



---

## REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

---

Recebido em: 8/2020

Aceito em: 9/2020

Publicado em: 12/2020

---

## Incidência dos casos de transtornos mentais durante a pandemia da COVID-19

Incidence of mental disorders cases during the COVID-19 pandemic

Incidencia de casos de desordenes mentales durante la pandemia da COVID-19

Tainara Sales Miranda<sup>1\*</sup>, Gustavo Fonseca Genelhu Soares<sup>1</sup>, Bruna Elblink Araujo<sup>2</sup>, Gabriel Henrique Alves Fagundes<sup>1</sup>, Hendel Lucas Pereira do Amaral<sup>3</sup>, Hian Campos Soares<sup>1</sup>, Kamila Santos Tavares<sup>4</sup>, Luise Rezende de Fassio<sup>2</sup>, Thalia do Nascimento Mota<sup>3</sup>, Yasmin de Almeida Gonçalves<sup>1</sup>.

---

**Resumo:** Esse artigo tem como objetivo evidenciar o relevante aumento do número de casos de transtornos mentais e sintomas psíquicos ansiosos diante de um cenário global ocasionado pela pandemia do vírus COVID-19. Em forma de revisão bibliográfica, o trabalho busca associar a maior incidência dos quadros ansiosos a fatores surgidos em consequência ao distanciamento social, medo iminente, acesso inadequado às informações e à rotina exaustiva de trabalho dos profissionais da saúde, em especial aos que trabalham na linha de frente pelo combate ao vírus. Os resultados apontam a importância de lidar de forma incisiva com o aumento substancial dos quadros ansiosos. Um dos principais estímulos para a manifestação de sentimentos de ansiedade e estresse é o constante sentimento de perda das liberdades individuais. A fim de chamar a atenção dos profissionais de saúde, o artigo reforça a importância de uma abordagem profissional na prevenção e combate a uma das consequências mentais ocasionadas pela pandemia.

**Palavras-chave:** Ansiedade, Infecções por coronavírus, Pandemias.

---

**Abstract:** This article aims to highlight the significant increase in the number of cases of mental disorders and anxious psychological symptoms in the face of a global situation caused by the pandemic of the COVID-19 virus. In the form of a bibliographic review, the paper seeks to associate the greater incidence of anxiety with factors arising as a result of social distance, imminent fear, inadequate access to information and the exhaustive work routine of health professionals, especially those who work in the front line for fighting the virus. The results point to the importance of dealing incisively with the substantial increase of anxiety disorders. One of the main stimuli for the manifestation of feelings of anxiety and stress is the constant feeling of loss of individual freedoms. In order to draw the attention of health professionals, the article reinforces the importance of a professional approach in preventing and combating one of the mental consequences caused by the pandemic.

**Keywords:** Anxiety, Coronavirus infections, Pandemics.

---

<sup>1</sup> Centro Universitário de Caratinga (UNEC), Caratinga – MG. \*E-mail: [tainarasmiranda@hotmail.com](mailto:tainarasmiranda@hotmail.com)

<sup>2</sup> Universidade de Vassouras (UV), Vassouras – RJ.

<sup>3</sup> Universidad Autónoma San Sebastián (UASS), Pedro Juan Caballero-Amambay.

<sup>4</sup> Universidade do Oeste Paulista (UNOESTE), Presidente Prudente – SP.

**Resumen:** Este artículo tiene como objetivo destacar el aumento significativo en el número de casos de desórdenes mentales y síntomas psicológicos ansiosos ante un escenario global causado por la pandemia del virus COVID-19. En forma de revisión bibliográfica, el trabajo busca asociar la mayor incidencia de desórdenes de ansiedad con factores que surgen como resultado de la distancia social, el miedo inminente, el acceso inadecuado a la información y la rutina de trabajo exhaustiva de los profesionales de la salud, especialmente aquellos que trabajan en la primera línea para combatir el virus. Los resultados apuntan a la importancia de lidiar incisivamente con el aumento sustancial de la ansiedad. Uno de los principales estímulos para la manifestación de sentimientos de ansiedad y estrés es el constante sentimiento de pérdida de las libertades individuales. Para llamar la atención de los profesionales de la salud, el artículo refuerza la importancia de un enfoque profesional para prevenir y combatir una de las consecuencias mentales causadas por la pandemia.

**Palabras clave:** Ansiedad, Infecciones por coronavirus, Pandemias.

---

## INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, em Wuham (China), pela primeira vez foi diagnosticada a nova infecção pelo coronavírus (COVID-19). Vários estudos ainda são realizados, uma vez que há pouco conhecimento científico em relação à esta patologia, no qual apenas em 12 de janeiro de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) conseguiu delimitar o genoma viral (TORALES J, et al., 2020).

Enquanto a descoberta da doença vai sofrendo evoluções positivas, por consequência, o transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e outros sintomas psicológicos como depressão, pensamento suicida, perda do prazer pela vida, passam a ter uma ascendência importante em todo o mundo. Em uma pesquisa realizada na China com 50.000 participantes, por meio da implementação de questionários, 35% dos indivíduos relatam ter passado por experiências de sofrimento psicológico. Outras pesquisas na China também evidenciaram que 53,8% das pessoas entrevistadas classificaram o impacto psicológico do surto como moderado a grave (SHER L, 2020). Diversos aspectos podem ser atribuídos à ascensão desses transtornos, a saber: o medo, as incertezas, a disseminação de falsas notícias e a sobrecarga de informações.

Inquestionavelmente, junto ao surto da COVID-19, instaurou-se um pânico generalizado na população de todo o mundo. De forma análoga, houve um aumento significativo de casos de ansiedade, depressão e estresse (LIMA CKT, et al., 2020).

Diante da facilidade de contágio do vírus, algumas medidas de proteção foram adotadas, como a implantação da quarentena, o distanciamento social e o *lockdown*. Desse modo, alguns estudos mostram que o medo e o aumento da ansiedade estão ligados a uma consequência da quarentena em massa. Além disso, pesquisas revelam que emoções positivas e a satisfação com a vida diminuem, enquanto o número de pessoas atingidas pela doença, aumenta (LIMA CKT, et al., 2020; SHER L, 2020).

Outro ponto relevante é a forma como as informações sobre a pandemia, ainda muito imprevisível, chegam às pessoas, muitas vezes por meio de notícias falsas, imprecisas e sensacionalistas, contribuindo para o aumento do medo e outros sintomas psicológicos nestes indivíduos em meio ao atual cenário (SILVA HGN, et al., 2020). Desse modo, apesar da qualidade dos avanços tecnológicos em dispersar informações, é preciso ter cautela com os dados provenientes das redes sociais e sites desconhecidos.

Dessa maneira, sabendo da gravidade da situação causada pelo surto de COVID-19 no mundo, abordar as questões psicopatológicas não pode ser uma atitude negligenciada. Este artigo tem como objetivo evidenciar a influência desta pandemia na vida psicológica dos indivíduos, tanto os que já possuem uma pré-disposição ao TAG, quanto os pacientes que nunca possuíram sintomas psíquicos, além dos profissionais de saúde que se encontram na linha de frente do combate ao vírus, associando os possíveis fatores contribuintes.

## REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Segundo o professor de Neurociências da USP, Zuardi AW (2016), o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) é caracterizado por uma preocupação persistente, excessiva e generalizada, acompanhada de três ou mais sintomas físicos (taquicardia, insônia, sudorese, dificuldade de relaxar, fadiga e dores musculares) por, no mínimo, seis meses. A preocupação e os sintomas físicos causam um sofrimento significativo e uma incapacidade de realizar atividades sociais e/ou ocupacionais. Além disso, o TAG é um dos transtornos psiquiátricos mais subdiagnosticados e, na maioria das vezes, os pacientes procuram um clínico geral, no lugar de um profissional especializado em saúde mental.

Devido à chegada do surto do novo Coronavírus na China em dezembro de 2019 e sua dispersão pelo mundo, medidas de prevenção foram tomadas pelas autoridades governamentais (KRAEMER MUG, et al., 2020). Diversos países adotaram o isolamento social e o *lockdown* para deter o contágio viral. Com o decreto de uma nova emergência de saúde pública mundial, as intervenções implementadas de forma brusca geraram mudanças no estilo de vida, dificuldades de adaptação, incertezas e queda de rendimento (HUANG Y e ZHAO N, 2020). Atrelado a isso, instaurou-se um grande período de medo, aumento do estresse, ansiedade e depressão em indivíduos saudáveis na população global, além da piora do quadro dos indivíduos que possuíam algum transtorno psicológico pré-existente (ARAUJO LFSC e MACHADO DB, 2020).

A atual pandemia tem afetado toda a população mundial de diferentes formas devido à perda de familiares e amigos, demissões, dificuldades financeiras, perda da liberdade e ausência de vacinas e medicamentos específicos disponíveis (LIMA DS, et al., 2020). Em uma revisão de literatura recente sobre os impactos psicológicos do isolamento social em participantes que foram submetidos ao isolamento social em dez países por terem sido expostos ao Ebola, Influenza H1N1, Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS) e Síndrome Respiratória do Oriente Médio (MERS), foram identificados fatores preditivos de sofrimento psicológico (BROOKS SK, et al., 2020). A pandemia da COVID-19, comparada com as anteriores, tem acarretado no maior e mais rigoroso isolamento social, por isso, são previstas maiores consequências negativas para a saúde mental da sociedade (LIMA CKT, et al., 2020).

Os pacientes diagnosticados com COVID-19 ou que possuem suspeita de infecção, costumam relatar o sentimento de culpa, medo, raiva, solidão e ansiedade, além de sofrerem estigmatização. Estes estados podem evoluir para ataques de pânico, Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), depressão e suicídio (SHIGEMURA J, et al., 2020).

Portanto, uma forma de diminuir o estigma é tratar dos indivíduos que contraíram a doença como “pessoas que têm COVID-19” ou “pessoas se recuperando da COVID-19” e não como “casos de COVID-19”, pois elas não são apenas números e fazem parte de uma família e de um ciclo de amizades (WHO, 2020).

Durante o isolamento social, um dos principais estímulos para a manifestação de sentimentos de ansiedade e estresse é o constante sentimento de perda das liberdades individuais (BROOKS SK, et al., 2020). Bem como, a volatilidade de planos futuros, redução drástica do convívio sociofamiliar, todos esses fatores atrelados contribuem para o aumento de sintomas psíquicos ansiosos (RAMÍREZ-ORTIZ J, et al., 2020). Sob o mesmo ponto de vista, o impedimento de dar apoio aos familiares e amigos, independente do seu estado de saúde, pode gerar sentimentos de aflição, culpa e tristeza (VAN BORTEL T, et al., 2016).

Ainda é preciso complementar que as medidas de isolamento social devem ser pautadas na ciência e serem transparentes (ALMEIDA I, et al., 2014). As primeiras barreiras encontradas na população para adesão da quarentena são: líderes políticos que fomentam opiniões, muitas vezes, divergentes das orientações da OMS (MCCLOSKEY B, et al., 2020).

Outro fator identificado como desencadeador de maior sofrimento mental foi a duração maior que dez dias do período de isolamento social, perdas financeiras e a falta de suprimentos para se manter (BROOKS SK, et al., 2020). Os prejuízos econômicos constituem maior fator de risco no desenvolvimento de transtornos mentais para famílias com baixo nível socioeconômico (HAWRYLUK L, et al., 2004). De

acordo com os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE), 54% das pessoas que foram a óbito devido ao novo Coronavírus, no Brasil, são pretas ou pardas. Na região Norte do país, 76% das vítimas apresentavam esses fenótipos e, no Nordeste, 70%.

A rápida proliferação de notícias falsas, sensacionalistas e sem embasamento científico possuem um efeito nocivo à saúde mental da população, uma vez que geram ainda mais incertezas e desinformam os indivíduos (MIAN A e KHAN S, 2020).

A propagação dessas informações falsas pode aumentar a ocorrência de negação do problema ou pânico generalizado devido ao contágio psicológico que acontece quando reações como ansiedade, medo e raiva se proliferam entre as pessoas. Dessa forma, reações inadequadas podem ocorrer e piorar a adesão às orientações governamentais (PERRIN PC, et al., 2009).

No próprio meio científico, as informações são incompletas e contraditórias. Com isso, os meios de comunicação não conseguem transmitir as notícias com precisão à sociedade, e tal falta de informação pode gerar ansiedade e medo (SILVA HGN, et al., 2020). No entanto, por outro lado, existe também uma grande sobrecarga de informações. Estudos constataram que a maior exposição à televisão e notícias está associada ao aumento do medo da doença (VAN DEN BULCK J e CUSTERS K., 2009).

Além disso, estudos avaliaram o tempo médio em que as pessoas passavam procurando sobre o surto de COVID-19 todos os dias e constataram que os participantes que passavam mais de três horas, tinham maior probabilidade de desenvolver sintomas de ansiedade (HUANG Y e ZHAO N, 2020). Dessa maneira, fica claro que os dois extremos são nocivos para a saúde mental e que é necessário buscar equilíbrio e informações oficiais e verídicas.

Durante a ocorrência de pandemias, é comum o aumento da frequência de emoções e interpretações negativas. Na atual pandemia de COVID-19, os autores analisaram os termos mais utilizados por internautas na rede social Weibo (com 17.865 usuários) antes e depois de 20 de janeiro de 2020, e notaram um aumento significativo do uso de palavras relacionadas ao medo e à ansiedade, além da diminuição do uso de palavras relacionadas às emoções positivas (LI S, et al., 2020).

Uma pesquisa realizada na fase inicial da pandemia, na China, mostrou que 13,8% da população passou a manifestar sintomas depressivos leves, 12,2% apresentou sintomas moderados e 4,3% graves (WANG Y, et al., 2020). Segundo o jornal Washington Post publicado dia 2 de abril de 2020, nos Estados Unidos, um canal de emergência oferecido pelo governo para pessoas com sofrimento emocional registrou um aumento de 1.000% nas ocorrências em abril, em comparação com o mesmo mês de 2019. Segundo dados da FIOCRUZ, estima-se que um terço ou metade da população mundial apresente algum tipo de transtorno mental, e o mesmo se manifesta conforme o estado de vulnerabilidade social, o tempo de duração e a efetividade das ações governamentais ao longo da pandemia de COVID-19.

Outros grupos considerados de risco são as pessoas que possuem doenças graves pré-existentes e idosos, que veem ameaçada a continuidade de seus tratamentos e têm maior probabilidade de ir a óbito se contraírem o novo Coronavírus, além dos profissionais de saúde (LANCET, 2020). Uma pesquisa realizada por Ramírez-ortiz J, et al. (2020) apontou que cerca de 10% dos profissionais de saúde na China apresentaram sintomas de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) relacionados à rotina de atendimento aos pacientes diagnosticados com COVID-19. Outro estudo realizado por pesquisadores na China, avaliou a saúde mental de 1250 profissionais da área da saúde que trataram pacientes com Coronavírus e constatou que 71,5% dos participantes relataram angústia, 50,4% depressão, 44,6% ansiedade e 34,0% insônia (WANG Y, et al., 2020).

Os trabalhadores da linha de frente, enfrentam grandes desafios diariamente: alto risco de infectividade, sentimento de impotência frente as constantes mortes, ameaças feitas por pessoas em busca de atendimento, falta de recursos, o distanciamento social rigoroso, além de enorme angústia, esgotamento e estigmatização. Logo, estes desafios podem se tornar um gatilho para o desenvolvimento de estresse, ansiedade, Síndrome de Burnout e depressão. Além disso, pode surgir, ainda, o uso abusivo de substâncias como ansiolíticos, hipnóticos e álcool (LANCET, 2020).

Além dos profissionais da saúde, outros trabalhadores também foram impossibilitados de interromper os serviços e, portanto, continuaram atuando em seus empregos de forma presencial, a saber: caixas de supermercado, entregadores e motoristas de transporte público. Dessa forma, sendo constantemente expostos, possuem maior chance de serem contaminados e, com isso, estão mais propensos a desenvolver ansiedade (ZWIELEWSKI G, et al., 2020). Outros funcionários, como os professores universitários, continuaram trabalhando por meio do *home office* e tiveram que se reinventar e criar novas estratégias de ensino à distância (KAKIMOTO K, et al., 2020). Diante de tal cenário, os educadores começaram a sofrer grande pressão por parte dos alunos e das instituições, o que reverbera no adoecimento, principalmente relacionado à saúde mental. Um estudo realizado na China, relatou que inúmeros docentes desenvolveram, devido ao Covid-19, transtorno depressivo leve, transtorno afetivo bipolar, ansiedade generalizada, transtorno de adaptação e síndrome do esgotamento profissional (WANG Y, et al., 2020). Tal incidência está relacionada à necessidade do uso das tecnologias digitais, somadas à necessidade de conciliar a vida profissional com a vida conjugal, materna/paterna e doméstica (SHAW K, 2020).

Frente a situação pandêmica atual, o uso da comunicação digital por meio de chamadas de vídeo e ligações se torna um recurso importante para manter o contato com amigos e familiares (WHO, 2020). Juntamente ao uso das tecnologias, o atendimento médico e psicológico online durante o isolamento social se apresenta como uma ótima alternativa para manter uma boa saúde mental (WHO, 2020). Outra questão abordada como medida que pode auxiliar no controle da ansiedade é a prática de atividade física, alimentação equilibrada e meditação de forma regular (HUANG Y e ZHAO N, 2020).

A Associação Americana de Psiquiatria (APA), a Administração de Serviços de Abuso de Substâncias e Saúde Mental (SAMHSA) e a Aliança Nacional sobre Doenças Mentais (NAMI) divulgaram diretrizes práticas com informações para prestar assistência à população e fornecer maneiras sobre como cuidar da saúde mental e física conciliando o tempo e os afazeres durante a pandemia e o isolamento social.

Um estudo publicado em 2018 na revista científica britânica "The Lancet", mostrou que 13,5 milhões de vidas poderiam ter sido salvas a cada ano com a melhora nas políticas de saúde mental (PATEL V, et al., 2018). Em praticamente todas as regiões estudadas, os serviços de saúde física eram muito mais acessíveis do que os voltados à saúde mental. Existem três fatores fundamentais que devem ser utilizados no desenvolvimento de estratégias de saúde mental: equipes multidisciplinares que incluam médicos, psiquiatras e psicólogos; comunicação transparente do governo com atualizações regulares e precisas sobre o surto de COVID-19 e serviços psicológicos via telessaúde (XIANG YT, et al., 2020).

Pesquisadores do Departamento de Psicologia da Universidade Christopher Newport, nos Estados Unidos, criaram o primeiro exame de saúde mental para identificar casos prováveis de ansiedade associada à crise do COVID-19, denominado SCA (*Coronavirus Anxiety Scale*). O estudo avaliou 775 adultos (446 homens e 329 mulheres) e identificou que pontuações elevadas do CAS estão associadas à confirmação do diagnóstico de Coronavírus, uso de álcool e outras drogas, desesperança extrema e ideação suicida.

Segundo o pesquisador e médico peruano Jeff Huarcaya-Victoria, existem poucas informações sobre os efeitos de pandemias anteriores na saúde mental, uma vez que as pesquisas estavam focadas nos temas econômicos, sociais e no tratamento da doença em si (INFORME ENSP, et al., 2020). Também são precários, ainda, estudos conclusivos sobre a real influência do surto do novo Coronavírus na saúde mental da população e as intervenções necessárias para amenizar o aumento da incidência de transtornos psicológicos durante o surto de COVID-19 (HUANG Y e ZHAO N, 2020). Dessa forma, apesar das pesquisas já feitas, ainda é necessária a realização de mais estudos para comprovação.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o surto da pandemia por COVID-19, foram implementadas medidas de proteção como a implantação da quarentena, o distanciamento social e o *lockdown*. Tais ações proporcionaram um aumento significativo de casos de ansiedade, depressão e estresse, associados ao medo e incertezas. Profissionais de saúde que atuam no combate ao vírus, são considerados um grupo de risco para desenvolvimento de transtornos mentais, por enfrentarem situações de angústia e esgotamento. Estratégias de saúde mental

devem ser consideradas durante a pandemia, como a prestação de serviços de telessaúde, com ênfase nos atendimentos psiquiátricos e psicológicos, além do incentivo à prática de atividades físicas e meditação de forma regular. No entanto, ainda são precários estudos que apontem a influência do surto de COVID-19 na saúde mental e as intervenções vitais para atenuar o crescimento de tal incidência.

## REFERÊNCIAS

1. ALMEIDA I, et al. As medidas de quarentena humana na saúde pública: aspectos bioéticos. *Bioethikos*, 2014; 8(2): 174–185.
2. ARAUJO LFSC, MACHADO DB. Impact of COVID-19 on mental health in a Low and Middle-Income Country (LMIC). *Ciênc. Saúde Coletiva Preprints*, 2020.
3. BROOKS SK, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet Infect Dis*, 2020; 395(10227): 912–920.
4. HAWRYLUCK L, et al. SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada. *Emerging Infectious Diseases*, 2004; 10: 1206–1212.
5. HUANG Y, ZHAO N. Generalized Anxiety Disorder, Depressive Symptoms and Sleep Quality During COVID-19 Outbreak in China: A Web-Based Cross-Sectional Survey. *Psychiatry Research [S.l.]*, 12 abril 2020. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120306077>>. Acesso em: 6 jul.2020.
6. INFORME ENSP, et al. Ansiedade, abuso de álcool, suicídios: pandemia agrava crise global de saúde mental. 2020.
7. KAKIMOTO K, et al. Initial investigation of transmission of COVID-19 among crew members during quarantine of a cruise ship -Yokohama, Japan, February 2020.
8. KRAEMER MUG, et al. The effect of human mobility and control measures on the COVID-19 epidemic in China. *Science Preprints*, 2020.
9. LANCET. COVID-19: protecting health-care workers. In *The Lancet*, 2020; 395(10228): 922.
10. LI S, et al. The impact of COVID-19 epidemic declaration on psychological consequences: a study on active weibo users. *Int J Environ Res Public Health*. 2020.
11. LIMA CKT, et al. The emotional impact of Coronavirus 2019-nCoV (new Coronavirus disease). In *Psychiatry Research*, 2020; 287(1): 1–2.
12. LIMA DS, et al. Recommendations for emergency surgery during the COVID-19 pandemic. *CJMB*, 2020; 8(1): 1–3.
13. MCCLOSKEY B, et al. Mass gathering events and reducing further global spread of COVID-19: a political and public health dilemma. *Lancet Infect Dis*, 2020; 395(10230): 1096–1099.
14. MIAN A, KHAN S. Coronavirus: the spread of misinformation. *BMC Med*. 2020; 18 (89): 1-2.
15. PATEL V, et al. The Lancet Commission on global mental health and sustainable development. *The Lancet*, 2018; 392 (10157): 1553-1598.
16. PERRIN PC, et al. Preparing for an influenza pandemic: mental health considerations. *Prehosp Disaster Med*, 2009; 24: 223-230.
17. RAMÍREZ-ORTIZ J, et al. Consecuencias de la pandemia COVID-19 en la Salud Mental asociadas al aislamiento social. *SciELO Preprints*, 2020; 1: 1–21.
18. SHAW K. Colleges expand VPN capacity, conferencing to answer COVID-19. *Network World (online)*, Apr 2, 2020.
19. SHER L. COVID-19, Anxiety, Sleep Disturbances and Suicide. *Elsevier Connect*, Nova Iorque, 25 abril 2020.
20. SHIGEMURA J, et al. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: mental health consequences and target populations. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 2020; 74: 277–283.
21. SILVA HGN, et al. Efeitos da Pandemia no Novo Coronavírus na Saúde Mental de Indivíduos e Coletividades. *Journal of Nursing and Health [S.l.]*, 2020.
22. TORALES J, et al. The Outbreak of COVID-19 Coronavirus and its Impact on Global Mental Health. *International Journal of Social Psychiatry [S.l.]*, 2020; 66 (4): 317-320.
23. VAN BORTEL T, et al. Effets psychosociaux d'une flambée de maladie à virus ebola aux échelles individuelle, communautaire et internationale. *Bull World Health Organ*, 2016; 94(3): 210–214.
24. VAN DEN BULCK J e CUSTERS K. Television exposure is related to fear of avian flu, an Ecological Study across 23 member states of the European Union. *European Journal of Public Health*, 2009; 19(4): 370–374.
25. WANG Y, et al. Psychological assistance during the coronavirus disease 2019 outbreak in China. *J Health Psychol. Preprints*. 2020.
26. WHO. World Health Organization. Mental health and psychosocial considerations during the CoViD-19 outbreak. 2020. Disponível em: <https://bit.ly/2W6VKml>
27. XIANG YT, et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *Lancet Psychiatry*, 2020; 7(3): 228–229.
28. ZUARDI AW. Características Básicas do Transtorno de Ansiedade Generalizada. 2016. Dissertação (Mestrado), Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2016.
29. ZWIELEWSKI G, et al. Protocolos para tratamento psicológico em pandemias: as demandas em saúde mental produzidas pela COVID-19. *Debates Psiquiatr*. 2020.