

## A PANDEMIA DO COVID-19 COMO FATOR DESENCADEADOR DA DEPRESSÃO

### Mirelly Elizabete Oliveira da Silva

Centro Universitário Maurício de Nassau – Caruaru.

<http://lattes.cnpq.br/6087756996211371>

<https://orcid.org/0009-0000-8026-1048>

E-mail: [mih78344@gmail.com](mailto:mih78344@gmail.com)

### Edilma Edilene da Silva

Centro Universitário Maurício de Nassau- UNINASSAU.

<https://lattes.cnpq.br/4983113995931517>

<https://orcid.org/0009-0005-3297-0970>

E-mail: [edilmaes36@gmail.com](mailto:edilmaes36@gmail.com)

### Maria Nayane Silva

Centro Universitário Maurício de Nassau – Caruaru.

<http://lattes.cnpq.br/2259598499053440>

<https://orcid.org/0009-0000-1815-2959>

E-mail: [m.nayane@outlook.com](mailto:m.nayane@outlook.com)

### Maurício Batista da Silva

Centro Universitário Maurício de Nassau - Caruaru.

<http://lattes.cnpq.br/1189909635254426>

<https://orcid.org/0009-0002-0820-9151>

E-mail: [mauricioiffm99@gmail.com](mailto:mauricioiffm99@gmail.com)

DOI-Geral: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2024.V3N1>

DOI-Individual: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2024.V3N1-20>

**RESUMO:** A pandemia causada pelo novo coronavírus COVID-19, ocasionou grandes impactos negativos no cenário mundial, agravando em altas taxas de mortalidade e afetando a saúde mental da população. O objetivo deste trabalho é mostrar a influência da pandemia do COVID- 19 para o agravamento de casos de depressão. Portanto foi realizado um levantamento bibliográfico de artigos científicos em plataformas como Google Acadêmico, Biblioteca Virtual de Saúde- BVS, Literatura Latina Americana e do Caribe (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e capítulos de livros que sustentaram a pesquisa com recorte temporal entre 2018 a 2023. Por meio desse estudo verificou-se que a COVID-19 teve o potencial de causar graves problemas psicológicos, devido as medidas de restrições - isolamento social, a quebra de rotina, as preocupações: individual, familiar e coletiva em relação à saúde, questões financeiras, as incertezas, perdas em vários âmbitos e luto, entre outros foram os importantes desencadeadores de depressão durante a pandemia, bem como facilitou o processo de recaída para com os indivíduos que já tinham esse diagnóstico.

**PALAVRAS-CHAVE:** COVID-19. Pandemia. Depressão. Saúde Mental.

### THE COVID-19 PANDEMIC AS A TRIGGERING FACTOR OF DEPRESSION

**ABSTRACT:** The pandemic caused by the new coronavirus COVID-19 has caused major negative impacts on the world stage, worsening high mortality rates and affecting

the mental health of the population. The objective of this work is to show the influence of the COVID-19 pandemic on the worsening of cases of depression. Therefore, a bibliographical survey of scientific articles, theses, dissertations from platforms such as Google Scholar, Virtual Health Library - VHL, Latin American and Caribbean Literature (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) and book chapters was carried out with a time frame between 2018 and 2023. Through this study it was found that COVID-19 had the potential to cause serious psychological problems, due to restriction measures - social isolation, disruption of routine, concerns: individual, family and collective in relation to health, financial issues, uncertainty, losses in various areas and grief, among others, were important triggers of depression during the pandemic, as well as facilitating the relapse process for individuals who already had this diagnosis.

**KEYWORDS:** COVID-19. Pandemic. Depression. Mental health.

## INTRODUÇÃO

A preocupação com a saúde mental da população se intensifica durante uma grave crise social, resultante da pandemia do Corona vírus - COVID-19 pode ser descrita como uma das crises, a qual tem se caracterizado como um dos maiores problemas de saúde pública internacional das últimas décadas. Um evento como esse ocasiona perturbações psicológicas e sociais que afetam a capacidade de enfrentamento de toda a sociedade, em variados níveis de intensidade e propagação. A COVID-19 afetou pessoas no mundo inteiro, sem distinção de etnia, cultura, gênero e nacionalidade (Brasil, 2020).

Na pandemia, os indivíduos sentiram-se preocupados e estressados, especialmente as populações mais vulneráveis e os profissionais de serviços essenciais, pois com todas as medidas de restrições geravam estressores psicossociais. Dentre esses estressores: as interrupções de rotinas, separação de familiares, amigos, escassez de necessidades diárias, o que geravam um aumento significativo no desencadeamento da depressão.

Os impactos da pandemia foram diversos, a quarentena, uso obrigatório de máscaras passaram a ser aspectos comuns do dia a dia da sociedade. Como consequência destes impactos, observam-se grandes mudanças em inúmeros setores, como na economia, onde houve registros de falência nos âmbitos industrial, comercial e de serviços. Além disso, o isolamento social vem repercutindo na saúde mental das pessoas, com um aumento considerável de casos de transtornos mentais (Carvalho, 2020).

Surge estado de pânico em nível global e o isolamento social, que ambos geram o sentimento como: tristeza, medo e insegurança. Mesmo o vírus sendo contido, tais

sentimentos ainda ficaram presentes na vida do indivíduo. Uma consequência da pandemia Covid-19, foi o impacto sobre a saúde mental da população, pode-se destacar a depressão, um transtorno crônico que teve um maior índice de casos no período pandêmico.

Contudo, o objetivo deste estudo é mostrar a influência da pandemia do COVID-19 para o agravamento de casos de depressão, por meio de um levantamento bibliográfico de artigos científicos, teses, dissertações, através das plataformas como Google Acadêmico, Biblioteca Virtual de Saúde- BVS, Literatura Latina Americana e do Caribe (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e capítulos de livros que sustentaram a pesquisa com recorte temporal entre 2018 a 2023.

## PANDEMIA COVID- 19: BREVE HISTÓRICO

A pandemia provocada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2) é o evento mais severo de saúde pública das últimas décadas, com mais de 11,1 milhões de casos contabilizados em todo o mundo até o início de julho de 2020 e mais de 528 mil mortes. O vírus pelo SARS-CoV-2 gerou instabilidades no âmbito da economia, colapso do sistema de saúde, escassez de equipamentos de proteção individual, levando muitos países ao estado de calamidade pública, incluindo o Brasil (Peixoto, 2022).

Em 31 de dezembro de 2019, o centro chinês para controle e prevenção de doenças enviou uma equipe de resposta rápida a Wuhan, na China. As possíveis causas foram excluídas uma a uma, tais como influenza, gripe aviária e as síndromes respiratórias. No dia 03 de janeiro de 2020, o governo chinês notificou a Organização Mundial de Saúde (OMS) sobre a nova epidemia. Inicialmente, o surto foi associado ao comércio de animais vivos no mercado atacadista de frutos do mar da mesma cidade, no entanto 13 dos primeiros 41 casos confirmados não tinham histórico de contato com o mercado. Uma semana depois, em 09 de janeiro de 2020, as autoridades chinesas comunicaram à OMS que o patógeno causador foi isolado e identificado como um novo tipo de coronavírus, sendo chamado de SARS-CoV-2 (Brasil, 2020).

Em 30 de janeiro de 2020, a OMS declarou que o surto do novo coronavírus constitui uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) – o mais

alto nível de alerta da Organização, conforme previsto no Regulamento Sanitário Internacional (RSI), Essa decisão buscou aprimorar a coordenação, a cooperação e a um evento extraordinário que pode constituir um risco de saúde pública para outros países devido a disseminação internacional de doenças; e potencialmente requer uma resposta internacional coordenada e imediata (Brasil, 2020).

Embora a pandemia de COVID-19 ainda seja considerada como "em curso" pela Organização Mundial da Saúde, Tedros Adhanom Ghebreyesus, diretor-geral da OMS, afirmou que o mundo nunca esteve em uma posição melhor para acabar com a pandemia, referindo que: "Ainda não chegamos lá. Mas o fim está próximo – podemos ver a linha de chegada". Em 03 de dezembro de 2022, Ghebreyesus voltou a referir que: "Estamos muito mais perto de poder dizer que a fase de emergência da pandemia acabou". Em 05 de maio de 2023, a Organização Mundial de Saúde declarou que a pandemia de COVID-19 deixou de ser uma Emergência de Saúde Pública de Âmbito Internacional, no entanto, este decreto não dá como encerrada a pandemia em si, como questão de saúde pública global, o que implica a dizer que muitos, dos impactos ainda estão sendo apresentados e que a população ainda sofre por isso, podendo destacar a saúde mental (Brasil, 2020).

## IMPACTO DA PANDEMIA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL

O ser humano nasceu para conviver em grupo, produzir, sentir-se útil e interagir. É da natureza humana viver coletivamente pois a troca de experiências proporcionada pelas relações humanas, contribui para o desenvolvimento individual e a manutenção da saúde mental. Cenários catastróficos, solidão, perda de poder aquisitivo e luto, estão entre as principais razões dos desequilíbrios mentais. Nesse cenário da pandemia do COVID-19, com o rápido avanço da doença e o extremo excesso de informações presenciadas, trouxe um aumento e alterações comportamentais que desencadearam distúrbios psicológicos e, a partir disso podendo gerar transtornos mentais com chance de aumentar esses níveis, caso pessoas já terem transtornos pré-existent (Rocha, *et al.* 2021).

De acordo com Mendes *et al.* (2021), os impactos na saúde mental da atual pandemia foram vistos na China, nos países do ocidente como, Estados Unidos, Espanha e Itália e, por último no Brasil, onde resultou em níveis altos de estresse, ansiedade,

depressão e transtorno de estresse pós-traumático. Tendo como público-alvo as mulheres de faixa etária mais jovem, estudantes, pessoas que apresentaram sintomas da COVID-19, indivíduos com histórico de doenças crônicas/psiquiátricas e aqueles que estiveram expostos a notícias sobre a COVID-19.

Com isso, podemos dizer que o cenário pandêmico e o isolamento provocado pela pandemia trouxe consequências para saúde psíquica de todos. Sintomas como depressão nunca sentido por pessoas consideradas emocionalmente estáveis, passaram a ter o surgimento. Estamos habituados a nos reunir e dividir alegrias, conquistas, dores e tristezas, e, como consequência da pandemia, em 2020 abruptamente foi ceifado das pessoas o direito de conviver coletivamente, sob a premissa maior de proteger a todos do contágio de um vírus que infelizmente se mostrou letal. O reflexo dessa situação foram altas taxas de depressão, transtorno do pânico e quadros mais severos, o suicídio (Faro, *et al.* 2020).

Ainda Faro, *et al.* (2020) defende que o isolamento adotado para conter a pandemia se mostra muito eficaz no que diz respeito a contenção da disseminação da Covid-19, todavia o isolamento ocasiona um impacto negativo na saúde mental. A sobrecarga de emoções negativas como medo de contágio, insegurança com relação a situação econômica e afastamento dos entes queridos, principalmente os que se encontravam em tratamento da doença, são fatores psíquicos estressantes para a grande maioria das pessoas, entramos aqui em um paradoxo, o isolamento conteve a doença, porém resultou no desenvolvimento e agravamento dos transtornos mentais principalmente a depressão. Assim o afastamento a mudança de rotina, geraram preocupações que facilitaram o desencadear dos transtornos, hoje é perceptível que a população apresenta sequelas mentais pós pandemia.

## **A PREVALÊNCIA DO TRANSTORNO DEPRESSIVO DURANTE A PANDEMIA COVID- 19**

A depressão, afeta mais de 350 milhões de pessoas em todo mundo, em todas as idades, suas causas são diversas, tais como: desemprego, vida amorosa, perdas familiares, desequilíbrio financeiro, solidão, agressões, álcool, drogas, brigas familiares, histórico familiar, predisposição genética e isolamentos, o que contribui para uma piora na qualidade de vida, psíquico, físico e financeiro. Sendo uma das maiores causa de afastamento de

trabalho, possui um tratamento adequado que pode ser: a curto ou longo prazo, a depender da gravidade do caso. Em muitos casos, há necessidade do uso contínuo de medicamentos e que, em alguns casos, são custeados por recursos próprios com consultas e compra dos medicamentos (Assumpção, 2018).

A depressão caracteriza-se como: humor deprimido, interesse ou prazer diminuídos em todas ou quase todas as atividades na maior parte do dia, diminuição ou aumento de apetite, perda de peso ou ganho de peso quase todos os dias, insônia, agitação ou retardo psicomotor, fadiga, sentimentos de inutilidade ou culpa, pensamentos recorrentes de morte, ideação suicida. (American Psychiatric Association - APA, 2023).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) Brasil (2020) pelo menos 350 milhões de pessoas vivem com depressão. Como sintomas da depressão, destacam-se: sentimento de tristeza, perda e/ou falta de confiança, visões negativas sobre si e os outros, perda de interesse nas atividades sociais, no apetite e sono e em casos mais graves e suicídio. Nesse contexto, nota-se muita preocupação existentes para os agravos deixados pela pandemia, mas pouco se vê em relação às ações para controlar, tratar ou orientar os distúrbios psicológicos causados pelo isolamento social, sendo esta uma estratégia utilizada, mundialmente, para conter a proliferação do vírus (Stopa, *et al.* 2018).

De acordo com Prietsch (2018) a depressão é a segunda condição clínica mais comum na prática médica geral, sendo secundária apenas à hipertensão arterial sistêmica. Os transtornos depressivos são comuns, graves e, em alguns casos, ameaçadores à vida. Causam sofrimento, incapacidade e desordem social, frequentemente, levando à ruptura das atividades de vida diária dos pacientes e familiares próximos. É, ainda, a principal causa mundial de incapacidade em indivíduos entre 15 e 44 anos. É um dos transtornos psiquiátricos mais comuns. Apresenta prevalência de, aproximadamente, 5% na população geral. Entretanto, a prevalência ao longo da vida chega a 20%. O risco de depressão é mais comum em mulheres.

Com base em Carneiro (2021), a pandemia foi uma das etapas que mais ocasionaram esses atos pelo isolamento, como: falta de visitas dos parentes, medo dos agravos e vulnerabilidade ao coronavírus – dos quais muitos são portadores de doença crônica sendo uma predisposição para o COVID-19, principalmente, em idosos sendo o fator de risco primário para ambas as patologias. Os estudos de Stopa *et al.* (2018) relatam

que há maior prevalência em idosos na faixa de 60 a 64 anos. O envelhecimento populacional aumentou a carga de doenças na população, especialmente no que se refere às doenças psiquiátricas, em particular a depressão. Isso é particularmente relevante para o Brasil, porque estima-se que em 2045 o número de idosos será maior do que o número de crianças no país.

Acredita-se que a pandemia COVID-19 gerou uma frequência ainda maior de sintomas ansiosos e depressivos no Brasil, com prejuízo à saúde mental de toda população. As razões para esse elevado índice são várias, como por exemplo: as informações percorrendo todo o mundo em uma velocidade inimaginável e fontes concretas, seu conteúdo mórbido, a morbimortalidade dessa nova doença sem tratamento, a experiência de distanciamento físico, incerteza econômica, educação interrompida, mudanças no trabalho e nas relações familiares, a maneira como conseguir e consumir alimentos, todos foram colaboradores para o surgimento do Transtorno Depressivo (Assumpção, 2018).

Por mais que o Brasil já seja um país com maior índice de pessoas depressivas no contexto pré-pandêmico, durante a pandemia esses índices se tornaram ainda mais preocupantes, como já relatado na presente pesquisa. Com isso, podemos destacar o isolamento social como um fator desencadeador da depressão, devido a esta medida, obteve-se uma dificuldade de contato físico, tornando-se ele indispensável, pelo motivo de regular o estresse e termos a garantia de que não estamos sozinhos neste mundo. A dificuldade de lidar com a solidão é um enorme desafio no período de isolamento social. Manter o equilíbrio psicológico dentro de limites razoáveis, trancados em casa, amedrontados pelo vírus, longe das pessoas de quem gostamos, é privilégio de poucos. A depressão deixou sequelas mais duradouras do que a passagem do vírus (Faro, *et al.* 2020).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, fica evidente que a depressão foi um dos transtornos mais comum mundialmente, as vezes difícil de diagnosticar, por ser um transtorno silencioso e com várias causas secundárias como: ansiedade, preocupação, morte, impactos financeiros e isolamento social (o mais comum nos últimos anos, ocasionado pela pandemia do COVID-19, uma catástrofe global).

A depressão já tinha existência, mas só ganhou uma repercussão maior e até mesmo a importância de cuidar da saúde mental, no período pandêmico e pós pandemia, ao observar que pessoas confinadas ao isolamento estavam desencadeando transtornos mentais, como principal a depressão. Vale salientar que muitos também já tinham o diagnóstico o que facilitou ao agravamento, processos de recaída do quadro sintomatológico.

Denota-se que a pandemia trouxe uma importante observação, a saúde mental diante de grandes eventos considerados catastróficos para a humanidade que ficou totalmente alterada. O presente estudo mostrou que o sofrimento psíquico causado pela pandemia e pelo isolamento trouxe consequências que estão presentes até os dias atuais. Hoje observamos que existem uma extensa população com sequelas tanto física quanto mental pós pandemia e que frente aos estudos relacionados ficaram evidente que o estresse pós pandemia requer atenção.

O estudo satisfaz a dimensão pretendida, mostrou os impactos que a pandemia do COVID-19 gerou na saúde mental na população mundial. Não invalidando todo o acontecimento catastrófico, mas mostrando que a depressão foi também uma das consequências que a COVID-19 gerou.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual de diagnóstico e estatístico dos transtornos mentais – DSM- 5 TR**. Porto Alegre: Artmed, 2023.

ASSUMPÇÃO, B. F. **Diagnóstico diferencial da depressão**. Suicídio e depressão. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2018.

BRASIL. **Organização Mundial de Saúde- OMS: emergência de saúde pública de importância internacional de novo coronavírus**. Saúde. Brasília, 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/news/30-1-2020-who-declares-public-health-emergency-novel-coronavirus>. Acesso em 2023.

CARNEIRO, L. A.; RIETH, S. C. **Saúde mental e Covid-19: Uma revisão integrativa da literatura**. Scielo, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-1104202113024>. Acesso em 2023.

CARVALHO, A; C. **Consequências do novo corona vírus na economia do brasil: perspectiva de compreensão economia e estatística do problema**. Universidade Federal do Pará - UFPA - revistas científicas, [S.L], 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufpa.br/index.php/pnaea/article/view/8845>. Acesso em 2023.



FARO, A. *et al.* **COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. Estudos de Psicologia. Campinas 2020**, v. 37200074. ISSN 1982-0275. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>. Acesso em 2023.

MENDES, T. C.; LIMA, C.; FERNANDES, B. H. M.; LEITE, C. V. *et al.* Impacto psicológico e fatores associados à pandemia da COVID-19 e ao distanciamento social em Minas Gerais, Brasil: Estudo transversal. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 8, p. 1-12, 2021. Disponível em: <https://www.semanticscholar.org/paper/Impacto-psicol%C3%B3gico-e-fatores-associados-%C3%A0-pandemia-Mendes-Lima/1954f28b5a89cbee86b68e5c4ff20eaf77ed74ba>> Acesso em 2023.

PEIXOTO, R. **COVID- 19 não é mais uma emergência sanitária de importância internacional**. Organização Pan-Americana da Saúde OPAS, 9ª Edição, Brasília, 2022. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/18069.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18069.htm). Acesso em 2023.

PRIETSCH, R; F. Estudo da prescrição do antidepressivo fluoxetina no tratamento para a depressão na cidade de pelotas. **Revista eletrônica de farmácia**, Volume XII, n.2, p.52, –71, 2018. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/REF/article/view/25350>>Acesso em 2023.

ROCHA, D; M. *et al.* **Efeitos psicossociais do distanciamento social durante as infecções por coronavírus: revisão integrativa. Acta Paulista de Enfermagem** V.34,2021. eAPE01141. Epub 15 Mar 2021. ISSN 1982-0194. Disponível em: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2021AR01141>. Acesso em 2023.

STOPA, S; R. *et al.* **Prevalência do autorrelato de depressão no Brasil: resultados da pesquisa nacional de saúde. Revista Brasileira de epidemiologia**. v.2, p. 170-180, 2018. Disponível: <https://doi.org/10.1590/1980-5497201500060015>. Acesso em 2023.

Submissão: agosto de 2023. Aceite: setembro de 2023. Publicação: janeiro de 2024.