de emergência e conflito, desastres naturais e pandemias podem aumentar o risco de morbidade perinatal, o que justifica a maior vulnerabilidade das grávidas frente à

		<p>pandemia de COVID-19. Aliados a isso, vários estudos demonstraram o risco de desenvolvimento de formas graves em gestantes, risco de prematuridade e mortalidade materna e neonatal, aborto espontâneo e presença de Síndrome Respiratória aguda grave. Hospitais também impuseram restrições de visitas a parceiros e parentes de mulheres grávidas internadas para o parto. Há também, apesar da impossibilidade de transmissão pela amamentação, muitas mulheres que optam por descontinuar o aleitamento quando infectadas pelo vírus. Todos esses fatores repercutem de forma negativa nos efeitos psicológicos ocasionados durante esse período. Nesse contexto, evidencia-se a necessidade de medidas preventivas nesse grupo tão importante.</p>
<p>Salehi, Leili et al. The relationship among fear and anxiety of COVID-19, pregnancy experience, and mental health disorder in pregnant women: A structural equation model. 2020.</p>	<p>Analisar a trajetória da relação entre o medo e a ansiedade causados pela pandemia de COVID-19, a experiência da gravidez e a saúde mental de gestantes.</p>	<p>O estudo utilizou-se de uma amostra de 222 gestantes e foi realizado com a Escala do medo de COVID-19, a escala de ansiedade da COVID-19, escala de experiências de gravidez e escala de depressão, ansiedade e estresse. Houve correlação positiva e significativa entre a ansiedade e as preocupações decorrentes da infecção pela COVID-19 ($B=0,32$). A variável felicidade durante a experiência da gestação teve uma correlação direta significativamente negativa com a presença de transtornos mentais ($B=0,29$). O medo da infecção pela COVID-19 demonstrou ter uma correlação positiva com uma saúde mental inadequada ($B=0,05$). Dessa forma é necessária uma maior atenção à saúde mental de gestantes durante a pandemia, recomendando-se treinamentos virtuais, haja vista que muitos locais estão com atendimentos reduzidos devido à situação da pandemia e à ênfase nas sensações de felicidade advindas da experiência de uma gravidez.</p>

Fonte: Elaborado pelos autores.

Todos os artigos presentes no Quadro 1 foram examinados na íntegra e tiveram suas informações relevantes retiradas e resumidas, sendo copiladas de forma sucinta no quadro, de forma a facilitar a discussão dos dados. Os artigos selecionados aplicaram diversas metodologias distintas para coleta de dados, predominando no *corpus* da revisão estudos do tipo observacional e transversais, porém abordando estudos de diversos outros tipos. 8 estudos selecionados estavam em língua portuguesa e 1 em língua inglesa, e todos foram publicados nos últimos 2 anos (2020-2021).

4. Discussão

O trabalho de Estrela et al. (2020) trouxe como debate as incertezas com relação à COVID-19 e como isso tem contribuído para deixar as gestantes ansiosas. Essas dúvidas em torno de uma doença recente mostram que essa pandemia perpassa os limites de saber que se trata de uma comorbidade causada pelo Coronavírus. O que ainda pouco se discute é sobre a necessidade de atenção aos problemas psicológicos que essa doença acarreta. No caso das gestantes, que já estão muitas vezes fragilidades emocionalmente devido à sua condição, ter que conviver com os enigmas que norteiam a contaminação, além das *Fake News* e discursos discordantes dos próprios profissionais de saúde, podem agravar ainda mais o quadro desse nicho populacional. Por conta disso, fica evidente que esse entrave ainda aponta para futuras discussões até que a comunidade científica consiga desvendar as mudanças de teorias que têm tornado a COVID-19 um dos problemas mais graves e insolucionáveis de todos os tempos no mundo.

Os achados de Estrela et al. (2020) corroboram com as conclusões de Silva e Neves (2020), que, além da ansiedade, identificaram que a depressão também tem contribuído para o desgaste psicológico das gestantes por conta do isolamento social. Com isso, há de se convir que a saúde mental deve ser encarada como um problema de saúde pública, o qual necessita urgentemente que o poder público reformule as ações que já existem para o tratamento dos problemas psicológicos no sistema público de saúde brasileiro e implementem protocolos mais eficazes que atendam todo cidadão prejudicado pelos efeitos dessa pandemia. Nessa proa, a comunidade científica, por meio da pesquisa, pode exercer o papel de incentivo a essa prática, dedicando-se cada vez mais à investigação dos impactos que a pandemia do Coronavírus vem provocando na vida das pessoas, em especial às gestantes – objeto do presente estudo.

Ainda nessa vertente, Silva et al. (2020) evidenciaram que as grávidas apresentam grande risco de desenvolverem ansiedade e depressão porque a grande maioria delas afirmaram ter sido vítimas de violência psicológica em algum momento da vida. Entende-se, portanto, que essa parcela da população está vulnerável às mazelas do isolamento social decorrente da COVID-19, por estarem fragilizadas emocionalmente com a gravidez. Essas mulheres foram inseridas em um cenário pandêmico permeado de controvérsias sobre como deveriam se comportar em relação ao Coronavírus. Morte de grávidas após a vacina, contaminação do bebê devido à amamentação, problemas graves durante o parto e ineficácia do chamado “kit COVID” como tratamento precoce para a COVID-19 foram alguns dos pontos controversos que deixaram as grávidas fragilizadas mentalmente. Com isso, elas desenvolveram quadros de ansiedade e depressão, os quais se agravaram por estarem isoladas em suas casas, sem saber a quem recorrer, mediante a tanta discordância sobre um mesmo assunto. Todavia, vale salientar que o apoio da sociedade e do poder público, exclusivamente a essas mulheres, ainda precisa ser massificado, caso o Brasil tenha interesse em mudar positivamente as estatísticas dessa pandemia.

De acordo com Farias et al. (2020) as práticas preventivas de atendimento à saúde das gestantes devem ser mais rigorosas, de forma a proteger organicamente as mães no combate aos impactos psicológicos decorrentes do isolamento social ao quais têm sido submetidas. Compartilhando do mesmo direcionamento de Farias et al. (2020) estão os autores Gomes et al. (2021) e Santos e Gonçalves (2020). Os primeiros identificaram que o tratamento farmacológico associado à psicoterapia deve ser a principal escolha no manejo das gestantes, a fim de evitar um desgaste mental desse grupo por conta da pandemia. Estes últimos evidenciaram que a divulgação de informações de forma clara e objetiva sobre a COVID-19 precisa ser mais contundente e difundida, já que as grávidas, assim como a população em geral, ficaram muito tempo isoladas socialmente. É notório que todas essas linhas de pensamento dos pesquisadores foram baseadas em amostras de seus estudos, não sendo possível, portanto, afirmar que se trata de protocolos rígidos e sem possibilidades de ajustes. Como o coronavírus vem sendo pesquisado incessantemente em todo o mundo, esses manuais de tratamento e os estudos até aqui analisados são passíveis de mudança, provando que a ciência é uma fonte inesgotável de descobertas e que por isso deve receber investimento do Governo para que a população possa usufruir de um tratamento baseado em evidências científicas, e não em teorias formuladas mediante amostras limitadas de alguns estudos presentes na literatura.

Sousa e Moura (2021) acreditam que as ações educativas com temáticas direcionadas à promoção da saúde mental devem ser reforçadas e ser promovidas com a finalidade de reduzir os impactos psicológicos negativos provocados pela pandemia. Em alguns casos, por exemplo, isso tem dado certo. Cavalcante et al. (2020) concluíram em seu estudo que as intervenções telefônicas e por via internet contribuíram para o bem-estar físico e emocional de quem não sabia mais como enfrentar o isolamento social provocado pela pandemia da COVID-19. Esse resultado deveria servir de referência para o poder público e ser implementado como ação obrigatória no combate à ansiedade e depressão, tanto das gestantes quanto da população em geral. Por isso, os pesquisadores deveriam se aprofundar nessa temática, na tentativa de trazer evidências sobre a eficácia da tecnologia e do diálogo no combate aos distúrbios mentais. Talvez seja essa a ousadia que o enfrentamento à COVID-19 precise. Isso porque as vacinas, as máscaras, o álcool em gel e as lavagens de mãos já foram comprovados quanto à sua eficácia contra o Coronavírus. O que restam agora são evidências na literatura científica a respeito da relação tecnologia, diálogo e seus efeitos positivos sobre a saúde mental da população que vive esse cenário pandêmico, em especial as mulheres grávidas.

Thapa et al. (2020) chamaram a atenção em seu artigo para o fato do estresse extremo, situações de emergência, conflitos, desastres naturais e pandemias aumentarem o risco de morbidade perinatal – o que justificaria maior vulnerabilidade das grávidas frente à pandemia da COVID-19, evoluindo para ansiedade e depressão. O trabalho de Thapa et al. (2020) converge com o estudo de Salehi et al. (2020), o qual identificou que o medo da infecção da Covid-19 demonstrou ter uma correlação positiva com uma saúde mental inadequada das gestantes. Porém, apesar dos pesquisadores terem utilizado uma

amostra limitada de 222 gestantes em sua pesquisa, nota-se que esta revisão integrativa de literatura trouxe em grande parte dos estudos achados similares como os de Salehi et al. (2020).

Esses resultados apontam para algumas questões graves no que diz respeito à forma com que a saúde pública vem lidando com os problemas das gestantes perante ao isolamento social decorrente da COVID-19. Portanto, direcionar recursos públicos para a área da pesquisa, corrobora para que os pesquisadores encontrem cada vez mais argumentos que consigam convencer o Poder Público de que lidar com a saúde mental das gestantes durante a pandemia não se restringe apenas a vaciná-las, mas tratá-las de forma humanizada durante o seu período gestacional.

5. Considerações Finais

Ao analisar as diferentes pesquisas sobre os impactos do isolamento social, decorrente da COVID-19, na saúde mental das gestantes, percebe-se que se trata de um problema grave de saúde pública - já que o Coronavírus contamina pessoas de todas as classes sociais, inclusive aquelas que dependem do sistema público de saúde. Dessa forma, acredita-se que analisar e publicar o que diversos pesquisadores vêm relatando sobre o tema em questão pode orientar médicos e outros profissionais da área da saúde - e até mesmo a sociedade -, sobre a importância do cuidado precoce a esse grupo tão vulnerável e suscetível às consequências dessa pandemia.

Neste trabalho foi possível perceber que a ansiedade e depressão foram os sintomas mais prevalentes nas gestantes desde que foram obrigadas a se isolarem socialmente devido à COVID-19. Por outro lado, ficou evidente que ações simples como apoio psicológico via telefone ou pela internet foram eficazes na amenização desse isolamento. Dessa forma, há de se convir que além do tratamento medicamentoso, o apoio psicológico tornou-se fundamental para o bem-estar dessas mulheres. Por conta disso, a disseminação de políticas públicas de apoio a esses grupos, aliadas a campanhas de comunicação que informem sobre a importância do cuidado às gestantes durante a pandemia, mostram-se necessárias e imprescindíveis para a preservação da saúde mental dessa população tão vulnerável emocionalmente.

É notório que essa temática ainda precisa de uma investigação mais concisa e detalhada por parte dos pesquisadores e estudiosos sobre o assunto, haja vista que são complexos os mecanismos pelos quais a saúde mental é afetada no contexto da pandemia de COVID-19, ficando esta abordagem como uma sugestão de aprofundamento em pesquisas futuras. No entanto, não se pode deixar de destacar que já há indícios contundentes que mostram o quanto as gestantes vêm sendo prejudicadas mentalmente por conta do isolamento social e suas consequências, e que, por isso, medidas emergenciais devem ser tomadas para reverter esse quadro e mudar as estatísticas do Brasil em relação ao coronavírus e os prejuízos mentais causados às gestantes.

Referências

- Almeida, M. O., Portugal, T. M., & Assis, T. J. C. (2020). Gestantes e COVID-19: isolamento como fator de impacto físico e psíquico. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 20(2), 599-602.
- Arrais, A. R., Amorim, B., Rocha, L., & Haidar, A. C. (2021). Impacto psicológico da pandemia em gestantes e puérperas brasileiras. *Diaphora*, 10(1), 24-30.
- Belasco, A. G. S., & Fonseca, C. D. (2020). Coronavírus 2020. *Revista brasileira de enfermagem*, 73(2), e2020n2.
- Cavalcante, F., Oliveira, I., Costa, M., Silva, V., Caetano, J., Nelson N., & Barros, L. (2020). Intervenções para promoção da saúde mental durante a pandemia da COVID-19. *Psicologia Saúde & Doenças*, 21(3), 582-593.
- Ercole, F. F., Melo, L. S. & Alcoforado, C. L. G. C. (2014). Revisão integrativa versus revisão sistemática. *Revista Mineira de Enfermagem*, 18(1), 9-11.
- Estrela, F. M., Silva, K. K. A., Cruz, M. A., & Gomes, N. P. (2020). Gestantes no contexto da pandemia da COVID-19: reflexões e desafios. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 30(2), e300216.
- Farias, L. M. S., Oliveira, A. L. A. V., Albuquerque, C. E. A., Silva, I. E. O., Vieira, M. M. F., & Santos, N. R. (2020). Gestação e cuidados: atenção à saúde psíquica da mulher em tempos de COVID-19. *Saúde em Foco: Doenças Emergentes e Reemergentes*, 1(1), 194-203.

- Faro, A., Bahiano, M. A., Nakano, T. C., Reis, C., Silva, B. F. P., & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37(1), e200074.
- Galvão, M. H., & Roncali, A. G. (2021). Fatores associados a maior risco de ocorrência de óbito por COVID-19: análise de sobrevivência com base em casos confirmados. *Revista brasileira de epidemiologia*, 23(1), 1-10.
- Gomes, L. A. S., Paiva, I. M., Bemfica, M. P. V., Morais, F. M. L., Oliveira, M. C. L., Machado, M. M., Faria, S. V., Botelho, W. C. M., & Souza Filho, G. R. (2021). Depressão gestacional e o impacto da pandemia pela COVID-19: relato de caso. *Revista eletrônica Acervo Saúde*, 13(3), 1-6.
- Jardim, A. C. T., Jardim, A. N. L., Oliveira, J. R. G., Vidal, M. P. C. A. M., Franco, M. C., Voltan, A. R., & Silva Neto, B. R. (2021). Saúde mental das gestantes, parturientes e puérperas no contexto da pandemia de COVID -19 no Brasil. *Medicina: aspectos epidemiológicos, clínicos e estratégicos de tratamento*, 1(1), 47-52.
- Lelis, B. D. B., Corrêa, J. M. C., Marinho, G. P., Alves, K. M., Duarte, J. V. B., Marinho, I. P., & Bernardes, N. B. (2020). O sofrimento mental das gestantes em meio a pandemia do novo coronavírus no Brasil. *ID online Revista de psicologia*, 14(52), 442-451.
- Lima, A. P. (2021). *Impacto psicológico do isolamento social no enfrentamento ao Coronavírus COVID-19 – Um estudo brasileiro*. Dissertação (mestrado) Universidade Nove de Julho - Uninove, São Paulo, Brasil.
- Prisma (2021). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372(71). <https://www.bmj.com/content/372/bmj.n71>
- Salehi, L., Rahimzadeh, M., Molaei, E., Zaheri, H., & Esmaelzadeh, S. (2020). The relationship among fear and anxiety of COVID-19, pregnancy experience, and mental health disorder in pregnant women: A structural equation model. *Brain and behavior*, 10(11), e01835.
- Santos, J. L. G., Lanzoni, G. M. M., Costa, M. F. B. N. A., Debetio, J. O., Sousa, L. P., Santos, L. S., Marcelino, T. B., & Mello, A. L. S. F. (2020). Como os hospitais universitários estão enfrentando a pandemia de COVID-19 no Brasil? *Acta Paulista de Enfermagem*, 33, 1-8.
- Santos, T. F., & Gonçalves, J. S. S. (2020). *Projeto Baby Care: uma rede de apoio para gestantes e puérperas*. Trabalho de Conclusão de Curso (graduação em enfermagem). PUC-GO.
- Silva, A. L. M., Oliveira, A. S., Ruas, B. J. S., Barbosa, L. P. L. P., Landim, M. E. P. A., Bruno, R. R., Freitas, S. S. F., Santos, T. M., Fernandes, T. P., & Roza, T. C. B. N. (2021). Os impactos no pré-natal e na saúde mental de gestantes durante a pandemia de COVID-19: uma revisão narrativa. *Revista Eletrônica Acervo Científico*, 34, 1-7.
- Silva, B. P., & Neves, P. A. R. (2020). Saúde Mental Materna em tempos de pandemia do COVID-19. *South American journal of basic education, technical and technological*, 7(2).
- Silva, G. F. P., Santos, S. V., Nascimento, J. W. A., Santana, F. S., Medeiros, J. S., & Jesus, S. B. (2020). Risco de depressão e ansiedade em gestantes na atenção primária. *Nursing*, 23(271).
- Sousa, A. C., & Moura, W. L. (2021). *Uma Proposta de Intervenção para a promoção da saúde Mental na Atenção Primária em Saúde em Tempos de Pandemia*. Trabalho de conclusão de curso (Especialização em Saúde da família e comunidade) Universidade Federal do Piauí. <https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/23968>
- Thapa, S. B., Mainali, A., Schwnk, S. E., & Acharya, G. (2020). Maternal mental health in the time of the COVID-19 pandemic. *Acta obstetrician et gynecologica Scandinavica*, 99(7), 817-818.