

Os transtornos de ansiedade durante a pandemia no Brasil

Anxiety disorders during the pandemic in Brazil

Trastornos de ansiedad durante la pandemia en Brasil

Recebido: 06/05/2022 | Revisado: 15/05/2022 | Aceito: 22/05/2022 | Publicado: 28/05/2022

Bruno da Silva Matias

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1382-2858>
Faculdade Metropolitana de Manaus, Brasil
E-mail: bmpsicologo@gmail.com

Eurides Souza de Lima

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5793-0802>
Faculdade Metropolitana de Manaus, Brasil
E-mail: enfermeiraeurides@gmail.com

Resumo

O transtorno de Ansiedade causa medo, pânico e sensações de pavor e impotência nas pessoas. Geralmente, são ocasionadas pelo histórico familiar, ambiente, por constituição psicológica, ou mesmo uma doença física. Com a Pandemia COVID-19, o índice de pessoas com transtorno de ansiedade aumentou significativamente, para aqueles que estavam desprevenidas nesse período crítico. Nesse sentido, o objetivo geral desta pesquisa é analisar os Transtornos de Ansiedade durante a pandemia de COVID-19 no Brasil em 2020. Em sua especificidade é preciso contextualizar a relação da pandemia com o transtorno mencionado, mostrar quais os sintomas da ansiedade presentes neste período, além de verificar os Transtornos de Ansiedade durante a pandemia de COVID-19 no Brasil 2020. A pesquisa foi direcionada por um método bibliográfico de análise qualitativa, com busca de dados nas plataformas como Google acadêmico, Periódicos e Scielo. Através do estudo observou-se as mudanças repentinas com as medidas de isolamento e outros fatores recorrentes nesta pandemia, que puderam influenciar no acréscimo de casos de pessoas ansiosas consideravelmente. A saúde nos aspectos físico e mental sofreu e sofre tal impacto, pois este cenário pandêmico acabou trazendo desequilíbrio à saúde mental, além de mudanças comportamentais que indicam o crescimento do Transtorno de Ansiedade.

Palavras-chave: Ensino em saúde; Transtorno de ansiedade; Pandemia; Coronavírus, COVID-19.

Abstract

Anxiety disorder causes fear, panic and feelings of dread and helplessness in people. They are usually caused by family history, environment, psychological constitution, or even a physical illness. With the COVID-19 Pandemic, the rate of people with anxiety disorder has increased significantly, for those who were unprepared in this critical period. In this sense, the general objective of this research is to analyze Anxiety Disorders during the COVID-19 pandemic in Brazil in 2020., in addition to verifying Anxiety Disorders during the COVID-19 pandemic in Brazil 2020. The research was guided by a bibliographic method of qualitative analysis, with data search on platforms such as Google academic, Periodicals and Scielo. Through the study, sudden changes were observed with isolation measures and other recurring factors in this pandemic, which could influence the increase in cases of anxious people considerably. Health in the physical and mental aspects suffered and suffers such an impact, as this pandemic scenario ended up bringing an imbalance to mental health, in addition to behavioral changes that indicate the growth of Anxiety Disorder.

Keywords: Health teaching; Anxiety disorder; Pandemic; Coronavirus, COVID-19.

Resumen

El trastorno de ansiedad provoca miedo, pánico y sentimientos de pavor e impotencia en las personas. Suelen ser causados por antecedentes familiares, el entorno, la constitución psicológica o incluso una enfermedad física. Con la pandemia de COVID-19, la tasa de personas con trastorno de ansiedad ha aumentado significativamente, para aquellos que no estaban preparados en este período crítico. En ese sentido, el objetivo general de esta investigación es analizar los Trastornos de Ansiedad durante la pandemia de COVID-19 en Brasil en 2020, además de verificar los Trastornos de Ansiedad durante la pandemia de COVID-19 en Brasil 2020. La investigación fue guiada por una guía bibliográfico método de análisis cualitativo, con búsqueda de datos en plataformas como Google académico, periódicos y Scielo. A través del estudio se observaron cambios repentinos con las medidas de aislamiento y otros factores recurrentes en esta pandemia, que podrían influir en el aumento de casos de personas ansiosas considerablemente. La salud en el aspecto físico y mental sufrió y sufre tal impacto, pues este escenario de pandemia terminó trayendo un desequilibrio a la salud mental, además de cambios de comportamiento que indican el crecimiento del Trastorno de Ansiedad.

Palabras clave: Enseñanza en salud; Trastorno de ansiedad; Pandemia; Coronavírus; COVID-19.

1. Introdução

Em dezembro de 2019, surgiu os primeiros casos de infecção pelo novo coronavírus, que se espalhou rapidamente, e em março de 2020, foi decretado pela OMS, que o mundo estava diante de uma pandemia de COVID-19. Segundo Moura e Silva, (2021, p.2), “a enfermidade se disseminou rapidamente em todo o mundo, fazendo com que a Organização Mundial da Saúde (OMS) decretasse estado de pandemia já em março de 2020”. Desta forma, muitas perguntas surgiram, por tratar-se de uma enfermidade nova e com pouco conhecimento e estratégias de cura, com isso, houve um alto índice de contágio e óbitos principalmente por estarem impotentes e desprotegidas com o princípio da pandemia do coronavírus.

O Transtorno de Ansiedade é caracterizado por preocupação exagerada e muita expectativa. A pessoa tem a tendência de se preocupar com coisas pequenas, mas que se repetem várias vezes, trazendo consigo um desgaste físico e mental (Gama, 2019 p.6).

Segundo Vorkapic e Rangé (2011), o TA (Transtorno de Ansiedade) vem crescendo expressivamente na vida das pessoas adultas, ainda mais por apresentarem sintomas comuns, os quais fazem parte do cotidiano das mesmas, por isso, estima-se que a prevalência é de 12,5% ao longo da vida, e de 7,6% durante o ano nesta faixa etária. No entanto, alguns autores relatam que é impossível saber quantos por centos da população mundial tem realmente os Transtornos de Ansiedade.

Com isso, pode-se observar o quão difícil é analisar o Transtorno de Ansiedade nos dias atuais, principalmente com a pandemia, o que causou medo, pânico e sensações de pavor e impotência nas pessoas que estavam desprevenidas em relação ao COVID-19 (Vorkapic & Rangé, 2011).

Com essas preocupações e incertezas, atreladas às notícias das altas taxas de mortalidade, provenientes da pandemia, o cenário se tornou ideal para o agravamento e o surgimento em grande escala de doenças mentais na população. A sensação de medo aumentou significativamente quando se considerava parentes mais idosos. Concomitante a isso, houve o fechamento de empresas, a economia com total instabilidade, além do aumento do desemprego possibilitou o surgimento e agravamento do Transtorno de Ansiedade nas pessoas, além da depressão e tantas outras síndromes durante a quarentena (Da Cruz & Primo, 2021, p.11).

É notório que algo deveria ser feito, ao considerar as evidências acima mencionadas. Por isso, é imprescindível pensar na psicoterapia como aliada da saúde mental, a qual tem por objetivo auxiliar o indivíduo em seu estado de ansiedade e amenizar os sintomas que vem desenvolvendo durante esse transtorno como contextualiza Arroio e Alarcón (2016, p.25).

A Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) é altamente indicada para casos de ansiedade, por ter como principal característica a promoção de uma mudança de pensamento, de como a situação é percebida e quais as consequências desta na emoção do indivíduo e conseqüentemente no comportamento.

Deste modo, constata-se que os fatores decorrentes da pandemia foram os suficientes para haver o crescimento de pessoas mais ansiosas, partindo da ideia de que não há outra razão para tal aumento, e conseqüentemente, percebe-se que algo devesse ser feito, em função do descontrole emocional da população. Por isso, este estudo pode contribuir para o indivíduo no sentido de esclarecer os sintomas dos Transtornos de Ansiedade, bem como, orientar para um futuro tratamento (Da Cruz & Primo, 2021, p.3).

A pesquisa não se fecha para conclusões que possam registrar outros fatores que justifiquem o surgir da TA durante as análises, pois os diagnósticos do transtorno podem ser desencadeados por fatores do cotidiano dos indivíduos, partindo do princípio de que já haviam vários casos de ansiedades antes mesmo do surgimento da pandemia (Da Cruz & Primo, 2021, p.3). Porém, deve-se considerar a pandemia como fator que contribui para o aumento de alguns Transtornos de Ansiedade que serão relatados nesta pesquisa. Assim, o objetivo geral desta pesquisa é analisar os Transtornos de Ansiedade durante a pandemia de COVID-19 no Brasil. E tem como objetivos específicos: contextualizar sobre a pandemia COVID-19; mostrar quais os sintomas da ansiedade; verificar os Transtornos de Ansiedade durante a pandemia de COVID-19 no Brasil.

A metodologia utilizada neste estudo foi uma pesquisa bibliográfica de cunho qualitativa, por considerar que o presente instrumento de pesquisa partisse de busca de dados nas plataformas como Google acadêmico, Periódicos e Scielo, afim de obter resultados para compreender as causas e as consequências do transtorno mencionado.

Assim, esta pesquisa é relevante por tratar-se de um problema de atenção e saúde pública mundial. De igual modo, para os profissionais de Psicologia a pesquisa contribui para melhor compreensão sobre os transtornos de ansiedade, bem como, na atuação desses profissionais diante das demandas nos atendimentos e cuidados com o bem estar Psicológico da população.

2. Metodologia

A metodologia aplicada a esta pesquisa foi bibliográfica com abordagem qualitativa, a revisão sistemática deu os determinados critérios que a compõem. Assim, a pesquisa sistemática, “como o nome sugere, tais revisões são sistemáticas na abordagem e usam métodos explícitos e rigorosos para identificar textos, fazer apreciação crítica e sintetizar estudos relevantes” (Lopes & Fracolli 2008, p.2).

Toda pesquisa necessita de procedimentos adequados para uma investigação planejada, desenvolvida de acordo com as normas técnicas, quanto aos fins, meios e tipo de pesquisa. Partindo desse pressuposto, a presente pesquisa foi direcionada por um método bibliográfico de análise qualitativa que, segundo Yin (2010), indicam que os dados qualitativos são: descrições detalhadas de fenômenos, comportamentos; a partir de estudos de artigos, livros e revistas publicados.

Nesse sentido, o método utilizado foi a pesquisa bibliográfica, por ter sua relevância para este estudo:

Como a pesquisa bibliográfica tem sido um procedimento bastante utilizado nos trabalhos de caráter exploratório-descritivo, reafirma-se a importância de definir e de expor com clareza o método e os procedimentos metodológicos (tipo de pesquisa, universo delimitado, instrumento de coleta de dados) que envolverão a sua execução, detalhando as fontes, de modo a apresentar as lentes que guiarão todo o processo de investigação e de análise da proposta (Lima & Miotto, 2007, p.3).

Os dados da pesquisa foram coletados das fontes bibliográficas nas plataformas como google Acadêmico, Periódicos e Scielo. O material bibliográfico foi classificado conforme seu ano de publicação, tendo como fontes selecionadas as que foram produzidas no período de 2018 a 2021.

Para a análise de dados será utilizado o método qualitativo que são mais indicadas para pesquisa de interpretações e críticas acerca dos problemas focalizados, que segundo Merriam (1998) possui uma gama de técnicas que interpreta, decodifica, traduz e descreve eventos em seu sentido e não em frequências ou fenômenos do mundo social.

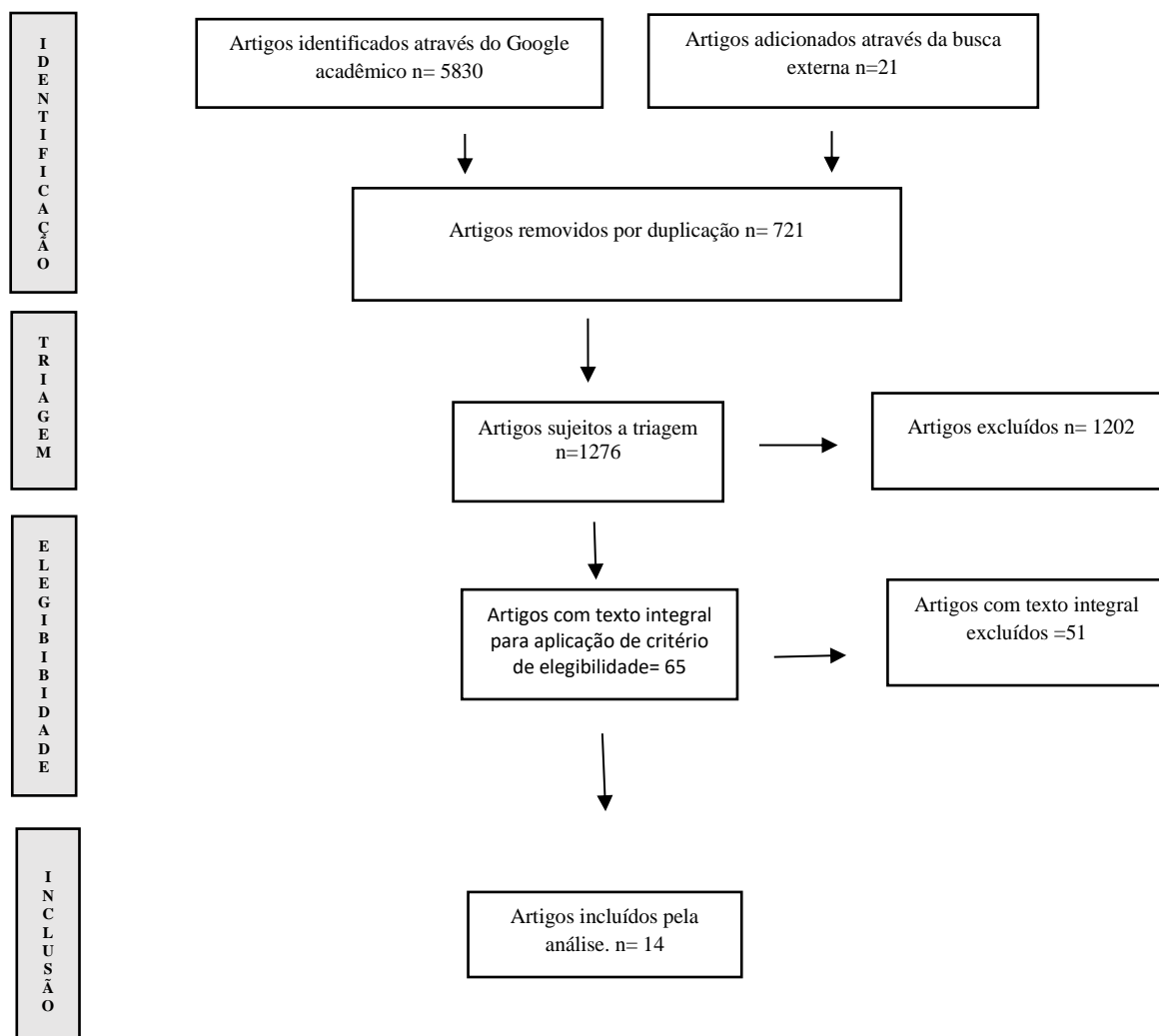
Os dados coletados para análise foram artigos científicos, livros e revistas, acessados em sites de pesquisa acadêmica, ao considerar que a pesquisa bibliográfica possui a sistemática de análise de estudo sobre o tema em questão.

Dessa forma, os elementos da pesquisa tiveram como critério, sua relação com a temática abordada no presente estudo, tendo os seguintes descritores: Ensino em Saúde, Transtorno de Ansiedade, Pandemia, Coronavírus, COVID-19.

Foram descartados artigos que não tiveram sua ligação bibliográfica alinhada ao tema proposto pela pesquisa.

Foram inclusos artigos de 2018 a 2021, em português e descartados os de acesso pago. Foram utilizados na construção destes artigos, fontes selecionadas em 14 artigos publicados em sites acadêmicos, sendo todos em português para a composição do resultado e discussão do tema em evidência, como mostra a Figura abaixo.

Figura 1. Etapas de seleção dos artigos.



Fonte: Autores.

3. Resultados e Discussão

Para alcançar os objetivos propostos neste estudo foram utilizados os seguintes artigos, com o mostra a Tabela abaixo:

Tabela 1. Artigos selecionados.

Autor	Ano	Tema	Resumo
Lopes, & dos Santos	2018	Transtorno de ansiedade.	Conclui-se que o transtorno de ansiedade está cada vez mais presente, independentemente da idade, porém está se tornando um alvo em crianças e adolescentes e a maior preocupação é com o desencadeamento de outras doenças e o tratamento alternativo com plantas medicinais.
Gama	2019	Terapia cognitivo comportamental no transtorno de ansiedade generalizada.	Este estudo objetivou revisar o transtorno de ansiedade generalizada, buscando entender melhor a condição deste sujeito, seus sintomas e dificuldades cognitivas e comportamentais.
Werneck e Carvalho	2020	A pandemia de COVID-19 no Brasil: crônica de uma crise sanitária anunciada.	A pandemia covid-19 apresentou crise sanitária em todos os estados Brasil, ocasionando um colapso na saúde.
Rolin, De Oliveira, Batista	2020	Manejo da ansiedade no enfrentamento da Covid-19.	As mudanças ocorreram e se estenderão por um período indefinido durante a pandemia, isso requer adaptações de todas as esferas da sociedade.

Zanon et al.	2020	COVID-19: implicações e aplicações da Psicologia Positiva em tempos de pandemia.	Pesquisas prévias indicam que pessoas submetidas ao isolamento social desenvolvem sintomas psicológicos variados, principalmente relacionados ao estresse, ansiedade e depressão, decorrentes da privação social e do confinamento.
Lima	2020	Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental	Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental
Da Cruz & Primo	2020	Transtorno de Ansiedade na Perspectiva de Gestalt-Terapeutas na Pandemia.	Essa pesquisa visou a descrever a compreensão de Gestalt-terapeutas acerca dos atendimentos a pacientes ansiosos devido aos efeitos da pandemia, bem como o manejo desses profissionais no desempenho de suas atuações clínicas.
Do Nascimento, Tatmatsu & De Freitas	2020	Ansiedade em Idosos em Tempos de Isolamento Social No Brasil (COVID-19).	Este cenário pode afetar mais intensamente o público idoso, uma vez que, a desconexão social é diretamente proporcional à ocorrência de casos de ansiedade.
Moura & Silva, 2021	2021	Ansiedade em quarentena: estratégias de governabilidade para os sujeitos ansiosos no decurso da pandemia da Covid-19.	Em suma, as mídias sociais oferecem um ambiente virtual que, em meio ao isolamento, articula o governo de si e do outro a partir das publicações informativas, das terapias online, entre outras.
Badaró, Fonseca e Dos Santos	2021	Transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e pandemia por Covid-19: uma abordagem cognitivo comportamental.	Os resultados identificaram que o medo em contrair a doença, o isolamento social, e a quantidade excessiva de informação, são apontados como grandes fatores contribuintes para esse cenário.
Pereira et al.	2021	O agravamento dos transtornos de ansiedade em profissionais de saúde no contexto da pandemia da COVID-19	Estudos mostraram o aumento da incidência de ansiedade, depressão, insônia e estresse nos profissionais da saúde, em especial os que atuam na linha de frente de combate ao coronavírus.
De Sousa Gomes, Da Silva Pinto & Júnior	2021	Avaliação do tratamento farmacoterapêutico em jovens com transtorno de ansiedade durante a pandemia.	Este trabalho visa entender como estão comportando os jovens com transtorno de ansiedade durante a pandemia do SARS-CoV-2, e os principais tratamentos farmacológicos e não farmacológicos para ansiedade.
Sandoval et al.	2021	Transtorno de ansiedade desenvolvido durante a pandemia COVID-19 em equipe de enfermagem	Se torna relevante estratégias que capacitem o enfermeiro para atuar em momentos pandêmicos.
Da Cruz Ramos et al.	2021	Ansiedade e depressão: Transtornos psiquiátricos mais prevalentes na pandemia da COVID-19.	Diante do exposto, conclui-se que a pandemia e a consequente necessidade de medidas restritivas como o isolamento social tiveram um impacto significativo na saúde mental, da população mundial.

Fonte: Autores.

3.1 Pandemia COVID-19 no Mundo

Segundo Rolin, de Oliveira, Batista (2020), a pandemia de COVID-19 teve sua origem identificada na China, com altas taxas de contaminação e letalidade tem sido estudado pela comunidade científica para melhor compreensão acerca dos sintomas e mutações. O surgimento da pandemia agravou-se os problemas sociais existentes em muitos países, principalmente aqueles que demandam por condições melhores em todas as suas esferas.

Conforme Sandoval et al. (2021), a disseminação do vírus forçou os países a se mobilizarem em busca de uma solução que pudessem amenizar os impactos causados no sistema de saúde, com isso, as medidas de prevenções foram sendo anunciadas com o propósito de impedir o maior número de internações e óbitos.

No momento atual vivenciamos o impacto da mais recente pandemia da COVID-19 causada pelo novo coronavírus. Pode-se afirmar que o ano de 2020 será um marcado na história pelo impacto global que a Covid-19 causou em todos os seguimentos da sociedade, sobretudo na saúde e na economia (Rolin, De Oliveira & Batista, 2020, p.2).

Dentre muitos problemas, o sistema de saúde deficiente em número de leitos, condições inapropriadas de trabalho para os profissionais de saúde, além da superlotação que geralmente são potencializadas diante de crises sanitárias como essa (Rolin et al., 2020).

3.2 Covid-19 e Ansiedade

Segundo Zanon et al. (2020), tratar-se do tema relacionado acerca da COVID-19 e os transtornos de ansiedade neste período, possibilita o entendimento em que o isolamento, assim como, as recomendações voltadas para evitar aglomerações, resultou em mais pessoas ansiosas e conseqüentemente mais propícias a conviverem com patologias de ordem psicológica.

De acordo em Zanon et al. (2020, p.2), “devido à possibilidade desse cenário ser estendido à população geral na pandemia de COVID-19, faz-se necessário o desenvolvimento de intervenções eficientes para reduzir o sofrimento psicológico das pessoas”. Nesse contexto, as conseqüências provenientes da COVID-19 na sociedade no que tange aos problemas psicológicos, ainda é enfrentado como um dos mais recorrentes no atual cenário em que vivemos.

As razões pelas quais promoveram um crescimento significativo do transtorno de ansiedade em pessoas são inúmeras. Sendo assim as passaram a conviver com a ansiedade e outros tipos de enfermidades por estarem reclusas, impedidas de sair de suas residências.

As preocupações coletivas impactam nos comportamentos cotidianos. Levando, portanto, a reflexos na economia, nas estratégias de prevenção e tomada de decisões de políticas nacionais, nas organizações de saúde e nos centros médicos.

Vale citar que, as práticas esportivas foram impedidas, momentos de lazer, caminhada ao ar livre, bem como, recreação e socialização com propósito de evitar aglomerações. Contudo, estas atividades propiciam melhores condições de vida para as pessoas (Zanon et al., 2020).

Contextualizando acerca da saúde mental em tempos de pandemia:

Documentos da Organização Mundial da Saúde (OMS) e do Inter-Agency Standing Committee (IASC), fórum instituído pelas Nações Unidas com para lidar com crises humanitárias, têm abordado os diversos aspectos da pandemia que se relacionam com a saúde mental, incluindo a organização dos serviços, estratégias para grupos vulneráveis do ponto de vista físico e/ou psíquico (idosos, crianças, pessoas com doenças crônicas, doenças mentais graves ou deficiências), pressões sobre os profissionais de saúde e recomendações para a população em geral, envolvendo medidas de promoção e prevenção de saúde visando mitigar os efeitos do isolamento prolongado (Lima, 2020, p.2).

A população vem sentindo o impacto causado pela pandemia, muitos problemas vem sendo a causa dos transtornos de ansiedade na população mundial. As incertezas em relação ao futuro e a atual situação econômica mundial pode elevar esses índices, pois a pandemia ainda não está sob controle, de igual modo pelo surgimento de variantes do vírus SARS-COV 2 (Lima, 2020).

Como reflexo desse cenário, já é possível identificar um crescente nos diagnósticos que envolvem a ansiedade patológica, cujas estatísticas – antes, 9,3%, conforme a OMS (2017) – obteve um crescimento de 63% no primeiro ano de isolamento, no Brasil (Moura & Silva, 2021, p.17).

Para Lima (2020), os meios de comunicação advertem acerca dos meios de confinamento e distanciamento social, em alguns casos essas informações chegam e com elas vem irritabilidade, medo, sensação de tristeza, a situação econômica escassa em muitos casos, além de pensamentos referente ao atual cenário de pandemia.

3.2.1 Os sintomas da Ansiedade

Os sintomas de ansiedade são diagnosticados em indivíduos que ao longo de suas vidas desenvolvem os mesmos, em muitos casos tem sua relação com crises emocionais e preocupação excessiva (Da Cruz & Primo, 2020, p.7). De acordo com

Gama (2019 p.6) “a ansiedade se torna excessiva, quando acontece sem um motivo prévio, ou é desproporcional à situação que a desencadeia, torna-se patológica, gerando alguns transtornos fóbicos e estados de ansiedade”. Ainda segundo o autor “em indivíduos com uma predisposição ansiedade pode apresentar no paciente, sintomas somáticos, somáticos atrasados e motores”. Assim, entende-se que muitos sintomas podem ser físicos como alteração da frequência cardíaca, tensão, até problemas respiratórios.

A ansiedade é um estado de medo absoluto que paralisa o sujeito de uma forma extraordinária. Na maioria das vezes a pessoa perde o controle das emoções, sentimentos e comportamento, podendo ter uma percepção de vida acelerada, mas, ao mesmo tempo não consegue ir a lugar nenhum, uma vez que, o que acelera na vida da pessoa com ansiedade são seus pensamentos em relação ao futuro, tendo momentos insuportáveis (Rolin, De Oliveira & Batista, 2020, p.2).

Os aspectos emocionais das pessoas influenciam muito no que diz respeito ao desenvolvimento de transtornos de ansiedade, que pode acontecer durante a vida do indivíduo. “Um dos principais fatores que predispõe a ansiedade está relacionado aos aspectos emocionais que surgem de crenças desadaptativas obtidas durante a vida” (Rolin, De Oliveira & Batista, 2020, p.3).

Lopes e Dos Santos, (2018, p.4). “De forma generalizada denotam medo exorbitante, preocupações ou sentimentos de pânico intenso e irracionais a respeito de várias situações”. Os sintomas podem ser diversos, onde há casos de tensão e fobias, emocionalmente prejudiciais à saúde mental do indivíduo.

O transtorno de ansiedade é uma das mais predominantes doenças na atualidade, em um mundo muito corrido, onde as pessoas devem estar sempre em alerta, o crescimento de indivíduos ansiogênicos se tornou presente por diversos motivos, porém, com o início da pandemia as doenças mentais ficaram mais evidentes na população mundial (Rolin, De Oliveira & Batista, 2020).

Segundo Badaró, Fonseca e Dos Santos (2021), uma pessoa exposta a ansiedade e preocupação constantes perde a autoconfiança e fica deprimida, o que, por sua vez, aumenta o estresse no local de trabalho, bem como reduz o desempenho laboral.

Ansiedade patológica é um estado de desequilíbrio mental, emocional, comportamental, social, físico e outros. Nesse momento a pessoa cria defesas onde experimentará um desejo de luta ou fuga dependendo da situação exposta, com a ansiedade em excesso a pessoa tenta lutar contra a situação, mas, não dá conta de controlar tudo que está sentindo, assim, acaba usando a fuga, evitando lugares, pessoas, animais e situações onde se sinta ameaçada (Rolin, De Oliveira & Batista, 2020, p.2).

Desta forma, a ansiedade impacta diretamente a vida do indivíduo levando-o a conviver com crises que geralmente lhe conduz ao sofrimento de isolamento social, bem como, evitar o contato com as demais pessoas ao seu redor.

Acerca da medicação e terapias para esses casos (De Sousa Gomes, Da Silva Pinto, Júnior, 2021, p.5), “antes da pandemia já existia tratamento não farmacológico para ajudar pessoas com crises de ansiedade, que são métodos de relaxamento diários para reduzir os sintomas físicos de tensão”. Assim, os sintomas de ansiedade podem atenuados por meio de terapias de relaxamento e atividades físicas, sendo de grande importância para saúde mental do indivíduo.

3.3 Os Transtornos de Ansiedade durante a Pandemia de COVID-19 no Brasil.

Os transtornos de ansiedade foram acrescidos como diz Pereira et al. (2021, p.3), “segundo a OMS (2020), o Brasil é o país com a maior taxa de pessoas com transtornos de ansiedade no mundo, com uma prevalência de cerca de 10 a 20% na população em geral”. Nesse sentido, entende-se que os problemas provenientes da pandemia de COVID-19 estendem-se a diferentes esferas da sociedade, trazendo problemas psicológicos e Transtornos de Ansiedade.

Diante desse quadro epidemiológico no Brasil, Werneck e Carvalho (2020, p.3), sinaliza que “a epidemia de COVID-19 encontra a população brasileira em situação de extrema vulnerabilidade, com altas taxas de desemprego e cortes profundos nas políticas sociais”. Desta maneira, compreende-se que a pandemia de COVID-19 trouxe consigo ainda outros problemas como a falta de recursos para famílias que vivem em pobreza e extrema pobreza.

Segundo Zanon et al. (2020), no contexto da pandemia causada pela dispersão da COVID-19, parece mais aceitável pensar que se está isolado, sem contato com outras pessoas, quando se considera que outros também estão nesse contexto. Assim, compreender que outras pessoas também estão sofrendo consequências adversas em função da COVID-19, como perda de emprego ou de seus familiares, pode contribuir para um sentimento de conexão e perspectiva da própria situação.

Observa-se que a pandemia afetou ainda mais a saúde mental da população mundial, pois a pandemia pode associar ao indivíduo o medo de ser infectado, além de preocupações acerca dos problemas provenientes da COVID-19. Ainda sobre a mudança da rotina de vida durante a pandemia e suas consequências em relação a saúde psicologia da população, assim:

As alterações sofridas pela sociedade são inúmeras e nem todas as pessoas tem conseguido lidar com tais mudanças. O isolamento e/ou distanciamento social recomendado pelas autoridades de saúde embora seja a melhor estratégia de prevenção da contaminação da doença trouxe também ansiedade. Muitos não conseguem administrar essa nova forma de viver. Da mesma forma a pandemia gera medo, angústia e preocupação, e consequentemente alterações na saúde mental das pessoas (Rolin, De Oliveira & Batista, 2020, p.2)

Além da gravidade da doença respiratória, existem os grupos de risco, os quais temos, os idosos, pessoas com morbidades, doenças crônicas como a diabetes, hipertensão e obesidade, ambos são mais propensos a passarem por internação e serem acometidos de sintomas mais graves (Rolin et al., 2020).

Como grupo vulnerável, os idosos têm sido mais afetados pelo isolamento social, tendo como consequência mais idosos ansiosos, muitos passaram viver sob cuidados para evitar sair as ruas pelo fato de a pandemia ter se espalhado rapidamente por todo o mundo. Mediante este cenário, “coloca-se em questão quais intervenções poderiam ser realizadas de modo a proporcionar qualidade de vidas aos idosos e, simultaneamente, diminuir os quadros de ansiedade presentes neste público” (Do Nascimento et al., 2020, p.2). Desta maneira, não somente os idosos, mas toda a população mundial vem sofrendo o impacto diretamente na saúde física como mental.

Outros sintomas são preocupações excessivas e a esquiva e fuga de situações e/ou pensamentos ameaçadores, causando assim, uma certa dificuldade de pesquisar em quais momentos esses sintomas são realmente de um transtorno, ou se fazem parte de um cotidiano real (DSM-V, 2014).

Para Da Cruz Ramos et al. (2021), à medida que a pandemia ia avançando, os sintomas de ansiedade também aumentaram na população saudável, igualmente intensifica-se os fatores estressores em pacientes com transtornos mentais, desta forma, aqueles já com diagnóstico positivo de COVID-19 passaram a conviver com emoções intensas em suas vidas aliadas ao medo de infectar seus familiares.

4. Considerações Finais

Através do estudo observou-se as mudanças repentinas com as medidas de isolamento e outros fatores recorrentes nesta pandemia, que puderam influenciar no acréscimo de casos de pessoas ansiosas consideravelmente. A saúde em um todo sofreu e sofre esse impacto, pois esse cenário pandêmico acabou trazendo desequilíbrio à saúde mental, além de mudanças comportamentais que indicam o crescimento do Transtorno de Ansiedade.

No entanto, percebeu que a ansiedade já estava em crescimento antes mesmo da pandemia, se tornando cada vez mais presente no cotidiano das pessoas, elevando os índices e agravando mais ainda as patologias de ordem psicológicas.

As causas apresentadas pela pesquisa são o suficiente para serem interpretadas como o real motivo de aumento de Transtornos de Ansiedade nos indivíduos, contudo, existem outros fatores que contribuíram e/ou contribuem para este “medo constante” das pessoas durante a pandemia.

No entanto, constatou-se que, se faz necessário a compreensão destes quadros de Transtorno de Ansiedade e quais as consequências nas pessoas a médio e longo prazo, além da busca por alternativas que possam auxiliar na prevenção de casos

mais graves desta doença, mesmo que não esteja relacionada às prevenções e medos diante das infecções de coronavírus.

Diante dos achados neste trabalho recomendamos que outros autores possam se interessar pela temática, bem como, seja realizado novas pesquisas que busquem responder com maior teor as questões pertinentes ao transtorno de ansiedade relacionado aos efeitos da pandemia da COVID-19.

Referências

- Arroio, E. G & Alarcón, R.T. (2016). Transtornos de Ansiedade: Uma Visão Neurobiológica E Uso da Terapia Cognitivo-Comportamental Para A Reestruturação Cognitiva e Remissão dos Sintomas. Trabalho de Conclusão de Curso. São Paulo. *Repositório faema* 01-30. <<https://repositorio.faema.edu.br/handle/123456789/2685>>
- Badaró, A. F. B; Fonseca, T. R.; Dos Santos, M. F. R. 2021. Transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e pandemia por Covid-19: uma abordagem cognitivo comportamental. *Brazilian Journal of Development*, 7(6), 57729-57739.
- Da Cruz, C.N. & Primo, D. D. A. (2021). *Transtorno de Ansiedade na Perspectiva de Gestalt-Terapeutas na Pandemia*. itgt.com.br. 01-34 http://itgt.com.br/wp-content/uploads/2021/10/TCC_Christiane-e-Doris_Gr.-16.pdf
- Da Cruz Ramos, M. L. C., de Oliveira Krauss, G. P., Silveira, L. T., Soares, M. D. C. C., de Azevedo, M. R. D., da Cruz Ramos, M. S. C., & Oliveira, H. F. (2021). Ansiedade e depressão: Transtornos psiquiátricos mais prevalentes na pandemia da COVID-19. *Research, Society and Development*, 10(15), e376101522509-e376101522509.
- De Sousa Gomes, Y. L., da Silva Pinto, C. L., & Júnior, R. N. C. M. (2021). *Avaliação do tratamento farmacoterapêutico em jovens com transtorno de ansiedade durante a pandemia*. *Research, Society and Development*, 10(15).
- Do Nascimento J.F. E.; Tatmatsu, D.II. Brito.; De Freitas, R.G. T. (2020). Ansiedade em Idosos em Tempos de Isolamento Social No Brasil (COVID-19). *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 16(1).
- Gama, C. L. D.S. (2019). Artigo-Terapia cognitivo-comportamental no transtorno de ansiedade generalizada. Serra-ES. 01-23. <https://dspace.doctum.edu.br/handle/123456789/2833> acesso: 18 de maio de 2022.
- Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-V. *Artmed*, 2014.
- Lima, R.C. (2020). Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 30.
- Lima, T.C.S & Mioto, R.C.T. (2007). Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica. *Revista Katálysis*, v. 10, 37-45.
- Lopes, A. L. M.; Fracolli, L. A. Revisão sistemática de literatura e metassíntese qualitativa: considerações sobre sua aplicação na pesquisa em enfermagem. *Texto & Contexto-Enfermagem*, 17(4), 771-778, 2008.
- Lopes, K. C. D. S. P., & dos Santos, W. L. (2018). Transtorno de ansiedade. *Revista de Iniciação Científica e Extensão*, 1(1), 45-50.
- Merriam, S. B. (1998). *Pesquisa qualitativa e aplicações de estudo de caso na educação*. São Francisco (CA): Jossey-Bass.
- Moura, T. S & Silva, F.V. (2021). Ansiedade em quarentena: estratégias de governabilidade para os sujeitos ansiosos no decurso da pandemia da Covid-19. *Revista Brasileira de Linguística Aplicada*, 21, 1161-1191.
- Oliveira, M. F. (2011). *Metodologia Científica: um manual para a realização de Pesquisas em Administração*. Catalão: UFG.
- Pereira, A. C. C. et al. (2021). O agravamento dos transtornos de ansiedade em profissionais de saúde no contexto da pandemia da COVID-19. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(2), 094-4110.
- Rolim, J.A; De Oliveira, A. R; Batista, E. C. (2020). Manejo da ansiedade no enfrentamento da Covid-19. *Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REVESC*, 5(1), 64-74.
- Sandoval, L. B., Rodrigues, K. M., da Silva Júnior, R. R., Pereira, J. R., Dias, C. A., de Carvalho, R. L., ... & Souza, A. V. (2021). Transtorno de ansiedade desenvolvido durante a pandemia COVID-19 em equipe de enfermagem Anxiety disorder developed during the pandemic COVID-19 in nursing staff. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(6), 29225-29245.
- Vorkapic, C.F. & Rangé, B. (2021). Os benefícios do yoga nos transtornos de ansiedade. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 7(1), 50-54.
- Werneck, G.L., & Carvalho, M.S. (2020). A pandemia de COVID-19 no Brasil: crônica de uma crise sanitária anunciada. *Cadernos de Saúde Pública*, 36, e00068820.
- Yin, R. K. (2010). *Estudo de caso: planejamento e métodos*. (4a ed.), Bookman.
- Zanon, C. et al., (2020). COVID-19: implicações e aplicações da Psicologia Positiva em tempos de pandemia. *Estudos de Psicologia*. 37.