

**Alterações psicológicas durante o isolamento social na pandemia de covid-19: revisão integrativa****Psychological alterations during social isolation in the COVID-19 pandemic: integrative review****Cambios psicológicos durante el aislamiento social en la pandemia de COVID-19: revisión integrativa****Recebido: 23/06/2020****Aprovado: 03/08/2020****Publicado: 05/08/2020****Viviane Vanessa Rodrigues da Silva Santana<sup>1</sup>****Roberta Zaninelli do Nascimento<sup>2</sup>****Anyele Albuquerque Lima<sup>3</sup>****Izabelly Carollynny Maciel Nunes<sup>4</sup>**

Este estudo tem como objetivo compreender se o isolamento social favorece o acometimento de alterações psicológicas na população mundial durante a pandemia de COVID-19. Trata-se de uma 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 - JOHNS HOPKINS, no período de 01 de fevereiro de 2020 a abril de 2020, utilizando os descritores: “transtornos mentais” and “isolamento social” and “COVID-19”. Foram selecionados 6 artigos em inglês, publicados no período de janeiro a abril de 2020, das quais cinco da China. As alterações psicológicas provocadas pelo isolamento social mais apontadas foram: ansiedade, depressão e estresse. Infere-se que o isolamento social durante a pandemia do COVID-19 interfere na qualidade de vida das pessoas, e contribui para o comprometimento da saúde mental.

**Descritores:** Infecções por coronavírus; Pandemias; Saúde mental; Isolamento social.

This study aims to understand whether social isolation favors involvement of psychological changes in the world population during the COVID-19 pandemic. This is an integrative review carried out in the databases: Virtual Health Library, National Library of Medicines - Pubmed/Medline, and at the COVID-19 Control Center - JHONS HOPKINS, from February 1<sup>st</sup>, 2020 to April of 2020, using the descriptors: “mental disorders” and “social isolation” and “COVID-19”. Six articles written in English were selected, published from January to April of 2020, of which five were from China. The psychological changes caused by social isolation, most pointed out were: anxiety, depression and stress. It is inferred that social isolation during the COVID-19 pandemic interferes with people's quality of life, and contributes to impairment of mental health.

**Descriptors:** Coronavirus infection; Pandemics; Mental health; Social isolation.

Este estudio tiene por objeto comprender si el aislamiento social favorece los cambios psicológicos en la población mundial durante la pandemia de COVID-19. Se trata de una revisión integradora realizada en las bases de datos: Biblioteca Virtual de Salud, National Library of Medicines - Pubmed/Medline, y Centro de Control de COVID-19 - JOHNS HOPKINS, desde el 1 de febrero de 2020 hasta abril de 2020, utilizando los descriptores: “trastornos mentales” and “aislamiento social” and “COVID-19”. Se seleccionaron seis artículos en inglés, publicados de enero a abril de 2020, cinco de ellos de China. Los cambios psicológicos causados por el aislamiento social más señalados fueron: ansiedad, depresión y estrés. Se infiere que el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19 interfiere en la calidad de vida de las personas y contribuye al deterioro de la salud mental.

**Descriptores:** Infecciones por coronavirus; Pandemias; Salud mental; Aislamiento social.

1. Enfermeira. Especialista em Serviços de Saúde Pública. Mestre em Ciências da Saúde. Professora do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), Maceió, AL, Brasil. ORCID: 0000-0001-6903-1444 E-mail: viviane.santana@esenfar.ufal.br

2. Enfermeira. Especialista em Saúde Coletiva. Especialista em Enfermagem do Trabalho. Mestre em Saúde do Trabalho e Meio Ambiente. Doutora em Enfermagem. Professora do Curso de Graduação em Enfermagem da UFAL. Maceió, AL, Brasil. ORCID: 0000-0003-4256-8633 E-mail: roberta.zaninelli@esenfar.ufal.br

3. Acadêmica de Enfermagem, UFAL, Maceió, AL, Brasil. ORCID: 0000-0001-7254-9412 E-mail: anyele\_lima@hotmail.com

4. Acadêmica de Enfermagem. UFAL, Maceió, AL, Brasil. ORCID: 0000-0002-5032-2759 E-mail: izabelly.nuness@gmail.com

## INTRODUÇÃO

A doença do novo coronavírus (COVID-19), causada pelo SARS-CoV-2 (Síndrome Respiratória Aguda Grave Coronavírus 2), apresenta um quadro clínico que varia de infecções assintomáticas a quadros respiratórios graves. Os sintomas podem se manifestar entre 2 e 14 dias após a exposição ao vírus, e incluem: tosse, febre, cefaleia, coriza, dor de garganta, desconforto respiratório, mialgia, perda de olfato e paladar<sup>1,2</sup>.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou, em 30 de janeiro de 2020, que o surto da COVID-19 constitui uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional. Em 11 de março de 2020, a COVID-19 foi caracterizada como uma pandemia<sup>3</sup>. Especificamente em 14 de junho de 2020, havia 7.690.708 casos confirmados infecção pelo coronavírus no mundo e 427.630 mortes. No Brasil, havia 828.810 pessoas diagnosticadas com COVID-19 e 41.828 mortos<sup>4</sup>.

Dessa forma, à medida que a pandemia da COVID-19 progrediu, muitos países implementaram medidas de distanciamento físico e social como um esforço para reduzir a transmissão do vírus<sup>5</sup>, que implica manter distância de outras pessoas que estão fora do ambiente familiar. Apresentando-se como uma das melhores formas de limitar o contato entre indivíduos e, conseqüentemente, evitar exposição ao vírus e deter sua propagação<sup>2</sup>.

Essa decisão dos países em adotarem o isolamento social baseia-se no modo em que o coronavírus é transmitido e na falta de medidas farmacológicas de prevenção e tratamento específicos para combater o vírus. De forma geral, essa transmissão ocorre por meio de gotículas respiratórias, que são liberadas quando uma pessoa infectada tosse, espirra ou fala. Ademais, a infecção pode ocorrer ao tocar em uma superfície contaminada e depois tocar nos olhos, boca ou nariz, ou até no toque de mãos, beijo e abraço<sup>1</sup>.

Ressalta-se que as epidemias de doenças infecciosas afetam não apenas a saúde física das pessoas, mas também a saúde psicológica e o bem-estar da população não infectada<sup>6</sup>. Assim, a crescente ameaça da pandemia da COVID-19 levou a uma atmosfera global de ansiedade, depressão e estresse, devido à interrupção planos de viagem interrompidos, sobrecarga de informações da mídia, pânico para comprar itens domésticos indispensáveis, como os alimentos, e, principalmente, ao isolamento social<sup>7</sup>.

Desse modo, esse estudo justifica-se pela necessidade de conhecimento científico acerca da saúde mental da população que se encontra em isolamento neste momento crítico da sociedade global, proporcionando embasamento para medidas futuras de prevenção e tratamento das possíveis alterações psicológicas. Assim, essa pesquisa tem como objetivo compreender se o isolamento social favorece o acometimento de alterações psicológicas na população mundial durante a pandemia de COVID-19.

## MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa embasada na estratégia de busca PICO (Tabela 1), a qual conta com 4 componentes: Paciente ou problema; Intervenção; Controle ou Comparação; Desfecho (*Outcomes*). Essa estratégia permite a formulação correta da pergunta norteadora da pesquisa, possibilitando o melhor nível de evidências<sup>8</sup>.

**Tabela 1.** Descrição da estratégia PICO. Maceió, Alagoas, Brasil, 2020.

Iniciais	Descrição	Análise
P	Paciente	População mundial submetida ao isolamento social.
I	Intervenção ou indicador	Alterações psicológicas devido ao isolamento social na pandemia de COVID-19.
C	Comparação ou controle	Resultados encontrados no período de janeiro até abril de 2020.
O	<i>Outcomes</i> – Desfecho	Quais alterações psicológicas o isolamento social pode causar na população.

Fonte: Santos, et al<sup>9</sup>.

A busca foi realizada na plataforma da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), na base de dados National Library of Medicines (NLM) - Pubmed/Medline, e em um centro de pesquisa denominado Centro de Controle da COVID 19 - JOHNS HOPKINS. Foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DECS): isolamento social, transtornos mentais e a palavra-chave COVID-19, e seus respectivos correspondentes em inglês e espanhol. E os seguintes descritores do *Medical Subject Headings* (MeSH): isolamento social (*social isolation*), distúrbios mentais (*mental disorders*) e COVID-19. O descritor “transtornos mentais” foi utilizado por não haver o termo “alterações psicológicas” no *DECS* ou *MESH*, sendo este o termo que mais assemelha-se ao tema proposto. Ademais, realizou-se uma busca no referencial teórico dos artigos selecionados para serem analisados na íntegra.

Como critérios de elegibilidade, têm-se: artigos originais disponíveis na íntegra, com livre acesso, on-line, com abordagens metodológicas diversas, em idiomas português, inglês e espanhol, publicados no período de janeiro de 2020 à abril de 2020, e que respondessem a seguinte questão norteadora: *Quais alterações psicológicas o isolamento social, utilizado como forma de enfrentamento da COVID-19, pode causar na população?*

Os critérios de exclusão foram: artigos que o público alvo fossem profissionais ou pessoas que já possuíssem algum transtorno mental; que não incluíssem o isolamento social como uma das variáveis do estudo.

Em cada busca empregou-se o uso dos operadores booleanos “AND” e “OR” para combinar o conjunto de palavras, configurando-se: Social isolation AND Mental disorders AND COVID-19; Mental disorders AND COVID-19; Transtornos mentais OR Mental disorders AND Isolamento social OR Social isolation AND COVID-19; Transtornos mentais OR Mental disorders AND COVID-19.

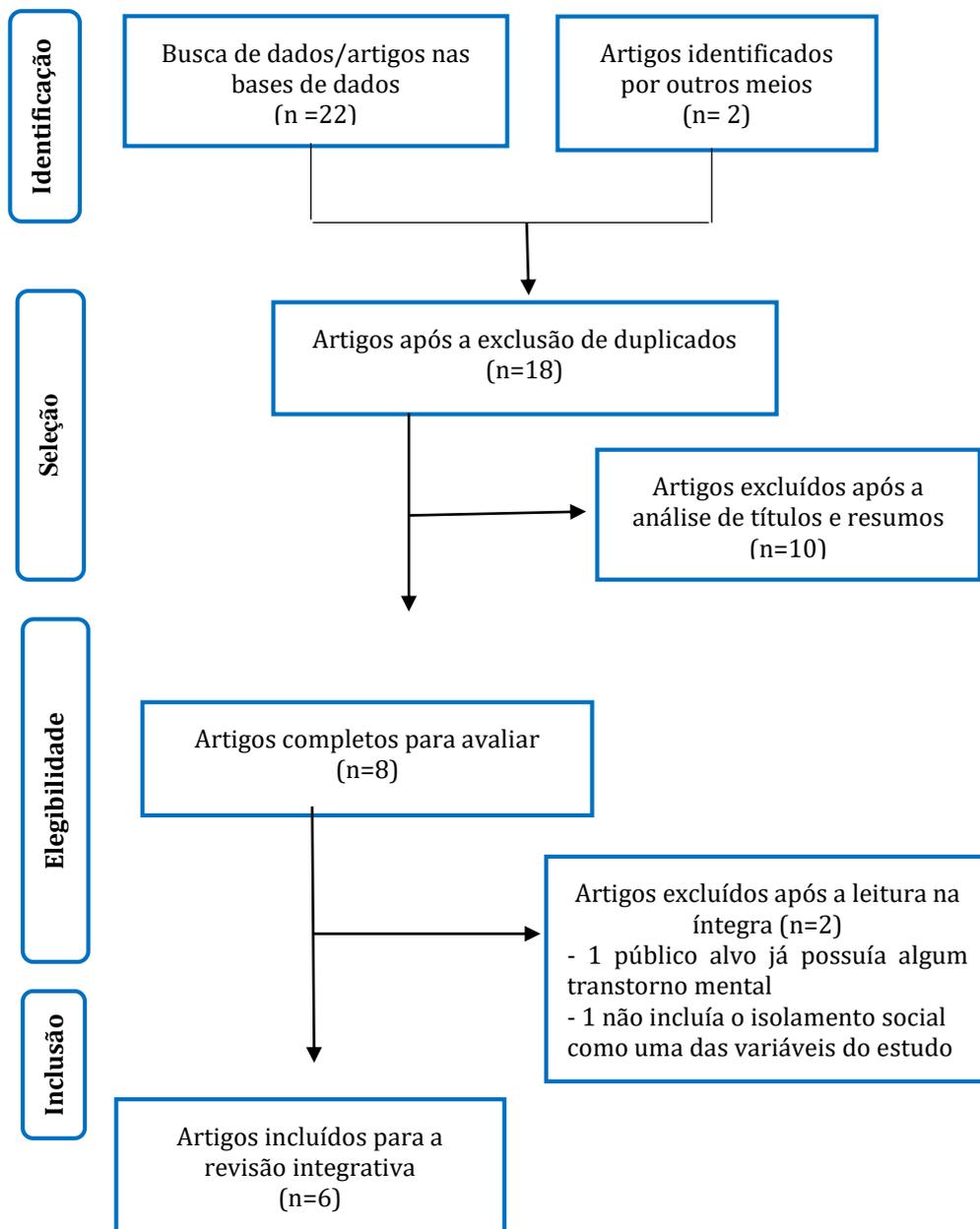
A extração de dados foi feita no período de fevereiro a abril de 2020 e a triagem dos estudos foi realizada com base nas recomendações da *Statement for Reporting Systematic Reviews and Meta-Analyses of Studies* (PRISMA), atribuindo consistência e veracidade a pesquisa (Figura 1)<sup>9</sup>.

Os aspectos éticos desta pesquisa foram preservados. As informações e dados foram apresentados de modo fidedigno e conforme a Lei de Direitos Autorais n.º. 9.610/98<sup>10</sup>, todos os autores analisados e citados neste estudo foram referenciados adequadamente.

## RESULTADOS

No processo de seleção dos artigos, resultou-se num total de 24 estudos, destes 6 foram excluídos por serem duplicatas, resultando na identificação de 18 artigos. Após a leitura dos títulos e resumos, 10 artigos foram excluídos por não se adequarem ao tema proposto. Oito artigos foram selecionados para leitura na íntegra e, destes, dois foram excluídos por não responderem à questão norteadora e nem atenderem aos critérios de elegibilidade. No total seis artigos foram selecionados para compor a revisão integrativa, como mostra o fluxograma PRISMA (Figura 1).

**Figura 1.** Fluxograma de coleta de artigos que compuseram os resultados. Maceió, Alagoas, Brasil, 2020.



O Quadro 1 contém informações referentes aos seis artigos selecionados na íntegra pela estratégia PICO, todos em língua inglesa. O quadro 1 apresenta dados de cada pesquisa, a partir das variáveis: título do artigo; autores e ano de publicação; país de publicação; método da pesquisa; e resultados. Neste último, são apontadas respostas relativas à questão norteadora desta pesquisa.

**Quadro 1.** Síntese dos estudos analisados na íntegra. Maceió, Alagoas, Brasil 2020.

<b>Título</b>	<b>Autores e ano</b>	<b>País</b>	<b>Método do estudo</b>	<b>Resultados</b>
<i>Social Capital and Sleep Quality in Individuals Who Self-Isolated for 14 Days During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak in January 2020 in China</i>	Xiao H, Zhang Y, Kong, D, Li S, Yang N, 2020 <sup>6</sup>	China	Transversal	A ansiedade e o estresse de indivíduos isolados apresentavam níveis elevados, enquanto que a qualidade do sono foi baixa, o que indica que a saúde psicológica deve ser considerada para indivíduos que se isolam durante epidemias.
<i>Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China</i>	Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho C, et al., 2020 <sup>11</sup>	China	Transversal	Neste estudo, a maioria dos entrevistados passou de 20 a 24 horas por dia em casa (84,7%). Destes, 53,8% classificou o impacto psicológico do surto de COVID-19 como moderado ou grave; 16,5% relataram sintomas depressivos moderados a graves; 28,8% dos entrevistados relataram sintomas de ansiedade moderada a grave; e 8,1% relataram níveis de estresse moderado a grave.
<i>The Impact of COVID-19 Epidemic Declaration on Psychological Consequences: A Study on Active Weibo Users</i>	Sijia L, Wang Y, Xue J, Zhao N, Zhu T, 2020 <sup>12</sup>	China	Quantitativo	Os resultados indicam diferenças significativas de indicadores emocionais entre a população chinesa em dois períodos de tempo, <i>T-before</i> (13 a 19 de janeiro de 2020) e <i>T-after</i> (20 a 26 de janeiro de 2020). Após 20 de janeiro, indicadores emocionais negativos de traços psicológicos aumentaram em ansiedade, depressão e indignação, enquanto indicadores emocionais positivos de traços psicológicos diminuíram.
<i>The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce It: Rapid Review of the Evidence</i>	Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al., 2020 <sup>13</sup>	Reino Unido	Qualitativo	O estudo sugere que durações mais longas de quarentena estavam associadas especificamente a problemas de saúde mental, sintomas de estresse pós-traumático, comportamentos de esquiva e raiva. No geral, esta Revisão sugere que o impacto psicológico da quarentena é amplo, substancial e pode ser duradouro.
<i>A Longitudinal Study on the Mental Health of General Population During the COVID-19 Epidemic in China</i>	Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, McIntyre RS, et al., 2020 <sup>7</sup>	China	Longitudinal	O isolamento teve vários impactos adversos na saúde mental, especialmente entre os entrevistados de 12 e 21 anos, apresentando os maiores níveis de estresse, depressão e ansiedade. Essa faixa etária era composta principalmente por estudantes que foram afetados pelo fechamento prolongado das escolas.
<i>The psychological effects of quarantining a city</i>	Rubin G, Wessely S, 2020 <sup>14</sup>	Reino Unido	Qualitativo	O estudo aponta que a quarentena propicia o desenvolvimento de sintomas de ansiedade nos indivíduos, seja devido à exposição exacerbada de notícias sobre o COVID-19 ou pela sensação de estar preso dentro de casa. Ademais, aborda que efeitos patológicos desses sintomas também são possíveis a longo prazo.

## DISCUSSÃO

Os artigos utilizados neste estudo citam diversas alterações psicológicas provocadas pelo isolamento social, a saber: ansiedade, depressão e estresse.

O distanciamento social por longos períodos pode proporcionar sentimentos negativos, como: o aumento da ansiedade, em pessoas que possuem uma rotina diária fora de casa, como estudantes<sup>6,7,11-13</sup>; sentimentos depressivos, devido à distância forçada de parentes e amigos, a solidão, e propagação exacerbada de notícias pelas mídias<sup>7,12</sup>; e estresse por conta do receio das pessoas em se infectarem ou transmitirem o vírus para os familiares<sup>11,13</sup>, e pela qualidade de sono reduzida<sup>6</sup>.

Um dos estudos apontou em seus resultados que a população estudada apresentou altos níveis de estresse, ansiedade e depressão. Porém, esses níveis permaneceram estáveis entre dois grupos e períodos distintos analisados, apesar do aumento acentuado no número de casos de COVID-19. Esse estudo sugere que isso ocorreu devido à rápida tomada de medidas decisivas pelo governo da China em relação à pandemia, como a imposição de isolamento social. Entretanto, essa mesma pesquisa afirma que esse isolamento prolongado teve vários impactos adversos sobre a saúde mental, especialmente entre os entrevistados de 12 a 21 anos, em que a maioria eram estudantes. Esse público foi afetado, segundo o estudo, principalmente, pelo fechamento prolongado da escola, o que exigiu apoio educacional on-line. Tal fato colaborou com o surgimento de estresse e ansiedade nessa população<sup>7</sup>.

Em contrapartida, em um outro estudo realizado na China, a população que apresentou sintomas psicológicos mais severos, foram as pessoas mais velhas, devido, segundo os entrevistados, a idade média de morte pelo coronavírus ser de 55 anos. Além disso, eles se sentiam ansiosos só em pensar na possibilidade de se infectar<sup>15</sup>. Nesse contexto, percebe-se que de qualquer forma a ansiedade é um sentimento predominante na população que está em isolamento.

A ansiedade pode ser definida como a antecipação de uma ameaça futura, sendo normalmente vivenciada pelos indivíduos<sup>16</sup>, porém essas sensações podem se intensificar e persistirem ao longo de todo o distanciamento social, tendendo a agravar o estado de ansiedade. A presença de óbitos e o número de novos casos de COVID-19 são possíveis agentes que contribuem para tal fato. A situação de isolamento em si, também, pode ser atribuída como agente influenciador, uma vez que, indica a seriedade e gravidade da conjuntura vivenciada. Além disso, existe a possibilidade de serem experimentados efeitos a longo prazo, como o potencial de sentir raiva em decorrência de situações presentes durante e pós-distanciamento social<sup>14</sup>.

Ademais, nota-se que o avanço da tecnologia e das formas de se comunicar em redes on-line favorecem o estabelecimento de interação social<sup>17</sup>. Isso fica evidente no período de isolamento, em que o contato face-a-face não é possível. Nesse contexto, a população tende a fazer uso massivo de redes sociais para se comunicar e expressar seus sentimentos. Tal situação é confirmada por estudo<sup>12</sup>, que analisou indicadores emocionais e palavras expressadas pela população chinesa, durante o isolamento, em postagens feitas em uma rede social. O estudo aponta o uso de muitas palavras de preocupação pelos usuários, tais quais preocupação com a saúde, relatando insônia, com a família e amigos, e dinheiro. Enquanto que os indicadores de emoção referiram que as pessoas mostraram mais emoções negativas, como ansiedade, depressão e indignação, do que positivas<sup>12</sup>.

Essas emoções negativas, principalmente a depressão, estavam diretamente associadas ao modo em que as informações de saúde haviam sido disseminadas na China. Essa disseminação de informações de saúde via rádio era o principal fator responsável pelos níveis elevados de depressão. Supõem que seria mais viável que os Governos e autoridades de saúde mundiais aderissem mais a mídias como televisão e internet para aumentar a conscientização do público acerca da COVID-19, reduzindo, assim sintomas de depressão e ansiedade<sup>7</sup>.

Nesse contexto, a OMS, durante a pandemia, recomenda evitar exposição a uma grande quantidade de notícias sobre o surto. Deve-se seguir notícias oficiais que sejam consideradas confiáveis, desconsiderando boatos e “fake news”, pois, a situação crítica atual, por si só, já é capaz de trazer malefícios psicológicos, porém, estes podem ser agravados em decorrências de inverdades publicadas<sup>18</sup>.

A China foi o primeiro país a sugerir que as pessoas permanecessem em casa e respeitassem o isolamento social, para assim, evitar a propagação do vírus e conter o número de indivíduos infectados, já que foi primeiro epicentro da COVID-19. Diante disso, um estudo aponta que 53,8% (n=651) dos entrevistados, que se encontravam isolados, reportaram impacto psicológico moderado ou grave, com sintomas, principalmente, de ansiedade (28,8%), depressão (16,5%) e estresse (8,1%)<sup>11</sup>.

Esse mesmo estudo apontou que a correlação entre as preocupações com a epidemia de COVID-19 e o impacto psicológico na população é notória, já que nesta pesquisa cerca de 75,2% dos entrevistados estavam muito preocupados com o fato de os outros membros da família se infectar com o vírus. Essa preocupação estava, segundo a pesquisa, associada principalmente com os altos níveis de estresse analisado por escalas.

Sugere-se que esses altos níveis de estresse ocorrem porque durante o distanciamento os indivíduos podem vivenciar várias situações que são desencadeadoras de estresse, como: duração da quarentena; informação inadequada fornecida pelo governo, autoridades de saúde e a própria imprensa; falta de suprimentos essenciais para a sobrevivência, como os alimentos; sentimentos de frustração e tédio<sup>13</sup>; além do medo de infectar-se e infectar outras pessoas, ficando ainda mais temerosos ao pensar na possibilidade de algum membro família ser acometido por COVID-19<sup>11,13</sup>.

A correlação entre isolamento, qualidade de sono e alterações psicológicas são fatores que estão diretamente associados ao capital social das pessoas, segundo um dos estudos<sup>6</sup>. Capital social refere-se a como a pessoa está inserida na sociedade, seu sentimento de pertencimento, as relações sociais estabelecidas por ela, os apoios grupais que ela recebe, e sua participação social. Esse capital são recursos sociais que giram em torno da confiança, cooperação, reciprocidade e confiabilidade<sup>19,20</sup>.

Desse modo, os indivíduos entrevistados que tinham um capital social mais elevado apresentaram índices reduzidos de ansiedade e estresse, e, conseqüentemente, a qualidade de sono deles era melhor. Enquanto que os que apresentavam baixos índices de capital social, segundo a escala aplicada, tinham os níveis de ansiedade e estresse elevados. Esses dois fatores, em conjunto, colaboram para a redução da qualidade do sono<sup>6</sup>.

A OMS recomenda algumas atitudes que podem ser seguidas pela população em isolamento para evitar a ansiedade, estresse e depressão, como: buscar manter contato com os familiares e amigos, mesmo que essa proximidade seja por meios digitais, como redes sociais, e-mails, telefone. Também tentar regular o sono, e manter uma rotina de exercícios físicos e uma boa dieta, buscando, ao máximo, manter ou inovar a sua rotina. Propõem que as pessoas fiquem atentos aos seus sentimento e demandas internas. Além disso, buscar ficar informado sobre a COVID-19 por fontes confiáveis<sup>18</sup>.

## CONCLUSÃO

Os achados deste estudo propiciam a inferência de que isolamento social durante a pandemia do COVID-19 contribui para o acometimento de alterações psicológicas, principalmente ansiedade, depressão e estresse, uma vez que os humanos são seres sociais, dependentes de interações, comunicações e contatos interpessoais e, ao serem mantidos em uma situação de isolamento nutrem sentimentos de tédio, solidão e tristeza e, entre os sentimentos vivenciados durante o isolamento, destaca-se a ansiedade como o mais experienciado. Além disso, os achados da pesquisa demonstram que a qualidade de vida das pessoas que estão em isolamento está intrinsecamente ligada à sua saúde mental.

Como limitações desse estudo, ressalta-se a escassez de pesquisas científicas acerca do tema, ocorrido devido à contemporaneidade do conteúdo com a pandemia de COVID-19. Apesar da correlação entre o distanciamento social com a ocorrência de alterações psicológicas descrita nos artigos, faz-se necessário a realização de mais pesquisas que envolvam esse tema, principalmente com as populações de outros países, além da China.

## REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde (Br). Coronavírus (COVID-19). [Citado em 19 abr 2020]. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br>
2. Centers for Disease Control and Prevention. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). [citado em 19 abr 2020]. Disponível: <https://www.cdc.gov>
3. Organização Pan-americana de Saúde. OPAS Brasil - Folha informativa – COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus) [citado em 19 abr 2020]. Disponível em: <https://www.paho.org/bra>
4. World Health Organization. Coronavirus disease (COVID-2019): Situation reports – 146 [Internet]. Geneva: WHO; 2020 [citado em 15 jun 2020]. Disponível em: [https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200614-covid-19-sitrep-146.pdf?sfvrsn=5b89bdad\\_6](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200614-covid-19-sitrep-146.pdf?sfvrsn=5b89bdad_6)
5. Rivers C, Martin E, Watson C, Schoch-Spana M, Mullen L, Sell TK. Public health principles for a phased reopening during COVID-19: guidance for governors [Internet]. Johns Hopkins University: Center for Health Security; 2020 [citado em 19 abr 2020]. Disponível em: [https://www.centerforhealthsecurity.org/our-work/pubs\\_archive/pubs-pdfs/2020/reopening-guidance-governors.pdf](https://www.centerforhealthsecurity.org/our-work/pubs_archive/pubs-pdfs/2020/reopening-guidance-governors.pdf)
6. Xiao H, Zhang Y, Kong, D, Li S, Yang N. Social capital and sleep quality in individuals who Self-Isolated for 14 days during the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak in January 2020 in China. *Med Sci Monit* [Internet]. 2020 [citado em 19 abr 2020]; 26: e923921. DOI: <https://doi.org/10.12659/MSM.923921>
7. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, McIntyre RS, et al. A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China. *Brain Behav Immun* [Internet]. 2020 [citado em 19 abr 2020]. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.028>
8. Santos CMC, Pimenta CAM, Nobre MRC. The PICO strategy for the research question construction and evidence search. *Rev Lat Am Enfermagem* [Internet]. 2007 [citado em 21 abr 2020]; 15(3). DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-11692007000300023>
9. Galvao TF, Pansani TSA, Harrad D. Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA. *Epidemiol Serv Saude* [Internet]. 2015 [citado em 21 abr 2020]; 24(2). DOI: <https://doi.org/10.5123/S1679-49742015000200017>
10. Brasil. Lei nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998, que altera, atualiza e consolida a legislação sobre direitos autorais e dá outras providências. *Diário Oficial da União*. Brasília: Ministério da Cultura, 1998.
11. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho 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* [Internet]. 2020 [citado em 19 abr 2020]; 17, 1729. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
12. Sijia L, Wang Y, Xue J, Zhao N, Zhu T. The Impact of COVID-19 epidemic declaration on psychological consequences: a study on active weibo users. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2020 [citado em 19 abr 2020]; 17:2032; DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph17062032>
13. 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 [citado em 19 abr 2020]. 395:912–20. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

14. Rubin G, Wessely S. The psychological effects of quarantining a city. *BMJ* [Internet]. 2020 [citado em 20 abr 2020]. 368:m313. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj.m313>
15. Tian F, Li H, Tian S, Yang J, Shao J, Tian C. Psychological symptoms of ordinary Chinese citizens based on SCL-90 during the level I emergency response to COVID-19. *Psychiatry Research* [Internet]. 2020 [citado em 2020 abr 2020]; 288:112992. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112992>
16. Associação Americana de Psiquiatria. Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM -5), 5ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2014.
17. Ferreira TR, Silva AKA, Padilha Neto JD, Silva JMO. Redes sociais na comunicação científica: análise de redes sociais (ARS) nos anais do ENANCIB. *Rev ACB* [Internet]. 2019 [citado em 20 abr 2020]; 24, 1:564-77. Disponível em: <https://revista.acbsc.org.br/racb/article/view/1425>
18. World Health Organization. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. Geneva: WHO Department of Mental Health and Substance [Internet]. 2020 [citado em 22 abr 2020] Disponível em: <https://www.who.int/publications-detail/mental-health-and-psychosocial-considerations-during-the-covid-19-outbreak>
19. Hommerich C, Tiefenbach T. Analyzing the relationship between social capital and subjective well-being: the mediating role of social affiliation. *J Happiness Stud* [Internet]. 2017 [citado em 20 abr 2020]; 19:1091-114. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9859-9>
20. Pizzio A. Capital social étnico e desenvolvimento comunitário: o caso da organização de mulheres indígenas Masehual Siuamej Mosenyolchikauanij. *REDES* [Internet]. 2018 [citado em 20 abr 2020]; 23 (1). DOI: <https://doi.org/10.17058/redes.v23i1.11298>

### CONTRIBUIÇÕES

**Anyele Albuquerque Lima e Izabelly Carollynny Maciel Nunes** contribuíram na coleta, análise e interpretação dos dados, redação e revisão. **Viviane Vanessa Rodrigues da Silva Santana e Roberta Zaninelli do Nascimento** atuaram na concepção e desenho do estudo e, revisão.

### Como citar este artigo (Vancouver)

Lima AA, Nunes ICM, Santana VVRS, Nascimento RZ. Alterações psicológicas durante o isolamento social na pandemia de COVID-19: revisão integrativa. *REFACS* [Internet]. 2020 [citado em *inserir dia, mês e ano de acesso*]; 8(Supl. 2):754-762. Disponível em: *inserir link de acesso*. DOI: *inserir link do DOI*.

### Como citar este artigo (ABNT)

LIMA, A. A.; NUNES, I. C. M.; SANTANA, V. V. R. S.; NASCIMENTO, R. Z. Alterações psicológicas durante o isolamento social na pandemia de COVID-19: revisão integrativa. **REFACS**, Uberaba, MG, v. 8, p. 754-762, 2020. Supl. 2. Disponível em: *inserir link de acesso*. Acesso em: *inserir dia, mês e ano de acesso*. DOI: *inserir link do DOI*.

### Como citar este artigo (APA)

Lima, A.A., Nunes, I.C.M., Santana, V.V.R.S., & Nascimento, R.Z. (2020). Alterações psicológicas durante o isolamento social na pandemia de COVID-19: revisão integrativa. *REFACS*, 8(Supl. 2), 754-762. Recuperado em *inserir dia, mês e ano de acesso* de *inserir link de acesso*. DOI: