

Impactos à saúde mental e intervenções possíveis frente à COVID-19: uma revisão sistemática da literatura

Fernanda Fernandes Rodrigues. Núcleo Assistencial Humberto de Campos. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina

Alexandre Feltens. Universidade do Vale do Itajaí. Unimed Litoral

Karen Rayany Ródio Trevisan. Universidade Federal de Santa Catarina. Faculdade Cesusc

Roberta Borghetti Alves. Universidade do Vale do Itajaí

Taise Fernanda Kohler. Centro Universitário Central Paulista. Centro de Atenção Psicossocial

Resumo

Analisou-se produções científicas voltadas aos impactos à saúde mental frente à COVID-19 e suas possíveis intervenções. Foi realizada revisão sistemática da literatura nas bases *Scielo*, *Web of Science*, *Science Direct*, *Lilacs* e *Pubmed*, utilizando os descritores “Mental Health” AND (“COVID-19” OR “Coronavirus Infections”) AND (“Psychology” OR “Interventions”), identificando-se 20 artigos. Os resultados evidenciaram os impactos notadamente às equipes de saúde, com predominância de sintomas de ansiedade, depressão, medo e insônia. Salientou-se a importância desses profissionais terem uma baixa carga horária de trabalho, gratificação e preparo psicológico para atuar em cenários de emergência. Destacam-se as medidas de saúde mental voltadas à produção de materiais de autocuidado, criação de grupos de apoio comunitário e psicológico online, assim como a psicoterapia por meio da Terapia Cognitivo-Comportamental. Evidenciou-se estudos com resultados iniciais de modo a necessitar de pesquisas randomizadas a fim de verificar se a COVID-19 é uma variável interveniente na saúde mental.

Palavras-chave: infecções por coronavírus; saúde mental; intervenção na crise.

Abstract

Mental Health impacts and possible interventions against COVID-19: a systematic review of literature. Scientific production on impacts on mental health due to COVID-19 and possible interventions were analyzed. The systematic review of literature was made in *Scielo*, *Web of Science*, *Science Direct*, *Lilacs*, and *Pubmed*, using the descriptors “Mental Health” AND (“COVID-19” OR “Coronavirus Infections”) AND (“Psychology” OR “Interventions”), identifying 20 articles. Results evidenced impacts especially on healthcare teams, with predominance of symptoms of anxiety, depression, fear and insomnia. It is highlighted that these professionals have low workload, gratification, and psychological preparation to act in scenarios of emergence in public health. Mental health measures related to production of selfcare materials, creation of online community and psychological support groups, as well as psychotherapy by means of Cognitive-Behavioral Therapy. Studies with initial results were evidenced in a way that is required to develop randomized research to detect if COVID-19 is a variable that intervenes in mental health.

Keywords: coronavirus infections; mental health; crisis intervention.

Resumen

Impactos en la Salud Mental y posibles intervenciones frente al COVID-19: una revisión sistemática de la literatura. Se analizaron producciones científicas dirigidas a impactos en la salud mental frente al covid-19 y sus posibles intervenciones. Se realizó la revisión sistemática de la literatura en las bases de datos de *SciELO*, *Web of Science*, *Science Direct*, *Lilacs* y *Pubmed*, con los descriptores “Mental Health” AND (“COVID-19” OR “Coronavirus Infections”) AND (“Psychology” OR “Interventions”), identificando 20 artículos. Los resultados evidenciaron impactos notables en los equipos de salud, predominando ansiedad, depresión, miedo e insomnio. Se resaltó la importancia de que estos profesionales tengan baja carga horaria de trabajo, gratificación y preparación psicológica para actuar en escenarios de emergencias. Se destacan medidas de salud mental dirigidas a la producción de materiales de autocuidado, creación de grupos de apoyo comunitario y psicológico en línea, así como psicoterapia por medio de la Terapia Cognitivo-Comportamental. Se evidenciaron estudios con resultados iniciales, de este modo, se requieren investigaciones aleatorias con el fin de verificar si el covid-19 es una variable que interviene en la salud mental.

Palabras claves: infecciones por coronavirus; salud mental; intervención en crisis.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou, em 30 de janeiro de 2020, Estado de Emergência Pública de Importância Internacional, sendo esse o mais alto nível de alerta da Organização, em função do surto da doença causada pelo Coronavírus. A origem desse vírus está vinculada a um mercado de frutos do mar na cidade de Wuhan, China. Isto porque, em dezembro de 2019, houve casos de uma suposta pneumonia nesta cidade, que, mais tarde, identificaram como sendo a COVID-19, vírus SARS-CoV-2, doença causada por esse novo tipo de Coronavírus (OMS, 2020a).

A pandemia da COVID-19 foi considerada a maior ameaça para a saúde global desde 1918, devido a sua rápida disseminação. Até novembro de 2020, não havia uma vacina ou um medicamento disponível para a prevenção da COVID-19, sendo necessárias, portanto, as chamadas intervenções não farmacêuticas (non-pharmaceutical interventions - NPIs) para que o contato da população com o vírus reduzisse e houvesse a diminuição da sua proliferação. Essas intervenções caracterizaram-se pelo isolamento e confinamento social (Ferguson et al., 2020). A partir do início da aplicação de imunizantes (vacinas) na população mundial, que se deu a partir de dezembro de 2020, o número de casos e mortes diminuíram (OMS, 2020a). Já em relação a medicamentos curativos para a COVID-19, não houve a identificação de algum fármaco com eficácia terapêutica específica para o tratamento dessa doença até abril de 2022 (Furuzawa, et al., 2022).

Em 22 de abril de 2022, a OMS (2022b) declarou mais de 505 milhões casos da COVID-19 e mais de 6,2 milhões de mortes no mundo. No Brasil, na mesma data, foram mais de 30 milhões de casos confirmados e mais de 662 mil mortes.

Diante deste cenário houve também uma crise de saúde mental, dada a necessidade de isolamento social, a instabilidade política e a recessão econômica (Gersons, Smid, Smit, Kazlauskas, & McFarlane, 2020; United Nations, 2020). Em situações de crise como essa, a população pode apresentar reações de angústia e de medo extremo de ser contaminado. Ainda, é possível que a população tenha comportamentos de risco à saúde, como o aumento do uso de substâncias psicoativas. O impacto na saúde mental poderá ser revertido em médio e longo prazo, uma vez que o número de pessoas afetadas psicologicamente é superior ao número de pessoas afetadas

pelo próprio vírus (Faro, Silva, Santos, & Feitosa, 2020; Shigemura, Ursano, Kurosawa, & Morganstein, 2020).

Esses impactos à saúde mental durante a pandemia ainda estão sendo investigados, porém alguns estudos internacionais evidenciaram a vivência cotidiana do medo do adoecimento pela exposição e pelo contágio ao vírus, temor da própria morte e de pessoas próximas, sentimentos de exaustão, dificuldade em lidar com a pressão e em estabelecer o luto frente a não realização de rituais de despedida do ente querido (Armitage & Nellums, 2020, Brooks et al., 2020). Identificou-se também a sensação de choque, a manifestação de tédio, a insegurança financeira, a insatisfação com as provisões e equipamentos de segurança, a ideação e tentativa de suicídio, comportamentos violentos, aumento dos sintomas depressivos e ansiosos (Barros-Delben et al., 2020; Chew et al., 2020; Park & Park, 2020; G. Wang, Zhang, Zhao, Zhang, & Jiang, 2020).

Em cenários emergenciais, tal como o ocasionado pela pandemia da COVID-19, não apenas psicólogos, mas médicos e outros profissionais da saúde podem prestar Primeiros Auxílios Psicológicos (PAP), visto que não são classificados como técnicas exclusivas da categoria - profissionais com formação em psicologia (Barros-Delben et al., 2020). Ainda assim, cabe aos psicólogos em tais cenários a utilização de técnicas científicas adequadas à demanda individual, psicoterapias breves, auxílio na resolução de problemas em situação de crises, no manejo de emoções, aconselhamento psicológico e preparação psicológica às equipes de saúde (J. Zhang, Wu, Zhao, & Zhang, 2020).

Líderes mundiais, pesquisadores e profissionais vinculados à área da saúde indicaram a necessidade do desenvolvimento de pesquisas frente aos efeitos na saúde mental na população diante da COVID-19. Sabe-se que é preciso descobrir, avaliar e refinar as intervenções direcionadas para abordar os aspectos psicológicos, sociais e neurocientíficos dessa Pandemia (Holmes et al., 2020).

Frente a esse cenário pandêmico, produções científicas foram e estão sendo produzidas diariamente de modo a necessitar de uma compilação dos dados, bem como, de uma análise crítica desses achados, a fim de contribuir com o entendimento dos impactos à saúde mental e suas respectivas intervenções frente à COVID-19. Dessa forma, este artigo teve

como objetivo analisar as produções científicas voltadas aos impactos à saúde mental frente à COVID-19 e suas intervenções.

Método

Este artigo se tratou de uma revisão sistemática de literatura, utilizada para aplicar estratégias científicas que possibilitam o mapeamento e a sistematização do conhecimento científico já publicado, por meio de uma metodologia passível de ser avaliada e replicada, além de possibilitar a redução do viés de seleção de artigos (Tranfield, Denyer, & Smart, 2003; Whitemore, 2005). Para tanto, seguiu-se as diretrizes PRISMA (Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses – Itens preferidos para reportar revisões sistemáticas e meta análises) com algumas adaptações, uma vez que os autores das diretrizes PRISMA sugerem que essas possam ser adaptadas quando o foco da revisão não possibilitar atender a todos os itens (Liberati et al., 2009).

De modo a evitar tendenciosidade na coleta de artigos, a busca foi amplamente realizada nas bases de dados: Scielo, Science Direct, Lilacs, PubMed e Web of Science. As bases de dados foram selecionadas pelo seu acesso, sua abrangência nacional e internacional, por suas publicações em periódicos de alto impacto nas ciências sociais e humanas, bem como pela abrangência na literatura na área da Psicologia e afins. A busca foi realizada pelo campo das bases correspondentes a todos os campos do artigo. Os descritores utilizados para realizar a busca foram: “Mental Health” AND (“COVID-19” OR “Coronavirus Infections”) AND (“Psychology” OR “Interventions”). Localizou-se os artigos indexados às bases até a data em que a pesquisa foi finalizada, em 17 de maio de 2020.

A delimitação do tempo deu-se em virtude da atualidade do tema, e do objetivo do estudo, assim, entendeu-se como relevante que tais dados indicassem um panorama do contexto investigado, de modo a limitar o tempo de busca dos artigos aos últimos cinco anos. A busca limitou-se aos artigos empíricos, publicados nos idiomas inglês e português. Priorizaram-se artigos científicos indexados e avaliados por pares em detrimento de livros, capítulos de

livros, teses ou dissertações, uma vez que o artigo científico é o meio de divulgação científica prioritário, além de ser mais acessível. Os idiomas foram escolhidos considerando que a língua inglesa é a língua das ciências, a qual contemplou o maior número de publicações no mundo, e o português por tratar-se da língua nativa dos pesquisadores.

Os critérios adotados para a inclusão dos artigos, considerando o objetivo proposto, foram: a) ser artigos empíricos; b) ter como foco impactos à saúde mental frente à COVID-19 e/ou em intervenções em saúde mental frente à COVID-19. Foram excluídos os estudos teóricos, revisões, capítulos de livros, teses, dissertações e comunicações em conferências, bem como, artigos cujo tema não estivesse diretamente vinculado ao contexto da pandemia da COVID-19.

Foram localizados 482 artigos, entre os quais 54 duplicados, sendo esses excluídos. Restaram 428 estudos, cujos títulos e resumos foram lidos para selecionar aqueles que respeitassem os critérios de inclusão deste estudo. Nessa etapa foram excluídos 408 estudos e 20 artigos foram lidos na íntegra.

A Figura 1 sumariza o fluxograma deste processo, seguindo o modelo PRISMA. Assim, 20 estudos foram incluídos na revisão, desses foram extraídos e compilados em uma matriz de análise em uma planilha no Google Drive, de modo a contemplar os seguintes dados: objetivo de cada estudo, instrumentos utilizados, participantes, aspectos relativos à saúde mental consequentes da vivência da pandemia COVID-19, bem como, as intervenções em saúde mental realizadas ou sugeridas pelos autores.

O comitê de avaliação dos artigos foi composto por três pesquisadores, todos psicólogos e acadêmicos do mesmo Programa de Pós-Graduação em Psicologia, que definiram as bases para a coleta de dados, assim como, os critérios de inclusão e exclusão. Esses dados foram registrados em planilhas no Google Drive, de fácil acesso por todos os pesquisadores. Um quarto pesquisador, docente titular no referido Programa de Pós-Graduação em Psicologia, foi acionado somente uma vez, quando houve dúvidas entre o comitê sobre a inclusão de um artigo, objetivando, assim, obter concordância total entre todos os artigos analisados.

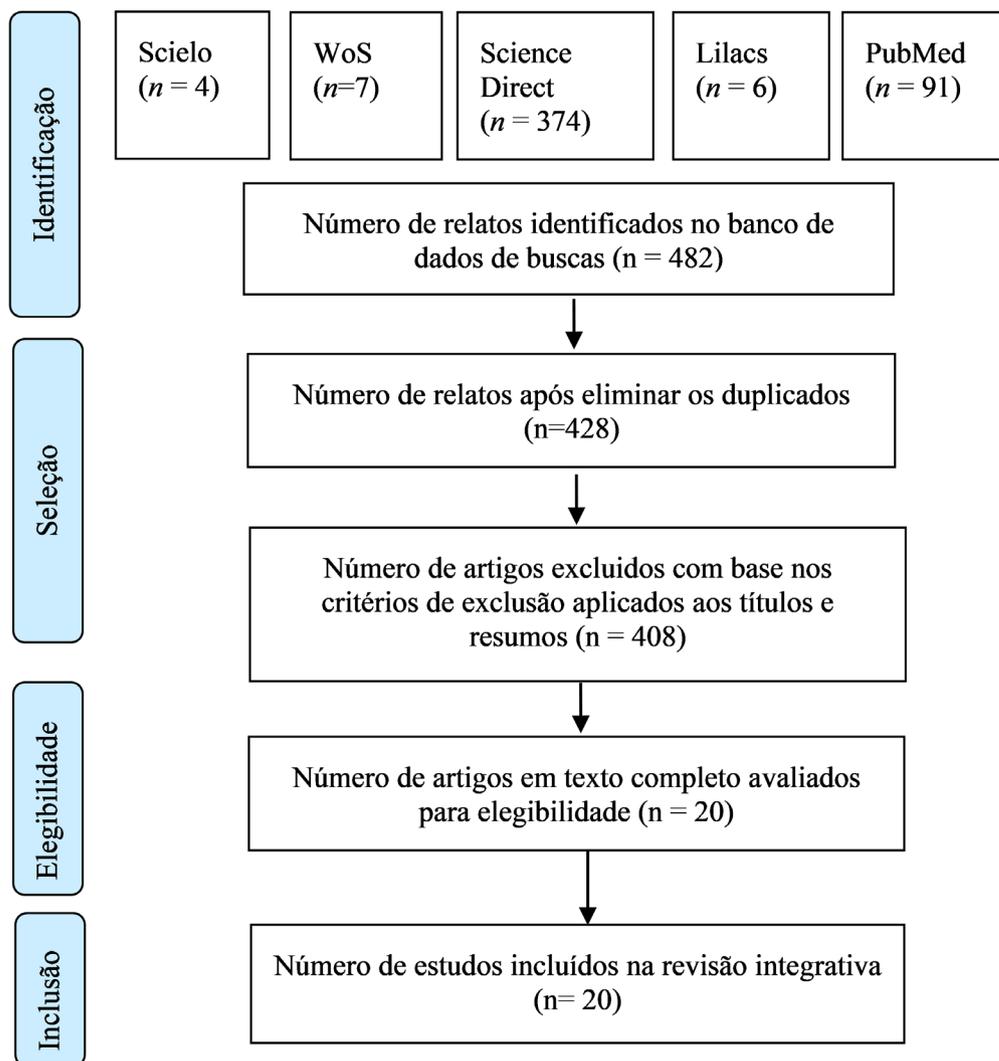


Figure 1. Descrição do rastreamento realizado na busca sistemática conforme modelo PRISMA.

Resultados e discussão

A partir das etapas supracitadas, os resultados foram apresentados e debatidos por meio dos dados bibliométricos, voltados ao número de produções por bases científicas, país, idioma, objetivo dos estudos, abordagem, instrumentos e suas formas de aplicação adotadas. Além de tais dados, foram apresentados os resultados voltados aos impactos à saúde mental e suas respectivas intervenções frente à pandemia da COVID-19, sendo esse o principal foco desta revisão sistemática.

Realizou-se a análise dos 20 artigos, sendo nove (45%) da Science Direct, 8 (40%) acessados por meio da base PubMed, e três (15%) da Web of Science. Todos

os artigos analisados eram internacionais de modo a evidenciar a primazia da divulgação do conhecimento por meio da língua inglesa, o que pode impactar na dificuldade do acesso e da publicização das informações para os profissionais de saúde mental que atuam em políticas públicas no Brasil.

Corroborando com os dados supracitados, 18 (90%) foram realizados na China, um (5%) no Reino Unido (Holmes et al., 2020) e um (5%) nos EUA (Lee, 2020) de modo a demonstrar a prevalência de estudos no país onde a COVID-19 teve seus primeiros infectados. Verificou-se a necessidade de produção de conhecimento nacional de modo a identificar as particularidades de cada país e por consequência embasar cientificamente cada plano de contingência baseado em

sua realidade sociocultural e nos recursos humanos e financeiros existentes e disponíveis.

Acerca dos anos de publicação, todos os artigos foram divulgados em 2020. Referente aos meses do ano de 2020, 19 (95%) artigos foram publicados no mês de abril, enquanto um no mês de março. Evidenciou-se a emergência deste assunto, de modo a prevalecer publicações de 2020, as quais demonstram preocupação na produção e no avanço do conhecimento científico.

No que diz respeito aos objetivos explanados, nove artigos abordaram sobre a saúde mental das equipes de saúde, notadamente enfermeiros e médicos que atuam com as pessoas infectadas pela COVID-19, de modo a evidenciar sofrimentos psíquicos e estratégias de cuidado (Cai, et al., 2020; Du et al., 2020; Kang et al., 2020; Lai et al., 2020; Sun et al., 2020; Xu, Xu, Wang, & Wang, 2020; Yin & Zeng, 2020; W. R. Zhang, Wang, Yin et al., 2020; C. Zhang, Yang et al., 2020). Já cinco estudos tinham como objetivo investigar a saúde mental da população geral devido às medidas de prevenção, assim como identificaram fatores estressores e potenciais de risco frente à COVID-19 e nível de preocupação da população (Ahmed, et al., 2020; Lee, 2020; C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho et al., 2020; C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, McIntyre et al., 2020; J. Zhang, Shuai et al., 2020).

Quatro estudos salientaram as estratégias preventivas e fatores de proteção para populações específicas, como: trabalhadores (Tan et al., 2020), pessoas com transtornos psiquiátricos (Hao et al., 2020), jovens (Liang et al., 2020) e pais com filhos com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade- TDA-H (J. Zhang, Shuai et al., 2020). E duas publicações voltaram-se ao levantamento de políticas e intervenções de curto e longo prazo em saúde mental (Holmes et al., 2020; Li et al., 2020).

Quanto à abordagem empregada na metodologia, 18 (90%) utilizaram a pesquisa quantitativa, ao passo que dois estudos (10%) adotaram a qualitativa (Sun et al., 2020; Yin & Zeng, 2020). Em menção do tempo da coleta de dados, 19 (95%) publicações realizaram um estudo transversal e uma (5%) estudo longitudinal (C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, McIntyre et al., 2020). Das pesquisas, oito (40%) realizaram estudos comparativos, sendo que quatro compararam grupos diferentes, entre eles: equipes de saúde de hospitais diferentes, pessoas com baixo padrão de ansiedade e alto padrão de ansiedade, pessoas com e sem problemas psiquiátricos e equipe de saúde e população geral (Du et al.,

2020; Hao et al., 2020; Lee, 2020; Li et al., 2020). Duas pesquisas compararam dois grupos diferentes, sendo o primeiro grupo no início e o segundo no auge do contágio da COVID-19. O primeiro focou-se em equipe da ala cirúrgica, e o segundo na população chinesa (Xu et al., 2020; C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho et al., 2020).

Ao todo, foram utilizados 49 instrumentos, aos quais 37 (75,5%) se referiam a instrumentos padronizados. Entre eles, escalas de estresse, ansiedade e/ou depressão (Ahmed et al., 2020; Du et al., 2020; Hao et al., 2020; Lai et al., 2020; Lee, 2020; Li et al., 2020; Liang et al., 2020; Tan et al., 2020; C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho et al., 2020; Wang, Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., McIntyre et al., 2020; Xu et al., 2020; J. Zhang, Shuai et al., 2020; W. R. Zhang, Wang, Yin et al., 2020; C. Zhang, Yang et al., 2020), outros para avaliar aspectos gerais de saúde (Cai et al., 2020; Lai et al., 2020; Liang et al., 2020; C. Zhang, Yang et al., 2020), enfrentamento (Cai et al., 2020; Liang et al., 2020), insônia (Hao et al., 2020; Lai et al., 2020; Tan et al., 2020; C. Zhang, Yang et al., 2020), suporte social (Cai et al., 2020; Y. Zhang & Ma, 2020), sintomas do TDAH (J. Zhang, Shuai et al., 2020), uso do álcool (Ahmed et al., 2020) e trauma (Li et al., 2020). Ao passo que 12 (24,4%) foram elaborados pelos próprios pesquisadores (Ahmed et al., 2020; Du et al., 2020; Holmes et al., 2020; Kang et al., 2020; Li et al., 2020; Sun et al., 2020; Tan et al., 2020; C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, et al., Yin & Zeng, 2020; J. Zhang, Shuai et al., 2020; W. R. Zhang, Wang, Yin et al., 2020, Y. Zhang & Ma, 2020).

Com relação ao processo para aplicação dos instrumentos, 14 (70%) publicações utilizaram recursos online para divulgar sua pesquisa de modo a ocorrer a coleta de dados de forma digital (Ahmed et al., 2020; Du et al., 2020; Hao et al., 2020; Holmes et al., 2020; Kang et al., 2020; Lee, 2020; Li et al., 2020; Liang et al., 2020; Tan et al., 2020; C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho, et al., 2020; C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, McIntyre et al., 2020; J. Zhang, Wu et al., 2020; W. R. Zhang, Wang, Yin et al., 2020; Y. Zhang & Ma, 2020). Já em três estudos (15%), a coleta de dados foi realizada de forma presencial (Lai et al., 2020; Sun et al., 2020; Yin & Zeng, 2020) em outros três estudos (15%) (Cai et al., 2020; Xu et al., 2020; J. Zhang, Shuai et al., 2020) a estratégia utilizada para aplicação dos instrumentos não foi informada. Frente à possibilidade de contágio da COVID-19 por meio do contato presencial, as tecnologias de comunicação e informação por meio dos recursos digitais passaram a ser uma forma efetiva de realização das pesquisas.

Impactos na saúde mental frente à COVID-19

Neste tópico foram debatidos os resultados das pesquisas provenientes da investigação dos impactos à saúde mental frente à COVID-19. Houve maior prevalência de pesquisas voltadas a esta temática em profissionais de saúde. Um estudo com ênfase nas consequências psicológicas neste cenário pandêmico identificou, após entrevista online com 20 enfermeiros que cuidavam de pacientes com a doença em um Hospital vinculado à Universidade de Ciência e Tecnologia da cidade de Henan, na China, que no início da pandemia houve o predomínio de emoções negativas que contribuíram para o rebaixamento do humor. Contudo, gradualmente, os enfermeiros sentiram-se gratos por poder cuidar de seus pacientes de modo a sentir emoções que geram bem-estar, o que contribuiu para o estabelecimento de estratégias de enfrentamento frente à situação. Esse estudo também constatou que muitos profissionais tinham medo de se infectar por estarem expostos a ambientes com muitos pacientes diagnosticados com a COVID-19, bem como, identificou o aumento de até duas vezes a carga de trabalho desses profissionais (Sun et al, 2020).

Yin e Zeng (2020) também realizaram uma pesquisa com dez enfermeiros que atuaram com pacientes com COVID-19 em Wuhan, na China. Esse estudo buscou compreender as necessidades psicológicas destes profissionais a partir da Teoria do ERG (existence - existência; relatedness - relação e growth - crescimento), sendo essa baseada na teoria de necessidades humanas desenvolvida por Alderfer, derivada da Teoria das Necessidades de Abraham Maslow. Constatou-se, nesse estudo, as necessidades de atenção à própria saúde física e mental dos enfermeiros, de segurança com o uso de equipamentos de proteção individual, de relacionamentos interpessoais e de afeto e de conhecimento a respeito do Coronavírus.

Identificou-se nos estudos supracitados aspectos voltados a mudança na rotina de trabalho e necessidades de suporte e preparo psicológico para poder atuar na pandemia, assim como necessidades de condições dignas de trabalho que contribuam para a sensação de segurança frente à possibilidade de risco de contágio. Corroborando com esses aspectos, Cai et al (2020) salientaram que os profissionais de saúde que não tinham experiência em atuar em emergência da saúde pública apresentaram dificuldades em lidar com a pressão do trabalho e sofrimento psíquico maior. C. Zhang, Yang et al (2020) contribuíram com a discussão

ao salientarem que estar em contato constante com pacientes diagnosticados com COVID-19 foi um fator potencial de risco para insônia, ansiedade, sintomas obsessivo-compulsivos e depressão, em virtude de comportamentos de medo de contágio e comportamentos de hipervigilância acerca da possibilidade de contaminação.

Diante deste cenário, Du et al (2020), ao aplicarem questionários em 310 profissionais da saúde, em Wuhan, na China, verificaram que os profissionais de saúde deveriam ser monitorados pela alta possibilidade de desenvolverem ansiedade e depressão. Esse resultado é corroborado pela pesquisa de Lai et al (2020), os quais analisaram a saúde mental de 1257 profissionais da saúde que atuam na COVID-19 também em Wuhan, na China. Evidenciou-se que 71,5% sentiram-se angustiados, 50,4% apresentaram sintomas de depressão, 44,6% de ansiedade e 34% de insônia, de modo a ir ao encontro dos resultados dos autores C. Zhang, Yang et al (2020) que identificaram que de 1563 médicos, 36,1% apresentaram insônia.

Ficou evidente o impacto na saúde mental dos profissionais da saúde que atuaram na linha de frente nesse cenário pandêmico. Ansiedade, depressão, medo e insônia apresentaram-se como as consequências psicológicas mais presentes, sendo necessário o desenvolvimento de ações de prevenção e enfrentamento a esses agravos, assim como a necessidade da constituição de rede de apoio e suporte social a estes profissionais, para o atendimento às necessidades de afeto e cuidado (Du et al, 2020; Lai et al, 2020; Sun et al, 2020; Yin & Zeng, 2020).

Já no que consiste aos estudos com o público em geral, Liang et al. (2020) investigaram 584 jovens, com a idade de 14 a 35 anos, em Changchun na China. 40,4 % relataram apresentar algum sofrimento psíquico e 14,4% apresentaram sintomas do Transtorno de Estresse Pós-Traumático. Em outro estudo, Ahmed et al. (2020), também com o público em geral, informaram que de 1074 pessoas pesquisadas via internet, pelo Wechat, com idade entre 14 a 68 anos, 40,2% fizeram o uso de álcool diante da Pandemia da COVID-19, 37,1% sintomas depressivos e 29% apresentaram ansiedade.

Já Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, McIntyre et al. (2020), em estudo longitudinal com 1738 pessoas em 190 cidades da China, aplicaram surveys com a população, em dois momentos distintos, o primeiro no período inicial da doença e no segundo no pico de seu contágio, com intervalo de quatro semanas. Os autores

identificaram que os dados não tiveram diferença significativa, desde o início da COVID-19 identificaram que 28,8% apresentaram ansiedade, 16,5% depressão e/ou 8,1% estresse moderado a grave. C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho et al. (2020) corroboraram, ao salientar que ao pesquisar a saúde mental de 1210 sujeitos em 194 cidades da China, identificaram que 53,8% dos participantes referiram vivenciar, neste momento da pandemia, sofrimento psíquico moderado ou grave, 28,8% relataram sintomas de ansiedade severa, 16,5% sintomas depressivos moderados a graves e 8,1% níveis de estresse elevado.

Em contraste com os estudos supracitados, Zhang e Ma (2020) informaram que em pesquisa com 263 sujeitos na China, 69,2% não relataram aumento de estresse durante a Pandemia, porém, 67,7% estavam dando mais atenção para sua saúde mental. Já no público infantil, com crianças diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista, identificou-se, a partir de pesquisa realizada com 241 pais, que durante a pandemia, houve o agravamento destes sintomas (J. Zhang, Shuai et al., 2020).

Frente aos dados, questionou-se o real impacto da COVID-19 na saúde mental, pois os resultados comparativos do início da pandemia com o período crítico, não foram realizados com amostras probabilísticas randomizadas comparadas com vivências anteriores a pandemia, a fim de indicar resultados com maior segurança, validade e confiabilidade.

Intervenções em Saúde Mental frente à COVID-19

No que consiste as intervenções psicológicas realizadas com o objetivo de prevenir e minimizar os impactos à saúde mental frente à COVID-19, destacou-se estudos que buscaram orientar como as informações sobre a pandemia deveriam ser disseminadas para a população, uma vez que as incertezas e a baixa capacidade de predição da COVID-19 afetaram também a saúde mental. Os autores salientaram a importância da transparência na disseminação das informações sobre a pandemia, como o número de infectados, o número de mortes e os métodos de prevenção ao contágio (C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho et al., 2020). Recomendou-se ainda, restringir a exposição a tais informações, para evitar o desencadeamento de sentimento de desespero e comportamentos de hipervigilância (Ahmed et al., 2020).

Seria e ainda é importante, então, que as informações disseminadas ao público sobre o contágio do Coronavírus sejam precisas, com linguagem acessível e disponível em áudio para alcançar o maior número de

pessoas. Desta forma, foram sugeridas medidas como a criação de um sistema de rápido diagnóstico e teste para identificar o avanço do contágio, bem como, a utilização da mídia tradicional e da internet para fomentar o simples entendimento sobre práticas de higiene (C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho et al., 2020). Além das medidas de comunicação e estratégias de entretenimento, medidas de prevenção como a higienização das mãos (C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, McIntyre et al., 2020) e a utilização de máscaras para redução do contágio de patógenos, contribuíram para a diminuição dos níveis de ansiedade e depressão (C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho et al., 2020).

Em Wuhan, na China, apesar de ter demonstrado predileção por atendimento psicológico individualizado, 50,4% dos profissionais de uma equipe hospitalar tiveram acesso a materiais relacionadas às orientações psicológicas publicadas em mídias digitais, 36,3% teve acesso a materiais impressos, como folhetos, brochuras e livros disponibilizados pela equipe do hospital e 17,5% dos participantes do estudo tiveram sessões de aconselhamento psicológico em grupo. Dentre os participantes que não tiveram acesso à atenção psicológica, notou-se uma intensificação dos problemas psicológicos se comparados com os outros participantes (Kang et al., 2020).

Neste sentido, sugeriu-se, como forma de contribuir com a saúde mental de profissionais da saúde, a oferta de condições de trabalho que dentro do possível diminuam a carga horária e aumentem as gratificações (W. R. Zhang, Wang, Yin et al., 2020), bem como, que repensassem o tempo adequado de descanso (Xu et al., 2020). Também foram sugeridas medidas de monitoramento desses profissionais como um grupo de alto risco para depressão e ansiedade (Du et al., 2020). Citaram a criação de forças-tarefa com o auxílio de departamentos de enfermagem e psicologia, de modo a desenvolver plataformas de apoio comunitário e psicológico (Yin & Zeng, 2020) e o reforço na qualidade das intervenções dos profissionais de saúde de modo a elogiá-los a partir de mensagens via telefones e computadores (J. Zhang, Wu et al., 2020). Também ficou demonstrado que medidas organizacionais de higiene no local de trabalho e demonstração de preocupação com a saúde física e mental pelos gestores estão associadas a menor número de sintomas psicológicos entre trabalhadores (Tan et al., 2020).

No que tange a medidas de atendimento à saúde mental e procedimentos terapêuticos, é citada a Terapia Cognitivo-Comportamental - TCC, como estratégia para

aplicação de maneira remota via telefone ou internet. Tal abordagem pode auxiliar ao promover informações para aumentar a confiança nas habilidades dos médicos ao realizar o diagnóstico da COVID-19, bem como, possibilita alterar vieses cognitivos que superestimam os riscos de contrair o coronavírus. Isso porque, a Terapia Cognitivo-Comportamental é uma abordagem que inicialmente foca no presente e na resolução de problemas, uma vez que busca, a partir da formulação cognitiva, ressignificar crenças disfuncionais e pensamentos automáticos. Ainda, sabe-se que a TCC pode ser utilizada com os vários públicos: crianças, adolescentes e adultos, de forma individual ou coletiva, nas diversas culturas e contextos. Ainda, por ser educativa, ela torna o processo psicoterapêutico compreensível para o paciente e o ajuda a se tornar o seu próprio terapeuta (Beck et al., 2021).

Dessa forma, a Terapia Cognitivo-Comportamental auxiliou no alívio de sintomas de ansiedade, através de exercícios de relaxamento e organização do tempo na rotina em isolamento dentro de casa, incluindo exercícios físicos no cronograma (C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho et al., 2020). O mesmo foi sugerido para os pacientes psiquiátricos sem acesso aos serviços de saúde durante a pandemia, para aliviar também sintomas de estresse e irritabilidade. Além disso, apesar de não especificadas, foram sugeridas técnicas de higiene do sono como medida preventiva de psiconeuroimunidade (Hao et al., 2020).

Em caso de Transtorno de Estresse Pós-Traumático, também foi recomendada a Terapia Cognitivo-Comportamental focada em traumas (trauma-focused cognitive-behavior therapy), pensada em desenvolver habilidades psicossociais para otimizar o equilíbrio emocional e comportamental. Ela também foi indicada para o desenvolvimento da expressão afetiva e resolução de problemas para lidar com emoções e problemas comuns. Outro aspecto da terapia esteve voltado para a alteração de crenças e pensamentos disfuncionais frente à COVID-19. Também foi recomendada a terapia online para queixas relativas ao luto em caso de perda de familiares ou amigos, e exposição a lembranças do trauma para superar situações de evasão em situações que não houver mais risco quando a pandemia acabar (C. Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, Ho et al., 2020).

Considerações finais

As pesquisas selecionadas nesta revisão sistemática da literatura evidenciaram possíveis impactos à saúde mental frente à COVID-19, com ênfase nos

profissionais de saúde que atuam diretamente no cuidado da população infectada com o coronavírus. Os dados salientaram sintomas de ansiedade, depressão, estresse e medo do contágio. Alguns estudos chamaram atenção para a severidade dos sintomas de modo a identificar características moderadas e graves. No entanto, os dados obtidos são baseados em estudos iniciais que precisaram ser aprofundados no decorrer do tempo. Os estudos comparativos realizaram a pesquisa no início do contágio da doença e no seu pico, de modo a não comparar a saúde mental dos mesmos participantes antes da pandemia a fim de verificar se de fato há uma diferença significativa dos dados e se a COVID-19 é uma variável interveniente na saúde mental.

As intervenções frente à saúde mental discorreram sobre os cuidados a serem adotados na exposição às notícias para minimizar o sofrimento psíquico da população e enfatizaram os comportamentos seguros para aumentar a sensação de proteção frente ao contágio. Salientaram a importância de profissionais de saúde terem redução da carga horária de trabalho, gratificações e apoio psicológico para atuar em cenários de emergência em saúde pública. Destacaram medidas voltadas ao acesso e produção de cartilhas e materiais com dicas de autocuidado, criação de grupos online para apoio comunitário e psicológico, assim como a psicoterapia por meio da abordagem da Terapia Cognitivo-Comportamental.

Identificou-se a escassez de produção científica nacional de modo a prevalecer produções em inglês realizadas por pesquisadores chineses. Evidenciou-se também a pouca produção sobre intervenções disponíveis das bases de dados de modo a necessitar investimento nesta temática. No entanto, uma limitação desta revisão sistemática foi o foco em pesquisas empíricas e não em relatos de experiência, o que pode ter influenciado o resultado.

Sugere-se, portanto, a elaboração de pesquisas com a população brasileira de forma a subsidiar o desenvolvimento de políticas públicas, programas em saúde mental e protocolos de intervenção psicológica no cenário brasileiro. Percebeu-se o insuficiente número de estudos a respeito do impacto na saúde mental em adolescentes e crianças frente à COVID-19, de modo a sugerir o desenvolvimento de pesquisas com essas populações.

Referências

- Ahmed, M. Z., Ahmed, O., Aibao, Z., Hanbin, S., Siyu, L., & Ahmad, A. (2020). Epidemic of COVID-19 in China and associated Psychological Problems. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, 102092. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102092

Impactos à saúde mental e intervenções possíveis frente à COVID-19: uma revisão sistemática da literatura

- Armitage, R., & Nellums, L. B. (2020). COVID-19 and the consequences of isolating the elderly. *Lancet Public Health*, 5(5):e256. doi: 10.1016/S2468-2667(20)30061-X
- Barros-Delben, P., Cruz, R. M., Trevisan, K. R. R., Gai, M. J. P., Carvalho, R. V. C., ... Malloy-Diniz, L. F. (2020). Saúde mental em situação de emergência: COVID-19. *Revista Debates in Psychiatry*, 10(2), 18-28. doi: 10.25118/2236-918X-10-2-3
- Beck, J. S. (2021). Introdução a Terapia Cognitivo Comportamental. In J. S. Beck (Org.), *Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática* (3ª. ed., pp. 19-37). Porto Alegre: Artmed.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., ... Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912-920. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8
- Cai, W., Lian, B., Song, X., Hou, T., Deng, G., & Li, H. (2020). A cross-sectional study on mental health among health care workers during the outbreak of Corona Virus Disease 2019. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, 102111. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102111
- Chew, N. W. S., Lee, G. K. H., Tan, B. Y. Q., Jing, M., Goh, Y., Ngiam, N. J. H., ... Sharma, V. K. (2020). A multinational, multicentre study on the psychological outcomes and associated physical symptoms amongst healthcare workers during COVID-19 outbreak. *Brain, Behavior, and Immunity*, 88, 559-565. doi: 10.1016/j.bbi.2020.04.049
- Du, J., Dong, L., Wang, T., Yuan, C., Fu, R., Zhang, ... Li, X. (2020). Psychological symptoms among frontline healthcare workers during COVID-19 outbreak in Wuhan. *General Hospital Psychiatry*, 67, 144-145. doi: 10.1016/j.genhosppsych.2020.03.011
- Faro, A., Silva, L. S., Santos, D. N., & Feitosa, A. L. B. (2020). *Adaptação e validação da Escala de Medo da COVID-19*. Manuscrito submetido para publicação. doi: 10.1590/SciELOPreprints.898
- Ferguson, N., Laydon, D., Nedjati Gilani, G., Imai, N., Ainslie, K., Baguelin, M., ... Ghani A.C. (2020). *Report 9: Impact of non-pharmaceutical interventions (NPIs) to reduce COVID19 mortality and healthcare demand*. Londres: Imperial College London. doi: 10.25561/77482
- Furuzawa, T. A., Cardia, G. F. E., Iwaki, M. V., Cremer, E., Spironello, R. A., ... Cuman, R. K. N. (2022). Estudo dos fármacos selecionados em ensaios clínicos na terapia farmacológica da COVID-19. *Research, Society and Development*, 11(1), e11611124445. doi: 10.33448/rsd-v11i1.24445
- Gersons, B. P., Smid, G. E., Smit, A. S., Kazlauskas, E., & McFarlane, A. (2020). Can a 'second disaster' during and after the COVID-19 pandemic be mitigated?. *European Journal of Psychotraumatology*, 11(1): 1815283. doi: 10.1080/20008198.2020.1815283
- Hao, F., Tan, W., Jiang, L., Zhang, L., Zhao, X., Zou, Y., ... Tam, W. (2020). Do psychiatric patients experience more psychiatric symptoms during COVID-19 pandemic and lockdown? A case-control study with service and research implications for immunopsychiatry. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 100-106. doi: 10.1016/j.bbi.2020.04.069
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., ... Bullmore, E. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: A call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 547-560. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30168-1
- Kang, L., Ma, S., Chen, M., Yang, J., Wang, Y., Li, R., ... Liu, Z. (2020). Impact on mental health and perceptions of psychological care among medical and nursing staff in Wuhan during the 2019 novel coronavirus disease outbreak: A cross-sectional study. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 11-17. doi:10.1016/j.bbi.2020.03.028
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., ... Hu, S. (2020). Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to Coronavirus Disease 2019. *JAMA Network Open*, 3(3), e203976. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2020.3976
- Lee, S. A. (2020). How much "Thinking" about COVID-19 is clinically dysfunctional? *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 97-98. doi: 10.1016/j.bbi.2020.04.067
- Li, Z., Ge, J., Yang, M., Feng, J., Qiao, M., Jiang, R., ... Yang, C. (2020). Vicarious traumatization in the general public, members, and non-members of medical teams aiding in COVID-19 control. *Brain, Behavior, and Immunity*, 88, 916-919. doi: 10.1016/j.bbi.2020.03.007
- Liang, L., Ren, H., Cao, R., Hu, Y., Qin, Z., ... Mei, S. (2020). The Effect of COVID-19 on youth mental health. *Psychiatric Quarterly*, 1-12. doi: 10.1007/s11126-020-09744-3
- Liberati, A., Altman, D. G., Tetzlaff, J., Mulrow, C., Gertzschke, P. C., Ioannidis, J. P., ... Moher, D. (2009). The PRISMA Statement for 20 Reporting Systematic Reviews and Meta-Analyses of Studies that evaluate health care interventions: Explanation and elaboration. *Annals of Internal Medicine*, 151(4), W-65-W94. doi: 10.1136/bmj.b2700
- Organização Mundial da Saúde. (2022a). *Folha informativa – COVID-19*. Recuperado de <https://www.paho.org/pt/covid19>.
- Organização Mundial da Saúde. (2022b). *Situation Report*. Recuperado de <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports>.
- Park, S. C., & Park, Y. C. (2020). Mental health care measures in response to the 2019 novel coronavirus outbreak in Korea. *Psychiatry Investigation*, 17(2), 85-86. doi: 10.30773/pi.2020.0058
- Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M., & Benedek, D. M. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 74(4), 281-282. doi: 10.1111/pcn.12988
- Sun, N., Wei, L., Shi, S., Jiao, D., Song, R., Ma, L., ... Wang, H. (2020). A qualitative study on the psychological experience of caregivers of COVID-19 patients. *American Journal of Infection Control*, 48(6), 592-598. doi: 10.1016/j.ajic.2020.03.018
- Tan, W., Hao, F., McIntyre, R. S., Jiang, L., Jiang, X., Zhang, L., ... Tam, W. (2020). Is returning to work during the COVID-19 pandemic stressful? A study on immediate mental health status and psychoneuroimmunity prevention measures of Chinese workforce. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 84-92. doi: 10.1016/j.bbi.2020.04.055
- Tranfield, D., Denyer, D., & Smart, P. (2003). Towards a methodology for developing evidence-informed management knowledge by means of systematic review. *British Journal of Management*, 14(3), 207-222. doi: 10.1111/1467-8551.00375
- United Nations. (2020). *Policy brief: COVID-19 and the need for action on mental health. 2020*. Recuperado de <https://unsdg.un.org/resources/policy-brief-covid-19-and-need-action-mental-health>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). 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*, 17(5), 1729. doi: 10.3390/ijerph17051729
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., McIntyre, R. S., ... Ho, C. (2020). A longitudinal study on the mental health of general

- population during the COVID-19 epidemic in China. *Brain, Behavior, and Immunity*. doi: 10.1016/j.bbi.2020.04.028
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945-947. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30547-X
- Whittemore, R. (2005). Combining evidence in nursing research: Methods and implications. *Nursing Research*, 54(1), 56-62. doi: 10.1097/00006199-200501000-00008
- Xu, J., Xu, Q. H., Wang, C. M., & Wang, J. (2020). Psychological status of surgical staff during the COVID-19 outbreak. *Psychiatry Research*, 288, 112955. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112955
- Yin, X., & Zeng, L. (2020). A study on the psychological needs of nurses caring for patients with coronavirus disease 2019 from the perspective of the existence, relatedness, and growth theory. *International Journal of Nursing Sciences*, 7(2), 157-160. doi: 10.1016/j.ijnss.2020.04.002
- Zhang, C., Yang, L., Liu, S., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., ... Zhang, B. (2020). Survey of insomnia and related social psychological factors among medical staff involved in the 2019 novel coronavirus disease outbreak. *Frontiers in Psychiatry*, 11(306). doi: 10.3389/fpsy.2020.00306
- Zhang, J., Shuai, L., Yu, H., Wang, Z., Qiu, M., Lu, L., ... Chen, R. (2020). Acute stress, behavioural symptoms and mood states among school-age children with attention-deficit/hyperactive disorder during the COVID-19 outbreak. *Asian Journal of Psychiatry*, 51. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102077
- Zhang, J., Wu, W., Zhao, X., & Zhang, W. (2020). Recommended psychological crisis intervention response to the 2019 novel coronavirus pneumonia outbreak in China: a model of West China Hospital. *Precision Clinical Medicine*, 3(1), 3-8. doi: 10.1093/pcmedi/pbaa006
- Zhang, W. R., Wang, K., Yin, L., Zhao, W. F., Xue, Q., Peng, M., ... Wang, H. X. (2020). mental health and psychosocial problems of medical health workers during the covid-19 epidemic in China. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 1-9. doi: 10.1159/000507639
- Zhang, Y., & Ma, Z. F. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on mental health and quality of life among local residents in Liaoning Province, China: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2381. doi: 10.3390/ijerph17072381

Fernanda Fernandes Rodrigues, Mestre em Psicologia pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade do Vale do Itajaí - Campus Itajaí (UNIVALI), é Psicóloga Clínica no Núcleo Assistencial Humberto de Campos (NAHC) - Balneário Camboriú/SC e Servidora Federal do Instituto Federal de Santa Catarina - Campus Itajaí (IFSC). Endereço para correspondência: Rua 2480, nº 353, Centro, Balneário Camboriú - SC. Email: fernandafrodrigues_@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5267-4128>

Alexandre Feltens, Mestrando em Psicologia pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade do Vale do Itajaí - Campus Itajaí (UNIVALI), é Psicólogo Clínico na Unimed Litoral (Itajaí - SC). E-mail: psicologo.feltens@gmail.com ORCID <https://orcid.org/0000-0002-5645-9756>

Karen Rayany Ródio Trevisan, Doutoranda em Psicologia no Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), é Docente nos Cursos de Psicologia e de Direito da Faculdade Cesusc (Florianópolis/SC). E-mail: karenrtpsico@gmail.com ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-1274-7633>

Roberta Borghetti Alves, Doutora em Psicologia pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), é Docente no Curso de Graduação em Psicologia e no Mestrado Profissional em Psicologia da Universidade do Vale do Itajaí - Campus Itajaí (UNIVALI), E-mail: rborghettialves@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1866-699X>

Taise Fernanda Kohler, Pós-graduanda em Análise Existencial e Logoterapia Frankliana pelo Centro Universitário Central Paulista (UNICEP), é Psicóloga no Centro de Atenção Psicossocial - CAPS II - de Brusque/SC . E-mail: taise-k@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7618-1002>

Recebido em 31.mai.20
Revisado em 02.jan.22
Aceito em 31.jan.22