

Incidência da depressão em jovens durante o isolamento social

Incidence of depression in young people during social isolation

Incidencia de depresión en jóvenes durante el aislamiento social

Recebido: 03/07/2022 | Revisado: 20/07/2022 | Aceito: 24/07/2022 | Publicado: 01/08/2022

Cicera Eduarda Almeida de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3382-4896>
Centro Universitário Santa Maria, Brasil
E-mail: eduardaalmeida0087@gmail.com

Gustavo Baroni Araujo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3162-7477>
Universidade Estadual de Londrina, Brasil
E-mail: gustavobaroni13@hotmail.com

Geovanna de Castro Bizarria

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6148-3304>
Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, Brasil
E-mail: geovannabizarria@gmail.com

Tamires Costa Duarte

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9068-2321>
Universidade de Tecnologia e Ciências, Brasil
E-mail: duartamires@gmail.com

Emanuelly Dias da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6345-8447>
Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, Brasil
E-mail: emanuelle-dias@hotmail.com

Luiz Henrique Abreu Belota

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4533-6897>
Universidade do Estado do Amazonas, Brasil
E-mail: lhab.med18@uea.edu.br

Paulo da Costa Araújo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5106-8505>
Centro Universitário do Maranhão, Brasil
E-mail: paulo7ca@gmail.com

Eldo Gomes Cabral

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7598-9699>
Universidade do Estado do Amazonas, Brasil
E-mail: eldo3tempo@gmail.com

Arthemis Vieira Benevides Ferreira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3190-032X>
Universidade do Estado do Amazonas, Brasil
E-mail: avbf.med19@uea.edu.br

Mariana Lopes Ferreira do Nascimento

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9189-8842>
Universidade Estadual do Maranhão, Brasil
E-mail: Maryyhlopez736@gmail.com

Resumo

Desde o surgimento da pandemia que inúmeras consequências foram desencadeadas para os indivíduos de maneira coletiva e individual, onde destaca-se os agravos à saúde física e principalmente mental. Diversas medidas de prevenção foram impostas a fim de controlar a disseminação do vírus. Assim, o coronavírus foi considerado uma ameaça e um agravante à saúde pública. Diante disso, este estudo justifica-se pelo fato do aumento significativo da incidência dos sintomas de depressão em jovens durante o isolamento. Para tanto, o objetivo desta pesquisa incide em evidenciar quais são os principais fatores predisponentes para a depressão em jovens durante a pandemia de Covid-19, bem como os seus efeitos psicossociais. Assim, para a realização desse estudo, foi feita uma pesquisa do tipo revisão integrativa da literatura, cujo intuito foi de reunir e analisar estudos mais recentes publicados sobre a problemática em questão. Como os principais resultados encontrados a partir das evidências científicas apontam que os desajustes emocionais como a ansiedade e o medo, estão diretamente interligados às reações de estresse, relacionados às notícias falsas e o grande volume de informações circulando diariamente na mídia, muitas vezes, alarmistas ou sensacionalistas, ativando diretamente um gatilho emocional que produz uma resposta a todo o desajuste percebido, concluindo assim, a importância da implementação de estratégias assistenciais inovadoras para o enfrentamento dos agravos psicológicos

decorrentes do isolamento social, com intervenções que visem minimizar os efeitos do isolamento e promover a saúde mental por meio de uma escuta qualificada e atendimentos com profissionais capacitados para consultas psicológicas.

Palavras-chave: Depressão; Isolamento social; Saúde mental; Adolescentes.

Abstract

Since the emergence of the pandemic, numerous consequences have been triggered for individuals in a collective and individual way, where physical and especially mental health problems stand out. Various prevention measures have been imposed in order to control the spread of the virus. Thus, the coronavirus was considered a threat and aggravating to public health. Therefore, this study is justified by the significant increase in the incidence of depression symptoms in young people during isolation. Therefore, the objective of this research is to highlight the main predisposing factors for depression in young people during the Covid-19 pandemic, as well as their psychosocial effects. Thus, in order to carry out this study, an integrative literature review was carried out, with the aim of gathering and analyzing the most recent published studies on the issue in question. As the main results found from the scientific evidence point out that emotional maladjustments such as anxiety and fear are directly linked to stress reactions, related to fake news and the large volume of information circulating daily in the media, often alarmist or sensationalists, directly activating an emotional trigger that produces a response to all the perceived maladjustment, thus concluding the importance of implementing innovative care strategies to face the psychological problems resulting from social isolation, with interventions that aim to minimize the effects of isolation and promote mental health through qualified listening and consultations with professionals trained in psychological consultations.

Keywords: Depression; Social isolation; Mental health; Teens.

Resumen

Desde el surgimiento de la pandemia se han desencadenado numerosas consecuencias para los individuos de manera colectiva e individual, donde destacan los problemas de salud física y sobre todo mental. Se han impuesto diversas medidas de prevención para controlar la propagación del virus. Así, el coronavirus fue considerado una amenaza y un agravante para la salud pública. Por lo tanto, este estudio se justifica por el aumento significativo de la incidencia de síntomas de depresión en los jóvenes durante el aislamiento. Por ello, el objetivo de esta investigación es destacar los principales factores predisponentes a la depresión en jóvenes durante la pandemia de la Covid-19, así como sus efectos psicosociales. Así, para llevar a cabo este estudio se realizó una revisión integradora de la literatura, con el objetivo de recopilar y analizar los estudios publicados más recientes sobre el tema en cuestión. Como principales resultados encontrados a partir de la evidencia científica señalan que los desajustes emocionales como la ansiedad y el miedo están directamente relacionados con las reacciones de estrés, relacionadas con las fake news y el gran volumen de información que circula a diario en los medios de comunicación, muchas veces alarmistas o sensacionalistas, activando directamente un disparador emocional que produce una respuesta a todo el desajuste percibido, concluyendo así la importancia de implementar estrategias de atención innovadoras para enfrentar los problemas psicológicos derivados del aislamiento social, con intervenciones que tengan como objetivo minimizar los efectos del aislamiento y promover la salud mental a través de la escucha y consulta calificada con profesionales formados en consultas psicológicas.

Palabras clave: Depresión; Aislamiento social; Salud mental; Adolescentes.

1. Introdução

Com o surgimento da pandemia de Covid-19, que em pouco tempo já estava presente em todos os continentes, diversas medidas de prevenção foram impostas a fim de controlar a disseminação do vírus, que pode ser transmitido através do contato interpessoal, como pelo aperto de mão, pelo toque em objetos contaminados e por gotículas expelidas ao ar. Assim, o coronavírus foi considerado uma ameaça e um agravante à saúde pública de esfera mundial (Rodrigues *et al.*, 2021).

Diante disso, o coronavírus impactou a vida de milhares de pessoas, não só de forma direta, mas indiretamente também. Os indivíduos submetidos a longos períodos de confinamento e isolamento social ficaram mais susceptíveis ao desenvolvimento de doenças decorrentes dos impactos do distanciamento social, que provocaram mudanças socioambientais, mudança na rotina e principalmente a restrição em contatos físicos (Silva *et al.*, 2021).

Além disso, em decorrência da privação e a contenção social, a ocorrência de doenças e transtornos psíquicos são consequências de tal fato, sobretudo naqueles com doenças mentais preexistentes. A mudança da rotina pode provocar, além das mudanças de comportamento, ansiedade, depressão, estresse, ataques de pânico e sintomas psicóticos que estão diretamente relacionados com o aumento do medo e das emoções negativas, bem como a decorrência de doenças físicas e agravos à comorbidades preexistentes (Rocha *et al.*, 2021).

Aliado a isso, devido ao aumento da incidência da depressão, essa doença tornou-se um problema de saúde pública de impacto global, acometendo pessoas de todas as idades. Esta ocorrência, está diretamente associada a fatores biológicos e psicossociais como a perda de laços afetivos, afastamento das atividades de rotina, longos períodos de quarentena, crise financeira, desavenças familiares e dentre outros aspectos que fazem parte do perfil epidemiológico (Nascimento *et al.*, 2020).

A depressão é caracterizada por um conjunto de condições associadas à alteração do humor, perda de prazer em realizar atividades de lazer, tristeza profunda, sentimentos de desesperança, baixa autoestima, insônia e entre outros, podendo ser originada principalmente por condições traumáticas que em paralelo à pandemia de Covid-19 pode-se relacionar com as situações de perda de parentes e amigos, desemprego e discórdias no ambiente familiar (Moura *et al.*, 2022).

De acordo com dados da Organização Pan-Americana da Saúde - OPAS/OMS, a pandemia de Covid-19 intensifica um aumento global de 25% na prevalência de transtornos mentais, especificamente da depressão. Uma das principais explicações para o aumento progressivo desse transtorno são as lacunas do cuidado que foram interrompidas durante os períodos de pico da pandemia, visto que, o atendimento presencial foi limitado e as intervenções digitais continuam sendo um grande desafio em países com poucos recursos (Carneiro *et al.*, 2022).

Diante disso, este estudo justifica-se pelo fato do aumento significativo da incidência dos sintomas de depressão em jovens durante o isolamento. Para tanto, o objetivo desta pesquisa incide em evidenciar quais são os principais fatores predisponentes para a depressão em jovens durante a pandemia de Covid-19, bem como os seus efeitos psicossociais.

2. Metodologia

Trata-se de uma pesquisa do tipo revisão integrativa da literatura, cujo intuito foi de reunir e analisar estudos mais recentes publicados sobre a problemática em questão. Para o impulsionamento desta pesquisa, foi utilizado como embasamento, a metodologia proposta por Mendes; Silveira e Galvão, (2008), onde as etapas seguidas foram seis, sendo: 1) Escolha do tema e questão de pesquisa; 2) Delimitação dos critérios de inclusão e exclusão; 3) Extração e limitação das informações dos estudos selecionados, 4) Análise dos estudos incluídos na revisão; 5) Análise e interpretação dos resultados e 6) Apresentação da revisão ou síntese do conhecimento.

Para mobilização desta pesquisa, teve-se como direção a seguinte pergunta norteadora: *Quais são os principais fatores predisponentes para a depressão em jovens durante a pandemia de Covid-19?*

Diante disso, foi realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados científicas: LILACS - Literatura Latino-Americana, SCIELO - Scientific Electronic Online Library e MEDLINE - Medical Literature Analysis and Retrieval System Online, onde foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Covid-19”, “Depressão”, “Isolamento social”, “Saúde mental” e “Adolescentes”, sendo utilizados no inglês da seguinte forma: “Depression”, “Social isolation”, “Mental health and Adolescents”, intermediados pelos *aplicadores booleanos AND e OR*.

Para garantir a elegibilidade dos resultados, os critérios definidos se concernem em inclusão: estudos disponíveis na íntegra, completos e gratuitos, no idioma português e inglês, publicados dentro do recorte temporal dos últimos 5 anos e que respondessem ao problema em questão. Como critérios de exclusão, definiu-se resumos, estudos de revisões, monografias, teses, dissertações e aqueles duplicados em mais de uma base de dados. Mediante as buscas, conforme leitura na íntegra, foram selecionados 9 estudos para análise final.

3. Resultados e Discussão

A partir da seleção dos estudos que compõem a amostra final, para facilitar o entendimento do leitor, foram distribuídos no Quadro 1 com as informações mais pertinentes, sendo respectivamente o título, autor, ano de publicação e objetivos, estruturados em ordem decrescente do mais atual para o mais antigo.

Quadro 1: Estudos selecionados da literatura.

Nº	TÍTULO	AUTOR/ANO	OBJETIVOS
1	Depressão e isolamento social: fatores associados à saúde mental durante a pandemia de COVID-19.	Moura <i>et al.</i> , 2022	Avaliar os fatores associados à depressão entre estudantes e profissionais de nível superior durante o pico da pandemia de COVID-19.
2	Saúde mental dos estudantes de medicina durante a pandemia de Covid-19 em uma instituição do interior de Minas Gerais.	Oliveira <i>et al.</i> , 2022	Avaliar a saúde mental dos estudantes do curso de medicina do Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM) durante o período de isolamento social, decorrente da pandemia de COVID-19.
3	Seria o isolamento social durante a pandemia de COVID-19 um fator de risco para depressão?	Moura <i>et al.</i> , 2022	Avaliar os fatores associados à depressão entre estudantes e profissionais de nível superior durante o pico da pandemia de COVID-19.
4	Indicadores de distress entre jovens LGBTQ+ durante o isolamento social pela COVID-19 no Brasil.	Santos <i>et al.</i> , 2021	Investigar indicadores de distress (sofrimento psicológico) entre jovens LGBTQ+ durante o isolamento social e seus fatores associados no Brasil.
5	Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários durante a pandemia do COVID-19.	Rocha <i>et al.</i> , 2021	Analisar os níveis de depressão, ansiedade e estresse em estudantes universitários durante a pandemia do Covid-19. T
6	Prevalência de sintomas psicológicos em tempos de isolamento social.	Tassara <i>et al.</i> , 2021	Averiguar os efeitos psicossociais na população em geral como resultado das medidas de isolamento pela quarentena, ocasionada pela COVID-19.
7	1. PANDEMIA DA COVID-19: INDICADORES DO IMPACTO NA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES.	Binotto <i>et al.</i> , 2021	Analisar os níveis de ansiedade, estresse e depressão de adolescentes no contexto da pandemia da COVID-19 e correlacionar os níveis de ansiedade, estresse e depressão com a percepção dos adolescentes sobre os impactos da pandemia em sua vida.
8	Efeitos do isolamento social na pandemia da Covid-19 na saúde mental da população.	Rodrigues <i>et al.</i> , 2021	Analisar as consequências do distanciamento social para a contenção da covid-19 na saúde mental na população.
9	A saúde do adolescente em tempos da COVID-19.	Oliveira <i>et al.</i> , 2020	Realizar uma <i>scoping review</i> para identificar o impacto ou os efeitos da pandemia da COVID-19 na saúde do adolescente.

Fonte: Autores (2022).

Conforme análise feita pela literatura, foi possível identificar alguns fatores predisponentes para o desencadeamento de problemas mentais, bem como a depressão. Partindo desse princípio, o isolamento social possui uma relação significativa entre a vulnerabilidade e a adoção de comportamentos de riscos para o desenvolvimento da sintomatologia de depressão (Oliveira *et al.*, 2020).

Manter a saúde mental durante a pandemia, tornou-se uma tarefa cada vez mais difícil com o passar do tempo, visto que, os desfechos do isolamento social foram significativamente associados às insatisfações emocionais, físicas, econômicas, indignação, preocupações com a saúde, a família e principalmente com a morte. Todos estes elementos compõem os sintomas psíquicos envolvidos com os desajustes emocionais e a depressão (Binotto *et al.*, 2021).

Em consonância a isso, os desajustes emocionais como a ansiedade e o medo, estão diretamente interligados à reações de estresse, relacionados à notícias falsas e o grande volume de noticiários circulando diariamente na mídia, muitas vezes, alarmistas ou sensacionalistas, ativando diretamente um gatilho emocional que produz uma resposta a todo o desajuste percebido (Rocha *et al.*, 2021).

Quando uma construção social é interferida, para que o indivíduo se adapte à outra realidade de vida, principalmente quando se trata de longos períodos de quarentena, distanciamento social e confinamento, a principal reação é a mudança da rotina e principalmente nas relações afetivas que favorece as experiências traumáticas associadas às desavenças familiares, sobretudo, pelas consequências econômicas (Tassara *et al.*, 2021).

Além disso, as violências sofridas pelos jovens tiveram um aumento significativo durante o período de isolamento, onde na maioria dos casos, os mesmos eram impedidos de conversar ou sair com seus amigos, a sobrecarga imposta para a realização de tarefas domésticas, violências físicas e sexuais que se sobressaem na margem de ação para a manipulação psicológica (Santos *et al.*, 2021).

Os dados evidenciados pela literatura também indicam que o aumento dos casos de depressão entre jovens durante a pandemia está voltado aos hábitos de vida, sendo influenciados pelo sedentarismo, obesidade, ausência de acompanhamento psicológico, alimentação desregrada, inatividade física, comorbidades preexistentes. Nessa conjuntura, vale destacar também o estigma social e os comportamentos discriminatórios contra alguns grupos específicos (Moura *et al.*, 2022).

A pandemia provocou o fechamento de escolas e a adesão do ensino remoto, por meio de plataformas digitais, causando muitos sofrimentos aos jovens durante o processo de adaptação. O declínio do desempenho escolar, durante o ensino remoto, foi acentuado pelo déficit educacional, onde inúmeros motivos estão correlacionados, entre eles, a quebra de vínculo entre o aluno e o professor e a falta de recursos para acesso ao ensino à distância e notas baixas pela falta de conhecimento. Estes problemas apresentados têm correlações altamente significativas com os níveis de depressão e estresse (Rodrigues *et al.*, 2021).

As causas predominantes de sofrimento para os jovens é a falta de qualidade de vida doméstica aliado à baixa autoestima, podendo estar presente em todas as classes sociais, sendo responsável por gerar diversos problemas e agravos psíquicos, como as fobias, compulsões, transtornos de humor e consequências sérias da depressão, incluindo a propensão à vícios como o alcoolismo e outras drogas (Oliveira *et al.*, 2022).

Dessa maneira, vale destacar a importância da implementação de estratégias assistenciais inovadoras para o enfrentamento dos agravos psicológicos decorrentes do isolamento social, com intervenções que visem minimizar os efeitos do isolamento e promover a saúde mental por meio de uma escuta qualificada e atendimentos com profissionais capacitados para consultas psicológicas (Santos *et al.*, 2021).

4. Conclusão

Este estudo, evidenciou os principais fatores que estão diretamente relacionados com a incidência de depressão em jovens durante o período de isolamento social, podendo ser intrínsecos e extrínsecos. Dessa maneira, destacou-se através da literatura a importância da implementação de estratégias assistenciais inovadoras para o enfrentamento dos agravos psicológicos decorrentes do isolamento social, com intervenções que visem minimizar os efeitos do isolamento e promover a saúde mental por meio de uma escuta qualificada e atendimentos com profissionais capacitados para consultas psicológicas. Além disso, propõe-se que mais pesquisas sejam realizadas, no que refere-se a associação da depressão com sobrecargas acadêmicas, baixo rendimento e cobranças familiares.

Referências

- Binotto, B. T., Goulart, C. M. T., & da Rosa Pureza, J. (2021). Pandemia da COVID-19: indicadores do impacto na saúde mental de adolescentes. *Psicologia e Saúde em debate*, 7(2), 195-213.
- Cerqueira-Santos, E., de Miranda Ramos, M., & Gato, J. (2021). Indicadores de distress entre jovens LGBT+ durante o isolamento social pela COVID-19 no Brasil.
- Carneiro, L., Oliveira, A. L., Cunha, F., Castro, L., Lima, J., Simões, C., & Ribeiro, C. (2022). Saúde Mental em Jovens Adultos: O Impacto da Pandemia COVID-19. *Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental*, 8(1), 6-11.

- Cunha, D. B. A., de Barros, A. B. S. R., Borges, J. B. F., Marques, L. M., Wanderlei, M. M., Campelo, V. H. S., & da Cruz, D. S. L. (2021). O impacto da pandemia de Covid-19 na saúde mental e física de crianças e adolescentes: uma revisão narrativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 13(7), e8484-e8484.
- Freitas, T. S. S. (2021). A depressão na vida dos jovens e adolescentes durante a pandemia. *ANAIS CONGREGA MIC JÚNIOR- 15*, 19.
- Gomes, A. D., de Melo Tavares, C. M., Carvalho, J. C., Tavares, M., & de Melo Tavares, M. (2021). Emoções manifestas por adolescentes escolares na pandemia COVID-19. *Research, Society and Development*, 10(3), e47110313179-e47110313179.
- Júnior, P. G. F., Paiano, R., & dos Santos Costa, A. (2020). Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 25, 1-2.
- Lima, R. C. (2020). Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 30.
- Moura, A. A. M., Bassoli, I. R., de Silveira, B. V., Diehl, A., dos Santos, M. A., Wagstaff, C., & Pillon, S. C. (2022). Depressão e isolamento social: fatores associados à saúde mental durante a pandemia de COVID-19. *Rev Bras Enferm*, 75(1), e20210594.
- Moura, A. A. M. D., Bassoli, I. R., Silveira, B. V. D., Diehl, A., Santos, M. A. D., Santos, R. A. D., ... & Pillon, S. C. (2022). Seria o isolamento social durante a pandemia de COVID-19 um fator de risco para depressão? *Revista Brasileira de Enfermagem*, 75.
- Nascimento, J. K. F., Nunes, N. D. S. M., Orsini, M., & Muhlbauer, J. F. E. (2020). Automutilação em Adolescentes e Adultos Jovens na Pandemia por COVID-19: o relato de três casos. *Revista Augustus*, 25(52), 112-122.
- Oliveira, C. W., Almeida, C. M. S., & de Almeida, K. C. (2022). Saúde mental dos estudantes de medicina durante a pandemia de Covid-19 em uma instituição do interior de Minas Gerais. *Brazilian Journal of Health Review*, 5(3), 8602-8611.
- Oliveira, W. A. D., Silva, J. L. D., Andrade, A. L. M., Micheli, D. D., Carlos, D. M., & Silva, M. A. I. (2020). A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: scoping review. *Cadernos de Saúde Pública*, 36.
- Rocha, M. S., da Silva, Y. G., dos Santos, A. P., Nascimento, P. S., dos Santos Rodrigues, T., Barbosa, V. M., & de Andrade, E. N. (2021). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários durante a pandemia do COVID-19 Anxiety, depression and stress in university students during the COVID-19 pandemic. *Brazilian Journal of Development*, 7(8), 80959-80970.
- Rodrigues, R., da Silva Filho, J. A., Lima de Oliveira, J., Castelo Branco Cavalcante de Meneses, J., de Oliveira, N., Almeida, C., & Alves Pinto, A. G. (2021). Efeitos do isolamento social na pandemia da Covid-19 na saúde mental da população. *Avances en Enfermería*, 39, 31-43.
- Silva, R. (2022). Ansiedade e Depressão: uma reflexão sobre os impactos da pandemia nas vidas dos brasileiros. *Research, Society and Development*, 11(5), e45311528317-e45311528317.
- Silva, T. V. S., Vieira, L. M., Cardoso, A. M. R., & de Oliveira, R. V. D. (2021). Qualidade de vida, ansiedade e depressão em estudantes de Odontologia na pandemia da COVID-19 e fatores relacionados. *Research, Society and Development*, 10(8), e34710817481-e34710817481.
- Santos, A. J., Ferreira, D., Ribeiro, O., Freitas, M., Correia, J. V., & Rubin, K. (2013). Isolamento social e sentimento de solidão em jovens adolescentes. *Análise Psicológica*, 31(2), 117-127.
- Sawyer, S.M., Azzopardi PS, Wickremarathne D, & Patton G. C. The age of adolescence. *Lancet Child Adolesc Health* 2018; 2:223-8.
- Tassara, I. G., Okabayashi, N. Y. T., Casaca, M. C. G., & de Souza Veronez, F. (2021). Prevalência de sintomas psicológicos em tempos de isolamento social. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(1), 1295-1309.