

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO MARANHÃO
CENTRO DE ENSINOS SUPERIORES DE SANTA INÊS
DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM
CURSO DE ENFERMAGEM

RISSA TÁFNES COSTA QUEIROZ

**ANÁLISE DA INCIDÊNCIA DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE NO PERÍODO
PÓS-COVID-19 EM SANTA INÊS- MARANHÃO**

Santa Inês

2024

RISSA TÁFNES COSTA QUEIROZ

**ANÁLISE DA INCIDÊNCIA DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE NO PERÍODO
PÓS-COVID-19 EM SANTA INÊS- MARANHÃO**

Trabalho Conclusão do Curso apresentado ao curso de Enfermagem Bacharelado da Universidade Estadual do Maranhão como requisito para a obtenção do Grau de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Prof. Ms. Aline Santana Figueredo.

Santa Inês

2024

Queiroz, Rissa Táfnes Costa.

Análise da incidência de transtornos de ansiedade no período pós-Covid-19 em Santa Inês - Maranhão. / Rissa Táfnes Costa Queiroz – Santa Inês - MA, 2024.

46 f.

Monografia (Graduação) – Curso de Enfermagem Bacharelado, Campus de Santa Inês, Universidade Estadual do Maranhão, 2024.

Orientadora: Profa. Ma. Aline Santana Figueredo.

1. Pandemia. 2. Sars-Cov-2. 3. Epidemiologia. 4. Saúde Mental. 5. TAG. I. Título.

CDU 616.89-008.441:616-036.21

RISSA TÁFNES COSTA QUEIROZ

**ANÁLISE DA INCIDÊNCIA DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE NO PERÍODO
PÓS-COVID-19 EM SANTA INÊS- MARANHÃO**

Monografia apresentada junto ao curso de Enfermagem da Universidade Estadual do Maranhão – UEMA, para obtenção de grau de Bacharel em Enfermagem.

Aprovado em: / /

BANCA EXAMINADORA

EXAMINADOR I

EXAMINADOR II

Prof.^a Ms. Aline Santana Figueredo (Orientadora)

Mestre em Saúde do Adulto

Universidade Estadual do Maranhão - UEMA

Ao meu marido, à minha avó e aos meus pais
que deram à minha vida, o alcance de chegar até
aqui.

AGRADECIMENTOS

Acima de tudo e de todas as coisas à Deus, do qual depende inteiramente a minha existência, que desde o início dessa jornada, em tudo, me sustentou para chegar até o final;

À minha querida vovó, Maria das Graças, à quem devo a dedicação de minha criação, sem a qual eu não teria contornado tantos desafios;

Aos meus pais Aldeman Queiroz, que mesmo com suas limitações visuais e dificuldades financeiras contribuiu me apoiando em minha trajetória e à minha mãe Leidiane, que me ensinou a ter determinação na vida;

E, finalmente ao meu esposo Artur Soares, amor da minha vida, meu conforto e estabilidade, que sempre trabalhou duro para nada me deixar faltar durante esse processo, tornando-o alcançável e exequível;

Um imenso agradecimento à minha orientadora, a professora Aline Santana Figueredo, em quem me inspiro com grande admiração, por aceitar conduzir o meu trabalho de pesquisa com muita atenção e dedicação;

Também agradeço as minhas amigas Catarina e Damires que compartilharam a jornada acadêmica comigo tornando-a mais leve e com muitas risadas, com as quais divido alguns dos momentos mais felizes;

Em suma, a conclusão desse trabalho fez-se na companhia dos que mais me motivam, os meus gêmeos, que ainda estão no ventre e já iluminam meu viver.

“Sabemos que Deus age em todas as coisas para o bem daqueles que o amam, dos que são chamados de acordo com o seu propósito.”

(Romanos 8:28 Bíblia Sagrada)

RESUMO

A pandemia da Covid-19 gerou impactos nos diversos âmbitos, sendo que a saúde mental foi uma das mais afetadas, aumentando a incidência de transtornos de ansiedade. Dessa forma, fatores tais como isolamento social, medo da contaminação, incertezas econômicas e perdas de entes queridos contribuíram para o agravamento dos sintomas. Assim, ressalta-se a importância de compreender e explorar os efeitos da ansiedade decorrente da pandemia. Portanto, o presente trabalho teve como objetivo analisar a relação entre o contexto pós-pandêmico e a incidência de transtornos de ansiedade na população de Santa Inês, Maranhão. Trata-se de um estudo investigativo exploratório, descritivo e retrospectivo, documental com abordagem quantitativa dos dados. Trata-se de um estudo com dados secundários, obtidos por meio da análise dos prontuários disponibilizados pela Secretária de Saúde de Santa Inês-MA. A análise de dados foi realizada por meio da Planilha Microsoft Excel, e os dados foram expressos em tabelas e gráficos. 127 pacientes foram diagnosticados com ansiedade, no período de 2021 a 2023, sendo que o ano de 2022 (58,27%) teve o maior número de casos, e quanto ao sexo, a maioria foram do sexo feminino (79,53%), com a faixa etária entre 19 e 30 anos (49), seguida da faixa entre 0 a 18 anos (32). Quanto aos sintomas, a maioria (237) relataram sintomas psicológicos, sendo a ansiedade generalizada (101) a mais recorrente, seguida de outros sintomas (71) e irritação/agressividade. Sobre os sintomas físicos, houve 11 casos de mutilação/auto-mutilação, seguido de insônia (9). Em relação ao tratamento, 82% dos prontuários não estavam preenchidos, o que indica uma sub-notificação e/ou falha do preenchimento. Portanto, conclui-se que há uma correlação entre o período pandêmico e o aumento do índice de ansiedade, o que foi evidenciado no estudo em questão. Portanto, fica claro a necessidade de implementação de novas políticas públicas, principalmente no que diz respeito ao atendimento e acompanhamento da população economicamente ativa.

Palavras-chave: Sars-Cov-2; pandemia; epidemiologia; saúde mental; TAG.

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic had widespread impacts, with mental health being one of the most affected areas, leading to an increase in the incidence of anxiety disorders. Factors such as social isolation, fear of contamination, economic uncertainty, and loss of loved ones contributed to the worsening of symptoms. Thus, it is important to understand and explore the effects of anxiety resulting from the pandemic. Therefore, the aim of this study was to analyze the relationship between the post-pandemic context and the incidence of anxiety disorders in the population of Santa Inês, Maranhão. This is an exploratory, descriptive, and retrospective investigative study, using a quantitative approach to data analysis. It is a study based on secondary data, obtained from the analysis of medical records provided by the Santa Inês-MA Health Department. Data analysis was performed using Microsoft Excel, and results were presented in tables and graphs. A total of 127 patients were diagnosed with anxiety between 2021 and 2023, with 2022 (58.27%) showing the highest number of cases. In terms of gender, the majority were female (79.53%), and the most affected age group was between 19 and 30 years (49 cases), followed by the group aged 0 to 18 years (32 cases). Regarding symptoms, most patients (237) reported psychological symptoms, with generalized anxiety (101 cases) being the most frequent, followed by other symptoms (71 cases) and irritability/aggressiveness. As for physical symptoms, there were 11 cases of self-harm, followed by insomnia (9 cases). In terms of treatment, 82% of the records were incomplete, indicating underreporting and/or failure in documentation. In conclusion, there is a correlation between the pandemic period and the increase in anxiety rates, as evidenced by the study. Therefore, it is clear that there is a need for the implementation of new public policies, especially regarding the care and follow-up of the economically active population.

Keywords: Sars-Cov-2; Pandemic; Epidemiology; Mental health; GAD.

LISTA DE FIGURAS

Gráfico 1- Perfil dos casos de ansiedade segundo variável sexo, no município de Santa Inês, MA, 2024.....	32
Gráfico 2- Distribuição dos usuários por faixa etária	34
Gráfico 3- Comparação entre percentual de pacientes em tratamento medicamentoso e/ou acompanhamento psiquiátrico e pacientes sem registro de tratamento.	37

LISTA DE TABELAS

Tabela 1- Frequência relativa dos atendimentos por ano- Santa Inês, Maranhão, Brasil.....	31
Tabela 2- Principais sintomas relatados pelos pacientes	35

LISTA DE SIGLAS

AP – Agorafobia

CEP - Comitê de Ética em Pesquisa

CNES - Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde

E-MULTI- Equipe Multiprofissional

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

MA - Maranhão

OPAS – Organização Pan Americana de Saúde

PSPT - Perturbação de Stress Pós-Traumático

TAG – Transtorno da Ansiedade Generalizada

TAS - Transtorno de Ansiedade Social

TEPT- Transtorno do Estresse Pós- Traumático

TOC – Transtorno Obsessivo Compulsivo

TP - Transtorno do Pânico

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	13
2	OBJETIVOS	16
2.1	Objetivo geral	16
2.2	Objetivos específicos	16
3	REFERENCIAL TEÓRICO	17
3.1	Distúrbios ansiosos: perfil clínico e sociodemográfico.....	17
3.2	Sintomatologia associada à pandemia e fatores desencadeantes	19
3.3	Tipos de transtornos de ansiedade relacionados a pandemia	21
3.3.1	Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG)	21
3.3.2	Agorafobia (AP)	21
3.3.3	Transtorno do Pânico (TP)	22
3.3.4	Transtorno de Ansiedade Social (TAS).....	22
3.4	Repercussão dos traumas psicológicos da pandemia e a atuação da enfermagem .	22
3.5	Impactos socioeconômicos e vulnerabilidades na saúde mental pós-pandemia	24
4	METODOLOGIA.....	29
4.1	Tipo de estudo.....	29
4.2	Cenário de pesquisa.....	29
4.3	População e amostra.....	29
4.4	Critério de inclusão	29
4.5	Critério de exclusão	29
4.6	Procedimentos de coleta de dados.....	30
4.7	Aspectos éticos e legais	30
4.8	Análise dos dados.....	30
4.9	Riscos	30
4.10	Benefícios.....	30

4	RESULTADOS E DISCUSSÕES	31
5	CONCLUSÃO.....	38
	REFERÊNCIAS	40

1 INTRODUÇÃO

A ansiedade é um estado de apreensão, tensão e medo, caracterizado por alterações comportamentais e sintomas físicos desencadeados por sensações de estresse (Peters, 2018). Nesse viés, a incidência de diversos fatores de estresse relacionados à pandemia corroborou em altos níveis dos casos de ansiedade, sobretudo, devido à impossibilidade de socializar, o medo da infecção, do luto pelo sofrimento da morte de entes queridos e as preocupações financeiras também são fatores estressantes que levam ansiedade e à depressão (OPAS, 2022).

Com base em dados obtidos na OMS (2020), o Brasil é o país com a mais alta taxa de pessoas com transtornos de ansiedade no mundo, com prevaletimento de cerca de 10 a 20% na população de modo geral, comumente associados com sintomas como medo e mal-estar, estafa, agitação, palpitações, dentre outros. A etiologia dos transtornos ansiosos é complexa, combinando predisposições genéticas e hereditárias com influências ambientais, biológicas, psicológicas e sociais. Genes específicos podem aumentar a vulnerabilidade, mas fatores como traumas, desequilíbrios neuro-químicos, traços de personalidade e pressões sociais também desempenham um papel. Essa interação multifacetada mostra que esses transtornos são únicos para cada indivíduo, resultando da combinação entre biologia, experiências e contexto social (Silva; Neto, 2020).

Lopes e Santos (2018) destacam que o distúrbio ansioso é uma expressão emocional que pode gerar medo anormal e paralisia secundária, efeitos que se manifestam em diferentes tipos de ansiedade, como o transtorno de ansiedade generalizada (TAG), o transtorno de pânico e as fobias específicas. Esses tipos variam em intensidade e sintomas, mas compartilham a tendência de provocar reações extremas de medo e insegurança, limitando a capacidade de resposta e adaptação do indivíduo em diferentes contextos. De maneira geral, o indivíduo pode perder o controle emocional, desenvolvendo uma visão distorcida do mundo ao seu redor, o que pode se manifestar clinicamente em sintomas como sudorese excessiva, palpitações, tremores e pensamentos obsessivos sobre perigos irreais ou exagerados.

A ansiedade, sendo uma parte natural da fisiologia emocional humana, intensificou-se durante a pandemia de COVID-19, onde o excesso de incertezas e mudanças abruptas contribuiu para um aumento significativo nos níveis de ansiedade na população (Silva; Santos; Oliveira, 2020).

Outros fatores que atuaram como fontes de estresse durante a pandemia de COVID-19 incluem a disseminação de informações sem respaldo científico, conhecidas como “*fake news*,” combinando-se tais notícias sensacionalistas com o tempo excessivo dedicado a conteúdos midiáticos sobre a pandemia. Além disso, houve situações reais de escassez

alimentar, dificuldades financeiras e desprovisionamento de medicamentos para outras doenças (Huang; Zhao, 2020).

Por outro lado, a enfermagem se destaca como um pilar central no sistema de saúde para implementar estratégias eficazes de reconhecimento dos sinais e sintomas de ansiedade. Os enfermeiros, responsáveis pela coordenação do cuidado, dedicam-se ao atendimento contínuo, 24 horas por dia, garantindo assistência integral em todos os níveis de atenção à saúde (Peplau, 1991 *apud* Pereira, 2023). Através da interatividade direta e constante de sua assistência, a conduta da enfermagem é privilegiada, em razão de seu envolvimento, na provisão dos cuidados. O que também reforça o elo com os pacientes, já que ela atua em todos os níveis de atenção à saúde (primário ao quaternário).

Em relação ao tratamento e manejo da ansiedade, a enfermagem atua principalmente nos níveis de atenção primária e secundária. No nível primário, o foco está na prevenção, promoção da saúde mental e no suporte inicial a indivíduos que apresentam sinais leves de ansiedade, através de orientações, escuta ativa e encaminhamento quando necessário. Já no nível secundário, a enfermagem desempenha um papel crucial no acompanhamento de pacientes diagnosticados com transtornos de ansiedade, colaborando com a equipe de saúde para monitorar sintomas, adesão ao tratamento e resposta às intervenções, além de fornecer suporte emocional e educacional para os pacientes e suas famílias (Hossain, 2020).

Diante desse cenário, esta pesquisa se justifica pela relevância do tema, pois a pandemia de COVID-19 desencadeou uma crise de saúde mental em escala global, com um aumento significativo nos casos de ansiedade e depressão. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que a prevalência de transtornos de ansiedade e depressão aumentou em cerca de 25% mundialmente durante a pandemia. Além disso, o impacto foi particularmente intenso em populações vulneráveis, incluindo profissionais de saúde, jovens e mulheres, que apresentaram níveis mais altos de sofrimento psicológico. Esses dados evidenciam a urgência de investigações aprofundadas para orientar políticas de saúde e estratégias de intervenção. A pesquisa desses índices permite identificar os grupos populacionais mais afetados pelas consequências devastadoras que o momento epidemiológico trouxe para a saúde mental. Dada a necessidade de mais estudos sobre suas múltiplas repercussões negativas, esse levantamento é essencial para entender e abordar os impactos na população.

Assim, a principal indagação que norteará o desenvolvimento desta pesquisa é: "Como se caracteriza o perfil epidemiológico relacionado ao crescimento da incidência de transtornos de ansiedade no período pós-pandêmico de SARS-CoV-2 no município de Santa Inês, Maranhão?" Através do seguinte objetivo: "Examinar a relação entre o contexto pós-pandêmico

e a incidência de transtornos de ansiedade na população de Santa Inês. “Para tal, pretende-se: Descrever as características sociodemográficas das pessoas afetadas, o que inclui variáveis como idade, gênero, histórico de saúde, entre outros fatores relevantes da população em análise.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Analisar a relação entre o contexto pós-pandêmico e a incidência de transtornos de ansiedade na população de Santa Inês, Maranhão.

2.2 Objetivos específicos

- a) Descrever as características sociodemográficas e clínicas da população em análise;
- b) Identificar os principais sintomas mentais e emocionais experimentados pelos pacientes durante e após a pandemia pelo SARS-CoV-2;
- c) Investigar a influência de eventos traumáticos relacionados à pandemia no aumento dos transtornos de ansiedade e as intervenções de enfermagem.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Distúrbios ansiosos: perfil clínico e sociodemográfico

O SARS-CoV-2 surgiu na China, no final de 2019, na cidade chamada Wuhan. Sua propagação ocorreu de forma incontrolável, foi comprovado que sua transmissão se dá por meio de partículas respiratórias e/ou contato à superfícies contendo o vírus, foi notado também que os sintomas da doença COVID-19 (deriva da infecção pelo SARS-CoV-2) variam entre tosse, dispneia e febre, manifestando-se em um período de incubação de 2 a 14 dias após a exposição ao vírus (Correia *et al.*, 2020 *apud* Fernandes, 2021).

A prevalência de transtornos mentais na população brasileira varia entre 14,7% e 21,8%, com maior frequência entre as mulheres em comparação aos homens. As desigualdades de gênero são evidentes na ocorrência desses transtornos, com as mulheres apresentando uma prevalência de ansiedade e depressão de duas a três vezes superior à dos homens, durante a pandemia, a prevalência adicional de casos de depressão e ansiedade foi mais expressiva entre mulheres e jovens, especialmente na faixa etária de 20 a 24 anos, com um aumento de 1.118 casos de depressão e 1.331 de ansiedade a cada 100 mil pessoas. Os transtornos mais comuns incluem transtornos depressivos, transtornos de ansiedade, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e transtornos alimentares (Hiany *et al.*, 2018; Soares; Meucci, 2020).

Segundo Tan *et al.* (2020), diversos estudos sobre transtornos mentais destacam a importância de produzir evidências científicas para investigar o impacto psicológico da pandemia em escala global. Essa investigação deve incluir tanto as consequências em indivíduos saudáveis quanto nos que já possuem diagnóstico de doenças mentais ou distúrbios psiquiátricos.

Estudos de Idrissi *et al.* (2020) identificam que a prática de quarentena está fortemente correlacionada com o aumento da incidência de ansiedade, distúrbios do sono e depressão, uma vez que o isolamento e as restrições sociais intensificam o estresse psicológico. A quarentena reduz o contato social e altera rotinas, o que pode desregular o sono e aumentar a sensação de incerteza, criando um ambiente propício para o surgimento de sintomas ansiosos e depressivos. A falta de interação e o afastamento dos apoios habituais dificultam a gestão de emoções, tornando mais desafiador enfrentar esses transtornos, que tendem a se agravar com o prolongamento do isolamento. Contudo, durante um momento pandêmico, é comum que os gestores, cientistas e profissionais de saúde estejam focados nos riscos biológicos do patógeno, em uma tentativa de conhecer suas estruturas fisiopatológicas para deliberar medidas de controle, prevenção e tratamento da doença. Como resultado, implicações psicológicas tendem

a ser negligenciadas. Acarretando falhas nas intervenções, intensificando a carga de doenças mentais (Ornell *et al.*, 2020).

A pandemia de COVID-19 trouxe à tona não apenas questões de saúde física, mas também um aumento considerável nos distúrbios mentais, especialmente a ansiedade. A incerteza provocada pela pandemia, combinada com as mudanças abruptas na rotina diária, contribuiu para um ambiente propício ao surgimento de transtornos de ansiedade. Segundo estudos, a preocupação com a saúde, a instabilidade financeira e o isolamento social intensificaram a ansiedade em diversos grupos da população (Correia *et al.*, 2020).

Além das mulheres, grupos mais vulneráveis, como pessoas idosas e indivíduos com comorbidades, apresentaram um aumento significativo nos níveis de ansiedade. A literatura sugere que esses grupos já estavam predispostos à problemas de saúde mental, e a pandemia apenas agravou suas condições. Isso ressalta a importância de estratégias de apoio psicológico voltadas para esses indivíduos, que podem incluir intervenções comunitárias e apoio profissional (Hiany *et al.*, 2018).

Estudos de Jabeur *et al.* (2022) comprovaram que os transtornos de ansiedade apresentam uma alta prevalência em mulheres de meia-idade, casadas, com filhos, de baixa escolaridade, que trabalham ou são solteiras. Além disso, A saúde mental tende a ser mais afetada em adultos mais jovens e indivíduos que residem em áreas de maior vulnerabilidade, com a solidão, a falta de apoio social e as preocupações relacionadas à Covid-19 intensificando esses impactos (Hubbard *et al.*, 2021).

É importante lembrar que a ansiedade também é profundamente influenciada por fatores sociais e econômicos. O estresse causado por situações como o desemprego, a incerteza financeira e a falta de acesso à saúde mental adequada desempenham um papel significativo no aumento dos transtornos de ansiedade, especialmente entre as populações mais vulneráveis. Como observam Soares e Meucci (2020), a desigualdade econômica no Brasil contribui para que o sofrimento psicológico seja mais acentuado nas classes mais baixas, criando um ciclo onde as condições sociais intensificam os transtornos mentais, que, por sua vez, dificultam a capacidade de lidar com esses desafios.

Outro fator importante é o impacto da pandemia na saúde mental das mulheres. Como Hiany *et al.* (2018) destacam, as mulheres já são mais propensas a desenvolver transtornos de ansiedade, e a sobrecarga de responsabilidades durante a pandemia – como o cuidado com os filhos, a casa, e muitas vezes, o trabalho – aumentou ainda mais esses índices. Esse desequilíbrio de responsabilidades e expectativas entre gêneros, somado às desigualdades de

acesso a cuidados de saúde, reforça a importância de uma abordagem focada na saúde mental feminina, especialmente em tempos de crise.

3.2 Sintomatologia associada à pandemia e fatores desencadeantes

A ansiedade é uma sensação de preocupação, desconforto ou medo, que pode surgir com ou sem uma causa clara. Geralmente, ela é acompanhada por uma série de sintomas físicos, como batimentos cardíacos acelerados, respiração ofegante, tremores, sudorese, dificuldade para respirar, calafrios ou sensação de calor, além de um medo difícil de controlar. O que afeta o desempenho nas áreas social, profissional e acadêmica, causando sofrimento emocional relevante, e geralmente está associada a situações, objetos, relações ou sensações físicas específicas (Shebelski *et al.*, 2020).

Por consequência, quando este estado se perpetua, tornando-se crônico, acompanhado do agravamento de seus sintomas somáticos, tais como: suor excessivo, náusea, dor abdominal, palpitações no coração, dentre outros, estabelece-se um Transtorno de Ansiedade Generalizada (Santos *et al.*, 2020).

Os transtornos mentais se distinguem por modificações nos pensamentos, percepções, emoções e comportamentos, podendo impactar as interações sociais. Entre os transtornos mentais mais prevalentes estão os transtornos depressivos e de ansiedade. A ansiedade é parte da fisiologia emocional humana, logo, é uma reação do homem (Rocha; Hara; Paprocki, 2015; Silva; Dos Santos; De Oliveira, 2020).

[...] Cada pessoa sente medo e ansiedade do seu jeito [...] ela pode provocar a sensação de que o acelerador da sua mente emperrou na posição máxima e você não consegue desligar o motor [...]. A parte racional da sua mente pode dizer que você só está se preocupando com coisas que nunca acontecerão, mas, mesmo assim, seus pensamentos não conseguem se alinhar com o que a consciência está tentando dizer [...]. Você pode ter medo de coisas que acontecem no momento ou de coisas que ainda não aconteceram, ou pode ser incapaz de dizer o que lhe dá medo. O sentimento persiste mesmo que sua mente racional tente dizer que seu medo não faz sentido (Peters, 2018, p. 22).

De outro modo, a Perturbação de Stress Pós-Traumático (PSPT) abrange uma variedade de sentimentos que causam variadas emoções que intensificam o medo e a ansiedade no sujeito, conduzindo-o à uma sensação de insegurança quanto ao que o norteia, por ação de pensamentos intrusivos, nele, incitados. Esses pensamentos ocorrem de forma involuntária e são resultado de um conjunto de informações sobre o trauma, que fixadas na memória do indivíduo, manifestam-se como imagens mentais detalhadas das sensações experimentadas no evento traumático. No entanto, essas memórias intrusivas podem se apresentar como imagens distorcidas durante flashbacks, levando a pessoa a perder a noção da realidade (Paulito, 2020).

A ansiedade é uma resposta emocional normal do cérebro ao estresse, funcionando como um alerta para potenciais perigos. Todos experimentam ansiedade de vez em quando, o que é perfeitamente natural. No entanto, quando essa sensação se torna excessiva, constante e esmagadora devido a condições de saúde mental, ela se transforma em transtornos de ansiedade (Sharma; Verbeke, 2021). O estresse contínuo pode transformar essa ansiedade passageira em um problema mais sério, como o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), que pode dificultar a vida diária. Logo, entender como a ansiedade se manifesta é essencial para que possamos reconhecer e buscar ajuda quando necessário (Peters, 2018).

Vale lembrar que cada indivíduo reage de forma diferente aos desafios da vida. Fatores como a nossa história pessoal, resiliência e o apoio social que temos ao nosso redor influenciam muito em como lidamos com a ansiedade. Quando as pessoas sentem que têm o controle sobre suas vidas, geralmente lidam melhor com o estresse. Por outro lado, a sensação de impotência pode intensificar os sintomas (Santos *et al.*, 2020).

A ansiedade não afeta apenas a mente; ela pode causar sintomas físicos, como dores de cabeça ou problemas digestivos. Isso pode confundir as pessoas, que, sem entender o que estão passando, buscam ajuda médica sem saber que a origem do problema está relacionada à saúde mental. Durante o período de confinamento devido à COVID-19, níveis mais elevados de ansiedade foram identificados como um fator de risco para o agravamento de sintomas gastrointestinais, como dor no peito, inchaço, queimação no estômago e dor abdominal, em pacientes com distúrbios gastrointestinais funcionais (Oliviero *et al.*, 2021).

Como ressaltam Santos *et al.* (2020), o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), que pode ser desencadeado ou agravado por períodos de estresse extremo, se tornou ainda mais comum durante a crise da COVID-19. O medo constante de contrair o vírus, a preocupação com entes queridos e a sensação de vulnerabilidade em relação à pandemia contribuíram para que a ansiedade se tornasse uma presença constante na vida de milhões de pessoas. Em muitos casos, essa ansiedade, inicialmente causada pelo medo do vírus, evoluiu para preocupações com questões mais amplas, como a incerteza econômica e as mudanças sociais.

Paulito (2020) também destaca que, além da ansiedade generalizada, muitos indivíduos passaram a lidar com traumas profundos relacionados à pandemia, como a perda de familiares ou a própria experiência de ficar gravemente doente. Esses traumas, muitas vezes reprimidos no momento mais crítico, agora se manifestam em episódios de estresse pós-traumático, onde pensamentos intrusivos e flashbacks trazem à tona o pavor vivido. A assistência psicológica nesse momento é crucial para ajudar essas pessoas a processar o trauma e evitar que ele se transforme em uma carga emocional insuportável.

É de grande importância que os profissionais da saúde estejam preparados para identificar sinais de ansiedade em seus pacientes. A saúde mental deve ser uma parte importante da formação e do treinamento contínuo desses profissionais, para que possam oferecer um suporte adequado e humanizado a quem precisa.

3.3 Tipos de transtornos de ansiedade relacionados a pandemia

Pesquisas indicam que os transtornos de ansiedade podem ser classificados em diferentes tipos: Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), Agorafobia (AP), Transtorno de Ansiedade Social (TAS) e Transtorno do Pânico (TP). O diagnóstico preciso de um transtorno de ansiedade específico é de fundamental importância e forma-se por um conjunto de critérios que podem incluir a avaliação de sintomas físicos e sinais de isolamento social.

Os sintomas físicos podem envolver dores no peito, dificuldade para respirar, comer em excesso, alterações no padrão de sono (dormir demais ou sofrer de insônia), falta de interesse, evitar sair de casa, bem como o uso excessivo de álcool ou drogas. Já o isolamento social manifesta-se, por exemplo, na evitação de reuniões com amigos, recusa em frequentar a escola ou o trabalho, entre outros comportamentos relacionados (Sharma; Verbeke, 2021).

A seguir, apresentamos uma breve descrição de quatro tipos de transtornos de ansiedade, conforme definidos pela Associação Americana de Psiquiatria (APA, 2023):

3.3.1 Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG)

O TAG envolve uma preocupação constante e excessiva que prejudica as atividades diárias. Essa ansiedade persistente é comumente acompanhada de sintomas físicos, como agitação, sensação de estar no limite, insônia, tensão muscular, fadiga e dificuldade de concentração. Frequentemente, as preocupações giram em torno de questões do dia a dia, como as responsabilidades profissionais, a saúde dos familiares ou até mesmo detalhes menores, como afazeres domésticos, consertos de veículos ou compromissos.

3.3.2 Agorafobia (AP)

A agorafobia é caracterizada pelo medo de se encontrar em situações nas quais a fuga possa ser difícil ou embaraçosa, ou onde a ajuda possa não estar disponível caso ocorram sintomas de pânico. Esse medo é excessivo em relação à situação real, persistindo geralmente por seis meses ou mais, e prejudica o funcionamento da pessoa. Um indivíduo com agorafobia sente esse medo em pelo menos duas situações, como usar transporte público, estar em ambientes abertos ou fechados, ficar em filas ou em meio a uma multidão, ou ainda estar fora

de casa sozinho. A pessoa com AP tende a evitar essas situações, a buscar companhia ou a enfrentá-las com intensos níveis de medo ou ansiedade.

3.3.3 Transtorno do Pânico (TP)

Na desordem do pânico, os principais sintomas são os ataques de pânico recorrentes, caracterizados por uma intensa mistura de sofrimento físico e psicológico. Durante um ataque, diversos sintomas como palpitações, aceleração do ritmo cardíaco, sudorese, tremores, sensação de falta de ar ou sufocamento, entre outros, ocorrem simultaneamente.

3.3.4 Transtorno de Ansiedade Social (TAS)

Uma pessoa com TAS experimenta ansiedade e desconforto significativos ao temer ser envergonhada, humilhada, rejeitada ou desprezada em situações sociais. Indivíduos com esse transtorno tendem a evitar essas situações ou a enfrentá-las com grande nível de ansiedade. Exemplos comuns incluem o medo intenso de falar em público, conhecer novas pessoas ou comer e beber em público. Esse medo ou ansiedade interfere no funcionamento diário da pessoa e persiste por pelo menos seis meses.

3.4 Repercussão dos traumas psicológicos da pandemia e a atuação da enfermagem

Os transtornos mentais podem resultar em incapacidades prolongadas, comprometendo a funcionalidade e a qualidade de vida dos indivíduos. Além disso, são responsáveis por uma significativa carga de morbidade global e representam cerca de um terço dos casos de doenças não transmissíveis. O sofrimento psíquico é um dos graves desafios enfrentados atualmente, impactando a saúde das populações e gerando um considerável custo para a saúde pública (Hiany *et al.*, 2018).

De acordo com os estudos de Brooks *et al.*, (2020) pesquisas analisaram o impacto psicológico do isolamento em quarentena de epidemias anteriores. Grande parte dos estudos indicaram como principais fatores de estresse: O tempo do isolamento, a depressão e o tédio, desinformação sobre a doença e suas precauções, prejuízos financeiros e o estigma em torno da doença. Seus resultados apontaram a ocorrência de fenômenos mentais negativos, como transtornos de ansiedade, depressão, transtornos de humor, irritabilidade, sintomas de perturbação do estresse pós-traumático e distúrbios do sono.

Por meio da interatividade direta e constante de sua assistência, a conduta da enfermagem é beneficiada, em razão de seu envolvimento, na provisão dos cuidados. O que também reforça o elo com os pacientes, já que ela atua em todos os níveis de atenção à saúde

(primário ao quaternário). Os procedimentos inerentes à prática de enfermagem, como a criação de diagnósticos de enfermagem e suas intervenções subsequentes são primordiais na identificação e mediação dos sintomas de ansiedade (Hossain, 2020).

É notório que a enfermagem se destaca como o pilar central do sistema de saúde, no que diz respeito às estratégias para reconhecer os sinais e sintomas de ansiedade, pois, sendo o enfermeiro encarregado pela coordenação do cuidado, empenha-se ao longo das 24 horas do dia, assegurando assistência completa, em todos os níveis de atenção (Peplau, 1991 *apud* Pereira, 2023). Entretanto, embora esse panorama de distúrbios e problemas mentais seja frequente na rotina dos profissionais de saúde, a grande maioria destes que trabalham de forma direta com pacientes com COVID-19, não estão preparados para lidar com as exigências de saúde mental, nem recebem a devida capacitação (Xiang *et al.*, 2020).

Em uma pesquisa conduzida por Guo *et al.* (2020) sobre condutas de controle abraçadas por indivíduos infectados pelo SARS-CoV-2, os autores constataram que atitudes positivas, como: Aumento na compreensão sobre a doença COVID-19, adaptação com as máscaras, higiene frequente das mãos e o distanciamento social tiveram como resultado uma redução significativa no risco para desenvolver problemas de saúde. Contudo, o enfrentamento de forma emocional, muitas vezes dá lugar à indiferença e a fraqueza de um indivíduo frente aos fatos, exacerbando assim os sintomas de ansiedade e depressão.

Fernandes (2021, p. 105), considera que:

[...] A atuação do enfermeiro especialista deve ser privilegiada nos diversos contextos de atuação do mesmo, nomeadamente, no que toca à promoção do bem estar psicológico e qualidade da saúde mental das pessoas infetadas por SARS-CoV-2, diminuindo o impacto e as consequências negativas devido à infeção.

Infere-se, portanto, que o saber técnico e a especificidade do profissional de enfermagem se faz necessário em todo o processo saúde/doença para que seja possível promover a educação em saúde a fim de se melhorar a qualidade de vida de indivíduos acometidos pelo transtorno de ansiedade no contexto da pandemia. Os traumas psicológicos gerados pela pandemia têm consequências que vão muito além do imediatismo. Muitas pessoas estão enfrentando um aumento na necessidade de serviços de saúde mental, e é aqui que a enfermagem desempenha um papel fundamental. Os enfermeiros estão em constante contato com os pacientes e podem perceber os sinais de sofrimento emocional, atuando como um elo entre os pacientes e a equipe de saúde mental.

Como Hossain (2020) aponta, os enfermeiros, muitas vezes, são os primeiros a identificar sinais de sofrimento emocional nos pacientes, sendo fundamentais no acolhimento e encaminhamento para o cuidado psicológico. Nesse sentido, uma das contribuições mais

valiosas que os enfermeiros podem oferecer no tratamento dos transtornos de ansiedade é a criação de um ambiente seguro e empático, onde os pacientes sintam que podem expressar suas angústias. Ao perceber que o cuidado recebido vai além do corpo e abrange também a mente, o paciente tende a responder melhor ao tratamento. Portanto, é muito importante que a formação dos enfermeiros inclua aspectos relacionados à saúde mental. Isso significa prepará-los para identificar e tratar questões emocionais, oferecendo suporte e intervenções que ajudem os pacientes a se sentirem mais seguros e apoiados. A educação em saúde mental deve ser uma prioridade, especialmente em tempos de crise, onde os desafios são muitos.

Outro ponto a considerar é o bem-estar dos próprios enfermeiros. A pressão e o estresse acumulados podem levar a problemas como burnout, especialmente para aqueles que estão na linha de frente. Por isso, é essencial que as instituições ofereçam suporte psicológico e promovam práticas de autocuidado entre os profissionais, garantindo que eles estejam bem para cuidar dos outros (Xiang *et al.*, 2020).

Xiang *et al.* (2020) destacam que muitos profissionais de saúde, especialmente aqueles da linha de frente, experimentaram níveis elevados de burnout durante a pandemia, enfrentando o desafio de cuidar dos outros enquanto também lidavam com suas próprias ansiedades. O cuidado com esses profissionais é essencial, e a oferta de suporte emocional no ambiente de trabalho deve ser uma prioridade para evitar o esgotamento físico e mental. Afinal, cuidar da saúde mental dos enfermeiros é, indiretamente, cuidar também da saúde mental dos pacientes.

Fica claro então que um ambiente de trabalho que valorize a comunicação e o apoio mútuo é crucial. Quando enfermeiros se sentem apoiados e valorizados, eles têm mais chances de oferecer um cuidado de qualidade aos pacientes. Essa dinâmica de suporte pode melhorar não só a saúde mental dos profissionais, mas também resultar em uma experiência mais positiva para os pacientes que recebem atendimento.

3.5 Impactos socioeconômicos e vulnerabilidades na saúde mental pós-pandemia

A pandemia de COVID-19 não foi apenas uma crise de saúde física, mas também desencadeou uma série de problemas relacionados à saúde mental, afetando profundamente a vida das pessoas. O isolamento social, a perda de entes queridos, o medo do desconhecido, além da instabilidade econômica, criou um ambiente onde as emoções ficaram à flor da pele. Como observa Lima (2020), o distanciamento e isolamento, apesar de necessários para controlar o vírus, aumentaram as vulnerabilidades de muitas pessoas, especialmente aquelas que já viviam em situações de fragilidade.

Durante a pandemia, o uso de medicamentos para tratar ansiedade e depressão cresceu, como apontam Camozzato *et al.* (2020). Com a sobrecarga emocional, muitos buscaram nos psicofármacos uma maneira de aliviar a dor e o estresse. No entanto, essa dependência em medicamentos reflete a ausência de uma rede de apoio emocional e psicossocial mais sólida, algo que a Fundação Oswaldo Cruz (2020) também enfatizou em suas recomendações.

Duarte *et al.* (2020), em um estudo realizado no Rio Grande do Sul, destacam como o medo do desemprego e a insegurança financeira foram fatores que contribuíram para o aumento dos transtornos mentais, como depressão e ansiedade. As pessoas mais pobres, que já enfrentavam dificuldades antes da pandemia, foram as que mais sofreram. A crise econômica que acompanhou a pandemia foi severa. Milhares de pessoas perderam seus empregos e viram suas rendas diminuir drasticamente.

Lima *et al.* (2021) apontam que, para muitas famílias, o impacto econômico da pandemia não foi apenas a perda de renda, mas também a deterioração das condições de moradia e alimentação. Viver em situações precárias, sem acesso a serviços básicos de saúde mental, tornou o enfrentamento desse momento ainda mais difícil.

Faro *et al.* (2020) reforçam que a saúde mental se tornou uma emergência durante a pandemia, exigindo ações rápidas e eficazes. No entanto, muitos países, incluindo o Brasil, não estavam preparados para lidar com a demanda crescente por serviços psicológicos. Embora algumas iniciativas tenham sido tomadas, como o atendimento remoto, ainda há muito a ser feito para garantir que as pessoas recebam o apoio de que precisam, especialmente aquelas em situações de maior vulnerabilidade.

Outro efeito alarmante da pandemia foi o aumento nos casos de suicídio. A Fundação Oswaldo Cruz (2020) alerta que o isolamento, somado à perda de familiares e à crise financeira, contribuiu para que muitas pessoas chegassem a um ponto de desespero. A falta de interação social e o medo do futuro deixaram muitos sem saída, aumentando a necessidade de políticas de prevenção e suporte psicológico.

Ornell *et al.* (2020) sugerem que, além das medidas emergenciais, como a oferta de apoio psicológico, foi crucial fortalecer as redes de apoio comunitárias. No entanto, para muitas pessoas em situação de vulnerabilidade, essas redes ainda são insuficientes, e a retomada de uma vida normal será um processo lento e difícil.

Mesmo com o avanço na vacinação e a retomada das atividades econômicas, muitos dos problemas desencadeados pela pandemia continuarão presentes. Duarte *et al.* (2020) apontam que as dificuldades econômicas e a incerteza quanto ao futuro são fatores que podem perpetuar os transtornos mentais, principalmente entre as famílias que ainda lutam para se

reerguer. A recuperação será um processo longo, e é provável que as consequências da pandemia na saúde mental se estendam por muitos anos.

Faro *et al.* (2020) afirmam que a crise mostrou como os sistemas de saúde mental precisam ser mais robustos e inclusivos. A saúde mental não pode ser tratada como uma questão secundária, mas como um pilar fundamental para a recuperação das sociedades. A pandemia também trouxe à tona a importância de discutir o bem-estar mental como uma questão de saúde pública.

Uma preocupação levantada por Lima (2020) é que o sistema de saúde mental no Brasil já era frágil antes da pandemia, e essa crise só expôs ainda mais essa realidade. Milhões de brasileiros ficaram desamparados, sem acesso a tratamento adequado, e a pandemia foi um lembrete doloroso de como estamos despreparados para lidar com o sofrimento psicológico em massa.

Ornell *et al.* (2020) defendem que é preciso olhar para as lições aprendidas durante a crise e construir políticas públicas que fortaleçam o sistema de saúde mental, garantindo que ele esteja preparado para responder tanto às crises imediatas quanto às necessidades de longo prazo. O caminho para a recuperação da saúde mental no período pós-pandemia deve ser multidimensional.

Como destacado por Lima *et al.* (2021), o acesso à internet e a tecnologias de comunicação foi essencial para o acompanhamento de terapias e apoio psicológico remoto, mas muitas pessoas em áreas periféricas ou rurais ficaram à margem dessas soluções. Essa exclusão digital, aliada a outras dificuldades econômicas, contribuiu para o agravamento dos transtornos mentais nesses grupos. Além dos impactos diretos da pandemia, outro aspecto crucial foi a maneira como as desigualdades preexistentes se intensificaram, afetando de maneira desproporcional as populações mais vulneráveis. Durante a pandemia, observou-se que pessoas em situação de pobreza ou exclusão social, muitas vezes, não tinham acesso às mesmas redes de apoio, seja por falta de infraestrutura ou por limitações tecnológicas.

Outra questão foi a sobrecarga enfrentada pelos profissionais de saúde mental. Durante a pandemia, psicólogos, psiquiatras e assistentes sociais se viram em um cenário de crescente demanda por atendimentos, enquanto também lidavam com seus próprios medos e inseguranças relacionadas ao COVID-19. Como mencionam Faro *et al.* (2020), esses profissionais, além de enfrentarem a sobrecarga emocional, muitas vezes não dispunham dos recursos necessários para atender de forma adequada a população, o que trouxe um novo nível de vulnerabilidade para o sistema de saúde mental como um todo.

O aumento da violência doméstica também se mostrou como um dos efeitos colaterais da pandemia, com implicações significativas para a saúde mental das vítimas. O isolamento forçado e as dificuldades econômicas levaram a um aumento no número de casos de violência, especialmente contra mulheres e crianças. A Fundação Oswaldo Cruz (2020) destaca que, para muitas dessas vítimas, a pandemia agravou situações de abuso que já existiam, dificultando o acesso a serviços de apoio e proteção. A saúde mental dessas pessoas, já fragilizada, foi ainda mais impactada pela falta de alternativas de fuga ou apoio durante o isolamento.

Segundo Camozzato *et al.* (2020), houve um aumento expressivo nos casos de ansiedade e depressão entre jovens, muitos dos quais enfrentaram dificuldades de adaptação ao ensino remoto e ao isolamento. Além disso, a perda de rotinas estruturadas e a exposição constante a notícias alarmantes sobre o vírus contribuíram para a sensação de insegurança e instabilidade emocional. Sendo assim se nota que as crianças e adolescentes também foram profundamente afetados pelos efeitos da pandemia. O fechamento de escolas, o distanciamento social e a perda da convivência com amigos e familiares trouxeram desafios únicos para a saúde mental dessa faixa etária.

Camozzato *et al.* (2020) explicam que, para muitos jovens, a pandemia trouxe incertezas sobre o futuro, o que é um fator comum nos transtornos de ansiedade. Sem o apoio adequado e a estrutura familiar, essas crianças e adolescentes enfrentaram sozinhos os efeitos emocionais do isolamento, gerando uma onda de ansiedade que ainda será sentida nos próximos anos.

Os idosos também compõem um grupo particularmente vulnerável no contexto da pandemia. Para muitos, a solidão e o medo de contrair o vírus agravaram sentimentos de depressão e ansiedade. Segundo Lima (2020), a solidão foi um dos principais fatores que afetaram a saúde mental dos idosos, que muitas vezes não tiveram acesso às redes de apoio ou à assistência de seus familiares devido ao risco de contágio. O isolamento social, embora necessário, acabou se tornando um fator de risco para o aumento de transtornos mentais nessa população.

A adaptação ao home office, o medo de demissões e a sobrecarga de tarefas fizeram com que muitos trabalhadores enfrentassem esgotamento mental. Duarte *et al.* (2020) sugerem que as empresas devem prestar atenção ao bem-estar emocional de seus funcionários no período pós-pandemia, oferecendo suporte psicológico e criando políticas que incentivem o equilíbrio entre vida pessoal e profissional. O esgotamento mental, ou burnout, se tornou uma questão urgente a ser tratada nas organizações.

como apontam Duarte *et al.* (2020). Pessoas que já sofriam com algum grau de ansiedade viram seus sintomas exacerbados, enquanto outras, antes saudáveis, desenvolveram quadros ansiosos pela primeira vez, refletindo a intensidade da crise. A instabilidade financeira, perda de empregos e a falta de acesso a recursos básicos aumentaram o estresse diário, alimentando a sensação de impotência que é característica dos transtornos de ansiedade.

Esses impactos foram particularmente evidentes em comunidades economicamente desfavorecidas. Lima *et al.* (2021) mostram que, para essas populações, as preocupações não eram apenas sobre a saúde física, mas sobre como sobreviver às pressões econômicas que a pandemia trouxe. A ansiedade, nesse contexto, tornou-se uma resposta ao ambiente de insegurança generalizada, exacerbada pelo isolamento e pela falta de redes de apoio emocional. O acesso limitado a tratamento psicológico ou psiquiátrico adequado agravou ainda mais a situação, criando uma barreira entre essas pessoas e os cuidados necessários.

Faro *et al.* (2020) apontam que houveram também impactos nos profissionais que enfrentaram uma combinação de exaustão, medo de adoecer e pressão constante para salvar vidas, o que contribuiu para o aumento dos transtornos de ansiedade e burnout. Mesmo aqueles com boas condições de trabalho não estavam imunes à ansiedade generalizada, já que a pandemia era um lembrete constante da fragilidade da vida e da incerteza do futuro, afetando a saúde mental de maneira significativa.

4 METODOLOGIA

4.1 Tipo de estudo

Trata-se de um estudo investigativo exploratório, descritivo retrospectivo, na especificidade pesquisa de campo, com aplicação da técnica de análise documental. Foi adotada a abordagem quantitativa que permite examinar os dados numéricos utilizando métodos estatísticos (GIL, 2017). Com o fim de caracterizar o perfil epidemiológico dos pacientes com transtorno de ansiedade atendidos nos anos de 2021 a 2023.

4.2 Cenário de pesquisa

A pesquisa foi desenvolvida no município de Santa Inês, situada no leste do estado do Maranhão, está localizada à 243 km da capital São Luís. Possui uma área territorial de 786.689 km², dos quais 3,845 km² estão em zona urbana. Sua população é de 85.014 habitantes, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2022). De acordo com o Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde CNES (2024), o município e suas adjacências contam com um total de 34 estabelecimentos de saúde. A pesquisa foi realizada na Secretaria Municipal de Saúde ou Centro de Saúde Djalma Marques, através do setor responsável a Equipe E-MULTI.

4.3 População e amostra

A população designada para o estudo foram pacientes que receberam atendimento psicológico entre o período pós- pandêmico de 2021 a 2023, a amostra foi formada por indivíduos usuários do serviço público do Centro de Saúde Djalma Marques de Santa Inês- Ma. As informações foram obtidas a partir dos prontuários físicos dos pacientes que apresentaram agravos mentais relacionados à ansiedade.

4.4 Critério de inclusão

Ter registro de atendimento/acompanhamento psicológico no centro de saúde, precisamente, que experimentaram sintomas e/ou receberam diagnóstico de transtorno de ansiedade ou outros aspectos relativos, após a fase subsequente à pandemia pelo SARS-CoV-2, independentemente dos fatores de risco.

4.5 Critério de exclusão

Neste estudo, foram removidos pacientes que não possuíam as variáveis pertinentes à pesquisa ou que apresentavam quaisquer outras condições clínicas.

4.6 Procedimentos de coleta de dados

A coleta de dados foi inicialmente baseada em solicitação de ofício à Secretaria de Saúde do Município de Santa Inês MA. Os dados referentes ao município de Santa Inês (MA) e ao período de 2021 a 2023, que correspondem ao período pós pandêmico por COVID-19 no Brasil foram obtidos na fonte de dados da Equipe E-MULTI da secretaria municipal de saúde, com aceitação da coordenação de psicologia. Foram realizadas coletas de dados entre 28 e 29 de agosto de 2024. Foram analisados prontuários físicos, selecionando aqueles que apresentavam agravos mentais relacionados à Ansiedade. O estudo contou com 1.066 prontuários físicos correspondendo ao período de 2021 a 2023, removendo-se os prontuários que não evidenciavam o instrumento Ansiedade, restaram dentre eles 127 elegíveis para análise.

4.7 Aspectos éticos e legais

Não foi necessária a submissão e aprovação ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), por se tratar de uma pesquisa que envolve apenas dados de domínio público que não identifica os participantes da pesquisa, e/ou sem envolvimento de seres humanos.

4.8 Análise dos dados

Os dados foram estruturados por meio de uma análise que aborda frequência absoluta e frequência relativa, os resultados foram exibidos em tabelas. Para as variáveis categóricas a observação foi feita quanto ao sexo, faixa etária e época do ano em que se buscou o serviço de saúde. Foram utilizadas frequências absolutas e relativas. Para facilitar o processamento de dados e os cálculos estatísticos, foram empregados programas do Microsoft Office Excel. Com a verificação da predominância das variáveis de interesse.

4.9 Riscos

A pesquisa não apresentou riscos na dimensão física, moral, intelectual, cultural e espiritual. Assim sendo, é válido salientar que as informações coletadas foram exclusivamente utilizadas para fins acadêmicos.

4.10 Benefícios

A presente discussão se propôs a contribuir para a identificação, abordagem, prevenção e cuidados do adoecimento em Ansiedade de populações assistidas pelas equipes de Enfermagem, diante das consequências deixadas no atual cenário brasileiro pela recente Pandemia de COVID-19. Os benefícios esperados para este estudo visam potencializar essa discussão e embasar condutas mais qualificadas de Enfermagem e apresentar intervenções que a permitam desempenhar um importante papel no cuidado da saúde mental, a partir do reconhecimento dos estressores e principais fatores de risco para o adoecimento mental.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

No período analisado de 2021 a 2023, foi possível obter o número total de casos de transtornos ansiosos. Somados foram 127 atendimentos relacionados à ansiedade, variando entre sintomas físicos e emocionais. Sendo o total de 26 casos em 2021, 74 em 2022 e 27 em 2023. Dentre esses foi observado que 101 dos casos foram do sexo feminino e 26 do sexo masculino. Todas as variáveis relevantes do ponto de vista epidemiológico para este estudo foram cuidadosamente analisadas e apresentadas em tabelas e posteriormente, em gráficos para facilitar a visualização e compreensão dos resultados.

Tabela 1- Frequência relativa dos atendimentos por ano- Santa Inês, Maranhão, Brasil.

Ano	Número de Casos	Frequência Relativa (%)
2021	26	20,47%
2022	74	58,27%
2023	27	21,26%
Total	127	100%

FONTE: Elaborado pelo autor (2024).

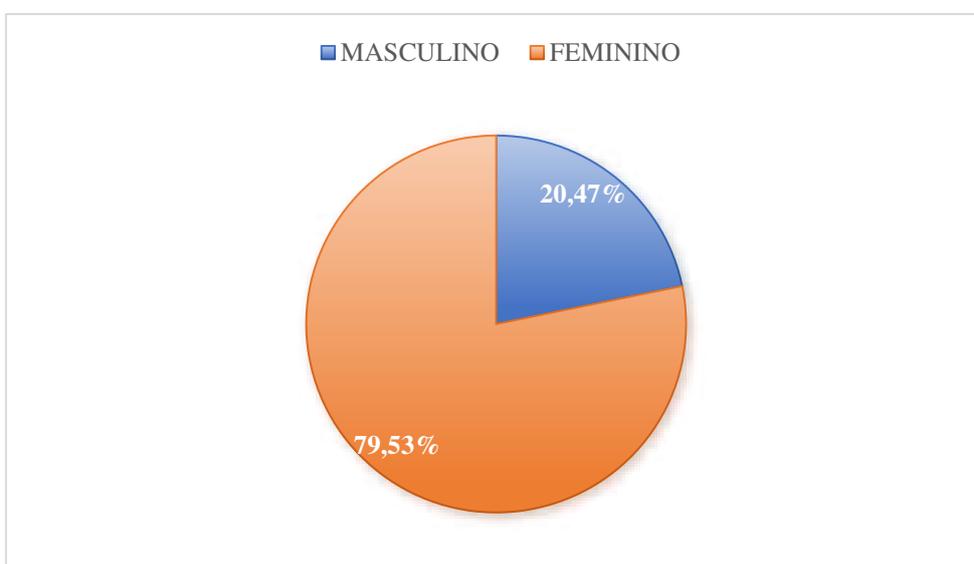
A análise dos resultados mostra uma distribuição desigual dos atendimentos por ano. O ano de 2022 registrou a maior quantidade de casos (58,27%), o que pode indicar um aumento na procura por atendimento ou um maior número de pessoas em tratamento durante esse período. O ano de 2021, com 20,47% dos casos, teve a menor proporção, o que pode refletir uma menor demanda ou a falta de dados completos para esse ano. Já 2023, com 21,26%, apresenta um número semelhante ao de 2021, sugerindo uma possível estabilização ou uma recuperação após o pico de 2022.

Estudos de Feter *et al.* (2022) revelaram que em 2022, no ápice da quarta onda da COVID-19, o número de casos de ansiedade e depressão foram consideravelmente menores quando comparados com a primeira onda. Em contrapartida, apesar da redução, esses níveis permanecem elevados. Do ponto de vista epidemiológico, a análise dos dados indica que muitos pacientes enfrentaram dificuldades no acesso a serviços de saúde mental durante a pandemia, exacerbando os sintomas de ansiedade. A falta de recursos e suporte psicológico adequado pode ter contribuído para a piora dos quadros clínicos.

Além disso, a presença de comorbidades, como doenças crônicas, intensifica a incidência de sintomas de ansiedade, uma vez que a insegurança quanto à saúde física se reflete na

saúde mental. Esse padrão pode refletir diversos fatores, como diagnóstico psiquiátrico atual, problemas de sono, abuso emocional ou violência, os quais foram evidenciados como os principais preditores de sofrimento psicológico entre os brasileiros durante a pandemia de COVID-19 (Calegaro *et al*, 2022). A análise de tais tendências ao longo de mais anos pode ajudar a compreender se esse aumento foi pontual ou se representa um cenário mais duradouro. Certamente, caso não seja enfrentado, o impacto da ansiedade pode se tornar mais severo do que o próprio efeito do vírus na saúde, levando a uma crise mais prolongada e intensa no Brasil (Feter *et al*, 2022).

Gráfico 1- Perfil dos casos de ansiedade segundo variável sexo, no município de Santa Inês, MA, 2024.



FONTE: Elaborado pelo autor (2024).

No gráfico 1 é possível analisarmos um predomínio do sexo feminino com 79,53% dos atendimentos concentrados, o que pressupõe uma maior predisposição das mulheres em procurar o serviço de saúde ou talvez a constatação de uma maior vulnerabilidade feminina em relação aos transtornos de ansiedade, com base em fatores fisiológicos, sociais ou culturais. Os transtornos de ansiedade são duas vezes mais comuns em mulheres do que em homens, sendo influenciados por fatores biológicos, psicológicos e sociais que contribuem para essa disparidade (Cantilino; Zambaldi, 2020). Além disso, estudos têm sugerido que mulheres tendem a ser mais abertas em relação à saúde mental e a buscar tratamento com mais frequência do que homens.

No diz respeito aos fatores biológicos, Sophie *et al*. (2017) afirma que o estradiol e a progesterona, hormônios femininos, aumentam a vulnerabilidade à transtornos de ansiedade nas mulheres e contribuem para a manutenção dos sintomas de ansiedade. Por outro lado, Loret *et al*. (2021) verificou que durante a pandemia, os transtornos de ansiedade e depressão tiveram

taxas mais altas entre as mães, principalmente devido a cargas de trabalho doméstico e demandas da maternidade no cuidado com os filhos.

Com relação a baixa representação do sexo masculino nos dados encontrados, nos quais 20,47% dos atendimentos, esse resultado pode indicar um subdiagnóstico ou uma menor disposição dos homens para buscar ajuda. Fatores socioculturais, como estigmas sobre a saúde mental e a expectativa de que os homens "sejam fortes" e não demonstrem fragilidade, podem explicar essa discrepância. Além disso, os homens podem ter uma maior relutância em expressar suas dificuldades emocionais, o que pode resultar em um número menor de casos registrados.

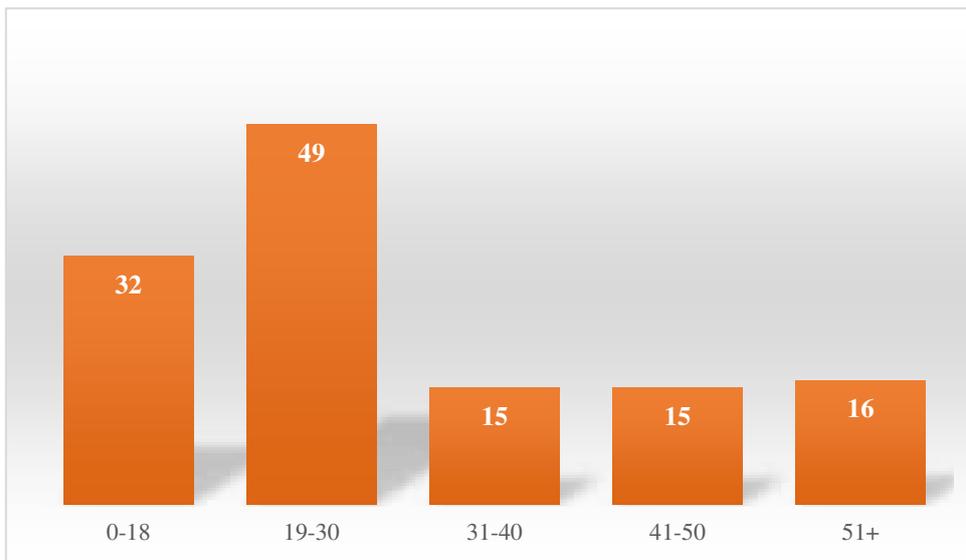
Homens com problemas de saúde mental evitam procurar tratamento devido a barreiras percebidas, como custo, estigma e falta de conhecimento sobre psicoterapia. Pesquisas realizadas por Seidler *et al.* (2020) fizeram uma comparação entre 2 grupos de homens, aqueles que demonstraram interesse em buscar ajuda para seu problema de saúde mental e aqueles que não queriam ajuda. Esse último grupo expressou incerteza sobre a eficácia da psicoterapia ou preferiam omitir ao médico se estavam se sentindo deprimidos e/ou preferiam resolver seus próprios problemas. Assim, a identificação dessas barreiras é fundamental para propor melhorias na infraestrutura de saúde mental da região.

O diagnóstico de transtornos de ansiedade pode se tornar ainda mais desafiador quando os pacientes não compartilham com seus médicos os sintomas relacionados à ansiedade. Isso pode ocorrer devido ao receio do estigma negativo frequentemente associado ao diagnóstico de um transtorno mental (Sharma; Verbeke, 2021).

A análise dos dados indica que a falta de informação sobre saúde mental é uma barreira significativa para a busca de tratamento. Campanhas de conscientização são essenciais para desmistificar os sintomas de ansiedade e encorajar a população a procurar ajuda. A educação sobre saúde mental deve ser direcionada a todos os níveis da comunidade, desde escolas até serviços de saúde.

O gráfico 2 mostra a distribuição da idade dos pacientes avaliados, observou-se que a faixa etária de 19 a 30 (38,6%) anos representa a maior proporção de pacientes com ansiedade no período pós COVID-19, seguido da faixa etária compreendida em menores de 18 anos (25,2%).

Gráfico 2- Distribuição dos usuários por faixa etária.



FONTE: Elaborado pelo autor (2024).

Esses dados sugerem que os jovens adultos podem ter sido mais vulneráveis ao desenvolvimento ou agravamento de transtornos de ansiedade durante e após a pandemia, possivelmente devido a fatores como mudanças nas rotinas educacionais/profissionais e insegurança econômica. Estudos indicam que os altos níveis de solidão, preocupações relacionadas à COVID-19 e baixa tolerância ao estresse estiveram fortemente associados a quadros clínicos de depressão, ansiedade e sintomas de TEPT- Transtorno de estresse pós-traumático em jovens adultos durante a pandemia (Liu *et al*; 2020). Além disso, Jovens adultos que enfrentam dificuldades nos relacionamentos entre os membros da família são mais vulneráveis a sintomas depressivos e de ansiedade generalizada durante o bloqueio da COVID-19 (Gambin *et al.*, 2021).

A faixa etária compreendida entre menores de 18 anos também apresenta uma porção significativa de casos (25,2%), apontando que crianças e adolescentes também foram fortemente afetadas, ao contrário do que se espera da tenra idade, os dados coletados revelaram que a maioria desses jovens tiveram agravos mentais devido, principalmente, a alterações na dinâmica familiar associado ao impacto psicológico resultante do fechamento das escolas e o distanciamento social dos amigos. Esses dados estão em consonância com pesquisas anteriores que identificaram altas taxas de ansiedade, depressão e sintomas pós-traumáticos entre crianças durante a pandemia (Miranda *et al.*, 2020).

Figueiredo *et al.*, (2021) destaca a necessidade de vigilância e cuidado às crianças e adolescentes no período pós- pandêmico visto que tal grupo foi severamente afetado em sua saúde mental devido ao afastamento abrupto da escola, da vida social, de atividades ao ar livre

que culminou no aumento do estresse e da ansiedade.

Esses resultados têm implicações importantes para políticas de saúde mental, indicando a necessidade de estratégias de intervenção específicas para essas faixas etárias. Para os jovens adultos, isso pode envolver apoio psicológico relacionado a questões de transição de vida, enquanto para crianças e adolescentes, o foco poderia ser na reintegração escolar e no suporte emocional durante o retorno à normalidade pós-pandemia. A alta prevalência de ansiedade em ambos os grupos também sugere a urgência em integrar a saúde mental de forma mais eficaz nos serviços de saúde pública, com programas preventivos e de tratamento direcionados a essas populações.

Dados coletados indicam que mulheres e jovens adultos estão desproporcionalmente afetados. Isso está alinhado com estudos anteriores que apontam para uma maior vulnerabilidade em mulheres durante crises de saúde. Portanto, uma abordagem que considere essas variáveis pode ajudar a direcionar intervenções específicas.

Tabela 2- Principais sintomas relatados pelos pacientes.

Físicos	33 sintomas
<i>Mutilação</i>	11
<i>Insônia</i>	9
<i>Tremor</i>	5
<i>Falta de Appetite</i>	2
<i>Outros sintomas</i>	6
<i>Total</i>	33
Psicológicos	237 sintomas
<i>Ideação/tentativa de suicídio</i>	4
<i>Irritação/agressividade</i>	22
<i>Ansiedade generalizada</i>	101
<i>Medo/angústia</i>	12
<i>Isolamento</i>	9
<i>Choro</i>	18
<i>Outros sintomas</i>	71
<i>Total</i>	237

FONTE: Elaborado pelo autor (2024).

Os dados mostram que os principais sintomas emocionais relatados incluem a ansiedade generalizada, irritação e choro. Esses sintomas estão interligados, formando um ciclo que pode ser difícil de romper. A análise revela que muitos pacientes expressaram um aumento significativo na ansiedade em resposta a eventos estressantes, como a perda de emprego,

estresse familiar e a preocupação com a saúde de familiares. A literatura sugere que esses estressores podem intensificar a sensação de vulnerabilidade, levando a um aumento nos sintomas de ansiedade. A sensibilidade a fatores estressantes da COVID-19 está relacionada à maior prevalência de transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e sintomas de estresse pós-traumático (TEPT) (Abdalla *et al.*, 2021). Assim, a análise dos dados indica a necessidade de estratégias que promovam a reintegração social e o apoio emocional, vital para a recuperação da saúde mental da população.

Os eventos traumáticos vividos durante a pandemia, como a perda de entes queridos e a experiência direta com a COVID-19, foram identificados como fatores significativos para o desenvolvimento de transtornos de ansiedade. A análise revela que a maioria dos entrevistados relatou experiências de luto não processadas e estresse agudo, associadas à sensação de perda de controle. Isso está de acordo com a teoria do estresse pós-traumático, que sugere que experiências traumáticas podem levar a um aumento significativo nos sintomas de ansiedade. De acordo com Katzman e Papouchis (2022) As reações de luto durante a pandemia de COVID-19 demonstraram diferenças significativas na desregulação emocional e na ansiedade relacionada ao apego.

A investigação também sugere que o suporte emocional inadequado durante esses eventos traumáticos exacerba os sintomas. Muitos indivíduos não tiveram a oportunidade de participar de rituais de luto adequados, o que pode complicar o processo de aceitação. Portanto, a análise destaca a necessidade de intervenções de enfermagem que abordem esses traumas específicos e ofereçam suporte contínuo.

A análise dos dados também apontou variados sintomas físicos decorrentes do transtorno ansioso, com a auto-mutilação representando o maior número destes, seguido de distúrbios do sono. Alguns estudos sugerem que a causa dos sintomas físicos é devido à influência de fatores psicológicos e sociais, como a propensão a experimentar emoções negativas, segundo Terlizzi *et al.*, (2020) sintomas psicológicos como preocupação excessiva, dificuldade de concentração, irritabilidade, tensão muscular ou distúrbios do sono podem levar a sintomas físicos ligados à ansiedade.

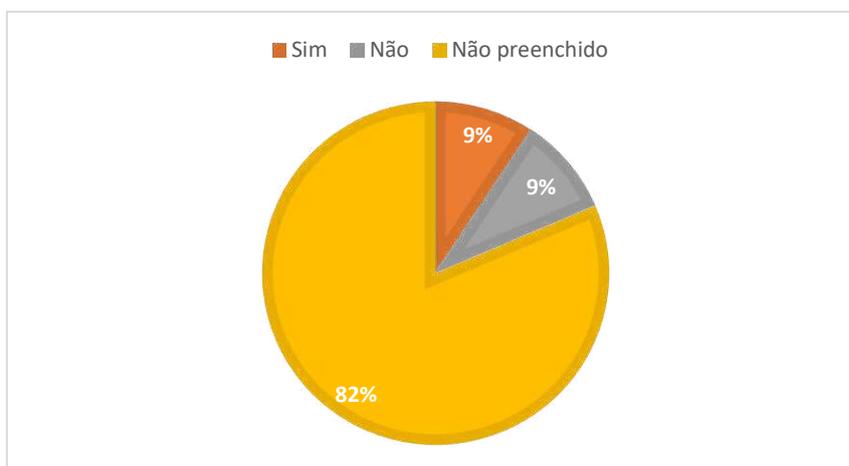
Os resultados encontrados sugerem que intervenções de enfermagem são essenciais para mitigar os efeitos dos transtornos de ansiedade na população. O papel dos profissionais de enfermagem, que frequentemente são os primeiros a identificar problemas de saúde mental, é crucial. Estratégias como escuta ativa, suporte emocional e promoção de auto-cuidado têm mostrado eficácia na redução dos sintomas de ansiedade, além disso, estimular padrões cognitivos saudáveis e uma mentalidade flexível entre os jovens pode contribuir para a

diminuição da ansiedade e da depressão, embora sejam necessárias mais investigações para validar sua eficácia (Lau *et al.*, 2021).

A análise destaca a importância de capacitar enfermeiros para reconhecer sinais de sofrimento emocional e implementar intervenções adequadas. A enfermagem, através de técnicas mente-corpo, pode oferecer um suporte adequado e sensível às necessidades dos pacientes com relação às emoções negativas, o tremor e o desconforto geral, bem como reestabelecer a qualidade de vida geral de pacientes com transtorno de ansiedade (Yang, 2023). Portanto, a análise sugere que a integração da saúde mental na formação de profissionais é um passo crucial para melhorar a resposta do sistema de saúde às crises emocionais.

Por outro lado, a criação de grupos de apoio e a promoção de atividades comunitárias podem proporcionar um espaço seguro para que os indivíduos compartilhem suas experiências e encontrem suporte mútuo. A análise dos dados indica que o suporte social atua como um fator protetor, ajudando os indivíduos a lidarem melhor com o estresse. Estudos mostram que comunidades que mantiveram laços sociais durante a pandemia apresentaram níveis de ansiedade significativamente mais baixos. Redes pessoais sólidas favorecem a resiliência diante dos desafios comuns de saúde mental em períodos de crise, especialmente entre jovens adultos, cujos vínculos sociais foram impactados pela pandemia de COVID-19 (Perry *et al.*, 2023). A análise sugere que programas que promovem a interação social e o fortalecimento das redes de apoio são vitais para a recuperação emocional da população e reforça a necessidade de estratégias que promovam a coesão social como uma forma de enfrentar os desafios da saúde mental.

Gráfico 3- Comparação entre percentual de pacientes em tratamento medicamentoso e/ou acompanhamento psiquiátrico e pacientes sem registro de tratamento.



FONTE: Elaborado pelo autor (2024).

Observa-se que 82% dos casos não possuíam essa variável preenchida, esse resultado propõe que a falta de preenchimento adequado de prontuários pode impactar os níveis de saúde devido às complicações na gestão do paciente, erros de medicação, e redução na qualidade dos serviços de saúde. Em contrapartida, a análise dos dados demonstra que indivíduos com transtornos mentais pré-existent experimentaram um agravamento dos sintomas de ansiedade no período pós- COVID-19, 9% dos pacientes atendidos faziam uso de medicação psiquiátrica, constatou que pacientes com transtornos psiquiátricos preexistentes relataram piora dos sintomas psiquiátricos durante a pandemia de COVID-19 (Vindegaard; Benros, 2020).

Por fim, os dados reforçam a necessidade de políticas públicas que priorizem a saúde mental. O investimento em serviços de saúde mental e programas de prevenção é essencial para atender às necessidades emergentes da população. A análise sugere que a criação de diretrizes que integrem a saúde mental ao sistema de saúde pode facilitar diagnósticos e intervenções precoces.

O papel da tecnologia também merece destaque nesse contexto. Com o distanciamento social, muitas pessoas recorreram a plataformas digitais para obter suporte emocional, resultando em um aumento no uso de telepsicologia e serviços de saúde mental online. Essa mudança tem o potencial de democratizar o acesso a cuidados, mas também traz desafios, como a necessidade de garantir que esses serviços sejam seguros e eficazes (Soares; Meucci, 2020).

A construção de uma rede de apoio social e comunitário é essencial para a mitigação dos efeitos da pandemia sobre a saúde mental. A promoção de atividades que incentivem a interação social, mesmo que virtualmente, pode ser um passo importante para reduzir a sensação de isolamento e solidão, contribuindo assim para o bem-estar emocional da população.

A colaboração entre diferentes setores, como saúde, educação e assistência social, é fundamental para criar uma abordagem eficaz. Políticas que promovam a saúde mental em ambientes escolares e de trabalho podem ajudar a identificar e tratar problemas antes que se tornem graves. Assim, a análise conclui que uma resposta coordenada e abrangente é essencial para enfrentar os desafios impostos pela pandemia na saúde mental da população de Santa Inês.

5 CONCLUSÃO

A conclusão sobre a relação entre o contexto pós-pandêmico e a incidência de transtornos de ansiedade em Santa Inês, Maranhão, nos mostra um panorama desafiador e humano. A pandemia de COVID-19 deixou marcas profundas na saúde mental da população, evidenciando que os efeitos vão muito além do período crítico da crise. Muitos cidadãos não apenas enfrentaram situações de estresse extremo e perda, mas também se viram imersos em

uma incerteza que continua a impactar suas vidas cotidianas. Essa realidade destaca a necessidade urgente de olhar para a saúde mental de maneira mais compassiva e integrada.

As experiências traumáticas, como a morte de familiares e o isolamento social, foram especialmente dolorosas e se tornaram gatilhos para o aumento dos transtornos de ansiedade. Ao analisar os dados, fica claro que essas vivências não podem ser ignoradas; elas pedem um reconhecimento e um acolhimento por parte das instituições de saúde. Precisamos de uma abordagem que não só trate os sintomas, mas que também ofereça um espaço seguro para que as pessoas compartilhem suas histórias e sentimentos. O apoio psicológico e social se torna vital nesse contexto, ajudando a reconstruir a conexão entre os indivíduos e a comunidade.

A necessidade de políticas públicas que priorizem a saúde mental é mais evidente do que nunca. Em regiões como Santa Inês, onde os recursos são limitados, é essencial que haja um esforço conjunto para garantir que todos tenham acesso ao apoio necessário. Profissionais de saúde mental bem treinados e programas de suporte acessíveis podem fazer uma diferença significativa na vida das pessoas. Investir em iniciativas que promovam o bem-estar emocional pode ser um caminho para a recuperação e a construção de uma sociedade mais forte.

A relação entre a pandemia e os transtornos de ansiedade em Santa Inês não é apenas uma estatística; ela representa histórias de vida, de luta e de esperança. À medida que avançamos, é crucial que todos, desde os formuladores de políticas até os membros da comunidade, reconheçam a importância de cuidar uns dos outros. Somente juntos podemos enfrentar esses desafios e criar um futuro onde a saúde mental seja uma prioridade e onde todos se sintam apoiados e valorizados.

Essa reflexão nos lembra que, por trás de cada dado, há uma pessoa que precisa de compreensão e empatia. É hora de agir, de escutar e de oferecer um espaço onde a cura e a solidariedade possam florescer, transformando as experiências difíceis da pandemia em um impulso para a construção de uma sociedade mais resiliente e unida.

REFERÊNCIAS

- ABDALLA, Salma M. *et al.* Mental health consequences of COVID-19: a nationally representative cross-sectional study of pandemic-related stressors and anxiety disorders in the USA. **BMJ open**, v. 11, n. 8, p. e044125, 2021. Acesso em: 17 Abril 2024.
- ASSOCIATION, American Psychiatric. Transtornos de Ansiedade: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais. **Psychiatry.org**, 2023. Disponível em: <https://www.psychiatry.org/patients-families/anxiety-disorders/what-are-anxiety-disorders>. Acesso em: 27 nov. 2024.
- BARROS, Marilisa Berti de Azevedo *et al.* Qualidade do sono, saúde e bem-estar em estudo de base populacional. **Revista de saúde pública**, v. 53, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/tsYyRNmY7Lj9tLLDnCLMg3b/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 06 Mar. 2024.
- BRASIL. Secretaria de Atenção à Saúde. **Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde-CNESnet**. [online].: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: https://cnes2.datasus.gov.br/Listar_Mantidas.asp?VCnpj=06198949000124&VEstado=21&VNome=PREFEITURA%20MUNICIPAL%20DE%20SANTA%20INES. Acesso em: 16 Jan 2024.
- BROOKS, K Samantha *et al.* O impacto psicológico da quarentena e como reduzi-lo: rápida revisão das evidências. **The Lancet**, v. 395, 2020. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30460-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30460-8/fulltext). Acesso em: 06 mar. 2024.
- CALEGARO, Vitor Crestani et al. Closed doors: Predictors of stress, anxiety, depression, and PTSD during the onset of COVID-19 pandemic in Brazil. **Journal of affective disorders**, v. 310, p. 441-451, 2022. Acesso em 05 Nov. 2024.
- CAMOZZATO, Analuiza et. al. Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: psicofármacos na Covid 19. Rio de Janeiro: Fiocruz/ CEPEDS, 2020.
- CORREIA, Ana Maria *et al.* Plano Nacional de Preparação e Resposta à Doença por novo coronavírus (COVID-19). **Lisboa: Direção-Geral da Saúde**, 2020. Acesso em: 11 Mar. 2024.
- DA SILVA, Flaviane Cristine Troglgio; NETO, Modesto Leite Rolim. Sintomatologia psiquiátrica associada à depressão, ansiedade, angústia e insônia em profissionais de saúde que trabalham em pacientes afetados pela COVID-19: uma revisão sistemática com meta-análise. **Progresso em Neuro-Psicofarmacologia e Psiquiatria Biológica**, v. 110057, 2021. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0278584620303730>.
- DE ARRIAGA, Miguel André Telo. **O Impacto Do Evento Na Resposta Ao Trauma**. 2018. Tese de Doutorado. Universidade da Beira Interior (Portugal), 2018. Disponível em: <https://www.proquest.com/openview/b675fb3a0015a0e4dc3f8eb25ea031a7/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>. Acesso em: 16 Mar 2024.
- DE MIRANDA, Debora Marques et al. How is COVID-19 pandemic impacting mental health

of children and adolescents? *International journal of disaster risk reduction*, v. 51, p. 101845, 2020.

DUARTE, Michael de Quadros; SANTO, Manuela Almeida da Silva; LIMA, Carolina Palmeiro; GIORDANI, Jaqueline Portella; TRENTINI, Clarissa Marceli. COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 9, p. 3401-3411, set. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.16472020>. Acesso em 01 out 2024.

FARO, André et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de psicologia (Campinas)**, v. 37, p. e200074, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 02 out. 2024.

FERNANDES, Miriam González Freijeiro de Matos. **Stress pós-traumático e estratégias de ajustamento psicológico em pessoas devido à infecção pelo SARS-CoV-2**. 2021. Dissertação (Mestrado em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiatria) - Escola Superior De Enfermagem Do Porto, Porto, 2021. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/39314>. Acesso em: 16 Mar 2024.

FETER, N. et al. Sharp increase in depression and anxiety among Brazilian adults during the COVID-19 pandemic: findings from the PAMPA cohort. **Public health**, v. 190, p. 101-107, 2021. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0033350620305011>. Acesso em: 30 Nov. 2024.

FIEDLER, Milla Wildemberg; ARAÚJO, Alisson; SOUZA, Márcia Christina Caetano de. A prevenção da gravidez na adolescência na visão de adolescentes. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 24, p. 30-37, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/VJpfBML95m99849vyStb7Tt/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 16 Abril 2024.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: recomendações gerais**. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz; 2020.

GAMBIN, Małgorzata et al. Generalized anxiety and depressive symptoms in various age groups during the COVID-19 lockdown in Poland. Specific predictors and differences in symptoms severity. **Comprehensive Psychiatry**, v. 105, p. 152222, 2021. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0010440X2030064X>. Acesso em: 30 Nov. 2024.

GUO, Jing *et al.* Lidando com a COVID-19: a exposição à COVID-19 e o impacto negativo nos meios de subsistência predizem problemas elevados de saúde mental em adultos chineses. **Revista internacional de pesquisa ambiental e saúde pública**, v. 17, n. 11, pág. 3857, 2020. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/11/3857>. Acesso em: 13 Mar 2024.

HIANY, Natália *et al.* Perfil epidemiológico dos transtornos mentais na população adulta no Brasil: uma revisão integrativa. **Revista Enfermagem Atual in Derme**, v. 86, n. 24, 2018. Disponível em: <https://www.revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/676>. Acesso em:

30 Nov 2024.

HOSSAIN, Md Mahbub; SULTANA, Abida; PUROHIT, Neetu. Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: a systematic umbrella review of the global evidence. **Epidemiology and health**, v. 42, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7644933/>. Acesso em: 13 Mar 2024.

HUANG, Yeen; ZHAO, Ning. Transtorno de ansiedade generalizada, sintomas depressivos e qualidade do sono durante o surto de COVID-19 na China: uma pesquisa transversal baseada na web. **Pesquisa em psiquiatria**, v. 288, p. 112954, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov.translate.google/32325383/>. Acesso em: 06 Mar. 2024.

HUBBARD, Gill et al. Sociodemographic and psychological risk factors for anxiety and depression: findings from the Covid-19 health and adherence research in Scotland on mental health (CHARIS-MH) cross-sectional survey. **International journal of behavioral medicine**, p. 1-13, 2021.

IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Cidades e Estados**, 2022. [online]. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/ma/santa-ines.html>. Acesso em: 16 Abril 2024.

IDRISSI, Abdelkrim Janati *et al.* Qualidade do sono e saúde mental no contexto da pandemia e confinamento da COVID-19 em Marrocos. **Medicina do sono**, v. 74, pág. 248-253, 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1389945720303610>. Acesso em: 11 mar 2024.

KATZMAN, William; PAPOUCHIS, Nicholas. Grief Responses during the COVID-19 Pandemic: Differences in Attachment and Emotion Regulation. **Journal of Loss and Trauma**, v. 27, n. 8, p. 761-772, 2022. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/15325024.2022.2040154>. Acesso em: 30 Nov. 2024.

LI, Sophie H.; GRAHAM, Bronwyn M. Why are women so vulnerable to anxiety, trauma-related and stress-related disorders? The potential role of sex hormones. *The Lancet Psychiatry*, v. 4, n. 1, p. 73-82, 2017. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(16\)30358-3/abstract](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(16)30358-3/abstract). Acesso em: 30 Nov 2024.

LIMA, J. L.; MELO, A. B. de; PERPETUO, C. L. Pandemia e a exacerbação das vulnerabilidades sociais: impactos na saúde mental. *Akrópolis, Umarama*, v. 29, n. 1, p. 59-74, jan./jun. 2021. Disponível em: <https://unipar.openjournalsolutions.com.br/index.php/akropolis/article/view/8310>. Acesso em: 30 Nov 2024.

LIMA, Rossano Cabral. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 30, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/nyq3wrt8qpWFsSNpbgYXLWG/?format=html>. Acesso em: 30 Nov. 2024.

LIU, Cindy H. *et al.* Factors associated with depression, anxiety, and PTSD symptomatology during the COVID-19 pandemic: Clinical implications for US young adult mental health. **Psychiatry research**, v. 290, p. 113172, 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120311185>. Acesso em: 16 mar. 2024.

LOPES, Keyla Crystina da Silva Pereira; SANTOS, Walquiria Lene dos. Transtorno de ansiedade. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, [S. l.], v. 1, n. 1, p. 45–50, 2018. Disponível em: <https://revistasfacesa.senaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/47>. Acesso em: 16 mar. 2024.

LORET DE MOLA, Christian *et al.* Increased depression and anxiety during the COVID-19 pandemic in Brazilian mothers: a longitudinal study. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 43, n. 3, p. 337-338, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/3jqwWR6N78dfGkWLR5dysQt/?lang=en>. Acesso em: 16 mar. 2024.

OLIVIERO, Giovanni *et al.* Replay to Response to Oliviero *et al.*'s Publication: "Impact of COVID-19 lockdown on symptoms in patients with functional gastrointestinal disorders: Relationship with anxiety and perceived stress". **Neurogastroenterology and Motility**, v. 33, n. 11, 2021.

(OPAS). ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo, 2022**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em#:~:text=M%C3%BAltiplos%20fatores%20de%20estresse,e%20envolvimento%20em%20suas%20comunidades>. Acesso em: 06 mar. 2024.

ORNELL, F. *et al.* Pandemia de medo e COVID-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. **Revista debates in psychiatry**, 2020. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/ufrgs/noticias/arquivos/pandemia-de-medo-e-covid-19-impacto-na-saudemental-e-possiveis-estrategias>. Acesso em: 8 ago. 2024.

PAULITO, Alexandra Lopes. **Eventos de vida: perturbação de stress pós-traumático, regulação emocional e suporte social**. 2020. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Universidade Lusíada. Lisboa, 2020. Disponível em: http://repositorio.ulusiada.pt/bitstream/11067/5771/1/mpc_alexandra_paulito_dissertacao.pdf. Acesso em: 12 Mar 2024.

PEPLAU, Hildegard E. Relações interpessoais em enfermagem. *AJN The American Journal of Nursing*. PEPLAU, Hildegard E. **Um quadro conceitual de referência para enfermagem psicodinâmica**. Springer; 1991. p. 368. Disponível em: https://journals.lww.com/ajnonline/citation/1952/06000/Interpersonal_Relations_in_Nursing.62.aspx. Acesso em: 13 Mar 2024.

PEREIRA, Caroline Figueira *et al.* Intervenções para ansiedade que podem ser utilizadas por enfermeiros: revisão de escopo. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 36, p. eAPE008232, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/NDRWVbQBjxGh5QcYWkDHVkr/>. Acesso em: 13 Mar 2024.

PETERS-TANKSLEY, Carol. **Batalha espiritual para vencer o medo e a ansiedade**. 1. ed. Rio de Janeiro: Thomas Nelson Brasil, 2018. 256 p.

ROCHA, Fábio Lopes; HARA, Cláudia; PAPROCKI, Jorge. Doença mental e estigma. **Revista Médica de Minas Gerais**, v. 25, n. 4, p. 590-596, 2015. DOI: 10.5935/2238-3182.20150127. PDF.

SANTOS, Uallace Carlos Leal *et al.* Vulnerabilidade psicológica e transtorno de ansiedade generalizada: do diagnóstico ao tratamento de ansiedade generalizada. **Facit Business and Technology Journal**, v. 2, n. 16, 2020. Disponível em: <http://revistas.faculdefacit.edu.br/index.php/JNT/article/view/606>. Acesso em: 30 Nov. 2024.

SEIDLER *et al.* "O que atrapalha? Perspectivas dos homens sobre as barreiras aos serviços de saúde mental." **International Journal of Social Psychiatry**, 66 (2020): 105 - 110. <https://doi.org/10.1177/0020764019886336>.

SHARMA, Amita; VERBEKE, Willem JMI. Understanding importance of clinical biomarkers for diagnosis of anxiety disorders using machine learning models. **PloS one**, v. 16, n. 5, p. e0251365, 2021. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0251365>. Acesso em: 25 Nov. 2024.

SHEBELSKI, Katherine A. *et al.* "Transtornos de ansiedade." **Enciclopédia de pesquisa sobre qualidade de vida e bem-estar** (2020). https://doi.org/10.1007/978-3-319-69909-7_99-2.

SILVA, Hengrid Graciely Nascimento; DOS SANTOS, Luís Eduardo Soares; DE OLIVEIRA, Ana Karla Sousa. Efeitos da pandemia do novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades/Effects of the new Coronavirus pandemic on the mental health of individuals and communities. **Journal of nursing and health**, v. 10, n. 4, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/18677>. Acesso em: 16 Mar 2024.

SOARES, Pedro San Martin; MEUCCI, Rodrigo Dalke. Epidemiologia dos Transtornos Mentais Comuns entre mulheres na zona rural de Rio Grande, RS, Brasil. **Ciência & saúde coletiva**, v. 25, n. 8, p. 3087-3095, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/v25n8/1413-8123-csc-25-08-3087.pdf>. Acesso em: 16 Mar 2024.

TAN, Benjamin YQ *et al.* Impacto psicológico da pandemia de COVID-19 nos profissionais de saúde em Singapura. **Annals of internal medicine**, v. 173, n. 4, p. 317-320, 2020. Disponível em: <https://www.acpjournals.org/doi/full/10.7326/M20-1083?journalCode=aim>. Acesso em: 12 Mar 2024.

VINDEGAARD, Nina; BENROS, Michael Eriksen. COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence. **Brain, behavior, and immunity**, v. 89, p. 531-542, 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0889159120309545>. Acesso em: 12 Mar 2024.

XIANG, Yu-Tao *et al.* São urgentemente necessários cuidados de saúde mental oportunos para o surto do novo coronavírus de 2019. **A psiquiatria da lanceta**, v. 7, n. 3, pág. 228-229, 2020. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(20\)30046-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(20)30046-8/fulltext). Acesso em: 16 Mar 2024.