

Revisão sistemática sobre estresse, isolamento social e COVID-19

Marinalva Batista dos Santos Neves* & Selediana de Souza Godinho

Universidad de Flores

*Contacto: nalvabt@hotmail.com

Resumo: O isolamento social pode gerar estresse. O objetivo do artigo é descrever os impactos causados pelo estresse durante o isolamento social na pandemia de Covid-19. Utilizamos a metodologia PRISMA-NMA com revisão sistemática aos bancos de dados (REDIB, DOAJ, Redalyc, BMJ, BVS, Scielo, Dialnet e PubMed) e obtidos 27 artigos. Os resultados indicam que os impactos causados pelo isolamento social/Pandemia Covid-19 incidem diretamente na saúde mental, com consequências observadas também nos campos: financeiro e econômico, educação, gênero entre outros. Esta revisão mostra que novas pesquisas ainda são necessárias para ampliar a investigação.

Palavras-chave: Estresse, Isolamento social, Covid-19

Title: Systematic review of stress, social isolation and COVID-19

Abstract: Social isolation can create stress. The aim of this article is to describe the impacts caused by stress during social isolation in the Covid-19 pandemic. We used the PRISMA-NMA methodology with systematic review of the databases (REDIB, DOAJ, Redalyc, BMJ, VHL, Scielo, Dialnet and PubMed) and obtained 27 articles. The results

indicate that the impacts caused by social isolation/Pandemic Covid-19 directly affect mental health, with consequences also observed in the fields: economic, education, gender among others. This review shows that further research is still needed to expand the investigation.

Keywords: Stress, Social isolation, Covid-19

Resumen: El aislamiento social puede generar estrés. El objetivo del artículo es describir los impactos causados por el estrés durante el aislamiento social en la pandemia Covid-19. Utilizamos la metodología PRISMA-NMA con revisión sistemática de las bases de datos (REDIB, DOAJ, Redalyc, BMJ, BVS, Scielo, Dialnet y PubMed) y obtuvimos 27 artículos. Los resultados indican que los impactos provocados por el aislamiento social / Pandemia Covid-19 afectan directamente la salud mental, con consecuencias también observadas en los campos: financiero y económico, educación, género, entre otros. Esta revisión muestra que aún se necesita más investigación para ampliar el estudio.

Palabras clave: Estrés, Aislamiento social, Covid-19

A contemporaneidade tem ocasionado mudanças em variados níveis no cotidiano das pessoas, estejam relacionadas ao aspecto emocional, político, cultural e socioeconômico. Podem ocorrer rapidamente, refletindo de maneira positiva e negativa interferindo na

qualidade de vida. Temas como estresse, doenças psicossomáticas, depressão, ansiedade dentre outras manifestações, têm ocupado lugar de relevância na mídia e na academia. (Moraes, 2018).

A comunicação feita pela China à Organização Mundial de Saúde (OMS), em dezembro de 2019, sobre um surto de COVID-19, (Sifuentes-Rodríguez & Palacios-Reyes, 2020) foi uma grande mudança a nível global. Em janeiro de 2020, novos casos foram notificados em outras partes do mundo, levando a OMS a anunciar para o mundo um alerta em saúde pública, considerando a COVID-19 como uma pandemia (Bezerra et al., 2020). Na América Latina, o primeiro caso registrado foi em São Paulo, no Brasil, no dia 26 de fevereiro de 2020. (OMS, 2020). O reflexo deste contexto tem trazido algumas manifestações sob o ponto de vista físico e mental, dentre estes, o estresse, que tem impactado na vida da população sendo, portanto, a causa de variados estudos investigativos por parte de pesquisadores e especialistas.

No Brasil, diferentes maneiras de administrar e prevenir a doença foram adotadas pelas autoridades sanitárias locais em diferentes esferas administrativas (governo federal, governos estaduais e municipais). No país, a mais utilizada pelas autoridades foi o isolamento social, compreendida pela população, bem como pela mídia, como distanciamento social. Desta maneira, esta pesquisa optou por descrever os impactos causados pelo estresse na população durante o isolamento social na pandemia de Covid-19. (UFRGS, 2020)

O exercício do isolamento social tem gerado muitos debates no país, visto que determinadas autoridades apresentam ceticidade em relação à

sua eficácia. Entretanto, muitas autoridades optaram por implementar o distanciamento social, associada a tática de controle da mobilidade populacional, como o fechamento de ambientes escolares e universitários, do comércio considerado não essencial e de áreas de lazer abertas ao público etc. (Bezerra et al, 2020).

Entretanto, o isolamento social tem gerado consequências na vida das pessoas. Esta pesquisa buscou descrever os impactos causados pelo estresse na população durante o isolamento social na pandemia de Covid-19 correlacionando os fatores que podem contribuir ou atrapalhar nesse processo. Os aspectos investigados foram: econômicos (incidência nos renda/gastos), de saúde (nível de estresse, desenvolvimento de atividade física, característica do sono) bem como o impacto que o isolamento social traz na população relacionado à exposição de estresse, no âmbito da pandemia.

O Brasil vem divulgando resultados e algumas investigações sobre o distanciamento social através da mídia. A agência de pesquisa, Datafolha, divulgou que o maior segmento da população é adepto a prática do lockdown, que determina normas mais rígidas de confinamento.

Diante da urgência conferida pela pandemia para o aumento da base de informação comum pertinente às normativas de enfrentamento, as considerações aqui exibidas podem proporcionar esclarecimentos importantes ao desenvolvimento de estratégias para diminuir os problemas que o isolamento social pode acarretar aos variados segmentos da sociedade. Ressaltando que a

literatura aponta que o isolamento social é uma das principais medidas não farmacológicas para o enfrentamento da pandemia da COVID-19.

O objetivo deste artigo é descrever os impactos causados pelo estresse na população durante o isolamento social na pandemia de Covid-19.

Método

Desenho

O presente estudo utilizou o método PRISMA, seguindo os passos de qualidade para revisão sistemática. De acordo com o objetivo deste estudo foram incluídos os seguintes itens: 1 título, 2 resumo estruturado, 3 justificativa, 4 objetivo, 6 critérios de elegibilidade, 7 fontes de informação, 8 pesquisa/busca, 9 seleção dos estudos, 10 processo de coleta de dados, 11 lista de dados, 16 e 23 análises adicionais, 17 seleção de estudos, 18 características dos estudos, 20 resultados dos estudos individuais, 21 síntese dos resultados, 24 sumário da evidência de cada estudo, 25 limitações e 26 conclusões.

Os elementos que não cumpriram os critérios da pesquisa foram excluídos no que diz respeito aos estudos de corte metaanalíticos. Neste caso, a revisão excluiu os itens: 5 protocolo e registro, 12 risco de viés em cada estudo, 13 medidas de sumarização, 14 síntese dos resultados, 15 e 22 riscos de viés entre os estudos, 19 risco de viés em cada estudo, 27 financiamento.

Procedimento

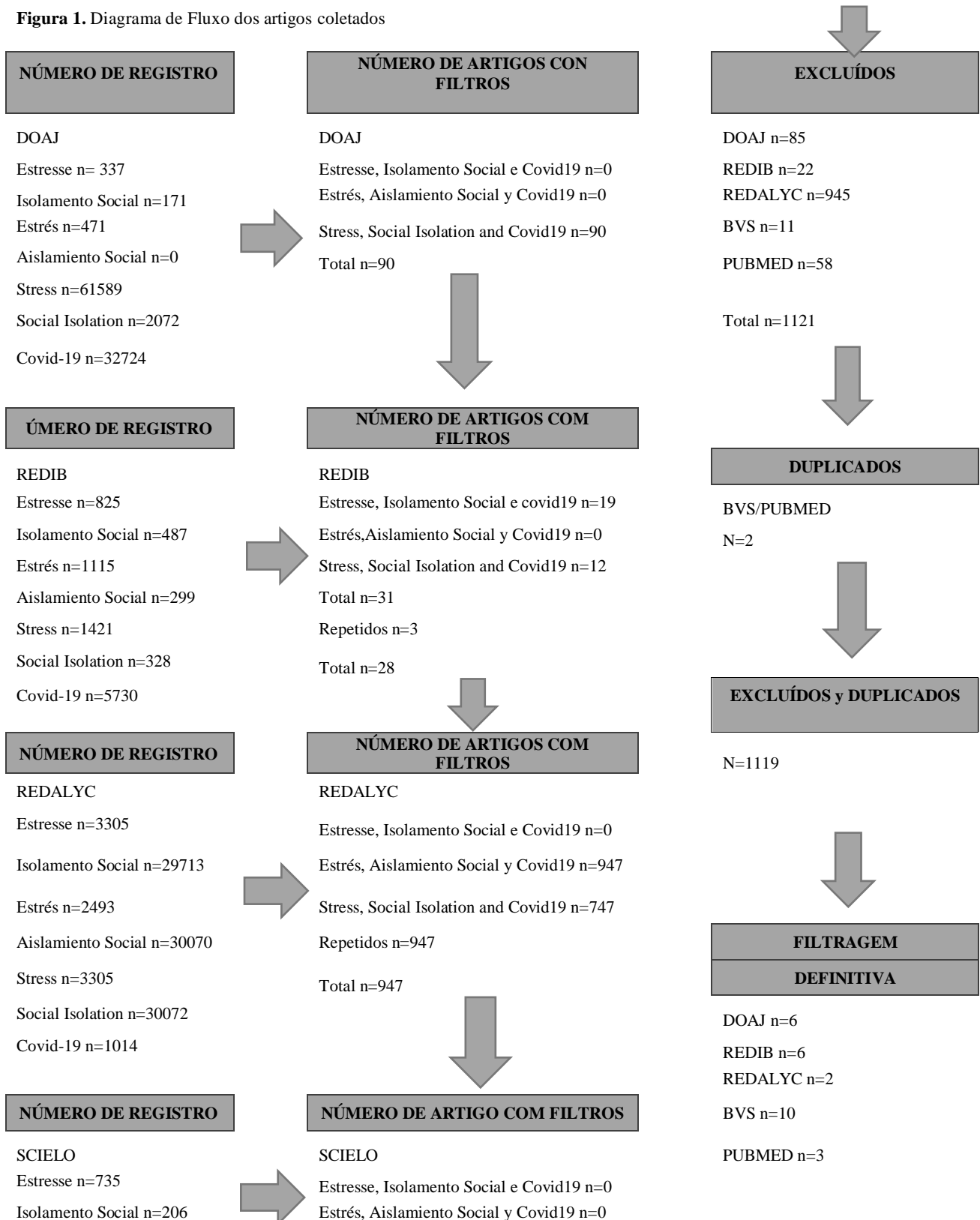
A primeira pesquisa sem filtros foi realizada nas seguintes bases de dados: DOAJ - Directorio de revistas de acceso abierto, REDIB - Red Iberoamericana de Innovación y Conocimiento Científico; Redalyc Red de Revistas Científicas de América Latina y El Caribe, España y Portugal; Dialnet; SciELO; BVS- Biblioteca Virtual en Salud E PubMed. A busca foi realizada nos idiomas português, espanhol e inglês de acordo as palavras-chaves: Estresse, Estrés, Stress; Isolamento Social, Aislamiento Social, Isolation Social e COVID-19 (empregado nos 3 idiomas). A data da busca concentrou-se nos anos de 2019 a 2021 (13 de março de 2021). O resultado encontrado: Estresse (52.294), Estrés (52.829), Stress (25.0627), Isolamento Social (32.894), Aislamiento Social (33.083), Isolation Social (39.761), COVID-19 (195.454).

A seguir a revisão concentrou-se em publicações relacionadas ao estresse, isolamento social e COVID-19, segundo os idiomas buscados. Desta maneira, se excluíram os artigos que tratavam especificamente de cada termo de busca ou textos relacionados a outras temáticas, bem como publicação que não tivesse texto completo (teses, trabalhos de iniciação científica, ou outros documentos) não revisados por pares.

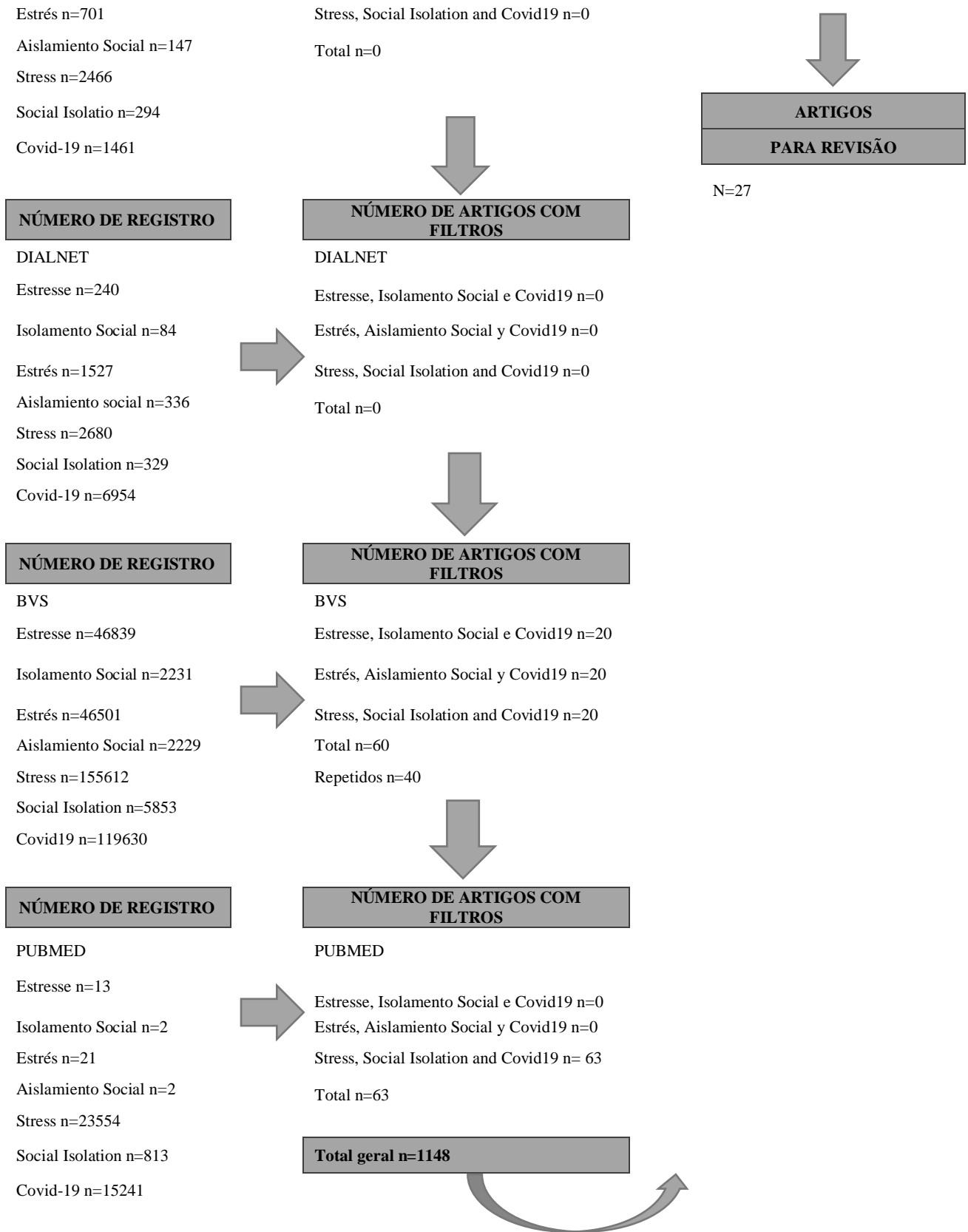
Conforme a coleta dos dados, a revisão se concentrou nas seguintes bases de dados: DOAJ, REDIB, Redalyc, BVS e Pubmed num total de 1149 artigos.

Por último, foram descartados artigos pela pesquisa. Neste sentido, a revisão alcançou duplicados, bem como, os que não atendiam às 27 publicações científicas. restrições de busca, segundo o objetivo proposto

Figura 1. Diagrama de Fluxo dos artigos coletados



Revisão sistemática sobre estresse, isolamento social e COVID-19



Resultados

Os artigos selecionados nesta revisão sistemática estudam a relação entre o isolamento social e o estresse durante a pandemia Covid-19. Foram encontrados 27 artigos com diferentes tipos de metodologias na coleta e análises dos dados. Foram 11 revisões de literatura (bibliográfica, meta-análises, narrativa e integrativa), 10 pesquisas-online, 4 estudos transversais, 1 estudo de caso, 1 método misto (conteúdo e estatístico). A maior parte dos estudos foram realizados tomando como amostra a população em geral (18 publicações) e outros estudos especificamente, com adultos (5), idosos, crianças e adolescentes (2) e estudantes (2).

Apesar dos primeiros casos de COVID-19 se manifestarem no ano final de 2019, os artigos revisados em sua maioria são de 2020 (24) e 2021 (3). Encontrou-se 17 artigos em inglês, 5 em português, 4 em espanhol e 1 em francês (com resumo em inglês).

Com relação ao objeto em estudo, um número significativo das pesquisas (17) aborda os impactos da Pandemia e os aspectos psicossociais, a partir do isolamento social, e a relação com a saúde mental (estresse). As principais temáticas foram: situação financeira, economia, educação virtual, trabalho, gênero e política. Outros trabalhos (2) investigaram sobre o uso das mídias e virtualização no período de isolamento e suas consequências em relação ao estresse. Também um artigo apontou que a utilização de protocolos restritos, de

distanciamento e isolamento (1), agravou a doença preexistente.

Os artigos abordam as mudanças psicológicas causadas pelo isolamento social, tais como: depressão, ansiedade e estresse. Os autores dissertam que o confinamento social por vários meses proporcionou sentimentos negativos, principalmente para aquelas pessoas que tinham uma rotina extrafamiliar, como trabalhadores, estudantes (Arias Molina et al., 2020; Robillard et al., 2020; Santana et al., 2020).

Situações estressantes geram distúrbios do sono e consequências no funcionamento emocional diurno (Altena et al., 2020; Dos Santos, 2020; Sher, 2020).

Ressalta-se os sentimentos depressivos referentes ao distanciamento social de familiares e amigos (Santana et al., 2020). A solidão em idosos quando associada ao isolamento social gera percepções negativas ao se sentirem sozinhos e afastados de amigos e familiares (Frenkel-Yosef, et al., 2020; Nkire et al., 2021).

Os resultados dos artigos revisados evidenciaram que trabalhadores da área de saúde experimentaram condutas estressores por sua relação direta com pacientes com COVID-19. Sendo que, a exposição ao vírus e o risco de ser contagiado ou contagiar gerou um aumento no risco de estigmatização (Bhandari, et al., 2020; Terry Jordan et al., 2020).

O auto isolamento social é descrito como um fator de aumento do estresse de moderado a alto, com sintomas depressivos, principalmente em idosos (Nkire et al., 2021).

Além disso, o isolamento é observado na população infantil/adolescente onde o estresse é associado a alterações comportamentais, no sono, na sensação de bem-estar emocional; são citados medo e solidão. Destaca-se o uso excessivo de Internet (Bezerra, 2020; Erades e Morales, 2020; Smith et al, 2021; de Sousa Carvalho et al., 2020).

Estudos apontam que a relação entre COVID-19, isolamento social e estresse são fatores de risco em pessoas com transtorno mentais, vulneráveis ou com doenças pré-existentes, gerando ansiedade, depressão e estresse (Boyraz, 2020; Smith et al., 2021; Williams et al., 2021)

Medidas de quarentena, principalmente, o isolamento social está relacionado a sintomas de sofrimento severo, pensamentos suicidas, ansiedades, depressão e estresse em estudantes; apresentando relação direta com sintomas obsessivo-compulsivo, depressão, neurastenia e estresse (Chen et al., 2020; Sher, 2020; Wathélet, 2020).

Estresse decorrente das medidas de isolamento quando associados a situação socioeconômica, falta de trabalho ou trabalho remoto, alguns estudos observaram uma maior vulnerabilidade à morbidade e mortalidade. Consequências como: como tédio, privação de sono, medo de contágio, depressão, transtorno de estresse pós-traumático, comportamentos suicidas ou viciantes, violência doméstica (Bhandari, et al., 2020; Dos Santos, 2020; Sher, 2020, Toscano e Zappalà, 2020).

A grande quantidade de informações, Fake News e desinformação sobre o vírus e sua propagação, gerou medo, angústia, redução do sono, ansiedade e estresse. Também o uso excessivo das redes sociais gerou condutas de ansiedade e estresse (Bhandari, et al., 2020; Boursier et al.,2020; Santana et al., 2020).

Contudo, o estudo de Oliveras-Delgado (2020) analisa que propagandas publicitárias em Espanha, durante o período de isolamento do COVID-19, utilizando recursos comunicativos narrativos e as mensagens de otimismo exerceu uma função social de resiliência frente ao estresse, principalmente, no período de maior incerteza, medo e ansiedade.

Também, o estudo de Prati e Mancini (2020) em seus resultados de uma meta-análise percebem que o isolamento social, apresentou pequenos efeitos em relação à depressão, ansiedade e estresse. Os autores não encontraram evidências de que o isolamento social aumentou significativamente a solidão ou que houve uma diminuição das percepções de apoio social. Desta maneira, concluem que existe uma heterogeneidade na associação do isolamento social com o estresse durante o lockdown por COVID-19 na Itália.

Destaca-se, o padrão social de mudanças positivas evidenciadas na Escócia em populações vulneráveis (Williams et al., 2021). Ressalta-se as estratégias de enfrentamento para minimizar o período de isolamento social por meio do suporte psicológico, fundamental principalmente para

indivíduos em vulnerabilidade (Pereira et al, 2020).

Autor/ Ano	Título/Base de Dados	Método	Amostra	Resultados
Bhandari et al. (2020)	<i>The sequel to COVID-19: the antithesis to life (A sequel de COVID-19: a antítese da vida.</i> DOAJ	Revisão de literatura.	População em geral.	Os autores indicam 7 critérios relacionados ao estresse: Infodemia (desinformação), negócios e economia, vulnerabilidade de trabalhadores imigrantes, comprometimento da saúde mental de crianças e adolescentes, dificuldades de educação pela virtualidade, estigma e vulnerabilidade de profissionais da saúde e violência de gênero.
Boursier et al. (2020)	<i>Facing Loneliness and Anxiety During the COVID-19 Isolation: The Role of Excessive Social Media Use in a Sample of Italian Adults</i> (Enfrentando a solidão e a ansiedade durante o isolamento do COVID-19: o papel do uso excessivo das mídias sociais em uma amostra de adultos italianos). DOAJ	Pesquisa online na Itália (de 1 a 30 de abril de 2020).	A amostra foi composta por 204 homens (28,5%) e 511 mulheres (71,5%) com idade entre 18 e 72 anos, com média de idade de 31,70 anos.	O acesso prolongado às redes sociais durante a pandemia de COVID-19 gerou um aumento na ansiedade e um ciclo vicioso que, em alguns casos, exigiu atenção clínica.
Chen et al. (2020)	<i>How Have COVID-19 Isolation Policies Affected Young People's Mental Health? – Evidence From Chinese College Students</i> (Como as políticas de isolamento da COVID-19 afetaram a saúde mental dos jovens? - Provas de estudantes universitários chineses). DOAJ	Questionário online realizado no estado de Henan, China. A pesquisa foi realizada em 27 de março de 2020.	Novocentos e noventa e dois estudantes universitários chineses (<i>M</i> idade = 19,45, <i>DP</i> = 1,41).	Avaliação de sete dimensões da saúde mental: estado mental, conhecimento de gestão do estresse, padrões de comportamento, percepção de risco, estresse acadêmico, relações familiares, bem como relações com os pares. Observa-se que o estado mental de jovens se divide em três grupos: alto risco, risco médio e baixo risco. A política de isolamento teve uma influência complexa nos sintomas do transtorno obsessivo-compulsivo, medo, hipocondria, depressão e neurastenia
Nkire et al. (2020)	<i>COVID-19 Pandemic: Demographic Predictors of Self-Isolation or Self-Quarantine and Impact of Isolation and Quarantine on Perceived Stress, Anxiety, and Depression</i> (Pandemia de COVID-19: indicadores demográficos de auto-isolamento ou auto-quarentena e impacto do isolamento e quarentena na percepção de estresse, ansiedade e depressão). DOAJ	Pesquisa online no Text4Hope, um serviço que entrega mensagens de texto com base em uma estrutura de terapia cognitivo-comportamental. A saúde mental foi avaliada por meio dos instrumentos validados: Escala de Estresse Percebido (PSS), Escala de itens de Transtorno de Ansiedade Generalizada-7 (GAD-7) e o Questionário de Saúde do Paciente-9 (PHQ-9). Para	6.041 de 32.805 assinantes do Text4Hope (18,4%) responderam à pesquisa.	Os resultados indicam que o isolamento social é um método eficaz de prevenção da propagação de doenças infecciosas, no entanto, a pesquisa demonstra que também limitam os direitos individuais e geram impactos negativos na saúde mental. Os entrevistados que se isolaram apresentaram estresse moderado a alto, provável TAG é provável TDM, com pequenos tamanhos de efeito para cada associação.

Revisão sistemática sobre estresse, isolamento social e COVID-19

		análises dos dados se utilizou a estatística descritiva, teste <i>Qui-quadrado</i> e <i>Statistical Package for the Social Sciences</i> (SPSS) versão-26.		
Olivares-Delgado et al. (2020)	<i>Resilience and Anti-Stress during COVID-19 Isolation in Spain: An Analysis through Audiovisual Spots</i> (Resiliência e Antiestresse durante COVID-19 Isolamento na Espanha: uma análise através Spots Audiovisuais). DOAJ	Método misto baseado na combinação da análise qualitativa do conteúdo de um compêndio de 71 comerciais e análises estatísticas para agrupar e testar as correlações entre algumas variáveis, e análise multivariada com método quantitativo.	71 comerciais	O estudo observa que os anúncios comerciais foram um apoio fundamental no combate à doença e na gestão psicológica na população espanhola. Os autores observaram aspectos de resiliência para aliviar o estresse da população durante o isolamento social.
Toscano e Zappalà (2020)	<i>Social Isolation and Stress as Predictors of Productivity Perception and RemoteWork Satisfaction during the COVID-19 Pandemic: The Role of Concern about the Virus in a Moderated Double Mediation</i> (Isolamento social e estresse como preditores de Percepção de produtividade e trabalho remoto Satisfação durante a Pandemia COVID-19: O papel da preocupação com o vírus em um ambiente moderado). DOAJ	Pesquisa online realizada no período de abril e maio de 2020, com empregados italianos.	265 participantes.	Os resultados mostram que o isolamento social está negativamente relacionado à satisfação no trabalho remoto, também que esta relação é moderada pela preocupação com COVID-1 e falta de contatos sociais. Ainda, se observaram forte associação entre isolamento social, estresse e baixa produtividade.
Bezerra et al. (2020)	<i>Percepção sobre o isolamento social no contexto da pandemia de COVID-19 no estado de Pernambuco, Brasil.</i> REDIB	Pesquisa online em redes sociais: Whatsapp, Instagram e Facebook.	7.593 respostas.	O estudo detectou, em relação a população que se manteve em isolamento social que: 32% se mantiveram em isolamento total; 57% em isolamento parcial; e 11% não se isolaram. Sendo que 88% responderam que acreditam na estratégia do isolamento. A falta de convívio social foi o principal impacto percebido para 37% dos respondentes. 74% relataram algum nível de estresse; 21% que apresentaram problemas financeiros; 56% apresentaram alteração no sono e 37% realizaram atividades físicas. Para 79% a qualidade da residência estava relacionada a um bom isolamento.
Ficanha et al. (2020)	<i>Aspectos biopsicossociais relacionados ao isolamento social durante a pandemia de Covid-19: urna revisao integrativa.</i> REDIB	Revisão integrativa de literatura, realizada em abril de 2020, nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e Ciências	População em geral - 8 estudos	A análise dos estudos possibilitou a classificação de 3 grandes áreas para estudo: a) relatos do cenário atual do coronavírus; b) relatos relacionados a leis e medidas organizacionais; c) avaliações de

		de Saúde (Lilacs), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline); Publisher Medline (PubMed) e biblioteca virtual Scientific Electronic Librmy Online (SciELO) com recorte temporal de 2015 a 2020.		medidas de prevenção. Neste sentido, os autores observaram que o isolamento social está relacionado a danos biopsicossociais e qualidade de vida, como por exemplo aumento da ansiedade, estresse, diminuição da qualidade do sono e, ainda, a sobrecarga de trabalho dos profissionais de linha de frente.
Santana et al. (2020)	Cambios psicológicos durante el aislamiento social en la pandemia de COVID-19: revisión integrativa (Mudanças psicológicas durante o isolamento social na pandemia COVID-19: revisão integrativa). REDIB	Revisão integrativa realizada nas bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde, National Library of Medicines - Pubmed/Medline, e no Centro de Controle da COVID-19 - JHONS HOPKINS, no período de 01 de fevereiro de 2020 a abril de 2020.	6 artigos em inglês, publicados no período de janeiro a abril de 2020, das quais cinco originados da China.	Os estudos descrevem as principais alterações psicológicas provocadas pelo isolamento social: ansiedade, depressão e estresse. Infere-se que o isolamento social durante a pandemia do COVID-19 interferiu na qualidade de vida das pessoas e contribui para o comprometimento da saúde mental.
De Sousa Carvalho et al. (2020)	O impacto do isolamento social na vida das pessoas no período da pandemia COVID-19. REDIB	Pesquisa on-line e análise dos dados por meio do software IRAMUTEQ (<i>Interface d e Repourles Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires versao 0.7</i>) e o software IBM SPSS for Windows (versão 25) y Análise do Discurso de Laurence Bardin.	73 participantes brasileiros Probabilística.	Os participantes responderam que estavam isolados e com medo, e aqueles que receberam proteção dos familiares se sentiram mais acompanhados. O isolamento gerou problemas de ordem psicológica devido ao distanciamento social.
Pereira et al. (2020)	A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. REDIB	Revisão integrativa da literatura, realizada nas bases de dados: MEDLINE via PubMed, Europe PMC, Lilacs e SciELO.	População em geral - 49 publicações	Os resultados a partir dos estudos selecionados indicam que as pessoas em isolamento social são mais suscetíveis a apresentar transtornos de saúde mental; como sintomas psíquicos são apresentados: estresse, ansiedade e depressão.
Almeida e Silva Junior (2021)	Os impactos biopsicossociais sofridos pela população infantil durante a pandemia do COVID-19. REDIB	Revisão de bibliografia aos bancos de dados da SCIELO, MEDLINE e PUBMED, de publicações no período de 2019 a 2020.	População infantil - 15 publicações.	Os dados coletados indicam que durante o período de isolamento e distanciamento sociais, as crianças e os adolescentes ficaram mais propensos a desenvolver estresse crônico e agudo, ansiedade.
Arias Molina et al. (2020)	Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la COVID-19 (Manifestações psicológicas frente à situação epidemiológica ocasionada pela COVID-19). REDALYC	Estudo observacional descritivo transversal no consultório médico do Policlínico docente “Jimmy Hirtzel” de Bayamo durante o mês de abril de 2020.	1125 personas com idades entre 18 e 59 anos.	Verificou-se a predominância de: ansiedade como estado com níveis alto (30,96 %) y medio (26,90 %); a depressão com estado nos níveis médio (36,54 %) y alto (13,70 %) y médio (12,20 %). Constatou-se que: 66,49 % das pessoas apresentaram níveis de estresse alterado; 98,47 % não mostraram pensamento suicida.
Terry-Jordán et al. (2020)	Aspectos psicosociales asociados a la pandemia por COVID-19 (Aspectos psicosociais associados à pandemia COVID-19). REDALYC	Revisão bibliográfica narrativa nas bases de dados: Pubmed, Infomed e SciELO. También, Google Scholar.	População em geral	O estudo bibliográfico verificou que as variáveis distanciamento social, confinamento, isolamento social e quarentena têm relação direta com os comportamentos que geram estresse psicossocial.

				O risco é superior em crianças e idosos e em pessoas com transtornos psicológicos prévios. Também fatores como toxicomanias, ausência de vínculos afetivos, situação econômica precária, convivência em ambientes de riscos foram observados como agravantes.
Erades e Morales (2020)	Impacto psicológico del confinamiento por la COVID-19 en niños españoles: un estudio transversal (Impacto psicológico do confinamento devido ao COVID-19 em crianças espanholas: um estudo transversal). BVS	Estudo transversal: pesquisa online e revisão de publicações sobre os efeitos do confinamento devido o COVID-19, como os referidos a outras doenças. O questionário foi difundido nas redes sociais (Twitter e Facebook) entre conhecidos (outros profissionais e familiares) por meio da técnica Bola de Neve.	113 participantes espanhóis.	Os participantes (pais) responderam sobre as rotinas de seus filhos durante a quarentena. Os resultados encontrados demonstram reações emocionais negativas das crianças durante o isolamento, como problemas de sono e problemas de condutas. Também aumentou o uso de aparelhos eletrônicos e virtuais tendo como consequência ocorrência de problemas de ansiedade e estresse.
Frenkel-Yosef, et al. (2020)	Loneliness and its concomitants among older adults during the COVID-19 pandemic (Solidão e seus concomitantes entre adultos mais velhos durante a pandemia COVID-19). BVS	Entrevista e questionários. Uso da Escala de Solidão da UCLA (Hughes et al., 2004) e Questionário de Atitudes em relação ao Envelhecimento (AAQ; Laidlaw et al., 2018).	295 idosos (média Idade = 75,73, faixa 60-94, 68,5% mulheres) localizados em Israel entre 23 de abril e 17 de junho de 2020.	Os resultados apresentados na correlação estão relacionados com o avanço da idade/ situação financeira mais baixa indicam maior ocorrência de condições negativas psicológicas e solidão. A pesquisa constata que o sofrimento psicológico está relacionado a falta de interação “cara a cara “ e socialização.
Cazeau (2020)	Social Isolation Managing psychological distress in hospitalized patients during the COVID-19 pandemic (Isolamento Social Gerenciando sofrimento psicológico em pacientes hospitalizados durante a pandemia COVID-19). BVS	Estudo de caso.	1 paciente.	Estudo com paciente R., masculino, 57 anos, em tratamento de câncer, necessitou ser afastado da família por causa dos protocolos da pandemia COVID-19. A política de restrição de visitas aumentou a ansiedade, gerando estresse, durante sua internação e período prolongado longe da família agravando a doença preexistente.
Prati e Mancini (2020)	The psychological impact of COVID-19 pandemic lockdowns: a review and meta-analysis of longitudinal studies and natural experiments (O impacto psicológico do COVID-19 bloqueios de pandemia: uma revisão e meta-análise de estudos longitudinais e experimentos naturais). BVS	Revisão e meta-análise de estudos longitudinais e experimentos naturais.	5 estudos envolvendo 72.004 participantes	Os autores perceberam que os estados de <i>lockdowns</i> tiveram pequenos efeitos sobre os sintomas de saúde mental, para a ansiedade e depressão. Ainda que o risco de suicídio de afeto negativo não foi significativo. Os resultados indicaram substancial heterogeneidade entre estudos, mas as análises de meta-regressão não encontraram efeitos de moderação significativos.
Robillard et al. (2020)	Social, financial and psychological stress during an emerging pandemic: observations from a population survey	Pesquisa online com o Modelo de regressão linear multivariado foi usado para identificar Fatores associados a mudanças de estresse	6040 participantes.	Os resultados indicam um aumento de baixos níveis de estresse antes da pandemia ou para moderado níveis de estresse a pandemia. Os fatores associados ao aumento do

	in the acute phase of COVID-19(Estresse social, financeiro e psicológico durante uma pandemia emergente: observações de uma pesquisa populacional na fase aguda de COVID-19). BVS	(Escala de Estresse - Cohen (PSS).		estresse: ter um transtorno mental, sexo feminino, ter filhos menores de idade, consumo de álcool, trabalho de atenção ao público em geral, insônia, idade mais jovem.
Smith et al. (2021)	REACT study protocol: resilience after the COVID-19 threat (REACT) in adolescents (Protocolo de estudo REACT: resiliência após a ameaça COVID-19 (REACT) em adolescentes). BVS	Estudo individual de exposição ao estresse por meio de questionário distribuídos no início do <i>lockdown</i> em Reino Unido (abril de 2020), (julho de 2020), (outubro de 2020).	79 adolescentes de 16 a 26 anos com experiências de histórias de adversidades.	Foi avaliada a saúde mental, número e gravidade dos eventos de vida, saúde física, percepção de estresse, solidão e apoio de amigos durante o período da pandemia. Observaram o impacto do isolamento na saúde mental, processamento emocional, comportamento social e saúde física.
Wathelet (2020)	Factors Associated With Mental Health Disorders Among University Students in France Confined During the COVID-19 Pandemic (Fatores associados a distúrbios de saúde mental entre estudantes universitários na França, confinado durante a pandemia de COVID-19). BVS	Questionário online realizado entre 17 de abril a 4 de maio, 2020.	69 054 alunos que viviam na França durante a quarentena COVID-19.	A amostra foi composta principalmente por mulheres (50 251 [72,8%]) e alunos do primeiro ano (32 424 [47,0%]). O estudo observa prevalência de pensamentos suicidas, angústia, alto nível de estresse percebido, depressão grave e alto nível de ansiedade. Entre os fatores de risco temos: sexo feminino, gênero não binário, dificuldades financeiras, residência precária, história de acompanhamento psiquiátrico, sintomas de COVID-19 e falta de interação social.
Williams et al. (2021)	What have we learned about positive changes experienced during COVID-19 <i>lockdown</i> ? Evidence of the social patterning of change (O que aprendemos sobre mudanças positivas experimentadas durante o bloqueio COVID-19? Evidência do padrão social de mudança). BVS	O estudo CATALYST, com desenho transversal e questionário online.	3.342 adultos de Escócia durante as semanas 9-12 de um bloqueio nacional.	Estudo apresenta diferenças sociodemográficas claras nas pontuações de mudança positiva, principalmente em mulheres, mais jovens, casadas ou com companheiros, empregadas e com melhor saúde.
Altena et al. (2020)	Dealing with sleep problems during home confinement due to the COVID-19 outbreak: Practical recommendations from a task force of the European CBT-I Academy (Lidar com problemas de sono durante o confinamento em casa devido a o surto de COVID-19: recomendações práticas de uma força-tarefa da Academia Europeia CBT-I). BVS/PUBMED	Revisão de literatura.	População em geral.	O estudo apresenta correlação entre estresse, isolamento e problemas de sono, observados principalmente, em pequenos empresários dos setores de entretenimento e na área de saúde, em bares, restaurantes e outras empresas fechadas durante a pandemia. A revisão de documentos observa experiências de estresse e ansiedade em relação à continuidade do trabalho frente aos problemas financeiros e de segurança.

Revisão sistemática sobre estresse, isolamento social e COVID-19

Boyraz et al. (2020)	COVID-19 and traumatic stress: The role of perceived vulnerability, COVID-19-related worries, and social Isolation (COVID-19 e estresse traumático: o papel da vulnerabilidade percebida, Preocupações relacionadas ao COVID-19 e isolamento social). BVS/PUBMED	Pesquisa online, os dados foram coletados entre o final de março e o início de abril de 2020.	747 adultos que moram nos Estados Unidos.	Os resultados indicaram que as preocupações relacionadas ao COVID-19 e o isolamento social foram mediadores significativos da relação entre PVC e TS. Também, os resultados de uma análise de mediação moderada indicaram que o efeito indireto do PVC no TS por meio de preocupações relacionadas ao COVID-19 foi mais forte para os participantes que relataram maior isolamento social.
Dos Santos (2020)	Isolation, social stress, low socioeconomic status and its relationship to immune response in Covid-19 pandemic context (Isolamento, estresse social, baixo nível socioeconômico e sua relação com o sistema imunológico resposta no contexto de pandemia Covid-19). PUBMED	Revisão bibliográfica.	População em geral.	Os artigos revisados observam problemas de saúde pública relacionados ao isolamento social, estresse e vulnerabilidade em grupos de baixo nível socioeconômico.
Mengin et al. (2020)	Conséquences psychopathologiques du confinement (Consequências psicopatológicas do confinamento). PUBMED	Revisão de literatura.	População em geral.	Os resultados extraídos dos estudos revisados indicam que o isolamento está relacionado com tédio, estresse ou privação de sono, ansiedade, transtorno de estresse pós-traumático, depressão, comportamentos suicidas ou viciantes e violência doméstica.
Sher (2020)	The impact of the COVID-19 pandemic on suicide rates (O impacto da pandemia COVID-19 nas taxas de suicídio). PUBMED	Revisão de literatura.	População em geral.	Os pesquisadores observaram que a ansiedade estava associada com estresse e qualidade de sono reduzida, e a combinação de ansiedade e estresse reduziram os efeitos positivos do capital social na qualidade do sono. Ademais, os estudos revisados encontraram taxas elevadas de ansiedade, depressão, consumo de álcool e diminuição do bem-estar mental.

Fonte: dados coletados da revisão dos artigos selecionados.

Discussão

A presente revisão sistemática destaca a relevância em se investigar os impactos causados pelo estresse na população durante o isolamento social na pandemia de Covid-19. Apesar de estudos comprovarem que em se tratando de COVID-19 o isolamento social tem se apresentado como a melhor forma de evitar o

contágio, as pesquisas apontam a existência de danos causados à população mundial.

As pesquisas apontam que o estresse está presente na população que vivencia isolamento social, bem como, com os profissionais de saúde. Daí a necessidade de se realizar estudos que investiguem os impactos biopsíquicos sociais que

ocorrem nestas populações associando ao fator econômico, político, social e cultural.

Como forma de minimizar esses danos é apontada por uma pesquisa, a utilização de mídias sociais, plataformas de vídeo conferência e o possível atendimento de saúde realizado de forma remota. Vale salientar que, além destas medidas, é necessário a existência de leis e políticas que promovam a viabilidade de mecanismos seguros que permitam o monitoramento da assistência em saúde.

A covid-19 apesar de ser evento pandêmico recente, já existem estudos escassos sobre o estresse decorrente do isolamento social, a curto prazo. Vale ressaltar que também deverá ser percebido a longo daí a necessidade da manutenção de investigação contínua. a partir desta constatação,

Os impactos do isolamento social não se restringem ao campo médico, mas também ao psiquismo humano, daí a necessidade das investigações não se restringirem a um campo de ação, mas incluir novas abordagens através das perspectivas metodológicas de outras ciências, como a Psicologia. Os 27 artigos convergem na análise da medida sugerida pela OMS, como profilática, para a COVID-19, o isolamento social, se investigando os benefícios e as desvantagens advindas, visto que os pesquisadores constataram um aumento nos índices de transtornos psíquicos, entres estes o estresse, determinantes para uma baixa qualidade de vida.

Estudos com abordagens multidisciplinares servirão de referência para o oferecimento de oportunidades de prevenção, manutenção de saúde e reabilitação promovendo qualidade de vida das pessoas. Os estudos investigativos apontam a necessidade de buscar soluções, a partir dos dados levantados nas pesquisas, para modificar os índices crescentes de pessoas que vivenciam um estresse, por conta das barreiras sociais, psicológicas, culturais e ambientais decorrentes do isolamento social.

Esta revisão sistemática possibilitou um estudo comparativo de variados pesquisadores sobre o estresse, decorrente do isolamento social, como medida preventiva da COVID-19, a partir de investigações científicas, realizadas em várias partes do mundo. O rigor metodológico utilizado teve como objetivo apontar que, apesar de não ser uma tarefa de fácil resolução, a curto prazo, descreve todos os impactos decorrentes do estresse, neste momento pandêmico. As pesquisas constataam que é necessária uma nova epistemologia que estuda o fenômeno trazendo novas respostas, para que seja possível superar as limitações estabelecidas pelo estresse.

Referências

- Almeida, I. M. G., & da Silva Júnior, A. A. (2021). Os impactos biopsicossociais sofridos pela população infantil durante a pandemia do COVID-19. *Research, Society and Development*, 10(2). <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i2.12286>

- Altena, E., Baglioni, C., Espie, C. A., Ellis, J., Gavrilloff, D., Holzinger, B., Schlarb, A., Frase, L., Jernelov, S. & Riemann, D. (2020). Dealing with sleep problems during home confinement due to the COVID-19 outbreak: Practical recommendations from a task force of the European CBT-I Academy. *Journal of Sleep Research*, 29(4). <https://doi.org/10.1111/jsr.13052>
- Arias Molina, Y., Herrero Solano, Y., Cabrera Hernández, Y., Guyat, D. C., & Mederos, Y. G. (2020). Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la COVID-19. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19. <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3350>
- Bhandari, S., Shaktawat, AS, Patel, B., Dube, A., Kakkar, S., Tak, A., Gupta, J. & Rankawat, G. (2020). The sequel to COVID-19: the antithesis to life. *Journal of Ideas in Health*, 3(Special1), 205-212. <https://doi.org/10.47108/jidhealth.Vol3.IssSpecial1.69>
- Boursier, V., Gioia, F., Musetti, A., & Schimmenti, A. (2020). Facing loneliness and anxiety during the COVID-19 isolation: the role of excessive social media use in a sample of Italian adults. *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.586222>
- Boyraz, G., Legros, D. N., & Tigershtröm, A. (2020). COVID-19 and traumatic stress: The role of perceived vulnerability, COVID-19-related worries, and social isolation. *Journal of Anxiety Disorders*, 76, 102307. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102307>
- Cazeau, N. (2020). Social Isolation: Managing Psychological Distress in Hospitalized Patients During the COVID-19 Pandemic. *Clinical journal of oncology nursing*, 24(5), 472-474. <https://doi.org/10.1188/20.CJON.472-474>
- Chen, B., Sun, J., & Feng, Y. (2020). How have COVID-19 isolation policies affected young people's mental health? – Evidence from Chinese college students. *Frontiers in psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01529>
- Datafolha. (s.d). *História sobre Datafolha*. <https://datafolha.folha.uol.com.br/sobre/historia/index.shtml>
- de Sousa Carvalho, L., da Silva, M. V. D. S., dos Santos Costa, T., de Oliveira, T. E. L., & de Oliveira, G. A. L. (2020). O impacto do isolamento social na vida das pessoas no período da pandemia da COVID-19. *Research, Society and Development*, 9(7). <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i7.5273>
- Dos Santos, R. M. (2020). Isolation, social stress, low socioeconomic status and its relationship

- to immune response in Covid-19 pandemic context. *Brain, behavior, & immunity-health*, 7, 100103. <https://doi.org/10.1016/j.bbih.2020.100103>
- Erades, N., & Sabuco, A. M. (2020). Impacto psicológico del confinamiento por la COVID-19 en niños españoles: un estudio transversal. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7(3), 27-34. https://doi.org/10.21134/rpcna.2020.mon.20416_0.pdf
- Ficanha, E. E., da Silva, E. V., Rocha, V. M. P., Badke, M. R., Cogo, S. B., da Silva, E. V., & Jacobi, L. F. (2020). Aspectos biopsicossociais relacionados ao isolamento social durante a pandemia de Covid-19: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 9(8). <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i8.6410>
- Frenkel-Yosef, M., Maytles, R., & Shrira, A. (2020). Loneliness and its concomitants among older adults during the COVID-19 pandemic. *International psychogeriatrics*, 32(10), 1257-1259. <https://doi.org/10.1017/S1041610220003476>
- Mengin, A., Allé, M. C., Rolling, J., Ligier, F., Schroder, C., Lalanne, L., Berna, F., Jardim, R., Vaiva, G., Geoffroy, P. A., Brunault, P., Thibaut, F., Chevance, A., & Giersch, A. (2020). Conséquences psychopathologiques du confinement. *L'encephale*, 46(3), S43-S52. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2020.04.007>
- Moraes, H. C. P. R., Victor, H. C. B., Gésica, B.; Costa, L. (2018). *Psicossomática: estresse e somatização na contemporaneidade*. https://200.129.142/index.php/vii_spgp_isipitt/ixsempipiisintec/paper/view/1684
- Nkire, N., Mrklas, K., Hrabok, M., Gusnowski, A., Vuong, W., Surood, S., Abba-Aji, A., Urichuk, L., Cao, B., Greenshaw, A., & Agyapong, V. I. (2021). COVID-19 Pandemic: Demographic Predictors of Self-Isolation or Self-Quarantine and Impact of Isolation and Quarantine on Perceived Stress, Anxiety, and Depression. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.553468>
- Olivares-Delgado, F., Iglesias-Sánchez, P. P., Benlloch-Osuna, M. T., Heras-Pedrosa, C. D. L., & Jambrino-Maldonado, C. (2020). Resilience and Anti-Stress during COVID-19 Isolation in Spain: An Analysis through Audiovisual Spots. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 8876. <https://doi.org/10.3390/ijerph17238876>
- Organização Mundial da Saúde (1996). *Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde: CID-10 Décima revisão*. Trad. do Centro Colaborador da OMS para a Classificação de Doenças em Português. 3a ed. EDUSP.

- Organização Mundial da Saúde. (2020). *Brasil confirma primeiro caso de infecção pelo novo coronavírus*. [https:// OPAS/OMS Brasil - Brasil confirma primeiro caso de infecção pelo novo coronavírus \(paho.org\)](https://OPAS/OMS/Brasil-Brasil-confirma-primeiro-caso-de-infecção-pelo-novo-coronavírus-paho.org)
- Pereira, M. D., de Oliveira, L. C., Costa, C. F. T., de Oliveira Bezerra, C. M., Pereira, M. D., dos Santos, C. K. A., & Dantas, E. H. M. (2020). A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 9(7). <https://doi.org/10.1590/1806-9304202100S100013>
- Prati, G., & Mancini, A. D. (2021). The psychological impact of COVID-19 pandemic lockdowns: a review and meta-analysis of longitudinal studies and natural experiments. *Psychological medicine*, 51(2), 201–211. <https://doi.org/10.1017/S0033291721000015>
- Robillard, R., Saad, M., Edwards, J., Solomonova, E., Pennestri, M. H., Daros, A., Veissière, S., Quilty, L., Dion, K., Nixon, A., Phillips, J., Bhatla, R., Spilg, E., Godbout, R., Yazji, B., Rushton, C., Gifford, W. A., Gautam, M., Boafó, A., Swartz, R., ... Kendzerska, T. (2020). Social, financial and psychological stress during an emerging pandemic: observations from a population survey in the acute phase of COVID-19. *BMJ open*, 10(12), e043805. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-043805>
- Santana, V., Nascimento, R., Lima, A. & Nunes, I. (2020). Cambios psicológicos durante el aislamiento social en la pandemia de COVID-19: revisión integrativa. *REFACS (online)*, 8(2). 10.18554/refacs.v8i0.4706
- Sher, L. (2020). The impact of the COVID-19 pandemic on suicide rates. *QJM: An International Journal of Medicine*, 113(10), 707-712. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa202>
- Sifuentes-Rodríguez, E., & Palacios-Reyes, D. (2020). Covid-19: The outbreak caused by a new coronavirus. *Bol Med Hosp Infant Mex*, 77(2), 47–53. doi: <https://doi.org/10.24875/BMHIM.20000039>
- Smith, A. J., Moreno-López, L., Davidson, E., Dauvermann, M., Orellana, S., Sonesson, E., Ioannidis, K., Kaser, M. & Van Harmelen, A. L. (2021). REACT study protocol: resilience after the COVID-19 threat (REACT) in adolescents. *BMJ open*, 11(1). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-042824>
- Terry-Jordán, Y., Bravo-Hernández, N., Elias-Armas, K. S., & Espinosa-Carás, I. (2020). Aspectos psicosociales asociados a la pandemia por COVID-19. *Revista*

Información Científica, 99(6), 585-595.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-99332020000600585&lng=es&tlng=es.

France confined during the COVID-19 pandemic. *JAMA network open*, 3(10).
<https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.25591>

Toscano, F., & Zappalà, S. (2020). Social Isolation and Stress as Predictors of Productivity Perception and Remote Work Satisfaction during the COVID-19 Pandemic: The Role of Concern about the Virus in a Moderated Double Mediation. *Sustainability*, 12(23), 9804.
<https://doi.org/10.3390/su12239804>

Williams, L., Rollins, L., Young, D., Fleming, L., Grealy, M., Janssen, X., Kirk, A., McDonald, B., & Flowers, P. (2021). What have we learned about positive changes experienced during COVID-19 lockdown? Evidence of the social patterning of change. *PloS one*, 16(1).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0244873>

UFRGS (2020). *Qual a diferença de distanciamento social, isolamento e quarentena?* - TelessaúdeRS-UFRGS.
https://www.ufrgs.br/telessauders/posts_coronavirus/qual-a-diferenca-de-distanciamento-social-isolamento-e-quarentena/

Recibido: Octubre, 2021 • Aceptado: Noviembre, 2021

Vasconcelos Bezerra, A. C., Menezes da Silva, C. E., & Gameleira Soares, F. R. (2020). Percepção sobre o isolamento social no contexto da pandemia de Covid-19 no estado de Pernambuco. *Revista Brasileira de Geografia Médica e da Saúde*, 16.
<https://doi.org/10.14393/Hygeia0054397>

Wathelet, M., Duhem, S., Vaiva, G., Baubet, T., Habran, E., Veerapa, E., Debien, Christophe, Molenda, S., Horn, M., Grandgenèvre, P., Notredame, C. & D'Hondt, F. (2020). Factors associated with mental health disorders among university students in