

## Análise da saúde mental na população geral durante a pandemia de Covid-19

Analysis of mental health in the general population during the COVID-19 pandemic

Análisis de la salud mental em la población general durante la pandemia de Covid-19

Diana Neves Ladeia<sup>1\*</sup>, Abner Fernandes da Silva<sup>1</sup>, Bruna Brito Silva Gonçalves<sup>3</sup>, Carolina Montenegro Castro Damasceno<sup>6</sup>, João Paulo Garcia Vieira<sup>5</sup>, Juliana Andressa Lopes Silva<sup>4</sup>, Larissa Magalhães de Moraes Lopes<sup>2</sup>, Nathalia Oliveira Queiroz<sup>6</sup>, Adriel Gustavo Lopes<sup>1</sup>.

---

### RESUMO

**Objetivo:** Analisar a influência da pandemia da COVID-19 na saúde mental da população em geral; e avaliar os fatores que levam e agravam os transtornos psicológicos e fatores que trazem tranquilidade à população.

**Métodos:** Foi realizada uma revisão sistemática com buscas nas plataformas Medline/PubMed com os descritores: Anxiety; Depression; Mental health; Mental disorders; Coronavirus, além das palavras-chave: Covid-19, Pandemic e Psychological impact. A busca encontrou 312 textos onde excluiu-se 234 por se tratar de estudos idênticos, restando 78 que foram avaliados a partir da leitura de seus títulos e resumos, restando um total de 12 textos para inclusão no estudo. **Resultados:** A literatura aponta o aumento de problemas de saúde mental como estresse, ansiedade, depressão, insônia e medo durante a pandemia de COVID-19 nos diversos grupos populacionais, além da maior prevalência de depressão em pessoas com a doença. Pequenos grupos demonstraram satisfação com o fato de ter mais tempo para prestar atenção na própria saúde mental. **Considerações finais:** Tornam-se necessárias estratégias de apoio psicológico e social, a fim de mitigar os possíveis distúrbios psicológicos, e a realização de mais estudos que avaliem o impacto longitudinal e as respostas psicossociais entre os diferentes subgrupos populacionais durante a pandemia.

**Palavras-Chave:** Covid-19, Pandemia, Saúde mental, Distúrbios mentais, Impacto psicológico.

---

### ABSTRACT

**Objective:** To analyze the influence of the COVID-19 pandemic on the mental health of the general population; and assess the factors that lead and aggravate psychological disorders and factors that bring tranquility to the population. **Methods:** A systematic review was performed with searches on Medline/PubMed platforms with the descriptors: Anxiety; Depression; Mental health; Mental disorders; Coronavirus, in addition to the keywords: Covid-19, Pandemic and Psychological impact. The search found 312 texts where 234 were excluded because they are identical studies, leaving 78 that were evaluated by reading their titles and abstracts, leaving a total of 12 texts for inclusion in the study. **Results:** The literature points to an increase in mental health problems such as stress, anxiety, depression, insomnia and fear during the COVID-19 pandemic in different population groups, in addition to the higher prevalence of depression in people with the disease. Small groups showed satisfaction with having more time to pay attention to their own mental health. **Final**

---

<sup>1</sup>Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC-MG), Betim - MG.

\*E-mail: [diananevesladeia@gmail.com](mailto:diananevesladeia@gmail.com)

<sup>2</sup>Faculdade de Medicina de Itajubá (FMI), Itajubá - MG.

<sup>3</sup>Centro Universitário Faculdades Integradas Pitágoras de Montes Claros (UNIFIPMOC), Montes Claros - MG.

<sup>4</sup>Universidade de Itaúna (UIT), Itaúna - MG.

<sup>5</sup>Universidade José do Rosário Vellano (UNIFENAS), Alfenas - MG.

<sup>6</sup>Universidade Presidente Antônio Carlos de Juiz de Fora (UNIPAC-J), Juiz de Fora - MG.

SUBMETIDO EM: 5/2020

| ACEITO EM: 6/2020

| PUBLICADO EM: 8/2020

**considerations:** Psychological and social support strategies are needed in order to mitigate possible psychological disorders, and further studies are needed to assess the longitudinal impact and psychosocial responses between different population subgroups during the pandemic.

**Keywords:** Covid-19, Pandemic, Mental health, Mental disorders, Psychological impact.

---

## RESUMEN

**Objetivo:** Analizar la influencia de la pandemia COVID-19 en la salud mental de la población general; y evaluar los factores que conducen y agravan los trastornos psicológicos y los factores que traen tranquilidad a la población. **Metodos:** Se realizó una revisión sistemática con búsquedas en plataformas Medline/PubMed con los descriptores: Ansiedad; Depresión Salud mental; Trastornos mentales; coronavirus, además de las palabras clave: Covid-19, Pandemia e impacto psicológico. La búsqueda encontró 312 textos donde 234 fueron excluidos porque eran estudios idénticos, dejando 78 que fueron evaluados leyendo sus títulos y resúmenes, dejando un total de 12 textos para su inclusión en el estudio. **Resultados:** La literatura señala un aumento en los problemas de salud mental como el estrés, la ansiedad, la depresión, el insomnio y el miedo durante la pandemia de COVID-19 en diferentes grupos de población, además de la mayor prevalencia de depresión en personas con la enfermedad. Los grupos pequeños mostraron satisfacción por tener más tiempo para prestar atención a su propia salud mental. **Consideraciones finales:** Se necesitan estrategias de apoyo psicológico y social para mitigar posibles trastornos psicológicos, y se necesitan más estudios para evaluar el impacto longitudinal y las respuestas psicosociales entre los diferentes subgrupos de población durante la pandemia.

**Palabras clave:** Covid-19, Pandemia, Salud mental, Trastornos mentales, Impacto psicológico.

---

## INTRODUÇÃO

A doença ocasionada pelo novo coronavírus, chamada de COVID-19 (sigla do inglês que significa Coronavirus Disease 2019), foi originada em Wuhan, capital e maior cidade de Hubei, na China. Em 7 de janeiro de 2020, foi comprovado a existência desse vírus a partir do sequenciamento do genoma e seu posterior reconhecimento pela Organização Mundial de Saúde (OMS), em 12 de janeiro (LU H, et al., 2020). De acordo com uma missão conjunta de investigação da Organização Mundial da Saúde (OMS) na China, a taxa de mortalidade de casos variou de 5,8% em Wuhan (WHO<sub>B</sub>, 2020).

As características clínicas mais comuns no início da doença são: febre, fadiga, tosse seca, anorexia, mialgia e dispneia (WANG D, et al., 2020). Outros sintomas menos comuns incluem dor de cabeça, dor de garganta, rinorreia, náusea, diarreia, anosmia e disgeusia (HUANG C, et al., 2020).

A forma grave da doença, caracterizada por pneumonia, podendo evoluir para uma síndrome do desconforto respiratório agudo (SDRA), ocorre predominantemente em idosos ou pacientes com comorbidades médicas subjacentes, como diabetes mellitus, hipertensão arterial sistêmica, doença pulmonar crônica, câncer e doença renal crônica (WU Z e MCGOOGAN JM, 2020).

Acredita-se que a disseminação do novo coronavírus ocorra de pessoa a pessoa, principalmente por gotículas respiratórias. Com a transmissão de gotículas, o vírus liberado nas secreções respiratórias quando uma pessoa com infecção tosse, espirra ou fala pode infectar outra pessoa se entrar em contato direto com as membranas mucosas (olhos, nariz, boca); a infecção também pode ocorrer se uma pessoa tocar uma superfície infectada e depois tocar em suas membranas mucosas (WHO<sub>A</sub>, 2020). A transmissão desse vírus por indivíduos assintomáticos também foi descrita, no entanto, a extensão em que isso ocorre permanece desconhecida (ROTHER C, et al., 2020).

Em 11 de março de 2020, o diretor da OMS, Tedros Adhamon, declarou que o estado de contaminação pela COVID-19, tinha alcançado o nível de pandemia (WHO, 2020). Em pouco tempo, a avalanche de informações, muitas das vezes, sensacionalistas, o aumento exponencial de óbitos gerando caos no sistema

de saúde, medo da infecção, separação de familiares, tédio e até medo da falta de suprimentos e perda financeira, foram caracterizados como fatores estressores podendo criar efeitos dramáticos ligados a ansiedade e depressão (ROY D, et al., 2020).

Com o avanço da pandemia da COVID-19, acredita-se que não só a classe dos profissionais de saúde seja afetada pelo impacto psicológico. Espera-se, também, que a população geral seja afetada em maior ou menor grau, como foi observado em outras pandemias vividas pela humanidade.

Restrições à liberdade e ao contato com familiares e amigos, incertezas sobre a doença, crise econômica e estigma a determinados grupos, são alguns dos fatores que levam as pessoas a apresentarem mais sintomas ansiosos e depressivos que podem perdurar mesmo após o fim do surto (BROOKS SK, et al., 2020).

Diante disso, a importância do presente estudo faz-se necessária devido aos grandes impactos sofridos quando analisados de uma visão holística do ser humano, que vai além da infecção viral, afetando o bem-estar da população causando severos distúrbios mentais, englobando a ansiedade e depressão, uma vez que as pandemias de doenças infecciosas aumentam níveis de estresse e insegurança (XIAO H, et al., 2020).

Assim sendo, a presente revisão tem como objetivo a análise da influência da pandemia da COVID-19 na saúde mental da sociedade, tanto dos infectados, casos suspeitos, profissionais da saúde e da população de um modo geral. Avaliar os fatores que levam e agravam os transtornos psicológicos e os fatores que trazem uma maior tranquilidade para a população.

## MÉTODOS

Para a realização desta pesquisa, foi adotado o sistema de revisão sistemática com busca de artigos na base de dados Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE/PubMed). Diante disso, as buscas foram realizadas com os seguintes descritores inseridos no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): Anxiety; Depression; Mental health; Mental disorders; Coronavirus, além das palavras-chave: Covid-19, Pandemic e Psychological impact. Utilizou-se o operador booleano "AND" em várias permutações e combinações.

Foram selecionados artigos de revisão, artigos originais e comentários, com os seguintes critérios de inclusão: 1) Somente estudos que abordam os descritores e palavras-chave selecionados; 2) Artigos que tratam especificamente do período de pandemia pela Covid-19; 3) Estudos realizados com a população, incluindo profissionais da saúde, pacientes infectados pela Covid-19, pacientes com suspeita da doença e a sociedade de um modo geral; 4) Estudos publicados à partir de Janeiro de 2020 até Abril de 2020; 5) Estudos envolvendo apenas humanos. Encontrou-se, inicialmente, 312 textos na base de dados MEDLINE/PubMed.

Foram excluídos 234 estudos idênticos. A seguir, foi realizada a leitura dos títulos e resumos, permanecendo, assim, 78 artigos para uma segunda avaliação. Nessa nova etapa, tendo em vista o objetivo principal desta pesquisa, mais 66 artigos foram excluídos, restando 12 textos para inclusão no estudo.

## RESULTADOS

O objetivo deste estudo foi analisar a literatura referente aos possíveis fatores de agressão à saúde mental em diversas amostras populacionais, sendo eles: artigos, correspondências e comentários. Os resultados obtidos são, em sua grande maioria, que os mais diversos grupos populacionais estão experimentando períodos de ansiedade e depressão ocasionados pela pandemia da COVID-19 e suas peculiaridades, como por exemplo: confinamento, insegurança, medo da infecção, afastamento da sociedade em geral e principalmente de familiares.

O **Quadro 1** apresenta os seguintes dados dos artigos analisados: autores, ano de publicação, objetivos, público alvo e período de estudo.

**Quadro 1** - Fatores associados à saúde mental da população durante a pandemia de COVID-19.

<b>Artigos</b>	<b>Autor e ano</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Público alvo</b>	<b>Período</b>
Capital Social e Qualidade de Sono em Indivíduos que se auto-isolaram por 14 dias durante a doença do coronavírus 2019 (COVID-19) Epidemia em Janeiro de 2020 na China.	XIAO H, et al. (2020)	Investigar os efeitos do capital social na qualidade do sono e os mecanismos envolvidos no isolamento em janeiro de 2020, durante a epidemia de COVID-19 na China central.	Indivíduos adultos que se auto-isolaram.	Janeiro de 2020
Impacto da pandemia do COVID-19 na saúde mental e qualidade de vida entre residentes locais na província de Liaoning, China: um estudo transversal.	ZHANG Y e MA ZF. (2020)	Investigar o impacto imediato da pandemia de COVID-19 na saúde mental e na qualidade de vida entre residentes locais na província de Liaoning, na China.	Residentes locais da província de Liaoning, na China acima de 18 anos.	28 de janeiro de 2020 a 5 de fevereiro de 2020
O impacto psicológico da epidemia do COVID-19 em estudantes na China.	CAO W, et al. (2020)	Avaliar a situação mental de estudantes universitários durante a epidemia do novo coronavírus, fornecer uma base teórica para intervenções psicológicas com estudantes universitários.	Universitários de medicina de Changzhi.	Informação não encontrada no artigo
Estudo dos estados psicológicos do público e os seus fatores relacionados durante a epidemia da doença de coronavírus (COVID-19) em algumas regiões da China.	WANG Y, et al. (2020)	Realizar um estudo sobre o estado psicológico das pessoas residentes na China durante o surto de COVID-19.	Pessoas acima de 18 anos.	De 6 a 9 de fevereiro de 2020.
A epidemia de COVID-19 coronavírus e o seu impacto na saúde mental global.	TORALES J, et al. (2020)	Analisar as consequências causadas na saúde mental da população mundial devido ao surto de COVID-19 corona vírus.	População em geral.	Informação não encontrada no artigo
Progressão de serviços de saúde mental durante a epidemia de COVID-19 na China.	LI W, et al. (2020)	Analisar a progressão dos serviços de saúde mental durante o surto de coronavírus na China.	População geral.	26 de janeiro a 20 de fevereiro de 2020.

Artigos	Autor e ano	Objetivos	Público alvo	Período
Estudo de conhecimento, atitude, ansiedade e necessidade de cuidados da saúde mental na população indiana durante a pandemia de COVID-19.	ROY D, et al. (2020)	Avaliar a assistência à saúde mental entre a população indiana adulta durante a pandemia de COVID-19.	População acima de 18 anos.	Informação não encontrada no artigo
COVID-19 e saúde mental: uma revisão de literatura existente.	RAJKUMAR RP, et al. (2020)	Analisar os sintomas e as intervenções em saúde mental relevantes para a pandemia da COVID-19.	Informação não encontrada no artigo	Informação não encontrada no artigo
Síntese narrativa de respostas psicológicas para o surgimento da epidemia da doença infecciosa na população geral: considerações práticas para a pandemia de COVID-19.	CHEW QH, et al. (2020)	Sintetizar a literatura existente sobre as respostas psicológicas combinadas e os métodos de enfrentamento utilizados pela população em geral em surtos passados.	Informação não encontrada no artigo	Informação não encontrada no artigo
O impacto da declaração da epidemia do COVID-19 nas consequências psicológicas: Um estudo em usuários ativos de Weibo.	LI S, et al. (2020)	Analisar o impacto psicológico em usuários do Weibo devido a declaração de Epidemia, mais tarde pandemia, de COVID-19.	População adulta.	13 de janeiro a 26 de janeiro de 2020.
Respostas psicológicas imediatas e fatores associados durante o estado inicial da doença do coronavírus 2019 (COVID-19) Epidemia entre a população geral na China.	WANG C, et al. (2020)	Analisar as respostas psicológicas imediatas e fatores associados durante o estágio inicial da epidemia de doença de corona vírus de 2019 (COVID-19) entre a população geral na China.	População adulta.	31 de janeiro a 2 de fevereiro.
Pessoas com sintomas suspeitos de COVID-19 foram mais susceptíveis a depressão e tiveram menor qualidade de vida relacionada a saúde: O potencial benefício do conhecimento da saúde.	NGUYEN HC, et al. (2020)	Examinar o efeito de modificações da alfabetização em saúde, na depressão e na qualidade de vida relacionada a saúde.	População de departamentos ambulatoriais de nove hospitais e centros de saúde em todo o Vietnã.	14 de fevereiro a 2 de março de 2020.

Fonte: Ladeia DN, et al., 2020.

De modo geral, Li S, et al. (2020), Wang Y et al. (2020), Roy D et al. (2020), Wang C et al. (2020) e Rajkumar RP (2020) encontraram um aumento de emoções negativas, como ansiedade e depressão. Além disso, Nguyen HC, et al. (2020) verificou que a prevalência de depressão foi significativamente maior em pessoas com COVID-19. Zhang Y e Ma ZF (2020) mostraram leve impacto estressante na amostra, mas enfatizaram que a pandemia ainda está em andamento e que esses achados devem ser investigados no futuro.

Cao W, et al. (2020) concluiu que, em relação aos estudantes universitário, cerca de 24,9% ansiedade por causa deste surto de COVID-19 e que morar em áreas urbanas, morar com os pais, ter uma renda familiar estável foram fatores de proteção. No entanto, ter parente ou conhecido infectado com COVID-19 era um fator de risco para ansiedade. Os estressores relacionados à COVID-19 que incluíram estressores econômicos, efeitos sobre cotidiano e atrasos acadêmicos foram positivamente associados ao nível de sintomas de ansiedade de estudantes universitários chineses durante a epidemia, enquanto o apoio social foi negativamente correlacionado com sua ansiedade.

Torales J, et al. (2020) observou que o surto está levando a problemas de saúde mental adicionais, como estresse, ansiedade, sintomas depressivos, insônia, negação, raiva e medo em todo o mundo. As preocupações coletivas influenciam os comportamentos diários, a economia, as estratégias de prevenção e a tomada de decisões dos formuladores de políticas, organizações de saúde e centros médicos, o que pode enfraquecer as estratégias de controle da COVID-19 e levar a mais morbidade e necessidades de saúde mental em nível global.

Li W, et al. (2020) analisou que vários serviços de saúde mental on-line foram construídos em diferentes áreas, porém idosos e pessoas sem conhecimento adequado para tal tecnologia podem não ser contemplados, além de que os profissionais de saúde da linha de frente podem ter tempo e energia limitados para acessar esses serviços devido à grande carga de trabalho. Assim, a epidemia pela COVID-19 tornou-se um fardo socioeconômico extra para a prestação de serviços de saúde mental existente na China.

Chew QH, et al. (2020) concluiu que considerações práticas para a atual pandemia de COVID-19 precisam se concentrar no indivíduo no contexto do ambiente social mais amplo, com ênfase no aumento da conscientização sobre o leque de possíveis respostas psicossociais, acesso à ajuda psicológica, autocuidado, capacitar grupos de autoajuda e envolvimento sustentado com informações atualizadas e confiáveis informações sobre o surto.

Além disso, de acordo com Xiao H, et al. (2020), níveis baixos de capital social foram associados a níveis aumentados de ansiedade e estresse, mas níveis aumentados de capital social foram positivamente associados ao aumento da qualidade do sono. A ansiedade foi associada ao estresse e à redução da qualidade do sono, e a combinação de ansiedade e estresse reduziu os efeitos positivos do capital social na qualidade do sono.

Portanto, é possível notar que todos os documentos analisados no presente estudo obtiveram resultados semelhantes no que tange ao aumento dos quadros de ansiedade e depressão durante a pandemia do novo coronavírus. É válido ressaltar ainda que cada um deles analisou aspectos diferentes, como grupos sociais e regiões atingidas, além de fatores associados, mostrando a abrangência da epidemia e sua grande influência na saúde mental de todos os indivíduos e da sociedade como um todo.

## DISCUSSÃO

A pandemia do novo coronavírus trouxe novos desafios para saúde pública em todo o mundo. Um deles é o resultado do impacto psicológico diante do isolamento físico e social e das alterações da rotina de toda a população. Este estudo tem o intuito de sistematizar a experiência vivida por outros países para que o conhecimento possa ser aplicado e difundido considerando as particularidades da população geral.

Brooks SK, et al. (2020) sugere que a quarentena está frequentemente associada com um efeito psicológico negativo. O estudo de Roy D, et al. (2020) corrobora com esta premissa quando revela que mais de 80% dos participantes da pesquisa estavam preocupados com a pandemia da COVID-19 e aproximadamente 40% dos participantes estavam paranoicos com o pensamento de contrair a nova infecção.

Assim como na revisão narrativa realizada por Chew QH, et al. (2020) que concluiu que as respostas psicológicas durante a pandemia incluíram ansiedade, depressão, perda, estigmatização, isolamento e reestruturação cognitiva. Os autores também relataram a importância da identificação precoce dos indivíduos que possam precisar de assistência psicológica nesse período, principalmente aqueles com transtornos mentais pré-existentes.

Já Li S, et al. (2020) demonstraram que o comportamento das pessoas está diretamente relacionado com o sentimento do grau de ameaça que o indivíduo tem com a doença. A partir do momento em que elas passavam a ter um maior conhecimento sobre a doença, as pessoas que foram estudadas mostraram uma preocupação maior com a saúde delas e de seus familiares, e uma menor preocupação com lazer e amigos.

Sob uma outra perspectiva, apesar do aumento dos casos de ansiedade, uma parte da população alegou estar prestando mais atenção na saúde mental, a fim de manter o equilíbrio e tomando esse tempo para se voltar ao lazer e relaxamento, uma vez que a diminuição do ritmo de toda a sociedade significou também melhores oportunidades de cuidado entre as pessoas (ZHANG Y e MA ZF, 2020).

No entanto, a evidência de que um efeito psicológico da quarentena possa ser detectado mesmo meses ou anos mais tarde, ainda que em um pequeno número de estudos, é preocupante e sugere a necessidade de garantir que medidas de mitigação sejam implementadas como parte do processo de planejamento de quarentena (BROOKS SK, et al., 2020). Outras pesquisas devem procurar entender o impacto psicológico longitudinal dos surtos das doenças, as diferenças nas respostas psicossociais entre os subgrupos populacionais, as inter-relações com as mídias sociais e a influência de experiências com surtos anteriores, a fim de preparar psicologicamente a população para enfrentar futuros surtos.

Uma particularidade da pandemia da COVID-19 em relação às passadas, é a ampla utilização de mídias sociais como ferramenta, tanto para obtenção de informações quanto para a aproximação de pessoas em meio ao isolamento social. No estudo de Roy D, et al. (2020) observou-se que metade dos participantes estava em pânico com os relatórios da pandemia da COVID-19 veiculados em mídias eletrônica e impressa. Isso indica que uma proporção significativa de participantes, apesar de terem consciência adequada sobre a infecção pelo coronavírus, são amplamente influenciados por informações da mídia.

Também Shigemura J, et al. (2020) observaram que essa influência do meio midiático, através de manchetes e imagens sensacionalistas, além do excesso de informações incertas, poderia causar reações como insônia, raiva, medo, aumento do uso de álcool e outras drogas, transtorno de estresse pós-traumático, transtornos de ansiedade e depressão. A maior satisfação com as informações de saúde recebidas, foi associado a um menor impacto psicológico e a níveis mais baixos de estresse, ansiedade e depressão (WANG C, et al., 2020). Logo, as autoridades de saúde precisam fornecer informações precisas durante a epidemia para reduzir o impacto desses rumores.

Rajkumar RP (2020), destacou a necessidade de mais pesquisas para avaliar o impacto psicossocial em populações vulneráveis, como em crianças e adolescentes, durante a pandemia do novo coronavírus. Frente a isso, o artigo de Wang G, et al. (2020) identificou nesta população diversos estressores como isolamento social prolongado devido ao fechamento das escolas, medo de infecção, frustração e tédio, informações inadequadas, falta de contato pessoal com colegas, amigos e professores, falta de espaço pessoal em casa e a perda financeira da família, que poderiam levar a efeitos ainda mais problemáticos e duradouros. Diante deste cenário, é responsabilidade e interesse dos governos e dos pais, garantir que os impactos físicos e mentais causados pela COVID-19 em crianças e adolescentes sejam minimizados.

Segundo Gavin B, et al. (2020), em profissionais da saúde durante a pandemia da covid-19, são observadas taxas mais altas de sintomas de burnout, caracterizado como um esgotamento físico e emocional, que se apresenta de diversas formas, como por exemplo: cansaço excessivo, dores de cabeças frequentes e dificuldade de concentração; depressão e ansiedade, incluindo uso indevido de substâncias.

Durante a pandemia, os profissionais de saúde estão expostos a fatores estressantes, como a convivências com altas taxas de mortalidade, o racionamento de equipamentos de proteção individual, a falta de acesso a respiradores e outros suprimentos essenciais à saúde.

Xiang YT, et al. (2020) notaram que as pessoas que eram diagnosticadas ou que estavam com suspeita de COVID-19 podiam sentir medo das consequências e que os profissionais de saúde, principalmente aqueles que trabalhavam em hospitais que cuidavam dos pacientes diagnosticados com a doença, tinham medo do contágio e de espalhar o vírus aos seus familiares, amigos e colegas. E apesar dos problemas de saúde mental e distúrbios encontrados, a maioria dos profissionais não receberam treinamento relacionados à saúde mental.

Outro tema bastante observado nos estudos revisados, foi problemas com o sono em meio à pandemia. Na pesquisa de Roy D, et al. (2020) foi visto que, entre a população geral na Índia, aproximadamente 12% dos participantes tiveram dificuldade para dormir devido à preocupação com a pandemia, já no de Lai J, et al. (2020) que avaliava profissionais de saúde de hospitais envolvidos diretamente ao tratamento do Covid na China, cerca de 34% relataram insônia, o que pode ser explicado pelos maiores níveis de estresse associados a esse grupo.

Já na pesquisa chinesa de Xiao H, et al. (2020) com pessoas que permaneceram em isolamento em casa durante 14 dias, os resultados mostraram que participantes que se auto isolaram, tiveram uma melhor qualidade do sono, que por sua vez influenciou positivamente na redução de estresse e ansiedade.

Yao H, et al. (2020) trouxeram uma perspectiva da influência da desigualdade social na pandemia. Ao observar a parcela da população menos favorecida, é possível observar uma maior exposição e vulnerabilidade à doença da COVID-19 que afeta inclusive a saúde mental, desencadeando uma maior susceptibilidade desses pacientes a infecções, como a pneumonia.

Além disso, ainda enfrentam uma grande barreira nos serviços de saúde que manifestam uma resistência e discriminação quando se fala de doenças de ordem psicogênica, dificultando o acesso e a efetividade dos tratamentos que são diretamente interligados à saúde mental do paciente.

Além disso, a crise econômica e a falta de insumos foram relacionadas a sérios impactos na saúde mental da população. Segundo Brooks SK, et al. (2020) a perda financeira resultante de épocas de quarentena, cria grave sofrimento socioeconômico e foi considerada um fator de risco para sintomas psicológicos por vários meses após a quarentena. Suporte financeiro e estratégias econômicas governamentais devem ser implementadas principalmente visando a população de menor renda.

Além de aspectos sociais, Nguyen HC, et al. (2020) observaram que a prevalência de depressão estava significativamente maior em pacientes infectados pela COVID-19, com 60 anos ou mais, e ainda com menores condições de educação e qualidade de vida, por não terem condições ou acesso aos medicamentos necessários para essas comorbidades.

Já Zhai Y e Du X (2020) levaram à discussão o estereótipo propagado que os chineses estão sujeitos após a pandemia, o que explica os ataques de ódio a essa população desencadeando também problemas psicológicos que evoluem a distúrbios mentais.

Os autores enfatizam então, a importância da preocupação da saúde mental que envolve a COVID-19, e da sensibilização de todas as clínicas que podem facilitar e melhorar a saúde mental de chineses principalmente que estão fora de seu país. Brooks SK, et al. (2020) ressaltam que a educação geral sobre a doença e informações sobre a quarentena e saúde pública podem ser benéficos para reduzir a estigmatização.

Por fim, na literatura avaliada foi observado em grande parte que a população sentia falta de suporte a saúde mental durante a quarentena. Como para Roy D, et al. (2020) em que mais de 80% dos participantes da pesquisa sentiram a necessidade de ajuda de especialistas em saúde mental para lidar com questões emocionais e outros problemas psicológicos durante esta pandemia, para 2/3 dos participantes era bem-vinda a ideia de que tivesse alguém para acolher suas preocupações relacionadas à pandemia e que 75% concordava com a necessidade de cuidados de saúde mental para indivíduos em pânico em meio à situação. Com o aumento dos sintomas ansiosos e depressivos observados, faz-se necessário uma rede de apoio psicológico/psiquiátrico de fácil acesso para atender a atual demanda.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante de situações de pandemia é notório observar comportamentos de estresse, medo, ansiedade e depressão. No entanto, percebe-se que alguns grupos sejam mais propícios a sofrer esses efeitos, relacionados diretamente com o seu grau de envolvimento, vulnerabilidade ou perdas sociais que uma pandemia possa trazer. Em contrapartida, alguns grupos, ainda que pequenos, demonstraram satisfação com o fato de ter mais tempo para prestar atenção na própria saúde mental, uma vez que a diminuição do ritmo de toda a sociedade é uma oportunidade de autocuidado e aproximação familiar. Dessa forma, temos o dever ético após a COVID-19 para refletir sobre as mudanças relacionadas às condições de trabalho e o impacto no bem-estar físico e mental da equipe de saúde, para que possamos nos preparar melhor para futuros surtos, que provavelmente acontecerão. Além disso, conclui-se que estratégias de apoio psicológico e social se faz necessário como parte essencial do planejamento de uma quarentena para a mitigação de possíveis distúrbios psicológicos e que sejam realizados mais estudos que avaliem o impacto longitudinal e as respostas psicossociais entre os diferentes subgrupos populacionais durante a pandemia.

## REFERÊNCIAS

1. BROOKS SK, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 2020; 395: 912-920.
2. CAO W, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry research*, 2020; 287: 112934.
3. CHEW QH, et al. Narrative synthesis of psychological and coping responses towards emerging infectious disease outbreaks in the general population: practical considerations for the COVID-19 pandemic. *Singapore Medical Journal*, 2020; 1-31.
4. CORMAN VM, et al. Detection of 2019 novel coronavirus (2019-nCoV) by real-time RT-PCR. *Eurosurveillance*, 2020; 25(3): 2000045.
5. GAVIN B, et al. Caring for the Psychological Well-Being of Healthcare Professionals in the Covid-19 Pandemic Crisis. *Irish Medical Journal*, 2020; 113(4): 51-51.
6. HUANG C, et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *The lancet*, 2020; 395(10223): 497-506.
7. LAI J, et al. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA network open*, 2020; 3(3): e203976.
8. LI S, et al. The impact of COVID-19 epidemic declaration on psychological consequences: a study on active Weibo users. *International journal of environmental research and public health*, 2020; 17(6): 2032.
9. LI W, et al. Progression of mental health services during the COVID-19 outbreak in China. *International journal of biological sciences*, 2020; 16(10): 1732.
10. LU H, et al. Outbreak of Pneumonia of Unknown Etiology in Wuhan China: the Mystery and the Miracle. *Journal of Medical Virology*, 2020; 92: 401–402.
11. NGUYEN HC, et al. People with Suspected COVID-19 Symptoms Were More Likely Depressed and Had Lower Health-Related Quality of Life: The Potential Benefit of Health Literacy. *Journal of Clinical Medicine*, 2020; 9(4): 965.
12. RAJKUMAR RP. COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian Journal of Psychiatry*, 2020; 52: 102066.
13. ROTHE C, et al. Transmission of 2019-nCoV infection from an asymptomatic contact in Germany. *New England Journal of Medicine*, 2020; 382(10): 970-971.
14. ROY D, et al. Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian Journal of Psychiatry*, 2020; 51: 102083.
15. 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(4): 281-282.
16. TORALES J, et al. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, 2020; 0020764020915212.
17. WANG C, et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, 2020; 17(5): 1729.
18. WANG D, et al. Clinical characteristics of 138 hospitalized patients with 2019 novel coronavirus–infected pneumonia in Wuhan, China. *Jama*, 2020; 323(11): 1061-1069.
19. WANG G, et al. Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 2020; 395(10228): 945-947.
20. WANG Y, et al. Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in some regions of China. *Psychology, Health & Medicine*, 2020; 1-10.
21. WHO. Rolling Updates on Coronavirus Disease (COVID-19), 2020. URL <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/events-as-they-happen>. (Accessed 30.04.20).

22. WHO<sup>A</sup>. Novel Coronavirus (2019-nCoV) Situation Report – 2, 2020. URL: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200122-sitrep-2-2019-ncov.pdf>. (Accessed 10.06.20).
23. WHO<sup>B</sup>. Report of the WHO-China Joint Mission on coronavirus disease 2019 (COVID-19), 2020. World Health Organization: Geneva, Switzerland. URL: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/who-china-joint-mission-on-covid-19-final-report.pdf>. (Accessed 10.06.20).
24. WU Z, MCGOOGAN JM. Characteristics of and important lessons from the coronavirus disease 2019 (covid-19) outbreak in China: summary of a report of 72 314 cases from the Chinese Center for Disease Control and Prevention. *JAMA*, 2020; 323(13): 1239-1242.
25. XIANG YT, et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, 2020; 7(3): 228-229.
26. XIAO H, et al. Social capital and sleep quality in individuals who self-isolated for 14 days during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in January 2020 in China. *Medical science monitor: international medical journal of experimental and clinical research*, 2020; 26: e923921/1-8.
27. YAO H, et al. Patients with mental health disorders in the COVID-19 epidemic. *The Lancet Psychiatry*, 2020; 7(4): e21.
28. ZHAI Y, DU X. Mental health care for international Chinese students affected by the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 2020; 7(4): e22.
29. ZHANG Y, MA ZF. Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Switzerland, 2020; 17(7): 2381.