

Isolamento social e seus impactos na saúde mental: Uma revisão

Social isolation and its impacts on mental health: A review

Aislamiento social y sus impactos en la salud mental: Una revisión

Recebido: 15/06/2021 | Revisado: 20/06/2021 | Aceito: 25/06/2021 | Publicado: 11/07/2021

Iraneide Nascimento dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8449-7840>

Universidade de Pernambuco, Brasil

E-mail: iraneide.nascimento@upe.br

Bruno Vinicius Pereira da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4925-7539>

Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo, Brasil

E-mail: bruno330@yahoo.com.br

Aline Murari Ferraz Carlomanho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0412-3361>

Universidade de Campinas, Brasil

E-mail: aline.mfcarlomanho@gmail.com

Cristiane Silva Moraes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8136-4337>

Universidade Guarulhos, Brasil

E-mail: cris.morais_@hotmail.com

Marília Lopes Pernambuco

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1398-485X>

Universidade Federal do Ceará, Brasil

E-mail: marilialopes_p@yahoo.com.br

Resumo

Introdução: em 2020, o mundo foi marcado por uma crise: a pandemia COVID-19. A principal medida adotada para diminuição da contaminação é o isolamento social. Isso desencadeou diversas consequências nos âmbitos da saúde, nas esferas socioeconômicas, e, nas relações interpessoais, resultando em condições estressoras. Objetivo: analisar na literatura quais são as principais consequências do isolamento social na saúde mental da população durante a pandemia de COVID-19. Métodos: trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de natureza qualitativa. Foi utilizado a estratégia PICO (acrônimo para patient, intervention, comparison, outcomes) para a elaboração da questão de pesquisa desta revisão. Resultados: encontrou-se que o isolamento social causa impacto na saúde mental de diversos grupos da sociedade, gerando incertezas, medo, ansiedade, perdas econômicas e sofrimento psíquico significativo, podendo levar a um desequilíbrio emocional e consequente adoecimento e morte pela COVID-19, como também repercutir na epidemia de transtornos mentais na população. Conclusão: o isolamento social imposto para a contenção da pandemia, intensifica desafios e vulnerabilidades anteriores, sendo importante implementar políticas públicas voltadas a saúde mental.

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

Abstract

Introduction: in 2020, the world was marked by a crisis: the COVID-19 pandemic. The main measure adopted to reduce contamination is social isolation. This triggered several consequences in health, socioeconomic spheres, and interpersonal relationships, resulting in stressful conditions. Objective: to analyze in the literature what are the main consequences of social isolation on the mental health of the population during the COVID-19 pandemic. Methods: this is a narrative review of the literature, qualitative in nature. The PICO strategy (acronym for patient, intervention, comparison, outcomes) was used to elaborate the research question of this review. Results: it was found that social isolation impacts the mental health of various groups in society, generating uncertainty, fear, anxiety, economic losses and significant psychological distress, which can lead to emotional imbalance and consequent illness and death by COVID-19, as well as having repercussions on the epidemic of mental disorders in the population. Conclusion: The social isolation imposed to contain the pandemic intensifies previous challenges and vulnerabilities, making it important to implement public policies aimed at mental health.

Keywords: Pandemics; COVID-19; Social isolation; Mental health.

Resumen

Introducción: en 2020, el mundo estuvo marcado por una crisis: la pandemia de COVID-19. La principal medida adoptada para reducir la contaminación es el aislamiento social. Esto desencadenó varias consecuencias en la salud, las esferas socioeconómicas y las relaciones interpersonales, lo que resultó en condiciones estresantes. Objetivo:

analizar en la literatura cuáles son las principales consecuencias del aislamiento social sobre la salud mental de la población durante la pandemia de COVID-19. Métodos: se trata de una revisión narrativa de la literatura, de carácter cualitativo. Se utilizó la estrategia PICO (acrónimo de paciente, intervención, comparación, resultados) para elaborar la pregunta de investigación de esta revisión. Resultados: se encontró que el aislamiento social impacta en la salud mental de diversos grupos de la sociedad, generando incertidumbre, miedo, ansiedad, pérdidas económicas y angustia psicológica significativa, que puede conducir al desequilibrio emocional y la consecuente enfermedad y muerte por COVID-19, también por tener repercusiones en la epidemia de trastornos mentales en la población. Conclusión: El aislamiento social impuesto para contener la pandemia intensifica los desafíos y vulnerabilidades anteriores, por lo que es importante implementar políticas públicas dirigidas a la salud mental.

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

1. Introdução

O ano de 2020 foi marcado pelo anúncio feito pela Organização Mundial de Saúde – OMS, de uma pandemia provocada por uma doença infecciosa que acomete o sistema respiratório, cuja manifestação pode ter como consequência a Síndrome Respiratória Aguda Grave 2 (SARS-COV-2) (Schuchmann *et al.*, 2020). Isso desencadeou diversas consequências nos âmbitos da saúde, nas esferas socioeconômicas, e, nas relações interpessoais, tendo em vista a implementação de medidas de restrições como o distanciamento e/ou isolamento social, resultando em intensas condições desgastantes e estressoras (Marchetti *et al.*, 2020).

Nesse sentido, os governos mundiais vêm adotando medidas de distanciamento e/ou isolamento social, cruciais para mitigar a propagação da doença, devido a sua alta taxa de transmissibilidade e de fácil propagação de pessoa para pessoa, através de gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro, acompanhado por contato pela boca, nariz ou olhos, ou até mesmo, por meio de objetos e superfícies contaminadas (World Health Organization, 2020a). Porém, desde o seu surgimento a doença já foi registrada em mais de 180 países (Kraemer *et al.*, 2020) e as repercussões causadas pela pandemia estão levando ao colapso serviços de saúde de diversas nações, inclusive do Brasil.

A pandemia ocasionada pelo COVID-19 está sendo caracterizada como um dos maiores problemas de saúde pública internacional das últimas décadas (World Health Organization, 2020b), tendo culminado quase todo o mundo. Pode-se dizer que o número de pessoas afetadas psicologicamente é superior à quantidade de pessoas acometidas pelo vírus, estatisticamente, cerca de um terço da população global apresentará sequelas psicológicas e psiquiátricas se não forem tratadas adequadamente (Cepedes, 2020a).

Entende-se que a saúde mental envolve, sobretudo, uma avaliação em diferentes contextos, sendo necessário compreender que pessoas em isolamento social também estão suscetíveis a algum tipo de sofrimento mental, essa situação pode gerar intensas reações emocionais e comportamentais, dentre elas: angústia, medo, tédio, solidão, insônia ou raiva. O panorama é ainda muito mais complexo ao considerar comportamentos de risco à saúde advindos desse isolamento, como o aumento do consumo de álcool, cigarro e outras drogas, depressão tentativas de suicídio e surtos psicóticos (Ornell *et al.*, 2020).

Deste modo, torna-se cada vez mais relevantes os estudos científicos relacionados à temática e da necessidade emergencial do cuidado integral associado à recente declarada emergência de saúde pública por razão do novo coronavírus (Ornell *et al.*, 2020). Como também, a realização do presente estudo auxiliará profissionais de saúde e formuladores de políticas a desenvolverem diferentes estratégias para reduzir o impacto do distanciamento e isolamento social na saúde da população, direcionadas aos trabalhadores, às crianças e aos adolescentes, aos idosos, às pessoas com condições pré-existentes, aos grupos desfavorecidos e marginalizados, entre outros.

Face o exposto, este artigo objetiva analisar na literatura quais são as principais consequências do isolamento social na saúde mental da população durante a pandemia de COVID-19.

2. Método

Este estudo é uma revisão bibliográfica, do tipo narrativa, de natureza qualitativa, realizada de forma a apresentar uma perspectiva ampla, que possibilita a síntese de vários estudos publicados, descreve e discute o estado da arte de um determinado assunto (Rother, 2007).

Para a elaboração da questão de pesquisa desta revisão, utilizou-se a estratégia PICO (acrônimo para patient, intervention, comparison, outcomes), na qual o primeiro elemento da estratégia (P) consiste na população em geral; o segundo (I), o isolamento social; o terceiro (C), não se aplica, e o quarto elemento (O), as consequências à saúde mental das pessoas. O uso dessa estratégia para formular a questão de pesquisa na condução de métodos de revisão possibilita a identificação de descritores, as quais auxiliam na localização de estudos primários relevantes nas bases de dados (Fineout-Overholt, 2011). Logo, a questão norteadora do estudo foi: “Quais são os possíveis impactos na saúde mental relacionados ao isolamento social durante a pandemia de COVID-19?”

A seleção dos artigos ocorreu no mês de maio de 2021, utilizando as bases de dados MEDline (via PubMed), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scielo. Os termos de busca utilizados foram “Social Isolation” AND “Mental Health”, advindos dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MeSH), combinados em pares a partir da lógica booleana AND ou OR, considerando os anos de 2020 e 2021. Não foram usados os descritores relacionados à pandemia de COVID-19 para ampliar o número de artigos encontrados na busca.

A busca nas bases identificou um total de 892 artigos. Os 32 estudos incluídos nesta revisão, serão apresentados e discutidos a partir de categorias relacionadas aos efeitos da pandemia na saúde mental infantojuvenil, dos teletrabalhadores, população com hipossuficiência financeira, dos profissionais da saúde, do idoso e dos indivíduos diagnosticados com transtornos mentais.

3. Resultados

Os resultados do presente estudo encontram-se no Quadro 1.

Quadro 1 - Artigos examinados em texto integral e incluídos na revisão.

| Artigos sobre a População infantojuvenil | Artigos sobre Teletrabalhadores |
|--|---|
| Cusinato <i>et al.</i> , 2020 Danese & Smith, 2020 Florêncio Júnior, Paiano & Costa, 2020 Liu <i>et al.</i> , 2020 Platt, Guedert & Coelho, 2021 Santos <i>et al.</i> , 2020 Wang <i>et al.</i> , 2020 | Belzunegui-Eraso & Erro-Garcés, 2020 Davis <i>et al.</i> , 2020 Majumdar, Biswas & Sahu, 2020 Tavares <i>et al.</i> , 2020 Venegas Tresierra & Leyva Pozo, 2020 |
| Artigos sobre a População com hipossuficiência financeira | Artigos sobre Profissionais da saúde |
| Estrela <i>et al.</i> , 2020 Gayer <i>et al.</i> , 2020 Lima <i>et al.</i> , 2020 Oliveira <i>et al.</i> , 2020 Silva Júnior AF, <i>et al.</i> , 2020 | Dantas, 2021 El-Hage <i>et al.</i> , 2020 Saidel, 2020 Silva, 2020 Tavares, 2020 Weide, 2021 |
| Artigos sobre Pessoas com transtornos mentais | Artigos sobre Idosos |
| Lima <i>et al.</i> , 2020 Ornell <i>et al.</i> , 2020 Sher, 2020 Shigemura <i>et al.</i> , 2020 | Ferreira, 2021 Lima-Costa <i>et al.</i> , 2020 Romero <i>et al.</i> , 2021 Santos, 2020 Silva <i>et al.</i> , 2021 |

Fonte: Autores.

4. Discussão

População infantojuvenil

Após o início da pandemia COVID-19 em Wuhan, mais de 220 milhões de crianças e adolescentes na China foram confinados em suas casas com seus pais (Wang *et al.*, 2020), como também em vários países do mundo. Em vista disso, as autoridades pediram mais atenção à saúde mental das famílias durante o COVID-19 e das crianças que estão isoladas em casa (Liu *et al.*, 2020). Esta população pode sofrer com o medo de contrair a infecção, o sentimento de frustração e tédio, a falta de contato pessoal com colegas de classe, amigos e professores, e limitação de espaço para as atividades diárias ao ar livre (Wang *et al.*, 2020). Suprimindo assim, os espaços de brincar, os relacionamentos com outras crianças, o movimento de aprender coletivamente e de expressar seus afetos.

Repentinamente, as crianças presenciaram serem perdidas muitas das garantias cotidianas que lhes proporcionavam uma sensação de segurança, e, mantidas em casa, iniciaram um longo período de restrição de movimento, sem nenhuma atividade física organizada, tornando-as predispostas a comportamentos prejudiciais, tal como o excesso de sedentarismo. Esse tipo de comportamento foi reforçado pelo início da aprendizagem online em virtude do fechamento das escolas, no qual as crianças passaram a usar dispositivos eletrônicos (Wang *et al.*, 2020).

Além disso, problemas estruturais em determinados bairros, reduz ainda mais a oportunidade da criança ter um estilo de vida ativo, o que poderia auxiliar na manutenção da saúde mental, bem como, a ampla diversidade de jogos digitais e programas de TV, incitam as atividades sedentárias (Silva & Costa, 2011). Esses equipamentos eletrônicos podem gerar queixas visuais, dores osteomusculares, alterações dos padrões de sono e hábitos alimentares, resultando em ganho de peso e perda de aptidão cardiovascular (Wang *et al.*, 2020). O comportamento sedentário impacta sobremaneira não só na saúde física, como também na mental, aumentando o risco para ansiedade, depressão e até modificações na estrutura cerebral dessa população (Florêncio Júnior, Paiano & Costa, 2020). Por outro lado, crianças mais ativas e participantes de atividade física, apresentam uma melhor saúde mental (Silva, Silvab & Neto, 2017).

Outras consequências à saúde mental foram ratificadas na pesquisa de Sprang e Silman (2009) que compararam os sintomas de estresse pós-traumático infantil relatados pelos pais com crianças que estavam e não estavam em quarentena durante o surto de SARS e H1N1. Eles evidenciaram pontuações de estresse pós-traumático quatro vezes maiores em crianças que foram colocadas em quarentena em comparação com aquelas que não tinham.

Ressalta-se que, não só as crianças, mas os adolescentes também podem ser impactados pelo isolamento social. Além dos adolescentes apresentarem os fatores de risco relacionados ao adolecer que é caracterizado por diversas transformações, também podem ser afetados pelos estressores familiares e pelas consequências dramáticas às suas condições de saúde (Danese & Smith, 2020). Não obstante, a resiliência notável que muitos jovens evidenciam frente à adversidade (Rutter, 2013), destaca a necessidade de identificar os fatores determinantes considerando as diferenças individuais. É possível que a existência de vulnerabilidades, tais como a situação socioeconômica desfavorável, a vitimização infantil e a história de psicopatologia (Lewis *et al.*, 2019), ampliará o impacto negativo da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos jovens (Danese & Smith, 2020).

Apesar do isolamento social ser identificado, momentaneamente, como a forma mais eficaz de evitar o contágio pelo novo coronavírus, ele afeta negativamente as dimensões psicológicas e aumenta a sobrecarga dos pais, que apresentam a obrigação de cuidar e educar seus filhos confinados, expondo as crianças a um risco significativo para o seu bem-estar (Cusinato *et al.*, 2020), assim como à violência doméstica intrafamiliar, mostrando uma contradição, pois é neste ambiente que eles deveriam se sentir mais seguros (Platt, Guedert & Coelho, 2021).

Teletrabalhadores

Em virtude da pandemia, vários países adotaram o teletrabalho, que ganha protagonismo no mundo ocupacional, tem sido usado pelas empresas para garantir a segurança de seus funcionários e manter a atividade econômica (Belzunegui-Eraso & Erro-Garcés, 2020; Majumdar, Biswa & Sahu, 2020). O teletrabalho, também conhecido por trabalho em *Home Office*, é uma expressão inglesa que significa “escritório em casa”. Inclui o trabalho em casa e comunicar-se com o escritório via telecomunicação, como também, exercer suas atividades em centros de trabalho na vizinhança ou satélites (Nilles, 1994). Normalmente as empresas utilizam essa modalidade de trabalho quando os funcionários não precisam ou estão impossibilitados de trabalhar na sede (Santos *et al.*, 2020).

Nesse sentido, existem vantagens de se adotar o teletrabalho uma vez que há economia de recursos naturais gerada pelo menor consumo nos locais de trabalho, há melhoria da mobilidade urbana, devido ao esvaziamento das vias públicas, e a elevação da qualidade de vida para os trabalhadores (Sobratt, 2016). Todavia, De Vries, Tummers e Bekkers (2018), identificaram implicações negativas do trabalho à distância, incluindo a desmotivação, o maior isolamento profissional e menor comprometimento organizacional nos dias em que trabalhava inteiramente em casa, que pode ser agravado pela insipiente treinamento ministrado aos indivíduos, muitos deles receberam apenas um laptop e pouca orientação quanto à criação de uma estação de trabalho adequada ergonomicamente (Davis *et al.*, 2020).

Durante a pandemia de COVID-19, é importante se ter um bom aspecto físico, psicológico e ergonômico para alcançar o desempenho no labor (Tavares *et al.*, 2020). Nesse sentido, o isolamento do funcionário é um aspecto psicológico negativo que pode levar a alguma doença psiquiátrica, ao risco coletivo de se tornar viciado em trabalho pela dificuldade de se quantificar a carga horária, à falta de oportunidades de carreira, pois a ausência física propicia o esquecimento da existência do funcionário, e os problemas familiares (FINCATO, 2014), que por sua vez, emerge o risco de disputa entre labor e atenção à família. De certo, este tipo de situação pode condicionar algum risco psicossocial e gerar uma afetação mental do teletrabalhador (Venegas Tresierra & Leyva Pozo, 2020).

Além desses fatores, no trabalho em *Home Office* existem riscos psicossociais como o estresse que pode estar ligado à fadiga. Esta quando relacionada ao trabalho pode ser condicionada por diversos aspectos laborais, tal como o excesso de trabalho mental, que é extremamente maléfico (Venegas Tresierra & Leyva Pozo, 2020). Ainda, Rocha e Amador (2018), revelam que riscos associados à intensificação do trabalho, à dificuldade de separar o espaço e o tempo de vida laboral, familiar e pessoal, assim como, à possibilidade do trabalho se estender indefinidamente por meio dos dispositivos digitais móveis, podem interferir negativamente nos indicadores psicológicos dos laboriosos.

No estudo de Majumdar, Biswas e Sahu (2020) o bem-estar físico e psicológico foram desequilibrados à medida que a exposição à tela aumentava e o horário de sono foi alterado em virtude do isolamento social na forma de confinamento domiciliar. Conciliar bem o sono é importante para a saúde física e para o efetivo funcionamento do sistema imunológico, além de auxiliar na redução do estresse, na depressão e na ansiedade (Majumdar, Biswas & Sahu, 2020).

Face ao exposto, para melhor entender as consequências do teletrabalho na saúde mental dos trabalhadores, essa lacuna do conhecimento precisa ser preenchida com estudos, pois ainda são escassos. Como também, medidas preventivas devem ser tomadas para prevenir o adoecimento em virtude das características dessa modalidade de trabalho, e os relatos de sentimentos de ansiedade, estresse, sobrecarga e cansaço, tendo em vista a elevação da carga horária de trabalho, do índice de preocupações, medo e incertezas durante a pandemia (Santos *et al.*, 2020).

População com hipossuficiência financeira

O SARS-CoV-2 demonstrou ser um vírus causador de uma doença infectocontagiosa de potencial de contágio além das expectativas iniciais. A velocidade de expansão dos números de casos de COVID-19 ocorre independentemente de traços

étnicos, gênero, faixa etária ou classe social. Apesar disso, as etnias preta ou parda do Brasil ocupam 75% da população pertencente ao estrato social de extrema pobreza (Estrela *et al.*, 2020).

Por ser uma doença infectocontagiosa, a COVID-19 é facilmente transmitida em periferias e favelas, locais insalubres, com índice de saneamento abaixo do normal, revelando-se um grave problema de saúde pública (Oliveira *et al.*, 2020). A pandemia de COVID-19, vem causando importantes danos humanos, econômicos e sociais sem precedentes. Embora a síndrome respiratória aguda seja sua principal característica dessa doença, outros órgãos, como o cérebro, também são afetados, visto que a covid nos coloca frente ao desamparo humano, a medida em que, pela invisibilidade do vírus, nos sentimos sem qualquer defesa psíquica capaz de nos proteger. E assim vem ocorrendo na população: perda de liberdade, preocupação com a vida financeira e desamparo.

Conforme epidemias e pandemias anteriores, espera-se que a COVID-19 tenha um impacto desproporcional sobre os mais desfavorecidos, vulneráveis e marginalizados, ou seja, aqueles indivíduos que têm empregos precários, baixa renda e vivem em habitações superlotadas dentro de comunidades marginalizadas, incluindo grupos étnicos minoritários, migrantes e refugiados; mulheres e crianças em famílias violentas e abusivas; e pessoas com problemas de saúde mental pré-existent (Gayer *et al.*, 2020).

A desigualdade social causa uma anulação em populações mais vulneráveis, que vivem em condições sanitárias precárias (Lima *et al.*, 2020). Os sem-teto e demais populações com hipossuficiência financeira são mais expostos à infecção por viverem em locais insalubres, com aglomeração, enorme precariedade, com ausência de água apropriada para ingestão e higiene, além de difícil alcance aos serviços de saúde, dificultando a adesão das medidas preventivas da contaminação pelo vírus. Essas situações atreladas ao medo e incerteza diante das condições futuras, aumentam as chances de desenvolvimento de transtornos psiquiátricos nesse grupo populacional. Os responsáveis financeiros, se tornam estressados por não poderem cumprir as medidas de distanciamento social, impossibilitadas devido ao tamanho das residências (Silva Júnior *et al.*, 2020).

O fechamento das escolas, que serve além da educação como fonte de alimentação para crianças e adolescentes, contribui para a desnutrição com redução da imunidade. No Brasil, as medidas de apoio financeiro adotadas ainda são insuficientes para a população mais pobres, o que dificulta a adesão das medidas preventivas da contaminação pelo COVID-19. Por tudo isso, a pandemia trouxe repercussões psicológicas para população, as quais podem ser explicadas pelo grande medo em adoecer, ficar desempregado e, por fim, o medo de morrer. A sensação de incerteza quanto ao futuro econômico traz sérias implicações na saúde mental.

Profissionais da saúde

Os profissionais de saúde em um contexto histórico são os primeiros a descobrirem, a lidar e até mesmo a se contaminar com novas doenças e vírus existentes no mundo, concomitantemente afetando sua saúde física e mental, não sendo diferente com a pandemia causada pelo COVID-19. A Pandemia tem afetado negativamente a Saúde Mental dos profissionais de saúde, em especial aqueles que trabalham na linha de frente assistencial, pois estes lidam diariamente e diretamente com o medo de se infectarem e de conseqüentemente infectarem seus familiares, parentes amigos e os demais com os quais convivem (Silva, 2020; Saidel, 2020).

Entende-se que profissionais de saúde por atuarem na linha de frente prestando assistência e cuidados aos pacientes acometidos pelo vírus, possuem uma sobrecarga em relação a sua atuação profissional, além de lidar com situações diversas de fragilidade do humano e a convivência cotidiana com a iminência da morte. Apesar do surgimento da vacina, a tensão a sobrecarga de trabalho, a carência de equipamentos e até mesmo os riscos de infecções e reinfecções pelo vírus continuam presentes no cotidiano destes profissionais, ocasionando grandes impactos em sua saúde mental (Dantas, 2021).

O desgaste físico e emocional destes profissionais vem aumentando, causando a instabilidade da saúde mental, ocasionando maiores níveis de estresse, ansiedade, irritabilidade, insônia e depressão, além de outras questões também como; divergências de informações em relação ao vírus; mudanças constantes de protocolos; coberturas de plantões aumento da carga horária; medo; constante falta de medicamentos e insumos para atendimento à população infectada, dentre outros, além das perdas de familiares, conhecidos e o afastamentos constante de colegas contaminados (Fiocruz, 2020).

Entende-se que os profissionais de saúde que estão diretamente ligados ao atendimento de pacientes acometidos pela doença, tem um nível de estresse maior, além dos que já tem que lidar cotidianamente, nos serviços de saúde de um modo geral (Dantas, 2021). Sendo assim prestar assistência a pacientes que sofrem por COVID-19, tende a ter um efeito emocional mais relevante, se tornando comum sentir-se sobrecarregado e pressionado, não podendo estes serem relacionados a fraqueza ou incompetência profissional (Fiocruz, 2020).

As características dessa pandemia (rapidez da difusão, conhecimento incerto, gravidade, mortes de cuidadores) criaram um clima de ansiedade. Ademais, os fatores organizacionais podem ser estressantes, tais como: falta de equipamentos de proteção individual, redesignação de cargos, falta de comunicação, falta de equipamentos de cuidado, interrupção do cotidiano familiar e da vida social. Outros fatores de risco são identificados como falta de apoio, medo de contaminar um ente querido, isolamento ou estigma social, alto nível de estresse no trabalho ou padrões de apego inseguros (El-Hage *et al.*, 2020).

Além da falta de recursos materiais e organizacionais, o grande número de trabalhadores que atuam na linha de frente infectados pelo novo coronavírus, o baixo número de profissionais de saúde existentes no mercado atualmente e a falta de tratamento específico da infecção promovem o sentimento de impotência e ineficiência pessoal, tornando os profissionais de saúde mais propensos a adoecerem psiquicamente, podendo desenvolver depressão, medo, ansiedade (Tavares, 2020), vício, exaustão e transtorno de estresse pós-traumático (El-Hage *et al.*, 2020).

A atual pandemia gerada pelo COVID-19 evidenciou a importância do trabalho executado por todos os profissionais que atuam na assistência e cuidado da saúde da população, assim se torna necessário também um cuidado maior com a saúde mental destes profissionais, sendo tal ação um dever ético, moral e político da sociedade, do Estado e das instituições responsáveis pela saúde, oferecer o cuidado em saúde para estes profissionais, durante e após a pandemia (Weide, 2021).

Pessoas com transtornos mentais

De acordo com a Classificação Internacional de Transtornos Mentais e de Comportamento (CDI-10) (Organização Mundial da Saúde, 1993), os Transtornos Mentais (TM) se caracterizam como patologias com manifestações psicológicas associadas a algum comprometimento funcional resultante de determinadas disfunções biológicas, sociais, psicológicas, genéticas, físicas ou químicas. De modo que, esses transtornos também podem ser classificados como alterações na forma de pensar e/ou do humor relacionadas a uma angústia expressiva, resultando em prejuízos no desempenho pessoal em diversos âmbitos da vida pessoal, como também sociais, ocupacionais e familiares.

Os TM só foram reconhecidos como um sério problema de saúde pública a partir de 1996 (Lopez, 1998) sendo subestimado durante muito tempo, sobretudo porque a forma de avaliar seu impacto na saúde considerava-os apenas nos índices de mortalidade. Em um relatório elaborado pela Organização Mundial da Saúde - OMS e Organização Pan-Americana de saúde - OPAS (2001) mensurou-se que os TM representam 12% da carga mundial de patologias e inferior a 1% de mortalidade, sendo investidos apenas 1% de recursos da saúde em melhorias para a saúde mental.

Determinados grupos, como indivíduos idosos, imunocomprometidos, pacientes com condições clínicas e psiquiátricas prévias, familiares de pacientes infectados e residentes em áreas de alta incidência, são especialmente vulneráveis a sofrerem de transtornos psicológicos durante uma pandemia, como a que está ocorrendo atualmente com a COVID-19. Vale

salientar também que nesses grupos, a rejeição social, discriminação e até xenofobia são frequentes, dessa forma as emoções envolvidas, como medo e raiva, devem ser consideradas e observadas (Ornell *et al.*, 2020).

Estudos epidemiológicos em saúde mental nos proporcionam compreender manifestamente a frequência com que esses transtornos ocorrem na população em geral, analisar suas consequências diretas e indiretamente em nível individual, familiar e social, além de evidenciar suas associações com variáveis sociodemográficas na intenção de orientar o reconhecimento de grupos de risco (Pereira, 2001).

Indivíduos suspeitos ou diagnosticados com COVID-19 comumente relatam que estão sentindo-se culpados, com medo, raiva solidão e ansiedade, além de estarem sendo estigmatizadas (Shigemura *et al.*, 2020). Esse tipo de situação provocou um pânico generalizado na população em todo o mundo, ocasionando aumento expressivo no número de casos de ansiedade, depressão e Transtornos de Estresse Pós-Traumático (TEPT) (Lima *et al.*, 2020). Pesquisa realizada na China demonstra que 53,8% dos indivíduos entrevistados classificaram efeito psicológico do surto como moderado a grave (Sher, 2020).

Idosos

Independente da nacionalidade, todos os cidadãos foram afetados, porém alguns fatores contribuem de forma ainda mais negativa quando focamos nossa atenção nos anciãos. Sejam eles as mudanças de alguns papéis ocupacionais como a aposentadoria, a morte de pessoas queridas, privação do convívio social, redução de autonomia e independência (Santos, 2020).

Outro aspecto relaciona-se com os idosos em situação de vulnerabilidade social, os quais vivenciam uma realidade de condições socioeconômicas desfavoráveis e trabalham ocupando majoritariamente cargos informais. Com a instalação e o prolongamento da pandemia a fome, incertezas, medo, angústias são ainda mais latentes nessas pessoas (Romero *et al.*, 2021). Tais fatores corroboram para aumento dos níveis de ansiedade, medo, angústia, alteração de sono, solidão nos idosos (Santos, 2020; Ferreira, 2021; Lima-Costa *et al.*, 2020).

Um outro elemento que impacta negativamente na saúde mental dos longevos denomina-se ageísmo, tal termo é definido como “preconceito, estereotipia e discriminação relacionados à idade”. Durante a pandemia essa população foi incluída no grupo de risco e foi alvo de críticas associadas a destinação de recursos financeiros, cuidados intensivos, prioridade na vacinação, entre outros, onde critérios foram elencados para ordenar as ações e a prioridade foi fundamentada especialmente no parâmetro etário, fazendo com que os idosos fossem os primeiros a se vacinarem, por exemplo. Pronunciamentos ageístas da população em geral impactam desfavoravelmente na vida e na saúde mental dos anciãos, repercutindo tanto em parâmetros psicológicas como sociais (Silva *et al.*, 2021).

Apesar do distanciamento social ser de extrema importância para frear o contágio, os resultados das pesquisas escancaram a necessidade de intervenção de uma equipe multiprofissional composta minimamente por terapeutas ocupacionais, psicólogos, fisioterapeutas, gerontólogos, entre outros profissionais, a fim de reduzir os danos relacionados à saúde mental dessa população, sejam eles institucionalizados ou não. Tais intervenções devem ser realizadas lançando mão de todas as medidas de proteção e prevenção evitando-se assim contrair e transmitir o vírus para uma população tão vulnerável e de extremo risco.

5. Conclusão

Esta revisão apresenta as consequências da pandemia e do isolamento social sobre a saúde mental de diversos grupos populacionais e os seus fatores relacionados, evidenciando que embora as medidas de distanciamento social sejam tomadas para a proteção das pessoas do SARS-CoV-2, elas geram medo, ansiedade, incertezas, perdas econômicas, redução da

interação física e sofrimento psíquico significativo. Sendo assim, países em desenvolvimento como o Brasil apresentam desafios únicos, com populações vulneráveis, desfavorecidas e marginalizadas, além de recursos limitados e falta interesse político para responder adequadamente à pandemia, que podem repercutir no adoecimento e morte pela COVID-19, como também, na “epidemia” de transtornos mentais na população.

Portanto, tendo em vista a relevância do assunto, faz-se necessário a realização de estudos futuros sobre os efeitos do isolamento social na saúde mental, principalmente, com as populações mais vulneráveis, desfavorecidas e marginalizadas.

Referências

- Belzunegui-Eraso, A. & Erro-Garcés, A. (2020). Teleworking in the context of the covid-19 crisis. *Sustainability*. 12(9):3662. <https://doi.org/10.3390/su12093662>
- Boada-Grau, J. & Ficapal-Cusí, p. Saúde e trabalho. (2012). O riscos psicossociais novos e emergentes. editorial UOC; p. 202.
- Centro de Estudos e Pesquisas em Emergências e Desastres em Saúde; Fundação Oswaldo Cruz. (2020a). Saúde mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: Recomendações gerais.
- Cusinato, M., Iannattone, S., Spoto, A., Poli, M., Moretti, C., Gatta, M., & Miscioscia, M. (2020). Stress, Resilience, and Well-Being in Italian Children and Their Parents during the COVID-19 Pandemic. *Int J Environ Res Public Health*. 17(22):8297. 10.3390/ijerph17228297.
- Danese, A., & Smith, P. (2020). Debate: Reconhecer e responder às necessidades de saúde mental dos jovens na era do COVID-19. *Saúde Mental da Criança e do Adolescente*. 25(3), 169-170. <https://doi.org/10.1111/camh.12414>
- Dantas, E. S. O. (2021). Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. *Interface(Botucatu)*. 25. <https://doi.org/10.1590/Interface.200203>
- Davis, K. G., Kotowski, S. E., Daniel, D., Gerding, T., Naylor, J., & Syck, M. (2020). The home office: Ergonomic lessons from the “new normal”. *Ergonomics in Design*. 28(4), 4-10. <https://doi.org/10.1177/1064804620937907>
- De Vries, H., Tummers, L., Bekkers, & V. (2018). The benefits of teleworking in the public sector: reality or rhetoric? *Rev Public Pers Adm*. 28:1-22. <https://doi.org/10.1177/0734371X18760124>
- El-Hage, W., Hingray, C., Lemogne, C., Yroni, A., Brunault, P., & Bienvu, T., et al. (2020). Les professionnels de santé face à la pandémie de la maladie à coronavirus (COVID-19): quels risques pour leur santé mentale? *L'encephale*. 46(3), S73-S80. 10.1016/j.encep.2020.04.008
- Ferreira, H. G. (2021). Gender Differences in Mental Health and Beliefs about Covid-19 among Elderly Internet Users. *Paidéia*. 31, e3110. 10.1590/1982-4327e3110
- Fincato, D. P. (2014). Teletrabajo en Brasil. Reflexiones sobre la protección de la salud del trabajador frente a la isonomía del trabajo presencial. *Rev. derecho comun. nuevas tecnol*, (12), 8. <http://dx.doi.org/10.15425/redecom.12.2014.01>
- Fineout-Overholt, E. & Stillwell, S. B. (2011). Asking compelling, clinical questions. In: Melnyk BM, Fineout-Overholt E. Evidence-based practice in nursing & healthcare: a guide to best practice. Philadelphia: Wolters Kluwer, Lippincot Williams & Wilkins; p. 25-39.
- Florêncio Júnior, P. G., Paiano, R., Costa, A. S. (2020). Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes. *Rev Bras Ativ Fis Saúde*. 25;1-2. <https://doi.org/10.12820/rbafs.25e0115>
- Fundação Oswaldo Cruz - FIOCRUZ. (2020). Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia Covid-19: orientação aos trabalhadores dos serviços de saúde. Rio de Janeiro: Fiocruz.
- Gayer, C., Anderson, R. L., El Zerbi, C., Strang, L., Hall, V. M., Knowles, G., & Das-Munshi, J. (2020). Impacts of social isolation among disadvantaged and vulnerable groups during public health crises. <https://esrc.ukri.org/files/news-events-and-publications/evidence-briefings/impacts-of-social-isolation-among-disadvantaged-and-vulnerable-groups-during-public-health-crises/>
- Kraemer, M. U. G., Yang, C-H., Gutierrez, B., Wu, C-H, Klein, B., & Pigott, D. M. *et al.* (2020). The effect of human mobility and control measures on the COVID-19 epidemic in China. *Science*, 368(6490), 493-497. <https://doi.org/10.1126/science.abb4218>
- Lewis, S.J., Arseneault, L., Caspi, A., Fisher, H.L., Matthews, T., Moffitt, T.E., & Danese, A. (2019). A epidemiologia de trauma e transtorno de estresse pós-traumático em uma representação coorte de jovens na Inglaterra e no País de Gales. *Lancet Psychiatry*, 20206:247-256.
- Lima, C. K. T., de Medeiros Carvalho, P. M., Lima, I. D. A. A. S., de Oliveira Nunes, J. V. A., Saraiva, J. S., de Souza, R. I., & Neto, M. L. R. (2020). The emotional impact of Coronavirus 2019-nCoV (new Coronavirus disease). *Psychiatry Res*. 287, 112915. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112915>
- Lima-Costa, M. F., Macinko, J., Andrade, F. B. D., Souza Júnior, P. R. B. D., Vasconcellos, M. T. L. D., & Oliveira, C. M. D. (2020). Iniciativa ELSI-COVID-19: metodologia do inquérito telefônico sobre coronavírus entre participantes do Estudo Longitudinal da Saúde dos Idosos Brasileiros. *Cad. Saúde Pública*. 36, e00183120. <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311X00183120>
- Liu, J. J., Bao, Y., Huang, X., Shi, J., & Lu, L. (2020). Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. *Lancet Child Adolesc Health*. S2352-4642(20):30096-1. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30096-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30096-1)

- Lopez, A. D. & Murray, C. C. (1998). The global burden of disease, 1990-2020. *Nat Med.* 4(11):1241-3. https://www.nature.com/articles/nm1198_1241
- Majumdar, P., Biswas, A., Sahu, S. (2020). COVID-19 pandemia e bloqueio: causa de interrupção do sono, depressão, dor somática e aumento da exposição na tela de funcionários de escritório e estudantes da Índia. *Chronobiol Int.* 37(8):1191-1200. 10.1080/07420528.2020.1786107
- Marchetti, D., Fontanesi, L., Mazza, C., Di Giandomenico, S., Roma, P., & Verrocchio, M. C. (2020). Parenting-Related Exhaustion During the Italian COVID-19 Lockdown. *J Pediatr Psychol.* 45(10):1-10. DOI: 10.1093/jpepsy/jsaa093
- Nilles, J.M. (1994). Making telecommuting happen: a guide for telemanagers and telecommuters. Van Nostrand Reinhold.
- Organização Mundial da Saúde. (2020). Manejo Clínico de Condições Mentais, Neurológicas e por Uso de Substâncias em Emergências Humanitárias. Guia de Intervenção Humanitária mhGAP. Organização Pan-Americana da Saúde.
- Organização Pan-Americana de Saúde. (2001). Organização Mundial da Saúde. Relatório sobre a saúde no mundo 2001. Saúde Mental: nova concepção, nova esperança. OMS.
- Organização Mundial da Saúde. (1993). Classificação de TM e de comportamento da CID-10. Artes Médicas.
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). Pandemia de medo e COVID-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. *Revista Debates in Psychiatry.* <http://www.ufrgs.br/ufrgs/noticias/arquivos/pandemia-de-medo-e-covid-19-impacto-na-saude-mental-e-possiveis-estrategias>
- Pereira, M. G. (2001). Indicadores de saúde. In: Pereira MG, organizador. Epidemiologia: teoria e prática. Editora Guanabara Koogan. p. 49-73.
- Platt, V. B., Guedert, J. M., & Coelho, E. B. S. (2021). Violence against children and adolescents: notification and alert in times of pandemic. *Rev. Paul. Pediatr.* 39:e2020267. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2021/39/2020267>
- Rocha, C. T. M., & Amador, F. S. O Teletrabalho: Conceituação e Questões para Análise. *Cadernos EBAPE.BR*, 2018;16(1):154-162.
- Romero, D. E., Muzy, J., Damacena, G. N., Souza, N. A. D., Almeida, W. D. S. D., & Szwarcwald, C. L. *et al.* (2021). Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho. *Cad. Saúde Pública.* 37(3):e00216620. Doi: 10.1590/0102-311X00216620
- Rother, E. T. (2007). Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta paul. Enferm.* 20(2): v-vi. <https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>
- Rutter, M. (2013). Annual research review: Resilience-clinical implications. *J Child Psychol Psychiatry.* 54(4): 474-487. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2012.02615.x>
- Saidel, M. G. B., Lima, M. H. M., Campos, C. J. G., Loyola, C. D., Esperidião, E., & Santos, J. R. (2020). COVID-19: saúde mental dos profissionais de saúde. *Rev Enferm UERJ.* 2020; 28:e49923. DOI: <http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2020.49923>
- Santos, I. N., Santos, I. N., Aguiar, P. V., & de Holanda Cavalcanti, D. A. S. (2020). Ensino remoto: análise das implicações para a saúde do docente em tempos de pandemia de covid-19. In: Educação: sociedade civil, estado e políticas educacionais 7/ Organizador Américo Junior Nunes da Silva. Ponta Grossa: Atena, 2021.
- Santos, J. M. S., Messias, S. E. M., & Lopes, R. F. (2020). Saúde mental e o isolamento social de idosos em período de pandemia. *Nursing.* 23(268): 4562-4565. <https://doi.org/10.36489/nursing.2020v23i268p4562-4569>
- Schuchmann, A. Z., Schnorrenberger, B. L., Chiquetti, M. E., Gaiki, R. S., Raimann, B. W., & Maeyama, M. A. Isolamento social vertical X Isolamento social horizontal: os dilemas sanitários e sociais no enfrentamento da pandemia de COVID-19. *Braz. J. Health Rev.* 3(2), 3556-3576, 2020. <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n2-185>
- Sher, L. (2020). COVID-19, anxiety, sleep disturbances and suicide. *Sleep med.* 70:124-124. 10.1016/j.sleep.2020.04.019
- 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 Clin Neurosci.* 74(4):281-282. 10.1111/pcn.12988
- Silva, A. G., Miranda, D. M., Diaz, A. P., Teles, A. L. S., Malloy-Diniz, L. F., & Palha, A. P. (2020). Mental health: why it still matters in the midst of a pandemic. *Braz J Psychiatry.* 42(3):229-31. 10.1590/1516-4446-2020-0009
- Silva, M. F., Silva, D. S. M. D., Bacurau, A. G. D. M., Francisco, P. M. S. B., Assumpção, D. D., Neri, A. L., & Borim, F. S. A. (2021). Ageismo contra idosos no contexto da pandemia da covid-19: uma revisão integrativa. *Rev Saude Publica.* 55:4. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055003082>
- Silva, P. V. & Costa, A. L. Jr. (2011). Physical activity effects on the health of children and adolescents. *Psicol. Argum.* 29:41-50. <https://doi.org/10.7213/rpa.v29i64.19915>
- Silva, G. C., Silvab, R. A. S, & Neto, J. L. C. (2017). Saúde mental e níveis de atividade física em crianças: uma revisão sistemática *Cad. Bras. Ter. Ocup.* 25(3):607-615, 2017. <http://dx.doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAR0905>
- Sociedade Brasileira de Teletrabalho e Televidas - SOBRATT. Aprovada resolução que regulamenta o teletrabalho no Poder Judiciário. 2016. <http://www.sobratt.org.br/index.php/14062016>
- Tavares, V. (2020). A saúde dos que estão na linha de frente. Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio/ EPSJV/Fiocruz. <http://www.epsjv.fiocruz.br/noticias/reportagem/a-saude-dos-que-estao-na-linha-de-frente>
- Tavares, F., Santos, E., Diogo, A., & Ratten, V. (2020). Teleworking in portuguese communities during the COVID-19 pandemic. *J. Enterprising Communities People Places Glob. Econ.* 10.1108/JEC-06-2020-0113

Venegas Tresierra, C.E. & Leyva Pozo, A.C. (2020). La fatiga y la carga mental en los teletrabajadores: a propósito del distanciamiento social. *Rev Esp Salud Pública*. 94: e202010112. https://www.mschs.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/home.htm

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*. 395:945-947. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X)

Wang, M. T. & Sheikh-Khalil, S. (2014). Does parental involvement matter for student achievement and mental health in high school? *Child development*, 85(2), 610-625.2014; 85:610-625. <https://doi.org/10.1111/cdev.12153>