

IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL: REVISÃO DA LITERATURA

Louise Santos Martins¹, Fabiane Dolphine Fuentes Penachiotti², Rute Grossi Milani³

¹Acadêmica do Curso de Psicologia, Universidade Cesumar - UNICESUMAR, Maringá/PR. Programa Voluntário de Iniciação Científica. louise.martins@outlook.com.br

²Coorientadora, Mestre em Saúde Pública pela Vrije Universiteit/KIT- Holanda e Doutoranda em Promoção da Saúde pela UNICESUMAR, bolsista CAPES, Graduada em Enfermagem pela UNICESUMAR, Especialista em Saúde Coletiva e Administração Hospitalar pela UEL. fpenachiotti@gmail.com

³Orientadora, Doutora, Docente do Curso de Graduação em Psicologia da UNICESUMAR e dos Programas de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Promoção da Saúde e Tecnologias Limpas da UNICESUMAR. rute.milani@unicesumar.edu.br

RESUMO

A pandemia da COVID-19 é um evento inédito, que além de afetar a saúde física tem impactado a saúde mental da população mundial. Objetivo da pesquisa é analisar as produções científicas que abordaram a ansiedade e a saúde mental na pandemia de COVID-19, a fim de tecer apontamentos para a avaliação e o planejamento de intervenções em contextos de promoção da saúde mental. Busca-se analisar se os instrumentos utilizados para esses diagnósticos podem orientar intervenções para a promoção da saúde mental, ainda mais necessárias neste momento. Trata-se de uma revisão de literatura científica. A busca será voltada a artigos em português, inglês e espanhol, que avaliam a saúde mental no contexto da pandemia, estudos que descrevem e analisam os instrumentos de diagnóstico e pesquisas que contemplam intervenções de promoção da saúde mental. Serão utilizadas as bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO) e PubMed. A discussão contemplará o referencial teórico da salutogênese e da promoção da saúde mental. Espera-se que esta pesquisa mostre um panorama geral da ansiedade e da saúde mental durante a pandemia, e que os achados possam promover reflexões sobre o impacto direto e indireto de uma crise dessa magnitude e as necessidades emergentes. Almeja-se ainda que a análise do GAD-7 e do MHC-SF traga contribuições, no sentido de identificar recursos e orientar o desenvolvimento de estratégias salutogênicas.

PALAVRAS-CHAVE: Pandemia; Ansiedade; Promoção da saúde mental.

1 INTRODUÇÃO

A COVID-19 é uma infecção respiratória aguda, causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, caracterizada por elevada transmissibilidade (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Em março de 2020 o diretor-geral da Organização Mundial da Saúde (OMS), Tedros Adhanom mostrou preocupação em relação à rápida disseminação do vírus e também à falta de ação dos governos, assim, a doença foi declarada de transmissão comunitária e caracterizada como uma pandemia (WORLD HEALTH ORGANIZATION-WHO, 2020). Desde então, os governos de todo o mundo têm adotado medidas de controle, cada país a seu modo e a seu tempo, alguns países sendo mais afetados que outros. De forma geral a pandemia apresentou-se como um desafio para os sistemas de saúde, que passaram a receber uma demanda sem precedentes.

Há evidências de que o impacto da pandemia é muito mais amplo que os efeitos diretos da COVID-19 sobre a saúde física. Segundo estudos recentes, a dinâmica social, política e econômica causada pela pandemia e pelos esforços para controlá-la tem afetado consideravelmente a saúde mental das pessoas (WU et. al., 2021). As informações sobre o novo coronavírus e a evolução da doença estão sendo atualizadas continuamente, exigindo mudanças e adaptações constantes das sociedades. Essas e outras incertezas, somadas às mudanças significativas no modo de viver e se relacionar, mostraram diminuir a saúde mental e aumentar os níveis de ansiedade, comprometendo a qualidade de vida dos indivíduos (WANG et. al., 2020; BARZILAY et. al., 2020).

Partindo da afirmação de que "Saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade" (OMS,1946) e que saúde mental é "Um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é

capaz de contribuir para sua comunidade” (WHO, 2014), torna-se necessário abordar juntamente com a saúde física, a problemática da saúde mental e dos serviços de saúde mental (SIRGY, 2012). A declaração de Alma-Ata em 1978, visando abranger a complexidade do ser humano e dos determinantes da saúde e garantir saúde a todas as pessoas, propôs a integralidade, que consiste em identificar e oferecer serviços que atendam ao conjunto das necessidades de saúde da população (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2002).

Com o propósito de avaliar a saúde mental e justificar intervenções, os manuais e instrumentos de diagnóstico se tornam essenciais para a prática clínica e em saúde pública. Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico dos critérios de diagnóstico de Transtornos Mentais – DSM-5 (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2015), os transtornos de ansiedade estão vinculados com as características de medo, ansiedade excessiva e perturbações comportamentais. O medo é resultado emocional da ameaça próxima real ou percebida. Já a ansiedade é uma antecipação de ameaça futura. E os transtornos de ansiedade diferem pelos tipos de objetos/situações que induzem medo, ansiedade ou o comportamento de esquiva e na ideação cognitiva associada.

O transtorno de ansiedade generalizada (TAG) se caracteriza pela ansiedade constante e permanente, ou seja, pelo aparecimento de sintomas ansiosos excessivos, na maior parte dos dias, por vários meses, e também pela presença de angústia, tensão, preocupação, nervosismo e irritação (DALGALARRONDO, 2019). O diagnóstico do TAG depende de ferramentas, que devem ser confiáveis e válidas. Uma dessas ferramentas é a escala do Transtorno de Ansiedade Generalizada (GAD-7).

A GAD-7, criada por Spitzer et. al. (2006), é um questionário baseado no DSM-5, usado para avaliações, diagnósticos e monitoramentos de ansiedade. A escala aborda a frequência com que as pessoas se sentiram incomodadas, nas últimas 2 semanas, por cada um dos 7 sintomas: 1) nervosismo; 2) incapacidade de parar de se preocupar; 3) preocupação excessiva; 4) inquietação; 5) dificuldade em relaxar; 6) irritação fácil; e 7) medo de que algo terrível aconteça. A pontuação de cada item varia de 0 (nenhuma vez) a 3 (quase todos os dias), alcançando um total de no máximo 21 pontos. Pontuações totais de 5, 10 e 15 podem caracterizar a intensidade dos sintomas, com diagnóstico de quadros leves, moderados e graves de ansiedade. GAD-7 é uma ferramenta válida e eficiente para avaliar a gravidade do TAG, tanto na prática clínica quanto na pesquisa (SPITZER et. al., 2006).

Outros instrumentos também se propõem a avaliar a ansiedade e a saúde mental, porém, numa perspectiva diferente, de medir a saúde mental ao invés dos transtornos mentais, destaca-se a iniciativa de Keyes (2009), que desenvolveu um instrumento que avalia a saúde mental positiva. O Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF), analisa a saúde mental por meio de três fatores relacionados ao bem-estar: emocional, social e psicológico. O bem-estar emocional avalia o afeto positivo, o interesse e a satisfação pela vida; o bem-estar social representa as experiências da pessoa na sociedade; e o bem-estar psicológico avalia a autonomia, domínio, crescimento pessoal, relações positivas com os outros, propósito na vida e autoaceitação (KEYES, 2002).

Diante do quadro complexo da pandemia e suas consequências, este estudo visa compreender o impacto deste evento sobre a saúde mental e bem-estar, buscando na análise dos instrumentos de diagnóstico possíveis respostas para a elaboração e avaliação de estratégias de promoção da saúde mental.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa exploratória descritiva. A busca será voltada a artigos que avaliam a saúde mental no contexto da pandemia, estudos que descrevem e analisam os instrumentos de diagnóstico e pesquisas que contemplam intervenções de promoção da

saúde mental. A revisão compreenderá o levantamento de literatura científica em bases de dados nacionais e internacionais: Scientific Electronic Library Online (SciELO) e PubMed, utilizando as palavras-chave: Generalized Anxiety Disorder/GAD-7, The Mental Health Continuum-Short Form/MHC-SF, COVID-19 pandemic, mental health promotion.

Em relação aos critérios de seleção da literatura, serão incluídos textos em português, inglês e espanhol que estejam adequados aos objetivos deste estudo e estejam disponíveis de forma completa nas bases de dados selecionadas. Quanto os instrumentos de coleta de dados, serão selecionados preferencialmente estudos que utilizaram o GAD-7 e o MHC-SF, entretanto não excluímos a possibilidade de incluir produções que usaram outros instrumentos caso sejam consideradas importantes para a análise dos dados.

Após a seleção, os materiais serão verificados quanto à duplicidade e separados segundo os descritores utilizados. Após a leitura dos resumos, os artigos serão separados de acordo com os objetivos propostos, posteriormente serão lidos na íntegra e organizados em tabelas para análise e discussão dos resultados. Os referenciais teóricos prioritários na discussão dos resultados serão a salutogênese e a promoção da saúde mental.

3 RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se que este estudo mostre um panorama geral da ansiedade e da saúde mental durante a pandemia, e que os achados possam promover reflexões sobre o impacto direto e indireto de uma crise dessa magnitude e as necessidades emergentes.

Além de destacar o quadro da saúde mental e a importância da promoção da saúde mental e bem-estar, espera-se que a análise do GAD-7 e do MHC-SF contribua, na identificação de recursos e no desenvolvimento de estratégias salutogênicas.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**; tradução: NASCIMENTO, M.I.C. et. al.; revisão técnica: CORDIOLI, A.V. et. al. 5. ed., recurso online. Porto Alegre: Artmed, 2015.

BARZILAY, R. et. al. **Resilience, COVID-19 related stress, anxiety and depression during the pandemic in a large population enriched for healthcare providers.** Translational Psychiatry, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/s41398-020-00982-4>.

DALGALARRONDO, P. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais.** 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.

KEYES, C. L. M. **The mental health continuum: from languishing to flourishing in life.** Journal of Health and Social Behavior, 2002.

KEYES, C. L. M. **The nature and importance of positive mental health in America's adolescents.** In GILMAN, R.; HUERBNER, E. S. and FURLONG, M. J. (Eds.). **Handbook of Positive Psychology in Schools.** New York: Routledge, 2009.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Declaração de Alma-Ata. Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde.** Alma Ata, 1978. Ministério da Saúde, 2002. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/declaracao_alma_ata.pdf.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia de vigilância epidemiológica. Emergência de saúde pública de importância nacional pela doença pelo coronavírus 2019: vigilância de síndromes respiratórias agudas COVID-19.** Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Constituição da Organização Mundial da Saúde.** Biblioteca Virtual de Direitos Humanos: Universidade de São Paulo (USP), 1946. Disponível em: <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>.

SIRGY, M. J. **The psychology of quality of life: hedonic well-being, life satisfaction, and eudaimonia.** New York: Springer, 2012.

SPITZER, R. L. et al. **A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7.** Archives of Internal Medicine. 2006.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Mental health: a state of well-being.** [Internet]. WHO, 2014. Disponível em: http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Archived: WHO timeline COVID-19.** WHO, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/27-04-2020-who-timeline---covid-19>.

WU, T. et. al. **Prevalence of mental health problems during the COVID-19 pandemic.** A systematic review and meta-analysis. Journal of Affective Disorders, 2021.

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. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>.