**Saúde mental em tempos de COVID**

Pedro Augusto Silva Sinimbu¹; Ana Flavia Gonzaga Santos¹; Bruna Mendonça Silva¹; Rafael Rodrigues de Melo²; Sarah Coelho Borges¹; Vanessa Ribeiro¹; Juliane Macedo³.

¹Discentes do curso de medicina do Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA;

²Discente do curso de medicina da Universidade de Ribeirão Preto - UNAERP;

³Docente do curso de medicina do Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA;

**Introdução:** No cenário da pandemia do novo coronavírus do tipo 2 (SARS-CoV2) alguns estressores afetam a saúde mental da população, dentre eles a duração do isolamento, medo de infecção, frustração, tédio, informações inadequadas e perda financeira. O isolamento sendo a privação e contenção social, desencadeia efeitos psicológicos negativos, como confusão, raiva, tristeza, ansiedade e sintomas de estresse pós-traumático. Tratando-se sobre a saúde mental como o produto de complexas e múltiplas interações de fatores biopsicossociais, não sendo apenas a ausência de perturbação mental. O presente trabalho objetiva caracterizar o impacto na saúde mental no isolamento causado pela pandemia do coronavírus. **Método**: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, na qual foram selecionados 10 artigos científicos obtidos nas plataformas Scientific Electronic Library Online (Scielo) e Public Medline (PubMed), publicados em 2020, com a utilização dos Descritores em Ciência da Saúde (DeCS): “saúde mental”, “isolamento social” e “COVID-19” nas línguas portuguesa e inglesa. **Desenvolvimento**: Na pandemia da COVID-19, a adoção do distanciamento social, mantendo-se em casa, a fim de evitar aglomerações e contato com outras pessoas para impedir a disseminação do vírus, é fator de extrema importância como enfrentamento da doença. No Brasil, país de alta mobilidade relacional e afetiva, não tocar, abraçar, estar com os outros, são atitudes de distanciamento que podem desencadear sofrimento psíquico. A incerteza quanto ao futuro econômico, educacional e da saúde também implicam na saúde mental. Várias formas de reações são esperadas em tempos de isolamento, mas o agravamento e/ou duração de sentimento de insegurança, falta de controle da situação, medo, confusão, agitação e solidão, podem levar ao adoecimento. Bem como, agravar os sintomas em pessoas mais vulneráveis como os portadores de transtornos mentais anteriores à pandemia. Nesse sentido, estratégias socioeconômicas e educacionais são essenciais para reduzir os danos causados pela COVID-19. **Conclusão**: Destarte, conclui-se que as estratégias para redução desses sintomas de sofrimento psíquico, fornecendo o suporte psicológico e social, é fundamental. Os apelos ao altruísmo e a empatia, salientando os benefícios do isolamento para a sociedade, podem ser favoráveis para minimização do sofrimento.