

IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL NO CONTEXTO DO COVID-19: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Gissele Dantas dos Santos (Acadêmica)¹
Luciana Ribeiro Barbosa (Orientadora)²

RESUMO

A pandemia ocasionada pelo COVID-19 trouxe uma nova realidade para toda a humanidade, perdurando por um longo período de tempo e provocando um impacto na área da saúde, especialmente na saúde mental. Em razão do isolamento social prolongado, muitas pessoas passaram a apresentar sintomas físicos, psicológicos e cognitivos. Além disso, a pandemia afetou negativamente os indivíduos com transtornos mentais preexistentes tais como a ansiedade e a depressão. O presente trabalho teve como objetivo fazer um levantamento na literatura científica sobre os impactos na saúde mental frente à pandemia do COVID-19, buscando assim, minimizar resultados ainda mais negativos na saúde mental da população. Foi realizada uma revisão integrativa da literatura sobre o tema e foram encontrados 12 artigos que discutem o assunto proposto. Foi possível identificar o aumento na incidência dos transtornos mentais e comportamentais, dentre eles: ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático e alterações do sono na população brasileira, decorrentes da pandemia do COVID-19. Espera-se, que este trabalho traga contribuições para o campo da Psicologia, direcionando intervenções no cuidado e tratamento de agravos ocasionados pelo COVID-19, minimizando o sofrimento psíquico.

Palavras – chaves: Saúde Mental; COVID-19; Pandemia, Impactos psicológicos na pandemia.

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has brought a new reality to all humanity, lasting for a long period of time and having an impact on health, especially mental health. Due to prolonged social isolation, many people started to present physical, psychological and cognitive symptoms. In addition, the pandemic has negatively affected individuals with pre-existing mental disorders such as anxiety and depression. The present work aimed to survey the scientific literature on the impacts on mental health in the face of the COVID-19 pandemic and to research the repercussions of the pandemic on the mental health of the population and identify effective measures, thus seeking to minimize even more negative results. in the mental health of the population. An integrative review of the literature on the topic was carried out and 12 articles were found that discuss the proposed subject. It was possible to identify the increase in the levels of mental and behavioral disorders, among them: anxiety, depression, post-traumatic stress disorder and sleep disorders in the Brazilian population, resulting from the COVID-19 pandemic. It is hoped that this work will bring contributions to

¹Graduanda de Bacharelado em Psicologia na Facitec - Janaúba - MG – gisseledantas@hotmail.com

²Psicóloga, Supervisora Clínico-institucional, Professora e Orientadora do Curso de Psicologia na Facitec- Luciana1178@hotmail.com

the field of Psychology, directing interventions in the care and treatment of diseases caused by COVID-19, minimizing psychic suffering.

INTRODUÇÃO

Segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, 2020a), os primeiros casos de Coronavírus (SARS-Cov-2) foram identificados no final de 2019, na cidade de Wuhan, província de Hubei, localizada na China. Posteriormente houve uma rápida disseminação a nível global, devido ao exponencial aumento dos casos, levando a Organização Mundial da Saúde (OMS) a considerar o novo Coronavírus como uma pandemia e decretar estado de emergência de saúde pública, o que ocasionou várias medidas sanitárias e administrativas que foram estabelecidas para prevenir, controlar e conter os riscos, impactos e avanços decorrentes do surto de coronavírus (COVID-19).

As formas de transmissão do Covid-19 ocorrem pelo contato com pessoas contaminadas, através das gotículas de secreções que são expelidas pelas vias aéreas ou por outras formas de contato direto com pessoas ou objetos contaminados. Visando a contenção da pandemia foram estipuladas algumas estratégias, dentre elas, o distanciamento físico, higienização das mãos, objetos e ambientes, uso de máscaras e quarentena em casos de suspeita ou contaminação (BRASIL, 2020c).

Desse modo, a privação do convívio social ocasionou um elevado nível de estresse, provocado pelo medo e a sensação de risco eminente. A difusão de informações equivocadas aumentou ainda mais essa sensação, associado às incertezas sobre o controle e combate do Covid-19 e além da fadiga causada pela duração da pandemia. Juntos ou isolados, esses fatores podem provocar impactos psíquicos a curto ou ao longo prazo. (NABUCO *et al*, 2020).

Visando amenizar os riscos e impactos relacionados à contaminação do Covid-19, a Direção Geral de Saúde (DGS) pontua algumas orientações técnicas. Algumas delas estão ligadas às implicações na saúde mental e à rapidez com que as informações são repassadas, podendo gerar danos psicológicos individuais ou coletivos. Esses desdobramentos trazem repercussões para a população em geral e mais especificamente para os grupos de maior vulnerabilidade. (BRASIL, 2020b).

Entende-se por grupos com maior vulnerabilidade aquelas pessoas que já possuem algum tipo de transtorno psíquico leve ou grave, assim como os profissionais de saúde, que estão atuando diretamente no combate ao Covid-19. (BRASIL, 2020b).

Além desses, outros grupos que se enquadram nessa categoria são: as pessoas que já

foram contaminadas pelo vírus e/ou que tiveram convivência com alguém contaminado, os idosos, assim como pessoas em condições de vulnerabilidade social (NABUCO *et al* 2020).

Nabuco *et al* (2020) enfatizam que os grupos que apresentam algum tipo de transtorno mental necessitam de cuidados específicos, visto que são mais propensos aos riscos de contaminação, devido à fragilidade nos cuidados básicos de prevenção. Ademais, as dificuldades no acesso aos serviços de assistência psicológica e psiquiátrica contribuem para a manutenção e potencialização dos sintomas.

No que tange aos profissionais de saúde, eles podem apresentar alto nível de estresse, conturbações nas relações com a família, esgotamento físico e emocional (ZWIELEWSKI *et al*, 2020). Além disso, “vivenciam também fadiga, solidão, isolamento dos familiares e escassez de equipamentos de proteção individual” (NABUCO *et al* 2020, p.5).

Os pacientes contaminados pelo Covid-19 também podem sofrer implicações psicológicas variando de acordo com os estágios da doença. De acordo com Zwielewski *et al* (2020, p.4) “os pacientes podem sentir raiva, medo, ansiedade, insônia, estresse e apresentar risco de suicídio e comportamentos de autolesão”.

Os idosos representam o grupo com maior número de vítimas acometido pelo Covid-19, e são também os que possuem maior dificuldade no uso dos meios de comunicação tecnológicos, o que dificulta ainda mais as interações virtuais com parentes e amigos, causando assim, sentimentos de solidão e incerteza (NABUCO *et al*, 2020).

No que tange os grupos de vulnerabilidade social, Nabuco *et al* (2020, p. 04) aponta que:

As vulnerabilidades sociais incluem situação de pobreza e exposição à violência. O impacto econômico da pandemia, levando a aumento de desemprego e perdas financeiras, reduz ainda mais o acesso à renda e serviços para pessoas em situação de pobreza. Maior impacto ocorre naqueles em situação de rua, tornando-os ainda mais vulneráveis aos efeitos psicossociais da coronavirose.

No cenário de pandemia, com aumento da ansiedade, restrição da movimentação e suspensão das atividades de trabalho é esperado aumento do uso abusivo de substâncias que podem contribuir para o aumento da violência doméstica.

Em situações similares a outros países, é possível perceber a importância de adotar medidas estratégicas e eficazes para lidar com os impactos psicossociais, objetivando reduzir os níveis de estresse e agravos psíquicos causados pela pandemia (BRASIL, 2020a).

Estima-se que cerca de um terço à metade da população tenha algum acometimento

psíquico em decorrência da pandemia, sendo fundamental um cuidado adequado na prevenção ou tratamento desses transtornos (SANTOS *et al*, 2020).

Ainda segundo Santos *et al*, (2020) o quadro de depressão e ansiedade está entre os transtornos mais comuns, podendo avançar para o surgimento dos transtornos de ansiedade generalizada e transtorno de pânico, sendo assim, justifica-se a urgência nas estratégias de prevenção e intervenção.

De acordo com Silva (2020), o contexto pandêmico perpassa tanto as questões patológicas características do Covid-19, como as psicológicas, que se referem aos reflexos da pandemia na saúde mental. Estudos já apontam consideráveis alterações psíquicas na população mundial. Sendo assim, torna-se fundamental uma atenção especializada para atender essas demandas a fim de promover intervenções assertivas que possam minimizar os impactos causados pelo Covid-19.

Este estudo justifica-se pelo caráter pandêmico que o coronavírus alcançou e suas implicações na saúde mental da população, sendo importante analisar o surgimento e/ou intensificação das doenças mentais em contextos de pandemia, bem como, identificar intervenções capazes de minimizar os seus impactos negativos na saúde mental da população.

Desta forma, a presente pesquisa contribui para a produção científica sobre a interface Covid-19 e suas implicações na saúde mental da população, podendo subsidiar o planejamento de ações estratégicas no campo da saúde mental.

Esse estudo tem como objetivo geral, analisar os impactos da pandemia do COVID- 19 no desenvolvimento ou agravamento das doenças mentais, por meio de revisão integrativa de literatura.

METODOLOGIA

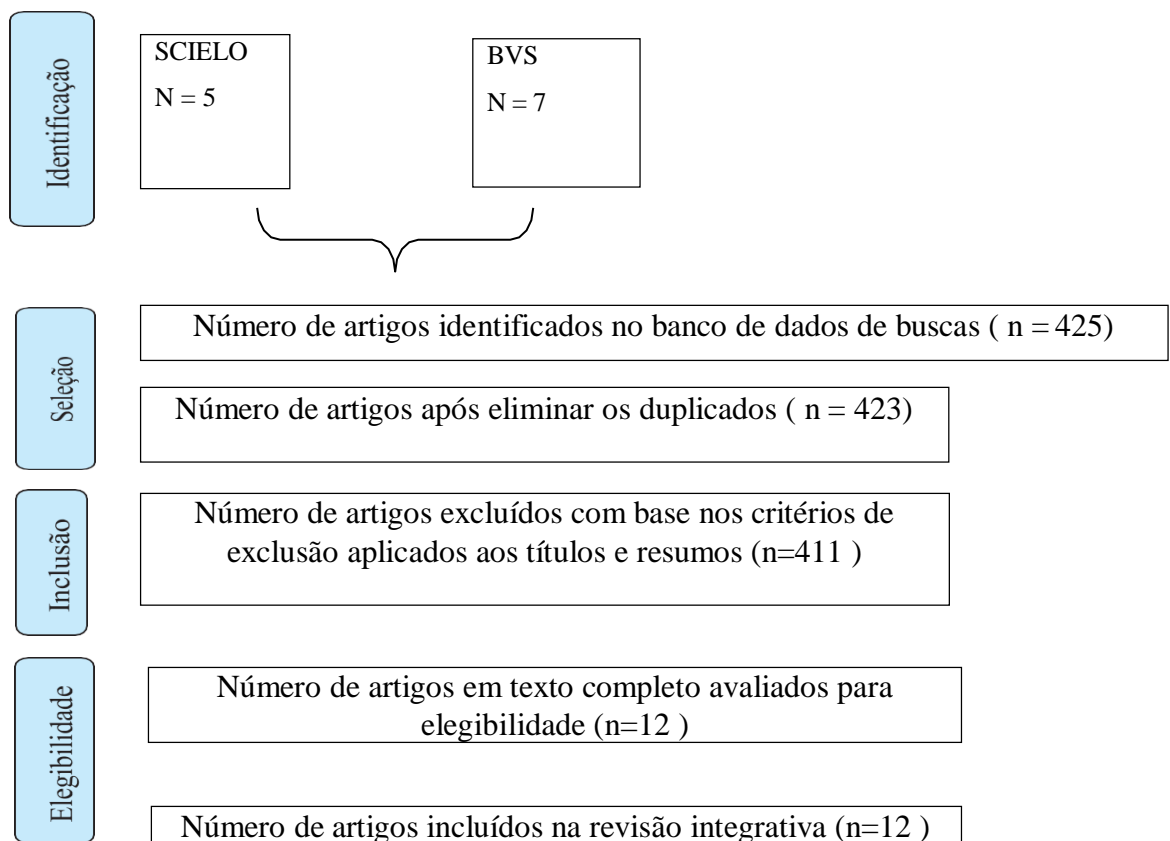
Foi realizado um estudo de revisão integrativa de literatura, com abordagem documental e bibliográfica, por meio de consultas às bases de dados e portais de pesquisa: *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) a fim de buscar informações mais recentes ligadas à COVID-19 no âmbito da saúde mental.

O levantamento de dados foi realizado entre Agosto 2021 a Abril 2022, com o uso dos descritores: “Saúde Mental”, “COVID-19” e “Pandemia”. Todos os descritores foram combinados utilizando-se os operadores booleanos “AND” e “OR”. Na base de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), foram encontrados 52 artigos, no qual foram eliminados 46 artigos que não corresponderam aos critérios de inclusão, restando 5 artigos.

Na base de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) foram encontrados 410 artigos, onde foram eliminados 403 artigos que não corresponderam aos critérios de inclusão, restando 7 artigos. Nessa perspectiva, a amostra para a elaboração desta pesquisa foi constituída por 5 artigos da Scielo e 7 da BVS.

A seleção de estudos foi realizada em três etapas: 1º etapa- leitura dos títulos; 2º etapa - leitura dos resumos dos artigos selecionados na 1ª etapa; 3º etapa - leitura na íntegra dos artigos selecionados na 2ª etapa. Diante do exposto, a problemática norteadora buscou analisar quais são as repercussões da pandemia na saúde mental da população?

Foram definidos como critério de inclusão, artigos que contemplassem a temática do estudo, ou seja, com elementos necessários para responder à pergunta norteadora e que estivessem em língua portuguesa e artigos completos, no intervalo de 2020 a 2022. Como critérios de exclusão foram utilizados os critérios: artigos duplicados e artigos que tratavam apenas da Covid-19, sem citar a saúde mental e que não estivessem no período pré-estabelecido.



Fluxograma 1: Etapas da seleção dos artigos

Para a pesquisa foram identificados no banco de dados de buscas 425 artigos. Após a exclusão dos artigos duplicados restaram 423. Destes, restaram 411 após a eliminação dos artigos excluídos com base nos critérios aplicados aos títulos e resumos. A amostra elegível foi composta por 12 artigos para o desenvolvimento da revisão integrativa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A distribuição dos artigos incluídos na revisão está apresentada abaixo no quadro sinóptico: Numeração (n°), autores/ano, título do artigo, e os objetivos encontrados em cada artigo.

Quadro Sinóptico: Distribuição dos trabalhos selecionados para a integração na temática

Nº	AUTOR/ANO	Título do Artigo	Objetivo do trabalho
1	MAIA, <i>et al.</i> , 2020.	Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19.	Este trabalho teve como objetivo analisar se os níveis de depressão, ansiedade e estresse em estudantes universitários se alteraram no período pandêmico (2020) comparativamente a períodos anteriores/normais.
2	SCHMIDT, Beatriz <i>et al.</i> 2020.	Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19).	O objetivo do presente estudo foi sistematizar conhecimentos sobre implicações na saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus.
3	FARO, André <i>et al.</i> 2020.	COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. Estudos de Psicologia.	O artigo enfoca as repercussões observadas na saúde mental da população, refletindo acerca dos desfechos favoráveis e desfavoráveis dentro do processo de crise
4	QUADROS, <i>et. al.</i> , 2020	Acolhimento psicológico e afeto em tempos de pandemia: práticas políticas de afirmação da vida.	Este artigo discorreu acerca do acolhimento psicológico enquanto uma prática política de afirmação da vida e da saúde no panorama nacional.
5	ENUMO, <i>et al.</i> 2020	Enfrentando o estresse em tempos de pandemia: proposição de uma cartilha.	Trata-se da proposição de uma cartilha que visa à promoção da saúde e bem-estar.
6	SANTOS, Mirely Ferreira; RODRIGUÊS,	COVID-19 e repercussões psicológicas durante a quarentena e o isolamento	Analisar os principais impactos psicológicos decorrentes da quarentena e do isolamento social.

	Jacinta Ferreira Dos Santos.2020	social: uma revisão integrativa.	
7	NABUCO, <i>et al</i> , 2020	O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde?	Apresentar uma proposta para a atuação das equipes de Atenção Primária no enfrentamento ao adoecimento mental relacionado à pandemia.
8	RODRIGUES <i>et al</i> , 2021	Intervenções psicológicas frente à COVID-19: uma revisão integrativa da literatura	Este artigo apresenta algumas intervenções psicológicas frente o COVID-19, analisadas a partir de produções científicas.
9	LIMA,Carolina Palmeiro; FERNANDES QuésiaCataldo. 2020	Estratégias de comunicação em saúde mental em tempos de pandemia.	Relata uma experiência de comunicação em saúde mental acessível e prática, a partir da produção e divulgação de materiais digitais durante a pandemia de Covid-19.
10	SILVA,Cristiane Moreira;Rodrigues, Rafael Coelho. 2021.	Pandemia de Covid-19 e sofrimento psíquico: alguns elementos para uma problematização do Brasil contemporâneo.	Relaciona os fatores que compõem a gestão biopolítica da pandemia no país ao sofrimento psíquico na população, e como este processo se dá de modo a exasperar os condicionantes sociais, raciais e de gênero na sociedade. Foi problematizado os modos de atuação da psicologia neste cenário e a partir da sua dimensão política e social indissociáveis dos cuidados em saúde mental.
11	GUILLAND, Romilda <i>et al</i> . 2021.	Sintomas de depressão e ansiedade em trabalhadores durante a pandemia da COVID-19.	Buscou identificar sintomas de depressão e ansiedade vivenciados durante a pandemia de COVID-19 em uma amostra de trabalhadores.
12	ZWIELEWSKI,Graz iele, <i>et al</i> . 2021.	Dilemas éticos e saúde mental dos profissionais de saúde na COVID-19.	Discute os dilemas éticos e suas repercussões na saúde mental dos profissionais de saúde que atuam na linha de frente da pandemia da COVID-19.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

As informações obtidas nos artigos foram categorizadas, e organizadas em fichas de leitura individuais. Os resultados foram analisados e interpretados criteriosamente, de acordo com a temática. Baseado na pergunta norteadora dividiu-se a discussão em 3 categorias,

sendo: 1) Ansiedade, depressão e estresse 2) Grupos de Vulnerabilidade e 3) Intervenções Psicológicas. Conforme exposto na tabela 2.

Temas dos Resultados	Artigo
Ansiedade, depressão e estresse	1,6,11,12
Grupos de Vulnerabilidade	3,5,7,8,9
Intervenções Psicológicas	2,4,5,10,8

Tabela 2: Distribuição dos assuntos e temas que apareceram como resultados das investigações dos artigos incluídos na revisão integrativa

Tendo em foco os construtos que decorrem do sofrimento psíquico frente à pandemia, temos a privação do convívio social que ocasionou um elevado nível de estresse, provocado pelo medo e a sensação de risco eminente. A difusão de informações equivocadas é um fator que eleva essas sensações. (NABUCO *et al* 2020, p.5)

Além disso, os fatores de distanciamento físico entre amigos e parentes, as incertezas sobre o controle e combate da Covid-19, a fadiga causada pela duração da pandemia. Quando juntos ou isolados, podem provocar impactos psíquicos a curto ou ao longo prazo. (NABUCO *et al* 2020, p.5)

No que se refere aos pacientes contaminados pelo Covid-19 podem sofrer implicações psicológicas variando de acordo com os estágios da doença. Para Zwielewski *et al* (2020, p.4) “os pacientes podem sentir raiva, medo, ansiedade, insônia, estresse e apresentar risco de suicídio e comportamentos de autolesão”.

No que tange aos profissionais de saúde, estes podem apresentar alto nível de estresse, conturbações nas relações com a família, esgotamento físico e emocional (ZWIELEWSKI *etal*, 2020). Consoante a isso, Nabuco, *et al.* (2020, p.5) ainda pontuam que em alguns casos os “profissionais de saúde que acompanham pacientes infectados ou que podem apresentar adoença estão particularmente expostos a grande estresse, especialmente aqueles que atuam na saúde pública, em serviços de atenção primária, emergência e UTI’s.”

Sobre as repercussões psicológicas diante da pandemia da Covid-19, Guiland e cols. realizaram um estudo utilizando como amostra trabalhadores de diferentes ocupações profissionais, onde se verificou sintomas de depressão e ansiedade vivenciados durante a pandemia de COVID-19. O estudo contou com o uso dos instrumentos Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (Depression Anxiety and Stress Scale - DASS-21),

onde foram apresentados escores de moderado a alto. (GUILLAND, *et al.* 2021). Nessa mesma linha de estudo, Maia e Dias (2020) realizaram uma pesquisa com uma amostra de estudantes universitários, onde buscou-se identificar os níveis de ansiedade, depressão e estresse, fazendo um comparativo entre o período antes da pandemia (2018 e 2019) e o período da pandemia (após suspensão das aulas).

A pesquisa apontou que houve uma elevação considerável de casos relacionados à ansiedade, depressão e estresse entre os estudantes universitários no período pandêmico se comparado ao período anterior a pandemia. LIMA *et al* (2021) pontuam que os fatores basilares para o desencadeamento dos impactos na saúde mental se referem ao aumento no quadro de ansiedade, depressão e consumo exagerado de bebidas alcoólicas. Ademais, fatores ligados à fadiga, isolamento e frustração, bem como problemas com adaptação na rotina laboral e doméstica, apresentam indicativos de alerta no contexto da saúde mental.

As reações estressoras estão associadas ao longo período da pandemia, ao isolamento social, sentimentos de frustração, dificuldade de adaptação e excesso de atividades laborais feitas no *home office*, escassez no abastecimento de produtos, informações distorcidas e problemas financeiros (ENUMO, *et al.* 2020).

O impacto do COVID-19 na saúde mental e o isolamento social, embora esperado, precisa ser entendido, pois é um processo vivenciado de forma repentina, especialmente em grupos mais vulneráveis, principalmente os idosos, imunossuprimidos, pacientes com comorbidades crônicas e aqueles com histórico de cirurgia (BRASIL, 2020).

Ainda segundo BRASIL (2020), a população com medo de contrair o covid-19 desenvolve uma sensação de insegurança em todos os aspectos, produzindo impactos na economia. A sensação de estar doente, pode contribuir para a manifestação de sintomas de natureza psicológica, tais como: desamparo e medo da morte, o estigma da infecção e a incerteza sobre estar ou não infectado, que pode ser potencializado por mitos e informações falsas (LIMA *et al*, 2021).

De acordo com Lima *et al* (2021), o surto do SARS ocorrido no ano de 2002, contribuiu para elevar o nível de estresse na população, especialmente por ainda se encontrar em vigência. Em 31 de dezembro de 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi alertada sobre vários casos de pneumonia na cidade de Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China. Tratava-se de uma nova cepa (tipo) de coronavírus que não havia sido identificada antes em seres humanos. Um ano depois, eles apresentaram altos níveis de ansiedade, depressão, e inúmeros sintomas pós- traumáticos (SANTOS, *et al*, 2020).

Zwielewski *et al.*, (2020) corroboram que os impactos na saúde mental na atual situação pandêmica foram vistos na China e em outros países do ocidente como Espanha, Estados Unidos, Itália e no Brasil, onde observou-se alguns transtornos, como altos níveis de ansiedade, estresse, depressão e estresse pós-traumático.

No que diz respeito às situações da quarentena, foi visto que há predominância de efeitos psicológicos negativos, em especial mudança de humor, irritabilidade, desânimo, inquietação, raiva, incertezas, medo e insônia de longa duração. Por este motivo, é orientado a redução da ambiguidade das informações, especialmente as que podem desenvolver transtornos que relacionam ao estresse e à ansiedade (ZWIELEWSKI *et al.*, 2020).

Entender como se apresenta uma crise sanitária em termos de saúde pública é importante para preparar profissionais de saúde e a população em geral para a prevenção de doenças causadas por algum tipo de vírus (FARO *et al.*, 2020). Logo, entender possíveis fatores estressores de uma população e evitá-los previne futuros agravos na saúde mental.

Lima *et al.* (2021) apontam que muitas pessoas sem conseguir o atendimento presencial, buscaram suporte em atendimentos psicológicos online, sinalizando a necessidade urgente de disponibilizar ferramentas digitais confiáveis e eficazes e de fácil acesso. Portanto, desenvolver e implantar intervenções digitais continua sendo um grande desafio em países e ambientes com recursos limitados.

O transtornos mentais são considerados um campo importante de atenção à saúde em ordem Mundial, visto que houve um aumento de casos significativo nos últimos anos, sendo considerado o “mal do século” (QUADROS *et al.* 2021).

A prevalência das síndromes ansiosas tornam-se mais evidentes entre os adultos jovens do que em outras faixas etárias, por isso o diagnóstico precoce é tão importante, devendo- se iniciar o tratamento o mais rápido possível (LIMA *et al.*, 2021).

Nesse contexto, a pandemia do COVID-19 é um fator de grande impacto na saúde mental em populações, principalmente entre aquelas com maior risco de contaminação (profissionais de saúde) e aqueles que não se sentem à vontade com as políticas de controle da epidemia (distanciamento social e quarentena). Os resultados também mostraram alta prevalência de estresse e insônia (SOUZA *et al.*, 2021).

Um dos principais gatilhos para o estresse ocasionado na população durante a pandemia, refere-se às restrições na mobilidade urbana, ou seja, no direito de ir e vir. Essa reação pode levar a um estado de negação da gravidade da doença, levando as pessoas a esquecerem algumas medidas preventivas, devido o autocontrole inconsciente de atitudes e comportamentos pessoais, como o absenteísmo, higienização das mãos, uso de

máscaras, isolamento social. (MAIA *et al*, 2020).

Guilland *et al* (2021) realizou uma pesquisa no estado de São Paulo, onde identificou um sentimento de incerteza relacionado ao estresse e restrições impostas pelas precauções de distanciamento social, contribuindo para uma possível mudança drástica nos planos das pessoas, além de uma separação repentina do ambiente social ou familiar, sendo um catalisador persistente para o surgimento de ansiedade e até mesmo de sintomas depressivos .

Estudos desenvolvidos na Índia, China, Japão, Brasil e Itália, corroboram que a catástrofe do covid-19 afetou de forma negativa a saúde mental de toda a sociedade, apontando dados que revelam a presença de sintomas de depressão, ansiedade e estresse relacionados a distúrbios do sono (GUILLAND *et al*, 2021).

Faro e colaboradores *et al.*, (2020) apontam estudos que envolvem diversos países afetados coma pandemia e traz a comprovação de diversos casos em que as pessoas que acarretaram transtornos mentais, eram em sua maioria estudantes e do sexo feminino, apresentando alguns sintomas sugestivos do novo coronavírus e percepção de saúde mental agravada, que foi correlacionadas a maiores taxas de insônia, ansiedade e transtorno depressivo.

Diante disso, Santos *et al.* (2020) comenta sobre um estudo desenvolvido em um hospital do Rio de Janeiro, que salienta que esses segmentos demográficos (comportamental, segmentação psicográfica) sinalizam uma maior vulnerabilidade, portanto, demandam o aprimoramento e a aplicação de metas estratégicas de prevenção e de atenção à saúde mental durante a situação pandêmica. Outros elementos que contribuíram negativamente para a morbidade mental e ao estresse foram a incerteza, imprevisibilidade, a gravidade da doença, o isolamento social e as informações falsas.

Faro e colaboradores (2020) evidenciaram o impacto na saúde mental no contexto do Covid-19, em como as pessoas e profissionais da área da saúde vivenciaram a pandemia; quais malefícios o coronavírus acarretou na saúde mental dos indivíduos e quais sintomas essa catástrofe acarretou na sociedade.

Segundo Faro *et al* (2020), a insônia, ansiedade, dificuldade de concentração, raiva, alteração de humor, indisposição, todos esses sintomas são considerados importantes para avaliar os impactos na saúde mental. Agregado a esses fatores, a angústia causada pela insegurança individual e coletiva, aumenta ainda os níveis fisiológicos e emocionais, podendo acarretar ou agravar os transtornos psíquicos.

Souza *et al* (2021) realizaram uma pesquisa onde os entrevistados apontaram que durante todo o período do covid-19, 50,2% dos entrevistados apresentaram sinais de tristeza e desânimo, e 52,6% evidenciaram sinais de ansiedade ou alteração de humor. Entre os

brasileiros que fizeram parte da pesquisa, 36% falaram que não tinham problemas algum relacionado a perda de sono, mais de 30% passaram a ter e aproximadamente 40% dos que já tiveram o problema sinalizaram que ele foi agravado. Os sentimentos de ansiedade, estresse, tristeza e os problemas que envolvem a perda do sono corroboraram para a prevalência mais elevada em jovens, adultos e em mulheres do diagnóstico de transtorno depressivo (SOUZA *et al.*, 2021).

Por fim, considerando essas questões apresentados cabe ressaltar a importância das intervenções dos profissionais psicólogos que podem atuar no cuidado a saúde mental, auxiliando e desenvolvendo estratégias em contexto de fragilidade emocional e transtornos psíquicos. Nesse sentido, é importante favorecer o acesso a atendimentos psicoterapêuticos, seja de forma individualizada ou grupal, de modo remoto ou presencial (ZWIELEWSKI *et al.*, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao analisar os 12 estudos, pôde-se ser constatar o impacto na saúde mental no período pandêmico, mostrando que as pessoas estão sentindo as consequências da pandemia. dessa realidade é preciso que os sujeitos se adaptem, redefinam suas relações sociais, emocionais e de trabalho.

Os resultados apontam que as alterações mentais mais frequentes são o estresse, o medo, a culpa e a tristeza, que produzem um sofrimento mental muito comum entre as pessoas que vivenciaram o isolamento social e podem levar a transtornos mentais mais graves como, a síndrome do pânico, a ansiedade e depressão. Os resultados ainda enfatizam a fundamental importância do acolhimento e do suporte psicológico, uma vez que o covid-19 deixou muitas sequelas emocionais. O surgimento e o agravamento de transtornos mentais afetou de diversas formas os indivíduos, tanto pelo medo de perder o emprego, quanto pelo desespero de perder alguém da convivência. Também foi constatado que os principais sintomas que predominaram na saúde mental dos indivíduos foram a ansiedade, o estresse, a tristeza e a depressão.

Portanto, a pandemia de uma forma geral, provocou expressivos prejuízos para a sociedade. As pesquisas revelaram que um número significativo de brasileiros que antes da pandemia não tinham nenhum problema de saúde mental, começaram a manifestar alterações no sono, crises de ansiedade e alteração de humor, tornando evidente, que a saúde mental da população foi afetada negativamente, com o surgimento de muitos transtornos mentais, tais

como a ansiedade e a depressão, associados a sintomas de medo, angústia e estresse que são os agravos mais comuns no cotidiano das pessoas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. CENTRO DE ESTUDOS E PESQUISAS EM EMERGÊNCIAS E DESASTRES EM SAÚDE; FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. (2020a). Saúde mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: **Recomendações aos psicólogos para o atendimento online**. Brasília, 2020. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/42359/2/Sa%C3%BAde-e-Mental-e-Aten%C3%A7%C3%A3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomenda%C3%A7%C3%B5es-aos-psic%C3%B3logos-para-o-atendimento-online-1.pdf> . Acesso em 24 de abril 2020.

BRASIL. Direção Geral da Saúde. (2020b). Norma nº 0011/2020 de 18/04/2020: COVID-19. FASE DE MITIGAÇÃO – Saúde Mental. Disponível em: <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/normas-e-circulares-normativas/norma-n-0112020-de-18042020-pdf.aspx>. Acesso em 24 de Abril 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. (2020c). *Saúde mental e atenção psicossocial na COVID-19: um guia para gestores*. Fiocruz. 2020. Disponível em: <http://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wpcontent/uploads/2020/04/Sa%c3%bade-Mental- e-Aten%c3%a7%c3%a3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19- recomenda%c3%a7%c3%b5es-para-gestores.pdf> . Acesso em 24 Abril 2020.

ENUMO, Sônia Regina Fiorim et al. **Enfrentando o estresse em tempos de pandemia:** proposição de uma Cartilha. Estudos de Psicologia (Campinas) [online]. 2020, v. 37 [Acessado 10 de Abril 2022]. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200065>>.

ERCOLE, F. F.; MELO, L. S.; ALCOFORADO, C. L. G. C. **Revisão Integrativa versus Revisão Sistemática**. Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 18 n. 1, p. 9-11, 2019.

FARO, André et al. **COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado**. Estudos de Psicologia (Campinas) [online]. 2020, v. 37 [Acessado 10 Abril 2022]. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>>.

GUILLAND, Romilda et al . **Sintomas de depressão e ansiedade em trabalhadores durante a pandemia da COVID-19**. Rev. Psicol., Organ. Trab., Brasília , v. 21, n. 4, p. 1721- 1730, dez. 2021 . Acessado em 05 de Março 2022. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572021000400007

LIMA, Carolina Palmeiro; FERNANDES, Quésia Cataldo, et, al. **Estratégias de comunicação em saúde mental em tempos de pandemia**. Rev. De Saúde Pública. Paraná. 2021 Mar.;4(1):119-132. [Acessado 10 de Abril 2022]. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1280872>.

MAIA, Berta Rodrigues e DIAS, Paulo César. **Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19**. Estudos de Psicologia (Campinas) [online]. 2020, v.37 [Acessado 20 Abril 2022] . Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>>.

NABUCO, GUILHERME; OLIVEIRA, MARIA H.P.P; AFONSO M.P.D. **O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde?**. Revista Brasileira Medicina Família e Comunidade. 2; v.15, n.42:2532. Rio de Janeiro 2020.

QUADROS, Laura Cristina de Toledo, Cunha, Claudia Carneiro da e Uziel, Anna Paula. **Acolhimento psicológico e afeto em tempos de pandemia: práticas políticas de afirmação da vida**. Psicologia & Sociedade [online]. 2020, v. 32 [Acessado 10 de Abril 2022]. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1807-0310/2020v32240322>>.

RODRIGUES, Fernanda Fernandes; FELTENS, Alexandre; Ródio-Trevisan, Karen Rayany; Sedor, Liara Dall Agnese; Alves, Roberta Borghetti. **Intervenções psicológicas frente à COVID-19: uma revisão integrativa da literatura**. Rev. Bras. Psicoter. (Online) ; 23(1): 189-207, 20210000. [Acessado 10 de Abril 2022]. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1352714v>.

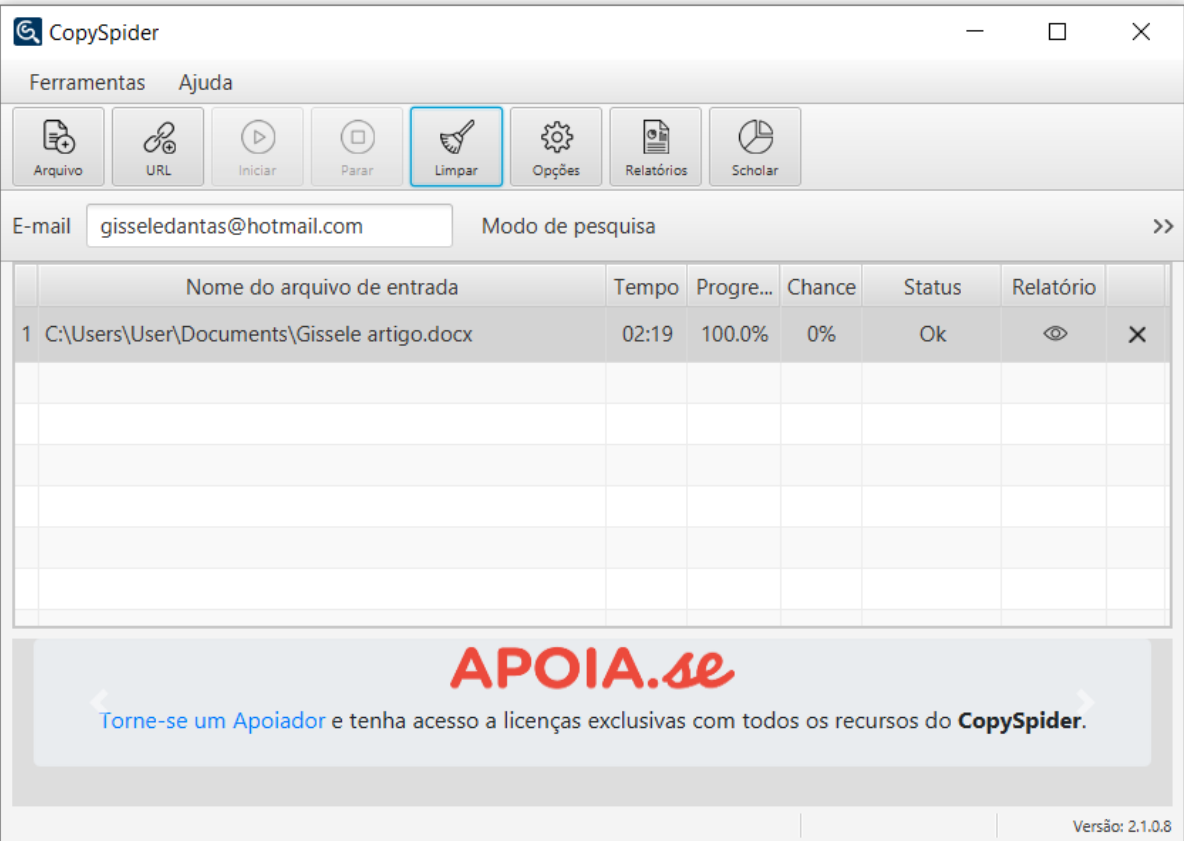
SANTOS, Mirely Ferreira dos; RODRIGUES, Jacinta Ferreira dos Santos. **COVID-19 e repercussões psicológicas durante a quarentena e o isolamento social: uma revisão integrativa**. São Paulo; 23(265): 4095-4100, jun.2020. [Acessado 10 de Abril 2022]. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1117615>.

SCHMIDT, B., CREPALDI, M. A., BOLZE, S. D. A., NEIVA-SILVA, L., & DEMENECH, L. M. **Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19)**. Campinas, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063> . Acesso em: 20 Abril 2022.



SILVA, Cristiane Moreira; RODRIGUES, Rafael Coelho. **Pandemia de Covid-19 e sofrimento psíquico: Alguns elementos para uma problematização do Brasil contemporâneo**. Rev. psicol. polít. [online]. 2021, vol.21, n.51, pp. 322-339. ISSN 2175-1390. . [Acessado 10 de Abril 2022]. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1519-549X2021000200003

SOARES, C. B. et al. **Revisão Integrativa: Conceitos e Métodos Utilizados na Enfermagem**. Rev. Esc. Enferm. USP, São Paulo. v. 45 n. 2, 2014.

ZWIELEWSKI, G. et. al. **Protocolos para tratamento psicológico em pandemias: as demandas em saúde mental produzidas pela COVID-19**. Debates em Psiq

ANEXO A- CARTA DE PLÁGIO

The screenshot shows the CopySpider application window. The title bar reads "CopySpider". Below the title bar, there are two tabs: "Ferramentas" and "Ajuda". Under "Ferramentas", there are several icons: "Arquivo", "URL", "Iniciar", "Parar", "Limpar" (highlighted with a blue border), "Opções", "Relatórios", and "Scholar". Below the icons, there is an "E-mail" field containing "gisseledantas@hotmail.com" and a "Modo de pesquisa" field with a right-pointing arrow. The main area contains a table with the following data:

	Nome do arquivo de entrada	Tempo	Progre...	Chance	Status	Relatório	
1	C:\Users\User\Documents\Gissele artigo.docx	02:19	100.0%	0%	Ok		

At the bottom of the window, there is a banner for "APOIA.se" with the text "Torne-se um Apoiador e tenha acesso a licenças exclusivas com todos os recursos do CopySpider." and the version number "Versão: 2.1.0.8" in the bottom right corner.