

## SAÚDE MENTAL EM TEMPO DE COVID-19: UMA REVISÃO BIBLIOGRAFICA

*Maria Luiza Teixeira Menk<sup>1</sup>, Isabela Cateli Fraga<sup>2</sup>, Laila Mendonça<sup>3</sup>, Patrícia Bergamasco<sup>4</sup>, Guilherme Henrique Mazzorana<sup>5</sup>, Helaine Brandão<sup>6</sup>*

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Enfermagem, Campus Maringá/PR. Universidade Cesumar – UNICESUMAR. malumenk@gmail.com

<sup>2</sup>Biomedica, Acadêmica do Curso de Enfermagem, Campus Maringá/PR. Universidade Cesumar – UNICESUMAR. isabela\_cateli@hotmail.com

<sup>3</sup>Acadêmica do Curso de Enfermagem, Campus Maringá/PR. Universidade Cesumar – UNICESUMAR. lailamendonca8@gmail.com

<sup>4</sup>Odontologa, Faculdade Uningá, Acadêmica do Curso de Enfermagem, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar – UNICESUMAR, drapatricia22@hotmail.com

<sup>5</sup>Academico do Curso de Enfermagem, Campus Maringá/PR. Universidade Cesumar – UNICESUMAR. guilhermehenrique@unipar.br

<sup>6</sup>Orientadora, Docente de Enfermagem, Campus Maringá/PR. Universidade Cesumar – UNICESUMAR. helainelima@live.com

### RESUMO

Em dezembro de 2019 a China informou a OMS um surto de uma nova doença, onde a transmissão se dá por gotícula, denominada COVID-19. Em janeiro de 2020, a OMS declarou emergência internacional em saúde pública devido o grande avanço de contaminação. A principal medida adotada foi o isolamento social. Buscamos analisar e descrever a relação e consequência da pandemia e isolamento social na saúde mental. Trata-se de um estudo de revisão de literatura, a coleta de dados deu-se por pesquisa em base de dados eletrônicos: SciELO, Medline, Pubmed, Lilacs. Para inclusão na pesquisa, as publicações deveriam compreender os seguintes descritores: “Covid – 19”, “Isolamento social” e “saúde mental” publicados no ano de 2020. Os dados foram analisados de acordo com as temáticas e interpretados comparando as opiniões dos autores. Percebeu-se que com um estado de pânico a nível global, aumento de casos de mortes e o isolamento social proporcionam sentimentos de angústia e insegurança, tornando a população mais suscetíveis a desenvolver transtornos mentais e os que já possuem algum tipo de transtorno tendem a apresentar mais complicações ou piora. Ainda que quanto mais pessoas na mesma residência é menor o nível de estresse vivido por elas durante isolamento domiciliar. Sendo assim tornou-se notório a importância do convívio social e familiar para evitar transtorno mentais, piora deles ou auxiliar no tratamento dos mesmos, a falta de fator causa vulnerabilidade. E ainda que se deve estudar métodos e ações para que o isolamento social afete menos o bem-estar das pessoas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Covid-19; Isolamento social; Saúde Mental.

### 1 INTRODUÇÃO

Desde dezembro de 2019 a China informou à OMS sobre um surto de uma nova doença, semelhante a uma pneumonia. Essa doença, transmitida pelo novo coronavírus, foi denominada COVID-19. Em janeiro de 2020, novos casos da COVID-19 foram notificados fora da China, então a OMS resolveu declarar emergência Internacional em saúde pública. Na América Latina, o primeiro caso registrado foi em São Paulo, no Brasil, no dia 26 de fevereiro de 2020 e desde então o mundo vem sofrendo consequências da pandemia (BEZERRA, *et al.*, 2020; RIBEIRO, *et al.*, 2020).

Visto que a transmissão ocorre de pessoa para pessoa, por gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro, acompanhado por contato pela boca, nariz ou olhos, por meio de objetos e superfícies contaminadas e devido ao grande avanço da contaminação da doença, várias autoridades governamentais vêm adotando diversas estratégias, com a intenção de reduzir o ritmo da progressão da doença. (BEZERRA, *et al.*, 2020; PEREIRA, *et al.* 2020).

Entre estas estratégias, a primeira medida adotada é o isolamento social, quando as pessoas não podem sair de suas casas e distanciamento social, evitando aglomerações a fim de manter, no mínimo, um metro e meio de distância entre as pessoas, como também a proibição de eventos que ocasionem um grande número de indivíduos reunidos (PEREIRA, *et al.*, 2020; RIBEIRO, *et al.*, 2020).

A saúde mental (SM) segundo a OMS é definida como estado de bem estar, onde o indivíduo realiza suas próprias habilidades normalmente e é capaz de contribuir com sua comunidade. Neste cenário da pandemia, o rápido avanço da doença e o excesso de informações disponíveis, pode desencadear alterações comportamentais impulsionadoras de adoecimento psicológico, que podem gerar consequências graves na SM como, medo, tensão, raiva desconfiança, pensamentos suicidas, além dos impactos na economia, como dificuldades econômicas, aumento do desemprego, frustração, falta de suprimentos básicos, que também corroboram com a vulnerabilidade psicológica e deterioração da saúde mental (LIMA, 2020; PEREIRA, *et al.*, 2020; RIBEIRO, *et al.*, 2020).

Neste interim, buscamos analisar a relação da pandemia, isolamento social e SM, observando a literatura.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

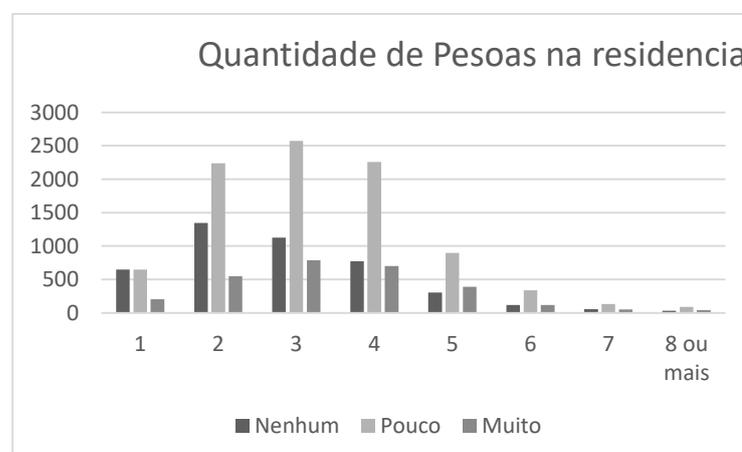
Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica com objetivo de analisar e descrever a relação e consequências da pandemia e o isolamento social. A coleta de dados se deu através da pesquisa em base de dados eletrônica como, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Medline, Pubmed, Scholar, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs).

Como processo de inclusão na pesquisa, as publicações deveriam compreender os seguintes temas (descritores): “Covid – 19”, “Isolamento social” e “saúde mental” publicados no ano de 2020. Os dados foram analisados de acordo as temáticas e interpretações, comparando as opiniões dos autores a respeito de cada subtema.

## 3 RESULTADOS

Como resultados obteve-se achados na literatura onde percebe-se que com um estado de pânico a nível global e muita informação de casos de mortes, geram sentimentos de angustia, medo e insegurança, estes combinados com o isolamento social propiciam as pessoas a se tornarem mais suscetíveis a desenvolver ou apresentar transtornos mentais e os que já possuem algum tipo de transtorno tende a apresentar mais complicações ou piora nos casos ou até mesmo levar ao suicídio.

Ainda que quanto maior o número de pessoas em isolamento juntas, menor o nível de estresse vivido por ela quando imposto o isolamento social. Ou seja, família maiores, com mais pessoas, tendem a sofrer menos estresse neste período.



**Gráfico 1:** Percepção de grau de estresse familiar pelo número de pessoas que residem em um mesmo local.

Fonte: (BEZERRA, *et al.*; RIBEIRO, *et al.*, 2020).

## 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante isto se tornou notório a importância de convívio social e familiar para evitar transtornos mentais ou auxiliar no tratamento dos mesmos. E como a falta desse fator causa vulnerabilidade as pessoas em relação a saúde mentais delas. Deve-se orientar ações e atividades a serem realizadas entre família, uma vez que esse isolamento geralmente ocorre entre elas.

Desta forma deve-se também investigar métodos e ações para que o isolamento social afete menos o bem-estar das pessoas não deixando de realiza-lo, da mesma forma de que deve se estudar formas de realizar um atendimento aos pacientes que dependem de um acompanhamento médico, seja eles por teleatendimento ou outros meios, visto que as medicações quando usadas de maneira correta evita danos a este paciente.

## REFERÊNCIAS

BEZERRA, A.; SILVA, C.E.M.; SOARES, F.R.G.; SILVA, J.A.M. Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. **Ciência e Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, v. 25 n.6. p. 411-421. 5 jun. 2020. Disponível em: <http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/fatores-associados-ao-comportamento-da-populacao-durante-o-isolamento-social-na-pandemia-de-covid19/17551?id=17551>. acesso em: 17 nov. 2020.

LIMA, R. C. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Revista de Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, v. 30(2), p. 214-220. mar. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/j/physis/a/nyq3wrt8qpWFsSNpbgYXLWG/?lang=pt>. Acesso em: 17 nov. 2020.

PEREIRA, M. D.; OLIVEIRA, L.C.; COSTA, C. F. T.; BEZZERA, C. M. O.; PERIRA, M. D.; SANTOS, C. K. A.; DANTAS, E. H. M. The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. **Research, Society and Development**, 9(7): 1-35, e652974548. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/493>. Acesso em: 18 nov. 2020.

RIBEIRO, I. A. P.; ROCHA, M. O.; CUNHA, D. C. L.; ARAUJO, A. S.; AMARAL, I. N.; MARQUES, L. L.; CUNHA, M. B. Isolamento social em tempos de pandemia por COVID-19: impactos na saúde mental da população. **Revista Enfermagem Atual**. v. 92 n. 30 (2020). 29 jun. 2020. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/741>. Acesso em: 19 nov. 2020.