

**ARTIGO DE REVISÃO**

**COVID-19: DESAFIOS PARA A SAÚDE MENTAL**

**COVID-19 AND MENTAL HEALTH: CHALLENGES**

**Oswaldo Jesus Rodrigues da Motta<sup>1\*</sup>; Júlia Silveira<sup>2</sup>; Tito Pechir Tomich<sup>3</sup>; Renata da Silva Fontes Monteiro<sup>4</sup>; Andréia Patrícia Gomes<sup>5</sup>**

1. Professor Titular da Escola de Medicina da Faculdade Dinâmica do Vale do Piranga (FADIP), Ponte Nova, MG e Pós-Doutorando no Departamento de Medicina e Enfermagem da Universidade Federal de Viçosa (UFV), Viçosa, MG. <https://orcid.org/0000-0003-0034-253X> oswaldo.motta@ufv.br
2. Graduanda em Medicina, Escola de Medicina da Faculdade Dinâmica do Vale do Piranga (FADIP), Ponte Nova, MG. julia\_csilveira@hotmail.com
3. Graduando em Medicina na Universidade Vale do Rio Doce (UNIVALE), Governador Valadares, MG. titopechir@gmail.com
4. Doutora pelo Programa de Pós-graduação em Bioética, Ética Aplicada e Saúde Coletiva da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Rio de Janeiro, RJ. renatasilvamonteiro@gmail.com
5. Professora Associada do Departamento de Medicina e Enfermagem, Universidade Federal de Viçosa (UFV), Viçosa, MG. Orientadora Permanente do Programa de Pós-graduação em Bioética, Ética Aplicada e Saúde Coletiva ENSP/FIOCRUZ. [andreia.gomes@ufv.br](mailto:andreia.gomes@ufv.br)
6. \* autor para correspondência: Oswaldo Jesus Rodrigues da Motta - oswaldo.motta@ufv.br

Recebido em: 08/02/2021 - Aprovado em: 21/09/2021. Disponibilizado em: 31/12/2021

**RESUMO:** A COVID-19 - causada pelo patógeno SARS-Cov-2, um coronavírus emergente já infectou e ocasionou o óbito de milhares de pessoas no ano de 2020 e 2021 e tem mobilizado a comunidade científica para a busca de opções de tratamento e prevenção. Por outro lado e com igual destaque, a ciência tem verificado os efeitos na saúde mental por conta das medidas de isolamento social e restrições para locomoção resultando em um importante impacto na saúde. Para investigar os efeitos sociais dessas medidas durante a Pandemia de COVID-19, realizou-se a presente revisão da literatura com estratégia de busca definida. Foram utilizados quatro descritores: (i) "COVID-19", (ii) "Mental Health", (iii) "Family" e (iv) "Society", os quais foram combinados para a pesquisa de artigos nas bases PubMed e ResearchGate. Das 2197 citações obtidas, selecionaram-se seis artigos através dos critérios de inclusão/exclusão. Foi observado que a pandemia causou enormes problemas psicológicos na população. Para enfrentar a situação, foi desenvolvido formas on-line de lidar com esses problemas buscando minimizar o impacto psicológico, ansiedade, depressão e estresse durante a pandemia de COVID-19. São necessários esforços multidisciplinares na área da saúde para intensificar a conscientização e abordagem das pessoas quanto a necessidade de atenção à saúde mental. A COVID-19 é doença recente, assim, os dados são incipientes, havendo

a necessidade de que sejam empreendidos estudos para o desenvolvimento de novas medidas e estratégias para melhoria da saúde mental da população no enfrentamento da pandemia.

**PALAVRAS-CHAVE:** COVID-19. Saúde Mental. Família. Sociedade

**ABSTRACT:** The new coronavirus disease that gave rise to the COVID-19 pandemic - caused by the pathogen SARS-Cov-2 - has already contaminated and caused the death of thousands of people in 2020 and has mobilized the scientific community for treatment and prevention options. On the other hand, and with equal emphasis, science has evaluated that the effects on the mental health of the family and community, with measures of social isolation and restrictions on movement, have an important impact on health. To investigate the social effects of these measures during the COVID-19 pandemic, this literature review was carried out with a defined search strategy. Four descriptors were used: (i) "COVID-19", (ii) "Mental Health", (iii) "Family" and (iv) "Society", which were combined for the search of articles in the PubMed and ResearchGate databases. Of the 2197 citations obtained, six articles were selected using the inclusion/exclusion criteria. It was observed that the pandemic caused enormous psychological problems in the population. To deal with the situation, online ways to deal with these problems were developed in order to minimize the psychological impact, anxiety, depression and stress during the COVID-19 pandemic. Multidisciplinary efforts in the health area are needed to intensify people's awareness and approach to the need for mental health care. COVID-19 is a recent disease, so the data are incipient, and there is a need for studies to be undertaken to develop new measures and strategies to improve the mental health of the population to face the pandemic.

**KEYWORDS:** COVID-19. Mental health. Family. Society

## 1. INTRODUÇÃO

Os coronavírus são patógenos que infectam diferentes espécies animais, incluindo o *Homo sapiens* (MCINTOSH, 2020). O coronavírus humano mais conhecido (HCoV) está associado a infecções respiratórias, causando manifestações clínicas de um resfriado comum, geralmente sem complicações. No entanto, nos últimos vinte anos, três novos coronavírus surgiram, entre eles o SARS-CoV-2, causando surtos de novas doenças respiratórias com impacto na saúde global. O patógeno causa a doença por coronavírus-19 (COVID-19), uma enfermidade que se espalhou rapidamente, atingindo o nível de pandemia em 11 de março de 2020 (CDC, 2020; WHO, 2020) requerendo assim, entre as medidas de controle de disseminação, o distanciamento social e a quarentena.

Além do sofrimento físico, não é incomum que casos confirmados ou suspeitos de COVID-19 sofram de grande pressão psicológica e outros problemas relacionados à saúde. Os estudos revisados apontam sintomas de estresse pós-traumático, confusão e raiva. Os estressores incluem a maior duração da quarentena, medos de infecção, frustração, tédio,

suprimentos inadequados, informações inadequadas, perda financeira e estigma (BROOKS S.,2020).

Os profissionais de saúde igualmente padecem, pois têm o dever de cuidar dos pacientes infectados e estreitar o contato com seus familiares/parentes (LU, 2020). A disseminação de pessoa para pessoa é evidente (OMS, 2014).

Desde o surgimento da doença, muitos aspectos têm sido pesquisados para controle e tratamento em diferentes regiões do planeta. Todavia, pesquisas apontam que a saúde mental tem sido frequentemente atingida após a instituição do distanciamento social.

Somando-se a toda problemática já ocasionada pelo surto da COVID-19, ocorrem paralelamente no mundo, diferentes eventos que surgem como agravantes para o estado psicológico da sociedade, como a dificuldade de acesso a renda, a pobreza, o medo da perda de parentes e amigos e até da própria morte. Por isso, aspectos essenciais devem ser considerados no processo de tratamento (SHI W *et al.* 2020).

Com base nessas considerações preliminares, o presente artigo tem como objetivos (i) revisar a literatura sobre as implicações do distanciamento social na saúde mental da família e comunidade durante a pandemia por COVID-19, na família e comunidade e (ii)

apresentar propostas para redução dos conflitos ocasionados pelo distanciamento, as quais poderão ser fundamentais para o convívio familiar e em comunidade.

O estudo foi organizado da seguinte forma: a Seção 2 apresenta os métodos empregados para a revisão da literatura; a Seção 3 discute os resultados da revisão bibliográfica em ambas as categorias de estudo. Por fim, a Seção 4 traz as considerações finais.

## 2. MÉTODOS

A revisão da literatura foi realizada a partir da consulta às bases PubMed (U. S. National Library of Medicine) e ResearchGate. Os termos pesquisados foram definidos com base nos Descritores em Ciências da Saúde (Decs), a partir de quatro estratégias de busca: (i) "Mental Health AND COVID-19"; (ii) "Mental Health AND SARS-COV-2"; (iii) "Family AND "COVID-19"; (4) "Family AND SARS-CoV-2"; (5) "Society AND COVID-19"; (6) "Society AND "SARS-COV-2". A busca resultou em 2197 citações (Quadro 1), publicadas nos últimos 10 anos, em línguas espanhola, inglesa e portuguesa. Desse total de citações, foram selecionados 06 (seis) artigos originais.

**Tabela 1.** Estratégia de Busca PubMed/ResearchGate

ESTRATÉGIA DE BUSCA	PubMED	ResearchGate
"Mental Health AND COVID-19"	190	62
"Mental Health AND SARS-CoV-2"	61	01
"Family AND COVID-19"	675	44
"Family AND SARS-CoV-2"	353	38
"Society AND COVID-19"	479	47
"Society AND SARS-CoV-2"	224	23
TOTAL	1982	215

O critério de elegibilidade utilizado foi artigo disponibilizado na íntegra para acesso, leitura dos

resumos buscando na discussão referência às implicações na saúde mental da família e comunidade pelo distanciamento social ou medidas restritivas de locomoção, bem como o convívio em família e comunidade em época de COVID-19.

**Tabela 2.** Relação dos artigos levantados pela revisão bibliográfica.

Artigos e Referência	Métodos utilizados no artigo selecionado	Problemas encontrados	Solução para o Problema
LI <i>et al.</i> (2020) <sup>5</sup>	Perspectiva	Problemas de Saúde Mental durante o surto de COVID-19 na China.	Serviço on-line para saúde mental da população
WANG C <i>et al.</i> (2020) <sup>6</sup>	Pesquisa on-line por amostragem para avaliar o impacto da saúde mental do COVID-19	Estresse, ansiedade e depressão.	Intervenções psicológicas para melhorar a saúde mental
BAO Y <i>et al.</i> (2020) <sup>7</sup>	Pesquisa descritiva	Estresse da população e ansiedade diante do surto de COVID-19.	Auxílio on-line de profissionais para melhoria da saúde mental
SHI W <i>et al.</i> (2020) <sup>8</sup>	Descritivo	Trauma e ansiedade.	Auxílio profissional.
ARANGO C. (2020) <sup>9</sup>	Descritivo	Dificuldades de lidar com sentimentos ruins.	Auxílio profissional.
DUAN L <i>et al.</i> (2020) <sup>10</sup>	Descritivo	Crise psicológica	Intervenção precoce e tratamento profissional.

Fonte: pesquisa bibliográfica realizada pelos autores.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos seis artigos selecionados na amostra, percebe-se que quatro trabalham com o método descritivo, denotando a predileção por essa estratégia de pesquisa nos estudos relacionados a saúde mental, família, sociedade e COVID-19. A seguir, os artigos relacionados serão descritos com mais detalhes.

Li *et al.* (2020) argumentam que o surto do COVID-19 causou enormes problemas psicológicos em diferentes subpopulações em pesquisa realizada na China. Várias

associações e organizações de saúde mental disponibilizaram equipes especializadas para construir diretrizes em saúde pública para profissionais de saúde mental, estabelecendo atendimento de forma on-line.

Apesar das autoridades chinesas terem anunciado essas políticas relevantes e princípios de atuação de maneira estratégica, o surto de COVID-19 registrou um sério desafio emergente para os serviços de saúde mental, porém existem algumas limitações que precisam ser abordadas.

Primeiro, vários serviços de saúde mental on-line foram construídos em diferentes áreas. No entanto, políticas nacionais unificadas de gestão e coordenação ainda são inadequadas, o que poderia resultar em distribuição desigual e desperdício de recursos médicos, sem falar na avaliação da eficácia desses serviços. Segundo, os serviços de saúde mental on-line são a medida predominante de assistência. Portanto, pessoas como os profissionais de saúde da linha de frente podem ter tempo e energia limitados para acessar esses serviços, devido à grande carga de trabalho. Além disso, outro grupo que eventualmente pode ser desamparado por este serviço é o de adultos/idosos, que podem ter mais dificuldades de acesso a *smartphones* e internet banda larga.

Ademais, apesar de várias pesquisas acadêmicas sobre COVID-19 terem sido publicadas globalmente até o fim do mês de fevereiro de 2020, poucas se concentraram na influência de outros eventos traumáticos nas populações. O foco no surto do Coronavírus diminui a atenção aos outros acontecimentos que causam dano à sociedade. Levantamentos epidemiológicos sobre fatos de impactos negativos já ocorridos e superados, seriam importantes ferramentas de informação no sentido de colaborar para o enfrentamento da epidemia (SHI W *et al.* 2020).

Neste cenário, o estudo apresentado por WANG *et al.* (2020) evidenciou que a infecção pelo COVID-19 é uma

emergência em saúde pública de interesse internacional e representa um desafio à resiliência psicológica. A pesquisa dos autores (WANG *et al.* 2020) foi realizada na China para entender melhor seus níveis de impacto psicológico, ansiedade, depressão e estresse durante o estágio inicial do surto de COVID-19.

A pesquisa on-line coletou informações sobre dados demográficos, sintomas físicos nos últimos 14 dias, histórico de contatos com o COVID-19, conhecimentos e preocupações sobre o COVID-19, medidas de precaução contra o COVID-19 e informações adicionais necessárias em relação ao COVID-19. O impacto psicológico foi avaliado pela *Impact of Event Scale-Revised* (IES-R) e o estado de saúde mental foi avaliado pela *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS-21).

O estudo concluiu que, dos 1210 entrevistados de 194 cidades da China, 53,8% classificaram o impacto psicológico do surto como moderado ou grave; 16,5% relataram sintomas depressivos moderados a graves; 28,8% relataram sintomas de ansiedade moderados a graves; e 8,1% relataram níveis de estresse moderado a grave.

A maioria dos entrevistados passou de 20 a 24 horas por dia em casa (84,7%); estavam preocupados com os familiares contraírem COVID-19 (75,2%); e ficaram satisfeitos com a quantidade de informações de saúde disponíveis (75,1%). Durante a fase inicial do surto de COVID-19 na China, mais da metade dos entrevistados classificou o impacto psicológico como moderado a grave e cerca de um terço relatou ansiedade moderada a grave.

Segundo os autores, as descobertas informam diretamente o desenvolvimento de intervenções psicológicas que podem minimizar o impacto psicológico, ansiedade, depressão e estresse durante o surto de COVID-19 e fornecer uma linha de base para avaliar os esforços de prevenção, controle e tratamento

durante todo o restante do COVID -19 epidemia, que ainda está em andamento. Ainda, informações precisas e atualizadas sobre a saúde veiculadas na mídia, foram associadas a uma moderação no impacto psicológico no surto e níveis mais baixos de estresse, ansiedade e depressão.

Outro estudo, feito por LIANG L. *et al.* (2020) voltado exclusivamente para grupo de jovens, conclui que quase 40,4% dos jovens da amostra foram propensos a problemas psicológicos e 14,4% dos jovens da amostra tiveram sintomas de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). A regressão logística univariada revelou que a saúde mental dos jovens estava significativamente relacionada à menor escolaridade (OR = 8,71, IC 95%: 1,97-38,43), ser funcionário de empresa (OR = 2,36, IC 95%: 1,09–5,09), sofrer com a Sintoma de TEPT (OR = 1,05, IC 95%: 1,03-1,07) e usar estilos de enfrentamento negativos (OR = 1,03, IC 95%: 1,00-1,07).

O artigo de ZHANG Y. (2020) mostra que a maioria dos participantes (53,3%) não se sentiu desamparados devido à pandemia. Por outro lado, 52,1% dos participantes se sentiram horrorizados e apreensivos devido à pandemia.

BAO Y *et al.* (2020), corrobora com ZHANG Y. (2020) ao afirmar que para lidar eficientemente com o surto de SARS-CoV-2, o governo chinês implementou intervenções de emergência de saúde pública rápidas e abrangentes.

Cada vez mais, psicólogos e psiquiatras usam a Internet e as mídias sociais (por exemplo, WeChat, Weibo, etc.) para compartilhar estratégias para lidar com o estresse psicológico.

ARANGO C. (2020) destacou a importância do trabalho psicológico não apenas com a sociedade, mas com aqueles que estão na linha de frente como os profissionais de saúde. “Muitos profissionais desejam aconselhamento individual ou pedem hipnóticos para dormir um pouco. Temos um número de telefone e e-

mail para que os profissionais possam entrar em contato conosco e os vemos no mesmo dia”.

Segundo DUAL L *et al.* (2020) estudos confirmaram que indivíduos que passaram por emergências de saúde pública ainda apresentam graus variados de transtornos de estresse mesmo após o término do evento, ou que foram curados e receberam alta do hospital, indicando que esses indivíduos não devem ser ignorados. Portanto, devemos considerar o curso da doença, a gravidade dos sintomas clínicos, o local de tratamento (por exemplo, isolado em casa, ala de isolamento comum, unidade de terapia intensiva) e outros fatores para identificar os indivíduos que precisam de intervenção psicológica e formular medidas específicas para melhorar a eficácia dessas intervenções.

A Sociedade Internacional de Estudos de Estresse Traumático (ISTSS, 2018) e *American Psychological Association* (APA, 2017) sugerem acompanhar continuamente o estado de saúde mental dos sobreviventes, e fornecer psicoterapias oportunas e focadas em trauma baseadas em evidências, com as Terapias Cognitivas de Processamento, Terapias Cognitivas e Prolongada, Terapia de Exposição, mesmo quando a situação já estiver se estabilizado. Todos esses esforços emergem como desafio, uma vez que o sistema de assistência mental relacionado ao trauma se apresenta como algo subdesenvolvido e incompleto em alguns países. (SHI W *et al.* 2020)

Sob medidas estritas de isolamento em infecção, profissionais como psiquiatras clínicos, psicólogos e assistentes sociais, devem ser fortemente desencorajados a entrar em enfermarias de isolamento para pacientes com COVID-19. Portanto, os profissionais de saúde da linha de frente são os que fazem intervenções psicológicas aos pacientes nos hospitais.

Qualquer epidemia traz efeitos negativos para o individual e o coletivo. Lições aprendidas nos eventos

terroristas causados nos EUA mostraram a importância de estabelecer previamente à comunidade, coalizões para mobilizar recursos de maneira eficiente e responder com êxito às questões relacionadas a desastres, frente às necessidades de saúde mental dos indivíduos afetados (DUAN L *et al.* 2020).

A pandemia de COVID-19 mostrou muitos problemas com o fornecimento de intervenção psicológica na China. Nos artigos selecionados relatam-se maneiras de o governo estabelecer e melhorar o sistema de intervenção com base em bons pareceres científicos, para lidar efetivamente com os problemas de saúde mental causados por emergências de saúde pública.

No Brasil o Conselho Federal de Psicologia flexibilizou a atuação deste profissional na utilização de recursos tecnológicos, como chamadas de vídeo, mensagens de voz ou texto como *Whatsapp*, *Skype* e *Zoom*, possibilitando, assim, o acesso das pessoas à terapia durante o período da quarentena. Isso permitiu que grupos de profissionais, institutos e alguns serviços de psicologia aplicada ligada a universidades, passassem a oferecer linhas de comunicação para atendimento psicológico especialmente direcionadas para questões relacionadas à COVID-19, como o apoio a pacientes, aos familiares e aos profissionais de saúde focando no luto e em outras dificuldades. Um indicativo da necessidade desse tipo de atendimento pode ser expresso na procura, que faz com que haja enorme rapidez para o preenchimento das vagas disponibilizadas.

Nas situações em que a quarentena<sup>1</sup> é considerada necessária, os responsáveis devem determinar que esse período não perdure além do essencial, além de fornecer uma justificativa clara para a quarentena, informações sobre protocolos de funcionamento e garantir o fornecimento de suprimentos suficientes. É

---

<sup>1</sup> Quarentena e isolamento são termos distintos. Isolamento tem sido usado no sentido de isolamento social, melhor descrito como distanciamento social, onde mesmo sem sintomas as pessoas evitam o contato com outros. Já

primordial também realizar apelos ao público para reforçar sobre os benefícios da quarentena para a sociedade em geral. (BROOKS S., 2020)

#### 4 . CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia de COVID-19 merece olhar aprofundado não apenas para medidas de controle e tratamento, mas igualmente de atenção à saúde mental. A revisão da literatura apresentada no presente artigo permitiu a identificação de relevantes problemas relacionados à COVID-19 e com ênfase especial para as duas grandes categorias abordadas no estudo: 1) Efeitos do distanciamento social na saúde mental no convívio familiar; e 2) Efeitos do distanciamento social-na saúde mental no convívio em comunidade.

Dentre os complicadores identificados no convívio familiar destaca-se a ansiedade em relação à pandemia de COVID-19, ao medo do contágio e da morte, à necessidade constante de utilização de máscaras e desinfetantes, além dos distúrbios do sono. Para o convívio em comunidade, paranoia originadas por mídias sociais, receio, medo e angústia de irem às ruas, merecem destaque. Como ponto positivo, a disposição das pessoas em seguir as diretrizes do governo sobre quarentena e distanciamento social em muitas cidades pesquisadas. A percepção da importância e a necessidade de dar suporte e abordar a saúde mental foi observada na maior parte dos artigos selecionados.

Há incipiência de estudos quando analisamos os dados que emergiram da revisão, uma vez que a doença é extremamente recente. Portanto, há necessidade de que sejam empreendidos estudos para o desenvolvimento de novas medidas para melhoria da

quarentena é o período que as pessoas infectadas devem se manter afastadas completamente do convívio social.

saúde mental da população. Os esforços interdisciplinares envolvendo as áreas de saúde poderão contribuir para intensificar a conscientização e abordar os problemas de saúde mental das pessoas durante esta pandemia, além de propor estratégias para diminuição dos conflitos, como propostas de atividades recreativas em família, apoio de ferramentas que integrem a família e comunidade por vídeo conferência, entre outras.

#### CONFLITOS DE INTERESSES

Os autores declaram não haver conflitos de interesses.

#### REFERÊNCIAS

- ARANGO, C. Lessons learned from the coronavirus health crisis in Madrid, Spain: How COVID-19 has changed our lives in the last two weeks [published online ahead of print, 2020 Apr 8]. *Biol Psychiatry*, 2020. doi:10.1016/j.biopsych.2020.04.003.
- BAO, Y. *et al.* 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. *Lancet*, v. 395, n.10224, e37–e38, 2020. doi:10.1016/S0140-6736(20)30309-3.
- BROOKS, S. *et al.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. Department of Psychological Medicine, King's College London, London, UK. *Lancet*, v.395, p. 912–20, 2020.
- CDC. Centers for Disease Control and Prevention. Morbidity and Mortality Weekly Report Initial Public Health Response and Interim Clinical Guidance for the 2019 Novel Coronavirus Outbreak — United States, December 31, 2019–February 4, 2020 Early Release / Vol. 69 February 5, 2020.
- DUAN, L.; Zhu, G. Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *Lancet Psychiatry*, v.7, n.4, p.300–302, 2020. doi:10.1016/S2215-0366(20)30073-0.
- LI, S. *et al.* The Impact of COVID-19 Epidemic Declaration on Psychological Consequences: A Study on Active Weibo Users. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, v.17, p.2032, 2020. doi:10.3390/ijerph17062032 19 March 2020.
- LI, W. *et al.* Progression of Mental Health Services during the COVID-19 Outbreak in China. *Int J Biol Sci*, v.16, n.10, p.1732–1738, 2020. Published 2020 Mar 15. doi:10.7150/ijbs.45120.
- LIANG, L. *et al* The Effect of COVID-19 on Youth Mental Health. Science+Business Media, LLC, part of Springer. 21 april 2020
- LU, H.; Stratton, C.W.; Tang, Y.W. Outbreak of pneumonia of unknown etiology in Wuhan, China: The mystery and the miracle. *Journal of medical virology*, 2020: In press.
- MCINTOSH, K. Coronavirus disease 2019 (COVID-19). UpToDate Oct 18, 2020.
- SHI, W.; Hall, B.J. What can we do for people exposed to multiple traumatic events during the coronavirus pandemic? [published online ahead of print, 2020 Apr 8]. *Asian J Psychiatr*, 102065, 2020. doi:10.1016/j.ajp.2020.102065.
- WANG, C. *et al.* Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *Int J Environ Res Public Health*. v.17, n.5, p.1729, 2020. Published 2020 Mar 6. doi:10.3390/ijerph17051729.
- WHO. World Health Organization. Guidelines for the global surveillance of severe acute respiratory syndrome (SARS). Updated recommendations, October 2004. Disponível em: [https://www.who.int/csr/resources/publications/WHO\\_CDS\\_CSR\\_ARO\\_2004\\_1.pdf?ua=1](https://www.who.int/csr/resources/publications/WHO_CDS_CSR_ARO_2004_1.pdf?ua=1). Acesso em: 11 abr 2020.

ZHANG, Y.; Ma, Z.F. Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, v.17, p.2381, 2020.