

# AS CONSEQUÊNCIAS DA PANDEMIA DA COVID-19 NA ANSIEDADE E DEPRESSÃO: UM ESTUDO DESCRITIVO E TRANSVERSAL

CONSEQUENCES OF THE COVID-19 PANDEMIC ON ANXIETY AND DEPRESSION:  
A DESCRIPTIVE AND CROSS-SECTIONAL STUDY

Matheus Ribeiro Freitas Alves<sup>1</sup>, Brunna Gerlany Freire Guimarães<sup>1</sup>,  
Luiza Martins de Almeida<sup>1</sup>; Pedro Henrique Wanderley Silva<sup>1,2</sup>,  
Lourdes Thalita Meyer de Andrade Cavalcanti<sup>3,4</sup>

<sup>1</sup> Faculdade de Medicina de Olinda (FMO); <sup>2</sup> Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo (FCMSC-SP); <sup>3</sup> Instituto de Medicina Integral Professor Fernando Figueira (IMIP); <sup>4</sup> Hospital Ulysses Pernambucano

Recebido: 21.setembro.2022 | Aprovado: 12.dezembro.2022

## RESUMO

**Objetivo:** Descrever as consequências na ansiedade e depressão ocasionados pela pandemia da COVID-19. **Métodos:** Estudo foi transversal, descritivo e retrospectivo, realizado através de um questionário no banco de dados do Google Forms entre o período de setembro de 2021 até fevereiro de 2022. A divulgação da pesquisa foi através de redes sociais e QR-CODE do questionário fixado nos ambientes da Faculdade de Medicina de Olinda (FMO). Foram utilizados os Softwares STATA/SE 12.0 e o Excel 2010. **Resultados:** Foram avaliados 357 participantes, a partir dos 18 anos, os quais, em sua maioria, encontra-se com sintomas depressivos como 'Dificuldade para dormir' e 'Irritabilidade'. Em relação aos sintomas de ansiedade, a maior prevalência foi de 'Problemas de sono', 'Dificuldade de concentração' e 'Fadiga'. Houve correlação da ansiedade e depressão com a Pandemia da COVID-19, expressando impacto direto no agravamento de sua condição e consequência funcional nas atividades diárias. **Conclusão:** Esse estudo verificou que reflexos negativos na saúde mental estão associados à Pandemia, identificando a alta prevalência e agravamento de sintomas de ansiedade e depressão nos participantes durante o contexto pandêmico.

**Palavras-chave:** Saúde Mental; COVID-19; Ansiedade; Pandemia; Depressão.

## ABSTRACT

**Objective:** To determine the consequences on anxiety and depression caused by the COVID-19 pandemic. **Methods:** The study will be cross-sectional, descriptive and retrospective, carried out through a questionnaire in the Google Forms database between the period from September 2021 to February 2022. The research was disseminated through social networks and QR-CODE of the fixed questionnaire in the environments of the Faculty of Medicine of Olinda (FMO). Software STATA/SE 12.0 and Excel 2010 were used. **Results:** 357 participants were evaluated, most of whom have depressive symptoms such as 'Difficulty sleeping' and 'Irritability'. Regarding anxiety symptoms, the highest prevalence was 'Sleep problems', 'Difficulty concentrating' and 'Fatigue'. There was a correlation of anxiety and depression with the COVID-19 Pandemic, expressing a direct impact on the worsening of their condition and functional consequence in daily activities. **Conclusion:** This study found that negative reflections on mental health were caused by the Pandemic, identifying the high prevalence and worsening of anxiety and depression symptoms in participants during the pandemic context.

**Keywords:** Mental Health; COVID-19; Anxiety; Pandemic; Depression.

## INTRODUÇÃO

A COVID-19 é uma doença causada pelo novo coronavírus SARS-CoV-2, declarado pandemia em março de 2020 pela Organização Mundial de Saúde<sup>1</sup>. Trata-se uma doença infecciosa onde existem prejuízos neurológicos<sup>2</sup>.

No âmbito de saúde pública, em 2020, foi observado um crescimento significativo de problemas de saúde mental e psicossociais, como o aumento de 7 vezes nas taxas de depressão na população em geral, tal incidência tem relação direta com rápida propagação do número de mortes causadas pelo coronavírus e o confinamento domiciliar imposto pelo Governo<sup>1</sup>.

Consequências psicológicas podem surgir por meio de efeitos diretos da pandemia, ocorrendo não somente em pacientes com a COVID-19, mas também na população em geral devido ao alto impacto dessa doença na saúde mental<sup>3</sup>.

Portanto, esta pesquisa tem por objetivo estimar as consequências da pandemia da COVID-19 na prevalência dos sintomas de depressão e ansiedade.

## MÉTODOS

Este estudo descritivo transversal e retrospectivo utilizou dados do questionário online desenvolvido pelos autores dessa pesquisa, discentes da Faculdade de Medicina de Olinda (FMO), coletados entre 8 setembro de 2021 até 18 de fevereiro de 2022. Este questionário foi constituído de questões sobre características sociodemográficas e alterações em estilos de vida, estado de ânimo, condições de saúde e acesso aos serviços de saúde durante o período pandêmico. Foi elaborado por meio do programa *GoogleForms*, uma plataforma digital de coleta de dados.

O processo de obtenção da amostra foi não probalístico. Os participantes foram convidados por meio divulgações por redes sociais. Cada pesquisador do estudo enviou o questionário

da pesquisa para 20 pessoas aleatórias das suas redes sociais, obedecendo à uma estratificação por sexo, faixa etária e contato com SARS-CoV-2. A cada uma dessas pessoas, foi solicitado que convidasse outras pessoas de suas redes sociais, obedecendo o procedimento de amostragem em cadeia. Além disso, o *QR-CODE* do questionário foi fixado nos ambientes da FMO no intuito de promover maior divulgação da pesquisa.

Foram utilizados os Softwares STATA/SE 12.0 e o Excel 2010. Os dados foram calculados levando em consideração respostas válidas, ou seja, não foram contabilizadas as respostas ignoradas. Os resultados estão apresentados em forma de tabela e/ou gráficos com suas respectivas frequências absoluta e relativa.

O projeto do estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da FMO, e pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (Conep), vinculada ao Conselho Nacional de Saúde (CNS), cujo Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) nº 48107821.6.0000.8033. Foi apresentado as condições do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) no aplicativo *GoogleForms*. Após ler sobre a pesquisa e concordar em responder ao questionário na primeira pergunta, o participante por livre e espontânea vontade aceita em fazer parte do estudo como voluntário e assim prosseguir com o restante do questionário.

## RESULTADOS

A pesquisa refere-se a uma amostra de 357 respondentes. Entre os participantes da pesquisa, maioria se tratava de mulheres, jovens adultos e adultos. Mais da metade dos participantes da pesquisa, afirmaram que não adquiriram a COVID-19,  $\frac{1}{4}$  da amostra foi diagnosticado e apresentou sintomas leves e uma pequena porcentagem manifestou sintomas, porém sem diagnóstico e menos de 1% foi internado com a doença (Tabela 1).

**Tabela 1** – Dados sociodemográficos dos participantes

Variáveis	n	%
Idade		
18 a 29 anos	181	50,7
30 a 39 anos	99	27,7
40 a 59 anos	62	17,4
60 ou mais	15	4,2
Sexo		
Feminino	237	66,4
Masculino	117	32,8
Prefiro não dizer	3	0,8
Teve COVID-19		
Sim, fui diagnosticado por um médico e tive sintomas leves	94	26,3
Sim, precisei ficar internado	3	0,8
Acho que tive, mas não recebi diagnóstico de um médico	50	14,0
Não tive COVID-19	210	58,9

Constatou-se que um pouco mais da metade dos respondentes relatam ter ansiedade e/ou depressão, mas a maioria desses mesmos participantes não tem esse diagnóstico feito por algum médico e, importante observar, que menos

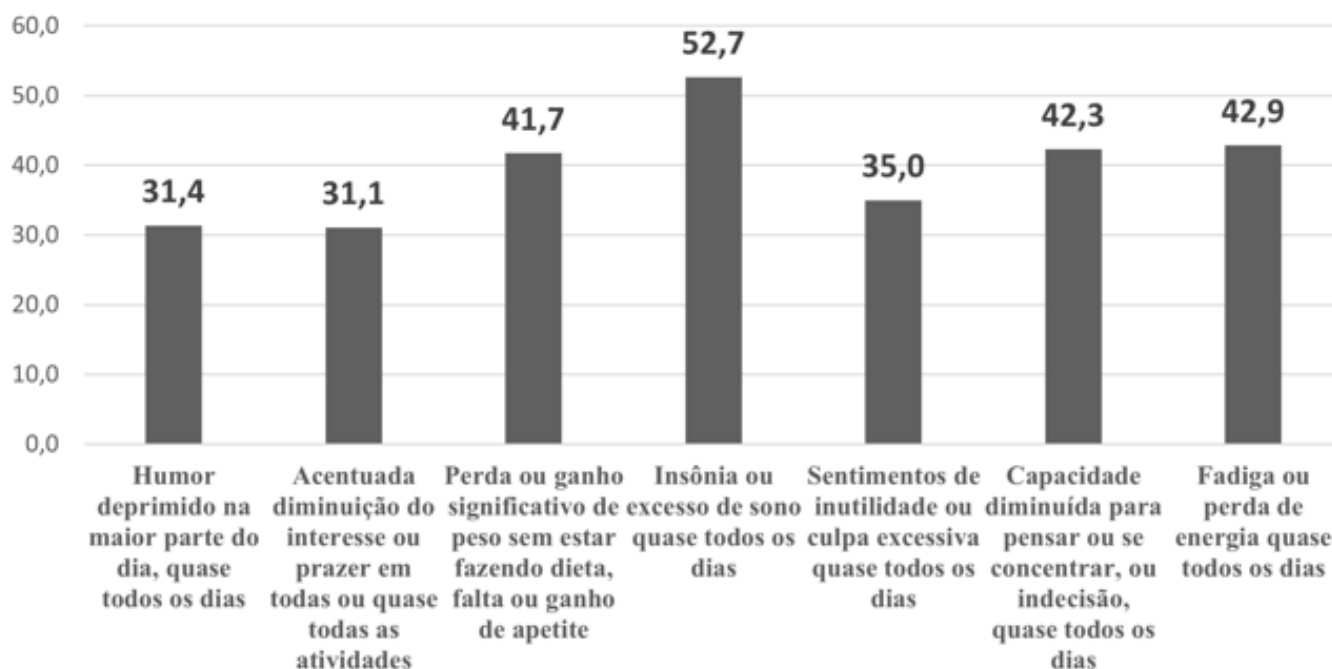
de 1/4 dos participantes referem ter o diagnóstico há mais de 2 anos, havendo um número ainda menor de diagnósticos recentes (nos últimos 2 anos). (Tabela 2)

**Tabela 2** – Tabela investigativa de problemas mentais preexistente

Variáveis	n	%
Tem ansiedade e/ou depressão		
Sim	191	53,5
Não	119	33,3
Não sei informar	47	13,2
Diagnosticado por algum médico com ansiedade e/ou depressão		
Sim, já tenho diagnóstico (há mais de 2 anos)	75	21,0
Sim, tive diagnóstico recente (nos últimos 2 anos)	53	14,8
Não, nunca fui diagnosticado	229	64,2
A pandemia agravou sua ansiedade e/ou depressão preexistente		
Sim	165	46,2
Não	72	20,2
Não tenho esse diagnóstico	120	33,6

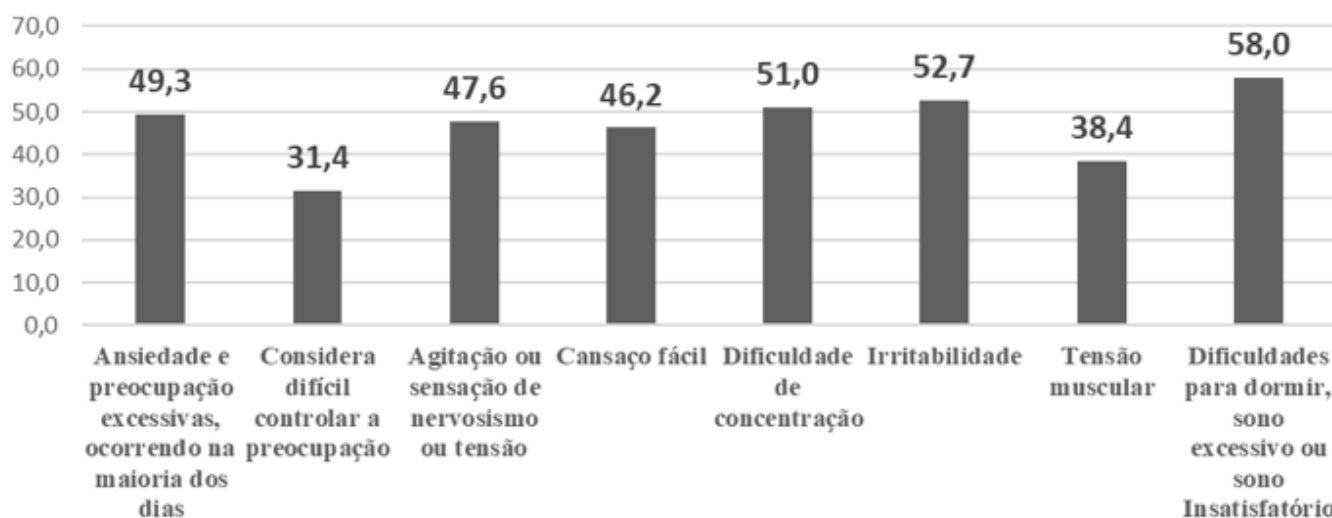
Diagnosticados ou não por médicos, quase metade dos participantes, que afirmaram doença preexistente, responderam que a pandemia agravou sua ansiedade e/ou depressão (Tabela 2).

Durante o período de pandemia e distanciamento social analisado, insônia ou excesso de sono foi o sintoma depressivo da DSM-5 mais prevalente entre os participantes, seguido de fadiga ou perda de energia quase todos os dias (Gráfico 1).

**Gráfico 1 - Critérios sintomatológicos para depressão conforme DSM-5**

Dos sintomas ansiosos, segundo os critérios do da DSM-5 os mais marcados foram dificuldades para dormir ou sono excessivo/insatisfa-

tório, seguido de irritabilidade e dificuldade de concentração, respectivamente (Gráfico 2).

**Gráfico 2 - Critérios sintomatológicos para ansiedade conforme DSM-5**

De acordo com a tabela 3, a maior parte dos participantes sente que essas mudanças de comportamentos vêm prejudicando suas atividades diárias, mesmo assim, em geral, a maioria não procurou ajuda profissional e também não estava seguindo o isolamento social cor-

retamente, grande parte por necessidade de trabalhar ou estudar.

Jornais e Televisão foram as fontes de informação mais utilizadas pelos participantes durante a Pandemia, seguido de internet, amigos/familiares e Rádio (Tabela 3).

**Tabela 3** – Variáveis de comportamentos durante a pandemia da COVID-19

Variáveis	n	%
Os comportamentos adotados vêm prejudicando suas atividades diárias		
Sim	184	51,6
Não	99	27,7
Talvez	74	20,7
Está seguindo as normas de isolamento social		
Sim, fiquei isolado em casa	111	31,1
Não, preciso sair para trabalhar/estudar	216	60,5
Não estou seguindo o isolamento social	30	8,4
Acompanhamento profissional durante a pandemia		
Sim, tive acompanhamento	91	25,5
Não, não tenho condições financeiras	52	14,6
Não, não procurei acompanhamento profissional	214	59,9
Fonte de Informação		
Jornais e Televisão	279	78,2
Internet (WhatsApp, Facebook, Instagram...)	235	65,8
Rádio	69	19,3
Amigos e familiares	148	41,5

## DISCUSSÃO

Com o aumento do número de casos confirmados e mortes pela COVID-19 no mundo, por volta de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (ONU) realizou medidas de contenção para o pico de transmissão do vírus, por meio de distanciamento social, *lockdown* e uso obrigatório de máscaras. Por essas medidas, foi constatado que os sentimentos depressivos e ansiosos apresentaram impacto psicológico moderado ou grave em 53,8% dos entrevistados, como apresentado no estudo chinês com 1210 respondentes em 194 cidades em 2020<sup>4</sup>.

Outro estudo, incluindo 500 participantes de Hong Kong em 2020, demonstrou que quando utilizou a escala “*Patient health questionnaire-9*” (PHQ-9) que se trata de uma ferramenta composta por 9 itens com objetivo de avaliar sintomas de transtorno depressivo maior e o questionário “*generalized anxiety disorder 7-item*” (GAD-7) que avalia os principais sintomas do transtorno de ansiedade generalizada de acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais DSM-IV para suspeita de quadro depressivo e ansioso, a prevalência foi de 19% e 14%, respectivamente. Diante dessa pesquisa, 25,4% responderam que a saúde

mental piorou desde o início da pandemia da COVID-19<sup>5</sup>.

Embora as mulheres estejam em situação de maior vulnerabilidade, quando levado em consideração a condição isolamento social com outras pessoas, visto que normalmente são associadas historicamente a ocupações consideradas de menor prestígio, sendo frequentemente as responsáveis pelas atividades domésticas, esses fatores foram intensificados e as mulheres foram sobrecarregadas durante o isolamento promovido devido a SARS-CoV-2. Com a pandemia, parte das atividades foram intensificadas, ocasionando alta probabilidade do desenvolvimento de transtornos<sup>6, 7</sup>. Neste atual trabalho, o sexo feminino foi prevalente na pesquisa, com 66,4%, o que mostra maior interesse da mulher em busca da saúde mental e preocupação em sinais e sintomas<sup>6</sup>, porém impossibilita essa pesquisa a avaliar se de fato as mulheres foram as mais afetadas durante o período.

A faixa etária mais prevalente no questionário foi de 18-29 anos, contabilizando 50,7%. Isto pode ser justificado por ter sido o grupo etário que mais precisou paralisar suas atividades extradomiciliares, além de ter mais acesso às in-

formações rápidas e por vezes falsas em meios digitais.<sup>8</sup>

Apesar de 58,9% dos participantes responderem que não foram acometidos pela COVID-19, 26,3% apresentaram o diagnóstico e sintomas leves e 14% apresentaram sintomas, porém não obtiveram diagnóstico. Esses dados revelam que independente do diagnóstico de COVID-19, houve aumento da prevalência nos sintomas depressivos e ansiosos nos participantes (Tabela 2, Gráfico 1 e 2).

Os sintomas de maior prevalência apresentados na tabela 1 e 2, podem ter sido provocados pelas incertezas da pandemia, desemprego, risco de contaminação e medo de óbitos de familiares e a si próprio<sup>6</sup>. Com tais dados, quando realizado um comparativo, houve um aumento significativo desses sintomas nos quais não estavam presentes nessa porcentagem antes da pandemia (Gráfico 1 e 2).

A pandemia da COVID-19, foi fator primordial para sua incidência e agravamento de sintomas de depressão e ansiedade, tanto por questões subjetivas como a incerteza e medo da morte, quanto objetivas como a gravidade dos sintomas e transmissibilidade do vírus.<sup>9</sup>

A associação entre os sintomas depressivos e ansiosos com a rotina revelaram que 51,6% dos indivíduos tiveram prejuízo em suas atividades diárias. Das variáveis existentes, o isolamento social teve um papel de fator precipitante na mudança da rotina. Apesar disso, foi constatado que 60,5% não seguiu as normas de isolamento social pois precisavam sair para trabalhar e/ou estudar. Parte da população não conseguiu seguir o isolamento pois fazia parte da população de trabalhadores de serviços essenciais<sup>10,11</sup>.

Com o aumento de problemas mentais durante a pandemia da COVID-19, foi questionado sobre a realização de acompanhamento médico para os participantes, deste 59,9% não procuraram acompanhamento e somente 25,5% tiveram o auxílio de um profissional. Pessoas com condições mentais preexistentes mostraram tendência a piora de quadro e tiveram dificuldades no acesso à serviços psicoterápicos. Além do fechamento das clínicas<sup>12</sup>, as pessoas encontraram dificuldades em reconhecer a

necessidade de ajuda para tratar e identificar possíveis problemas mentais. Destaca-se, neste sentido, o receio de ter o diagnóstico de depressivo ou ansioso e ser taxado socialmente por doente mental<sup>13</sup>.

Vários artigos têm alertado sobre o prejuízo social das *Fake News* durante a Pandemia da COVID-19. Os dados dessa pesquisa constataram que 78,2% dos participantes tiveram como meio de informação Jornais e Televisão, seguido de 65,8% de Internet. Foi alertado que a abundância de informações falsas dificulta o acesso a informações legítimas em que possa ser confiada<sup>11</sup>. A internet é o meio de informação onde mais facilmente é circulado notícias, por vezes falsas, prejudicando fontes confiáveis de informação. Esse bombardeio digital pode ser fator precipitante de ansiedade<sup>15</sup>.

## CONCLUSÃO

A COVID-19 é uma doença infecciosa que ocasionou malefícios na saúde mental. No presente estudo foi verificado as consequências da pandemia da COVID-19 na ansiedade e na depressão da população em geral. Identificou-se que, reflexos psicológicos estão associados à pandemia, por meio de estressores como o isolamento social, carência do acompanhamento psicoterápico e exposições à *fake news*. Ademais, a alta prevalência e agravamento de sintomas de ansiedade e depressão foram encontrados. Portanto, diante dos prejuízos psicossociais evidenciados durante a pandemia da COVID-19, são necessárias medidas de saúde pública voltadas para a saúde mental, no que diz respeito ao combate à psicofobia, ao acesso à rede de atenção psicossocial e à garantia ao acompanhamento dos indivíduos em sofrimento psíquico com profissionais capacitados em saúde mental. Além disso, é importante ressaltar que o impedimento à disseminação das *fake news* é também uma das medidas de promoção à saúde mental.

## REFERÊNCIAS

1. Santabárbara J, Lasheras I, Lipnicki DM, Bueno-Notivol J, Pérez-Moreno M, López-Antón R, et al. Prevalence of anxiety in the COVID-19 pandemic: An updated meta-analysis of community-based studies. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*. 2021 Jul 13;109.

## ARTIGO

- Vindegaard N, Benros ME. COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence. Vol. 89, *Brain, Behavior, and Immunity*. Academic Press Inc.; 2020. p. 531–42.
- Nochaiwong S, Ruengorn C, Thavorn K, Hutton B, Awiphan R, Phosuya C, et al. Global prevalence of mental health issues among the general population during the coronavirus disease-2019 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Scientific Reports*. 2021 Dec 1;11(1).
- Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [Internet]. 2020 Mar 1 [cited 2022 Mar 8];17(5):1729. Available from: /pmc/articles/PMC7084952/
- Choi EPH, Hui BPH, Wan EYF. Depression and Anxiety in Hong Kong during COVID-19. *International journal of environmental research and public health* [Internet]. 2020 May 5 [cited 2022 Feb 17];17(10). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32466251/>
- Barros MB de A, Lima MG, Malta DC, Szwarcwald CL, Azevedo RCS de, Romero D, 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*. 2020;29(4).
- Torales J, O'Higgins M, Castaldelli-Maia JM, Ventriglio A. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *International Journal of Social Psychiatry*. 2020 Jun 31;66(4):317–20.
- Guo Q, Zheng Y, Shi J, Wang J, Li G, Li C, et al. Immediate psychological distress in quarantined patients with COVID-19 and its association with peripheral inflammation: A mixed-method study. *Brain, Behavior, and Immunity*. 2020 Aug 1;88:17–27.
- Santomauro DF, Mantilla Herrera AM, Shadid J, Zheng P, Ashbaugh C, Pigott DM, et al. Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. *The Lancet*. 2021 Nov;398(10312):1700–12.
- Teixeira CF de S, Soares CM, Souza EA, Lisboa ES, Pinto IC de M, Andrade LR de, et al. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2020 Sep;25(9):3465–74.
- Matta GC, Rego S, Souto EP, Segata J, editors. Os impactos sociais da Covid-19 no Brasil: populações vulnerabilizadas e respostas à pandemia. Série Informação para ação na Covid-19 | Fiocruz; 2021.
- COVID-19 disrupting mental health services in most countries, WHO survey. 2020.
- Parcesepe AM, Cabassa LJ. Public Stigma of Mental Illness in the United States: A Systematic Literature Review. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*. 2013 Sep 26;40(5):384–99.
- Islam MS, Sarkar T, Khan SH, Mostofa Kamal A-H, Hasan SMM, Kabir A, et al. COVID-19–Related Infodemic and Its Impact on Public Health: A Global Social Media Analysis. *The American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*. 2020 Oct 7;103(4):1621–9.
- Fernández-Torres MJ, Almansa-Martínez A, Chamizo-Sánchez R. Infodemic and fake news in Spain during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021 Feb 2;18(4):1–13.