

COVID-19 e repercussões psicológicas durante a quarentena e o isolamento social: uma revisão integrativa

RESUMO | Objetivo: analisar os principais impactos psicológicos decorrentes da quarentena e do isolamento social. Método: trata-se de uma pesquisa bibliográfica, realizada através da revisão integrativa da literatura nas bases de dados SciELO, LILACS, Medline e World Wide Science. Os critérios de inclusão foram artigos publicados em português, inglês e espanhol, durante o período de 2010 a 2020. Para facilitar a identificação dos artigos foi utilizado o software End Note X5. Resultados: foram encontrados 94 artigos, sendo selecionados 12 para a análise do estudo. A pesquisa revelou uma prevalência de repercussões psicológicas negativas como: solidão, depressão, estresse, medo de adoecer e da morte, ansiedade, raiva, frustração, tédio, insônia, tristeza, irritabilidade. As estratégias para minimizar esses impactos são: exercícios físicos, assistir filmes, ler livros, ouvir música. Conclusão: é necessário que medidas de saúde pública sejam implementadas, como atividades educativas e ações que possam auxiliar as pessoas no enfrentamento do isolamento.

Palavras-chaves: Pandemias; Isolamento Social; Quarentena; Fenômenos Psicológicos.

ABSTRACT | Objective: to analyze the main psychological impacts resulting from quarantine and social isolation. Method: this is a bibliographic search, carried out through an integrative literature review in the SciELO, LILACS, Medline and World Wide Science databases. The inclusion criteria were articles published in Portuguese, English and Spanish, from 2010 to 2020. To facilitate the identification of the articles, the End Note X5 software was used. Results: 94 articles were found, 12 of which were selected for analysis of the study. The research revealed a prevalence of negative psychological repercussions such as: loneliness, depression, stress, fear of falling ill and death, anxiety, anger, frustration, boredom, insomnia, sadness, irritability. The strategies to minimize these impacts are: physical exercise, watching movies, reading books, listening to music. Conclusion: it is necessary that public health measures are implemented, such as educational activities and actions that can help people in facing isolation.

Keywords: Pandemics; Social Isolation; Quarantine; Psychological Phenomena.

RESUMEN | Objetivo: analizar los principales impactos psicológicos resultantes de la cuarentena y el aislamiento social. Método: se trata de una búsqueda bibliográfica, realizada a través de una revisión bibliográfica integradora en las bases de datos SciELO, LILACS, Medline y World Wide Science. Los criterios de inclusión fueron artículos publicados en portugués, inglés y español, de 2010 a 2020. Para facilitar la identificación de los artículos, se utilizó el software End Note X5. Resultados: se encontraron 94 artículos, 12 de los cuales fueron seleccionados para el análisis del estudio. La investigación reveló una prevalencia de repercusiones psicológicas negativas como: soledad, depresión, estrés, miedo a enfermarse y morir, ansiedad, ira, frustración, aburrimiento, insomnio, tristeza, irritabilidad. Las estrategias para minimizar estos impactos son: ejercicio físico, mirar películas, leer libros, escuchar música. Conclusión: es necesario que se implementen medidas de salud pública, como actividades educativas y acciones que puedan ayudar a las personas a enfrentar el aislamiento.

Palabras claves: Pandemias; Aislamiento Social; Cuarentena; Fenómenos Psicológicos.

Mirely Ferreira dos Santos

Enfermeira – Doutoranda em Saúde Pública pela Universidade de São Paulo – USP. Mestre em Ciências da Saúde pela UFRR. Especialista em Urgência e Emergência (FIP/PB). Docente EBTT do Instituto Federal do Amazonas-IFAM/Atualmente em Exercício Provisório na Reitoria Instituto Federal de São Paulo/IFSP – Coordenadora de Assistência à Saúde do Servidor – CSS.

Jacinta Ferreira dos Santos Rodrigues

Professora de Língua Portuguesa. Mestre em Letras pela Universidade Federal de Roraima – UFRR. Especialista em Língua, Linguística e Literatura (FIP/PB). Docente EBTT do Instituto Federal da Paraíba – IFPB.

Recebido em: 22/04/2020

Aprovado em: 04/05/2020

INTRODUÇÃO

O mundo está vivenciando uma situação de pandemia devido ao surgimento de um novo coronavírus. O primeiro caso identificado apresentou pneumonia e foi relatado em Wuhan, província de Hubei, República Popular da China (RPC), no final de dezembro de 2019¹. O Comitê Internacional de Taxonomia de Vírus (ICTV) nomeou o vírus como SARS-CoV-2 e a doença como COVID-19². Na história, o SRAS-CoV (2003) infectou 8.098 indivíduos com taxa de mortalidade de 9% em 26 países do mundo, por outro lado, o novo vírus corona (2019) infectou 120.000 indivíduos com taxa de mortali-

dade de 2,9% em 109 pessoas até meados de 19 de março de 2020. Isso mostra que a taxa de transmissão do SARS-CoV-2 é maior que o SRAS-CoV^{3,4}.

À proporção que o SARS-CoV-2 se propaga pelo mundo, muitos governos, da maioria dos países, estabeleceram planos de contingência, adotando medidas de isolamento social, além da restrição de viagens em âmbito local, nacional e internacional, a fim de evitar a propagação do vírus. Nos Estados Unidos, milhares de pessoas foram submetidas a quarentenas legalmente aplicáveis ou estão em auto quarentena. Bem como Itália, Alemanha, França, entre outros. Alguns países são mais criteriosos e publicaram

medidas de punição para as pessoas que saírem de casa, como na França.

No Brasil, a maioria das cidades estão seguindo as recomendações da Organização Mundial da Saúde – OMS e do Ministério da Saúde, para as pessoas permanecerem em casa como forma de isolamento social, com intuito de diminuir a propagação do vírus e não provocar um colapso no Sistema de Saúde Pública, principalmente nos locais em que a assistência à saúde é mais precária. Sendo que cada estado e município estão criando suas próprias estratégias para tentar reduzir a transmissão da doença.

O isolamento social serve para separar pessoas sintomáticas e assintomáticas, em investigação clínica e laboratorial, de maneira a evitar a propagação da infecção e transmissão. Neste caso, é utilizado o isolamento em ambiente domiciliar, podendo ser feito em hospitais públicos ou privados. Ainda segundo a norma do Ministério da Saúde, o isolamento é feito por um prazo de 14 dias, tempo em que o vírus leva para se manifestar no corpo, podendo ser estendido, dependendo do resultado dos exames laboratoriais⁵. Já o termo quarentena se refere à separação e restrição de movimento de pessoas que foram potencialmente expostas a uma doença contagiosa para verificar se elas apresentam sintomas da doença, reduzindo assim o risco de infectar outras pessoas⁶.

Diante desse cenário de pandemia, em que muitas pessoas tiveram que parar de trabalhar e viver uma fase de isolamento, surge o questionamento: quais repercussões psicológicas podem surgir nas pessoas que estão vivenciando a quarentena e o isolamento social? Considerando que situações de epidemias de grandes magnitudes podem acarretar impactos psicológicos para população. A presente pesquisa teve como objetivo analisar os principais impactos psicológicos decorrentes da quarentena e do isolamento social.

MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica,

“
No Brasil, a maioria das cidades estão seguindo as recomendações da Organização Mundial da Saúde – OMS e do Ministério da Saúde, para as pessoas permanecerem em casa como forma de isolamento social, com intuito de diminuir a propagação do vírus e não provocar um colapso no Sistema de Saúde Pública, principalmente nos locais em que a assistência à saúde é mais precária.”

ca, realizada através da revisão integrativa da literatura acerca das repercussões psicológicas decorrentes do isolamento social e da quarentena. Inicialmente, foi delineada a questão norteadora da pesquisa conforme a problemática da pandemia de COVID-19, que impôs a sociedade um novo modo de vivência com a quarentena. Elaborando-se a pergunta: quais repercussões psicológicas podem surgir nas pessoas que estão vivenciando a quarentena e o isolamento social? Em seguida, realizou-se um levantamento e seleção das produções científicas mais relevantes, conforme as bases de dados disponíveis em sites nacionais e internacionais.

Foram utilizadas as bases de dados SciELO, LILACS, Medline e World Wide Science. Os descritores foram redefinidos como: “pandemias”, “isolamento social”, “quarentena” e “fenômenos psicológicos” na base de dados SciELO e “pandemics”, “social isolation”, “quarantine” e “psychological phenomena” nas bases de dados LILACS, Medline e World Wide Science. A utilização dos descritores foi feita de acordo com os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) disponibilizados na BVS.

Para a seleção dos artigos científicos, definiram-se os critérios de inclusão como sendo: artigos publicados em português, inglês e espanhol, disponíveis na íntegra, no período de 2010 a abril de 2020. A busca resultou em 94 artigos, sendo que foram excluídos os que não tinham temática diretamente relacionada com o objetivo da pesquisa e não se encaixavam nos critérios de inclusão. Constituiu-se assim, um total de 12 artigos disponibilizados de forma online. Para facilitar a identificação dos artigos foi utilizado o software End Note X5 e a procura dos artigos seguiu as recomendações PRISMA.

Inicialmente os textos dos artigos encontrados foram selecionados pelos títulos, a partir da leitura dos títulos e resumos dos artigos foram excluídas as pesquisas que não tinham viés de associação entre doenças transmissíveis, isolamento social, quarentena e impactos psicológicos. Totalizando 82

artigos excluídos, em seguida foi feita uma leitura crítica e apurada dos 12 artigos selecionados, organizou-se uma síntese dos textos completos para

análise e os resultados foram interpretados e sintetizados através da comparação dos dados.

RESULTADOS

Os resultados apontam para um maior número de pesquisas em periódicos internacionais direcionadas a pandemia de COVID-19, até o momento da elaboração dessa pesquisa. Nota-se que houve um predomínio de 9 pesquisas internacionais na língua inglesa, e apenas 3 na literatura nacional.

Para uma melhor compressão da revisão integrativa realizada foi elaborado um fluxograma, figura 1, com os resultados dos artigos encontrados. E para descrição dos resultados dos artigos, foram duas tabelas com os dados referentes às repercussões psicológicas e as principais medidas para diminuir essas repercussões.

A tabela 1 demonstra os 12 artigos analisados nessa revisão integrativa, os mesmos estão distribuídos conforme ordem cronológica de publicação mais recente, título de cada pesquisa, autores, ano de publicação e os resultados das repercussões psicológicas encontradas em cada artigo.

No que tange as intervenções e medidas para minimizar as repercussões

Figura 1 – Fluxograma da seleção dos artigos para a revisão integrativa, São Paulo, Brasil, 2020.

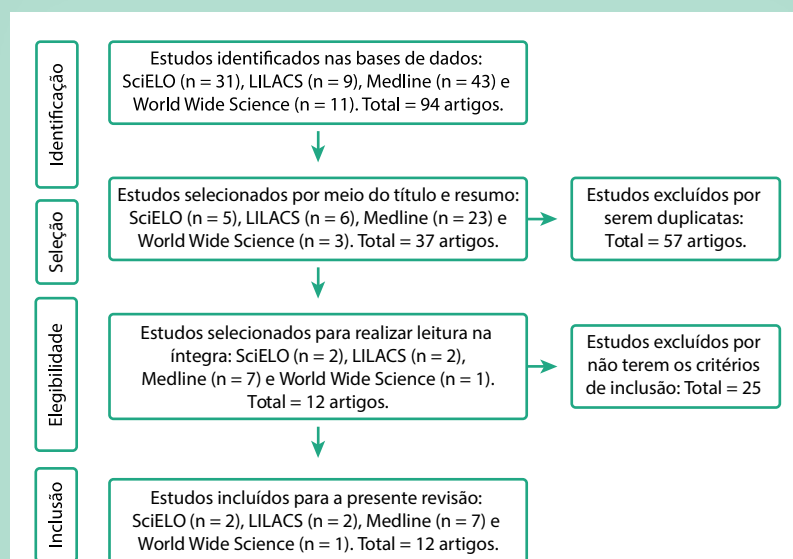


Tabela 1 – Principais repercussões psicológicas decorrentes do isolamento social e quarentena.

Artigo	Título	Autores e ano de publicação	Repercussões psicológicas do isolamento social e quarentena
01	Fases psicológicas e sentido da vida em tempos de isolamento social por pandemia COVID-19 uma reflexão a luz de Viktor Frankl	Medeiros AYBBV, Peireira ER, Silva RMCRA, Dias FA; 2020	Apatia, solidão, irritação, insônia, alterações na alimentação, sensação de tédio, temor, falta de esperança, ansiedade, depressão, estresse.
02	Pandemia, isolamento social e colapso global	Bittencourt RN, 2020	Monotonia, sentimento de estar enclausurado, ansiedade, estresse, angústia, solidão, exaustão.
03	Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak	Liu S, Yang L, Zhang et al, 2020	Depressão, transtorno de ansiedade, insônia, estresse.
04	Telemental Health in the Context of a Pandemic: the COVID-19 Experience	Whaibeh E, Mahmoud H, Naal H, 2020	Frustração, medo, raiva, desesperança, confusão, ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático, estresse financeiro e interações pessoais limitadas.
05	The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence	Brooks SK, Webster RK, Smith LE et al, 2020	Efeitos psicológicos negativos, estresse pós-traumático, confusão, raiva, medos de infecção, frustração, tédio, suprimimentos inadequados, informações inadequadas, perda financeira e estigma, relatos de suicídio, irritabilidade, insônia, baixa concentração, tristeza, aborrecimento, nervosismo.
06	Social distancing in covid-19: what are the mental health implications?	Venkatesh A, Edirappuli S, 2020	Depressão, ansiedade, frustração, tédio, mau humor, medo do contágio e da clareza inadequada em torno das diretrizes de distanciamento social, muitas vezes agravadas por fontes menos confiáveis da mídia.

07	Life in the pandemic: Social isolation and mental health	Usher K, Bhullar N, Jackson D, 2020	Problemas psicossociais especialmente para as pessoas vulneráveis, como os grupos de classe socioeconômicas mais baixa e em condições de saúde mental preexistentes, ansiedade, insegurança, irritabilidade, estresse emocional, insônia, transtornos de humor, tédio, solidão, medo, pânico, estresse pós-traumático.
08	Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study	Zhang Y, Feei, ZM, 2020	Estresse, tristeza, pânico, ansiedade, apreensão e temor devido a pandemia; sentimento de desamparo que pode estar relacionado ao aumento do uso das mídias sociais, como por exemplo assistir e ouvir notícias negativas.
09	The Impact of COVID-19 Epidemic Declaration on Psychological Consequences: A Study on Active Weibo Users	Li S, Wang Y, Xue J et al, 2020	Ansiedade, depressão, indignação, preocupação, raiva, insônia, incerteza, insegurança, estresse.
10	Mental health status of people isolated due to Middle East Respiratory Syndrome	Jeong H, Yim HW, Song YJ et al, 2016	Transtorno de ansiedade generalizada, raiva, ansiedade.
11	Psychosocial effects of an Ebola outbreak at individual, community and international levels	Bortel TV, Basnayake A, Wurie F et al, 2016	Medo da morte, ansiedade, sentimento de perda e pesar por perder entes queridos, angústia, tristeza, culpa ou desamparo por não serem capazes de confortar ou cuidar dos entes queridos.
12	Repercussões psicológicas do isolamento de contato: uma revisão	Duarte TL, Fernandes LF, Freitas MMC et al 2015	Ansiedade, distúrbio do sono, agitação, angustia pela perda de liberdade, estresse, depressão, medo, solidão, baixa autoestima, raiva, tédio.

SANTOS; RODRIGUES (2020)

psicológicas que podem surgir durante a quarentena e isolamento social, os estu-

dos analisados nessa revisão integrativa apresentaram sugestões de apoio, a tabe-

la 2 mostra algumas medidas para reduzir esses impactos psicológicos.

Tabela 2 – Estratégias para diminuir os riscos de impactos psicológicos de acordo com os artigos analisados.

Artigo	Título	Autores e ano de publicação	Estratégias para diminuir os riscos de impactos psicológicos
01	Fases psicológicas e sentido da vida em tempos de isolamento social por pandemia COVID-19 uma reflexão a luz de Viktor Frankl	Medeiros AYBBV, Pereira ER, Silva RMCRA, Dias FA; 2020	Cantar, dançar, realizar atividades físicas nas varandas ou em outro lugar da casa, conversar com os vizinhos a distância, usar a criatividade para elaborar vídeos engraçados com as esposas e filhos.
02	Pandemia, isolamento social e colapso global	Bittencourt RN, 2020	Planejar atividades lúdicas, manutenção da casa, exercícios físicos, fortalecer os laços familiares, aprofundar os estudos, iniciar novas leituras, ouvir música, assistir filmes, realizar orações e meditação.
03	Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak	Liu S, Yang L, Zhang et al, 2020	Leitura de livros sobre prevenção, controle e educação em saúde mental, terapia comportamental cognitiva online para depressão, ansiedade e insônia, programas de inteligência artificial (IA) utilizados como intervenções para crises psicológicas durante a epidemia.
04	Telemental Health in the Context of a Pandemic: the COVID-19 Experience	Whaibeh E, Mahmoud H, Naal H, 2020	Uso de tecnologias da informação e comunicação, incluindo videoconferência, para prestar assistência à saúde mental remotamente, incluindo avaliações, gerenciamento de medicamentos e psicoterapia.
05	The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence	Brooks SK, Webster RK, Smith LE et al, 2020	Fornecimento de suprimentos suficientes como: comida, água, roupa, garantir que as pessoas em quarentena tenham uma boa compreensão da doença em questão e os motivos da quarentena devem ser uma prioridade, uso de telefone e redes sociais para manter a comunicação com familiares e amigos.
06	Social distancing in covid-19: what are the mental health implications?	Venkatesh A, Edirappuli S, 2020	São recomendadas rotinas diárias que incorporem um estilo de vida saudável, hobbies, interações sociais virtuais e atenção plena.

07	Life in the pandemic: Social isolation and mental health	Usher K, Bhullar N, Jackson D, 2020	Criação de políticas de apoio, especialmente para os mais vulneráveis e assistência à saúde mental.
08	Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study	Zhang Y, Feei, ZM, 2020	Práticas de exercício físico, relaxamento, meditação, apoio social e familiar.
09	The Impact of COVID-19 Epidemic Declaration on Psychological Consequences: A Study on Active Weibo Users	Li S, Wang Y, Xue J et al, 2020	Aproveitar o convívio familiar, realizar orações, meditação, apoio de profissionais da saúde: psicólogos, psiquiatras, assistentes sociais, fornecer mais serviços de entretenimento interno e prestação de serviços, como compras online.
10	Mental health status of people isolated due to Middle East Respiratory Syndrome	Jeong H, Yim HW, Song YJ et al, 2016	Apoio à saúde mental a indivíduos com saúde mental vulnerável, fornecimento de informações precisas e suprimentos adequados, incluindo alimentos, roupas e acomodações, uso de telefone e-mail e internet para comunicação.
11	Psychosocial effects of an Ebola outbreak at individual, community and international levels	Bortel TV, Basnayake A, Wurie F et al, 2016	Comunicação, educação, engajamento da comunidade sobre a compreensão da doença, mobilização de recursos, apoio psicológico e atividades de prevenção com assistência à saúde mental.
12	Repercussões psicológicas do isolamento de contato: uma revisão	Duarte TL, Fernandes LF, Freitas MMC et al 2015	Assistir televisão, ter acesso a informações confiáveis, ouvir música, ver imagens, intervenções de apoio à saúde mental.

SANTOS; RODRIGUES (2020)

Dos artigos selecionados, 25% (3) das pesquisas foram realizadas no Brasil; 33,3% (4) na China; 16,7% (2) no Reino Unido; 8,3% (1) na Inglaterra; 8,3% (1) na Austrália e 8,3% (1) na Coreia do Sul. Com relação ao tipo de estudo: 25% (3) foram transversais descritivos; 25% (3) revisões; 16,7% (2) pesquisas qualitativas; 8,3% (1) estudo descritivo reflexivo; 8,3% (1) descritivo exploratório; 8,3% (1) investigação epidemiológica e 8,3% (1) observacional. Quanto ao ano de publicação, houve uma predominância para o ano 2020 com 75% (9) artigos, seguido 16,7% (2) para o ano 2016 e 8,3% (1) para 2015.

DISCUSSÃO

Uma epidemia de grande magnitude pode implicar em perturbação psicossocial que ultrapassa a capacidade de enfrentamento da população afetada. Em geral, toda a população sofre angústias e preocupações. Estima-se que um terço e metade da população exposta pode vir a sofrer alguma manifestação psicopatológica, de acordo com a dimensão do evento e o grau de vulnerabilidade⁷.

Conforme os resultados encontrados através da análise dos artigos, como obser-

vado na tabela 1, houve predominância de repercussões psicológicas negativas diante da experiência de casos de quarentena e isolamento social. Nota-se que as repercussões mais relatadas foram: solidão, depressão, estresse, medo de adoecer e da morte, ansiedade, raiva, frustração, tédio, insônia, tristeza, irritabilidade^{8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19}.

Estudos demonstram que o isolamento social implica mudança na rotina, como o impedimento de realizar atividades corriqueiras, os filhos o tempo todo dentro de casa, os pais que são trabalhadores do comércio não essencial, os avós ligados emocionalmente a seus netos de forma significativa, entre outras é de fato causa de muita preocupação. Além disso, a falta de ocupação interfere na rotina diária e altera o tempo de sono, a alimentação também é modificada, dependendo do contexto familiar as crianças podem ficar mais irritadas, os pais menos pacientes e a sensação de tédio pode surgir⁸.

Destaca-se o transtorno de estresse pós-traumático que foi relatado em duas pesquisas^{11,14}, com uma menor frequência, quando comparados as demais repercussões psicológicas. Os autores relataram que esse transtorno pode acontecer após o término do período de quarentena, geralmen-

te está correlacionado com danos e perdas ocorridos durante o período de epidemias, como nos casos em que ocorre a morte de pessoas da família ou a problemas financeiros devido à perda de emprego.

Esses resultados corroboram com dados da pesquisa sobre o impacto da epidemia de SARS, a qual demonstra que o efeito de ficar em quarentena foi um preditor de sintomas de estresse pós-traumático em funcionários do hospital, mesmo três anos depois²⁰. Já em outro estudo, com dados do primeiro surto de influenza equina na Austrália, mostra que aproximadamente 34% (938 de 2.760) dos proprietários de cavalos em quarentena por várias semanas, por causa de um surto de gripe equina, relataram alto sofrimento psicológico durante o surto, em comparação com cerca de 12% na população geral australiana²¹.

Nota-se que houve relatos de suicídio, dado esse bastante preocupante, mas que foi identificado apenas em uma pesquisa¹². Evidenciaram-se também estudos que apresentaram as mídias sociais como pontos negativos, podendo influenciar e interferir no comportamento psicológico, como assistir jornais com notícias negativas podem gerar sentimentos de desamparo e desespero^{12,15}. Também vale ressaltar que os problemas psicossociais sur-

gem com mais frequência nas pessoas mais vulneráveis, como as classes socioeconômicas de baixa renda e pessoas que já sofrem de alguma condição de saúde mental¹⁴.

A quarentena pode ser uma medida preventiva necessária durante grandes surtos de doenças infecciosas. Porém, também pode ser frequentemente associada a um efeito psicológico negativo. Durante o período de quarentena, esse efeito psicológico negativo não é surpreendente, mas há evidências de que os efeitos psicológicos da quarentena ainda podem ser detectados meses ou anos depois, mesmo a partir de um pequeno número de estudos, fato este preocupante e sugere a necessidade de garantir que medidas eficazes de mitigação sejam implementadas como parte do processo de planejamento de quarentena¹⁵.

No que tange as estratégias para minimizar os riscos de impactos psicológicos, tiveram maior prevalência as pesquisas que

apresentaram as seguintes medidas: prática de exercícios físicos, assistir filmes, ler livros, ouvir música, aproveitar o tempo para fortalecer os laços familiares^{8,9,15,16,19}. Merece destaque o estudo que aborda o uso de tecnologias de informação e comunicação com os profissionais da saúde para prestação de assistência à saúde, como medidas para diminuir os riscos psicológicos¹¹.

O fornecimento de suprimentos essenciais para as pessoas mais vulneráveis, como comida, água, roupa, são destacados^{12,17}. Assim também, como a criação de políticas de apoio para as populações mais vulneráveis e assistência à saúde mental¹⁴. O uso da internet, redes sociais e notícias nas mídias é recomendável quando tem fontes confiáveis e informações positivas¹⁹. A utilização de programas de inteligência artificial foi mencionada como intervenções para crises psicológicas durante a epidemia¹⁰.

CONCLUSÃO

Os resultados demonstram uma maior propensão de repercussões negativas diante das situações que exigem quarentena e isolamento social, podendo esses efeitos serem amplos e duradouros dependendo da magnitude da pandemia. Conclui-se que é necessário a realização de pesquisas futuras com essa abordagem para avaliar os impactos da pandemia de COVID-19. É relevante que medidas de saúde pública sejam implementadas, como atividades educativas, bem como ações que possam auxiliar as pessoas no enfrentamento do isolamento, ajudando a manter uma boa qualidade de vida e da saúde mental. É importante ressaltar que a prática do isolamento social e da quarentena são essenciais para o controle da propagação de uma doença infectocontagiosa e que o efeito psicológico de não adotar essa estratégia também pode ser preocupante. 🐼

Referências

- Huang C, Wang Y, Li X, Ren L, Zhao J, Hu Y, et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet* (London, England). 2020; 395: 497-506.
- Chen N, Zhou M, Dong X, Qu J, Gong F, Han Y, et al. Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. *Lancet*. 2020.
- Organization WH. Coronavirus disease 2019(COVID-19) Situation Report-40. 2020.
- Chan JF, To KK, Tse H, Jin DY, Yuen KY. Interspecies transmission and emergence of novel viruses: lessons from bats and birds. *Trends Microbiol*. 2013; 21: 544-55.
- Melo, K. COVID-19: saiba a diferença entre quarentena e isolamento. 2020. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-03/covid-19-saiba-diferenca-entre-quarentena-e-isolamento>.
- Centers for Disease Control and Prevention. Quarantine and isolation. 2017. Disponível em: <https://www.cdc.gov/quarantine/index.html>.
- Organização Pan-Americana da Saúde [OPAS] (2019). Proteção da saúde mental em situações de epidemias. Disponível em: <http://new.paho.org/hq/dmdocuments/2009/Protecao-da-Saude-Mental-em-Situacoes-deEpidemias-Portugues.pdf>.
- Medeiros AYBBV, Pereira ER, Silva RMCRA, Dias FA. Fases psicológicas e sentido da vida em tempos de isolamento social por pandemia COVID-19 uma reflexão a luz de Viktor Frankl. *Research, Society and Development*. 2020; 9 (5).
- Bittencourt RN. Pandemia, isolamento social e colapso global. *Revista Espaço Acadêmico*. 2020; 221, 168-178. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/52827/751375149744>.
- Liu S, Yang L, Zhang, Xiang YT, Liu Z, Hu S, Zhang B. Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. 2020. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30077-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30077-8).
- Whaibeh E, Mahmoud H, Naal H. Telemental Health in the Context of a Pandemic: the COVID-19 Experience. *Nature Public Health Emergency Collection*. 2020. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40501-020-00210-2>
- Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, Rubin GJ. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*. 2020; 395: 912-20. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Venkatesh A, Edirappuli S. Social distancing in covid-19: what are the mental health implications? *BMJ*. 2020. Disponível em: <https://www.bmj.com/content/369/bmj.m1379>
- Usher K, Bhullar N, Jackson D. Life in the pandemic: Social isolation and mental health. *JCN*. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/jocn.15290>
- Zhang Y, Feei ZM. Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020; 17, 2381. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/7/2381>
- Li S, Wang Y, Xue J, Zhao N, Zhu T. The Impact of COVID-19 Epidemic Declaration on Psychological Consequences: A Study on Active Weibo Users. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020; 17, 2032. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/6/2032>
- Jeong H, Yim HW, Song YJ, Ki M, Min JÁ, Cho J, Chae JH. Mental health status of people isolated due to Middle East Respiratory Syndrome. *Epidemiology and Health*. 2016. Disponível em: <https://www.e-epih.org/journal/view.php?doi=10.4178/epih.e2016048>
- Bortel TV, Basnayake A, Wurie F, Jambai M, Koroma AS, Muana AT, Hann K, Eaton J, Martin S, Nellums LB. Psychosocial effects of an Ebola outbreak at individual, community and international levels. *Bull World Health Organ*. 2016; 94: 210-214. Disponível em: <https://www.who.int/bulletin/volumes/94/3/15-158543.pdf>
- Duarte TL, Fernandes LF, Freitas MMC, Monteiro KCC. Repercussões psicológicas do isolamento de contato: uma revisão. *Psicologia Hospitalar*. 2015, 13 (2), 88-113. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677409201500020006
- Wu P, Fang Y, Guan Z, Fan B, Kong J, Yao Z, Liu X, Fuller CJ, Susser E, Lu J, Hoven CW. The psychological impact of the SARS epidemic on hospital employees in China: exposure, risk perception, and altruistic acceptance of risk. *Can J Psychiatry*. 2009; 54: 302-11.
- Taylor MR, Agho KE, Stevens GJ, Raphael B. Factors influencing psychological distress during a disease epidemic: data from Australia's first outbreak of equine influenza. *BMC Public Health*. 2008; 8: 347.