

Impacto do isolamento social durante a pandemia de COVID-19 na saúde mental da população: uma revisão integrativa da literatura

Impact of social isolation during the COVID-19 pandemic on the mental health of the population: an integrative literature review

Carlos Felipe Batalha do Val^{1*}, Alex Andrei de Oliveira Fraga¹, Bárbara Batista Silveira²

Como citar esse artigo. VAL, C. F. B.; FRAGA, A. A. O.; SILVEIRA, B. B. Impacto do isolamento social durante a pandemia de COVID-19 na saúde mental da população: uma revisão integrativa da literatura. *Mosaico - Revista Multidisciplinar de Humanidades*, Vassouras, v. 12, n. 3, p. 30-40, set./dez. 2021.

Nota da Editora. Os artigos publicados na Revista Mosaico são de responsabilidade de seus autores. As informações neles contidas, bem como as opiniões emitidas, não representam pontos de vista da Universidade de Vassouras ou de suas Revistas.

Resumo

Estudos têm relatado que as medidas restritivas, como isolamento social e quarentena, durante a pandemia da COVID-19 configuram grande risco para a saúde mental das pessoas. Este estudo objetivou verificar qual é o impacto das medidas restritivas, de isolamento social e quarentena, na saúde mental dos indivíduos durante a pandemia de COVID-19. Foi realizada uma revisão integrativa de estudos publicados entre janeiro e dezembro de 2020, nos idiomas português e inglês, indexados nas bases de dados PubMed, Lilacs, Medline e SciELO, utilizando os descritores COVID 19, Isolamento social, Quarentena, Saúde Mental e Saúde Psicológica. Embora as medidas restritivas de saúde pública, como isolamento social e quarentena e/ou lockdown sejam condutas essenciais para limitar a propagação viral da COVID-19, representam séria ameaça à saúde mental da população. Verifica-se que mulheres e adultos jovens são mais vulneráveis a essas medidas, apresentando níveis mais elevados de estresse, angústia, ansiedade e sintomas depressivos. Fatores socioeconômicos e nível educacional também têm significativa influência na saúde psicológica e mental das pessoas durante essas medidas: quanto menor a renda e o nível de escolaridade, maior é a incidência de sofrimento psicológico. Observa-se, ainda, a influência da mídia e das redes sociais no aumento da ansiedade, quando usadas durante mais tempo que o habitual. Existe a necessidade de iniciativas de saúde pública direcionadas para as implicações psicológicas decorrentes da pandemia da COVID-19 e consequentes medidas restritivas. Essas iniciativas devem ser pautadas levando-se em conta uma abordagem integral que considere as dimensões física, mental e social da população.

Palavras-chave: COVID 19; Isolamento social; Quarentena; Saúde Mental; Saúde Psicológica.

Abstract

Studies have reported that restrictive measures, such as social isolation and quarantine, during the COVID-19 pandemic have been configured as a great risk to people's mental health. This study aims to see what the impact of restrictive measures, social isolation and quarantine, have on individuals' mental health during the COVID-19 pandemic. An integrative review of studies published between January and December 2020, in Portuguese and English, indexed in the databases PubMed, Lilacs, Medline and SciELO, using the descriptors COVID 19, Social isolation, Quarantine, Mental Health and Psychological Health. While restrictive public health measures such as social isolation, quarantine and/or lockdown are essential to limit the viral spread of COVID-19, they pose a serious threat to the mental health of the population. Women and young adults are found to be more vulnerable to these measures, exhibiting higher levels of stress, distress, anxiety, and depressive symptoms. Socioeconomic factors and educational level also have influence significant on the psychological and mental health of people during these measures, the lower the income and education level, the higher the incidence of psychological distress. The influence of media and social networks in increasing anxiety is also observed, when used longer than usual. There is a need for public health initiatives directed at the psychological implications arising from the pandemic of COVID-19 and consequent restrictive measures. These initiatives should be guided by an integral approach that considers the physical, mental, and social dimensions of the population.

Keywords: COVID 19; Social Isolation; Quarantine; Mental Health; Psychological Health.

Introdução

Em dezembro de 2019 a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi informada sobre a existência de um grupo de pacientes internados com um tipo de pneumonia de etiologia desconhecida na cidade de Wuhan, província de Hubei, na China. (SILVA; SANTOS; OLIVEIRA, 2020) Logo depois, no início de janeiro de 2020, após pesquisa realizada por cientistas chineses, descobriu-se que se tratava de uma infecção

respiratória provocada por um novo coronavírus, o qual, a princípio, foi chamado de 2019-nCoV. E em fevereiro a OMS passa a denominá-lo de Sars-CoV-2, que significa “Coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave 2”, e a infecção provocada por ele de “Doença Coronavírus 2019” (COVID-19). (AZIZI; ACHAK; ABOUDI *et al.*, 2020; DU; MAYER; HUMMEL *et al.*, 2020; PEREIRA; OLIVEIRA; COSTA *et al.*, 2020)

Em 12 de janeiro, a OMS havia reconhecido oficialmente a sequência genética desse coronavírus,

Afiliação dos autores:

¹ Discente do Curso de Psicologia, Universidade de Vassouras, Vassouras, RJ, Brasil.

² Docente do Curso de Psicologia, Universidade de Vassouras, Vassouras, RJ, Brasil.

* Email de correspondência: cfbval2@gmail.com

o que veio possibilitar o desenvolvimento de testes de diagnósticos baseados na reação em cadeia da polimerase - PCR (do inglês, *polymerase chain reaction*). (TORALES; O'HIGGINS; CASTALDELLI-MAIA *et al.*, 2020) No final de janeiro, já se constatava que a infecção estava se disseminando rapidamente de pessoa para pessoa, levando a OMS a declarar o surto da COVID-19 como uma emergência de saúde pública de interesse internacional. (AL-AJLOUNI; PARK; ALAWA *et al.*, 2020)

Em 11 de março de 2020, devido à alta taxa de transmissão do vírus e ao aumento da sua propagação a nível global, a OMS declarou a COVID-19 uma pandemia. (PEREIRA; OLIVEIRA; COSTA *et al.*, 2020; DELMASTRO; ZAMARIOLA, 2020) As pandemias são definidas como epidemias que se disseminam rapidamente por várias partes do mundo, acometendo um grande número de pessoas (DUARTE; SANTO; LIMA *et al.*, 2020), sendo a COVID-19 uma pandemia viral que ainda está em andamento, onde as taxas de infecção, de mortalidade e outras estatísticas ainda estão em desenvolvimento. Conforme dados divulgados pela OMS, em 31 de dezembro de 2020 já havia 82.363.325 casos confirmados de COVID-19, com 1.803.123 mortes no mundo. (WHO, 2020)

No Brasil, o primeiro caso da doença foi notificado em 25 de fevereiro de 2020 (DUARTE; SANTO; LIMA *et al.*, (2020), sendo registrada em 17 de março a primeira morte por COVID-19, de um homem idoso, de 62 anos, que estava internado em um hospital particular de São Paulo. (SILVA; SANTOS; OLIVEIRA, 2020) A partir daí, o número de pessoas acometidas pelo vírus no país cresceu rapidamente, registrando até o dia 31 de dezembro de 2020, segundo dados do Ministério da Saúde, 7.675.973 casos confirmados e 194.949 óbitos. (BRASIL, 2020)

O vírus da COVID-19 (Sars-CoV-2) é transmitido principalmente por meio de gotículas, podendo contaminar todas as pessoas próximas a um hospedeiro. (BURHAMAH; ALKHAYYAT; OROSZLÁNYOVÁ *et al.*, 2020) Entre os sintomas físicos da doença, destacam-se tosse, febre e dificuldades respiratórias (SCHMIDT; CREPALDI; BOLZE *et al.*, 2020), sendo referidos ainda outros sintomas clínicos como calafrios, coriza, dor de garganta, náuseas, vômitos e diarreia. Geralmente, as pessoas apresentam sintomas leves, como também tem pessoas assintomáticas, as quais não manifestam sintoma algum. (RODRÍGUEZ-REY; GARRIDO-HERNANSAIZ; COLLADO, 2020)

Algumas doenças pré-existentes têm sido associadas a um maior risco de mortalidade por COVID-19, destacando-se o diabetes, a hipertensão e as doenças cardíacas. (TORALES; O'HIGGINS; CASTALDELLI-MAIA *et al.*, 2020) No entanto, outros fatores de risco também têm sido referidos, entre os quais destacam-se a obesidade e a idade mais avançada.

Cerca de 80% dos indivíduos infectados se recuperam facilmente da doença, sem que haja necessidade de tratamento específico. No entanto, aproximadamente um em cada seis casos da doença evolui para pneumonia grave, podendo levar à insuficiência respiratória, lesão cardíaca, síndrome do desconforto respiratório agudo e morte. (RODRÍGUEZ-REY; GARRIDO-HERNANSAIZ; COLLADO, 2020)

Nos primeiros meses da pandemia, devido ao elevado grau de contágio do Sars-CoV-2 e seus potenciais efeitos deletérios à saúde, bem como pela ausência de intervenções farmacológicas eficazes e seguras, tais como medicamentos ou vacinas (SCHMIDT; CREPALDI; BOLZE *et al.* 2020), governantes de diversos países, inclusive do Brasil, na tentativa de limitar a propagação do vírus e evitar o colapso dos sistemas de saúde, impuseram diferentes medidas de saúde pública, desde recomendações de distanciamento físico e confinamento domiciliar, até paralisação total das atividades não essenciais e bloqueios de rodovias e aeroportos. (BENKE; AUTENRIETH; ASSELMANN *et al.*, 2020; FIORILLO; SAMPOGNA; GIALONARDO *et al.*, 2020; NOVOTNÝ; GONZALEZ-RIVAS; KUNZOVÁ *et al.*, 2020)

Embora essas medidas sejam eficazes para limitar a transmissão viral e minimizar o contato com pessoas infectadas, dependendo do seu tempo de duração podem ter efeitos graves no bem-estar social e na economia em geral. (AL-AJLOUNI; PARK; ALAWA *et al.*, 2020; CASAGRANDE; FAVIERI; TAMBELLI *et al.*, 2020) Assim, fora o enorme impacto causado na saúde pública, o efeito da COVID-19 na sociedade tem sido significativo, alterando consideravelmente o cotidiano de vida das pessoas (BENKE; AUTENRIETH; ASSELMANN *et al.*, 2020), afetando todos os extratos sociais, tanto a vida individual quanto coletiva, com repercussões enormes na esfera da saúde mental. (LIMA, 2020)

Nesse sentido, desde o início da pandemia, a OMS vem alertando sobre os efeitos da doença no bem-estar psicológico da população. (EVERY-PALMER; JENKINS; GENDALL *et al.*, 2020) Além disso, estudos realizados em diversos países, com o intuito de investigar as repercussões da pandemia da COVID-19 para a saúde mental, vêm revelando que ela tem causado sofrimento psicológico perceptível. (BURHAMAH; ALKHAYYAT; OROSZLÁNYOVÁ *et al.*, 2020)

E nível individual, é revelado que durante as medidas de distanciamento e isolamento social podem ocorrer aumento significativo de quadros depressivos, ansiedade, estresse pós-traumático, medo, pânico e insônia, não apenas na população diretamente afetada pelo vírus, mas também na população em geral. (CASAGRANDE; FAVIERI; TAMBELLI *et al.*, 2020) Verificou-se, ainda, a possibilidade de exacerbarem a depressão e a ansiedade pré-existentes, com efeitos

deletérios expressivos sobre aquelas pessoas que já têm a saúde mental comprometida. (EVERY-PALMER; JENKINS; GENDALL *et al.*, 2020) E em nível coletivo, essas medidas estão associadas a uma série de adversidades psicossociais, incluindo, entre outras, dificuldades econômicas e violência doméstica. (FIORILLO; SAMPOGNA; GIALONARDO *et al.*, 2020; WATHELET; DUHEM; VAIVA *et al.*, 2020)

Nessa perspectiva, a maioria dos estudos sugere que, além do cuidado com a saúde física é fundamental que se dê atenção também às consequências psicológicas e psiquiátricas associadas à pandemia da COVID-19, uma vez que o isolamento social, as atividades sociais restritas e o contato com as notícias divulgadas pelas diversas mídias podem desencadear uma série de transtornos de ordem psiquiátrica e/ou psicológica. (BURHAMAH; ALKHAYYAT; OROSZLÁNYOVÁ *et al.*, 2020; BENKE; AUTENRIETH; ASSELMANN *et al.*, 2020; LIMA, 2020; GUPTA; SAHOO; MEHRA *et al.*, 2020) Inclusive, já foi levantada a hipótese de que essas circunstâncias podem levar a adoção de um comportamento de risco extremo, envolvendo inclusive tendências suicidas, indicando que o isolamento social e a solidão são fatores de risco reconhecidos para tentativas de suicídio. (PANDEY; BANSAL; GOYAL *et al.*, 2020)

De acordo com estudo realizado na Espanha, existem evidências de que os efeitos psicológicos de surtos de infecção podem ser sentidos por meses ou até anos após esses eventos; portanto, uma melhor compreensão do impacto psicológico da pandemia da COVID-19 é fundamental para que se possa pôr em prática estratégias de enfrentamento que possam mitigar essas respostas durante a pandemia. (GARCÍA-ÁLVAREZ; DE LA FUENTE-TOMÁS; GARCÍA-PORTILLA *et al.*, 2020)

Diante do exposto, este estudo verificou qual foi o impacto das medidas restritivas, como isolamento social e quarentena, na saúde mental dos indivíduos durante a pandemia de COVID-19. Como também verificou a prevalência de sofrimento psicológico entre a população em geral; e quais medidas podem ser utilizadas para amenizá-lo. Consequentemente, a questão que se busca responder com este estudo é a seguinte: “Qual é o impacto das medidas de isolamento social na saúde mental dos indivíduos durante a pandemia da COVID-19?”.

Em termos teórico-metodológicos trata-se de uma revisão integrativa de literatura, realizada com artigos científicos nacionais e estrangeiros que tratam sobre o tema em pauta, publicados no ano de 2020 em meio eletrônico.

Tendo em vista a importância do tema aqui tratado, considera-se que este estudo poderá contribuir para uma melhor compreensão sobre o sofrimento psicológico que afeta as pessoas neste momento de pandemia, além

de contribuir para futuras pesquisas acadêmicas na área da Psicologia.

Material e Método

O método de pesquisa aplicado foi uma Revisão Integrativa de Literatura por meio de pesquisa realizada nas bases de dados PubMed, Lilacs, Medline e SciELO a procura de estudos relevantes em relação ao tema, publicados entre janeiro a dezembro de 2020.

O estudo baseou-se em seis etapas para a sua elaboração, as quais incluíram: definição da questão norteadora, estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão, definição das informações a serem extraídas dos estudos, levantamento e seleção dos artigos relativos ao tema, avaliação dos estudos incluídos, interpretação dos resultados e síntese dos dados.

Foram utilizados os seguintes descritores de pesquisa combinados entre si por operadores booleanos: COVID 19 OR SARS-CoV-2 OR Síndrome respiratória aguda grave coronavírus 2 AND Isolamento social OR Confinamento domiciliar, OR Lockdown AND Saúde Mental OR Saúde Psicológica. Os critérios de inclusão para a seleção dos artigos foram: artigos publicados de janeiro a dezembro de 2020 nos idiomas português e inglês. Foram excluídos artigos que não se enquadravam ao tema da pesquisa e artigos duplicados nas bases de dados.

Resultados

Na primeira fase da busca, um total de 560 artigos foram encontrados nas bases de dados; após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão e a avaliação quanto a elegibilidade foram incluídos neste estudo três artigos da SciELO, seis da Medline, três da Lilacs e dezesseis da PubMed, perfazendo um total de 28 artigos, conforme apresentado na figura 1.

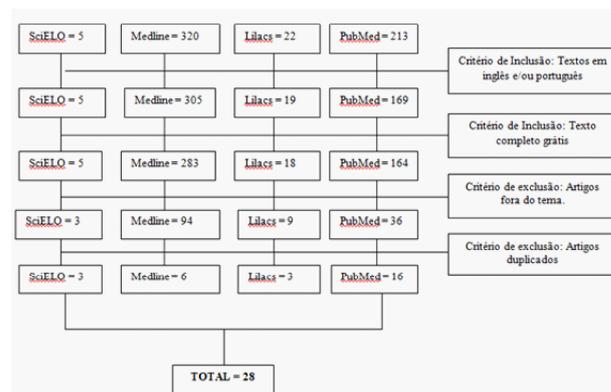


Figura 1. Resultado da busca bibliográfica nas bases de dados.

Verifica-se que 23 artigos utilizaram metodologia transversal, com exceção do estudo realizado por Silva, Santos e Oliveira (2020) (Estudo Reflexivo) e as revisões de literatura realizadas por Pereira, Oliveira, Costa *et al.* (2020), Torales, O'Higgins, Castaldelli-Maia *et al.* (2020), Schmidt, Crepaldi, Bolze *et al.* (2020) e Lima (2020).

Os estudos transversais foram realizados em diversos países, envolvendo, Europa, Ásia, África e Américas. As amostras foram recrutadas principalmente por meio da mídia social online. Os pesquisadores usaram vários tipos de questionários como instrumentos de pesquisa e uma variedade de instrumentos de avaliação.

No Quadro 1 são listados os estudos que utilizaram metodologia transversal, sendo compilados os seguintes

dados: autor; país onde foi realizada a pesquisa; fonte de dados utilizada e quantitativo da amostra (total de participantes de cada estudo); instrumentos de avaliação utilizados na pesquisa para verificar o nível de sofrimento psicológico; e principais impactos do isolamento social, quarentena e/ou *lockdown* na saúde mental encontrados pelos pesquisadores.

Discussão

Embora as medidas restritivas de saúde pública, como isolamento social, quarentena e/ou *lockdown* sejam condutas essenciais para reduzir a propagação viral, elas representam um grande desafio para o bem-estar geral da população. (FERNÁNDEZ; CRIVELLI;

Quadro 1. Características dos estudos transversais publicados no ano de 2020 sobre o impacto do isolamento social decorrente da pandemia da COVID-19 na saúde mental.

AUTORES	PAÍS	Nº DE PARTICIPANTES	FONTE DE DADOS	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	PRINCIPAIS IMPACTOS
Azizi et al. (2020)	Marrocos	537	Pesquisa online (9 a 30 de maio de 2020).	Questionário de Qualidade de Vida - EQ-5D-5L	As mulheres apresentaram mais problemas de mobilidade, dor/desconforto e ansiedade / depressão em comparação com os homens
Du et al. (2020)	China	687 (profissionais diversos)	Pesquisa online (19 de março a 7 de abril de 2020)	Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21) Escala de Estresse Percebido (PSS-14)	Sintomas elevados de depressão, ansiedade e estresse na população em geral durante os estágios finais do lockdown.
Al-Ajlouni et al. (2020)	Jordânia	1.240	Pesquisa online (últimas 2 semanas de março de 2020).	Escala de Transtorno de Ansiedade Generalizada (GAD-7). Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh. Escala do Center for Epidemiological Studies - Depression (CES-D).	Aumento dos sintomas depressivos e ansiedade os quais foram associados a resultados ruins de saúde do sono durante o lockdown
Delmastro; Zamariola (2020)	Itália	6.692	Pesquisa online (4 a 19 de junho de 2020).	Short Mood and Feelings Questionnaire (SMFQ).	Escore mais altos de sintomas depressivos indicativos de humor depressivo em mulheres, adultos mais jovens, pessoas que relataram incerteza profissional e status socioeconômico mais baixo.
Duarte et al. (2020)	B R A S I L (Rio G. do Sul)	799	Pesquisa online (8 a 23 de abril de 2020).	Self-Report Questionnaire (SRQ-20)	Ter renda diminuída no período, fazer parte do grupo de risco e estar mais exposto a informações sobre mortos e infectados, são fatores que podem provocar maior prejuízo na saúde mental
Burhamah et al. (2020)	Kuwait	4.132	Pesquisa online (25 a 30 de maio de 2020).	Questionário de Saúde do Paciente (PHQ-9). Escala de Transtorno de Ansiedade Generalizada (GAD-7).	Níveis mais elevados de depressão e ansiedade entre a população mais jovem.

Quadro 1 (cont.). Características dos estudos transversais publicados no ano de 2020 sobre o impacto do isolamento social decorrente da pandemia da COVID-19 na saúde mental.

AUTORES	PAÍS	Nº DE PARTICIPANTES	FONTE DE DADOS	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	PRINCIPAIS IMPACTOS
Rodríguez-Rey et al. (2020)	Espanha	3.055	Pesquisa online (17 a 24 de março de 2020).	Escala de Impacto do Evento - Revisada (IES-R). Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21). Escala de Estresse Percebido (PSS-14)	Mais de um terço da população pesquisada apresentou sintomas de impacto psicológico moderado ou grave. O nível de saúde percebido foi negativamente associado ao impacto psicológico, estresse, ansiedade e sintomas de depressão.
Benke et al. (2020)	Alemanha	4335	Pesquisa online (17 de abril e 15 de maio de 2020).	Questionário de Saúde do Paciente - 9 (PHQ-9). Escala de Transtorno de Ansiedade Generalizada (GAD-7). Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5 CIDI) . Escala de Solidão UCLA Versão 3.	Um nível mais alto de restrições estava associado a mais solidão, maior sofrimento psicossocial e menor satisfação com a vida.
Fiorillo et al. (2020)	Itália	20.720	Pesquisa online (março a maio de 2020)	Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21). Questionário de Saúde Geral (QSG-12). Inventário de Obsessões e Compulsões Revisado (OCI-R). Escala de Atributos de Ideação Suicida (SIDAS). Escala de Impacto de Evento (IES). Escala de solidão UCLA. Questionário Brief-COPE. Inventário de Crescimento Pós-Traumático (PTGI).	Independente das características sociodemográficas, os níveis de ansiedade, sintomas depressivos e de estresse aumentaram com o tempo, sendo mais graves nas últimas semanas do Lockdown.
Novotný et al. (2020)	República Tcheca	715	Pesquisa online (24 de abril a 27 de maio de 2020).	Escala de Estresse Percebido (Perceived Stress Scale - PSS) Questionário de Saúde do Paciente (PHQ)	Aumento significativo nos níveis de estresse e na gravidade dos sintomas depressivos.
Casagrande et al. (2020)	Itália	2.291	Pesquisa online (18 de março a 2 de abril de 2020).	Escala de Transtorno de Ansiedade Generalizada (GAD-7). Questionário Geral de Bem-Estar Psicológico (PGWB). Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI). Inventário de Personalidade para o DSM-5	57,1% dos entrevistados experimentaram má qualidade do sono, 32,1% tiveram altos níveis de sintomas de ansiedade generalizada, 41,8% experimentaram sofrimento psicológico e 7,6% sintomatologia relevante de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT).
Every-Palmer et al. (2020)	Nova Zelândia	2.416	Pesquisa online (15 a 18 de abril de 2020)	Escala de Kessler (K10). Escala de Transtorno de Ansiedade Generalizada (GAD-7). Índice de Bem-Estar 5 da Organização Mundial da Saúde (OMS-5)	Aumento de Ansiedade moderada a grave em ambos os gêneros. Nível elevado de angústia em adultos com menos de 44 anos. Aumento nas taxas de violência familiar.

Quadro 1 (cont.). Características dos estudos transversais publicados no ano de 2020 sobre o impacto do isolamento social decorrente da pandemia da COVID-19 na saúde mental.

AUTORES	PAÍS	Nº DE PARTICIPANTES	FONTE DE DADOS	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	PRINCIPAIS IMPACTOS
<i>Wathelet et al. (2020)</i>	França	69.054 (estudantes universitários).	Pesquisa online (17 de abril a 4 de maio de 2020)	Inventário de Depressão de Beck (BDI-13). Escala de Impacto de Eventos - Revisão (IES-R.). Escala de Estresse Percebido (PSS-10). Escala de Ansiedade-Traço (STAI Forma Y-2).	Alta prevalência de pensamentos suicidas e sofrimento, depressão, ansiedade e estresse graves entre alunos em quarentena.
<i>Gupta et al. (2020)</i>	Nepal	142	Pesquisa online (maio de 2020).	Questionário de Saúde do Paciente (PHQ). Escala de Estresse Percebido (Perceived Stress Scale - PSS) Escala de Transtorno de Ansiedade Generalizada (GAD-7).	Aumento da morbidade mental no público em geral durante o período de lockdown.
<i>Pandey et al. (2020)</i>	Índia	1395	Pesquisa online (01 a 15 de abril de 2020)	Escala de Depressão, Ansiedade, Estresse (DASS-21)	Aumento de cerca de oito a dez vezes na prevalência de depressão e ansiedade durante o bloqueio, em comparação com as estatísticas de base na população indiana para transtornos depressivos e para transtornos de ansiedade.
<i>García-Álvarez et al. (2020)</i>	Espanha	21.207	Pesquisa online (19 a 26 de março de 2020)	Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21). Escala de Impacto de Eventos (IES).	Sintomas depressivos foram os mais prevalentes e os sintomas ansiosos os menos prevalentes.
<i>Fernández et al. (2020)</i>	Argentina	4.408	Pesquisa online (1 a 17 de abril de 2020).	Inventário Breve de Sintomas-53 (BSI- 53). Big Five Inventory-10 (BFI-10).	As mulheres, os jovens, com um diagnóstico psiquiátrico prévio ou trauma, com alto nível de neuroticismo e medo relacionado ao COVID, eram os que apresentavam maior risco de sofrimento psíquico.
<i>Massad et al. (2020)</i>	Jordânia	5.274	Pesquisa online (23a30 de março de 2020).	Inventário de Ansiedade de Beck (BAI)	Aproximadamente quatro em cada dez participantes experimentaram ansiedade relacionada à quarentena. Participantes mais jovens, mulheres e pessoas com baixo suporte social eram mais propensas a sentir ansiedade relacionada à quarentena.
<i>Shi et al. (2020)</i>	China	56. 679	Pesquisa online (28 de fevereiro a 11 de março de 2020).	Questionário de Saúde do Paciente - 9 (PHQ-9). Transtorno Geral de Ansiedade (GAD-7). Índice de Gravidade de Insônia (IGI) Escala de transtorno de estresse agudo (Acute Stress Disorder Scale).	Cerca de um quarto a um terço dos indivíduos apresentaram sintomas de depressão, ansiedade, insônia e estresse agudo. Foi alta a prevalência de depressão, ansiedade, insônia e estresse agudo entre pacientes com COVID-19.

Quadro 1 (cont.). Características dos estudos transversais publicados no ano de 2020 sobre o impacto do isolamento social decorrente da pandemia da COVID-19 na saúde mental.

AUTORES	PAÍS	Nº DE PARTICIPANTES	FONTE DE DADOS	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	PRINCIPAIS IMPACTOS
<i>Roma et al. (2020)</i>	Itália	439	Pesquisa online (28 de abril a 3 de maio de 2020).	Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21). Inventário de Personalidade para o DSM-5. Formulário Breve — Adulto (PID-5-BF)	Aumento nos níveis de estresse e depressão, mas nenhum aumento na ansiedade.
<i>Yamamoto et al. (2020)</i>	Japão	11.333	Pesquisa online (11 de maio a 12 de maio de 2020).	Escala de Kessler (K6). Questionário de Saúde do Paciente (Patient Health Questionnaire-9 - PHQ-9). Escala de Solidão da UCLA	Aumento do sofrimento mental traduzido em angústia e sintomas de depressão.
<i>Bu et al. (2020)</i>	Reino Unido	38.217	Pesquisa online (23 de março a 10 de maio de 2020).	Escala de Solidão UCLA Versão 3. Escala de Suporte Social Percebido (F-SozU K-6).	Os níveis percebidos de solidão eram relativamente estáveis no Reino Unido, mas para muitas pessoas, esses níveis eram altos, sem sinais de melhora.
<i>Smith et al. (2020)</i>	EUA	278	Pesquisa online (16 de abril e 9 de maio de 2020).	Escala de Depressão, Ansiedade, Estresse (DASS-21). Questionário de avaliação (VQ) Índice de Bem-Estar 5 da Organização Mundial da Saúde (OMS-5). Escala de Amizade - (Friendship Scale - Hawthorne, 2006). Questionário de Aceitação e Ação II (AAQ-2). Questionário de regulação emocional (ERQ). Escala de intolerância à incerteza (IUS-12).	A relação entre isolamento social e sofrimento psicológico foi moderada tanto pela inflexibilidade psicológica quanto pela intolerância à incerteza. Em ambos os casos, níveis mais altos de isolamento social foram relacionados a piores resultados de saúde mental, e a força dessas relações aumentou entre os participantes à medida que os níveis dos moderadores aumentaram (baixo, médio, alto).

GUIMET *et al.*, 2020) São experiências desagradáveis para a grande maioria das pessoas, originando sensação de tédio, insegurança e incerteza sobre a doença e o futuro, caracterizando-se como uma séria ameaça à saúde mental. (FIORILLO; SAMPOGNA; GIALONARDO *et al.*, 2020; MASSAD; AL-TAHER; MASSAD *et al.*, 2020)

Estima-se que em situações de pandemia, de um terço a cinquenta por cento da população venha a apresentar consequências psicológicas e psiquiátricas caso não recebam os cuidados adequados, ultrapassando, inclusive, o número de pessoas acometidas pela infecção. (LIMA, 2020)

Diferentemente de outras epidemias e pandemias que já aconteceram no século XXI, como a Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS) e a Síndrome Respiratória do Oriente Médio (MERS), a COVID-

19 é considerada a síndrome respiratória viral mais contagiosa e mais severa desde a pandemia de influenza H1N1, ocorrida em 1918, também conhecida como gripe espanhola, a qual levou a óbito milhares de pessoas no mundo. (SCHMIDT; CREPALDI; BOLZE *et al.*, 2020; SHI; LU; QUE *et al.*, 2020)

Por si só, a pandemia da COVID-19 tem sido motivo para impactar negativamente o estado psicológico das pessoas, uma vez que as preocupações relacionadas à morbidade e mortalidade da doença podem ter um enorme impacto na saúde psicológica e mental. (PANDEY; BANSAL; GOYAL *et al.*, 2020)

Além do medo da infecção e pelo fato de ser uma doença ainda pouco conhecida e com um prognóstico incerto, devido à transmissão do vírus ocorrer mediante contato pessoal, onde familiares são geralmente recomendados a se distanciar de seus

parentes diagnosticados com COVID-19, como forma de evitar o contágio, isso pode gerar sentimentos de incapacidade e de frustração. (PEREIRA; OLIVEIRA; COSTA *et al.*, 2020) Estudo realizado na China mostrou que aproximadamente 50% dos familiares ou amigos de pacientes com COVID-19 apresentaram sintomas de saúde mental leves a graves. (SHI; LU; QUE *et al.*, 2020)

As impossibilidades de confortar ou cuidar de membros da família, de ter a chance de estar com os seus entes queridos quando a doença se agrava ou culmina em óbito e de poder se despedir ou de organizar um funeral, tem representado uma carga psicológica significativa para essas pessoas. (DU; MAYER; HUMMEL *et al.*, 2020; PEREIRA; OLIVEIRA; COSTA *et al.*, 2020)

Da mesma forma, as medidas restritivas, como a quarentena e o distanciamento social, colocadas em prática na maioria dos países, até então desconhecidas por grande parte da população mundial, trouxeram diversos desafios. Observa-se, por exemplo, que desde que essas medidas começaram a ser implantadas vivencia-se, como resultado, questões sociais e econômicas graves, como desemprego, perda de renda, pessoas com dificuldades de suprir suas necessidades básicas, como alimentação e moradia, as quais também são situações que têm contribuído para impactar significativamente a saúde mental das pessoas.

Nesse sentido, vários estudos reportam que o distanciamento de familiares, as oportunidades de atividades recreativas limitadas, a impossibilidade de frequentar escolas e universidades, com o estudo e o trabalho à distância (*home office*), bem como o aumento do desemprego e a insegurança financeira têm causado implicações sérias na saúde mental da população. (DU; MAYER; HUMMEL *et al.*, 2020; NOVOTNÝ; GONZALEZ-RIVAS; KUNZOVÁ *et al.*, 2020; EVERY-PALMER; JENKINS; GENDALL *et al.*, 2020)

Cita-se ainda a existência de alguns fatores de risco que podem contribuir para aumentar o impacto da pandemia e do isolamento social na saúde mental. Foi observado, em um estudo realizado no Brasil, uma maior inclinação para sofrimento mental entre pessoas adultas mais jovens, do sexo feminino, com histórico prévio de transtorno mental, que faziam parte do grupo de risco, como também entre aquelas que tiveram a renda reduzida ou que estavam mais expostas às informações sobre mortos e infectados. (DUARTE; SANTO; LIMA *et al.*, 2020)

Outros estudos revelam também níveis mais elevados de ansiedade e depressão entre pessoas que passavam mais tempo seguindo noticiários sobre a COVID-19, acontecendo o mesmo com aquelas que gastavam mais tempo que o habitual usando a Internet a procura de informações sobre a doença. (AZIZI; ACHAK; ABOUDI *et al.*, 2020; BURHAMAH; ALKHAYYAT; OROSZLÁNYOVÁ *et al.*, 2020;

FIORILLO; SAMPOGNA; GIALONARDO *et al.*, 2020) Para Du, Mayer, Hummel *et al.* (2020) embora na Internet se possa encontrar elementos de apoio emocional, como telemedicina para pacientes com COVID-19, educação em saúde e aconselhamento em saúde mental, a sua exposição em excesso parece desempenhar papel importante nos problemas de saúde mental durante a pandemia.

Estudos enfatizam o poder das redes sociais e a necessidade de direcionar essas ferramentas na conscientização e na promoção da educação (BURHAMAH; ALKHAYYAT; OROSZLÁNYOVÁ *et al.*, 2020), bem como a necessidade de os profissionais de mídia estarem adequadamente treinados, de forma que sejam capazes de fornecer informações imparciais e menos sensacionalistas nas situações catastróficas como esta que se vivencia atualmente. (FIORILLO; SAMPOGNA; GIALONARDO *et al.*, 2020)

Estudos revelam existir, ainda, grande possibilidade de aumento na incidência de números clinicamente relevantes de pessoas que venham a se envolver em comportamentos prejudiciais, como suicídio, por exemplo. (DELMASTRO; ZAMARIOLA, 2020) Estudo realizado na França com estudantes universitários mostrou que o isolamento social e as medidas de restrições foram responsáveis por elevados níveis de sofrimento psicológico, incluindo alta prevalência de pensamentos suicidas, ansiedade, depressão e estresse. (WATHELET; DUHEM; VAIVA *et al.*, 2020)

Novotný, Gonzalez-Rivas e Kunzová *et al.* (2020) verificaram que o isolamento social resultou em um aumento significativo nos níveis de estresse e nos sintomas depressivos da população, afetando principalmente a saúde mental de mulheres e de pessoas adultas mais jovens. Os autores sugerem que a maior incidência de sofrimento psicológico entre as pessoas adultas mais jovens possivelmente esteja associada com preocupações com estudos, segurança no trabalho e estabilidade financeira.

Esses dados corroboram com estudos realizados no Kuwait e na Nova Zelândia, onde foi observado que pessoas mais idosas, bem como aquelas já aposentadas, apresentaram menor probabilidade de sofrer impacto psicológico devido ao *lockdown* quando comparadas com aquelas mais jovens. (BURHAMAH; ALKHAYYAT; OROSZLÁNYOVÁ *et al.*, 2020; EVERY-PALMER; JENKINS; GENDALL *et al.*, 2020)

Foi observado por Roma, Monaro, Colasanti *et al.* (2020), em estudo realizado na Itália, que história de situações estressantes, histórico de problemas de saúde e ter um parente com COVID-19 foram fatores associados à ansiedade e ao aumento da depressão entre a população em geral durante o *lockdown*, sendo também encontrada associação entre a faixa etária jovem e um maior nível de estresse.

Estudo realizado no Japão constatou que o impacto do *lockdown* foi particularmente maior entre os profissionais de saúde e entre as pessoas com histórico de tratamento para transtornos psiquiátricos e adultos jovens. (YAMAMOTO; UCHIUMI; SUZUKI *et al.*, 2020) Benke, Autenrieth, Asselmann *et al.* (2020) constataram também, em estudo realizado na Alemanha, maior sofrimento mental entre pessoas que estavam fazendo e/ou já haviam feito uso de tratamento psicoterápico ou psiquiátrico.

Massad, Al-Taher, Massad *et al.* (2020) verificaram, em estudo realizado na Jordânia, que cerca de 40% da população estudada experimentou algum grau de ansiedade relacionada com a quarentena. Entre os fatores de risco significativos correlacionados com níveis mais elevados de ansiedade destacaram o sexo feminino, a falta de apoio social e de apoio financeiro. Os autores sugerem que aos grupos vulneráveis deve ser oferecido apoio psicológico em termos de aconselhamento online e/ou grupos de apoio.

Na Espanha, estudo realizado por García-Álvarez, De La Fuente-Tomás, García-Portilla *et al.* (2020) durante o *lockdown*, revelou que entre pessoas que não tem antecedentes de transtorno mental, o fato de ser do sexo feminino representa por si só um risco mais elevado para o sofrimento psicológico. No entanto, independentemente do sexo, o avançar da idade diminui o risco de depressão ou de estresse e aumenta o risco de pensamentos intrusivos. O estudo sugere que o aproveitamento do tempo livre pode ser uma estratégia de proteção contra a ansiedade, o estresse, os pensamentos intrusivos e a evitação, mas não contra a depressão.

Bu, Steptoe e Fancourt (2020) verificaram, em estudo realizado no Reino Unido, que pessoas com diagnósticos de transtornos mentais pré-existent, adultos jovens, mulheres e estudantes corriam maior risco de vivenciar altos níveis de solidão; mas certos fatores sociais, como morar com outras pessoas, ter amigos próximos e ter forte apoio social percebido foram apontados como elementos de proteção.

Estudos mostram ainda que a insônia, a ansiedade e a frustração relacionadas à COVID-19 foram fatores de risco para o aumento do sofrimento psicológico, enquanto hábitos de sono saudáveis e otimismo foram vistos como fatores de proteção. (YAMAMOTO; UCHIUMI; SUZUKI *et al.*, 2020) Estudo realizado na Itália revelou haver uma relação significativa entre a qualidade do sono, a ansiedade generalizada e o sofrimento psicológico com sintomatologia do transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) relacionados à COVID-19. (CASAGRANDE; FAVIERI; TAMBELLI *et al.*, 2020)

Du, Mayer, Hummel *et al.* (2020) observaram que algumas estratégias de enfrentamento, como expressar emoções, consumir bebidas alcoólicas ou limitar-se

a receber informações sobre a COVID-19 durante o *lockdown* aumentaram a incidência de sintomas de depressão, de ansiedade e de estresse. Por outro lado, estratégias ativas para lidar com a ansiedade moderada a extremamente grave, como tomar medidas de proteção e adquirir melhor conhecimento, foram mais benéficas; contudo, a estratégia mais eficaz foi focar no enfrentamento mental, como técnicas de relaxamento e a obtenção de conhecimentos sobre saúde mental.

Estudo realizado na Itália, com o objetivo de documentar a evolução do sofrimento psicológico durante o *lockdown*, revelou que indivíduos que se empenharam em estratégias ativas e flexíveis em situações estressantes apresentaram menos sintomas depressivos. (ROMA; MONARO; COLASANTI *et al.*, 2020)

Burhamah, AlKhayyat, Oroszlányová *et al.* (2020) verificaram, em estudo realizado no Kuwait, com 4.132 pessoas, uma baixa incidência de sintomas de ansiedade. Os autores sugerem que estes resultados possivelmente estejam associados às estratégias de apoio psicológico empregadas naquele país, as quais podem ter contribuído para evitar a angústia causada por informações falsas. Entre essas estratégias os autores destacam o lançamento de um site online com oferta de sessões gratuitas de aconselhamento psicológico, vídeos educacionais focando os mecanismos de enfrentamento da ansiedade e do estresse e informações sobre o vírus e os métodos de prevenção para reduzir a sua transmissão.

Entre as iniciativas praticadas no Brasil, destaca-se a publicação, em 26 de maio de 2020, da Resolução nº 4/2020 do Conselho Federal de Psicologia, autorizando a prestação de serviços psicológicos remotos a pessoas e grupos em situação de urgência, emergência e desastre, bem como de violação de direitos ou violência, visando atenuar as implicações psicológicas diante da COVID-19. (SCHMIDT; CREPALDI; BOLZE *et al.*, 2020)

Fernández, Crivelli, Guimet *et al.* (2020) apontam para o papel da mídia e dos formuladores de políticas públicas no desenvolvimento de estratégias de comunicação, recomendações e programas de saúde mental com a finalidade de diminuir o medo da população e prepará-la para a adoção de melhores formas de enfrentamento.

Nessa perspectiva, estudos ressaltam a necessidade de se empregar, a nível global, medidas de saúde que tenham como foco também o impacto da pandemia na saúde mental, entre as quais podem ser citadas intervenções psicológicas de apoio, sobretudo para lidar com aqueles estressores psicossociais relacionados ao isolamento/quarentena, o medo e a vulnerabilidade. (TORALES; O'HIGGINS; CASTALDELLI-MAIA *et al.*, 2020)

Smith, Twohy e Smith (2020) sugerem que, diante da crise atual e das sucessivas medidas de

distanciamento social que estão em vigor em todo o mundo, a utilização de intervenções eficazes para aliviar os efeitos prejudiciais do isolamento social na saúde mental é uma estratégia imprescindível.

Conclusão

Este estudo permitiu verificar que a COVID-19 é uma ameaça global à saúde, trazendo consigo sentimentos de medo, angústia e incertezas em relação ao futuro. Embora atualmente, no momento da conclusão deste trabalho, existam diversas vacinas disponíveis visando à redução da morbimortalidade causada pela doença, ainda é imperativo que se mantenha as medidas de prevenção, como a higienização constante das mãos, o uso de máscaras faciais e o distanciamento físico.

Medidas restritivas vêm sendo impostas pela grande maioria dos países desde o começo da pandemia com o objetivo de reduzir a disseminação do vírus e evitar o colapso do sistema de saúde. Tais medidas vieram transformar o modo de viver das pessoas, alterando rotinas e hábitos, como beijar, abraçar ou cumprimentar com aperto de mão, bem como a maneira de interação social, de trabalhar, de realizar atividades recreativas/lazer e de educação. Essas mudanças trouxeram consequências significativas à saúde mental das pessoas, colaborando para o aumento de sintomas depressivos, de ansiedade e de alterações na qualidade do sono.

Ficou evidente nos estudos pesquisados que as mulheres são as mais vulneráveis, apresentando níveis mais elevados de estresse, de ansiedade e de sintomas depressivos. Observa-se que a idade mais jovem também é um fator que está associado a níveis mais elevados de ansiedade, de angústia e de sintomas depressivos. Outras variáveis, como fatores socioeconômicos e nível educacional, tiveram particular influência na saúde psicológica e mental das pessoas durante as medidas de isolamento social. Alguns estudos revelaram ainda a influência negativa da mídia e das redes sociais no aumento do sofrimento psicológico.

Conclui-se que existe a necessidade de que sejam organizadas iniciativas de saúde pública direcionadas às populações mais vulneráveis, de forma que se possa reduzir a incidência de sofrimento psicológico decorrente da pandemia da COVID-19 e das consequentes medidas restritivas. Essas iniciativas devem ser pautadas levando-se em conta uma abordagem integral que considere as dimensões físicas, mentais e sociais desses indivíduos.

Referências

AL-AJLOUNI, Y. A.; PARK, S. H.; ALAWA, J. et al. Anxiety And Depressive Symptoms Are Associated With Poor Sleep Health During a Period Of COVID-19-Induced Nationwide Lockdown: A Cross-Sectional Analysis Of Adults In Jordan. **BMJ Open**, v. 10, e041995, p. 1-10, Dez. 2020. Disponível

em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33371040/>. Acesso em: 21 de março de 2021.

AZIZI, A.; ACHAK, D.; ABOUDI, K. et al. Health-Related Quality Of Life And Behavior-Related Lifestyle Changes Due To The COVID-19 Home Confinement: Dataset From a Moroccan Sample. **Data Brief**, v. 32, e106239, p. 1-10, Oct. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32868996/>. Acesso em: 24 de março de 2021.

BENKE, C.; AUTENRIETH, L. K.; ASSELMANN, E. et al. Lockdown, Quarantine Measures, And Social Distancing: Associations With Depression, Anxiety And Distress At The Beginning Of The COVID-19 Pandemic Among Adults From Germany. **Psychiatry Res.**, v. 293, e113462, p. 1-9, Nov. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32987222/>. Acesso em: 09 de março de 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **COVID-19 - Painel Coronavírus**. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br>. Acesso em: 30 out. de 2020.

BU, F.; STEPTOE, A.; FANCOURT, D. Loneliness During A Strict Lockdown: Trajectories And Predictors During The COVID-19 Pandemic In 38,217 United Kingdom Adults. **Soc Sci Med.**, v. 265, e113521, p. 1-6, Nov. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33257177/>. Acesso em: 23 de fev. de 2021.

BURHAMAH, W.; ALKHAYYAT, A.; OROSZLÁNYOVÁ, M. et al. The Psychological Burden Of The COVID-19 Pandemic And Associated Lockdown Measures: Experience From 4000 Participants. **J Affect Disord.**, v. 277, p. 977-985, Dez. 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7476447/>. Acesso em: 18 de fev. de 2021.

CASAGRANDE, M.; FAVIERI, F.; TAMBELLI, R. et al. The Enemy Who Sealed The World: Effects Quarantine Due To The COVID-19 On Sleep Quality, Anxiety, and Psychological Distress In The Italian Population. **Sleep Med.**, v. 75, p. 12-20, Nov. 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7215153/>. Acesso em: 25 de março de 2021.

DELMASTRO, M.; ZAMARIOLA, G. Depressive Symptoms In Response To COVID-19 And Lockdown: A Cross-Sectional Study On The Italian Population. **Sci. Rep.**, v. 10, e22457, p. 1-10, Dez. 2020. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/s41598-020-79850-6>. Acesso em: 15 de março de 2021.

DU, J.; MAYER, G.; HUMMEL, S. et al. Mental Health Burden In Different Professions During The Final Stage Of The COVID-19 Lockdown In China: Cross-Sectional Survey Study. **J Med Internet Res.**, v. 22, n. 12, e24240, p. 1-12, Dez. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33197231/>. Acesso em: 11 de fev. de 2021.

DUARTE, M. Q.; SANTO, M. A. S.; LIMA, C. P. et al. COVID-19 e Os Impactos Na Saúde Mental: Uma Amostra Do Rio Grande do Sul, Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 9, p. 3401-3411, Sept. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/ghSHWNYkP6gqJm4LQVhkB7g/?lang=pt>. Acesso em: 19 de março de 2021.

EVERY-PALMER, S.; JENKINS, M.; GENDALL, P. et al. Psychological Distress, Anxiety, Family Violence, Suicidality, And Wellbeing In New Zealand During The COVID-19 Lockdown: A Cross-Sectional Study. **PLOS One**, v. 15, n. 11, e0241658, p. 1-19, Nov. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33147259/>. Acesso em: 20 de março de 2021.

FERNÁNDEZ, R. S.; CRIVELLI, L.; GUIMET, N. M. et al. Psychological Distress Associated With COVID-19 Quarantine: Latent Profile Analysis, Outcome Prediction And Mediation Analysis. **J Affect Disord.**, v. 1, n. 277, p. 75-84, Dez. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32799107/>. Acesso em: 15 de fev. de 2021.

FIORILLO, A.; SAMPOGNA, G.; GIALONARDO, V. et al. Effects Of The Lockdown On The Mental Health Of The General Population During The COVID-19 Pandemic In Italy: Results From The COMET Collaborative Network. **Eur Psychiatry.**, v. 28, n. 63, e87, p. 1-11, Set. 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7556907/>. Acesso em: 21 de março de 2021.

GARCÍA-ÁLVAREZ, L.; DE LA FUENTE-TOMÁS, L.; GARCÍA-PORTILLA, M. P. et al. Early Psychological Impact Of The 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic And Lockdown In A Large Spanish Sample. **J Glob Health.**, v. 10, v. 2, e020505, p. 1-15, Dez. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33110588/>. Acesso em: 12 de março de 2021.

GUPTA, A. K.; SAHOO, S.; MEHRA, A. et al. Psychological Impact Of

'Lockdown' Due To COVID-19 Pandemic In Nepal: An Online Survey. **Asian J Psychiatr.**, v. 54, e102243, p. 1-2, Dez. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32619836/>. Acesso em: 21 de março de 2021.

LIMA, R. C. Distanciamento E Isolamento Sociais Pela Covid-19 No Brasil: Impactos Na Saúde Mental. **Physis.**, v. 30, n. 2, e300214, p. 1-10, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/nyq3wrt8qpWFsSNpbgYXLWG/?lang=pt>. Acesso em: 23 de março de 2021.

MASSAD, I.; AL-TAHER, R.; MASSAD, F. et al. The Impact Of The COVID-19 Pandemic On Mental Health: Early Quarantine-Related Anxiety And Its Correlates Among Jordanians. **East Mediterr Health J.**, v. 26, n. 10, p. 1165-1172, Out. 2020. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/global-literature-on-novel-coronavirus-2019-ncov/resource/pt/covidwho-886696>. Acesso em: 21 de fev. de 2021.

NOVOTNÝ, J. S.; GONZALEZ-RIVAS, J. P.; KUNZOVÁ, Š. et al. Risk Factors Underlying COVID-19 Lockdown-Induced Mental Distress. **Front Psychiatry.**, v. 21, n. 11, e603014, p. 1-11, Dez. 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7793642/>. Acesso em: 24 de março de 2021.

PANDEY, D.; BANSAL, S.; GOYAL, S. et al. Psychological Impact Of Mass Quarantine On Population During Pandemics-The COVID-19 Lock-Down (COLD) Study. **PLoS One.**, v. 15, n. 10, e0240501, p. 1-10, Out. 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7580982/>. Acesso em: 14 de fev. de 2021.

PEREIRA, M. D.; OLIVEIRA, L. C.; COSTA, C. F. T. et al. A Pandemia De COVID-19, O Isolamento Social, Consequências Na Saúde Mental E Estratégias De Enfrentamento: Uma Revisão Integrativa. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, e652974548, p. 1-35, Maio 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4548>. Acesso em: 15 de fev. de 2021.

RODRÍGUEZ-REY, R.; GARRIDO-HERNANSAIZ, H.; COLLADO, S. Psychological Impact And Associated Factors During The Initial Stage Of The Coronavirus (COVID-19) Pandemic Among The General Population In Spain. **Front Psychol.**, v. 23, n. 11, e1540, p. 1-23, Jun. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32655463/>. Acesso em: 08 de março de 2021.

ROMA, P.; MONARO, M.; COLASANTI, M. et al. A 2-Month Follow-Up Study Of Psychological Distress Among Italian People During The COVID-19 Lockdown. **Int J Environ Res Public Health**, v. 17, n. 11, e8180, p. 1-12, Nov. 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7663995/>. Acesso em: 10 de março de 2021.

SCHMIDT, B.; CREPALDI, M. A.; BOLZE, S. D. A. et al. Saúde Mental E Intervenções Psicológicas Diante Da Pandemia Do Novo Coronavírus (COVID-19). **Estud. Psicol.**, Campinas, v. 37, e200063, p. 1-13, Maio 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/L6j64vKkynZH9Gc4PtNWQng/?lang=pt>. Acesso em: 12 de março de 2021.

SHI, L.; LU, Z. A.; QUE, J. Y. et al. Prevalence Of And Risk Factors Associated With Mental Health Symptoms Among The General Population In China During The Coronavirus Disease 2019 Pandemic. **JAMA Netw Open.**, v. 3, n. 7, e2014053, p. 1-16, Jul. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32609353/>. Acesso em: 23 de março de 2021.

SILVA, H. G. N.; SANTOS, L. E. S.; OLIVEIRA, A. K. S. Efeitos Da Pandemia Do Novo Coronavírus Na Saúde Mental De Indivíduos E Coletividades. **J. Nurs. Health.**, v. 10, n. esp., e20104007, p. 1-10, 2020. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/06/1097482/4-efeitos-da-pandemia-do-novo-coronavirus-na-saude-mental-de-i_fNxf8zd.pdf. Acesso em: 17 de fev. de 2021.

SMITH, B. M.; TWOHY, A. J.; SMITH, G. S. Psychological Inflexibility And Intolerance Of Uncertainty Moderate The Relationship Between Social Isolation And Mental Health Outcomes During COVID-19. **J Contextual Behav Sci.**, v. 18, p. 162-174, Out. 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7489247/>. Acesso em: 20 de fev. de 2021.

TORALES, J.; O'HIGGINS, M.; CASTALDELLI-MAIA, J. M. et al. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. **Int J Soc Psychiatry**, v. 66, n. 4, p. 317-320, Jun. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32233719/>. Acesso em: 19 de março de 2021.

WATHELET, M.; DUHEM, S.; VAIVA, G. et al. Factors Associated With Mental Health Disorders Among University Students In France Confined During The COVID-19 Pandemic. **JAMA Netw Open.**, v. 3, n. 10, e2025591,

p. 1-13, Out. 2020.

WHO. **Coronavirus Disease (COVID-19) pandemic.** Disponível em: https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=Cj0KCCQjw28T8BRDbARIsAEOMBczuUqljHx2CXXKX7rtKKwt70mZUpz0URIJLMS2V_Q5oPNs6XtL4BquUaAu4OEALw_wcB. Acesso em: 30 out. 2020.

YAMAMOTO, T.; UCHIUMI, C.; SUZUKI, N. et al. The Psychological Impact Of 'Mild Lockdown' In Japan During The COVID-19 Pandemic: A Nationwide Survey Under A Declared State Of Emergency. **Int J Environ Res Public Health**, v. 17, n. 24, e9382, p. 1-19, Dez. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33333893/>. Acesso em: 10 de jan. de 2021.