

**Saúde Mental e Diabetes Mellitus: alterações psicoemocionais durante o período de
distanciamento social na pandemia da COVID-19**

**Mental Health and Diabetes Mellitus: psycho-emotional changes during the period of
social distance in the COVID-19 pandemic**

**Salud mental y Diabetes Mellitus: cambios psicoemocionales durante el período de
distanciamiento social en la pandemia COVID-19**

Recebido: 29/11/2020 | Revisado: 06/12/2020 | Aceito: 07/12/2020 | Publicado: 10/12/2020

Anne Caroline de Moraes Monção

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6433-6545>

Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca, Brasil

E-mail: moraessanne@gmail.com

Giulia Gabriella de Oliveira Pedroza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4800-4540>

Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca, Brasil

E-mail: giuliagabriella0203@gmail.com

Victor Hugo Maria Paura Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9910-4496>

Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca, Brasil

E-mail: Victor Hugo Maria Paura Souza

Heitor Oliveira Valladares

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4724-311X>

Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca, Brasil

E-mail: heitorvalladares22@gmail.com

Sávio Dias de Paula Mello

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0656-3539>

Universidade Veiga de Almeida, Brasil

E-mail: savio.mello.77@gmail.com

Júlio Cesar Santos Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7223-3717>

Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca, Brasil

E-mail: jcesarsantos@gmail.com

Marcela dos Santos Ferreira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7831-1245>

Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca, Brasil

E-mail: cceccella@hotmail.com

Resumo

Objetivo: caracterizar o estado de saúde mental, dos portadores de diabetes mellitus, e identificar fatores determinantes para o seu desequilíbrio, durante o período da pandemia de COVID-19. Metodologia: estudo transversal, quantitativo de caráter exploratório, desenvolvido entre agosto e setembro de 2020. Os 126 indivíduos abordados no estudo foram submetidos a questionário respondido virtualmente, baseado no Self-Report Questionnaire (SRQ-20), que contemplou questões acerca da situação sociodemográfica e estado psicoemocional durante o período de distanciamento social adotado na pandemia do COVID-19. Os dados foram analisados por estatística descritiva e inferencial. Resultados: ocorreram mudanças em aspectos psicoemocionais em consequência ao desafio da vida cotidiana e mudança de rotina durante a pandemia. Todas estas evidências resultaram em estresse mental associado a presença de dores de cabeça frequentes. Foi constatado que 50% dos idosos desenvolveu o sentimento de inutilidade, considerando a dependência familiar para o cumprimento de atividades rotineiras básicas. Houve impacto da diminuição de renda no estado psicoemocional, mantendo relação com dificuldade de dormir. Em contrapartida, as respostas positivas em relação a adaptação ao distanciamento social, é visto nos portadores de DM que mantiveram atividades laborais em casa. Conclusão: as alterações psicoemocionais possuem o potencial de agravar patologias ou propriamente serem fatores de risco para a condições crônicas, como a DM. O estudo demonstra a importância da criação e proteção de medidas de diminuição dos efeitos do distanciamento social na vida das pessoas do grupo de risco.

Palavras-chave: Diabetes Mellitus; Saúde mental; COVID-19; Isolamento social; Pandemia.

Abstract

Objective: To characterize the mental health state of individuals with diabetes mellitus and to identify determining factors for their imbalance, during the period of the COVID-19 pandemic. Methodology: It is a cross-sectional, quantitative exploratory study, developed between August and September of 2020. The 126 people covered in the study were submitted to a questionnaire answered virtually, based on Self-Report Questionnaire (SRQ-20), which

addressed issues of the socio-demographic situation and psycho-emotional state during the period of social distance adopted in the COVID-19 pandemic. The results were analyzed by descriptive and inferential statistics. Results: There were changes in psycho-emotional aspects due to the challenge of daily life and a change in routine during the pandemic. All of this evidence resulted in mental stress associated with frequent headaches. It was found that 50% of the elderly developed worthlessness feelings, considering the familiar dependence to accomplish basic routine activities. There was an impact of decreased income on the psycho-emotional state, maintaining a relationship with difficulty sleeping. In contrast, the positive answers in relation to adaptation to social distance, are perceived in patients with DM who maintained work activities at home. Conclusion: The psycho-emotional alterations have the potential to aggravate pathologies or properly be risk factors for chronic conditions, such as DM. The study demonstrates the importance of creating and protecting measures to reduce the effects of social distance on the lives of people at risk groups.

Keywords: Diabetes Mellitus; Mental health; COVID-19; Social isolation; Pandemic.

Resumen

Objetivo: caracterizar el estado de salud mental de los pacientes con diabetes mellitus e identificar factores determinantes para su desequilibrio durante el período de pandemia covid-19. Metodología: estudio exploratorio transversal y cuantitativo, desarrollado entre agosto y septiembre de 2020. Las 126 personas a las que se abordó en el estudio se sometieron a un cuestionario virtualmente respondido, basado en el Cuestionario de Autoinforme (SRQ-20), en el que se abordaron preguntas sobre la situación sociodemográfica y el estado psicoemocional durante el período de distanciamiento social adoptado en la pandemia COVID-19. Los datos fueron analizados por estadísticas descriptivas e inferenciales. Resultados: hubo cambios en los aspectos psicoemocionales como resultado del desafío de la vida cotidiana y el cambio rutinario durante la pandemia. Toda esta evidencia resultó en estrés mental asociado con la presencia de dolores de cabeza frecuentes. Se encontró que el 50% de los ancianos desarrollaron la sensación de inutilidad, considerando la dependencia familiar para el cumplimiento de las actividades rutinarias básicas. Hubo un impacto de la disminución de los ingresos en el estado psicoemocional, manteniendo una relación con dificultad para dormir. Por otro lado, las respuestas positivas con respecto a la adaptación al distanciamiento social se observan en pacientes con DM que han mantenido actividades laborales en casa. Conclusión: los cambios psicoemocionales tienen el potencial de agravar las patologías o ser adecuadamente factores de riesgo para enfermedades crónicas, como la DM. Así, es

importante crear medidas para reducir los efectos del distanciamiento social en sujetos de grupos de riesgo.

Palabras clave: Diabetes Mellitus; Salud mental; COVID-19; Aislamiento social; Pandemia.

1. Introdução

Desde o final de 2019, uma doença recém-identificada espalhou-se pelo mundo, causando uma pandemia de uma coronavirose denominada COVID-19, ocasionada pelo vírus SARS-CoV-2, que apresenta manifestações de leve a grave. A gravidade do COVID-19 está relacionada com a ocorrência de uma pneumonia, que ao evoluir para uma síndrome respiratória aguda torna a face da doença mais letal.

O panorama desta pandemia na atualidade, segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) é que em relação aos casos mundiais o quantitativo de casos confirmados, no mês de novembro de 2020, já ultrapassou 60.534.526 milhões, com 1.426.101 milhões de óbitos. No Brasil a realidade é de mais de 6.238.350 milhões de infectados, com mais de 171.998 mil óbitos (OPAS, 2020).

Em se tratando da gravidade associada a esta doença, sabe-se que indivíduos portadores de doenças crônicas possuem um risco maior de desenvolver formas mais graves e fatais do COVID-19 comparando com indivíduos sem comorbidades (Wang et al., 2020). Dentro do rol das doenças crônicas, a diabetes mellitus (DM) apresenta-se como a segunda patologia, após a hipertensão arterial sistêmica, a apresentar sintomas com maior nível de gravidade (Wu et al., 2020; Wei-jie et al., 2020). O risco aumentado em portadores de diabetes mellitus está associado a uma desregulação do sistema imunológico e/ou pelo descontrole glicêmico (Guo et al., 2020).

A inexistência de tratamentos reconhecidamente eficazes para a patologia e de medidas preventivas capazes de frear a disseminação do patógeno, faz com que neste momento atual da pandemia tenha que se utilizar de medidas como o distanciamento social (manutenção de distância espacial entre as pessoas), que se configura como um elemento capaz de minimizar a propagação do vírus, mas de difícil manutenção pela população (Faro et al., 2020).

A implementação do distanciamento social, no contexto do COVID-19, atrela-se a outras ações, por vezes impositivas, que impactam na diminuição da transmissão do vírus, bem como, no cotidiano da população, tais como a: redução da mobilidade nas cidades; suspensão de atividades presenciais em escolas, academias e centros recreativos; interrupção

de atividades comerciais não essenciais, entre outras medidas (Faro et al., 2020). Essas influenciam no campo físico, financeiro, social, trabalhista, político, e em especial no que tange o objetivo deste artigo, o da saúde mental, que foi impactado em mais da metade da população chinesa no período em que a pandemia atingiu o pico de contaminação (Wang, Pan, et al., 2020).

A partir deste contexto, em que se associa a propagação de uma virose pouco conhecida pela comunidade científica, à implantação do distanciamento social, a existência de uma série de problemas socioeconômicos e a certeza de que os portadores de diabetes mellitus são um grupo de risco a agravos mais sérios, forma-se um ambiente permissivo ao desenvolvimento de um estado mental que pode ser prejudicial à boa manutenção da saúde, em um período em que se faz essencial mantê-la.

Visto a existência de uma condição de saúde nova para grande parte da população e para ciência, se faz importante a investigação das condições mentais, especialmente de indivíduos mais vulneráveis ao adoecimento. Por meio deste conhecimento poderá ser possível instituir práticas que possam ser capazes de minimizar o impacto da pandemia do COVID-19 na vida das pessoas sob maior risco, como os portadores de diabetes mellitus.

Diante deste panorama o presente artigo tem como objetivos, caracterizar o estado de saúde mental, dos portadores de diabetes mellitus, e identificar fatores determinantes para o seu desequilíbrio, durante o período da pandemia de COVID-19.

2. Metodologia

Estudo transversal quantitativo, de caráter exploratório. A coleta dos dados ocorreu no período de agosto a setembro de 2020. Participaram desta pesquisa 126 sujeitos, de diversos estados do Brasil, com idade média de 44 anos, sendo 61,90% mulheres e 38,10% homens. A amostragem se deu por conveniência e de forma não probabilística. O critério de inclusão é ser portador da diabetes mellitus e ser maior de idade.

Os participantes responderam a um questionário contendo 25 questões fechadas, contemplando variáveis sociodemográficas, com itens de autorrelato sobre seu perfil, estado de distanciamento social, situação econômica, acesso a informações sobre a pandemia e estado de saúde. Também foi utilizado questões de autorrelato sobre informações da saúde mental, baseado no Self-Report Questionnaire (SRQ-20), instrumento desenvolvido pela OMS, e validado no Brasil, que tem sido amplamente utilizado para mensurar indicadores de

possíveis transtornos mentais e comportamentais, especialmente os transtornos mentais menores, como depressão, ansiedade e estresse (Santos, Araújo, Pinho & Silva, 2020).

Os sujeitos de estudo foram convidados a participarem da pesquisa via redes sociais (Facebook[®], Instagram[®]), visto que no período de distanciamento social, instalado durante a pandemia de COVID-19, a coleta de dados presencial não seria uma opção viável. Os questionários, construídos na plataforma de formulários do Google[®], foram respondidos virtualmente.

Os dados de ambos os questionários foram submetidos à análise estatística descritiva. Os dados referentes às manifestações físicas e psicoemocionais oriundas do questionário de informações sobre a saúde mental, antes de serem analisados, foram distribuídos em quatro dimensões correspondes ao risco de transtornos mentais menores, como depressão, ansiedade e estresse: (I) humor ansioso e depressivo; (II) sintomas somáticos; (III) decréscimo de energia e (IV) pensamentos depressivos. Tais dimensões correspondem às apresentadas pelo questionário Self-Report Questionnaire (SRQ-20).

No que se refere a análise dos dados, as variáveis foram descritas através de frequências absolutas e relativas e comparadas pelo teste qui-quadrado de Pearson. O nível de significância adotado foi de 5% e os dados foram analisados no software Windows Microsoft Excel 2019.

Esse artigo faz parte de um projeto de pesquisa submetido à Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), sendo aprovado sob o número do CAAE: 62518716.7.0000.5241, parecer 1.884.837. Também foram seguidas todas as diretrizes da Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

3. Resultados e Discussão

A fim de caracterizar os entrevistados, foram realizadas perguntas de caráter sociodemográfico, como: sexo, idade e tipo de diabetes. A amostra é representada, como visto na Tabela 1, por pessoas adultas, portadoras de DM II e do sexo feminino, apresentando similaridade àquela apresentada em outros estudos (Joensen et al., 2020; Barone et al., 2020).

Tabela 1. Distribuição da amostra de acordo com idade, sexo e tipo de diabetes.

Variável	N (n=126)	%
Sexo		
Masculino	48	38,10
Feminino	78	61,90
Idade		
18 – 60 anos	98	77,78
>60 anos	28	22,22
Tipo de Diabetes		
Tipo I	31	24,60
Tipo II	95	75,40

Fonte: Autores.

Durante o período de distanciamento social, pode ser observadas mudanças em aspectos psicoemocionais, como destaca a Tabela 2, que podem indicar a situação de Saúde mental dos entrevistados. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde mental é um reflexo das reações do indivíduo frente às exigências cotidianas, desafios e mudanças da vida e ao modo como interagem as suas ideias e emoções (WHO, 2018). Partindo desse conceito de saúde mental, o cenário de distanciamento social, estabelecido pela pandemia do novo coronavírus, demandou atitudes individuais e coletivas que impactaram no campo psicoemocional das pessoas.

Tabela 2. Questionário sobre informações de Saúde Mental baseado no Self-Report Questionnaire (SRQ-20).

	Adultos	Idosos	∑(%)
Humor depressivo-ansioso			
Sente-se tenso ou preocupado?	37	12	36,71
Sente-se angustiado?	4	1	3,97
Assusta-se com facilidade?	43	8	40,48
Sintomas somáticos			
Tem sentido dores de cabeça?	40	5	35,71
Tem falta de apetite?	24	3	21,43
Decréscimo de energia vital			
Se cansa com facilidade?	36	5	32,54
Tem dificuldades para dormir?	57	4	48,41
Pensamentos depressivos			
Tem perdido o interesse pelas coisas?	42	17	46,83
Sente-se inútil?	38	14	41,27

Fonte: Autores.

A análise da dimensão humor depressivo-ansioso evidencia que parte da amostra afirmou sentir-se tenso/preocupado e assustado. De acordo com Brooks et al., (2020) isso repousa em diversos fatores, como por exemplo, o medo de contrair a infecção, os sentimentos de frustração e aborrecimento, perdas financeiras e também na passagem de informações incorretas a respeito da doença.

Cerca de 80% da amostra é representada por adultos, público esse, responsável, muitas das vezes, por trabalhar, estudar, se auto sustentar ou sustentar a própria família. Entretanto, com o advento do distanciamento social e suas consequências socioeconômicas, assim como, o estabelecimento do grupo de risco, alguns desses indivíduos não conseguem por vezes cumprir com essas obrigações. Essa característica amostral pode estar atrelada a esse estado de tensão e preocupação, visto que de acordo com estudos existe um elo entre a falta de segurança em relação ao trabalho/remuneração e o adoecimento mental. As pessoas que se encontram na incerteza de manter seus empregos e a garantia de renda mostram risco maior para o aparecimento de transtornos mentais, como estresse, ansiedade e depressão (Reichert & Tauchmann, 2017; Llosa, Menéndez-Espina, Agulló-Tomás & Rodríguez-Suárez, 2018).

Em relação à dimensão sintomas somáticos, foi possível identificar principalmente a referência a dores de cabeça frequentes. Esse tipo de sintomatologia frequentemente não

consegue ser justificável por uma patologia orgânica e constantemente é associada com sofrimento psíquico (Fortes et al., 2019). Os aspectos desta dimensão frequentemente podem estar associados, de forma causal, a dimensão decréscimo de energia vital, que neste estudo identificou a dificuldade para dormir como um achado, principalmente na população adulta. Para a população com diabetes este dado é preocupante, pois impacta em seu bem estar físico e mental, uma vez que a manutenção quantitativa do sono deficitária, ao provocar elevação do cortisol, causa interferência no metabolismo da glicose e no controle glicêmico (Pereira, Trevisan, Lourenço, Silva & Lima, 2019).

Relativo à dimensão pensamentos depressivos destaca-se que parte da amostra afirma ter perdido interesse pelas atividades que antes davam prazer e também afirmam possuir a sensação de inutilidade. De acordo com Ribeiro et al., (2020) não saber lidar com o isolamento social e com um inimigo invisível pode resultar em tais pensamentos negativos.

Tratando especialmente da população idosa, além da diabetes mellitus, a idade se torna um fator agravante dentro do grupo de risco da covid-19, com isso, visando não se expor ao vírus, esses indivíduos acabam se tornando dependentes de outros familiares. A Tabela 3 evidencia que existe uma associação com significância estatística ($p=0,0006$) entre a dependência familiar e a sensação de inutilidade.

Tabela 3. Associação entre a dependência dos idosos aos familiares, durante o período de distanciamento social e a sensação de inutilidade.

Sensação	Depende de familiares	Não depende	P-valor
Sente-se inútil	14	0	0,006
Não se sente inútil	8	6	

Fonte: Autores.

Na presente pesquisa, observa-se que metade dos idosos estudados desenvolveu a sensação de inutilidade, considerando a dependência familiar necessária para a realização de atividades cotidianas básicas, e que pode ser responsável por provocar quadros de estresse, ansiedade e depressão. Além disso, devido à necessidade de distanciamento social, o acesso dos idosos aos serviços de saúde para o acompanhamento regular é limitado, o que pode descompensar condições clínicas pré-existentes e acarretar uma maior dependência física. Tais dependências ainda podem ser acrescidas da dependência financeira, que ocorre devido às pensões e aposentadorias serem insuficientes às necessidades básicas da pessoa idosa,

como a compra de fármacos, alimentos e o fornecimento de água e energia, gerando condições precárias de vida (Moraes, Marques, Ribeiro & Souza, 2020)

Esse cenário mostra-se favorável ao sentimento cada vez mais aflorado de inutilidade e dependência, podendo influenciar negativamente na saúde mental da pessoa idosa, uma vez que o isolamento, o sentimento de inutilidade, a descompensação de patologias pré-existentes e em muitos casos a violência contra a pessoa idosa são somadas (Moraes et al., 2020).

É importante salientar que este novo panorama pandêmico salientou dificuldades relacionadas ao envelhecimento, como limitações psicofísicas, além da carência de habituação aos recursos tecnológicos, que se mostraram essenciais durante o distanciamento social para amenizar alterações psicoemocionais.

Ao se discutir o cotidiano dos indivíduos, durante a pandemia do novo coronavírus, é indispensável analisar a situação ocupacional, durante o distanciamento social. Diversas mudanças ocorreram durante este período, como demissão de funcionários, alteração na forma de trabalhar, dificuldades em novas colocações ocupacionais. Tendo em vista essa situação, buscou-se saber como se enquadra a situação ocupacional da amostra estudada. A Tabela 4 evidencia que metade dos sujeitos da pesquisa não apresenta atividade laboral no momento. Desta forma, aumenta-se a sensação de ócio que associada ao distanciamento social entre as pessoas produz uma piora na qualidade de vida dos indivíduos (Garrido & Rodrigues, 2020).

Esse quantitativo de pessoas sem atividade laboral pode estar associado ao aumento no número de desempregados, no período da pandemia, em 27,6%. Em maio, o número de pessoas sem ocupação era de 10,1 milhões, chegando a 12,9 milhões em agosto, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. No entanto, para um portador de diabetes a situação pode ser agravada pela dificuldade do exercício profissional presencial durante o período que perdurar a pandemia, por sua inserção no grupo de risco.

Tabela 4. Situação laboral, durante o período de distanciamento social.

Situação	Adultos	Idosos	Σ (%)
Desempregado	15	1	12,70
Afastado/licença	11	0	8,73
Home Office	11	0	8,73
Trabalho presencial	48	0	38,10
Profissional da saúde	3	1	3,17
Não trabalha	10	26	28,57

Fonte: Autores.

Tendo em vista o número total de adultos, 48 (48,98%) afirmaram estar trabalhando presencialmente, isto é, estão se expondo, diariamente, ao perigo de contrair o vírus, como forma de manutenção da renda financeira. A exposição de um grupo de risco desencadeia um maior risco de sofrer impacto psicológico durante a pandemia (Duarte, Santo, Lima, Giordani & Trentini, 2020). Em relação aos idosos, 26 (92,86%) afirmaram não trabalhar, podendo estar associado a uma provável aposentadoria.

Pesquisas que analisaram o impacto psicológico da quarentena em epidemias prévias reportam que a maioria dos estudos verificou efeitos psicológicos negativos, e que os principais fatores de estresse identificados foram a duração da quarentena, o medo da infecção, os sentimentos de frustração e de aborrecimento, a informação inadequada sobre a doença e seus cuidados, as perdas financeiras e o estigma da doença (Barros et al., 2020). Visto que, de acordo com o autor, as perdas financeiras é um dos fatores para o desequilíbrio psicológico, o estudo analisou a renda dos participantes do estudo.

A Tabela 5 demonstra que houve diminuição da renda, durante o distanciamento social, em 48,41% da amostra total (60,20% dos adultos).

Tabela 5. Situação da renda, durante o período de distanciamento social.

Renda	Adultos	Idosos	Σ (%)
Diminuída	59	2	48,41
Sem alteração	39	26	51,59

Fonte: Autores.

De forma a analisar o impacto da diminuição da renda sob aspectos psicoemocionais já estudados, associou-se à dificuldade para dormir, com a redução da renda dos sujeitos do estudo. Dos indivíduos, 42 (33,33%) relatam terem sofrido diminuição da renda, ao mesmo tempo em que possuem dificuldades para dormir, associação essa com significância estatística ($p=0,0006$), como evidencia a Tabela 6.

Tabela 6. Associação entre a diminuição da renda financeira e as dificuldades encontradas para dormir.

Renda	Possuem dificuldades p/ dormir	Não possuem	P-valor
Diminuída	42	19	0,0006
Sem alterações	25	40	

Fonte: Autores.

A associação entre dificuldade para dormir, que representa um aspecto psicoemocional, e queda da renda demonstra o quanto o estado de saúde mental é resultante também de fatores externos a constituição biológica. De acordo com Duarte et al., (2020) ter renda diminuída no período da pandemia do novo coronavírus é fator que pode indicar maior prejuízo na saúde mental.

Diante do contexto atual, é compreensível que a maior parte dos esforços práticos e científicos esteja voltada a biologia da doença. Entretanto o contexto da pandemia e o tardio advento das medidas de controle afetam a população em muitas dimensões das condições de vida e saúde, entre elas, o da saúde mental. A presença de sofrimento psíquico, como depressão, ansiedade e estresse ou alterações pontuais no sono, no apetite, entre outros analisados neste estudo exercem de acordo Barros et al., (2020) reconhecidos efeitos negativos no cotidiano e na qualidade de saúde e de vida das pessoas, contribuindo com o percentual relevante de anos vividos com incapacidades. Como também é importante ressaltar que alterações psicoemocionais podem se agravar ou constituir fatores de risco para doenças crônicas e/ou doenças virais.

4. Considerações Finais

O estudo permitiu que fossem visualizados diversos obstáculos relacionados à saúde mental de portadores de DM durante o distanciamento social decorrente da pandemia causada pelo Sars-Cov-2. A saúde mental e emocional do portador de DM, segundo análise do estudo, tem se mostrado frágil durante o distanciamento social, podendo-se identificar na amostra estudada o estresse, a ansiedade, depressão e transtornos de comportamento.

Além disso, pode ser identificada a acentuação de fatores que promovem alterações psicoemocionais, como alterações de renda, perda da qualidade do sono e isolamento familiar, seja consequentes diretos ou indiretamente do distanciamento social. Nesse contexto, a qualidade de vida geral do portador de DM é afetada durante o distanciamento social, influenciando em seu estado geral de saúde, o que representa um risco ao portador de DM.

Em contrapartida a todos esses efeitos psicoemocionais, as melhores respostas de adaptação ao distanciamento social é visto nos portadores de DM que mantiveram atividades laborais em casa, bem como sono qualitativo. Dessa forma, essa parcela da amostra tem menor risco de desenvolver agravos decorrentes do distanciamento social.

O estudo realizado demonstra a importância de criação e proteção de medidas de diminuição dos efeitos do distanciamento social aos pertencentes aos grupos de risco, uma

vez que são as pessoas que mais necessitam do distanciamento. Assim como, é essencial destacar que a renda, o trabalho, devem ser preservados, mas utilizando mecanismos que protejam o trabalhador da exposição ao vírus, diminuindo seu medo de contrair COVID-19, evitando sentimentos de inutilidade, frustração e aborrecimento.

Referências

Barone, M., Harnik, S. B., de Luca, P. V., Lima, B., Wieselberg, R., Ngongo, B., Pedrosa, H. C., Pimazoni-Netto, A., Franco, D. R., Marinho de Souza, M. F., Malta, D. C., & Giampaoli, V. (2020). The impact of COVID-19 on people with diabetes in Brazil. *Diabetes research and clinical practice*, 166, 1-9. doi.org/10.1016/j.diabres.2020.108304

Barros, M. B. A., Lima, M. G., Malta, D. C., Szwarcwald, C. L., Azevedo, R. C. S., Romero, D., & Gracie, R. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de Covid-19. *Epidemiol. Serv. Saúde*, 29(4), 2. doi: <http://doi.org/10.1590/s1679-49742020000400018>

Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & 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.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8

Duarte, M. Q., Santo, M. A. S., Lima, C. P., Giordani, J. P., & Trentini, C. M. (2020). COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(9), 3401-3411. doi.org/10.1590/1413-81232020259.16472020

Faro, A., Bahiano, M. A., Nakano, T. C., Reis, C., Silva, B. F. P., & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e Saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, 1-13. doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074

Fortes, S., Ziebold, C., Reed, G. M., Garcia, R. R., Campos, M. R., Reisdorfer, E., & Mari, J. J. (2019). Studying ICD -11 Primary Health Care bodily stress syndrome in Brazil: Do many functional disorders represent just one syndrome? *Brazilian Journal of Psychiatry*, 41(1), 15-21. doi.org/10.1590/1516-4446-2018-0003.

Garrido, R. G., & Rodrigues R. C. (2020). Restrição de contato social e saúde mental na pandemia: possíveis impactos das condicionantes sociais. *J Health Biol Sci*, 8(1),1-9. doi: 10.12662/2317-3325jhbs.v8i1.3325.p1-9.2020

Guo, W., Li, M., Dong, Y., Zhou, H., Zhang, Z., Tian, C., & Hu, D. (2020). Diabetes is a risk factor for the progression and prognosis of COVID-19. *Diabetes Metab Res Rev* e3319, 1-9. doi.org/10.1002/dmrr.3319

Joensen, L. E., Madsen, K. P., Holm, L., Nielsen, K. A., Rod, M, H., Petersen, A. A., Rod, N. H., & Willaing, I. (2020) Diabetes and COVID-19: psychosocial consequences of the COVID-19 pandemic in people with diabetes in Denmark-what characterizes people with high levels of COVID-19-related worries? *Diabetic Medicine: a Journal of the British Diabetic Association*, 37(7),1146-1154. doi: 10.1111/dme.14319.

Llosa, J. A., Menéndez-Espina, S., Agulló-Tomás, E., & Rodríguez-Suárez, J. (2018) Incertidumbre laboral y salud mental: una revisión meta-analítica de las consecuencias del trabajo precario en trastornos mentales. *Anales de Psicología*, 34(2), 211-223. doi.org/10.6018/analesps.34.2.281651

Moraes, C. L., Marques, E. S., Ribeiro, A. P., & Souza, E. R. (2020). Violência contra idosos durante a pandemia de covid-19 no Brasil: contribuições para o seu enfrentamento. *Res Ciência e Saúde coletiva*, 25 (2), 2-4. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.2.27662020>

Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). Folha informativa COVID-19 - Escritório da OPAS e da OMS no Brasil. (2020). Recuperado de <<https://www.paho.org/pt/brasil>>

Pereira, F. H., Trevisan, D. D., Lourenço, D. S., Silva, J. B., & Lima, M. H. M. (2019). Effect of educational strategies on the sleep quality of people with diabetes: randomized clinical trial. *Aquichan*, 19(3), 1-13. doi.org/10.5294/aqui.2019.19.3.2

Reichert, A. R. & Tauchmann, H. (2017). Workforce reduction, subjective job insecurity, and mental health. *Journal of Economic Behavior & Organization*, (133), 187-212. doi.org/10.1016/j.jebo.2016.10.018

Ribeiro, E. G., Souza, E. L., Nogueira, J. O., & Eler, R. (2020). Saúde Mental na Perspectiva do Enfrentamento à COVID -19: Manejo das Consequências Relacionadas ao Isolamento Social. *Rev Enfermagem e Saúde Coletiva*, 4(2), 47-56.

Santos, K. O., Araújo, T. M., Pinho, P. D. S., & Silva, A. C. C. (2011). Avaliação de um instrumento de mensuração de morbidade psíquica: estudo de validação do Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20). *Rev Baiana Saúde Púb*, 34(3), 544-560.

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. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17(5), 1–25. doi.org/10.3390/ijerph17051729

Wang, D., Hu, B., Hu, C., Zhu, F., Liu, X., Zhang, J., & Peng, Z. (2020). Clinical Characteristics of 138 Hospitalized Patients With 2019 Novel Coronavirus-Infected Pneumonia in Wuhan, China. *Journal of the American Medical Association*, 323(11), 1061-1069. doi. 10.1001/jama.2020.1585

Wei-jie, G., Zheng-yi, N., Yu, H., Wen-hua, L., Chun-quan, O., Jian-xing, H., & Zhong, N. (2020). Clinical characteristics of coronavirus disease 2019 in China. *N Engl J Med*, (382), 1708-1720. doi.10.1056/NEJMoa2002032.

World Health Organization (WHO), Strengthening mental health promotion. (2018). Recuperado de <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Wu, C., Chen, X., Cai, Y., Xia, J., Zhou, X., Xu, S., & Song, Y. (2020). Risk factors associated with acute respiratory distress syndrome and death in patients with coronavirus disease 2019 pneumonia in Wuhan, China. *JAMA Internal Medicine*. 180(7), 934-943. doi. 10.1001/jamainternmed. 2020.0994.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Anne Caroline de Moraes Monção – 22%

Giulia Gabriella de Oliveira Pedroza – 13%

Victor Hugo Maria Paura Souza – 13%

Heitor Oliveira Valladares – 13%

Sávio Dias de Paula Mello – 13%

Júlio Cesar Santos Silva – 13%

Marcela dos Santos Ferreira – 13%