



A PANDEMIA DO COVID-19: IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DOS JOVENS

Ariceli Anunciata Breguêz Rocha¹

Elizabella Queiroz da Paixão¹

Fernanda Bicalho Pereira²

Auriston Magalhães Vitor³

fernandabicalhopereira@gmail.com

ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciências Humanas

INTRODUÇÃO

A COVID-19 é uma doença infecciosa causada pelo vírus SARSCoV- 2, mais conhecido como novo Corona Vírus (AMAWI, H. *et al*, 2020). Estudos recentes vêm demonstrando como a pandemia da COVID-19 pode impactar negativamente na manutenção da saúde mental da população (HUANG; ZHAO, 2020). No Brasil, foi implantado o distanciamento social para diminuir as interações humanas, com o objetivo de reduzir a transmissão do vírus (AQUINO, 2020). Uma das medidas de segurança foram o fechamento de escolas assim como a restrição de horário em âmbito de trabalho (AQUINO, 2020), dessa forma, as relações de sociabilidade e as rotinas diárias dos jovens foram afetadas significativamente (VAZQUEZ, 2020). Durante o tempo de crise, os níveis de bem-estar psicológico das pessoas têm diminuído em decorrência do aumento do estresse e dos sintomas depressivos (LI, W. *et al*, 2020). De acordo com Barros e Gracie (2020), nessa pandemia do covid-19 os adultos jovens apresentam maior prevalência de sintomas negativos de saúde mental... 'sentir-se sempre triste' é quase o triplo e 'sentir-se sempre ansioso' quase o quádruplo nessa faixa etária, em comparação aos mais idosos. Além do mais, é frequente o início de problemas de sono durante a pandemia ou agravamento desses problemas quando pré-existentes para esses mais jovens. Objetiva-se nessa pesquisa, analisar a literatura a respeito do impacto da pandemia na saúde mental dos jovens, tendo como base as alterações do convívio social e o aumento crescente da depressão e ansiedade entre os jovens nessa pandemia, considerando também possíveis intervenções psicológicas.

METODOLOGIA

¹ Alunas do curso de Psicologia da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

² Psicóloga. Mestre em Saúde e Enfermagem. Professora da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

³ Psicólogo. Pedagogo. Mestre em Ciências da Religião. Professor dos cursos de Psicologia e Direito da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

Trata-se de um estudo de revisão literária, onde foram utilizados artigos pesquisados nas plataformas de busca Portal Capes, Google Acadêmico, Scielo. Os descritores utilizados foram: Pandemia, Covid-19, Ansiedade, Depressão.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

O medo originado no contexto de uma pandemia pode intensificar os níveis de estresse e ansiedade em pessoas saudáveis, assim como aumentar os sintomas daquelas com transtornos mentais pré-existentes (SHIGEMURA *et al.*, 2020). Insônia, ansiedade, diminuição da concentração, alteração do humor e perda de energia devem receber atenção especial nos cuidados de saúde mental (PARK, 2020). As crescentes incertezas sobre a doença e o distanciamento das pessoas podem criar efeitos nocivos vindos à tona por meio de medo, ansiedade, preocupação com a quantidade de contágios e o aumento de vítimas (BROOKS *et al.*, 2020). Com as medidas de distanciamento social, fez-se necessário o fechamento de diversos locais, como escolas, universidades, ambientes de lazer, impedindo o contato físico com outras pessoas (BALHARA *et al.*, 2020). Essa forma de prevenção aumenta o contato dentro do grupo familiar, e pode vir acompanhado de impactos econômicos para algumas famílias, o que possibilita o aumento do conflito dentro das casas e a insegurança emocional dos adolescentes (MARQUES *et al.*, 2020). Embora seja fundamental no controle da propagação da doença, o confinamento social origina o adiamento de planos e cria incertezas em relação ao futuro (LANCET, 2020). Levando em consideração as alterações rápidas a que os estudantes foram submetidos com a suspensão das aulas, essa situação de emergência pode ter desencadeado dificuldades de adaptação e condições emocionais negativas. Diante disso, a decisão em estudar jovens com a faixa etária de 15 a 25 anos tem o intuito de explorar as implicações psicológicas dessas circunstâncias. Para promoverem continuidade aos cuidados em saúde mental, diversos profissionais, como psicólogos e psiquiatras estão realizando intervenções e atendimentos *online*. Essas precauções podem ajudar na redução e na prevenção de futuros problemas psiquiátricos e psicológicos (CULLEN *et al.*, 2020). Durante uma pandemia, é preciso que a população esteja segura e protegida, além de ser informada sobre a patologia, de modo a diminuir a ansiedade social e estimular mudanças comportamentais que poderão ajudar no controle da doença (GOMES, 2020). De acordo com as evidências epidemiológicas, os eventos estressores também são desencadeadores de sintomas de potenciais transtornos mentais, como depressão e ansiedade (BROOKS *et al.*, 2020). Portanto, a comunicação é importante na gestão de uma emergência sanitária que causa imensa preocupação na sociedade (GOMES, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Frente à revisão teórica exposta neste estudo, constatou-se que foram gerados impactos negativos em toda sociedade, no âmbito sanitário, educacional, econômico e psicológico. Em relação aos jovens, percebeu-se que além das preocupações com

a própria saúde, eles tiveram que lidar com a ruptura da rotina pessoal e com incertezas relacionadas à continuidade dos estudos. Assim sendo, faz-se necessário o planejamento de estratégias para o atendimento psicológico durante e após a pandemia. Ademais, reforça a importância de continuar investigando o tema, para que se possam perceber os meios e reações psicológicas subjacentes a este período de vida.

REFERÊNCIAS

AMAWI, Haneen *et al.* COVID-19 pandemic: an overview of epidemiology, pathogenesis, diagnostics and potential vaccines and therapeutics. **Therapeutic delivery**, v. 11, n. 4, p. 245-268, 2020. Disponível em: <<https://www.future-science.com/doi/full/10.4155/tde-2020-0035>>. Acesso em: 15, Ago. 2021.

AQUINO, Estela ML *et al.* Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 2423-2446, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/csc/2020.v25suppl1/2423-2446/pt/>>. Acesso em: 26, Agos. 2021.

BALHARA, Yatan Pal Singh. Impact of lockdown following COVID-19 on the gaming behavior of college students. **Indian J Public Health**. v. 64, n. 6, pág. 172, 2020. Disponível em: <<https://www.ijph.in/article.asp?issn=0019-557X;year=2020;volume=64;issue=6;spage=172;epage=176;aulast=Balhara>>. Acesso em: 15, Ago. 2021.

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo *et al.* 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**, v. 29, p. e2020427, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>>. Acesso em: 16, Ago. 2021.

BROOKS, Samantha *et al.* **The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence**. *The Lancet*, v. 395(102227), 912-920, 2020. Disponível em: <[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)>. Acesso em: 16, Agos. 2021.

CULLEN, Walter *et al.* Mental health in the Covid-19 pandemic. **QJM: An International Journal of Medicine**, v. 113, n. 5, p. 311-312, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa110>>. Acesso em: 14, Ago. 2021.

GOMES, Carlos. Report of the WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.],

v. 2, n. 3, 2020. Disponível em:
<<https://bjhs.emnuvens.com.br/bjhs/article/view/172>>. Acesso em: 15, Ago. 2021.

GONÇALVES, Jonas Rodrigo. Como escrever um Artigo de Revisão de Literatura. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 2, n. 5, p. 29-55, 2019. Disponível em: <<http://www.revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/122>>. Acesso em: 15, Ago. 2021.

HUANG, Yeen; ZHAO, Ning. Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. **Psychiatry Research**, v. 288, p. 112954, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>>. Acesso em: 15, Ago. 2021.

LANCET. Pandemic school closures: risks and opportunities. **The Lancet Child & Adolescent Health**, v. 4, 341, 2020. Disponível em: <[https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30105-X](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30105-X)>. Acesso em: 27, Ago. 2021.

LI, Wei *et al.* Chest computed tomography in children with COVID-19 respiratory infection. **Pediatric radiology**, p. 1, 2020. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7080075/>>. Acesso em: 15, Ago. 2021.

MARQUES, Emanuele Souza *et al.* A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela Covid-19: panorama, motivações e formas de enfrentamento. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n. 4, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csp/a/SCYZFVKpRGpq6sxJsX6Sftx/?lang=pt>>. Acesso em: 14, Ago. 2021.

PARK, Seon Cheol; PARK, Yong Chon. Mental health care measures in response to the 2019 novel corona virus outbreak in Korea. **Psychiatry Investigation**, v.17, n.2, 85-86. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.30773/pi.2020.0058>> Acesso em: 16, Ago. 2021.

SHIGEMURA, Jun *et al.* Public responses to the novel 2019 corona virus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. **Psychiatry and clinical neurosciences**. v. 74, n. 4, p. 281, 2020. Disponível em: <<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/pcn.12988>>. Acesso em 16, Ago. 2021.

VAZQUEZ, Daniel Arias *et al.* Schoolless life and the mental health of public school students during the covid-19 pandemic. **Portal Regional da BVS**. 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.2329>>. Acesso em: 14, Ago. 2021.