

O AUMENTO DO NÚMERO DE SUICÍDIOS DURANTE A PANDEMIA

INCREASE IN THE NUMBER OF SUICIDES DURING THE PANDEMIC

AUMENTO DEL NÚMERO DE SUICIDIOS DURANTE LA PANDEMIA

Antônio Coelho e Silva Neto¹

UNDB, São Luís, Maranhão

Paulo Vitor Loiola Braide²

UNDB, São Luís, Maranhão

Tulio Martins Rezende³

UNDB, São Luís, Maranhão

Luciano Almeida Barros ⁴

UNDB, São Luís, Maranhão

João Vinicius Marinho de Assunção e Silva⁵

UNDB, São Luís, Maranhão

João Lucas Trabulsi Nascimento ⁶

UNDB, São Luís, Maranhão

Donny Wallesson dos Santos⁷

Centro Universitário Dom Bosco, São Luís, Maranhão

¹ . Acadêmico de Medicina. E-mail: antoniocsn12@gmail.com

² . Acadêmico de Medicina. E-mail: pvbraide@gmail.com

³ . Acadêmico de Medicina. E-mail: tuliomartinsr12@gmail.com

⁴ . Acadêmico de Medicina. E-mail: lucianobarros2222@gmail.com

⁵ . Acadêmico de Medicina. E-mail: joao.viniciusm@hotmail.com

⁶ . Acadêmico de Medicina. E-mail: joaolucastrabulsi@icloud.com

⁷ . Doutorando em Políticas Públicas. Mestre em Cultura e Sociedade. Docente do Unidade de Ensino Dom Bosco. E-mail: donny.santos@undb.edu.br

RESUMO

A pandemia da Covid-19 teve um impacto muito drástico na vida de toda a população mundial, a saúde mental de muitas pessoas ficou em colapso total. Por acabar interferindo diretamente na economia, infectar um número alto de pessoas com rapidez e abalar o psicológico e bem-estar da população mundial, um dos grandes efeitos da pandemia foi o aumento no índice das tentativas de suicídio. O confinamento trouxe diversos sintomas no comportamento dos indivíduos, tais como o transtorno de ansiedade e a depressão, reflexos esses que prejudicam diretamente qualquer pessoa que tenha alguma crise financeira por conta da pandemia ou que deixe de ter sua rotina diária para se manter em casa. O presente artigo corresponde a uma pesquisa bibliográfica e teve como objetivo principal mostrar como a pandemia influenciou diretamente na saúde mental das pessoas, tendo como consequência o aumento do número dos casos de tentativa de suicídio e de transtornos mentais em todo o mundo, sendo um tema de grande relevância social levando em consideração a gravidade da pandemia e o impacto emocional que ela causou nas pessoas. Portanto, é necessária a atenção das autoridades para esse problema com a finalidade de desenvolver estratégias de prevenção e acompanhamento visando o bem-estar da população.

Palavra-chave: Pandemia. Saúde mental. Suicídio. Bem-estar.

ABSTRACT

The Covid 19 pandemic had a very drastic impact on the lives of the entire world population, many people's mental health was in total collapse. By interfering directly in the economy, infecting a high number of people quickly and shaking the psychological and well-being of the world population, one of the great effects of the pandemic was the increase in the rate of suicide attempts. Confinement has brought several symptoms in the behavior of individuals, such as anxiety disorder and depression, reflexes that directly harm anyone who has any financial crisis because of the pandemic or who no more has their daily routine to stay at home. The present article corresponds to a bibliographical research and had as main objective to show how the pandemic directly influenced people's mental health, resulting in an increase in the number of cases of suicide attempt and mental disorders worldwide, being a theme of great social relevance taking into

account the severity of the pandemic and the emotional impact it caused on people. Therefore, it is necessary the attention of the authorities to this problem in order to develop prevention and monitoring strategies aimed at the well-being of the population.

Keywords: Pandemic. Mental Health. Suicide. Welfare.

RESUMEN

La pandemia de Covid-19 ha tenido un impacto muy drástico en la vida de toda la población mundial, la salud mental de muchas personas se ha derrumbado. Al interferir directamente en la economía, infectar a un alto número de personas rápidamente y sacudir el bienestar psicológico y de la población mundial, uno de los grandes efectos de la pandemia fue el aumento en la tasa de intentos de suicidio. El confinamiento ha traído varios síntomas en el comportamiento de los individuos, como el trastorno de ansiedad y la depresión, reflejos que perjudican directamente a cualquier persona que tenga alguna crisis financiera a causa de la pandemia o que ya no tenga su rutina diaria para quedarse en casa. Este artículo corresponde a una investigación bibliográfica y tuvo como objetivo principal mostrar cómo la pandemia influyó directamente en la salud mental de las personas, resultando en el aumento del número de casos de intento de suicidio y trastornos mentales a nivel mundial, siendo un tema de gran relevancia social teniendo en cuenta la gravedad de la pandemia y el impacto emocional que causó en las personas. Por ello, es necesaria la atención de las autoridades a esta problemática con el fin de desarrollar estrategias de prevención y seguimiento orientadas al bienestar de la población.

Palabras-clave: Pandemia. Salud Mental. Suicidio. Bienestar.

1 INTRODUÇÃO

A proliferação da COVID-19 tornou-se o maior desafio sanitário do século XXI, uma vez que esta doença levou à morte de cerca de 6.457.101 pessoas ao redor do mundo. Desde a sua difusão, autoridades governamentais adotaram

medidas severas com o intuito de conter o avanço da doença, sendo as medidas de distanciamento e isolamento social as principais delas (OMS, 2022).

Além dos milhares de óbitos e superlotação dos hospitais públicos e privados, a pandemia da COVID-19 trouxe consigo, também, a maximização dos casos de transtornos mentais, ocasionados pelo cenário de insegurança, tristeza e medo resultantes de fatores como o isolamento social, a perda de parentes próximos, a crise econômica, dentre outros desdobramentos secundários do cenário pandêmico (BRASIL, [2022]).

No Brasil, as principais doenças mentais observadas correspondem aos transtornos de ansiedade e depressão. Essas doenças podem apresentar consequências graves, que envolvem desde a automutilação até o suicídio. Conforme dados da Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ), a quantidade de óbitos por suicídio sofreu aumento significativo em 2020, sobretudo nas regiões Norte e Nordeste (NEVES, 2022).

Todavia, observa-se que as autoridades governamentais, assim como a sociedade, não estão preparadas para conter o avanço progressivo das doenças mentais, ocasionadas pelo cenário de caos e incerteza, tornando fundamental o debate acerca das consequências que a pandemia da COVID-19 trouxe para o bem-estar emocional da população.

Portanto, a relevância deste trabalho encontra respaldo na necessidade de analisar e debater acerca da influência que a pandemia da COVID-19 possui sobre o número de casos de suicídio. Além disso, espera-se que este estudo contribua para o enriquecimento do acervo bibliográfico existente acerca da temática e seja capaz de alertar a sociedade e as autoridades acerca da gravidade deste problema.

2 HISTÓRIA DOS TRANSTORNOS MENTAIS

Desde os primórdios, a história tem sido marcada por comportamentos humanos que destoam daquilo que é considerado “normal”. A princípio, indivíduos com desequilíbrios mentais eram normalmente visualizados a partir de uma perspectiva espiritual, que interpretava os transtornos mentais como resultados de maldições e castigos. Além disso, estes indivíduos eram

segregados da sociedade e, muitas vezes, internados em manicômios, onde eram submetidos a tratamentos tradicionais desumanos (VALENTE, [2022]).

Após o processo de reforma psiquiátrica, esta questão passou a ser analisada de forma biológica. Os métodos tradicionais de tratamento foram substituídos por abordagens terapêuticas, caracterizadas pela utilização de medicações psicofarmacológicas. Além disso, neste novo modelo, todas as especificidades e vivências do paciente são levadas em consideração, de modo que este indivíduo assuma postura ativa dentro do tratamento (VALENTE, [2022]).

2.1 Transtornos mentais na contemporaneidade

Com o processo de globalização, caracterizado pela integração econômica e cultural entre os diversos países do mundo, a Internet tornou-se o principal meio de disseminação de informações. Todavia, apesar dos benefícios trazidos por esta ferramenta, observa-se que a sua popularização é responsável por causar alterações drásticas nas relações interpessoais, comprometendo a saúde mental de usuários em todo o mundo (SILVA *et al.*, 2022).

Compreende-se por saúde mental, o resultado da interação entre um indivíduo e as adversidades características da vida. Quando existe saúde mental, o ser humano é capaz de lidar com as próprias emoções e desenvolver de forma satisfatória as atividades que fazem parte da rotina humana, como trabalho, lazer e interação social. Caso contrário, o indivíduo está sujeito a um desequilíbrio emocional capaz de desencadear transtornos mentais graves (CONEXA SAÚDE, 2022).

Transtornos mentais são disfunções cerebrais, apresentadas em diferentes graus, capazes de gerar alterações no humor, comportamento, maneira de se comunicar, raciocínio e forma de aprendizado de um indivíduo. Apesar da gravidade, este tipo de doença normalmente não apresenta sintomas físicos, o que contribui para a sua negligência (CCP, [2022]).

Entre os principais tipos de transtornos que afetam a população, é possível destacar o transtorno de ansiedade, caracterizado pela angústia, preocupação e inquietação, a depressão, responsável pela sensação de tristeza profunda permanente, o transtorno de déficit de atenção e hiperatividade

(TDAH), caracterizado pela dificuldade de concentração e hiperatividade, o transtorno obsessivo compulsivo (TOC), caracterizado pelas obsessões e/ou compulsões, transtornos de bipolaridade, responsáveis por mudanças drásticas de humor, dentre outras doenças (CCP, [2022]).

De acordo com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil possui cerca de 18,6 milhões de casos de ansiedade, correspondente a 9,3% da população, ocupando o primeiro lugar no *ranking* mundial. Os demais países da lista são o Paraguai, Chile, Argentina e Colômbia (VEJA, 2019).

No que refere aos casos de depressão, a OMS revela que esta doença, considerada o mal do século XXI, afeta mais de 300 milhões de pessoas de diferentes idades ao redor do mundo, o que representa 4,4% da população do planeta (CONEXA SAÚDE, 2022).

Esta doença, caso não seja tratada, pode levar à insônia, redução da efetividade do sistema imunológico, cansaço, dentre outros sintomas, além de estimular o consumo de drogas e álcool. Em casos mais graves, esta doença pode levar à automutilação e ao suicídio (IPP, 2018).

Atualmente, o Brasil conta com uma Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), a qual oferece tratamento gratuito para pacientes com transtornos mentais. A RAPS é constituída pelos seguintes componentes: Atenção Básica em Saúde, Atenção Psicossocial Especializada, Atenção de Urgência e Emergência, Atenção Residencial de Caráter Transitório, Atenção Hospitalar, Estratégias de Desinstitucionalização e Reabilitação Psicossocial (PEREIRA; VIANNA, 2009).

A gestão, orientada pelos princípios do Sistema Único de Saúde e pelas diretrizes da Reforma da Assistência Psiquiátrica, tem como eixo estratégico o CAPS (Centro de Atenção Psicossocial) com a meta de oferecer e prestar atendimento clínico ao usuário com transtorno mental em crise, atenção diária, evitando internações desnecessárias em hospitais psiquiátricos. Esse dispositivo de atenção tem valor estratégico para a Reforma da Assistência Psiquiátrica Brasileira e hoje se configura como espaço central na assistência ao usuário com transtorno mental em crise (PEREIRA; VIANNA, 2009, p. 35).

Além disso, a prevenção dos transtornos mentais deve ser realizada a partir do equilíbrio entre o corpo e a mente, através da inserção de atividades na própria rotina. São elas: alimentação saudável, a prática regular de exercício físico, psicoterapia, dentre outras (CONEXA SAÚDE, 2022).

2.2 A problemática do suicídio

Estima-se que cerca de 1 milhão de pessoas cometem suicídio por ano no mundo, tornando-o uma das principais causas de morte e, consequentemente, um dos maiores problemas de saúde pública do planeta. (MACHADO; SANTOS, 2015).

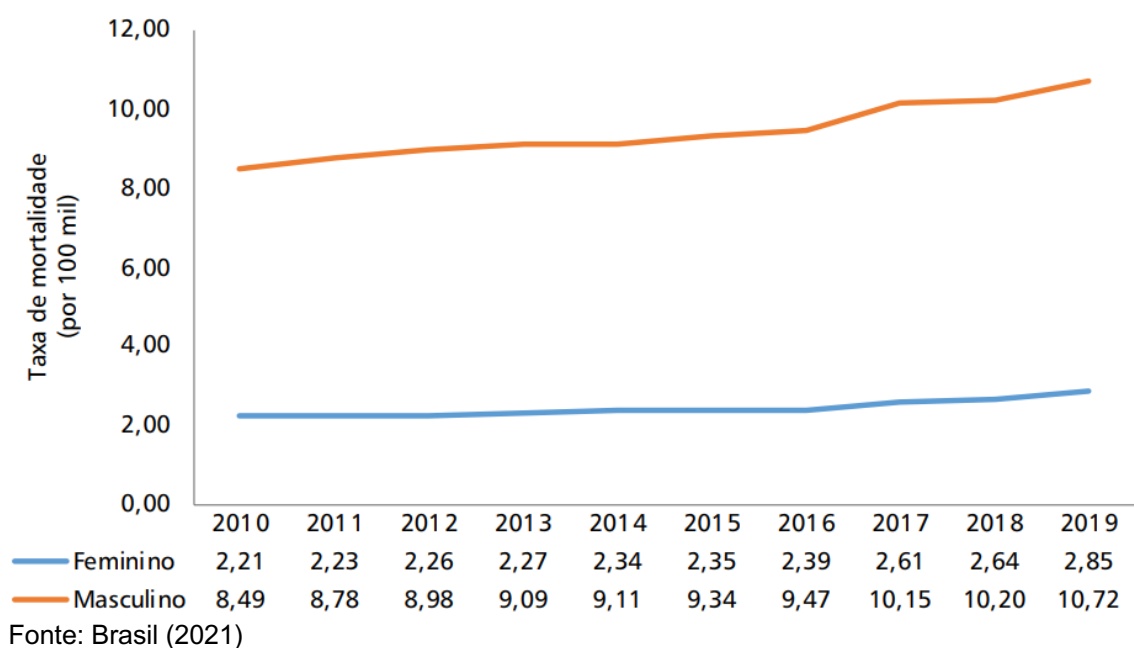
O suicídio pode ser definido como um ato deliberado executado pelo próprio indivíduo, cuja intenção seja a morte, de forma consciente e intencional, mesmo que ambivalente, usando um meio que ele acredita ser letal. Também fazem parte do que habitualmente chamamos de comportamento suicida: os pensamentos, os planos e a tentativa de suicídio (TJDFT, 2020, n.p.).

No que diz respeito às principais causas de suicídio, é possível destacar a existência de transtornos mentais, como a depressão, esquizofrenia e transtorno bipolar, os quais prejudicam a capacidade física e mental dos indivíduos, além do alcoolismo, uso excessivo de drogas, problemas financeiros, dentre outras motivações que podem impulsionar este ato (GALVÃO, [2022]).

Conforme dados do Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM), entre os anos de 2010 e 2019, ocorreram no Brasil cerca de 112.230 mortes por suicídio, o que representa um aumento anual de 43%. Os resultados mostraram que o índice para os homens é 3,8 vezes maior quando comparado às mulheres, como mostrado na figura 1 (BRASIL, 2021).

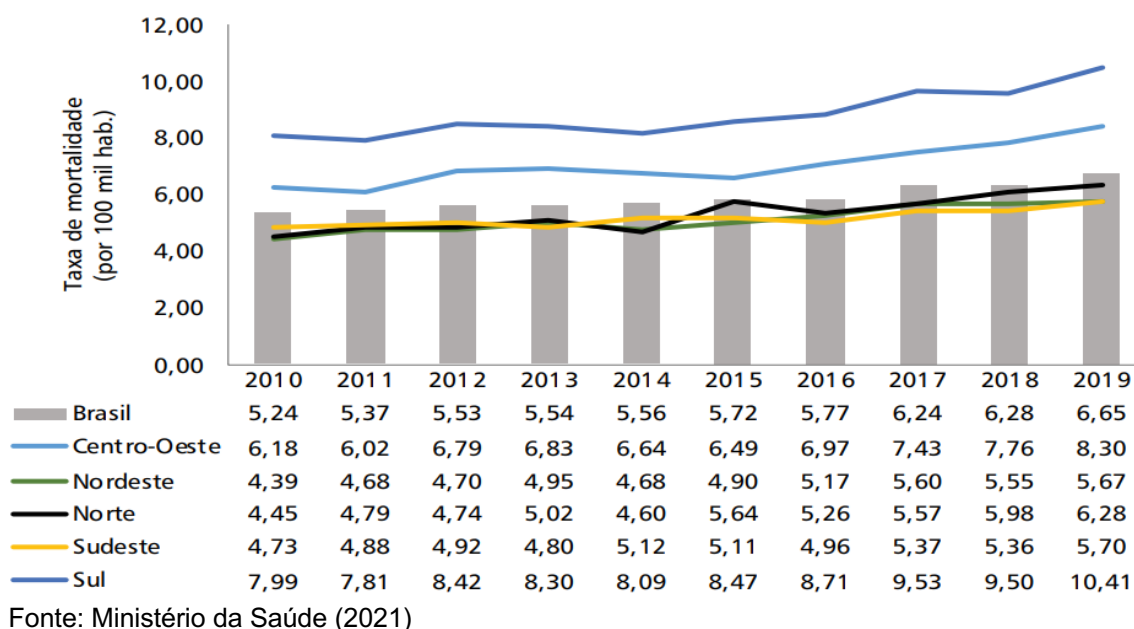
A diferença entre os sexos configura um fator marcante no risco de suicídio, uma vez que, globalmente, homens apresentam um maior risco de morte por suicídio em relação às mulheres. Não obstante, mulheres apresentam maiores prevalências de ideação e tentativas de suicídio. Essas diferenças têm sido associadas à maior agressividade e uma maior intenção de morrer entre homens, levando ao emprego de métodos mais letais, maior acesso a armas de fogo e outros objetos letais, e maior suscetibilidade aos impactos de instabilidades econômicas entre homens (BRASIL, 2021, p. 7)

Figura 1 – Índice de suicídio por gênero no Brasil



Além disso, os resultados mostraram que os maiores índices estão presentes nas Regiões Sul e Centro-Oeste, como mostrado na figura 2 (BRASIL, 2021).

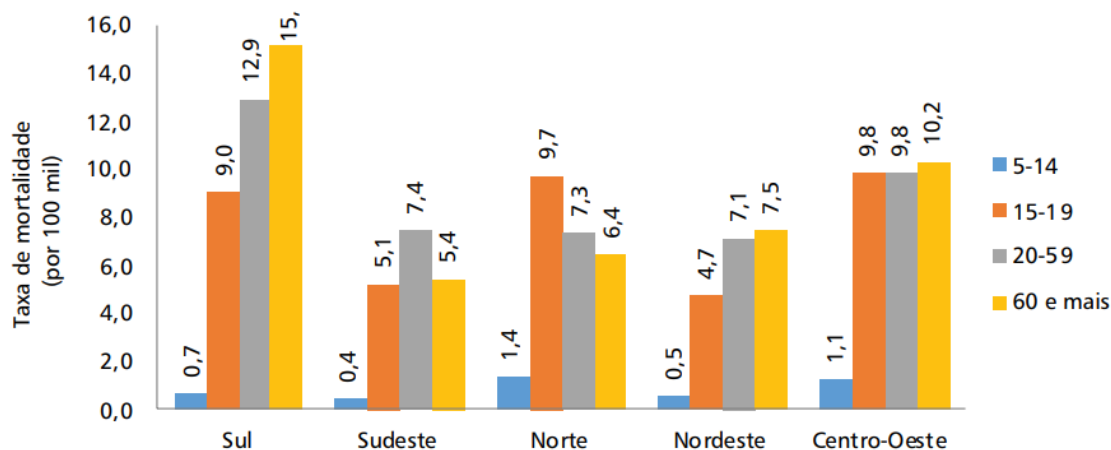
Figura 2 – Índice de suicídio nas regiões do Brasil



No que se refere à faixa etária desses indivíduos, os resultados mostraram que nas Regiões Sul, Norte e Centro-Oeste, o principal grupo afetado corresponde ao dos adolescentes entre 15 e 19 anos (MINISTÉRIO DA SAÚDE,

2021). Esta e as demais faixas etárias por região estão apresentadas na figura 3.

Figura 3 – Índice de suicídio por faixa etária nas regiões do Brasil



Fonte: Brasil (2021)

2.3 Impactos da COVID-19 sobre o número de suicídios

O início da pandemia da COVID-19, ocasionada pelo novo coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS-CoV-2), se deu a partir de dezembro de 2019, após a confirmação do primeiro caso, na cidade de Wuhan, na China. A propagação da COVID-19 ao redor do planeta se deu de forma rápida e, além dos milhares de óbitos, a pandemia também trouxe consigo um cenário caótico de medo, insegurança e tristeza (DIAS et al., 2020).

Com o intuito de conter o avanço da doença, autoridades governamentais de diversos países implementaram medidas de distanciamento e isolamento social. Dessa forma, escolas, universidades, órgãos públicos, estabelecimentos comerciais, dentre outros locais, tiveram suas atividades presenciais suspensas a fim de manter os indivíduos isolados em suas respectivas casas (DIAS et al., 2020).

Este cenário de instabilidade, no qual indivíduos foram impedidos de encontrar amigos e familiares, contribuiu drasticamente para o aumento dos casos de transtorno mental, com destaque para a ansiedade e depressão. Conforme dados da pesquisa realizada nos Estados Unidos pela *Kaiser Family Foundation* (KFF), os sintomas de ansiedade ou depressão afetaram cerca de 4 a cada 10 adultos no ano de 2021 (SANTOS FILHO, 2022).

No que se refere aos casos de suicídio, nos países desenvolvidos, o número de óbitos por este motivo não sofreu alterações drásticas após a pandemia, com exceção do Japão. Neste país, o número de óbitos por suicídio aumentou em 20,1% entre as mulheres e 7% entre os homens durante a segunda onda da COVID-19 no país (de junho a outubro de 2020) (SANTOS FILHO, 2022).

No cenário brasileiro, observou-se o aumento dos casos de suicídio nas Regiões Norte e Nordeste do país, em decorrência do cenário de vulnerabilidade econômica. Os dados da pesquisa realizada em 2020 pela Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ) mostram que os índices de suicídio são maiores entre os homens com 60 anos ou mais para a Região Norte e entre as mulheres com 60 anos ou mais para a Região Nordeste.

3. METODOLOGIA

O presente trabalho configura uma pesquisa bibliográfica, construída com base nas produções científicas já publicadas (livros, artigos científicos, monografias, dissertações de mestrado, teses de doutorado, dentre outras).

A pesquisa bibliográfica é o levantamento ou revisão de obras publicadas sobre a teoria que irá direcionar o trabalho científico o que necessita uma dedicação, estudo e análise pelo pesquisador que irá executar o trabalho científico e tem como objetivo reunir e analisar textos publicados, para apoiar o trabalho científico (SOUSA; OLIVEIRA; ALVES, 2021, p. 66).

Em relação aos objetivos, este estudo corresponde a uma pesquisa exploratória, desenvolvida com o intuito de maximizar a proximidade entre os pesquisadores e a temática discutida. Quanto à abordagem, trata-se de uma pesquisa qualitativa que, segundo Machado (2021):

Pesquisa qualitativa examina evidências baseadas em dados verbais e visuais para entender um fenômeno em profundidade. Portanto, seus resultados surgem de dados empíricos, coletados de forma sistemática. Diferente da pesquisa quantitativa, que utiliza números como dados e faz análises estatísticas, a pesquisa qualitativa utiliza dados em formato de palavras, frases, imagens, vídeos e áudios. Por isso, ela requer técnicas de coleta e análise de dados específicas.

As principais fontes de informação para este trabalho foram: sites, blogs, artigos científicos, livros, monografia, dissertações de mestrado, teses de doutorado extraídos do Scielo e do Google Acadêmico a partir das palavras-

chave “Pandemia”, “Saúde mental”, “Suicídio” e “Bem-estar”.

As etapas que compuseram este estudo foram o levantamento de produções científicas relacionadas ao tema, seleção das obras mais compatíveis com os objetivos da pesquisa e desenvolvimento do estudo com base nos materiais científicos selecionados.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pandemia da COVID-19 configurou um dos maiores percalços para a saúde brasileira e mundial no século XXI, haja vista que esta doença, ocasionada pelo novo coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS-CoV-2), resultou na morte de milhares de pessoas ao redor do mundo.

Além disso, a proliferação desta doença foi responsável por alterar o cotidiano das pessoas, afetando diretamente a sua saúde mental. Diante desse cenário, compreender os efeitos da pandemia sobre o equilíbrio emocional dos seres humanos, é de fundamental importância para o combate e prevenção de doenças mentais resultantes do cenário pandêmico.

Os resultados encontrados a partir desta pesquisa, mostraram que os números referentes aos casos de transtornos mentais aumentaram significativamente em decorrência da pandemia, comprometendo a saúde mental da população. Entre as doenças encontradas, constatou-se que a ansiedade e a depressão são as principais, uma vez que afetam grande parte da população, reduzindo a sua capacidade de executar atividades básicas da rotina humana.

No que se refere aos casos de suicídio, observou-se o aumento desses números em locais que apresentam maior vulnerabilidade econômica, como as Regiões Norte e Nordeste do Brasil. Em locais desenvolvidos, os índices de suicídio se mantiveram os mesmos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa atingiu de forma satisfatória os objetivos relacionados à análise da influência que a pandemia da COVID-19 possui sobre os índices de

suicídios. Para tanto, analisou-se dados extraídos de fontes de informações confiáveis, assim como os principais fatores por trás dos casos de suicídio.

A partir dos resultados obtidos, concluiu-se que as alterações econômicas, políticas e sociais ocasionadas pela COVID-19, somadas à realidade caótica de insegurança, ansiedade, medo, excesso de informações falsas e luto pela perda de pessoas próximas, contribuíram drasticamente para o aumento de casos de transtornos mentais, assim como para o aumento do número de suicídios em regiões mais vulneráveis.

Além disso, constatou-se a falta de preparo dos países mais pobres no que se refere ao tratamento de doenças mentais durante a pandemia, já que estes não oferecem a estrutura necessária para acolher e intervir adequadamente diante desses casos.

Dessa forma, é de fundamental importância que a população seja devidamente orientada a respeito dos hábitos que devem ser adotados em prol da prevenção de transtornos mentais. Ademais, cabe às autoridades governamentais oferecerem a estrutura necessária para o tratamento adequado dessas doenças.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Mortalidade por suicídio e notificações de lesões autoprovocadas no Brasil. Secretária de Vigilância em Saúde. v. 52. 2021.

BRASIL. Saúde mental e pandemia de Covid-19. Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br/saude-mental-e-a-pandemia-de-covid-19/>. Acesso em: 25 de agosto de 2022.

CIULLA CLÍNICA PSQUIÁTRICA. Transtornos mentais. Disponível em: <https://www.psiquiatraportoalegre.com.br/o-que-sao-transtornos-mentais/>. Acesso em: 26 de agosto de 2022.

CONEXA SAÚDE. Saúde mental no Brasil: entenda o que é, impactos e como prevenir. 2022. Disponível em: <https://www.conexasaude.com.br/blog/saude-mental-no-brasil/>. Acesso em: 24 de agosto de 2022.

DIAS, J. A. A. et al. Reflexões sobre distanciamento, isolamento social e quarentena como medidas preventivas da COVID-19. Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro, v. 10, 2020.

FIOCRUZ. Fiocruz avalia excesso de suicídios no Brasil na primeira onda de Covid-19. 2022. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/fiocruz-avalia-excesso-de-suicidios-no-brasil-na-primeira-onda-de-covid-19>. Acesso em: 27 de agosto de 2022.

GALVÃO, R. Suicídio: principais fatores de risco. Disponível em: https://monografias.brasilecola.uol.com.br/enfermagem/suicidio-principais-fatores-risco.htm#indice_12. Acesso em: 27 de agosto de 2022.

IPP. Riscos e complicações da depressão. Disponível em: <https://psiquiatriapaulista.com.br/riscos-e-complicacoes-da-depressao/>. Acesso em: 26 de agosto de 2022.

MACHADO, A. O que é uma pesquisa qualitativa?. Acadêmica, 05 jan 2021. Disponível em: <https://www.academicapesquisa.com.br/post/o-que-%C3%A9-pesquisa-qualitativa>. Acesso em: 24 de agosto de 2022.

MACHADO, D. B.; SANTOS, D. N.. Suicídio no Brasil, de 2000 a 2012. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 64, p. 45-54, 2015.

NEVES, U. Pesquisadores avaliam excesso de suicídios no Brasil na primeira onda de Covid-19. PEBMED, 04 de maio de 2022. Disponível em: <https://pebmed.com.br/pesquisadores-avaliam-excesso-de-suicidios-no-brasil-na-primeira-onda-de-covid-19/>. Acesso em: 24 de agosto de 2022.

OMS. Painel da OMS sobre o coronavírus (COVID-19). 2022. Disponível em: <https://covid19.who.int/table>. Acesso em: 25 de agosto de 2022.

PEREIRA, A. A.; VIANNA, P. C. M. Saúde mental. 2009.

SANTOS FILHO, A. et al. COVID-19: Suicídio em tempos de pandemia. Subsecretaria de Saúde, 2022.

SILVA, R. R. G. et al. Impactos das mídias sociais sobre saúde mental no contexto pandêmico da covid-19: *scoping review*. **Revista de saúde Dom Alberto**, v. 9, n. 1, p. 01-25, 2022.

SOUSA, A. S.; DE OLIVEIRA, G. S.; ALVES, L. H. A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos. Cadernos da FUCAMP, v. 20, n. 43, 2021.

TJDFT. 10 de setembro – Dia mundial de prevenção ao suicídio. 2020. Disponível em: <https://www.tjdft.jus.br/informacoes/programas-projetos-e-acoas/pro-vida/dicas-de-saude/pilulas-de-saude/10-de-setembro-dia-mundial-de-prevencao-ao-suicidio>. Acesso em: 26 de agosto de 2022.

VALENTE, P. A história da saúde mental: do antigo ao contemporâneo. CENAT. Disponível em: <https://blog.cenatcursos.com.br/a-historia-da-saude-mental-do-antigo-ao-contemporaneo/>. Acesso em: 25 de agosto de 2022.

VEJA. Os brasileiros são os mais ansiosos do mundo, classifica a OMS.
2019. Disponível em: <<https://veja.abril.com.br/saude/os-brasileiros-sao-os-mais-ansiosos-do-mundo-segundo-a-oms/>>. Acesso em: 27 de agosto de 2022.