

CORRELAÇÃO ENTRE ANSIEDADE E O ISOLAMENTO SOCIAL IMPOSTO PELA PANDEMIA POR COVID-19

CORRELATION BETWEEN ANXIETY AND SOCIAL ISOLATION IMPOSED BY THE COVID-19 PANDEMIC

Isabelle Arcangelo Silva
Universidade Católica Dom Bosco (UCDB)

Naieli Caroline Olidon Nunes
Universidade Católica Dom Bosco (UCDB)

Patrícia Lira Bizerra
Universidade Católica Dom Bosco (UCDB)

André da Silva Dias
Universidade Católica Dom Bosco (UCDB)

Paula Alessandra da Silva
Universidade Católica Dom Bosco (UCDB)

Área temática: Saúde

Resumo: A pandemia causada pelo Covid-19 trouxe inúmeras mudanças na vida de toda a população, obrigando-os a cumprir isolamento social, afetando a saúde mental de todos. Sendo assim, este estudo teve por objetivo correlacionar o isolamento social e a ansiedade no período da pandemia. Se obteve 306 respostas a partir de questionário eletrônico composto por 24 questões. Observa-se que 76,12% daqueles que estavam em isolamento social total apresentam ansiedade, sendo o sexo feminino o mais afetado.

Palavras-Chave: *ansiedade; isolamento social; covid-19*

Abstract: The pandemic caused by Covid-19 brought countless changes to the lives of the entire population, forcing them to comply with social isolation, affecting everyone's mental health. Therefore, this study aimed to correlate social isolation and anxiety during the pandemic period. 306 responses were obtained from an electronic questionnaire consisting of 24 questions. It is observed that 76,12% of those who were in total social isolation have anxiety, with females being the most affected.

Keywords: *anxiety; social isolation; Covid-19*

INTRODUÇÃO

Covid-19 nome dado a síndrome respiratória causada pelo SARS-CoV-2, identificada no final do ano de 2019, na cidade de Wuhan, China, afetando pessoas em diferentes níveis de complexidade, sendo alguns casos mais graves evoluindo para uma síndrome respiratória aguda possuindo a necessidade de cuidados intensivos e em alguns casos suporte ventilatório (FARO *et al.*, 2020). Segundo os dados de Oxford (2021), até o momento, o mundo conta com mais de 212 milhões de infectados pela doença, onde cerca de quase 5 milhões destes perderam suas vidas em todo o mundo.

A pandemia causada pelo novo coronavírus trouxe inúmeras mudanças na vida da população mundial, por começar pelo uso obrigatório de máscaras, a quarentena, o distanciamento e o isolamento social imposto pelo ministério da saúde a partir da portaria Nº 356, de 11 de março de 2020, em prol de minimizar a contaminação e disseminação do novo vírus, impactando diretamente na saúde mental de toda a sociedade, onde muito deixaram de realizar suas atividades do cotidiano e de lazer para se proteger da doença.

Apesar dos termos parecerem semelhantes, Wilder-Smith e Freedman (2020) definem isolamento como a separação de pessoas contaminadas com uma doença contagiosa de pessoas não infectadas, fazendo com que ocorra a interrupção da transmissão. Já a quarentena se caracteriza por restringir a circulação de pessoas que possam ter sido expostas à contaminação, mas que não necessariamente estejam contaminadas ou por estarem no período de incubação. No que diz respeito ao distanciamento social, visa diminuir a interação com pessoas da mesma comunidade.

Tais medidas adotadas para o controle da doença causam benefícios à saúde física, mas em contrapartida traz prejuízo à saúde mental. De acordo com Faro et al (2020) o medo de contrair a síndrome respiratória provoca inseguranças em todos os aspectos da vida, coletiva e individual.

As precauções tomadas associadas com a vasta gama de notícias falsas, denominadas fake news, mais um sistema de saúde entrando em colapso, juntamente com a falta de um tratamento satisfatório, colabora para o aparecimento de inseguranças, medo e pânico, o que impacta diretamente na saúde mental da população. Os danos à saúde mental após um surto de uma doença infecciosa são imensuráveis, mas mesmo assim os cuidados são negligenciados em comparação com o risco biológico. Há estudos que evidenciam ansiedade e raiva mesmo após seis meses do surto (MOREIRA; SOUSA; NÓBREGA, 2020).

O impacto de uma epidemia na saúde mental é geralmente mais forte entre os que vivem em situação de exclusão social ou os idosos. Nesse contexto, é importante reconhecer as diferenças de vulnerabilidade dos diferentes grupos populacionais, especialmente aquelas relacionadas a gênero, idade e nível socioeconômico (JOHNSON; CUESTA; TUMAS, 2020)

A pandemia tem sido considerada não apenas uma crise epidemiológica, mas também uma crise psicológica que contribui para o aparecimento de morbidades, como o estresse, ansiedade e depressão. (SANTOS et al. 2020)

A ansiedade pode ser definida como a antecipação de uma ameaça futura, sendo normalmente vivenciada pelos indivíduos, porém essas sensações podem se intensificar e persistirem ao longo de todo o distanciamento social, tendendo a agravar o estado de ansiedade. A presença de óbitos e o número de novos casos de COVID-19 são possíveis agentes que contribuem para tal fato. A situação de isolamento em si, também, pode ser atribuída como agente influenciador, uma vez que, indica a seriedade e gravidade da conjuntura vivenciada (SANTANA, 2020)

O presente estudo visa apresentar, analisar e correlacionar o aumento do número de casos

de ansiedade durante a pandemia da COVID-19, afim de mostrar como o isolamento social ocasionou o acometimento da saúde mental da população brasileira, causando alterações psicológicas, tendo repercussões no estado de ânimo da população.

MÉTODO

O presente estudo se enquadra no tipo observacional, transversal, de análise quantitativa, na qual as variáveis foram apresentadas em frequência absoluta (n) e frequência relativa (%). Os dados foram coletados com a população de trinta e três cidades de todo o território brasileiro, sendo elas: Aquidauana-MS, Bela Vista - MS, Campo Grande - MS, Corumbá-MT, Coxim-MS, Cuiabá-MT, Curitiba-PR, Dourados-MS, Fátima do Sul-MS, Itapejara D'Oeste-PR, Jardim-MS, Jatei - MS, Maringá-PR, Nova Alvorada do Sul-MS, Nova Andradina-MS, Ponta Porã-MS, Patrocínio-MG, Ribas do Rio Pardo - MS, Ribeirão Preto - SP, Rio Verde - MS, Rochedo - MS, São Gabriel do Oeste-MS, São José do Rio Preto - SP, São Paulo - SP, Sidrolândia-MS, Sonora - MS, Tapurah - MT, Taquarussu - MS, Terenos-MS, Várzea Grande-MT, Viçosa-MG e Uruguaiana-RS, durante o meses de maio a junho de 2020.

Ao todo, contamos com a participação de 306 voluntários, na qual todos concordaram com o termo de consentimento livre e esclarecido que autorizava a divulgação de suas respostas. Além disso, para poderem participar do estudo, os candidatos deviam ter 18 anos ou mais, na qual foram escolhidos de forma aleatória conforme sua disponibilidade.

Os participantes foram submetidos a um questionário, composto por vinte e quatro questões, transmitido pela ferramenta *Google Forms*, na qual foi enviado em forma de link, via meios eletrônicos, pelos participantes do projeto de extensão universitária da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB), denominado Projeto Saúde e Movimento, onde consta acadêmicos dos cursos de Enfermagem, Educação Física, Fisioterapia e Nutrição. Chegado ao final do processo de coleta de dados, as respostas foram transcritas para uma planilha no Excel que conta com o número total de participantes e suas respostas em forma de porcentagem e média.

RESULTADOS

A partir da análise dos dados constata-se a predominância do sexo feminino com 71,57% (n=219) dos candidatos, com idade média dos entrevistados de 35,6 +-12,5 entre 18 e 73 anos, com a raça branca sendo a dominante 62,42% (n= 191), em que sua maioria reside na cidade de Campo Grande, Mato Grosso do Sul 75,84% (n=230).

Quando perguntado sobre o isolamento, 70,59% (n=216) deles asseguraram cumpri-lo de forma integral, os restantes afirmam executá-lo de modo parcial, em contato com alguns membros da família, ou então de forma não efetiva devido ao trabalho, como mostra a tabela 1.

Tabela 1: Percentual de isolamento, separado por sexo, durante a pandemia

	Feminino (%)	Masculino (%)	Prefere não dizer	Total (%)
Isolamento total	164 (53,59)	52 (16,99)	0	216 (70,29)
Isolamento Parcial	5 (1,63)	4 (1,31)	0	9 (2,94)
Não está em isolamento	50 (16,34)	30 (16,34)	1 (0,33)	81 (26,47)

Fonte: Próprio autor (2021)

Ao analisar os dados de transtornos mentais adquiridos durante a pandemia, observa-se que grande parte dos participantes, cerca de 43,79% (n=134), relatam ter desenvolvido ansiedade, e outros 71 relatam cansaço frequente (23,20%) e 95 deles desânimo (31,37%) podendo ser decorrente do isolamento social que já perdura por meses. Outros problemas foram adquiridos devido à crise sanitária como insônia, depressão, estresse excessivo e medo como demonstra na tabela 2. Em todos os transtornos é possível observar que o sexo feminino possui níveis maiores em comparação com o sexo masculino.

Tabela 2: Dados dos transtornos mentais, separados por sexo, durante a pandemia

	Feminino (%)	Masculino (%)	Total (%)
Ansiedade	110 (35,95)	24 (7,84)	134 (43,79)
Cansaço frequente	61 (19,93)	10 (3,27)	71 (23,20)
Depressão	21 (6,86)	5 (1,63)	26 (8,50)
Desânimo	71 (23,20)	24 (7,84)	95 (31,05)
Estresse	37 (12,9)	14 (4,58)	51 (16,67)
Insônia	3 (0,98)	1 (0,33)	4 (1,31)
Medo	11 (3,59)	2 (0,65)	13 (4,25)
Pânico	4 (1,31)	0 (0,00)	4 (1,31)
Preocupação	1 (0,33)	0 (0,00)	1 (0,33)
Sensível	1 (0,33)	0 (0,00)	1 (0,33)
Se sente bem	68 (22,22)	44 (14,38)	113 (36,93)
Sono	41 (13,40)	8 (2,61)	49 (16,01)
Sem sintoma	1 (0,33)	3 (1,31)	4 (1,31)

Fonte: Próprio autor (2021)

Com base nas informações apresentadas sobre transtornos de ansiedade na Tabela 1 realizada com adultos entre 18 e 73 anos, nota-se que dos 134 participantes, 76,12% (n=102) deles que estavam em isolamento total apresentaram ansiedade, sendo que houve maior prevalência em mulheres com 63,73% (n=85). Apenas 2,98% (n=4) que estavam em isolamento parcial desenvolveram esse distúrbio, aos que não estavam em quarentena e obtiveram ansiedade consta 20,89% (n=28) dos candidatos, como demonstra abaixo na Tabela 3.

Tabela 3: Dados relacionando o isolamento social e ansiedade, separados por sexo

	Feminino (%)	Masculino (%)	Total (%)
Isolamento total/ansiedade	85 (63,43%)	17 (12,69%)	102 (76,12%)

Isolamento Parcial/ansiedade	1 (0,75%)	3 (2,24%)	4 (2,98%)
Não está em isolamento/ansiedade	24 (17,91%)	4 (2,98%)	28 (20,89%)

Fonte: Próprio autor (2021)

DISCUSSÃO

Visto que a pandemia já perdura por meses e que não há um tempo certo para seu fim, é de suma importância a análise de dados sobre a saúde mental de toda a população. Com a chegada da pandemia, muitos deixaram de realizar suas atividades do cotidiano como serviços e atividades de lazer, sendo obrigados a se adaptar a uma nova vida. Alguns tiveram a chance de trabalhar por home office, mas nem todos tiveram esta mesma sorte, perdendo seus empregos. Sendo assim, há a importância de observar a saúde mental dos brasileiros, em prol de providenciar medidas sociais/preventivas para uma melhor qualidade psíquica, tendo em vista que a cada ano há aumento nos níveis de transtornos mentais.

Sendo assim, conforme os resultados desta pesquisa, pode-se afirmar que a saúde mental da população em geral ficou extremamente prejudicada, ao realizar a leitura dos dados obtidos, percebe-se um grande valor nos níveis de ansiedade daqueles que estão em isolamento devido a pandemia, o que se confirma com o estudo Jeong et al. (2016), onde cerca de 42,2% apresentavam ansiedade durante o isolamento de SARS no ano de 2003.

Através do presente estudo, constata-se que a ansiedade é o principal agravo na saúde mental dos brasileiros, apesar disto, há muitos outros relatos de transtornos mentais adquiridos ou aumentados desde o início da pandemia, como por exemplo, desânimo 31,37% (96), estresse excessivo 16,67% (51), depressão 4,25% (26) e outros problemas.

Além disso, a maioria dos estudos realizados, considera como consequência do aumento dos transtornos mentais a grande duração da quarentena, medo de ser infectado, frustração, aborrecimento e falta de informação sobre a doença conforme afirma Barros (2021).

Quando se refere a ansiedade, não podemos deixar de relatar os sintomas físicos que tal transtorno apresenta.

Tremores ou sensação de fraqueza; tensão ou dor muscular; inquietação; fadiga fácil; falta de ar ou sensação de fôlego curto; palpitações; sudorese, mãos frias e úmidas; boca seca; vertigens e tonturas; náuseas e diarreias; rubor ou calafrios; polaciúria (aumento do número de urinadas); bolo na garganta; impaciência; resposta exagerada à surpresa; dificuldade de concentração ou memória prejudicada; dificuldade de conciliar e manter o sono e irritabilidade (Associação Psiquiátrica Americana 1995; Organização Mundial da Saúde,

apud SANTOS *et al.* 2020)

Outro dado relevante são que as mulheres apresentam os maiores níveis de ansiedade comparado aos homens durante a pandemia, como afirma Gonzales (2020), na qual relata que na epidemia de SARS no ano de 2003 e influenza no ano de 2009 as mulheres foram mais afetadas pelo transtorno, devido ao medo de serem infectadas pela doença, o mesmo acontece com o COVID-19, onde as mulheres continuam a serem as mais prejudicadas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme os dados expostos no presente estudo, seus resultados evidenciam a interferência que o isolamento social durante a pandemia do COVID-19 contribuiu para o agravamento de diversos transtornos mentais, dentre eles o que se destaca é a ansiedade, pelo fato de demonstrar o medo constante da população de ser infectada pelo novo vírus. Dessa forma, nota-se, como a saúde mental está profundamente ligada com a qualidade de vida das pessoas durante o isolamento.

Através desta pesquisa, observa-se que, se faz essencial medidas preventivas para uma qualidade psíquica melhor, principalmente para períodos de pandemia que requer distanciamento social, visto que, as pessoas são seres sociais e ao ficarem em situações de isolamento demonstram mais sentimento de tristeza e solidão, ocasionando piora nos distúrbios mentais.

Ademais, o trabalho comprova que em sua maioria os mais afetados pelos transtornos são pessoas do sexo feminino devido ao medo constante de serem infectadas.

Por fim, ao realizar esse estudo ressalta-se a insuficiência de pesquisas científicas correlacionando o tema isolamento e ansiedade, mesmo sendo um assunto de suma relevância. Faz-se necessário, que a saúde mental seja prioridade para o bem-estar da população.

REFERÊNCIAS

FARO, A. *et al.* **Covid-19 e saúde mental: a emergência do cuidado.** Estudo de Psicologia, Campinas, v. 37, p. 02-14, 2020. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF/?lang=pt>>. Acesso em: 26/08/2021.

WILDER-SMITH, MD DO FREEDMAN, MD, **Isolamento, quarentena, distanciamento social e contenção da comunidade: papel fundamental para medidas de saúde pública de estilo antigo no novo surto de coronavírus (2019-nCoV)**, Journal of Travel Medicine, v27, e.2, março de 2020. Disponível em:

<https://academic.oup.com/jtm/article/27/2/taaa020/5735321> . Acesso em: 26/08/2021.

MOREIRA, W.C.; SOUSA, A. R.; NÓBREGA, M. P. S. S. **Adoecimento mental na população geral e em profissionais de saúde durante a covid 19: *scoping review***. Revista texto e contexto enfermagem,

v. 29, p. 1-17, 2020. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/tce/a/tRdkrqfrR4p7BvvzLv8pLqC/?lang=pt>. Acesso em: 26/08/2021

JOHNSON, M. C.; SALETTI-CUESTA, L. TUMAS, N. **Emoções, preocupações e reflexões diante da pandemia COVID-19 na Argentina.** Revista ciência e saúde coletiva, v. 25, p. 2447-2456, junho de 2020. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/csc/a/XgjkzZ9F6JJ9grmBGDfNBH/?lang=es>. Acesso em: 27/08/2021

SANTOS, A. C. et al. **O teste para COVID-19 em pacientes sintomáticos como um fator de proteção contra estresse, ansiedade e depressão.** Revista brasileira de saúde materno infantil, Recife, v. 21, p. 5145-5155, fevereiro de 2021. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/KWz8Vm5Ym9vgbjqSfrmVYWq/?lang=en>. Acesso em: 27/08/2021.

SANTANA, V. V. R. S. **Alterações psicológicas durante o isolamento social na pandemia de COVID-19: revisão integrativa.** Revista família, ciclos de vida e saúde no contexto social, UFTM, v. 2, 2020. Disponível em:
<http://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/refacs/article/view/4706>. Acesso em: 27/08/2021.

BRASIL. **Portaria n.º 356**, de 11 de março de 2020. Dispõe sobre a regulamentação e operacionalização do disposto na Lei nº 13.979, de 6 de fevereiro de 2020, que estabelece as medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do coronavírus (COVID-19). Diário Oficial [da] República federativa do Brasil, Brasília, e. 49, seção 1, p. 185. Disponível em:
<https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-356-de-11-de-marco-de-2020-247538346>. Acesso em: 27/08/2021.

BARROS, M. B. A. *et al.* **Relato de tristeza/ depressão/ nervosismo/ ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia COVID-19.** Epidemiologia e serviços de saúde, Brasília, v. 29, n. 4, 2020. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/ress/a/nFWPcDjfNcLD84Qx7Hf5ynq/?lang=pt>. Acesso em: 28/08/2020.

JEONG, H. *et al.* Estado de saúde mental de pessoa isoladas devido à Síndrome Respiratória do Oriente Médio. *Epidemiology and Health*, v. 38, 2016. Disponível em: <https://www.e-epih.org/journal/view.php?doi=10.4178/epih.e2016048>. Acesso em: 29/08/2021

BATISTA, M. A.; SISTO, F. F. Estudo para a construção de uma escala de ansiedade para adolescentes. *Estudos de Psicologia, Campinas*, v. 22, dezembro 2005. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/estpsi/a/hRjFZv87LPq4ZvcTXhpyKTC/?lang=pt>. Acesso em: 29/08/2021.

GONZALES, A. O.; SÁNCHEZ, N. S. Ansiedade em tempos de isolamento social devido ao COVID-19. *Chota, peru* 2020. *Revista avances en Enfermería, Bogotá*, v. 38, dezembro de 2020 Epub

22 de julho de 2021. Disponível em:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-45002020000400010&lang=pt#B36. Acesso em: 29/08/2021