

# ANSIEDADE E DEPRESSÃO: IMPACTOS DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL

Congresso Online Brasileiro de Medicina, 3<sup>a</sup> edição, de 29/11/2022 a 01/12/2022  
ISBN dos Anais: 978-65-5465-003-8

SÍLVA; Raíssa Baleeiro Alves Sílva<sup>1</sup>, ROCHA; Lays Araujo Rocha<sup>2</sup>, MENDES; Lavinny Rios Vilas Boas Mendes<sup>3</sup>, PACA; Mikaelly Martins Paca<sup>4</sup>, OLIVEIRA; Tiago Santana Ferraz de Oliveira<sup>5</sup>, FILHO; Luiz Carlos Nunes Teixeira<sup>6</sup>

## RESUMO

**Introdução:** A ansiedade é definida como sintoma psiquiátrico e/ou como reação emocional fisiológica relacionada a diversas circunstâncias da vida. É frequente tanto em crianças, com 9%, quanto em adultos, correspondendo a 15%. Já a depressão, é uma alteração do estado do humor que afeta os interesses, as vontades, a capacidade cognitiva e o controle dos impulsos. Acomete 121 bilhões de pessoas em todo o mundo. As manifestações clínicas são: mau humor, alterações do sono, agressão verbal e desinteresse por atividades cotidianas. Com o advento da pandemia, surgiram impactos na saúde mental. Estratégias podem ser realizadas com a finalidade de auxiliar na redução do nível de estresse, sendo elas a leitura, meditação, jogos e exercícios. **Objetivo:** Explicar os impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental. **Método:** Foi realizada uma revisão de literatura nas bases de dados Scientific Electronic Online (Scielo), com os descritores “ansiedade”, “depressão” e “pandemia”. Utilizaram-se apenas artigos publicados entre 2019 e 2020. **Resultados:** Com surgimento da pandemia da Covid-19, foram observados impactos na saúde mental da população, gerando um prejuízo econômico, social e emocional. Esses fatores ocorreram devido o próprio confinamento, bem como pelos obstáculos no mercado de trabalho. Além disso, com a mudança do método educacional, o convívio social se tornou prejudicado, e os estudantes se mostraram mais fragilizados. **Conclusão:** A saúde mental dos indivíduos sofreu um impacto significativo com a pandemia devido a mudança de todo o contexto no país. Assim, é imprescindível a realização de estratégias que melhoram a qualidade de vida das pessoas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Circunstâncias, Emocional, Estresse, Humor, Patologia viral

<sup>1</sup> Faculdades Integradas Padrão de Guanambi, raisa.alves2011@gmail.com

<sup>2</sup> Faculdades Integradas Padrão de Guanambi, layrocha@hotmail.com

<sup>3</sup> Faculdades Integradas Padrão de Guanambi, rioslaviny@gmail.com

<sup>4</sup> Faculdades Integradas Padrão , mikaellypaca2012@gmail.com

<sup>5</sup> Faculdades Integradas Padrão de Guanambi, peuet@gmail.com

<sup>6</sup> Faculdades Integradas Padrão de Guanambi, luizfilho322@hotmail.com