

Mini revisão integrativa sobre a influência da COVID-19 na saúde mental das gestantes

Ana Laura Ferreira Rios¹, Arthur Sartori Moura¹, Edson Junio Pereira¹, Geovana Maria Cândida da Silva¹, Maria Luiza Silveira Lopes Nico¹, Sâmia Maria Skaf Vieira²

1. Discente do curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás UniEVANGÉLICA.
2. Docente curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás UniEVANGÉLICA.

RESUMO: Surgida no início de 2020, a pandemia do vírus Sars-Cov-2 trouxe impactos tanto fisiológicos como psicológicos que afetaram todos os vários grupos sociais, dentre esses, as gestantes. Nessa perspectiva, o presente documento é uma mini revisão integrativa de literatura que tem como objetivo identificar o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental das pacientes gestantes a partir da análise da incidência de depressão e ansiedade entre elas e a influência do medo do vírus nesse contexto. Foram utilizados cinco artigos das bases de dados do PubMed e BVS, encontrados utilizando os descritores: COVID-19, gestantes e saúde mental. Nos artigos foi constatado um aumento das taxas de depressão e ansiedade entre as gestantes e o medo foi um dos principais agravantes desses índices. Entre outros aspectos influentes citou-se a carga de apoio que foi disponibilizada às gestantes assim como a adoção de ou não de práticas saudáveis de alimentação e de exercícios.

Palavras-chave: COVID-19. Gestantes. Saúde mental.

INTRODUÇÃO

A pandemia da Covid-19 trouxe, junto com seus efeitos nocivos virais no organismo humano, a transformação radical na rotina das pessoas. Essa realidade acarretou insegurança e incertezas de um futuro inóspito com a chegada do SARS-CoV-2 de forma a não só afetar a saúde biológica dos infectados, mas de modo mais agressivo, a saúde mental dos vulneráveis. Dessa maneira, é possível observar que gestantes, na factualidade de um momento atípico de emoções, variações hormonais e sintomas peculiares por estarem gerando uma vida, se enquadram perfeitamente aos critérios desse grupo (C. LEBEL et al). Portanto, o principal objetivo dessa revisão integrativa será descrever o impacto da pandemia da Covid-19 na saúde mental das gestantes.

METODOLOGIA

A presente mini revisão integrativa da literatura buscou responder a seguinte pergunta norteadora: Qual o impacto na saúde mental das gestantes durante a pandemia da covid 19?

Os artigos usados como referência para esta pesquisa foram pesquisados nos sites PubMed e BVS. Foram usados os descritores “gestantes”, “COVID-19” e “saúde mental” após análise do PICO e adequados segundo MESH e DeCS para realização da pesquisa cujo tema é: O impacto da pandemia do Covid-19 na saúde mental das gestantes.

Foram usados 5 artigos para embasamento desta mini revisão, todos com abordagens, em geral, quantitativas da influência psicológica da pandemia da Covid-19 e fatores a ela associados na saúde mental e geral das gestantes no mundo. Isso porque, na época de obtenção dos dados uma preocupação que foi destacada em alguns desses documentos foi a falta de informação sobre essa influência da pandemia sobre as gestantes, consideradas grupos de risco. Diante disso, como objetivos principais desses documentos tem-se, em especial, analisar a incidência de ansiedade e depressão entre as grávidas durante a pandemia, assim como a influência do medo do vírus nesse contexto. Ademais, muitos dos documentos propõem diferentes recursos para prevenir que esse grupo de risco seja mais gravemente afetado.

Na pesquisa nas bases de dados citadas acima, e nos descritores, foram encontrados 15 artigos. Seguindo com os critérios de inclusão que são: artigos publicados nos últimos 5 anos, artigos publicados em inglês, originais e critérios de exclusão, artigos publicados em mais de 5 anos, artigos de revisão e em língua que não seja o inglês.

Após a análise destes artigos, e embasados nos critérios de inclusão e exclusão e que responde à pergunta norteadora, foram selecionados 5 artigos, que foram utilizados nesta mini revisão integrativa da literatura.

RESULTADOS

Nesta mini revisão integrativa, apresenta-se uma análise dos resultados obtidos pelos cinco artigos escolhidos e ainda haverá um quadro responsável por mostrar um apanhado geral das abordagens dos textos. Os textos analisados foram pioneiros na abordagem da temática da relação entre a pandemia do COVID-19 e saúde mental das gestantes e tiveram uma abordagem mais local dessa relação tendo sido feitos no Irã (SALEHI et al), Canadá (C. LEBEL et al), Vietnã (T.C. LOUNG et al), China (MA et al) e Dinamarca (OVERBECK et al).

Nas pesquisas realizadas nos artigos foram abordadas entre 220 e 1978 gestantes as quais eram em geral falantes da língua de sua países e maiores de 18 anos e que estavam entre o primeiro e terceiros trimestres de gestação. Como base para obtenção dos dados dos estudos e para adesão das participantes foram usados especialmente sites e programas de internet. Foram usados também vários questionários para realização das pesquisas dos artigos e todos esses foram avaliados pelo Alpha de Cronbach (valor responsável por atestar a validade e eficiência do questionário) e todos obtiveram notas superiores a 0.6 o que confirma sua eficiência. Ademais todos os artigos obtiveram validação para terem seus estudos realizados e publicados dos comitês de ética de seus respectivos países.

Como fator inicial a ser analisado tem-se o desenvolvimento de distúrbios como ansiedade e depressão entre as gestantes. Segundo T.C. LUONG, et al durante a pandemia, entre as 518 pacientes vietnamitas analisadas houve um aumento de cerca de 8,1% dos casos de ansiedade e de 8,7% dos casos de depressão. Para essa análise foram usados dois questionários: a Escala Generalizada do Distúrbio de Ansiedade (GAD-7) - com Cronbach 0.93 - e o Questionário de Saúde do Paciente (PHQ-9) - com Cronbach 0.90. Adicionado a isso segundo a Escala de impacto do Evento (IES) – usada por MA, et al para analisar o impacto psicológico da pandemia do Covid-19 na população chinesa – por meio da análise de 1078 pacientes obteve-se uma pontuação que variou de 17,8 a 43,4 o que indicou um impacto na saúde mental das pacientes de moderado a severo. Ademais, de acordo com LEBEL, et al 37% das 1581 gestantes entrevistadas apresentaram sintomas severos de depressão, 46,3% tiveram taxas moderadas de ansiedade, 10,3% taxas severamente elevadas de ansiedade e 56,6% com sintomas clinicamente severos de ansiedade.

Juntamente a esses distúrbios psicológicos, analisou-se a questão da adoção de comportamentos saudáveis pelas gestantes durante a pandemia. Sobre tal aspecto, MA et al, por meio de questões que perguntavam sobre a atenção que as grávidas têm dado a sua saúde mental durante a pandemia, sobre o tempo que elas têm tirado para relaxar e se exercitar, obteve-se: 51,9% disseram ter se preocupado mais com sua saúde mental, 46,1% disseram ter tirado mais tempo para relaxar, porém 42% afirmaram ter reduzido o tempo dedicado a exercícios. Ademais por meio de um questionário de 5 itens - Healthy Eating Score (HES-5) - LUONG, et al analisou a influência dos hábitos de alimentares das pacientes nesse impacto mental da pandemia sobre elas e atestou-se que a manutenção de uma dieta saudável, assim como scores mais altos no HES estão diretamente associados a menores taxas tanto de ansiedade como de depressão.

Outro fator analisado foi a questão do apoio recebido pela gestante de seus parceiros, de familiares, de amigos ou de organizações de apoio. Sobre esse aspecto, LEBEL, et al atestou que as chances de pacientes que recebiam algum apoio desenvolveram sintomas clínicos de ansiedade ou depressão é menor. Tal fato foi favorecido pela condição de que durante a pandemia, as pacientes e seus parceiros se tornaram mais próximos, afinal segundo Score geral de tensão de relacionamentos a pontuação obtida foi de 56 +/- 21, indicando maior proximidade entre os casais. Ademais, segundo MA, et al, durante a pandemia, a maioria das participantes atestaram ter recebido mais suporte de parentes – 91,6% - e de amigos – 78,6%; sendo que pacientes nos dois primeiros trimestres de gestação tendem a receber mais atenção do que as no terceiro trimestre.

O terceiro fator que foi apresentado nos artigos foi a questão da informatividade das pacientes sobre a pandemia e o medo delas nesse período. Segundo MA, et al, 54,6% das gestantes analisadas sabiam sobre o SARS-CoV-2 e sobre as melhores medidas de prevenção, e mesmo assim cerca de 57,6% das participantes mostraram-se preocupadas com o controle do COVID-19. Cenário semelhante foi atestado por LEBEL, et al, a pontuação obtida quanto a preocupação das pacientes em relação ao seu risco de vida durante a pandemia foi de 46 +/- 24 o que atesta um grande medo frente ao vírus. Adicionado a isso, de acordo SALESHI, et al, com o uso da Escala de Medo da COVID-19 (FCV-19S) cuja pontuação varia de 7 (pouco assustado) a 35 (muito medo) obteve-se um score de 22,5 +/- 5,9. Adicionado a tal aspecto, T.C. LUONG et al evidenciou ainda que gestantes que tinham emprego apresentavam menores taxas de medo do que as que apresentavam algum outro tipo de ocupação.

Por último notou-se que, em contrapartida a essas altas taxas de ansiedade e depressão e adversidades sofridas nos vários países analisados, OVERBECK et al, evidenciou que devido a priorização de atendimento preventivo e acompanhamento contínuo mantidos para as gestantes na Dinamarca, houve uma menor taxa de incidência de distúrbio mentais nas grávidas locais – de acordo com a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão usada no estudo a maior taxa obtida foi de 1,23 durante o período de análise, mas apenas taxas maiores que 1,5 são consideradas preocupantes.

Quadro 1. Artigos incluídos na análise da mini revisão integrativa de literatura, separados por autor/ano, desenho do estudo, objetivo, principais resultados e conclusões.

AUTOR/ANO	TÍTULO	DESENHO DE ESTUDO	OBJETIVOS	PRINCIPAIS RESULTADOS	CONCLUSÕES
LUO,Y.; ZHANG,K.; HUANG, M.; QUI, C. (2022)	Risk factors for depression and anxiety in pregnant women during the COVID-19 pandemic: Evidence from meta-analysis	Revisão sistemática e metanálise	Fatores de risco para depressão e ansiedade em gestantes durante a pandemia de COVID-19.	Diminuição na percepção de apoio geral e dificuldades nas finanças domésticas têm efeitos prejudiciais na ansiedade. Fatores sociodemográficos e externos contribuem e aumentam o risco de depressão.	O nível de escolaridade, o desemprego durante a gravidez, doença física crônica antes da gravidez, apoio geral, finanças domésticas, desobedecer às regras de isolamento e fumar durante a gravidez foram fatores de risco para a saúde mental em mulheres grávidas durante a pandemia do COVID-19.
LUONG, T. C.et al. (2021)	Fear, anxiety and depression among pregnant women during COVID-19 pandemic: impacts of healthy eating behaviour and health literacy	Estudo transversal	Explorar os fatores associados de medo, ansiedade e depressão entre gestantes durante a pandemia de COVID-19, com foco nos impactos no comportamento alimentar saudável (HES) e alfabetização em saúde (HL).	Gestantes com escores mais altos de HES e HL apresentaram menor probabilidade de ansiedade e depressão. As mulheres empregadas tiveram uma pontuação na escala de sete itens de medo da COVID-19 (FCoV-19S) mais baixa. Os preditores significativos de ansiedade foram alimentação mais saudável durante a pandemia, inalterada ou mais atividade física, idade gestacional elevada e tabagismo.	O HES e melhor HL tiveram papéis críticos na redução da ansiedade e depressão pré-natal durante a pandemia do COVID-19. Portanto, abordagens estratégicas para melhorar a alimentação saudável e a alfabetização em saúde devem ser recomendadas para proteger as gestantes de problemas de saúde mental durante a pandemia.
OVERBECK, G. et al. (2022)	Mental well-being during stages of COVID-19 lockdown among pregnant women and new mothers	Estudo transversal	Investigar ansiedade e depressão em uma população de mulheres grávidas em vários estágios de	Não foram observadas diferenças nos níveis relatados de sintomas depressivos entre os primeiros 15 meses da pandemia. Especificamente, os sintomas permaneceram inalterados após o primeiro bloqueio. Não foram observadas gran-	Nenhuma mudança clara de humor entre as mulheres grávidas foi observada durante os estágios da pandemia de COVID-19 na Dinamarca. No entanto, como a gravidez e o parto são períodos vulneráveis da vida, os profissionais de saúde devem

Continua...

			pressão de infecção e bloqueio durante os primeiros 15 meses da pandemia de COVID-19 na Dinamarca.	des mudanças nos sintomas de ansiedade em relação ao aumento da pressão de infecção ou bloqueios, mas um pequeno aumento foi observado durante o segundo bloqueio em mulheres com 8 semanas após o parto.	prestar muita atenção à saúde mental das novas mães.
LEBEL, C. et al. (2020)	Elevated depression and anxiety symptoms among pregnant individuals during the COVID-19 pandemic	Estudo transversal	Determinar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em gestantes durante a pandemia de COVID-19 e identificar potenciais fatores de resiliência associados a sintomas mais baixos.	Foi encontrado sintomas de ansiedade e depressão substancialmente elevados em comparação com coortes de gravidez pré-pandemia semelhantes, com 37% relatando sintomas clinicamente relevantes de depressão e 57% relatando sintomas clinicamente relevantes de ansiedade. Maiores sintomas de depressão e ansiedade foram associados a maior preocupação com as ameaças do COVID-19 à vida da mãe e do bebê, preocupações sobre não receber o pré-natal necessário, tensão no relacionamento e isolamento social devido a pandemia do COVID-19.	Este estudo mostra sintomas preocupantemente elevados de ansiedade e depressão entre grávidas durante a pandemia do COVID-19, que podem ter impactos a longo prazo em seus filhos. Os potenciais fatores de proteção incluem maior apoio social e exercícios, pois estes foram associados a sintomas mais baixos, e, portanto, podem ajudar a mitigar os resultados negativos a longo prazo.
MA, J.; WANG, A; ZHOU, H.	Impact of the COVID-19 Lockdown on Quality of Life in Pregnant Women	Estudo transversal	Determinar o impacto psicológico e a qualidade de vida entre as gestantes em meio aos estágios iniciais da pandemia da COVID-19.	Um total de 1.078 participantes foi incluído no estudo. A média de idade dos participantes foi de 29,4 ± 4,0 anos. No geral, a média da IES dos participantes foi de 30,6 ± 12,8 (ou seja, impacto estressante moderado a grave) em meio à pandemia de COVID-19, com 63,9% dos participantes tendo um escore IES ≥26. Apesar do aumento do apoio familiar e social, mais da metade dos participantes também relatou um aumento da sensação de horrorizado, apreensivo e desamparado.	Com base nos dados coletados, foi recomendado planejamento cuidadoso e preparação de tempo pelo governo que definitivamente ajudaria a reduzir os impactos negativos causados pela pandemia de COVID-19 e restaurar a qualidade de vida entre as mulheres grávidas. Mais pesquisas são necessárias para identificar grupos vulneráveis, para melhor adaptar e informar as intervenções em políticas de saúde mental.

DISCUSSÃO

De acordo com os resultados obtidos, a saúde mental das gestantes foi impactada durante a pandemia da COVID-19, visto que os dados apresentados, por LEBEL, et al (2020) por exemplo, indicam altas taxas de ansiedade e depressão entre as gestantes. Em tais análises é ressaltado a ocorrência desses problemas entre as mulheres grávidas durante a pandemia e suas principais preocupações relacionadas ao tempo da doença da Covid-19 que poderiam tê-las levado a esse estado. Logo, fica evidente que as gestantes foram afetadas psicologicamente nesse período.

De uma maneira geral, a literatura está de acordo com os resultados explicitados nesta revisão, uma vez que os estudos de SALEHI et al, C. LEBEL et al, T.C. LOUNG et al, MA et al e OBERBECK et al apuram a eventualidade de distúrbios mentais em gestantes durante da pandemia. Com isso, os elementos obtidos a partir das fontes citadas expressam a resposta para a pergunta norteadora deste estudo. Porém, pelo acontecimento da pandemia ser recente e devido a inabitual coleta de informações, a investigação do seu impacto no âmbito psicológico de grávidas ainda se encontra em fase de investigação, apesar de que com a apuração geral dos dados já obtidos recentemente é possível observar resultados graves e relevantes.

CONCLUSÃO

Portanto, a pandemia da Covid-19 gerou resultados consideráveis sobre a saúde mental das gestantes, indicando um aumento no índice de ansiedade e depressão entre o público estudado, além de um medo ainda intenso quanto ao vírus, mesmo com uma boa informatividade das gestantes sobre a pandemia.

Com isso, apesar dos resultados promissores obtidos, certos pontos sobre o tema ainda não foram esclarecidos de forma satisfatória, requerendo maior investigação. Como por exemplo, a necessidade de estudo sobre o detalhamento do fator estopim da pandemia para desencadear falhas na saúde mental das gestantes pesquisadas. Uma possível alternativa seria aplicar questionários - além dos que já foram desfrutados direcionando-os a esse fato negligenciado. Entretanto, os estudos analisados são satisfatórios quanto ao quesito da investigação psicológica das mulheres grávidas, em razão da utilização de questionários adequados e bem avaliados sobre essa questão.

REFERÊNCIAS

MA, J. Wang, A. ZHOU, H. Impact of the COVID-19 Lockdown on Quality of Life in Pregnant Women. **FRONTIERS IN PUBLIC HEALTH**. doi: 10.3389/fpubh.2022.785383 v. 10, n. 785383, p. 1-6, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35174122/> Acessado em 11/03/2022.

SALEHI, L. et al. The relationship among fear and anxiety of COVID-19, pregnancy experience, and mental health disorder in pregnant women: A structural equation model. **BRAIN BEHAVIOR**. 10:e01835 v. 10, n. 1835, p. 1-8, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32969190/>. Acessado em 11/03/2022.

LEBEL, C. et al. Elevated depression and anxiety symptoms among pregnant individuals during the COVID-19 pandemic. **JOURNAL OF EFFECTIVE DISORDERS**.v.,n.277,p.5-13,2020.Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32777604/>.Acessado em 11/03/2022.

OVERBECK, G. et al. Mental well-being during stages of COVID-19 lockdown among pregnant women and new mothers. **BMC PREGNANCY AND CHILDBIRTH**. v.22, n.92, p.1-7,2022.Disponível em: <https://bmcpregnancychildbirth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12884-021-04374-4>.Acessado em 11/03/2022.

LUONG, T. C. et al. Fear, anxiety and depression among pregnant women during COVID-19 pandemic: impacts of healthy eating behaviour and health literacy. **ANNALS OF MEDICINE**. v.53, n.1, p.2120-2131,2021. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07853890.2021.2001044>.Acessado em 11/03/2022.