

A ansiedade e suas complicações pós pandemia da COVID-19

Anxiety and its complications after the COVID-19 pandemic

La ansiedad y sus complicaciones tras la pandemia del COVID-19

Recebido: 23/10/2023 | Revisado: 05/11/2023 | Aceitado: 07/11/2023 | Publicado: 11/11/2023

Carla Karoline de Arruda Martins

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-9820-5624>

Centro Universitário Unifavip, Brasil

E-mail: carla.karoline1617@gmail.com

Cleber Dias da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-6329-2115>

Centro Universitário Unifavip, Brasil

E-mail: diascleber092@gmail.com

Jaine Silva De Araújo

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-5982-7181>

Centro Universitário Unifavip, Brasil

E-mail: jaynneav@gmail.com

Amanda Tabosa Pereira da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5710-7840>

Centro Universitário Unifavip, Brasil

E-mail: amandatabosa@gmail.com

Resumo

É importante considerar o impacto que a pandemia da COVID-19 como um estressor multidimensional, sendo potencialmente tóxico para a saúde mental dos indivíduos. Diante disso, esta pesquisa objetivou descrever complicações associadas à ansiedade após a pandemia de COVID-19. Realizou-se pesquisa bibliográfica do tipo revisão integrativa nas bases de dados da MEDLINE, LILACS e BDeF a fim de localizar artigos disponíveis para leitura, originais, publicados entre 2020 até 2023 e que discutam sobre as consequências da ansiedade pós pandemia. Foram utilizados os seguintes descritores: *Anxiety*, *COVID-19* e *Adaptation Psychological*. Foram excluídos artigos repetidos, de revisão da literatura, monografias, dissertações ou teses. Após a seleção dos estudos, construiu-se uma matriz de síntese para a coleta de dados para que estes pudessem ser agrupados e analisados através de uma análise crítica. A amostra final foi composta por seis artigos que destacaram as consequências da COVID-19 na saúde mental, com ênfase na ansiedade devido à crise econômica e de saúde gerada pela pandemia. Todos os autores reconhecem que a pandemia teve impactos significativos na saúde mental das pessoas, evidenciando a necessidade de intervenções para promover o bem-estar mental em diferentes contextos, incluindo famílias, escolas, comunidades e sociedades em geral. Houve um aumento significativo em outros desafios de saúde mental, como faltas escolares, uso excessivo de substâncias, perturbações do sono e transtornos alimentares. As implicações dessa ansiedade pós-pandemia abrangem uma ampla gama de áreas da saúde mental, incluindo o aumento do estresse, preocupações persistentes, desafios emocionais e até mesmo a correlação com comportamentos agressivos.

Palavras-chave: Ansiedade; COVID-19; Adaptação psicológica.

Abstract

It is important to consider the impact that the COVID-19 pandemic has as a multidimensional stressor, potentially toxic to individuals' mental health. Therefore, this research aimed to describe complications associated with anxiety after the COVID-19 pandemic. Bibliographical research of the integrative review type was carried out in the MEDLINE, LILACS and BDeF databases in order to locate original articles available for reading, published between 2020 and 2023 and that discuss the consequences of post-pandemic anxiety. The following descriptors were used: *Anxiety*, *COVID-19* and *Adaptation Psychological*. Repeated articles, literature reviews, monographs, dissertations or theses were excluded. After selecting the studies, a synthesis matrix was constructed for data collection so that they could be grouped and analyzed through critical analysis. The final sample was made up of six articles that highlighted the consequences of COVID-19 on mental health, with an emphasis on anxiety due to the economic and health crisis generated by the pandemic. All authors recognize that the pandemic has had significant impacts on people's mental health, highlighting the need for interventions to promote mental well-being in different contexts, including families, schools, communities and societies in general. There has been a significant increase in other mental health challenges such as school absences, excessive substance use, sleep disturbances and eating disorders. The implications of this post-pandemic anxiety span a wide range of areas of mental health, including increased stress, persistent worries, emotional challenges, and even the correlation with aggressive behaviors.

Keywords: Anxiety; COVID-19; Psychological adaptation.

Resumen

Es importante considerar el impacto que tiene la pandemia de COVID-19 como factor estresante multidimensional, potencialmente tóxico para la salud mental de las personas. Por lo tanto, esta investigación tuvo como objetivo describir las complicaciones asociadas a la ansiedad después de la pandemia de COVID-19. Se realizó una investigación bibliográfica del tipo revisión integrativa en las bases de datos MEDLINE, LILACS y BDeF con el fin de localizar artículos originales disponibles para lectura, publicados entre 2020 y 2023 y que discutan las consecuencias de la ansiedad pospandemia. Se utilizaron los siguientes descriptores: Ansiedad, COVID-19 y Adaptación Psicológica. Se excluyeron artículos repetidos, revisiones de literatura, monografías, disertaciones o tesis. Luego de seleccionar los estudios, se construyó una matriz de síntesis para la recolección de datos con el fin de agruparlos y analizarlos mediante un análisis crítico. La muestra final estuvo compuesta por seis artículos, con énfasis en la ansiedad por la crisis económica y sanitaria generada por la pandemia. La pandemia ha tenido impactos significativos en la salud mental de las personas, destacando la necesidad de intervenciones para promover el bienestar mental, incluidas las familias, las escuelas, las comunidades y las sociedades. Ha habido un aumento significativo de otros problemas de salud mental, como las ausencias escolares, el consumo excesivo de sustancias, los trastornos del sueño y los trastornos alimentarios. Las implicaciones de esta ansiedad pospandémica abarcan una amplia gama de áreas de la salud mental, incluido el aumento del estrés, las preocupaciones persistentes, los desafíos emocionales e incluso la correlación con comportamientos agresivos.

Palabras clave: Ansiedad; COVID-19; Adaptación psicológica.

1. Introdução

No início de 2020 o mundo enfrentou uma pandemia global da Doença causada pelo novo coronavírus (COVID-19), a qual custou a vida de milhares de pessoas e se tornou uma emergência de saúde pública (Delardas et al., 2022). De maneira geral, qualquer tipo de pandemia ou emergência de grande escala tem o potencial de interferir negativamente na saúde mental de indivíduos em decorrência das mudanças e adaptações utilizadas para conter o agravamento da situação (Perreira et al., 2020; Samji et al., 2021).

A curto prazo, observa-se alguns fatores que contribuem para o sofrimento mental durante a pandemia de COVID-19, tais como preocupações relacionadas a se infectar pelo vírus causador da doença (SARSCoV-2) e as consequências atreladas ao adoecimento, como por exemplo o isolamento que eventualmente, piora as condições socioeconômicas, o que implica em um aumento dos níveis de estresse e, por conseguinte, agravamento da doença mental (Aknin et al., 2021).

A situação da pandemia causa e continua causando além das repercussões fisiopatológica nos doentes, problemas relacionados à saúde mental na população, independentemente do nível socioeconômico (Delardas et al., 2022). Evidencia-se a depressão, insônia, estresse, traumas indiretos e ansiedade, como as mais prevalentes no adoecimento da sociedade (Da Silva & Neto, 2021). A Organização Mundial de Saúde (OMS) destaca que a ansiedade e a depressão foram as principais morbidades pós-pandemia, principalmente na população jovem e do sexo feminino (OMS, 2022).

A ansiedade é caracterizada como um estado emocional de medo, tensão e apreensão. No entanto, quando este estado é prolongado por um período maior, ou seja, se torna crônico, e é acompanhado por sintomas somáticos exacerbados como por exemplo sudorese, aumento da frequência cardíaca, desconforto abdominal e náuseas, tem-se instalado um quadro de Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) (Santos et al., 2020).

O TAG repercute negativamente na qualidade de vida do indivíduo, em que pode ser prejudicada pela insônia e baixa qualidade de sono, além da dificuldade de executar atividades de vida diária (Souza et al., 2022). Quando os sinais e sintomas são subdiagnosticados ou desvalorizados pelos profissionais e/ou familiares, pode-se ter como um fator de risco associado para a ideação e/ou tentativa de suicídio ou a realização do suicídio. O desfecho final de encerrar a própria vida é resultado de um conjunto de fatores cumulativos na vida do sujeito, sendo entendido como uma fuga dos problemas cotidianos e do sofrimento psicológico (Botega, 2015).

Como visto, os números de casos de transtornos mentais após a pandemia, principalmente a depressão e ansiedade vem sendo crescente, mesmo após a diminuição e controle dos casos de COVID-19. Portanto, é necessário estudos voltados para essa temática a fim de compreender quais são as consequências da ansiedade pós pandemia. Para facilitar a realização de planos e

ações com fatores protetivos na prevenção do adoecimento na saúde mental. Contudo, este trabalho tem como objetivo descrever complicações associadas à ansiedade após a pandemia de COVID-19.

2. Metodologia

Foi realizado um estudo de pesquisa bibliográfica do tipo revisão integrativa, de caráter qualitativo e descritivo. Conforme Mendes, Silveira e Galvão (2008). A pesquisa foi desenvolvida de acordo com as seguintes fases: construção da pergunta norteadora e estabelecimento do problema de pesquisa; estratégia de busca e seleção de artigos nas bases de dados previamente selecionadas; categorização e extração dos artigos selecionados para compor a amostra final, seguido de análise e interpretação de dados coletados e, por fim, apresentação da pesquisa.

As bases de dados utilizadas para desenvolver este trabalho foram: MEDLINE, LILACS e BDNF, acessadas através da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A estratégia de busca conta com a inserção dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH): Ansiedade/Anxiety, COVID-19, Adaptação Psicológica/ Adaptation, Psychologica.

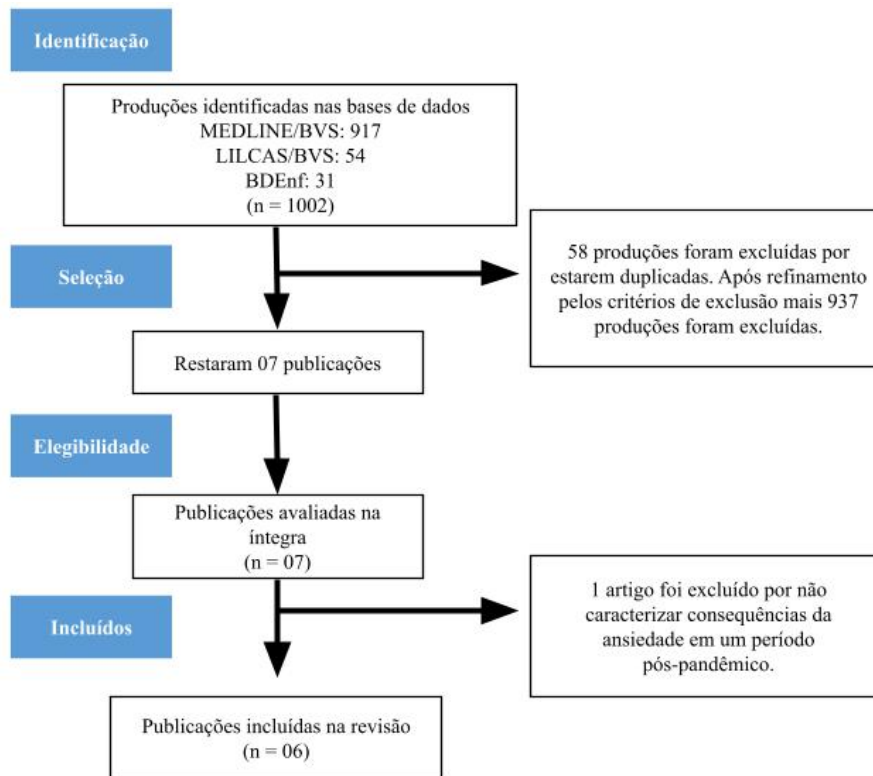
Os critérios de inclusão foram: artigos completos e disponíveis gratuitamente, publicados no período de mês Janeiro de 2020 até o mês Setembro de 2023 e com temática relacionada a ansiedade pós pandemia. Os critérios de exclusão foram: artigos repetidos, de revisão da literatura, monografias, dissertações ou teses.

Após a seleção dos estudos, foi construída uma matriz de síntese para a coleta de dados das seguintes variáveis: citação, objetivo, população estudada, consequências da ansiedade e saúde mental pós-pandemia. Por fim, os dados foram agrupados e analisados através de uma análise crítica dos dados presentes nos artigos. Após isso, os resultados foram apresentados em formato de quadro para melhor visualização.

3. Resultados e Discussão

Inicialmente foram recuperadas 1002 produções, sendo 917 na MEDLINE, 54 na LILACS e 31 na BDNF. Em seguida, foram removidas as 58 duplicatas. Posteriormente, 944 produções restantes tiveram seus títulos e resumos lidos, em que 937 foram removidos por não atenderem aos critérios de elegibilidade. Desse modo, sete artigos passaram para uma análise de texto completo, onde um deles foi removido por não caracterizar consequências da ansiedade em um período pós-pandêmico. Portanto, seis artigos passaram a compor a amostra final, conforme ilustrado pelo fluxograma a seguir (Figura 1).

Figura 1 - Fluxograma de seleção de estudos.



Fonte: Autores (2023).

A amostra final foi composta por seis artigos, onde todos estavam no idioma inglês. Além disso, destaca-se que as pesquisas foram conduzidas em diferentes regiões do mundo, como Polônia (Florek, 2023; Shpakou et al., 2022), Áustria (Lueger-Schuster et al., 2022), Espanha (Osses-Anguita et al., 2023) e Turquia (Korkut et al., 2022), Qatar (Abbas et al., 2023).

O Quadro 1 apresenta uma síntese das informações extraídas dos estudos da amostra final, caracterizando-os quanto aos objetivos, população estuda e consequências pós-pandemia associadas a ansiedade e saúde mental.

Quadro 1 - Apresentação dos estudos da amostra final quanto às consequências da ansiedade e saúde mental no período pós-pandêmico.

Citação	Objetivo	População estudada	Consequências da ansiedade e saúde mental pós-pandemia
Abbas; Athar; Jilani, 2023	Avaliar impacto da COVID-19 na saúde física e mental de crianças em idade escolar.	Crianças em idade escolar (5-18 anos)	Resultam da pandemia um aumento em outros desafios de saúde mental, além da ansiedade, tais como ausências escolares, uso excessivo de substâncias, perturbações do sono e transtornos alimentares.
Florek, 2023	Identificar as ligações entre ansiedade, agressividade e o nível de consumo de álcool durante um período de mais de 2 anos desde que o primeiro caso de COVID-19 foi diagnosticado na Polônia.	349 mulheres e 136 homens de várias regiões da Polônia responderam um questionário <i>on-line</i>	A pandemia de COVID-19 eliminou a relação entre ansiedade e consumo de álcool. Mulheres mostraram associações entre ansiedade, agressão, raiva e hostilidade, enquanto homens apresentaram correlações moderadas com agressão e raiva, além de forte correlação com hostilidade. Houve também uma correlação negativa entre consumo de álcool e agressão verbal.
Korkut et al., 2022	avaliar a ansiedade por coronavírus, transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e sintomas de estresse pós-traumático (PTSS) e também determinar a qualidade de vida (QV) e estilos de enfrentamento ao estresse em sobreviventes, comparando-os com controles não infectados	339 sobreviventes que foram confirmados com COVID-19 através de testes clínicos nos últimos 3 meses e 321 pacientes que não haviam sido infectados com COVID-19.	Os sobreviventes apresentaram níveis mais elevados de ansiedade relacionada ao coronavírus, ansiedade generalizada e sintomas de estresse pós-traumático, além de uma qualidade de vida reduzida. Entre os sobreviventes, 59,3% apresentaram Transtorno de Ansiedade Generalizada e 25,7% demonstraram ansiedade específica em relação ao coronavírus. Além disso, a maioria dos sobreviventes descreveu a intensidade da ansiedade como moderada a grave, e aproximadamente dois terços deles relataram um impacto psicológico moderado a grave decorrente da pandemia.
Lueger-Schuster; Zrnić; Lotzin, 2022	Obter insights sobre a dinâmica da saúde mental e enfrentamento, considerando diferentes características da pandemia em diferentes ondas de avaliação.	243 adultos da população geral austríaca.	Os níveis mais altos de ansiedade e depressão foram observados na análise após a pandemia. Foi identificado um aumento significativo na proporção de participantes em situação de risco para depressão provável na análise pós-pandemia, assim como houve um aumento substancial na prevalência de transtorno de ansiedade generalizada provável.
Osses-Anguila et al., 2023	Avaliar o impacto da pandemia de COVID-19 na possível prevalência de bruxismo acordado e durante o sono e nos fatores psicológicos associados ao bruxismo, comparando pré-pandemia, pandemia /confinamento e pós-amostras pandêmicas de alunos do primeiro ano.	274 Estudantes de Odontologia da Universidade de Barcelona	O grupo que passou pela fase pós-pandemia apresentou um impacto mais significativo das condições geradas pela pandemia em suas variáveis psicológicas, exibindo níveis mais elevados de ansiedade. Situações de estresse agudo resultantes das interações sociais diárias pessoais podem ter contribuído para o aumento dos níveis de ansiedade e levado a uma maior incidência de bruxismo durante o período de vigília, observado tanto no grupo antes da pandemia quanto no grupo após a pandemia.
Shpakou et al., 2022	Avaliar a autoavaliação da atividade física, satisfação com a vida, estresse percebido, escolha de estratégias de enfrentamento e suas correlações entre estudantes atletas de dois países vizinhos que enfrentam diferentes estratégias antipandêmicas.	600 Alunos de Educação Física e Esportes de universidades na Bielorrússia (n = 333) e da Polónia (n=267)	A maioria dos pesquisados evitou efeitos graves na saúde mental, mas alguns estudantes experimentaram efeitos psicológicos negativos durante a pandemia. Níveis mais altos de ansiedade como traço foram ligados a níveis maiores de ansiedade como estado, principalmente em mulheres. Aqueles com maior atividade física demonstraram menor ansiedade. Isso destaca a relação entre atividade física, satisfação com a vida e ansiedade.

Fonte: Autores (2023).

Os resultados desta pesquisa de revisão permitiram avaliar as consequências da pandemia da COVID-19 na saúde mental, com ênfase nas consequências relacionadas à ansiedade. Sabe-se que a pandemia da COVID-19 foi responsável por desencadear uma das crises econômica e de saúde mais sérias do século 21. Nesse cenário, as medidas sem precedentes para conter a propagação da pandemia tiveram um impacto negativo (Shpakou et al., 2022).

De acordo com algumas estimativas, seis em cada dez indivíduos em todo o mundo precisaram adotar precauções de contato, como o isolamento social (Ménard et al., 2021). Como resultado disso, tanto a pandemia quanto às medidas de controle afetou diversas esferas da vida da população, incluindo a saúde mental (Barros et al., 2020).

É interessante notar a persistência dos impactos psicológicos mesmo após o término da fase aguda da crise, como apontam Lueger-Schuster et al. (2022). Isso ressalta a importância de considerar o período pós-pandemia ao desenvolver estratégias de apoio psicológico. Em contrapartida, Florek (2023), por sua vez, aborda como a relação entre ansiedade e consumo de álcool foi modificada pela pandemia. Ele observou que a relação entre a variável álcool não esteve relacionada com a ansiedade, destacando a importância de compreender as mudanças nos padrões de comportamento durante esse período. Além disso, Florek (2023) explora as diferenças de gênero nas associações entre ansiedade, agressão e consumo de álcool, destacando a necessidade de considerar essas nuances ao analisar o impacto psicológico da pandemia.

Os autores Abbas et al. (2023) e Korkut et al. (2022) compartilham conclusões semelhantes sobre os efeitos psicológicos da pandemia. Ambos destacam um aumento em desafios de saúde mental além da ansiedade, como ausências escolares, uso excessivo de substâncias, perturbações do sono e transtornos alimentares. Isso sugere que a pandemia impactou não apenas a ansiedade, mas também outras áreas do bem-estar mental das pessoas.

Lueger-Schuster et al. (2022) destacam os níveis mais altos de ansiedade e depressão observados após a pandemia. Essa persistência dos impactos psicológicos, mesmo após o término da fase mais aguda da crise, ressalta a necessidade de considerar o período pós-pandemia ao desenvolver estratégias de apoio psicológico.

Osses-Anguita et al. (2023) exploram as implicações psicológicas das condições pós-pandemia, focando na relação entre ansiedade e bruxismo. Eles discutem como situações de estresse agudo decorrentes das interações sociais diárias podem contribuir para níveis mais elevados de ansiedade e bruxismo. Isso destaca a importância de compreender as complexas interações entre fatores psicológicos e físicos na resposta das pessoas à pandemia.

Korkut et al. (2022) discutem os resultados que indicam níveis elevados de ansiedade relacionada ao coronavírus e sintomas de estresse pós-traumático em sobreviventes da pandemia. Eles enfatizam a importância de lidar com esses aspectos e abordar a redução da qualidade de vida associada a esses sintomas. Isso destaca a necessidade de intervenções específicas para enfrentar os impactos psicológicos de longo prazo da pandemia.

Uma correlação entre ansiedade e comportamentos agressivos é observada em diferentes pesquisas. Os estudos de Florek (2023) e Osses-Anguita et al. (2023) relatam associações entre ansiedade e agressão, raiva e hostilidade, embora em contextos distintos. Enquanto Florek (2023) explora a relação entre ansiedade e consumo de álcool, Osses-Anguita *et al.* enfatizam a influência das situações de estresse agudo nas interações sociais diárias sobre os níveis de ansiedade e a incidência de bruxismo.

Shpakou et al. (2022) abordam as consequências psicológicas da pandemia para estudantes e exploram as associações entre ansiedade e atividade física. Eles enfatizam a relação entre níveis de ansiedade e comportamentos saudáveis, ressaltando a importância da atividade física para mitigar os efeitos negativos da ansiedade.

A influência da atividade física na ansiedade é outro ponto compartilhado, tanto Shpakou et al. (2022) quanto Osses-Anguita et al. (2023) mencionam que níveis mais altos de atividade física foram associados a menor ansiedade. Isso sugere que manter um estilo de vida ativo pode ser benéfico para mitigar os efeitos negativos da ansiedade durante e após a pandemia.

A influência das medidas de combate à pandemia sobre os jovens que estão simultaneamente buscando carreiras duais (como estudantes e atletas) ainda não está clara; no entanto, esse grupo é considerado propenso a experimentar níveis significativos de estresse (Izzicupo et al., 2021). Este achado corrobora a Rego & Maia (2021), que concluiu que a ansiedade foi prevalente entre os adolescentes durante a pandemia, com efeitos multiplicadores em várias características da ansiedade. Os autores destacaram a necessidade de identificar grupos de alto risco e implementar intervenções psiquiátricas e psicológicas apropriadas.

Por fim, a influência da pandemia nas variáveis psicológicas é uma preocupação comum em todas as pesquisas. Todos os autores reconhecem que a pandemia teve impactos significativos na saúde mental das pessoas, evidenciando a necessidade de intervenções para promover o bem-estar mental em diferentes contextos, incluindo famílias, escolas, comunidades e sociedades em geral.

4. Considerações Finais

As implicações da ansiedade pós-pandemia abrangem uma ampla gama de áreas da saúde mental, incluindo o aumento do estresse, preocupações persistentes, desafios emocionais e até mesmo a correlação com comportamentos agressivos. Além disso, a pandemia trouxe à tona outros desafios de saúde mental, como distúrbios do sono, transtornos alimentares e abuso de substâncias, que se sobrepõem e exacerbam os efeitos negativos da ansiedade.

A compreensão dessas complicações é fundamental para a implementação de intervenções eficazes que abordem não apenas os aspectos físicos, mas também os psicológicos da recuperação pós-pandemia. Portanto, é essencial que estratégias de apoio sejam desenvolvidas e implementadas para mitigar o impacto duradouro da ansiedade após a pandemia de COVID-19.

Como sugestões para trabalhos futuros, recomenda-se conduzir estudos originais longitudinais para explorar minuciosamente os fatores de risco primordiais que tornam alguns adolescentes mais propensos à ansiedade pós-pandemia, incluindo aspectos como o contexto familiar, o acesso a recursos de saúde mental e o grau de apoio social que recebem.

Referências

- Abbas, S. A., Athar, S., & Jilani, N. Z. (2023). The Impact of the COVID-19 Pandemic on the Physical and Mental Health of School-Aged Children. *HCA Healthcare Journal of Medicine*, 4(3), 223.
- Aknin, L. B., De Neve, J. E., Dunn, E. W., Fancourt, D. E., Goldberg, E., Helliwell, J. F., & Ben Amor, Y. (2022). Mental health during the first year of the COVID-19 pandemic: A review and recommendations for moving forward. *Perspectives on psychological science*, 17(4), 915-936.
- Barros, M. B. d. A., Lima, M. G., Malta, D. C., Szwarcwald, C. L., Azevedo, R. C. S. d., Romero, D., Souza Júnior, P. R. B. d., Azevedo, L. O., Machado, Í. E., Damacena, G. N., Gomes, C. S., Werneck, A. d. O., Silva, D. R. P. d., Pina, M. d. F. d., & Gracie, R. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29(4).
- Botega, N. J. (2022). *Crise suicida: avaliação e manejo*. Artmed Editora.
- da Silva, F. C. T., & Neto, M. L. R. (2021). Psychiatric symptomatology associated with depression, anxiety, distress, and insomnia in health professionals working in patients affected by COVID-19: A systematic review with meta-analysis. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 104, 110057.
- Delardas, O., Kechagias, K. S., Pontikos, P. N., & Giannos, P. (2022). Socio-Economic impacts and challenges of the coronavirus pandemic (COVID-19): an updated review. *Sustainability*, 14(15), 9699.
- Florek, S., Piegza, M., Dębski, P., Gorczyca, P., & Pudło, R. (2023). How COVID-19 pandemic period influences on the selected mental health parameters of Polish respondents? *Frontiers in Psychology*, 14, 1126471.
- Izzicupo, P., Di Baldassarre, A., Abelkals, I., Bisenieks, U., Sánchez-Pato, A., Cánovas-Alvarez, F. J., & Capranica, L. (2021). Dual careers of athletes during COVID-19 lockdown. *Frontiers in psychology*, 739.
- Korkut, S. (2022). Research of the coronavirus anxiety, post-traumatic stress, generalized anxiety disorder, quality of life, and stress coping styles in COVID-19 survivors. *Psychological Reports*, 125(6), 3069-3083.
- Lueger-Schuster, B., Zrnić Novaković, I., & Lotzin, A. (2022). Two years of COVID-19 in Austria—Exploratory longitudinal study of mental health outcomes and coping behaviors in the general population. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(13), 8223.

- Ménard, J., Foucreault, A., Leduc, H., Meunier, S., & Trépanier, S. G. (2021). A diary study on when and with whom recovery experiences modulate daily stress and worry during a COVID-19 lockdown. *Frontiers in psychology*, 12, 620349.
- Mendes, K. D. S., Silveira, R. C. D. C. P., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & contexto-enfermagem*, 17, 758-764.
- Osses-Anguita, Á. E., Sánchez-Sánchez, T., Soto-Goñi, X. A., García-González, M., Alén Fariñas, F., Cid-Verdejo, R., & Jiménez-Ortega, L. (2023). Awake and Sleep Bruxism Prevalence and Their Associated Psychological Factors in First-Year University Students: A Pre-Mid-Post COVID-19 Pandemic Comparison. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2452.
- Pereira, M. D., Oliveira, L. C. de, Costa, C. F. T., Bezerra, C. M. de O., Pereira, M. D., Santos, C. K. A. dos, & Dantas, E. H. M. (2020). The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. *Research, Society and Development*, 9(7), e652974548. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4548>
- Rego, K. de O., & Maia, J. L. F. (2021). Anxiety in adolescents in the context of the pandemic by COVID-19. *Research, Society and Development*, 10(6), e39010615930. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i6.15930>
- Samji, H., Wu, J., Ladak, A., Vossen, C., Stewart, E., Dove, N., & Snell, G. (2022). Mental health impacts of the COVID-19 pandemic on children and youth—a systematic review. *Child and adolescent mental health*, 27(2), 173-189.
- Santos, U. C. L., Lima, A. C. S., De Macedo, J. N., & Biazussi, H. M. (2020). Vulnerabilidade psicológica e transtorno de ansiedade generalizada: do diagnóstico ao tratamento de ansiedade generalizada. *Facit Business and Technology Journal*, 2(16).
- Shpakou, A., Sokołowska, D., Krajewska-Kułak, E., Cybulski, M., Kowalewska, B., Korpak, F., & Kowalczyk, K. (2022). The impact of the COVID-19 pandemic on physical activity, life satisfaction, anxiety, stress perception and coping strategies in student-athletes: A comparison between Belarus and Poland—countries with a different approach of anti-pandemic measures. *Frontiers in Public Health*, 10, 1052744.
- Silva, H. F. R., & Pucci, S. H. M. (2021). Transtornos mentais como fator de risco para suicídio e ideação suicida. *Saúde Coletiva (Barueri)*, 11(68), 7227-7242.
- Souza, J. P. D. A., Demenech, L. M., Dumith, S. C., & Neiva-Silva, L. (2022). Sintomas de ansiedade generalizada entre estudantes de graduação: prevalência, fatores associados e possíveis consequências. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 71, 193-203.