

De 21 de Junho a 01 de Julho

**III CICLO DE CONFERÊNCIAS / PET Biologia**  
**Junho de 2021****O impacto da pandemia por Covid-19 na saúde mental****Luana de Paula Ferreira**

Em momentos como a pandemia causada pela Covid-19, uma quantidade relativamente grande de pessoas se impõe a novas rotinas e medidas de distanciamento social, e isto está relacionado à saúde mental da população. Durante a pandemia muitas pessoas relataram que se sentiram frequentemente tristes ou deprimidas, ansiosas ou nervosas, além de apresentarem alterações do sono. Os principais fatores de risco para o adoecimento mental incluem: vulnerabilidade social, medo de contrair a doença ou conviver com alguém infectado, existência de transtorno mental prévio, mudança de hábitos e/ou no estilo de vida, idade avançada (idosos) e ser profissional de saúde. O isolamento físico e o excesso de informações da mídia, além de condições de falta de alimentos, de recursos financeiros e de empregos, se somam agentes estressores. No contexto brasileiro, há ainda a crise político-institucional aumentando a ansiedade e insegurança da população. Propõe-se uma abordagem dos fatores de risco e estressores, resgatando a atenção primária à saúde, orientando sobre como minimizar os fatores geradores de ansiedade. Entender as modificações que ocorreram na vida das pessoas relacionadas à pandemia por Covid-19 é essencial para organizar ações para a redução do seu impacto nas condições emocionais e mentais da população.

**Palavras chave:** Covid-19; saúde mental; fatores estressores; pandemia.**Referências**

CAVALCANTE, J. R. et al. COVID-19 no Brasil: evolução da epidemia até a semana epidemiológica 20 de 2020. **Epidemiol. Serv. Saúde.** 2020, vol. 29, n°. 04.

GARCIA, L. P. et al. Infomedia: excesso de quantidade em detrimento da qualidade das informações sobre a COVID-19. **Epidemiol. Serv. Saúde.** 2020, vol. 29, n°. 04.

MALTA, D. C. et al. A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. **Epidemiol. Serv. Saúde.** 2020, vol. 29, n°. 04.