

**Como a pandemia tem influenciado no perfil psicológico das pessoas?  
Uma revisão de literatura acerca do acometimento das pessoas pelos  
transtornos da ansiedade e da depressão frente aos desafios de sobreviver  
na pandemia**

**How has the pandemic influenced people's psychological profile? A  
literature review on the involvement of people by anxiety and depression  
disorders facing the challenges of surviving the pandemic**

DOI:10.34119/bjhrv4n3-206

Recebimento dos originais: 07/05/2021

Aceitação para publicação: 07/06/2021

**Ana Paula de Freitas Araújo**

Graduação incompleta. Curso de Bacharelado em Medicina, Faculdade Nova Esperança –  
FAMENE, João Pessoa – Paraíba, Brasil  
Centro Universitário da Paraíba – UNIPÊ; Faculdade Nova Esperança – FAMENE  
Rua Antonio Vieira da Silva, 400. Jardim São Paulo. João Pessoa, Paraíba  
E-mail: ana.pfa95@gmail.com

**Fernando Antônio de Barros Ribeiro Neto**

Graduação incompleta. Curso de Bacharelado em Medicina, Faculdade Nova Esperança –  
FAMENE, João Pessoa, Paraíba, Brasil  
Centro Universitário da Paraíba – UNIPÊ; Faculdade Nova Esperança – FAMENE  
Rua Padre Ayres, 242. Miramar. João Pessoa, Paraíba  
E-mail: fernandoabrneto@hotmail.com

**Isabella Alves Nunes**

Graduação incompleta. Curso de Bacharelado em Medicina, Faculdade Nova Esperança –  
FAMENE, João Pessoa, Paraíba, Brasil  
Centro Universitário da Paraíba – UNIPÊ; Faculdade Nova Esperança – FAMENE  
Rua Cantora Maria da Glória Gouveia de Vasconcelos, 151, Jardim Oceania. João Pessoa,  
Paraíba  
E-mail: euisabellanuns@gmail.com

**Nicole Lima Coelho**

Graduação incompleta. Curso de Bacharelado em Medicina, Faculdade Nova Esperança –  
FAMENE, João Pessoa, Paraíba, Brasil  
Centro Universitário da Paraíba – UNIPÊ; Faculdade Nova Esperança – FAMENE  
Av. Eutiquiano barreto, 77, Manaira, João Pessoa, Paraíba  
E-mail: nicolecoelho27@hotmail.com

**Paulo Fernando Caldas Júnior**

Graduação incompleta. Curso de Bacharelado em Medicina, Faculdade Nova Esperança –  
FAMENE, João Pessoa, Paraíba, Brasil  
Centro Universitário da Paraíba – UNIPÊ; Faculdade Nova Esperança – FAMENE  
Rua Profa Eneida Rabelo, 35, AP 1001 Candeias, Jaboatão dos Guararapes, Pernambuco  
E-mail: fernando.delunafreire@gmail.com

**Maielly Dantas dos Santos**

Graduação incompleta. Curso de Bacharelado em Medicina, Faculdade Nova Esperança – FAMENE, João Pessoa, Paraíba, Brasil  
Centro Universitário da Paraíba – UNIPÊ; Faculdade Nova Esperança – FAMENE  
Av. Aldo Matos de Sá, 171, Jardim Adalgisa, Cajazeiras, Paraíba  
E-mail: dantasmaielly@gmail.com

**Paulo Vinicius Freitas de Araújo**

Graduação incompleta. Curso de Bacharelado em Medicina, Faculdade Nova Esperança – FAMENE, João Pessoa, Paraíba, Brasil  
Centro Universitário da Paraíba – UNIPÊ; Faculdade Nova Esperança – FAMENE  
Rua Antonio Vieira da Silva, 400. Jardim São Paulo. João Pessoa, Paraíba  
E-mail: paulo.pfa19@gmail.com

**Isabela Tatiana Sales de Arruda**

Doutora Biotecnologia da Saúde – RENORBIO  
Centro Universitário da Paraíba – UNIPÊ; Faculdade Nova Esperança – FAMENE  
Avenida Silvino Lopes, 527, ap 102. Tambaú. João Pessoa, Paraíba  
Email: isabelaarruda@yahoo.com.br

**RESUMO**

Diante da situação mundial atual, e a grande modificação no cotidiano das sociedades, os transtornos psicológicos tiveram uma maior evidência neste período de pandemia. Sabendo que dentre os transtornos mentais existentes, os de maior prevalência durante a pandemia foram depressão e ansiedade. Sendo depressão um distúrbio mental onde o indivíduo tem uma sensação de tristeza longa e profunda, este transtorno é classificado como doença psiquiátrica crônica. E ansiedade um estado mental onde a sensação de angústia, insegurança, incertezas e medo derivado de sensação de perigo, de algo desconhecido ou estranho. O objetivo desse presente trabalho é analisar este aparecimento e intensificação de casos de depressão e ansiedade durante o período de pandemia. Este artigo trata-se de um estudo de revisão integrativa de literatura que foi realizada na base de dados Scielo e Google Acadêmico, usando os descritores: Pandemia, Ansiedade e Covid-19 de forma junta ou isolada. Obtivemos como resultado através da análise dos 6 artigos que os transtornos psicológicos durante a pandemia afetaram pelo menos um terço da população, que os principais problemas psicológicos desenvolvidos são depressão e ansiedade. As causas para o desenvolvimento de problemas psicológicos dependem do grupo populacional que o indivíduo está inserido. Alguns métodos já foram adotados para dar suporte a esses pacientes. Sendo assim, ressaltamos a relevância de se discutir mais sobre o tema de saúde mental diante da atual situação e esperamos que este artigo tenha relevância para agregar conhecimento sobre esta temática aos leitores.

**Palavras-chave:** Depressão, Ansiedade, Pandemia

**ABSTRACT**

Against the global situation and the biggest modifications in the daily life of the society, psychological problems had more evidence in this pandemic period. Knowing that among the existing mental problems, the most prevalent during the pandemic were the depression and anxiety. As depression is a mental state where the individual has a sense of deep sadness, this disorder is classified as an chronic psychiatric disease. Anxiety is a mental state where the feeling of anguish, insecurity and uncertainty and fear derived of the sense of danger, or

something unknown or strange. The objective of this work is to analyse the emergence and intensification of the depression and anxiety cases during the pandemic period. This article is an integrative literature review study that was conducted in the Scielo and Google Scholar database, using the descriptors: Pandemic, Anxiety and Covid-19 in a joint or isolated way. We obtained as a result by analyzing the 6 articles that psychological disorders during the pandemic affected at least one third of the population, that the main psychological problems developed are depression and anxiety. The causes for the development of psychological problems depend on the population group that the individual is inserted in. Some methods have already been adopted to support these patients. Thus, we emphasize the relevance of discussing more about the theme of mental health in the current situation and we hope that this article has relevance to add knowledge about the theme to readers.

**Keywords:** Depression, Anxiety, Pandemic

## 1 INTRODUÇÃO

Atualmente, o mundo passa por um dos maiores desafios já enfrentados pela saúde pública e sociedade de modo geral, ocasionado pelo Coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS-CoV-2)<sup>1</sup>. Por conta da rápida disseminação viral e a gravidade da doença a população teve que dar início a um distanciamento e isolamento social<sup>1</sup>. Durante a pandemia percebeu-se um impacto psicológico na sociedade, o medo diante de um cenário cheio de incertezas aumentou os níveis de ansiedade e depressão em indivíduos saudáveis e intensificou os sintomas daqueles com transtornos psiquiátricos pré-existentes<sup>1</sup>.

A ansiedade e a Depressão foram os dois transtornos psiquiátricos com maior prevalência durante a pandemias, podemos definir a ansiedade como um estado mental onde a sensação de angústia, insegurança, incertezas e medo derivado de sensação de perigo, de algo desconhecido ou estranho<sup>2</sup>. Já a depressão é um distúrbio mental onde o indivíduo tem uma sensação de tristeza longa e profunda, este transtorno é classificado como doença psiquiátrica crônica<sup>2 3</sup>.

Os sinais e sintomas mais comuns que podem indicar ansiedade e depressão são bastante semelhantes, porém apresentam diferenças comportamentais que necessitam ser conhecidas. A ansiedade pode ser caracterizada por ter sintomas físicos e corporais, cognitivos e comportamentais<sup>4</sup>. Os sintomas corporais são extensos, como: dor torácica, palpitação, taquicardia, dispneia, taquipnéia, hiperventilação, dor e desconforto epigástrico, cefaleia, tonturas e parestesias, tensão muscular, tremores, sudorese, boca seca, calorões e calafrios, insônia, poliúria, disfagia, palidez, rubor<sup>4</sup>. Nos sintomas cognitivos, os sinais de ansiedade vão de dificuldade de concentração em algumas atividades até pensamentos negativos, hipervigilância e medo de enlouquecer<sup>4</sup>. Nos sintomas comportamentais, podem

apresentar isolamento social e inquietude. Emocionalmente o indivíduo ansioso apresenta medo de sair em público, apreensão recorrente e irritabilidade<sup>4</sup>. Já na depressão, deve ser diagnosticado apenas os indivíduos que apresentem sintomas psicóticos. O que determina esse diagnóstico seria a intensidade e duração de determinados sintomas, como: humor deprimido, perda de interesse em atividades do cotidiano e cansaço com facilidade<sup>4</sup>.

As causas desses impactos psicológicos são diversas, e mudam de acordo com o grupo populacional, porém uma das causas comuns, é a mídia, a forma que as informações vêm sendo passadas a população, pois nem todos tem um psicólogo preparado para receber essa gama de informações que vem sendo transmitida desde o início da pandemia<sup>1</sup>. Além do medo da contaminação e da morte, a pandemia trouxe para sociedade de modo geral implicações em outras esferas: fechamentos de escolas, empresas e locais públicos, isolamento social, organização familiar, mudança na rotina de trabalho, falência, desemprego, impacto financeiro, levando a um sentimento de incertezas, desamparo, abandono e impotência<sup>1</sup>.

Outro grupo bastante afetado emocionalmente são os profissionais de saúde, principalmente os que atuam como linha de frente ao combate da COVID-19, por fatores como, a alta possibilidade de serem infectados, risco de infecção a outros usuários, a quantidade de mortes diárias que tem que lidar, sentimento de impotência em não combater o vírus, a demanda de usuários para a quantidade insuficiente de leitos e aparelhos, tendo assim que escolher muitas vezes qual paciente salvar, maior carga de trabalho e distanciamento familiar<sup>5</sup>.

Devido muitos pais não acreditarem que existe doenças mentais, ou pessoas, que não tem condições para pagar um psicólogo para fazer o tratamento, muitas pessoas não procuram tratamento ou ajuda para o que estão passando<sup>6</sup>. Por isso, muitos programas começaram a aparecer como o Centro de Valorização à Vida (CVV), Clínica psicológica da Universidade Estadual de Londrina (UEL), Centro Social Coração de Maria, que oferecem atendimento gratuito para essas pessoas que não podem pagar ou procurar ajuda e isso ajudou muito na pandemia, pois devido ao isolamento social, ficou restrito a saída de casa e alguns programas como o CVV e ABRATA oferece atendimentos online por telefone ou e-mail<sup>6</sup>. Diante de tais discussões, este artigo tem como objetivo realizar uma reflexão teórica sobre o aparecimento e intensificação de casos de depressão e ansiedade durante a pandemia.

## 2 METODOLOGIA

Este artigo é uma revisão literária baseada em artigos literários publicados de abril de 2020 a março de 2021. A pergunta norteadora foi elaborada através do método PICO, segundo Santos em seus estudos, este método representa um acrônimo para Paciente, Intervenção, Comparação e “Outcomes” que significa desfecho<sup>7</sup>. Sendo a pergunta norteadora: “Causas, incidência e populações afetadas pela depressão e ansiedade durante a pandemia e quais métodos estão sendo utilizados como suporte por esta população”.

Foram revisados artigos científicos indexados nas bases de dados Scielo (Scientific Electronic Library Online) e Google Acadêmico, em português, inglês e espanhol, utilizando os seguintes descritores: depressão, ansiedade, pandemia e Covid-19, utilizado de forma isoladas e agrupadas. A coleta de dados e a análise, foram realizadas através de leitura exploratória, seletiva, analítica e interpretativa, ocorreram entre março a abril de 2021. Como critérios de inclusão foram selecionados artigos publicados a partir de junho de 2020, esse critério foi adotado pelo grupo por entender que após o início da pandemia precisa-se de um intervalo de tempo para analisar o quadro de saúde mental da população diante da pandemia e artigos nos idiomas português e inglês que respondiam à pergunta norteadora. Foram excluídos artigos duplicados e que traziam outros transtornos mentais como tema principal.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após as buscas nas bases de dados e excluídos os artigos duplicados e os que focavam em uma população específica, foram selecionados 60 artigos. Após a leitura do título e análise de data de publicação restaram 12 artigos, após essa seleção realizou-se uma leitura do resumo sendo incluído para a discussão acerca do tema apenas 6 artigos.

Dentre os 6 artigos selecionados e lidos na íntegra, todos foram publicados a partir de maio de 2020, todos os artigos disponíveis na língua portuguesa e inglês, 4 em periódicos nacionais e 2 periódicos internacionais. No Quadro 01, apresenta-se a caracterização dos estudos selecionados quanto a título, autores, ano de publicação e periódico.

Quadro 1 – Apresentação dos estudos incluídos na revisão integrativa, segundo título, autor, ano e periódico.

<b>Título</b>	<b>Autores</b>	<b>Ano</b>	<b>Periódico</b>
A pandemia de COVID - 19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa	Pereira MD, Oliveira LC de, Costa CFT, Bezerra CM de O, Pereira MD, Santos CKA dos, Dantas EHM	2020	Research, Society and Development

Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias.	Ornell F, Schuch JB, Sordi AO, Kessler FHP	2020	.Braz J Psychiatry
Avaliação de sintomas depressivos em estudantes durante a pandemia do COVID-19.	Esteves CS, Argimon ILL, Ferreira RM, Sampaio LR, Esteves PS.	2021	REFACS
O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde?	Nabucco G, Oliveira MHPP, Afonso MPD.	2020	Rev Bras Med Fam Comunidade
Aprendendo com o Imprevisível: Saúde Mental dos Universitários e Educação Médica na Pandemia de Covid-19	Rodrigues BB, Cardoso RRJ, Peres CHR, Marques FF.	2020	Revista Brasileira de Educação Médica
Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19	Barros MBA, Lima MG, Malta DC, Szwarcwald CL, Azevedo RCS, Romero D, et al.	2020	Epidemiol Serv Saúde

As discussões apresentadas no decorrer deste estudo foram distribuídas nas seguintes linhas de pensamentos: As principais causas do desenvolvimento de depressão e ansiedade durante a pandemia; as principais populações afetadas por esses transtornos; quais os métodos que estão sendo utilizados para diminuir e dar o apoio as pessoas que possuem esses transtornos neste momento.

Apesar de não haver dados epidemiológicos precisos quanto a incidência e implicações psicológicas da população durante a pandemia, estima-se que um terço da população mundial desenvolveu ou teve agravamento de problemas psicológicos durante a pandemia, estudos demonstram que diante todos os transtornos os que mais afetaram a população neste período foi a depressão e ansiedade. Toda população vem sendo afetada mentalmente de forma negativa durante a pandemia, porém estudos demonstram que os grupos mais afetados são: pacientes diagnosticado com covid-19, familiares e pessoas de convívio dos pacientes diagnosticados com o vírus, profissionais de saúde e pacientes com condições clínicas e psiquiátricas prévias.

As causas de desenvolvimento desses transtornos são variáveis e levam e se modificam de acordo com o grupo populacional, algumas dessas causas, são, a grande disseminação de informações falsas por fontes não confiáveis, o foco midiático no alto índice de mortes e desfechos negativos, crise financeira, carga de trabalho exaustiva dos profissionais de saúde, o enfrentamento ao aumento de mortes diárias pelos profissionais que são linha de frente e o isolamento social, que desencadeia no individuo um sentimento de desespero e abandono.

Alguns métodos vêm sendo utilizado como suporte aos pacientes com depressão e ansiedade durante a pandemia, o mais utilizado é o serviço social, fazendo o rastreamento dessa população através da assistente social. Adotou-se ainda mais o uso de consultas online como psicoterapia online, que tem o respaldo legal para acontecer através da Resolução nº 04/2020 do conselho federal de psicologia (CFP) e psiquiatria-online liberada aprovada pela resolução nº 2.227/18 do conselho federal de medicina<sup>8 9</sup>.

#### **4 CONCLUSÃO / CONSIDERAÇÕES FINAIS**

No presente estudo, sistematizamos conhecimentos sobre a influência da pandemia no perfil psicológico da sociedade de forma geral. Diante dos dados, observou-se que a ansiedade e a depressão foram os dois transtornos mais desenvolvidos pela população diante da atual situação, e que as causas para esse desenvolvimento são variáveis, e depende do perfil e grupo social em que o indivíduo está inserido. Estima-se que 53% dos brasileiros tiveram uma piora na saúde mental durante a pandemia. Em suma, compreendemos a importância e a necessidade da Psicologia nesse momento ao enfrentamento do Covid-19. Espera-se que este artigo tenha relevância e agregue conhecimento sobre a temática abordada aos leitores, pois neste momento é necessário e importante voltar o olhar também para a saúde mental da população, a fim de prevenir nossos casos, reverter e diminuir os danos psicológicos já causados.

## REFERÊNCIAS

1. Ornell F, Schuch JB, Sordi AO, Kessler FHP. “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. *Braz J Psychiatry*. Forthcoming 2020;
2. Brotto TF. Ansiedade. Psicólogos Berrinis. Disponível em: < Ansiedade: guia completo explicando o que é, causas, sintomas, como controlá-la e tratamento! (psicologosberrini.com.br)> acessado em: 24 de Fevereiro de 2021;
3. Becker NB. Você sabe de fato o que é depressão? Psicóloga Explica!. *Psicóloga Viva*. 2018. Disponível em: <O que é depressão? 94% das pessoas não sabem, Psicóloga explica! (psicologiaviva.com.br)> acessado em: 24 de Fevereiro de 2021;
4. Cordioli AV. Transtornos de Ansiedade. In: Duncan BB, Schmidt MI, Giugliani ERJ. *Medicina ambulatorial: condutas de atenção primária baseadas em evidências*, 3a ed. p. 863-84; Porto Alegre: Artmed; 2004;
5. Prigol AC, Santos EL. Mental health of nursing professionals in the face of the COVID-19 pandemic. *Research, Society and Development*. v. 9, n. 9, 2020;
6. Ansiedade e Depressão: entidades sem fins lucrativos e voluntários oferecem apoio. G1. 2017. Disponível em: < Ansiedade e depressão: entidades sem fins lucrativos e voluntários oferecem apoio | Norte e Noroeste | G1 (globo.com)> acessado em: 24 de Fevereiro de 2021.
7. SANTOS CMC, et al. The PICO strategy for the research question construction and evidence search. *Revista Latino - Americana de Enfermagem*, 2007;15(3):508-511.
8. Conselho Federal de Psicologia (Brasil). Resolução nº 4, de 26 de março de 2020. Regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19. *Diário Oficial da União* 20 mar 2020; Seção 1;
9. Conselho Federal de Medicina (Brasil). Resolução nº 2.227/18. Define e disciplina a telemedicina como forma de prestação de serviços médicos mediados por tecnologias. *Diário Oficial da União* 06 fev 2019. Seção 1.