



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

LUCAS DIAS BENTO

**CONTEXTOS PANDÊMICOS E SUAS INFLUÊNCIAS FRENTE AOS SINTOMAS
DA ANSIEDADE E DEPRESSÃO.**

Icó – CE
2021.2

LUCAS DIAS BENTO

**CONTEXTOS PANDÊMICOS E SUAS INFLUÊNCIAS FRENTE AOS SINTOMAS
DA ANSIEDADE E DEPRESSÃO.**

Monografia submetida à disciplina de TCC II, do Curso de graduação em Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Esp. Lielton Maia Silva.

LUCAS DIAS BENTO

**CONTEXTOS PANDÊMICOS E SUAS INFLUÊNCIAS FRENTE AOS SINTOMAS
DA ANSIEDADE E DEPRESSÃO.**

Monografia aprovada em ____/____/_____, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia pelo Centro Universitário Vale do Salgado – UniVS.

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Esp. Lielton Maia Silva

Orientador(a)

Maxwell Fontes Teixeira

avaliador

Antônio Martins Vieira e Silva Júnior

avaliador

Icó – CE
2021.2

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a minha família, em especial a minha mãe Patrícia Andreia, que foi a minha maior inspiração para adentrar no curso de psicologia, agradeço a Deus e a ti por todo o suporte e força que me deram durante esses 5 anos de graduação. Agradeço também aos amigos que fiz durante o curso, dos quais me ajudaram na caminhada árdua nesse tempo em que estivemos juntos, tanto em momentos de alegria e leveza como em situações de estresse e sufoco. Ademais sou grato também aos meus amigos anteriores a vida acadêmica e também ao meu orientador Lielton Maia, pela confiança e incentivo as minhas capacidades e em mim depositados durante a construção do presente trabalho.

RESUMO

As pandemias ao longo da história da humanidade tornaram-se uma questão relativamente recorrente, tendo em vista a quantidade e variedade em que ocorreram e ainda ocorrem em todo o mundo. Esses surtos pandêmicos atingem grandes contingentes populacionais acarretando além de mortes, muitos outros prejuízos tanto no âmbito da saúde como também econômico e socialmente. O presente estudo objetivou trazer por meio de uma revisão de literatura uma compreensão acerca dos aumentos dos sintomas de ansiedade e depressão na população frente aos contextos das pandemias. Os dados apresentados na pesquisa foram obtidos a partir de publicações científicas acerca da temática, disponíveis nas bases de dados do Google Acadêmico, Scielo e em revistas das áreas de Psicologia, Medicina e Enfermagem, disponíveis também nas respectivas plataformas. Os estudos levantados apontam para um significativo aumento das sintomatologias relacionadas a ansiedade e depressão na população em geral durante os períodos de pandemia, trazendo assim indicativos claros de relação entre esses fatores contextuais. Os efeitos causados na população no âmbito psicológico bem como nos demais, deve ser objeto de estudos futuros a fim de propiciar mais discussões e possíveis estratégias de enfrentamento para reduzir os efeitos da referida problemática.

Palavras chaves: Psicologia. Ansiedade. Depressão. Pandemias.

ABSTRACT

Pandemics throughout human history have become a relatively recurrent issue, given the amount and variety in which they occurred and still occur around the world. These pandemic outbreaks affect large populations, causing, in addition to deaths, many other damages both in the field of health and also economically and socially. The present study aimed to bring, through a literature review, an understanding of the increases in anxiety and depression symptoms in the population in the context of pandemics. The data presented in the research were obtained from scientific publications on the subject, available in the databases of Academic Google, Scielo and in journals in the areas of Psychology, Medicine and Nursing, also available on the respective platforms. The studies surveyed point to a significant increase in symptoms related to anxiety and depression in the general population during periods of pandemic, thus bringing clear indications of the relationship between these contextual factors. The effects caused in the population in the psychological sphere, as well as in others, should be the object of future studies in order to provide more discussions and possible coping strategies to reduce the effects of this problem.

Keywords: Psychology. Anxiety. Depression. Pandemics.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
2	OBJETIVOS	11
2.1	GERAL	11
2.2	ESPECÍFICOS	11
3	REFERENCIAL TEÓRICO.....	12
3.1	PERCURSO HISTÓRICO DAS PANDEMIAS NOS ÚLTIMOS SÉCULOS	12
3.2	PRINCIPAIS CAUSAS E SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO	15
3.3	A RELAÇÃO ENTRE O AUMENTO DAS SINTOMATOLOGIAS DE QUADROS ANSIOSOS E DEPRESSIVOS FRENTE AS PANDEMIAS.	19
4	METODOLOGIA	24
5	RESULTADOS E DISCUSSÕES	26
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS	31
	REFERÊNCIAS.....	32

1 INTRODUÇÃO

Em relação ao histórico das pandemias, há relatos que apontam a ocorrência de surtos pandêmicos a mais de mil anos atrás. Uma das mais antigas registradas foi a que ficou conhecida como Peste de Justiniano, que pode ter tido início no Egito em 541 D.C, e sido disseminada por considerável parte da Europa e regiões próximas. A Peste Negra/bubônica por sua vez, atingiu grande parte do continente Asiático e Europeu, por volta do ano de 1343, deixando dezenas de milhões de mortos. Por volta de 1500, a denominada Gripe Russa atingiu a maioria dos continentes, onde séculos depois, aproximadamente em 1889 ocorre um novo surto, no qual foi o primeiro de gripe a ser registrado detalhadamente, cerca de um milhão de vítimas morreram por conta deste subtipo da Influenza A (SANAR, 2020).

Entre as pandemias mais recentes, destacam-se as de Gripe Espanhola (1918) com outros dois surtos em 1957 e 1968, que deixou ao todo milhões de vítimas, e a primeira Pandemia conhecida do século XXI, a de H1N1 (Gripe Suína), onde originou-se possivelmente no México no ano de 2009 e espalhou-se rapidamente pelo mundo deixando milhares de vítimas fatais. No ano de 2020, a Pandemia do novo Corona Vírus (Covid-19) eclode, e rapidamente é disseminada, atingindo todos os países do planeta e afetando milhões de pessoas, ocasionando prejuízos econômicos e sociais e deixando milhões de mortos (SCHUELER, 2020).

Um dos fatores que as pandemias têm em comum é que as pessoas que passam por essa realidade e vivenciam um período pandêmico seja ele séculos atrás seja nos tempos atuais, estão sujeitas a sofrerem com o risco eminente de serem contaminadas e conseqüentemente perder a vida, ou seja, estão também bastante propícias a sofrerem com essa ‘nova realidade’ podendo assim vir a desenvolver sintomas ansiosos e ou depressivos (BECK; ALFORD, 2011).

Compreende-se que todos os indivíduos, independentemente de classe ou nível social, estão diariamente sujeitos a passarem por situações de estresse psicológico, que podem ser oriundas dos mais variados contextos. Portanto, segundo Beck e Alford (2011), sujeitos que se encontram em um estado de humor deprimido e ou depressivo, apresentam como relatos as sintomáticas quase que iguais a dos quadros patológicos de Depressão. Sentimentos como tristeza e solidão aparecem comumente.

Sabe-se que dentro dos estudos da Psicologia é possível relacionar situações de vulnerabilidade e de extremo estresse como os vivenciados por populações atingidas por pandemias, por exemplo, com o aumento de sintomas psicológicos presentes em transtornos de ansiedade e depressão, oriundos de questões como o receio e medo do risco de contaminação,

do distanciamento social, o receio por pertencer ao grupo de risco, questões econômicas e sociais, entre outras (BECK; ALFORD, 2011).

A ideia pelo desenvolvimento da pesquisa focalizada neste tema surgiu a partir do interesse em compreender e a curiosidade em observar e analisar como a vivência de períodos de pandemia e de extrema preocupação podem exercer influência direta na qualidade de vida e por consequência afetar de forma negativa o psicológico desses indivíduos.

Portanto, com o estudo em questão, foi almejado apresentar uma linha do tempo abordando a temática das Pandemias relacionando-as a sintomática de ansiedade e/ou depressão, possibilitando que seja fortificado o desenvolvimento de mais debates e mais pesquisas nesse campo, onde possam colaborar ainda mais para essa compreensão dos prejuízos psicológicos relacionados à tais sintomatologias, herdados a partir de tais vivências. A pesquisa em questão foi desenvolvida a partir do estudo das literaturas disponíveis acerca da temática.

2 OBJETIVOS

2.1 GERAL

- Compreender através de uma revisão literária o aumento dos sintomas de ansiedade e depressão na população frente aos diversos contextos das pandemias.

2.2 ESPECÍFICOS

- Apresentar os principais cenários pandêmicos dos últimos séculos.
- Descrever os principais quadros sintomatológicos da ansiedade e depressão.
- Discutir o aumento das sintomatologias de ansiedade e depressão frente aos cenários pandêmicos.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 PERCURSO HISTÓRICO DAS PANDEMIAS NOS ÚLTIMOS SÉCULOS

Uma Pandemia caracteriza-se pelo aumento repentino a nível continental ou mundial de casos de uma nova doença, o alto grau de disseminação sustentada e contágio, o nível de mortalidade que ela oferece bem como outros riscos e sequelas (SCHUELER, 2020).

Ao longo da história da humanidade diversos surtos pandêmicos ocorreram em diferentes épocas e contextos, atingindo regiões inteiras e dizimando grande número de pessoas a cada novo surto. Iniciando o percurso histórico das pandemias, destaca-se o surto de Varíola, que segundo relatos históricos teve destaque durante os séculos IV e V, reaparecendo diversas vezes ao longo das décadas, atingindo grande parte do continente Asiático e posteriormente expandindo-se para a Europa (TOLEDO JR, 2005).

A pandemia da Varíola foi uma das mais antigas que se há relatos, atingiu elevado número de pessoas deixando milhares infectados e com alta taxa de mortes, conseqüentemente foi uma das mais severas já enfrentadas. Apesar dos prejuízos e mortes relatados, a doença foi primordial para estudos acerca de métodos de contenção e prevenção, onde as sociedades mais desenvolvidas já implementavam o distanciamento social como peça chave para o controle da disseminação (TOLEDO JR, 2005).

Pesquisas e estudos relacionados à possíveis métodos de imunização forneceram posteriormente uma técnica denominada Variolização que apesar de ser considerada controversa na época, ajudou na diminuição dos casos, onde posteriormente no século XVIII, a partir de observações e estudos, o médico inglês Edward Jenner desenvolve o método de imunização a partir do que hoje é conhecida como vacina, que foi de suma importância para a gradativa diminuição dos casos de varíola, bem como da sua erradicação (TOLEDO JR, 2005).

Hinrichsen (2020) aponta que, durante o século XIV, por volta do ano de 1348 o continente europeu enfrentou umas das mais severas pandemias relatadas, a Peste Bubônica como foi denominada, é originária de uma bactéria (*Yersinia pestis*) que estava presente nas pulgas da grande maioria dos roedores, que na época, decorrente da pouca preocupação com meios convencionais de higiene e não existência de redes de esgoto, conviviam nas cidades em meio as populações.

A Peste bubônica, assolou e reduziu grande parte da população europeia, pois por não haver conhecimentos científicos acerca da mesma, as pessoas que eram infectadas na sua grande maioria sofriam bastante com os sintomas, que iam de febre até erupções cutâneas de coloração preta que além de provocarem dores intensas desfigurava esses sujeitos, muitos dos acometidos

acabavam vindo a óbito por não aguentar sintomas tão severos. Acredita-se que a doença chegou ao continente por intermédio do comércio marítimo entre Europa e Ásia (HINRICHSEN, 2020).

Seguindo a linha histórica das pandemias, de acordo com Valdés, Moreno e Labrador (2011), em meados do ano de 1817, ocorre no continente Asiático mais precisamente na Índia, o primeiro (dentre vários) surto pandêmico relatado da doença conhecida como Cólera, que rapidamente disseminou-se por demais países da Ásia, Oriente Médio e África, deixando assim milhares de doentes nos respectivos países. Vale ressaltar que a doença não foi extinta, ressurgindo assim esporadicamente em diversas regiões do mundo, atingindo praticamente todos os continentes.

A bactéria *Vibrio Cholerae*, responsável por ser o agente causador da Cólera, é transmitida por meio de fezes e água contaminada que quando em contato com o organismo humano podem causar infecção intestinal severa, deixando os acometidos bastante fragilizados, os meios de tratamento dos sintomas dos doentes incluem reidratação por meio de água e/ou soro. Medidas possíveis para a diminuição da incidência da doença incluem melhorias nos sistemas de tratamento de esgoto e água (VALDÉS; MORENO; LABRADOR, 2011).

Sarmiento (2020), aponta que em meados de 1918 durante o período da Primeira Guerra Mundial, onde grandes potências como Estados Unidos e Alemanha travavam diversos embates acerca de questões políticas, econômicas e territoriais, eclode o surto de uma nova doença, que atinge logo de início os soldados combatentes deixando milhares infectados, a doença em questão ficou conhecida como Gripe Espanhola, onde recebe essa nomenclatura por conta das questões estratégicas traçadas pelas nações envolvidas na guerra que para não demonstrarem “fraqueza” e para não fornecer dados reais acerca de suas forças bélicas não divulgavam dados sobre o número total de infectados ou mortos, porém, na contramão das demais a Espanha que não participava da guerra, fornece por meio da imprensa dados reais sobre a sua população, gerando assim esse processo de relação.

No período do surto pandêmico da Gripe Espanhola (Subtipo da Influenza) nações de todos os continentes foram atingidas e como o conhecimento científico acerca da doença em questão era bastante escasso, não havia tratamento eficaz, onde as medidas realizadas pelos profissionais da saúde visavam a redução e amenizar os sintomas dos infectados. Por se tratar de uma doença transmissível, autoridades implementaram medidas de isolamento social e o fechamento de escolas e igrejas, com o intuito de diminuir a disseminação e consequentemente o número de doentes. Nos EUA em algumas localidades específicas era indicado o uso de máscaras (SARMENTO; 2020).

Quase no final do século XX, por volta de 1980, numa época que a maioria dos países com considerável grau de desenvolvimento tecnológico, médico e científico considerava controlada a incidência de surtos de novas doenças infecciosas, são detectados, nos Estados Unidos os primeiros casos de imunodeficiência, onde posteriormente foi identificado como sendo originário do vírus HIV responsável por causar a conhecida AIDS, tornando-se assim uma nova preocupação no contexto de saúde pública no âmbito mundial (VILLARINHO, et al. 2013).

O vírus do HIV age semelhante a diversos outros vírus, as pessoas podem ser infectadas a partir do contato direto com fluidos provenientes de outros humanos infectados, onde indo de acordo com a nomenclatura, ao infectar o organismo atinge diretamente o sistema imunológico causando diversas sequelas, deixando assim os acometidos com o sistema imunológico mais suscetível a outros agentes patológicos (VILLARINHO, et al. 2013).

Diversos países, baseados nos conhecimentos que foram surgindo acerca da doença, iniciam programas de conscientização e prevenção a partir de medidas socioeducativas e do incentivo do uso dos preservativos, onde tornaram-se possíveis também a partir de mobilizações sociais e estaduais como pressão para a o desenvolvimento de tais iniciativas. Por possuir uma gama diversa de variantes, ainda não foi desenvolvida vacina, existindo atualmente meios de prevenção e tratamento (VILLARINHO, et al. 2013).

Segundo Bellei e Melchior (2011), no ano de 2009, mais precisamente no México, eclode o que viria a ser posteriormente, a primeira Pandemia do século XXI. A H1N1, variante do vírus Influenza A que tem origem de mutações genéticas de cepas advindas de suínos ficou popularmente conhecida como Gripe Suína, doença essa que rapidamente se espalhou por todos os continentes atingindo praticamente todos os países do mundo.

Por seu alto e rápido nível de disseminação, ainda em 2009 a Organização Mundial da Saúde declara a Gripe Suína como uma Pandemia mundial, onde torna-se uma questão sanitária de interesse mundial, pois o novo vírus não apresentava muitas semelhanças com os demais vírus do tipo Influenza já conhecidos pela comunidade científica, tendo características incomuns e provocando variados sintomas nos infectados, onde iam desde sintomas mais leves como os de uma gripe comum até quadros mais graves de febre alta, complicações respiratórias e pneumonia (BELLEI; MELCHIOR, 2011).

A pandemia do H1N1, como demais pandemias já conhecidas, afetou diretamente a vida de milhares de pessoas deixando muitos mortos no Brasil e no mundo, onde as autoridades sanitárias dos respectivos países conseguiram conter a disseminação somente por meio de campanhas de vacinação e do tratamento precoce da doença, nos anos posteriores a vacina

indicada pela OMS é trivalente para os subtipos de Influenza, com o intuito de evitar novos surtos dessas variações mapeadas anteriormente (BELLEI; MELCHIOR, 2011).

Já por volta do final do ano de 2019, mais precisamente em dezembro, surge na cidade de Wuhan, na República da China, diversos casos de uma nova doença infecciosa até então desconhecida, que vinha afetando cada vez mais um maior número de pessoas, a doença em questão posteriormente foi identificada como uma nova variante do Vírus Corona, o qual ficou conhecido como SARS-CoV-2 e ou Covid-19 (OLIVEIRA; LUCAS; IQUIAPAZA, 2020).

As autoridades sanitárias chinesas buscaram obter mais informações acerca de tal doença desconhecida e colaborar com a Organização Mundial da Saúde acerca da busca por estratégias de enfrentamento desse novo surto. Por volta de março de 2020 a OMS declara o surto do novo coronavírus (Covid-19) como uma pandemia mundial de grandes proporções, onde divulga também as precauções necessárias de prevenção como protocolos de distanciamento e higiene das mãos, o uso de máscaras e demais medidas a serem tomadas pelas autoridades sanitárias dos demais países, com o intuito de evitar o maior nível de disseminação do vírus (OLIVEIRA; LUCAS; IQUIAPAZA, 2020).

Ainda no ano de 2020, apesar das inúmeras medidas restritivas e de precauções adotadas pela grande maioria das nações, o vírus do Covid-19 causou incontáveis prejuízos, tanto econômicos como sociais, além dos milhões de vítimas fatais em todo o planeta. Pessoas acima dos 60 anos e com comorbidades são ainda mais vulneráveis aos efeitos da doença em questão, onde os sintomas nos casos mais severos podem incluir a síndrome respiratória aguda, febre, náuseas, comprometimento em diversos órgãos como pulmões e rins, cefaleia entre outros, levando assim muitos dos pacientes graves a não resistirem e virem a óbito (OLIVEIRA; LUCAS; IQUIAZAPAZA, 2020).

Estudos promissores em diversos países desenvolveram em tempo recorde vacinas capazes de diminuir a taxa de disseminação e prevenir os casos mais graves da doença onde dezenas de nações ainda em 2020, dão início as suas campanhas de vacinação das suas respectivas populações.

3.2 PRINCIPAIS CAUSAS E SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO

Ao longo da vida, todas as pessoas irão passar por experiências felizes, angustiantes ou tristes, aonde de certa maneira, ambas experiências acabam por exercer influência direta no que se refere ao campo dos sentimentos e emoções, onde por sua vez provocam diversas reações fisiológicas e mentais nesses indivíduos. Sentimentos como felicidade extrema ou euforia,

medo, insegurança, tristeza ou nervosismo aparecem corriqueiramente no nosso dia a dia, porém é bastante importante haver o discernimento entre o nível sintomatológico comum\saudável para o patológico (MONTIEL; et al. 2014).

Montiel et al. (2014), aponta que todos os indivíduos estão suscetíveis a experienciarem situações que acarretam diversos sentimentos que irão o ajudar ou atrapalhar em relação as maneiras de reagir frente as mesmas, cabe a esses indivíduos em conjunto com profissionais, como Psicólogos, por exemplo, perceber e avaliar se as estratégias de administração desses sentimentos estão sendo benéficas ou provocando perda do bem-estar e qualidade de vida dos mesmos.

Sabe-se que as sintomatologias ligadas a Ansiedade não patológica são perfeitamente normais, chegando a colaborar em alguns eventos específicos, como no que se refere ao planejamento do futuro escolar ou acadêmico, por exemplo, todavia se esses sintomas provocam preocupação extrema e incontrolável, medo ou fobias, podem acarretar sérios prejuízos no âmbito pessoal/social como profissionalmente, além dos sintomas fisiológicos possíveis de serem desenvolvidos (MONTIEL; et al. 2014).

Cury (2017), aponta que ao longo das gerações, as sociedades vem deixando como plano de fundo questões de suma importância para dar destaque e valorização de elevados níveis de produção física e intelectual, que cada vez mais estimula aos indivíduos que produzam pensamentos rápidos e acelerados, que por sua vez, geram nesses indivíduos um processo de perda e adoecimento de suas relações sociais, na qualidade de vida, na saúde emocional e criativa bem como da inteligência, ou seja, o processo de desenvolvimento de sintomatologias da ansiedade tem também a sociedade como uma das fontes desse processo de adoecimento.

O pensamento saudável como já abordado, exerce uma função primordial para o desenvolvimento em diversos âmbitos do ser humano, possibilitando processos de criatividade, inteligência e planejamento, por exemplo, contudo, pensar de forma exacerbada em questões como trabalho, estudo, situações e contextos diversos, geram prejuízos a saúde psíquica desses sujeitos e por consequência são desenvolvidos diversos sintomas físicos e emocionais, que por sua vez, provocam um processo de sofrimento e adoecimento (CURY; 2017).

Segundo Grolli, Wagner e Dalbosco (2017), sabe-se que o transtorno de ansiedade pode provocar diversos sintomas físicos nas pessoas que experienciam e convivem com o mesmo, entre as sintomatologias mais comuns cabe destacar a arritmia ou taquicardia, que consiste em batimentos cardíacos em níveis mais acelerados do que o habitual, os indivíduos também podem apresentar tontura ou vertigem e dificuldade para controlar a respiração. Há ainda a possibilidade de surgimento de sintomas no campo cognitivo, comportamental e social,

ou seja, podem ser afetados para além de áreas específicas todo o funcionamento do organismo, gerando assim um processo de adoecimento psíquico e físico.

Diferentemente do que se pensa, em geral, todos os indivíduos independentemente de faixa etária ou gênero estão suscetíveis a desenvolverem durante ao longo da vida o transtorno de ansiedade, bem como suas sintomatologias. Ressalta-se a suma importância em incluir as crianças e adolescentes como um dos públicos que mais apresentam indícios, pois nessas faixas etárias específicas, geralmente acontecem muitos eventos que se não forem bem administrados pelos mesmos poderão posteriormente vir a ser desencadeadores de um possível transtorno de ansiedade, podendo relacionar essa “vulnerabilidade” com a pouca idade, logo, pouca experiência e estratégias para lidar com a angústia e sofrimento. (GROLLI; WAGNER; DALBOSCO. 2017).

Pesquisas e estudos ao longo dos anos vem indicando que múltiplos fatores ocasionam estresse e preocupação excessiva, questões familiares, conjugais, religiosas, escolares, profissionais, sociais e pessoais, contextos de emergência ou catástrofe, por exemplo, provocam diariamente uma tensão mental, onde muita parte dos indivíduos mesmo com algumas estratégias de enfrentamento, em algum momento não conseguem lidar com tais situações e isso acaba por consequência gerando o sentimento de incapacidade e impotência que por sua vez acarreta um processo de subestimação das próprias capacidades para lidar com contextos adversos. (GROLLI; WAGNER; DALBOSCO. 2017).

Partindo do pressuposto que as fontes e desencadeadores da ansiedade são bastante amplas e incluem uma diversa gama de contextos, é possível apontar os diferentes tipos do transtorno de ansiedade. Medo ou apreensão de vivenciar momentos de “exposição” pública ou ter contato com muitas pessoas poderá caracterizar-se como Fobia Social, pensamentos incontroláveis em relação aos diversos aspectos da vida como rotina, saúde, finanças, entre outras, podem indicar para um Transtorno de Ansiedade Generalizada, onde a fadiga e nível de irritabilidade elevado são comuns. A ansiedade que provoca sensações de cansaço e sintomas físicos como coração acelerado, dificuldade para respirar, tontura, dores e o pensamento de morte podem configurar-se como Síndrome do Pânico. Existem muitos tipos de T.A, onde todos têm em comum o alto potencial de causar sofrimento e prejuízos a saúde mental dos acometidos (MORAIS; CRIPPA; LOUREIRO, 2008).

Segundo Morais, Crippa e Loureiro (2008), sabe-se que a apreensão excessiva e desmedida, para além das sintomatologias citadas, podem desencadear concomitantemente traços e indícios de Depressão, que se caracteriza por ser uma doença que também atinge uma enorme parcela da população e está relacionada com o campo dos pensamentos e preocupações,

ou seja, as sintomatologias em questão poderão indicar a coexistência de traços de ambas as doenças no mesmo indivíduo bem como apresentarem-se de maneira independente.

De acordo com Teles (2017), estudos e pesquisas recentes apontam que a Depressão é uma das doenças de caráter psicológico e mental com maior índice de incidência mundial, onde o cenário brasileiro, não muito diferente, apresenta estimativas que apontam que, algo em torno dos 6% dos brasileiros adultos, sofrem com quadros da doença, onde uma grande parcela dessa população não tem suporte ou não procuram ajuda de profissionais, apontando que ainda existem muitos indivíduos que sofrem diariamente sem sequer obter tratamento adequado.

Não muito distante dos causadores da Ansiedade, o quadro de Depressão pode surgir ao longo de toda a vida, independente de idade, raça, gênero ou classe social. Geralmente, na sociedade moderna, as pessoas têm rotinas bastante cansativas e estressantes, onde acabam por sua vez gerando um elevado nível de tensão mental e física. Contextos que desestabilizem rotinas ou planejamentos prévios também colaboram como causadores (PELUZO; BLAY, 2008).

São possíveis de destacar múltiplos contextos que podem colaborar com o surgimento das sintomatologias depressivas, sendo eles, a perda de uma pessoa querida, conflitos pessoais ou profissionais, a perda de um emprego, conflitos familiares, questões financeiras, divórcio, alterações hormonais, o uso de alguns fármacos, onde vale ressaltar experiências emocionais traumáticas como o bullying e a descoberta de alguma doença grave. (PELUZO; BLAY, 2008).

Observando a depressão enquanto transtorno mental, pode-se apontar que a complexa e ampla interação entre os fatores psicológicos, ambientais, espirituais, entre outros, está diretamente relacionada ao desenvolvimento do transtorno, onde geralmente poderá ser identificado a partir do surgimento da perda de disposição e energia bem como do humor deprimido. Sabe-se que a depressão pode causar nos indivíduos, um sentimento de solidão e tristeza profunda, onde se difere da tristeza dita “comum” para os demais, pois quem vivencia tal sentimento, sofre de forma mais severa e prolongada (TEODORO; 2010).

Teodoro (2010), compreende que como consequência dos diferentes fatores que influenciam no surgimento do quadro depressivo, é possível apontar que os sintomas podem afetar diversos aspectos da vida do sujeito, afetando por sua vez, as relações sociais e pessoais do mesmo. Áreas como o campo das cognições, do humor e da vida social, são geralmente os mais afetados pelas sintomáticas, que por sua vez provocam no deprimido pensamentos e sensações de tristeza e sofrimento físico e mental.

Aponta-se que dentre os contextos de maior frequência de incidência de quadros depressivos destacam-se, fatores sociais, onde pessoas que tem dificuldade ou por algum

motivo tem pouco convívio social e acabam desenvolvendo o sentimento de solidão, fatores financeiros onde relaciona-se também com desemprego, que acabam gerando no indivíduo além de preocupações, diversos sentimentos como impotência e angústia, destacam-se ainda fatores estressores advindos de diversos aspectos do dia a dia e fatores de perda ou luto, que geram consigo sentimento de vazio, solidão, tristeza profunda e inconformismo (TEODORO; 2010).

Teles (2017), aponta que no processo de identificação dos quadros depressivos, é crucial direcionar o olhar para questões como o rebaixamento de humor e autoestima, pois ambas tornam-se características nos sujeitos deprimidos, pois é bastante comum que haja o afloramento da perda e disposição para realizar as atividades rotineiras bem como do questionamento das próprias capacidades e de seu valor para as demais pessoas, onde o sentimento de vazio e um processo de questionamento existencial também apresentam-se.

Atualmente, acerca das discussões entre os demais variados profissionais e estudiosos das áreas da saúde, de doenças mentais e do sofrimento psíquico, respectivamente, há em geral, um consenso no que se refere a análise e entendimento das possíveis fontes e causas dos quadros depressivos, onde podem ser provenientes da inter-relação entre fatores genéticos/hereditários, físicos, emocionais e culturais/sociais, ou seja, os indivíduos devem ser compreendidos a partir de uma visão completa, onde todos os contextos em questão exercem influência direta no desenvolvimento das sintomáticas como também no processo de adoecimento (TELES; 2017).

3.3 A RELAÇÃO ENTRE O AUMENTO DAS SINTOMATOLOGIAS DE QUADROS ANSIOSOS E DEPRESSIVOS FRENTE AS PANDEMIAS.

Os contextos pandêmicos, como já supracitados, afetam em diversos âmbitos o modo de vida dos sujeitos, atingindo, social, econômico, mental e fisicamente todos que estejam inseridos em tais realidades, e para além dessas “consequências”, há também a questão dos possíveis traumas e sintomas nesses sujeitos, herdados de experienciar e vivenciar tal cenário (MAIA; DIAS, 2020).

Maia e Dias (2020), apontam que, ao longo da história, no decorrer do surgimento e dos relatos históricos das pandemias é possível observar que as sociedades mais antigas, por diferentes fatores não davam a devida importância ou não buscavam estudar os efeitos e traumas psicológicos que uma pandemia poderia gerar nas pessoas, possivelmente por conta de os esforços estarem direcionados para amenização dos efeitos da doença em questão e pela busca de uma possível cura. Sabe-se que em contextos mais atuais e recentes, essa questão tornou-se

junto aos demais campos do conhecimento, uma das áreas de maior interesse em relação ao desenvolvimento de pesquisas e estudos por parte da comunidade científica.

Em cenários mais recentes como os das pandemias de Gripe Suína (H1N1) e do novo Coronavírus (Covid-19), órgãos internacionais como a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) e a Organização Mundial da Saúde (OMS) por exemplo, buscaram sempre emitir e indicar recomendações a serem seguidas por parte das nações afetadas, com o intuito de controlar a incidência e disseminação da doença específica. Medidas como o uso de máscaras, álcool em gel, equipamentos de proteção individual (EPIs) para profissionais da saúde, distanciamento social e quarentena, incluem-se nos protocolos a serem adotados nos contextos mais severos, como por exemplo, o da pandemia de Covid-19, que atingiu praticamente todos os países do planeta (MAIA; DIAS, 2020).

Atualmente é possível afirmar, a partir de diversas constatações no meio científico, que todos os indivíduos estão sujeitos a serem afetados por diversos fatores (psicológico, social e orgânicos), que juntos poderão causar ou desenvolver sequelas psicológicas e físicas a partir da maneira como serão vivenciadas, ou seja, é possível associar contextos sintomatológicos de ansiedade e depressão nesses indivíduos a partir da maneira como serão afetados em contextos emergentes como o de uma pandemia, por exemplo, tendo em vista que essas vivências traumáticas afetam diversos âmbitos da vida do sujeito, como por exemplo, psicologicamente, oriundo a partir do medo e falta de esperança bem como o receio da morte de entes queridos e o próprio isolamento social (TASSARA et.al. 2021).

Ao longo das décadas, as instituições internacionais competentes e responsáveis para agir em questões e contextos sanitários de extrema urgência, como a OMS, por exemplo, foram desenvolvendo a partir do trabalho multidisciplinar da comunidade científica internacional, protocolos sanitários com as devidas recomendações e orientações em relação as possíveis medidas a serem tomadas em contextos calamitosos e de urgência como a disseminação desenfreada de uma nova doença, que a partir de alguns critérios pode ser denominada de pandemia. Sabe-se que uma medida que veio sendo incentivada e obtendo bons resultados ao longo das diversas pandemias na história mais recente, foi o distanciamento ou isolamento social, que varia de intensidade dependendo do contexto, nível de contágio e disseminação em questão (TASSARA, et.al. 2021).

Tassara, et al. (2021), citam a pandemia do Covid-19, iniciada na China no final do ano de 2019, como um exemplo no qual a medida de isolamento social teve que ser aderida pela massiva maioria dos países do mundo, pois por questões relacionadas a alta e rápida disseminação do vírus bem como uma taxa de mortalidade elevada, levou a adoção de tal

medida com o intuito de frear e reduzir o avanço da doença. Com essa nova realidade, antes nunca vivenciadas por muitos, questões como estudos, trabalho e lazer, foram diretamente afetadas, gerando por sua vez diversas dúvidas e incertezas nos indivíduos, tendo em vista a repentina mudança no cotidiano.

O isolamento social somado a outros fatores, acaba por influenciar diretamente na questão da instabilidade física e emocional dos sujeitos, pois contextos que propiciam o medo excessivo e prolongado e a falta de convívio social, podem acarretar prejuízos referentes ao processo de saúde mental e ao desenvolvimento de sintomas de ansiedade e depressão tendo efeito direto em âmbitos essenciais como o sono e a alimentação, podendo ainda propiciar o surgimento de transtornos psicológicos mais graves como o Transtorno Pós Traumático, a Ansiedade e a Depressão (DA SILVA, et.al. 2020).

Ainda referente a medida sanitária do distanciamento social, outros impactos que podem ser gerados dentro do processo de bem estar e de saúde mental estão ligados a prejuízos na qualidade da alimentação, pois indivíduos que encontram-se em estado de ansiedade ou tristeza podem desenvolver hábitos alimentares menos saudáveis como maneira de estratégia de enfrentamento bem como a qualidade do sono pode ser diretamente afetada, pois como no exemplo da alimentação, pessoas que estão vivenciando momentos que propiciam uma instabilidade emocional podem ter o sono reduzido, chegando em alguns casos a configura-se como um processo de insônia, tendo em vista o receio contínuo e as incertezas sobre o futuro, dentro da experiência e vivência de um período pandêmico (DA SILVA, et.al. 2020).

Estudos e pesquisas acerca dos possíveis impactos que surtos de uma doença podem causar nas populações apontam que, além dos óbvios riscos físicos, há concomitantemente indicativos de riscos psicológicos que podem surgir nesses indivíduos, pois levando em consideração que na grande maioria dos surtos epidêmicos/pandêmicos mais graves, medidas preventivas como a quarentena são adotadas, logo, como supracitado, decorrente em boa parte das incertezas e em alguns casos da falta de informações seguras e do processo de disseminação das nomeadas Fake News, as pessoas acabam desenvolvendo um misto de emoções e sentimentos negativos que podem evoluir para quadros mais graves (BARROS et.al. 2020).

Durante o desenvolvimento de um estudo realizado no primeiro semestre do ano de 2020 no Brasil, período de vigência da Pandemia do Novo Corona Vírus – Covid-19, foram averiguadas, com cerca de mais de 45 mil pessoas (de todas as seis regiões do país) que responderam à pesquisa (virtualmente ou por ligação), informações que tinham por intuito apontar e analisar a frequência que se apresentou alterações no sono bem como no humor referentes a nervosismo e tristeza na população brasileira durante o referido período pandêmico,

onde na amostragem foi incluída uma variação etária de 18 a 60 anos ou mais, onde os resultados da pesquisa apontaram para um significativo aumento em relação as alterações pesquisadas (BARROS et.al. 2020).

Referente a pesquisa anteriormente citada, foram obtidos ainda, dados que apontam que durante o período pandêmico, por volta de, 40% dos brasileiros adultos sentiram-se na maior parte do tempo tristes ou deprimidos e por volta de, 52% sentiram-se na maior parte do tempo nervosos ou ansiosos e ainda referente aos problemas ligados ao sono, foram apresentados os seguintes resultados, onde 43% dos adultos que antes não tinham, passaram a ter dificuldades, e os que já tinham (48%), relataram ter se agravado o problema, ou seja, com os resultados obtidos é possível apontar para uma clara relação entre vivenciar tais períodos inesperados com o aumento repentino das sintomatologias ansiosas e depressivas na população, tendo em vista ainda questões como a desigualdade social como um possível potencializador para tal realidade (BARROS et.al. 2020).

Em outro estudo realizado no ano de 2021, com o intuito de verificar a frequência de depressão, ansiedade e estresse na população brasileira durante o período da pandemia de Covid-19, foi constatado a partir da amostragem respondente da pesquisa que mesmo em pessoas que já realizavam algum tipo de acompanhamento psicológico como terapia, os índices sintomatológicos ansiosos e ou depressivos tiveram significativo aumento, onde aponta também que indivíduos que vivenciaram anteriormente situações ou contextos semelhantes de isolamento e de pandemias que os sintomas ansiosos apresentaram relativo aumento em comparação as pessoas que nunca experienciaram tal situação. A pesquisa ainda apresenta que cerca de 8,5% das pessoas que responderam à pesquisa deram início a algum processo de suporte psicológico após o início da pandemia (BARBOSA et.al. 2021).

Prado; Peixoto; Silva e Scalia (2020), trazem que ampliando ainda mais o olhar para todos os sujeitos que podem ser afetados pelos impactos causados por tais contextos e indo além da população em geral, um público específico que também é atingido diretamente é o dos profissionais de saúde que atuam na linha de frente no enfrentamento de situações como uma pandemia, pois essa categoria lida diretamente com os acometidos onde acabam por consequência se expondo aos riscos ainda mais se comparado ao restante da população.

No estudo realizado pelo mesmo autor, a partir da análise de demais pesquisas foram obtidos índices que apresentam um nível de moderado a grave em relação ao aumento dos níveis de estresse em 59% dos trabalhadores da saúde, de variação no nível de depressão e ansiedade de 12% a 50% e 20% até 44%, respectivamente, nesses profissionais, ou seja, também fica

visível a influência e os impactos causados nesse público em relação aos efeitos que uma pandemia pode gerar (PRADO, et.al. 2020).

4 METODOLOGIA

A presente monografia em questão trata-se de um estudo de Revisão Bibliográfica de cunho Exploratório, trazendo a abordagem qualitativa e alinhando-se com o modelo de Revisão Bibliográfica Integrativa.

A pesquisa classifica-se como exploratória por ter como fonte de obtenção e levantamento de dados as fontes bibliográficas, onde tem por intuito fornecer a partir da construção da pesquisa em questão, um maior processo de familiaridade com o tema em questão bem como torná-lo mais claro, objetivando integrar os fatos e dados, gerando um processo de síntese entre as suas variantes. (LAKATOS; MARCONI, 2017).

A abordagem qualitativa possibilita e disponibiliza técnicas de pesquisa que incluem de forma mais ampla, as diferentes fontes de obtenção de dados, levando em consideração questões como a observação dos participantes, estudos de caso entre outros, ou seja, a abordagem qualitativa traz a possibilidade de análise e conclusão desses dados de modo menos delimitado em relação a fatos isolados. (LAKATOS; MARCONI, 2017).

A pesquisa foi construída a partir do modelo de revisão tendo por critérios o seguimento e padrão de demais artigos científicos e acadêmicos levando em consideração as etapas seguidas pelos mesmos. Os dados analisados durante a pesquisa, são obtidos a partir da seleção de demais produções bibliográficas sobre o tema em questão a fim de embasar teoricamente os objetivos almejados pelo pesquisador. (ROTHER, 2007).

O trabalho em questão consiste numa produção de revisão literária do tipo integrativa, onde tem como fonte de coleta de dados, produções científicas, ondem incluem-se artigos científicos, livros, artigos de revisão, artigos de revistas de Psicologia, Medicina e Enfermagem, obtidos em fontes confiáveis de pesquisa, dentre elas, a plataforma Scielo, o Google Acadêmico, BVSPSI, revistas eletrônicas da área da Medicina e Enfermagem e o portal online da fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), respectivamente.

Para a pesquisa em questão, foram selecionadas produções científicas em português e espanhol que contemplaram o período de tempo de 2010 até 2021 (11 anos), levando em conta quesitos de inclusão e exclusão. Foram utilizados como fatores de inclusão, produções científicas que tenham sido produzidas dentro do período de tempo definido bem como que apresentem conteúdo literário que comtemple o tema da pesquisa. Como critério de exclusão foram analisados quesitos como o período de tempo e conteúdo bibliográfico coerente com a temática, onde foram excluídas as produções que não atenderam os quesitos.

Durante o processo de construção da pesquisa foram utilizados os seguintes descritores: “Pandemias históricas”, “Pandemias ao longo da história da humanidade”, “Transtorno de ansiedade”, “Depressão”, “Ansiedade e Depressão”. Os materiais levantados para a pesquisa incluíram o uso do operador booleano AND, tendo em vista a utilização de pelo menos dois dos descritores apresentados, durante o processo de coleta.

Em relação a etapa da análise, após a seleção dos materiais bibliográficos foi realizado o processo de leitura e aprofundamento acerca das produções com o objetivo de obter embasamento e ampliação acerca do tema selecionado, onde ainda referente ao processo de análise dos dados obtidos durante a pesquisa onde deram-se a partir do levantamento das referidas publicações por meio dos descritores supracitados, foi possibilitado posteriormente, desenvolver o processo de interpretação desses dados a partir desses matérias coletados e por meio também do processo de comparação realizado entre os materiais achados durante a pesquisa e o referencial teórico.

5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após o processo de busca e análise das produções científicas encontradas, a partir dos descritores e dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados um total de 6 produções científicas para serem abordadas no processo de discussão da pesquisa em questão, onde foram priorizadas publicações referentes aos anos de 2020 e 2021. Todos os 6 trabalhos vão de encontro com a temática pesquisada.

Na tabela 1 foram agrupadas as principais informações e contribuições para o desenvolvimento da pesquisa em questão, referente as 6 publicações a serem discutidas.

Tabela 1. Principais informações e achados.

AUTORES E ANO	TITULO	OBJETIVO PRINCIPAL	PRINCIPAIS ACHADOS
MAIA; DIAS, 2020.	Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da Covid-19.	Analisar os níveis de ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários portugueses a partir de uma amostra anterior e outra durante a pandemia de Covid-19.	Os resultados do estudo confirmam um aumento significativo em relação aos níveis normais de estresse, ansiedade e depressão nos estudantes durante o período pandêmico.
SILVA et. al, 2020.	A relação entre a infecção por coronavírus e a susceptibilidade a transtornos mentais e o risco de suicídio: o que a literatura tem evidenciado?	Identificar as evidências científicas sobre perfil relacionado a saúde mental nas pessoas após o coronavírus e elucidar a influência na saúde mental dos profissionais de saúde.	A pesquisa a partir dos estudos analisados conclui que as alterações oriundas da Covid-19 influenciam diretamente a integridade emocional das pessoas, apresentando alta prevalência de sofrimentos psiquiátricos e psicológicos.
BARROS et. al, 2020.	Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de Covid-19.	Analisar a frequência de tristeza, nervosismo e alterações do sono durante a pandemia de Covid-19 no Brasil, identificando os segmentos	O estudo traz que, entre os mais de 45 mil respondentes, que durante a pandemia mais de, 40% sentiram tristeza frequente, 52% ansiedade

		demográficos mais afetados.	frequente ou nervosismo e 43% alteração no sono.
BARBOSA et. al, 2021.	Frequência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse em brasileiros na pandemia de Covid-19.	Analisar a frequência de estresse, depressão e ansiedade em brasileiros no período pandêmico da Covid-19.	A pesquisa apresentou que entre os respondentes houve aumento significativo em relação aos níveis de ansiedade e que por volta de 8,5% deu início a algum tipo de acompanhamento de suporte psicológico após o início da pandemia.
TASSARA et. al, 2021.	Prevalência de sintomas psicológicos em tempos de isolamento social.	Levantar os efeitos do isolamento em relação aos aspectos depressivos.	A partir da pesquisa e baseados nos estudos analisados ficou evidenciado um grande impacto na qualidade de vida da população, acarretando o aumento de transtornos psiquiátricos decorrentes do isolamento social no Brasil e em outros países.
PRADO et. al, 2020.	A saúde mental dos profissionais de saúde frente a pandemia do Covid-19: Uma revisão integrativa.	Conhecer a situação da saúde mental dos profissionais da área da saúde da linha de frente na pandemia do Covid-19 e quais consequências para os serviços de saúde.	A pesquisa aponta que a literatura colhida indica para índices de estresse moderado ou grave em 59% dos trabalhadores da saúde, depressão entre 12,7% a 50,4%, e ansiedade entre 20,1% a 44,6% desses profissionais durante o período pandêmico.

Fonte: dados da pesquisa; (BENTO; 2021).

Os estudos e publicações abordados e selecionados para a referente pesquisa indicam de forma explícita que há uma relação entre experienciar contextos de calamidade como de uma pandemia e o desenvolvimento de sintomatologias referentes a ansiedade e a depressão.

Os 6 estudos indicam que durante períodos pandêmicos houve significativo aumento no nível de estresse, ansiedade e medo na população em geral, perda na qualidade de vida e da saúde mental, bem como da integridade emocional também apresentaram-se, onde em uma das pesquisas desenvolvida com a população brasileira, os principais sintomas que se apresentaram em 40% da população foi frequente tristeza, em 52% nervosismo ou ansiedade frequente, além dos 43% que indicaram problemas relacionados ao sono, ou seja, a literatura disponível aponta para uma clara relação entre os períodos pandêmicos e o desenvolvimento das respectivas sintomatologias.

Maia e Dias (2020), trazem que, dos contextos pandêmicos mais antigos que ocorreram ao longo da história da humanidade até os mais recentes, houve uma certa evolução no que se refere a maneira como foram enfrentadas nos tempos mais distante até os tempos atuais. Das pandemias recentes que atingiram um significativo número de nações, foram as do H1NI ou como ficou popularmente conhecida Gripe Suína e a do Covid-19, que tiveram maior destaque em relação as produções de estudos e avanços científicos.

Referente aos prejuízos psicológicos e físicos que um contexto pandêmico pode causar nas pessoas, Tassara, et al. (2021), ressaltam que experienciar uma situação emergente como a pandemia de uma doença existente ou de uma nova doença pode provocar dentre outros prejuízos, questões relacionadas a sintomas psicológicos ligados ao medo, receio e falta de esperança referente ao contexto de incertezas, deixando assim, evidente os riscos a qualidade de vida das pessoas que vivenciam tal realidade, onde Maia e Dias (2020), ainda corroboram que houve um aumento significativo nos níveis de depressão, ansiedade e estresse em grupos como os de estudantes, se comparados a contextos anteriores ao pandêmico.

Um dos fatores mais recorrentes em surtos pandêmicos recentes é a medida sanitária de enfrentamento conhecida como distanciamento ou isolamento social (varia de acordo a intensidade restritiva) que segundo Tassara, et al. (2021), fica possível relacionar também como uma das possíveis causas de sintomas ansiosos e depressivos na população em geral, apesar da clara e óbvia importância da medida para conter a disseminação, pois diversos âmbitos da vida dos sujeitos são afetados a partir das restrições, podendo assim gerar também um processo de “solidão” nessas pessoas.

Ainda referente ao distanciamento ou isolamento social, Da Silva et al. (2020), aborda que decorrente do processo de falta ou perda do convívio social e do medo excessivo

decorrentes do cenário em questão, podem surgir sintomas como tristeza ou nervosismo que afetam também aspectos da vida do sujeito como o sono e a alimentação, tendo em vista a falta de estabilidade emocional. Outro aspecto que contribui nesse processo de perda de saúde mental pode estar diretamente relacionado a falta de informações ou da disseminação de informações inverídicas em relação a doença em questão (BARROS, et. al, 2020).

Os estudos dos referidos autores indicam de forma evidente que a medida sanitária do isolamento social em conjunto com os outros fatores contextuais de uma pandemia, ao decorrer do tempo vão exercendo influencia no que se refere ao desenvolvimento ou potencialização de sintomas relacionados aos quadros de ansiedade e depressão, ou seja, apesar de ser de suma importância que a medida seja implementada, a população em geral é afetada nesse âmbito de saúde mental, pois por grande parte das pessoas estarem habituadas a uma rotina de convivência social, muitos não tem habilidades para lidar com tal realidade e com a mudança de rotina. Ainda referente as contribuições expostas pelos autores, foi percebido que em geral, mesmo que em diferentes níveis, as pessoas que desenvolvem as referidas sintomatologias, ficam vulneráveis ao surgimento de outros problemas de saúde, como insônia e hábitos alimentares menos saudáveis.

Barros et. al, (2020) e Barbosa et.al, (2021), em suas respectivas pesquisas, apontam que um surto pandêmico gera, além de riscos físicos à população, uma grande quantidade de efeitos negativos em relação a saúde e bem estar da população em geral, pois com base nas pesquisas foi possível serem realizados levantamentos estatísticos, nos quais corroboram entre si no que se refere nas afirmativas de relação entre esses contextos, onde veem trazer que pelo menos 40% da população brasileira adulta sentiu efeitos negativos em relação ao humor deprimido/tristeza e que por volta de 52% sintomas relacionados à ansiedade, para além, ainda foi percebido o aumento significativo de 8,5% em relação as pessoas que deram início ou buscaram algum processo de suporte psicológico.

Ressalta-se que um fator relacionado a um grupo social mais específico e que corresponde a grande parte de população é a questão da desigualdade social, presente em grande parte das sociedades mundo a fora e não diferente no Brasil (BARROS et. al. 2020). Onde essa desigualdade pode ser um dos fatores “chave” para compreender-se como e de que forma as pessoas são afetadas por um cenário pandêmico, pois mesmo que todos sejam atingidos em algum nível, é essa população específica que está mais vulnerável e à mercê de enfrentar dificuldades, tanto em relação a renda como no próprio âmbito da saúde, pois grupos sociais com maior poder aquisitivo acabam tendo de certa maneira uma maior possibilidade de vias de enfrentamento.

Foi possível constatar a partir do estudo e pesquisa de Barbosa et. al, (2021), que os efeitos do contexto pandêmico da Covid-19 na população foram percebidos de forma tão significativa, que mesmo em pessoas que já vivenciaram cenários pandêmicos anteriores ou semelhantes em relação a experiência, os sintomas ansiosos e/ou depressivos, entre outros, foram relativamente maiores do que nas populações mais jovens, se comparado, onde corroborando com os dados do autor anterior, Prado; Peixoto; Silva e Scalia (2020), trazem a questão que tanto a população em geral pode ser atingida por respectivos fatores, como também, alguns grupos e categorias profissionais de forma ainda mais direta, se comparado ao restante da população.

Prado; Peixoto; Silva e Scalia, (2020) e Da Silva et. al, (2020), apontam em seus estudo que além das demais pessoas, o grupo dos profissionais de saúde foi percebido como um dos grupos que mais estão expostos nos referentes contextos pandêmicos, e por consequência com uma das maiores taxas de susceptibilidade ao desenvolvimento de sintomas diversos bem como de contrair o vírus, pois a categoria profissional é a que primeiro tem contato com acometidos referente ao início do processo de tratamento dos sintomas da doença em questão.

Sabe-se da suma importância dos profissionais de saúde no que se refere aos cuidados dos acometidos e também no processo de desenvolvimento de tratamentos eficazes ou que reduzam os danos no organismo, tendo em vista que o surto possa ser de uma doença que ainda não exista tratamento específico ou com eficácia científica, Prado; Peixoto; Silva e Scalia (2020), trazem em seu estudo e decorrente também da análise de outras publicações, que houve significativo aumento nos sintomas de ansiedade (variação de 20% a 44%) e depressão (variação de 12% a 50%) nesse grupo específico durante a pandemia de Covid-19.

Portanto como trazem Tassara, et al. (2021), acerca do complexo contexto que uma pandemia envolve, fica bastante perceptível que a grande maioria das pessoas sofre com os efeitos de tais cenários inesperados, tendo repercussões em diversos âmbitos de suas vidas e significativamente no que se refere a saúde mental, pois os sintomas já relatados podem prejudicar diretamente a vida e a realidade desses sujeitos, tendo em vista que se não dada a devida importância poderão evoluir para quadros mais complexos e graves ao longo do tempo.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por fim, considera-se que os diversos contextos pandêmicos que ocorreram ao longo da história da humanidade, desde os mais antigos, a séculos atrás, bem como os mais recentes, como por exemplo, os de H1N1 e do Novo Corona Vírus (Covid-19), propiciaram e ainda propiciam o surgimento de sintomatologias relacionadas aos quadros de ansiedade e depressão, causando assim um sofrimento psicológico em grande parte da população e conseqüentemente a perda na qualidade de vida e bem-estar.

Os estudos, pesquisas e publicações em geral, disponíveis até a realização dessa pesquisa apontam para uma clara relação entre esses fatores contextuais pandêmicos e o surgimento/agravamento dessas sintomáticas específicas, dentre outras de cunho psicológico, sendo assim necessário que as instituições nacionais e internacionais ligadas ao âmbito da saúde pública nacional e internacional respectivamente, desenvolvam em conjunto, medidas que viabilizem e deem suporte para a resolução dessa problemática tão recorrente.

Evidencia-se que ao longo do processo de construção desta pesquisa alguns estudos foram de suma importância tendo em vista que ainda há uma certa escassez de mais produções científicas acerca da temática, demonstrando assim, como é importante que haja mais produções que discutam sobre a temática bem como, para dar suporte na elaboração de estratégias de prevenção e enfrentamento que possam colaborar dentro do processo de redução desses danos à saúde mental da população em geral.

REFERÊNCIAS

- BECK, A. T; ALFORD. B. A. **Depressão causas e tratamento**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed. 2011.
- 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.
- BARBOSA, Leopoldo Nelson Fernandes et al. Frequência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse em brasileiros na pandemia COVID-19. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 21, p. 413-419, 2021.
- BELLEI, Nancy; MELCHIOR, Thaís Boim. H1N1: pandemia e perspectiva atual. **Jornal Brasileiro de Patologia e Medicina Laboratorial**, [S.L.], v. 47, n. 6, p. 611-617, dez. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpm/a/zFfHzH4zZ48wWtPVWxzzjbc/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 20 abr. 2021.
- CURY, Augusto Jorge. **Ansiedade: como enfrentar o mal do século**. Saraiva Educação SA, 2017.
- DA SILVA, Joice Kelly et al. A relação entre a infecção por coronavírus e susceptibilidade a transtornos mentais e o risco de suicídio: o que a literatura tem evidenciado?. **Journal of Health & Biological Sciences**, v. 8, n. 1, p. 1-7, 2020.
- GROLI, Verônica; WAGNER, Marcia Fortes; DALBOSCO, Simone Nenê Portela. Sintomas depressivos e de ansiedade em adolescentes do ensino médio. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 9, n. 1, p. 87-103, 2017. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6185316>. Acesso em: 15 mai. 2021.
- HINRICHSEN, Sylvia. **Tua Saúde**. 2020. Peste negra: o que é, sintomas, tratamento e transmissão. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/peste-bubonica/>. acesso em: 30 de mar. 2021.
- MARCONI, Maria de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2017.
- MAIA, Berta Rodrigues; DIAS, Paulo César. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.
- MORAIS, Luciene Vaccaro de; CRIPPA, José Alexandre S.; LOUREIRO, Sonia Regina. Os prejuízos funcionais de pessoas com transtorno de ansiedade social: uma revisão. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 30, n. 1, p. 0-0, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rprs/a/LdyyPqFKwRx6t9yBHqDMGqc/?lang=pt>. Acesso: 14 mai. 2021.
- MONTIEL, José Maria; BARTHOLOMEU, Daniel; MACHADO, Afonso Antônio; PESSOTTO, Fernando. Caracterização dos sintomas de ansiedade em pacientes com transtorno de pânico. **Boletim Academia Paulista de Psicologia**, v. 34, n. 86, p. 171-185, 2014. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/946/94632921012.pdf>. Acesso em: 28 mai. 2021.

OLIVEIRA, Adriana Cristina de; LUCAS, Thabata Coaglio; IQUIAPAZA, Robert Aldo. WHAT HAS THE COVID-19 PANDEMIC TAUGHT US ABOUT ADOPTING PREVENTIVE MEASURES? **Texto & Contexto - Enfermagem**, [S.L.], v. 29, p. 1-15, 2020. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/tce/a/cgMnvhg95jVqV5QnnzfZwSQ/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 24 abr. 2021.

PELUSO, Érica de Toledo Piza; BLAY, Sérgio Luís. Percepção da depressão pela população da cidade de São Paulo. **Revista de Saúde Pública**, v. 42, n. 1, p. 41-48, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/nz4t6pj9RHnKMKNKR7GhTc/?lang=pt>. Acesso em: 15 mai. 2021.

PRADO, Amanda Dornelas et al. A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 46, p. e4128-e4128, 2020.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta paulista de enfermagem**, v. 20, n. 2, p. v-vi, 2007.

SARMENTO, Cristina Montalvão. Paradoxos de uma Pandemia| Paradoxes of a Pandemic. **Political Observer| Revista Portuguesa de Ciência Política**, n. 14, 2020.

SANAR. **Sanar Med**. 2020. Pandemias na história: o que há de semelhante e novo na covid-19. Disponível em: <https://www.sanarmed.com/pandemias-na-historia-comparando-com-a-covid-19> Acesso em: 30 mar. 2021.

SCHUELER. P. **Fiocruz**. 2020. O que é uma pandemia. Disponível em: <https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1763-o-que-e-uma-pandemia>. Acesso em: 30 mar. 2021.

TASSARA, Izabela Gonzales et al. Prevalência de sintomas psicológicos em tempos de isolamento social. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 1, p. 1295-1309, 2021.

TEODORO, Wagner Luiz Garcia. **Depressão: corpo, mente e alma**. 3 ed. Uberlândia. 2010.

TELES, Maria Luiza Silveira. **O que é depressão**. 1 ed. São Paulo: Brasiliense, 2017.

TOLEDO JUNIOR, Antônio Carlos de Castro. História da Medicina: história da varíola. **Revista Médica de Minas Gerais**, Belo Horizonte, v. 1, n. 15, p. 58-65. 2005.

VALDÉS, Laura Margarita González; MORENO, María de La C. Casanova; LABRADOR, Joaquín Pérez. Cólera: historia y actualidad. **Rev. Ciencias Médicas**, Pinar del Rio, v. 4, n. 15, p. 280-294, ouc. 2011.

VILLARINHO, Mariana Vieira; PADILHA, Maria Itayra; BERARDINELLI, Lina Márcia Miguéis; BORENSTEIN, Miriam Susskind; MEIRELLES, Betina Horner Schindwein; ANDRADE, Selma Regina de. Políticas públicas de saúde face à epidemia da AIDS e a assistência às pessoas com a doença. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [S.L.], v. 66, n. 2, p. 271-277, abr. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/55MrWgd5VNfMv3zPrMW9DmF/?lang=pt>. Acesso em: 20 abr. 2021.