

## Impactos do distanciamento social na saúde mental: estratégias para a prevenção do suicídio

*Impacts of social distancing on mental health: strategies for suicide prevention*

*Impactos del distanciamiento social en la salud mental: estrategias para la prevención del suicidio*

Soccol, Keity Laís Siepmann<sup>1</sup>; Silveira, Andressa da<sup>2</sup>

**Como citar este artigo:** Soccol KLS, Silveira A. Impactos do distanciamento social na saúde mental: estratégias para a prevenção do suicídio. J. nurs. health. 2020;10(n.esp.):e20104033

### RESUMO

**Objetivo:** refletir sobre os impactos do distanciamento social na saúde mental da população e discutir estratégias para prevenção do suicídio. **Método:** estudo de abordagem reflexiva desenvolvida a partir de artigos científicos que condizem à temática proposta, publicados entre o período de janeiro a maio de 2020. **Resultados:** a reflexão permitiu a construção de duas categorias teóricas: Implicações do distanciamento social na saúde mental e Estratégias de prevenção do suicídio no contexto da pandemia. Entre as principais implicações na saúde mental da população, destacam-se: depressão, ansiedade, medo e solidão que podem levar ao suicídio. **Conclusão:** o distanciamento social decorrente da pandemia impacta no adoecimento e na presença de transtornos mentais na população, fazendo com que tentem e cometam suicídio. É urgente a necessidade de um olhar atento pelos gestores, serviços e profissionais à saúde mental da população e ao desenvolvimento de políticas públicas que versem sobre a prevenção do suicídio.

**Descritores:** Coronavírus; Isolamento social; Saúde mental; Suicídio

### ABSTRACT

**Objective:** to reflect on the impacts of social distancing on the mental health of the population and strategies for suicide prevention. **Method:** study of reflective approach developed from scientific articles that match the proposed theme, published between January and May 2020. **Results:** the reflection allowed the construction of two theoretical categories: Implications of social distancing in health mental and Suicide prevention strategies in the context of pandemic. Among the main implications for the population's mental health, the following stand out: depression, anxiety, fear and loneliness that can lead to suicide. **Conclusion:** the social distancing resulting from the pandemic impacts in the illness and in the presence of mental disorders in the population, making them try and commit suicide. There is an urgent need for a careful look by managers, services and professionals to population's mental health and to the development of public policies that approach suicide prevention.

**Descriptors:** Coronavirus; Social isolation; Mental health; Suicide

1 Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Universidade Franciscana (UFn). Rio Grande do Sul (RS), Brasil. E-mail: keitylais@hotmail.com <http://orcid.org/0000-0002-7071-3124>

2 Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Rio Grande do Sul (RS), Brasil. E-mail: andressadasilveira@gmail.com <http://orcid.org/0000-0002-4182-4714>

## RESUMEN

**Objetivo:** reflexionar sobre los impactos del distanciamiento social en la salud mental de la población y las estrategias de prevención del suicidio. **Método:** estudio reflexivo desarrollado a partir de artículos científicos, sobre la temática propuesta, publicados entre enero y mayo de 2020. **Resultados:** la reflexión permitió la construcción de dos categorías teóricas: Implicaciones del distanciamiento social en salud mental y Estrategias de prevención del suicidio en contexto de la pandemia. Entre los principales impactos se destacan: depresión, ansiedad, miedo y soledad que pueden llevar al suicidio. **Conclusión:** el alejamiento social derivado de la pandemia impacta en la enfermedad y en la presencia de trastornos mentales en la población, haciéndola intentar suicidarse. Existe una necesidad urgente de una atenta mirada por parte de los gestores, servicios y profesionales para la salud mental en la población y para el desarrollo de políticas públicas que enfoquen prevención del suicidio.

**Descriptor:** Coronavirus; Aislamiento social; Salud mental; Suicidio

## INTRODUÇÃO

A pandemia causada por *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*, ou *Coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave 2 (SARS-CoV-2)*, que causa a *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)*, desencadeou mudanças repentinas na vida da população. A exemplo da intensidade e alcance das alterações a partir da pandemia, destaca-se a suspensão das atividades escolares presenciais, o trabalho remoto desenvolvido por adultos e jovens, que incidiu em sobrecarga e desafios para conciliar as rotinas do trabalho com o domicílio e cuidados com os demais membros da família.<sup>1</sup>

A COVID-19, que surgiu em dezembro de 2019 na China, fez com que medidas de quarentena e de distanciamento social fossem adotadas com a intenção de prevenir ou reduzir a transmissão da COVID-19. No entanto, essas medidas são experiências desagradáveis, na qual a pessoa vivencia o afastamento dos entes queridos, a perda de sua liberdade, a incerteza sobre a evolução da doença, o tédio diante das

condições impostas<sup>2</sup> e o medo de ser infectado.<sup>1</sup>

Os seres humanos são sociais, e devido a isso, o distanciamento prolongado pode ocasionar um sofrimento psicológico significativo para a coletividade.<sup>3</sup> O impacto psicológico do distanciamento social deve levar em consideração que há um risco de suicídio associado.<sup>4</sup>

Frente a necessidade de conter os casos de contaminação, estima-se que aproximadamente metade da humanidade está em quarentena nesse momento. Embora a solidão já seja prevalente na população, tem-se como receio de que esse sentimento se intensifique durante este período, o que induz às consequências traumáticas nas pessoas socialmente vulneráveis e naquelas que requerem cuidados domiciliares, incluindo àquelas com transtornos psiquiátricos.<sup>4</sup>

Pessoas que possuem depressão ou algum outro transtorno mental necessitam de um tempo maior para a adaptação frente ao desconhecido e às alterações de sua rotina. Desta forma, o processo de distanciamento social

apresenta reflexos na saúde mental. Esse é um momento singular e de readaptação, onde as atividades cotidianas passam a ser remodeladas. Embora esse período cause implicações para a saúde mental, o distanciamento mostra-se como efetivo na medida em que reduz a contaminação e consequente a mortalidade causada pelo coronavírus.<sup>5</sup>

Uma preocupação que surge é de que devido ao distanciamento social, elevam-se os índices de tentativas de suicídio e os casos de suicídio. Os fatores de risco para a tentativa são múltiplos. Esses envolvem a dificuldade do acesso às pessoas que fazem parte da sua rede socioafetiva, a diminuição do acesso aos tratamentos de saúde mental devido à restrição de atendimentos na Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) e devido ao excesso de informações midiáticas referentes à pandemia.<sup>1</sup>

Também, faz-se importante lembrar que a preocupação econômica é um dos fatores que podem levar à tentativa de suicídio. Nesse sentido, o distanciamento social reforça as preocupações com a economia<sup>6</sup> gera sobrecarga econômica, reflete em desempregos, miséria, pobreza e desigualdade social.<sup>3</sup>

Diante do exposto, observa-se que as implicações do distanciamento social, aliado aos antecedentes de transtornos mentais, podem impulsionar as pessoas a tentarem suicídio. Assim, torna-se importante ampliar as discussões acerca das implicações do distanciamento social para a saúde mental e para a prevenção do suicídio, pois essa é uma situação recente e emergente que

demandará agilidade nas ações e estratégias de prevenção.

Com a intenção de contribuir com essas discussões, esse artigo objetiva refletir sobre os impactos do distanciamento social na saúde mental da população e discutir estratégias para prevenção do suicídio.

## MÉTODO

Trata-se de um estudo de abordagem reflexiva sobre os impactos do distanciamento social na saúde mental e nas estratégias de prevenção do suicídio. Utilizou-se artigos científicos atuais com ênfase no distanciamento social decorrente da COVID-19 e que discutiam sobre as implicações para a saúde mental e suicídio.

Para construção desta reflexão, tomou-se por base a sistematização literária, que emergiu da busca pelos artigos científicos, leitura e construção da reflexão. Os artigos encontravam-se nos idiomas português, inglês e espanhol, publicados entre os meses de janeiro e maio de 2020 em virtude da expansão da COVID-19 nesse período.

O levantamento bibliográfico ocorreu nas bases de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe de Informações em Ciências da Saúde (LILACS), *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) e na *National Library of Medicine PubMed*, com os descritores de Ciências da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MESH), “suicídio”, “covid”, e o operador booleano “and”. Para a análise, utilizou-se a síntese com as principais informações e a análise cromática a fim de segmentar

os temas e as principais contribuições de cada manuscrito.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da leitura e análise dos artigos, construiu-se dois temas centrais para a reflexão: Implicações do distanciamento social na saúde mental e Estratégias de prevenção do suicídio no contexto da pandemia.

### Implicações do distanciamento social na saúde mental

Os fatores de risco para a tentativa de suicídio envolvem diferentes aspectos, entre eles: os ambientais, fatores psicológicos, culturais e sociais.<sup>1</sup> E os motivos que comumente levam as pessoas à tentativa de suicídio envolvem o abuso de substâncias psicoativas, as decepções em seus relacionamentos, as perdas de familiares por morte, o fracasso no que tange ao seu papel social, o desespero diante de dificuldades financeiras e os sentimentos como solidão.<sup>7</sup>

A COVID-19 desencadeia o medo da morte e implica na reorganização da vida familiar e social, o que leva aos sentimentos de desamparo, abandono, insegurança,<sup>8</sup> angústia, medo, tédio, insônia, entre outros.<sup>9</sup>

Nesse sentido, torna-se essencial um olhar atento às necessidades psicológicas que podem vir a se manifestar em decorrência das situações vivenciadas pela pandemia, para que seja possível preservar a saúde mental da população,<sup>9</sup> haja visto que há casos de pessoas que estão cometendo suicídio<sup>10</sup> ou que apresentam ideação suicida<sup>11</sup> por medo

de estar infectado pela COVID-19. O risco de suicídio se eleva em pessoas com COVID-19.<sup>12</sup> No entanto, é importante lembrar que as tentativas de suicídio são consideradas como situações evitáveis, o que aponta a necessidade emergente de prevenção para evitar outras tragédias nesse período.

No que tange às pessoas que já possuem um histórico de transtorno psiquiátrico, essas podem experimentar a intensificação dos sintomas e o desenvolvimento de depressão, ansiedade e estresse pós-traumático. Cabe lembrar que, esses sintomas comumente são encontrados em pessoas que tem risco elevado de suicídio.<sup>12</sup> A transição de uma ideia suicida para a tentativa pode ser provocada pelo transtorno do pânico ou por um estresse pós-traumático.<sup>4</sup>

As pessoas com histórico de transtornos mentais, somados ao processo de distanciamento e mudança abrupta da rotina em decorrência da pandemia, precisam de um olhar atento pelos profissionais, já que os sentimentos, anteriormente citados, favorecem as tentativas de suicídio. Considerando que a atenção a essa população já era insuficiente e os paradigmas de dialogar sobre as tentativas de suicídio e sobre o suicídio a partir da pandemia, torna-se emergente olhar para essa parte da população.

Pessoas com história de tentativa de suicídio precisam ser assistidas por profissionais de saúde, assim como, devem ser encaminhadas para atendimento na RAPS, mesmo que de modo remoto, em situações em que sejam identificados riscos.<sup>1</sup> É

imprescindível um olhar atento pelos profissionais, já que algumas pessoas não procuram ajuda por terem medo de se contaminar com COVID-19.

Inferese a urgência, dos enfermeiros e dos demais profissionais da saúde presentes na atenção básica, nas escolas, nos ambulatórios, nos hospitais por busca ativa nas residências das pessoas com história de tentativa de suicídio, a fim de aproximar essa população dos serviços de saúde, mesmo que de forma remota. Essas pessoas precisam se sentir amparadas, escutadas e sobretudo, acolhidas. Também, aqueles profissionais que atuam em base territorial, por conhecerem as famílias, tem a capacidade de organizar uma rede de apoio para os momentos de ideação e de sentimentos negativos.

Nesse momento, os esforços estão direcionados para a compreensão da epidemiologia, das características clínicas, no modo como ocorre a transmissão, em atitudes de paralisar a propagação do vírus e os desafios da saúde mundiais,<sup>13</sup> enquanto que a saúde mental não vem sendo amplamente discutida como deveria, já que a mesma leva as pessoas a tentarem e a cometerem suicídio, ou seja, também contribui para o aumento de óbitos indiretos relacionados à pandemia. Deste modo, evidencia-se o despreparo das nações que falharam em não abordar os aspectos relacionados às necessidades da saúde mental da população.<sup>14</sup>

A prevenção do suicídio precisa ser levada em consideração urgentemente.<sup>12</sup> Há a necessidade do fortalecimento de ações imediatas em

prol da saúde mental da população com a intenção de evitar a perda de mais vidas, além daquelas já provenientes do adoecimento causado pela COVID-19.

As implicações do distanciamento social na saúde mental da população geram diversos sentimentos e deixa as pessoas vulneráveis ao comportamento suicida. Diante disso, salienta-se a necessidade de reforçar as discussões e a busca por estratégias para minimizar esses efeitos na sociedade. Destaca-se a importância de ampliar e fortalecer as redes sociais e afetivas, mesmo que de modo remoto, principalmente para aquelas que já possuem história de ideação ou de outros transtornos mentais.

Também, reitera-se a necessidade de maiores investimentos na área da saúde mental, já que anteriormente à pandemia, a atenção às pessoas com transtornos mentais e com ideação suicida já apontava fragilidades. Isso causa preocupação de um possível aumento de usuários que irão buscar assistência no período pós-pandêmico e a sobrecarga do sistema de saúde para atender essa possível demanda.

### **Estratégias de prevenção do suicídio no contexto da pandemia**

Embora se tenha poucos dados sobre os transtornos de saúde mental decorrentes da pandemia<sup>15</sup> e das tentativas de suicídio, é imprescindível discutir sobre estratégias de prevenção do suicídio, com a finalidade de minimizar seus impactos.

Ademais, é necessário refletir sobre os impactos da COVID-19 em

relação aos serviços de saúde, já que alguns reduzem a oferta de atendimentos.<sup>5</sup> Neste contexto, destaca-se o planejamento na atenção à saúde e a inovação no cuidado à saúde mental no período do distanciamento social, onde enfermeiros devem se antecipar aos desafios decorrentes da saúde mental, auxiliar na organização dos sistemas e comunidades para evitar outras perdas.<sup>16</sup>

O fortalecimento de ações que visem a avaliação, o suporte e o tratamento de saúde mental são essenciais. Algumas estratégias são importantes para a manutenção da saúde mental no cenário da COVID-19. Entre elas, destacam-se: a atuação de equipes multiprofissionais de saúde mental, comunicação efetiva com os usuários e familiares, estabelecimento da rede de cuidados mesmo diante da impossibilidade de contato presencial e aconselhamento psicológico que ocorram de modo virtual.<sup>15</sup>

No contexto da equipe multiprofissional,<sup>15</sup> salienta-se ainda o papel dos Agentes Comunitários de Saúde (ACS), que atuam como elo entre a comunidade e os serviços de saúde, o que facilita a identificação de pessoas com depressão, ideação suicida, casos de tentativas prévias, entre outros transtornos mentais. E, que mesmo em tempos de pandemia realizam as visitas domiciliares e fornecem orientações em saúde e, quando necessário, encaminham o usuário ao serviço. Também, sugere-se aos ACS um esforço na tentativa de mobilizar as pessoas que moram sozinhas para manter as relações por meio de dispositivos digitais com seus

familiares ou amigos, a fim de evitar sentimentos como solidão e desânimo.

É essencial o estabelecimento na manutenção das redes comunitárias e de atenção psicossocial, mobilizando os recursos de modo eficaz e que responda às necessidades de saúde mental das pessoas em situações de crise.<sup>1</sup>

Algumas medidas já vêm sendo desenvolvidas no decorrer dos anos visando a prevenção do suicídio, como o desenvolvimento dos canais de comunicação telefônica e virtuais do Centro de Valorização da Vida, atendimentos psicológicos online e gratuitos com psicólogos, médicos e enfermeiros e atendimento de saúde em grupos virtuais, entre outros meios de comunicação informais. Incentivar a população a acessá-los é uma importante estratégia em momentos de crise.

Entre a população economicamente ativa, com ênfase nos jovens e adultos, é essencial manter a comunicação e o convívio social por meio das redes sociais online. Disponibilizar recursos e intervenções online e gratuitos baseados em evidências em ampla proporção pode contribuir para a saúde mental da população.<sup>12</sup>

A utilização de videoconferências, facilitam a comunicação com familiares e amigos, fortalecem as redes de apoio por meio do sentimento de pertencimento, e desse modo, reduzem as taxas de suicídio.<sup>1</sup> Essa estratégia de suporte social e psicológico online ameniza o sofrimento e a solidão.<sup>3</sup> A comunicação e a exposição dos pensamentos

favorecem a compreensão da existência ou não de ideias ou de planos suicidas.<sup>3,9</sup>

Além de manter os vínculos à distância com as pessoas que lhe causam bem-estar, o estabelecimento de uma rotina, que inclua momentos de reflexão e autoconhecimento se tornam essenciais. Outras estratégias estão relacionadas aos hábitos alimentares, esportivos, alimentação, sono e repouso, momentos de relaxamento e de lazer.<sup>9</sup>

É necessário utilizar as mídias informais para divulgar informações que sirvam como suporte para a população em risco para suicídio.<sup>9</sup> Como estratégia de prevenção, sugere-se orientar os familiares que estão no mesmo domicílio para observar possíveis alterações no comportamento, no humor, na concentração, na qualidade do sono e da alimentação, no uso contínuo de medicações prescritas, bem como na interação com as pessoas que residem no mesmo espaço. Essas alterações implicam a necessidade de atenção urgente pelos profissionais da saúde.

É imprescindível refletir sobre as possibilidades de intervenções na saúde mental para a prevenção do suicídio durante a pandemia. Ressalta-se ainda, sobre a mobilização rápida e eficaz de informações que cheguem à população em casos em que elas sintam necessidade de solicitar auxílio. Neste contexto, cabe aos profissionais desenvolver estratégias que respondam as demandas da população e que possam contribuir com a prevenção do suicídio.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao refletir sobre os impactos do distanciamento social na saúde mental da população e as estratégias para prevenção do suicídio, revela-se que a pandemia de COVID-19 trouxe implicações na saúde mental da população. Assim, o distanciamento intensificou ainda mais os sintomas de depressão, ansiedade e sentimentos de medo e solidão das pessoas, principalmente daquelas que já possuíam histórico de transtorno mental, levando-as a tentativa e ao suicídio.

Os impactos do distanciamento social decorrente da pandemia podem se estender por um longo prazo, pois as pessoas estão expostas ao contingenciamento econômico, ao medo e a ansiedade, o que causa importantes mudanças no cotidiano e nas condições de saúde de crianças, adolescentes/jovens, adultos e idosos.

Entre os riscos desse momento singular, percebe-se que a pandemia vai além da população-alvo, pois é um problema de saúde pública, de gestão do cuidado e que contempla muitas demandas na saúde. Assim, ressalta-se a importância de um olhar atento para a saúde mental das pessoas e do desenvolvimento de estratégias de prevenção à tentativa de suicídio, bem como o fortalecimento de relações interpessoais e com os serviços de saúde que contemplam a RAPS.

O desenvolvimento de estudos adicionais para aprofundar a compreensão do fenômeno da tentativa de suicídio no contexto da pandemia e de medidas que possam minimizar a ideação suicida são

ferramentas importantes que contribuem para a prevenção do suicídio e para a promoção da vida.

## REFERÊNCIAS

1 Ministério da Saúde (BR). Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID 19: recomendações gerais [Internet]. Brasília; 2020[acesso em 2020 ago 01]. Disponível em: [https://www.fiocruzbrasil.com.br/wp-](https://www.fiocruzbrasil.com.br/wp-content/uploads/2020/04/Saude-Mental-e-Atencao-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomendacoes-gerais.pdf)

[content/uploads/2020/04/Saude-Mental-e-Atencao-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomendacoes-gerais.pdf](https://www.fiocruzbrasil.com.br/wp-content/uploads/2020/04/Saude-Mental-e-Atencao-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomendacoes-gerais.pdf)

2 Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*. [Internet]. 2020[cited 2020 Aug 01];395(10227):912-20. Available from:

[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30460-8/fulltext#seccestitle240](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30460-8/fulltext#seccestitle240)

3 Melo MCA, Soares DS. Impact of social distancing on mental health during the COVID-19 pandemic: An urgent discussion. *Int. j. soc. psychiatry*. [Internet]. 2020[cited 2020 Aug 01];00(0):625-6. Available from: <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0020764020927047>

4 Courtet P, Olié E, Debien C, Vaiva G. Keep socially (but not physically) connected and carry on: preventing suicide in the age of COVID-19. *J. clin. psychiatr*. [Internet]. 2020[cited 2020 Aug 01];81(3):1-3. Available from: [https://www.psychiatrist.com/JCP/ar-](https://www.psychiatrist.com/JCP/article/_layouts/ppp.psych.controls/BinaryViewer.ashx?Article=/JCP/article/Pages/preventing-suicide-in-the-age-of-covid.aspx&Type=Article)

[ticle/\\_layouts/ppp.psych.controls/BinaryViewer.ashx?Article=/JCP/article/Pages/preventing-suicide-in-the-age-of-covid.aspx&Type=Article](https://www.psychiatrist.com/JCP/article/_layouts/ppp.psych.controls/BinaryViewer.ashx?Article=/JCP/article/Pages/preventing-suicide-in-the-age-of-covid.aspx&Type=Article)

5 Vieira PR, Garcia LP, Maciel ELN. Isolamento social e o aumento da violência doméstica: o que isso nos revela? *Rev. bras. epidemiol*. [Internet]. 2020[acesso em 2020 ago 01];23:e200033. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbepid/v23/1980-5497-rbepid-23-e200033.pdf>

6 Torales J, O'Higgins M, Castaldelli-Maia JM, Ventriglio A. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *Int. j. soc. psychiatry*. [Internet]. 2020[cited 2020 Aug 01];66(4):316-20. Available from: <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0020764020915212>

7 Ribeiro DB, Terra MG, Soccol KLS, Schneider JF, Camillo LA, Plein FAS. Reasons for attempting suicide among men who use alcohol and other drugs. *Rev. gaúch. enferm*. [Internet]. 2016[cited 2020 Aug 01];37(1):e54896. Available from: [https://www.scielo.br/pdf/rngenf/v37n1/en\\_0102-6933-rngenf-1983-144720160154896.pdf](https://www.scielo.br/pdf/rngenf/v37n1/en_0102-6933-rngenf-1983-144720160154896.pdf)

8 Ornell F, Schuch JB, Sordi AO, Kessler FHP. Pandemia de medo e COVID-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. *Revista debates in psychiatry*. [Internet]. 2020[acesso em 2020 ago 01];1-7. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/ufrgs/noticias/arquivos/pandemia-de-medo-e-covid-19-impacto-na-saude-mental-e-possiveis-estrategias>

9 Silva HGN, Santos LES, Oliveira AKS. Efeitos da pandemia no novo Coronavírus na saúde mental de



indivíduos e coletividades. J. nurs. health. [Internet]. 2020[acesso em 2020 ago 01];10(n.esp.):e20104007). Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/18677/11414>

10 Mamun MA, Griffiths MD. First COVID-19 suicide case in Bangladesh due to fear of COVID-19 and xenophobia: possible suicide prevention strategies. Asian journal of psychiatry (Online). [Internet]. 2020[cited 2020 Aug 01];51:102073. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7139250/pdf/main.pdf>

11 Mejia CR, Quispe-Sancho A, Rodriguez-Alarcon JF, Ccasa-Valero L, Ponce-López VL, Varela-Villanueva ES, et al. Factors associated with fatalism in the face of COVID-19 in 20 Peruvian cities in March 2020. Rev. habanera cienc. méd. [Internet]. 2020[cited 2020 Ago 01];19(2):e\_3233. Available from: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3233/2497>

12 Gunnell D, Appleby L, Arensman E, Hawton K, John A, Kapur N, et al. Suicide risk and prevention during the COVID-19 pandemic. Lancet Psychiatry. [Internet]. 2020[cited 2020 Aug 01];7(6):468-71. Available from: [https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lanpsy/PIIS2215-0366\(20\)30171-1.pdf](https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lanpsy/PIIS2215-0366(20)30171-1.pdf)

13 Mukhtar S. Psychological health during the coronavirus disease 2019 pandemic outbreak. Int. j. soc. psychiatry. [Internet]. 2020[cited 2020 Aug 01];66(5):512-6. Available from:

<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0020764020925835>

14 Shah K, Kamrai D, Mekala H, Mann B, Desai K, Patel RS. Focus on mental health during the coronavirus (COVID-19) pandemic: applying learnings from the past outbreaks. Cureus. [Internet]. 2020[cited 2020 Aug 01];12(3):e7405. Available from: <https://www.cureus.com/articles/29485-focus-on-mental-health-during-the-coronavirus-covid-19-pandemic-applying-learnings-from-the-past-outbreaks>

15 Xiang YT, Yang Y, Li W, Zhang L, Zhang Q, Cheung T, et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. Lancet Psychiatry. 2020[cited 2020 Aug 01];7(3):228-9. Available from: [https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lanpsy/PIIS2215-0366\(20\)30046-8.pdf](https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lanpsy/PIIS2215-0366(20)30046-8.pdf)

16 Choi KR, Heilemann MV, Fauer A, Mead M. A second pandemic: mental health spillover from the novel coronavirus (COVID-19). Journal of the american psychiatric nurses association. [Internet]. 2020[cited 2020 Aug 01];26(4):340-43. Available from: <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1078390320919803>

Data de submissão: 22/07/2020  
Data de aceite: 20/10/2020  
Data de publicação: 04/11/2020