

IMPACTO DA SITUAÇÃO CONJUGAL NOS NÍVEIS DE DEPRESSÃO DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

**ROCHELLE DE MORAES LEONARDO¹; HELOÍSA SALGUEIRO LIMA²; MARIA
HELOÍSA GERVAZIO LOPES³; SABRINA PECCIN FREITAS⁴; SIMONE BATISTA
DA SILVEIRA⁵; LUCAS NEIVA-SILVA⁶**

¹*Universidade Federal do Rio Grande – rochelleleonardo@hotmail.com*

²*Universidade Federal do Rio Grande – heloisasalgueiro.furg@gmail.com*

³*Universidade Federal do Rio Grande – heloisagervazio@gmail.com*

⁴*Universidade Federal do Rio Grande – speccinfreitas2@gmail.com*

⁵*Universidade Federal do Rio Grande – simonebsilveira1@gmail.com*

⁶*Universidade Federal do Rio Grande – lucasneivasilva@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19 foi um evento extremo que teve impacto significativo na saúde física e mental da população mundial. O cotidiano popular foi modificado de maneira importante a partir das medidas sanitárias para lidar com essa emergência de saúde pública. O distanciamento social foi uma das providências de saúde implementadas para diminuir o contágio pela doença (BARROS et al., 2020).

Mesmo que as medidas de distanciamento social fossem essenciais para garantir a diminuição do contágio pelo vírus, esse tipo de política teve uma repercussão negativa na saúde mental da população em geral (SANTANA et al., 2020). Estudos apontam prevalências aumentadas de depressão entre a população de diversos países durante a pandemia. Um dos fatores apontados como agravante em questões de saúde mental é não ter estado em um relacionamento durante a pandemia, sendo encontrado sintomas mais críticos de ansiedade e depressão entre as pessoas solteiras (GUILLAND et al., 2021).

As dinâmicas conjugais podem variar e provocar efeitos diversos na saúde mental, principalmente em um nível de convivência pouco experimentado antes e oportunizado pelo distanciamento social característico dos tempos de pandemia (MAESIMA et al., 2024). Assim, se faz necessário estudar o papel da relação conjugal como fator protetivo para questões de saúde mental. A partir do exposto, o objetivo do presente trabalho é investigar se a situação conjugal em que a pessoa se encontrava durante a pandemia de COVID-19 esteve associada à prevalência de depressão naquele período.

2. METODOLOGIA

O presente resumo é um recorte de um estudo maior de caráter observacional do tipo longitudinal. O estudo original buscou avaliar diversos aspectos da saúde mental da população durante a pandemia de COVID-19, incluindo a depressão. Tratando-se de um estudo transversal de amostra não-probabilística. O público analisado consistiu em indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos, residentes no Brasil e que possuíssem acesso à internet. Foram considerados válidos os dados de 1568 participantes (90,74%) de uma amostra total de 1728 respondentes. Em relação à escolaridade, houve predomínio de pessoas com ensino superior incompleto (37,6%).

No período de agosto a dezembro de 2020, foi difundido por meio das redes sociais um questionário autoaplicável de forma online, com escalas de avaliação socioeconômicas, demográficas e psicossociais. Para o rastreio de sintomatologia depressiva, foi utilizado o instrumento PHQ-9, validado para o Brasil (SANTOS et al., 2013).

Ressalta-se que o projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), assim como pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande (FURG), sob o número 30959720.1.0000.5324, fazendo-se congruente às resoluções 466/12 e 510/16 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi apresentado aos participantes antes da aplicação do questionário.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Compondo os dados demográficos do estudo, a média de idade dos 1568 participantes foi de 31,9 anos, sendo 74,3% (1165) da amostra composta por mulheres e 25,7% (403) por homens. A maioria dos participantes identificaram-se como brancos (75,4%). Observou-se um percentual significativamente maior de depressão entre os participantes que não possuem relação estável (solteiros, namorando, divorciados e viúvos; $p<0,001$). Dentre os 1020 participantes que se enquadram nessa categoria, 69,3% ($n=707$) apresentaram sintomas depressivos. Em contraponto, entre os participantes com relação estável (moravam juntos ou eram casados; $n=548$), observou-se um percentual menor de depressão (51,1%). Em relação às diferentes categorias de situação conjugal, o grupo com maior prevalência de depressão durante a pandemia foram os solteiros (71,5%; $n=403$).

Os resultados obtidos na análise da situação conjugal e sintomas depressivos mostram a importância das relações para lidar com os fatores de riscos trazidos pela pandemia de COVID – 19. O período foi marcado por impactos na saúde física e mental dos indivíduos, trazendo uma perspectiva incerta em relação ao futuro. Também, associada à percepção negativa de si e do mundo diante da repentina mudança para dinâmicas de isolamento. Possivelmente, os impactos psicossociais individuais somados ao medo do adoecimento, angústia e sentimento de desamparo corroboraram com sintomas associados à depressão que podem estar presentes até o contexto atual pós pandemia (WANG et al., 2020).

A preocupação com a própria saúde e com os demais aumenta a carga emocional, podendo desencadear ou agravar transtornos mentais (BROOKS, 2020). Entende-se que a presença de uma relação afetiva considerada estável exerce um papel positivo para o enfrentamento dos desafios da pandemia.

Os resultados apresentados corroboram a literatura, indicando que a relação conjugal, especialmente em casos em que a relação é estável e satisfatória, pode ser um importante fator protetivo contra a depressão, especialmente em tempos de crise, como a pandemia de COVID-19 (RANDALL et al., 2022). O estudo de QUEZADA-BERUMEN, HERNÁNDEZ E RAMÍREZ (2020), aponta que casais com maior satisfação conjugal relataram menos impacto do confinamento em seu bem-estar geral e menor consumo de notícias sobre a pandemia, o que pode contribuir para reduzir a ansiedade e o estresse, preservando a saúde mental. De forma semelhante, o *coping* diádico, ou enfrentamento conjunto do estresse, foi identificado como mediador entre o estresse inerente à pandemia e a satisfação conjugal (GENÇ et al., 2021), aliviando o impacto do sofrimento psicológico.

Nesse sentido, evidencia-se a importância do apoio mútuo e da comunicação durante situações de estresse, especialmente durante a pandemia de COVID-19 em que foi necessário o distanciamento social (QUEZADA-BERUMEN et al. 2020). Esses achados reforçam a tendência observada no estudo, onde pessoas em relacionamentos estáveis, especialmente aquelas que conviviam com seus parceiros, apresentaram níveis de depressão significativamente menores em comparação aos solteiros, divorciados e viúvos. Assim, a possibilidade de enfrentar desafios em conjunto, com apoio mútuo, parecem desempenhar um papel crucial na mitigação dos efeitos do confinamento sobre a saúde mental, sobretudo em contextos de escassez de recursos de apoio comunitário.

4. CONCLUSÕES

Os resultados desta pesquisa apontam o impacto da situação conjugal na prevalência de depressão durante a pandemia de COVID-19. Dessa forma, observa-se a associação entre situação conjugal e a prevalência de depressão entre os participantes que não possuíam uma relação estável, com percentual significativamente maior de depressão quando comparado com os participantes em uma relação estável. Adicionalmente, lidar com os efeitos do isolamento social sozinho parece trazer prejuízos para a saúde mental dos indivíduos, dificultando que a carga mental de estresse e incertezas desse período seja compartilhada. Por fim, esses achados oferecem subsídios para novos estudos e apontam a necessidade de maior atenção à saúde mental desse grupo mais vulnerável no contexto de eventos extremos.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARROS, M. B. de A.; LIMA, M. G.; MALTA, D. C.; SZWARCWALD, C. L.; AZEVEDO, R. C. S. de; ROMERO, D.; SOUZA JÚNIOR, P. R. B. de; AZEVEDO, L. O.; MACHADO, I. E.; DAMACENA, G. N.; GOMES, C. S.; WERNECK, A. de O.; SILVA, D. R. P. da; PINA, M. de F. de; GRACIE, R. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiologia E Serviços de Saúde**, 29(4). <https://doi.org/10.1590/s1679-49742020000400018>

BROOKS, S. K.; WEBSTER, R. K.; SMITH, L. E., WOOLAND, L.; WESSELY, S., GREENBERG, N. & RUBIN, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**, 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

GENÇ, E.; SU, Y.; TURHAN, Z. The Mediating Role of Dyadic Coping on the Effects of Covid-19 and Relationship Satisfaction among Turkish Couples. **The American Journal of Family Therapy**, p. 1–19, 29 set. 2021.

GUILLAND, R.; KNAPIK, J.; KLOKNER, S. G. M.; CARLOTTO, P. A. C.; TREVISAN, K. R. R. ZIMATH, S. C.; FRANCISCO, D. R. M.; CRUZ, R. M. (2021). Sintomas de depressão e ansiedade em trabalhadores durante a pandemia da COVID-19. **Revista Psicologia Organizações E Trabalho**, 21(4), 1721–1730. <https://doi.org/10.5935/rpot/2021.4.22625>

KUJAWA, A. et al. Exposure to COVID-19 pandemic stress: Associations with depression and anxiety in emerging adults in the United States. **Depression and anxiety**. v. 37, n. 12, p. 1280-1288, nov. 2020.

MAESIMA, G. M.; NEUMANN, A. P.; ROCHA, F. de A.; WAGNER, A. (2024). Coabitacão durante a pandemia de covid-19: a experiência de casais jovens adultos. **Psicologia USP**, 35, e220047. <https://doi.org/10.1590/0103-6564e220047>

QUEZADA BERUMEN, L.; LANDERO HERNÁNDEZ, R.; GONZÁLEZ RAMÍREZ, M. T. Couple satisfaction and impact of confinement by COVID-19 pandemic in Mexico. **Interacciones: Revista de Avances en Psicología**, 27 set. 2020.

RANDALL, A. K. et al. Coping with global uncertainty: Perceptions of COVID-19 psychological distress, relationship quality, and dyadic coping for romantic partners across 27 countries. **Journal of Social and Personal Relationships**, v. 39, n. 1, p. 3–33, 26 ago. 2021.

SANTANA, V. V. R. da S.; NASCIMENTO, R. Z. do; LIMA, A. A.; NUNES, I. C. M. (2020). Alterações psicológicas durante o isolamento social na pandemia de covid-19: revisão integrativa. **Revista Família, Ciclos de Vida E Saúde No Contexto Social**, 8, 754. <https://doi.org/10.18554/refacs.v8i0.4706>

SANTOS, Iná S. et al. Sensibilidade e especificidade do Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) entre adultos da população geral. **Cadernos de Saúde Pública** [online]. v. 29, n. 8, p. 1533-1543, 2013.

WANG, C.; PAN, R.; WAN, X.; TAN, Y.; XU, L.; HO, C.S.; HO, R.C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. **Int J Environ Res Public Health**, 17(5): 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>