

## **AUMENTO DO USO DE ANTIDEPRESSIVOS APÓS A PANDEMIA DA COVID-19**

Flavielly Amorim Fioravanti  
Nicolly Lourenço Rodriguês  
Sabrina Procópio da Silva

### **RESUMO**

A pandemia de COVID-19, iniciada em dezembro de 2019, gerou uma série de mudanças globais, afetando diversos aspectos da vida humana, com destaque para a saúde mental. As medidas de isolamento social, o medo do contágio, a incerteza sobre o futuro e as perdas humanas resultaram em um aumento significativo de transtornos psicológicos, especialmente ansiedade e depressão. A ansiedade, definida pela OMS como uma emoção natural, tornou-se preocupante quando se transforma em um transtorno, prejudicando o estilo de vida das pessoas. O uso de antidepressivos, como fluoxetina, sertralina e citalopram, aumentou consideravelmente após a pandemia, com efeitos adversos como falta de apetite e alterações no sono. A pesquisa apresentou também um aumento no consumo de medicamentos psicotrópicos, como ansiolíticos e antidepressivos, durante a pandemia, com destaque para o clonazepam e a fluoxetina. Este aumento pode ser atribuído ao agravamento dos transtornos psicológicos devido ao isolamento social e ao medo do contágio. O autodiagnóstico e a automedicação, incentivados pelo fácil acesso a informações na internet, contribuíram para esse aumento, o que gerou preocupações com o uso inadequado de medicamentos e os riscos de dependência. O trabalho também discutiu a "medicalização" excessiva da saúde mental, alertando para os riscos do uso de medicamentos sem orientação

médica. Foi enfatizada a importância de buscar alternativas terapêuticas além da prescrição de fármacos, como psicoterapia e promoção de hábitos saudáveis. Além disso, a pesquisa ressaltou a necessidade de políticas públicas de saúde mais eficazes, que integrem cuidados psicológicos ao tratamento físico, promovendo uma abordagem mais holística e humanizada para a saúde mental. Em síntese, a pandemia de COVID-19 revelou a vulnerabilidade psicológica da população mundial e a necessidade urgente de uma abordagem integrada e mais eficaz para o cuidado da saúde mental.

**Palavras chaves:** Pandemia da COVID-19, Saúde mental, Medicamentos psicotrópicos, Medicalização.

## **ABSTRACT**

The COVID-19 pandemic, which began in December 2019, triggered a series of global changes, affecting various aspects of human life, with a particular impact on mental health. Social isolation measures, fear of contagion, uncertainty about the future, and human losses led to a significant increase in psychological disorders, especially anxiety and depression. Anxiety, defined by the WHO as a natural emotion, becomes concerning when it develops into a disorder, negatively affecting people's lifestyles. The use of antidepressants such as fluoxetine, sertraline, and citalopram increased considerably after the pandemic, with adverse effects including loss of appetite and sleep disturbances.

Research also showed a rise in the consumption of psychotropic drugs, including anxiolytics and antidepressants, during the pandemic, particularly clonazepam and fluoxetine. This increase can be attributed to the worsening of psychological disorders due to social isolation and fear of contagion. Self-diagnosis and self-medication, encouraged by easy access to information on the internet, contributed to this trend, raising concerns about the improper use of medications and the risks of dependency.

The study also addressed the excessive "medicalization" of mental health, warning about the dangers of using medication without medical guidance. It emphasized the importance of seeking therapeutic alternatives beyond

pharmaceutical prescriptions, such as psychotherapy and the promotion of healthy habits. Additionally, the research highlighted the need for more effective public health policies that integrate psychological care with physical treatment, fostering a more holistic and humanized approach to mental health.

In summary, the COVID-19 pandemic exposed the psychological vulnerability of the global population and the urgent need for a more integrated and effective approach to mental health care.

**Keywords:** COVID-19 Pandemic, Mental Health, Psychotropic Medications, Medicalization.

## 1. INTRODUÇÃO:

A pandemia da COVID-19, que teve início em dezembro de 2019, gerou uma série de mudanças e desafios em escala global, afetando todos os aspectos da vida humana; desde a economia até as relações sociais, especialmente, a saúde mental. As medidas de isolamento social, o medo do contágio, a incerteza quanto ao futuro e as perdas humanas foram fatores determinantes para o aumento de transtornos psicológicos, como a depressão e a ansiedade.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a ansiedade é um sentimento natural de todo o ser humano, que está normalmente associado a um prazo apertado para uma tarefa urgente. A ansiedade comum precisa ser observada com mais profundidade, especialmente quando se transforma em um problema grave: os transtornos de ansiedade; isso ocorre quando a preocupação de um indivíduo se torna tão intensa que ele não consegue lidar com sua autocobrança excessiva, afetando completamente seu estilo de vida.

Em uma entrevista para o relatório Nova Agenda para a Saúde Mental nas Américas, preparado pela Comissão de Alto Nível da OPAS (Organização Pan-americana da saúde) sobre Saúde Mental e COVID-19, Jarbas Barbosa diz "A saúde mental dos povos das Américas foi gravemente afetada pela pandemia da COVID-19 e por seus efeitos em nossas vidas, economias e sociedades.

A depressão pela visão da Organização Mundial de Saúde (OMS), é um transtorno comum, podendo afetar qualquer pessoa, envolvendo um humor

deprimido ou perda de prazer ou interesse em atividades por longos períodos. De acordo com a OPAS (Organização Pan-americana da saúde) mais de 300 milhões de pessoas sofrem com essa doença. Embora existam tratamentos eficazes conhecidos para depressão, menos da metade das pessoas afetadas no mundo, recebem esses tratamentos. Os maiores obstáculos ao tratamento eficaz incluem a falta de recursos, a falta de profissionais treinados e o estigma social associado aos transtornos mentais.

O uso de antidepressivos antes da pandemia já era uma prática comum, pelos estudos de Schmidt et al. (2020), Ornell et al. (2020) e Pereira et al. (2020), antes da pandemia as estimativas seriam de 193 milhões de casos de depressão no mundo em 2020 (cerca de 2.471 casos por 100.000 habitantes). Nessa análise, mostrou uma elevação de 246 milhões de casos com cerca de 28%. Quanto a ansiedade, as estimativas eram de 298 milhões de casos antes da pandemia, tendo um aumento considerável de 26% após a COVID-19.

Com todo o cenário assustador que a pandemia nos trouxe, as pessoas afetadas por esses transtornos buscaram formas de alívio por meio de usos de medicamentos sendo os mais usados a fluoxetina, sertralina e citalopram. Tendo uma apresentação de efeitos adversos como a falta de apetite, falta de coordenação motora, alteração do sono (Coltri, 2019).

O aumento dos casos de ansiedade e depressão durante e após a pandemia evidenciou uma demanda crescente por suporte psicológico e farmacológico.

No entanto, o uso indiscriminado de antidepressivos pode gerar preocupações quanto à dependência, efeitos colaterais e à falta de acompanhamento profissional adequado. Diante desse contexto, esta pesquisa busca compreender melhor essa realidade e contribuir para o debate sobre saúde mental, fornecendo informações que possam auxiliar profissionais da área e gestores públicos na formulação de políticas mais eficazes.

Além disso, analisar esse fenômeno permite discutir alternativas terapêuticas, promovendo um tratamento mais completo e acessível para aqueles que enfrentam transtornos psicológicos. A relevância desse tema reside na necessidade de equilibrar o acesso a medicamentos com estratégias preventivas e suporte adequado, garantindo que o bem-estar mental da população seja tratado de maneira holística e responsável.

Este trabalho tem como objetivo geral analisar o aumento do uso de antidepressivos após a pandemia da COVID-19 e suas implicações na saúde mental da população. Para isso, pretende-se investigar os principais fatores que impulsionaram o crescimento das prescrições médicas e da automedicação com antidepressivos no período pós-pandêmico, examinando o impacto psicológico e social do uso prolongado desses medicamentos, considerando possíveis efeitos adversos e riscos associados. Além disso, busca-se avaliar o papel dos profissionais de saúde na orientação e acompanhamento do uso de antidepressivos, identificando desafios na abordagem terapêutica. A pesquisa também visa analisar as políticas públicas relacionadas à saúde mental e ao acesso a tratamentos alternativos, como terapias psicológicas e práticas complementares, e propor estratégias para um uso mais consciente e equilibrado de antidepressivos, promovendo a saúde mental de forma sustentável.

## **2. DESENVOLVIMENTO:**

### **2.1- Metodologia**

O referencial teórico deste artigo se baseia na ampla gama de literatura existente sobre o uso de antidepressivos e o aumento deste uso após a pandemia da COVID-19 buscando compreender os fatores envolvidos, os impactos desse fenômeno sobre a saúde mental da população e as possíveis implicações para o sistema de saúde pública. Através de uma revisão bibliográfica abrangente, exploramos diversos estudos que destacam os distúrbios relacionados a saúde mental, os tratamentos medicamentosos e a interferência da pandemia da COVID-19 nestes casos. A revisão também abordará a relação dos pacientes com os profissionais de saúde responsáveis pela prescrição desses medicamentos, e especialistas em saúde mental com experiência no atendimento de pacientes durante a pandemia.

### **2.2- Fundamentação teórica**

Desde a emergência, na China, em dezembro de 2019, do novo vírus Covid-19 (SARS-CoV-2), a humanidade tem enfrentado uma grave crise

sanitária global. Espalhando-se rapidamente, contaminando milhões de pessoas, sendo transmitida de pessoa para pessoa por gotículas da saliva, tosse e espirro do indivíduo infectado. As medidas para combater a propagação do vírus foram a higienização das mãos frequentemente, limpeza dos ambientes e objetos, evitar o contato físico e manter o isolamento de 10 a 15 dias da pessoa sintomática.

O isolamento social foi colocado como uma medida preventiva, como um meio de evitar aglomerações, sendo restrita uma distância de um metro e meio de um indivíduo para o outro, proibindo eventos, fechamento temporário de escolas, universidades, academias, entre outros lugares.

## PANDEMIA E SEUS IMPACTO PSICOLÓGICOS

No cenário da pandemia, o excesso de informações, muitas vezes falsas, o isolamento e o medo do contágio acabam impulsionando o adoecimento psicológico, que podem gerar consequências grave na saúde mental do indivíduo (C. K. T. Lima et al,2020).

De acordo com a OPAS (Organização Pan-Americana da Saúde) a saúde mental é um estado de bem-estar que permite que as pessoas lidam com o estresse, desenvolvam suas habilidades e sejam capazes de aprender e trabalhar em comunidade. Sendo assim um direito fundamental do ser humano.

No contexto da pandemia da Covid-19, o medo e o pânico juntamente com isolamento social, acaba abalando a saúde mental dos indivíduos. Apesar do isolamento ser uma medida de segurança da saúde, é fundamental pensar na saúde e bem-estar das pessoas submetidas ao isolamento social. (PEREIRA, OLIVEIRA et al., 2020). Pacientes diagnosticados com COVID-19 ou com suspeita de infecção demonstravam emoções intensas como medo, culpa, raiva, solidão, insônia etc. Podendo evoluir para transtornos como ataques de pânico, depressão, Transtorno de Estresse Pós-Traumático.

A ansiedade é uma emoção frequente, é um sinal de alarme que pode se tornar uma ameaça, definida por um estresse que provoca uma agitação emocional. Já a depressão acontece pela falta de autoestima e motivação, tristeza ou vazio profundo, distúrbios de sono e apetite, sentimentos excessivos de culpa. Desse modo, a pandemia da COVID-19 gerou uma “violência mental coletiva”.

## MEDICALIZAÇÃO E O AUTODIAGNÓSTICO

O autodiagnóstico e a medicalização são fenômenos que ganharam destaque nos últimos anos, especialmente durante a pandemia da COVID-19. O acesso facilitado à informação na internet levou muitas pessoas a buscarem respostas para seus sintomas sem a orientação de um profissional de saúde, resultando em diagnósticos equivocados e, conseqüentemente, na automedicação. (Araujo, 2022)

A medicalização, por sua vez, refere-se ao processo pelo qual questões sociais e emocionais são tratadas como problemas médicos, levando ao uso excessivo de medicamentos psicotrópicos. Durante a pandemia, o aumento do consumo de ansiolíticos e antidepressivos evidenciou essa tendência, com muitas pessoas recorrendo a fármacos para lidar com o estresse, a ansiedade e a depressão decorrentes do isolamento social e do medo do contágio.

Os medicamentos psicotrópicos atuam no Sistema Nervoso Central e podem ser classificados nas categorias ansiolíticos-sedativos, antidepressivos, estabilizadores de humor e antipsicóticos, atuando no controle da ansiedade e depressão com efeitos sobre as emoções, o humor e comportamento sendo uma busca frequente de muitas pessoas, diagnosticada ou não. O maior representante sendo benzodiazepínicos, como Diazepam, Clonazepam, Alprazolam e Midazolam, causando tolerância e possível abuso e dependência, e por isso não são todos os indivíduos que podem usá-los, como aqueles que possuem histórico de abuso de substâncias e com alguns tipos de transtorno.

Segundo Araújo et. al (2023) foi realizado uma pesquisa via redes sociais que contou com a participação de 349 pessoas, com idade entre 18 e 35 anos. Responderam um questionário sociodemográfico com perguntas sobre o uso de antidepressivos e ansiolíticos, nos resultados, obtiveram as seguintes informações: 71 pessoas (20,3%) faziam uso de antidepressivos ou ansiolíticos durante a pandemia. Destes, 20,5% faziam uso de ansiolíticos, 31,8% de antidepressivos e 28,4% de ambos simultaneamente. Os medicamentos mais relatados foram clonazepam na classe de ansiolíticos e a fluoxetina na classe de antidepressivos.

Comparativa antes e durante a pandemia no período de -08/20 a 02/21 em relação ao ano anterior (08/19 a 02/20), seis meses antes de iniciar a pandemia.

Tabela 1: Buscas comparativas antes e durante a pandemia no período de – 08/20 a 02/21 em relação ao ano anterior (08/19 a 02/20), seis meses antes de iniciar a pandemia.

<b>MEDICAMENTOS</b>	<b>FINALIDADE</b>	<b>08/19 A 02/20</b>	<b>08/20 A 02/21</b>	<b>CRESCIMENTO</b>
Hemitartarato de Zolpidem	Insônia	405.374	865.985	113,63
Cloridrato de Fluoxetina	Depressão	443.831	806.625	81,74
Oxalato de Escitalopram	Depressão	552.590	714.727	29,34
Sertralina	Depressão	416.924	647.699	55,35
Clonazepam	Transtornos de humor	270.301	495.821	83,43

**Fonte:** Araujo, et.al (2022)

Em relação ao quadro acima é notório a elevação do consumo de antidepressivos após a chegada da COVID-19 no Brasil. Este aumento pode estar relacionado com os acontecimentos cada vez mais frequente de ansiedade e depressão no país, diante do isolamento e distanciamento social por conta das medidas preventivas contra contaminação. Deste modo, é importante entender que o autodiagnostico, tão frequente entre as pessoas, impacta nesses índices.

Com a evolução da tecnologia, vários sites especializados em autodiagnostico surgiram na internet. O excesso de informações, nem sempre verdadeiras, que ocorrem em resposta as situações graves como, por exemplo, a pandemia. O resultado dessa exposição a esse tipo de informações pode ser um impulso tanto coletivo como individual a um autodiagnostico, que leva ao uso, sem comprovação e acompanhamento médico, de medicamentos.

É importante ressaltar que caso seja feita uma combinação errada entre medicamentos, pode-se gerar consequências, como por exemplo reações alérgicas, dependência de medicamentos e até morte. Vale ressaltar que todos os medicamentos possuem efeitos colaterais, com isso aquilo que se imagina ser a solução, pode se tornar um grave problema.

De acordo com Araujo, et. al (2022) a busca por medicamentos sem acompanhamento médico pode gerar dependência e efeitos adversos, além de mascarar problemas que poderiam ser resolvidos por meio de abordagens terapêuticas mais adequadas, como a psicoterapia e mudanças no estilo de vida. A pesquisa também aponta a necessidade de políticas públicas que promovam uma abordagem mais equilibrada da saúde mental, evitando a banalização do uso de medicamentos e incentivando alternativas eficazes para o bem-estar psicológico.

Dessa forma, é essencial conscientizar a população sobre os riscos do autodiagnóstico e da medicalização excessiva, reforçando a importância do acompanhamento profissional na identificação e no tratamento de transtornos mentais.

#### DEPENDENCIA MEDICAMENTOSA

O uso inadequado de medicamentos psicotrópicos, especialmente ansiolíticos e antidepressivos, tem levado a um aumento preocupante da dependência medicamentosa. Muitos brasileiros utilizam esses fármacos sem necessidade real ou sem acompanhamento psiquiátrico adequado, o que pode resultar em tolerância, abuso e dependência. A interrupção abrupta dessas substâncias pode causar sintomas de abstinência, como irritabilidade, insônia e até convulsões, tornando essencial um processo de retirada gradual sob supervisão médica.

A abstinência é a interrupção das medicações após 5 a 10 dias, o que causa impacto na vida social do indivíduo por seus sintomas como a irritabilidade, estresse, insônia, transpiração excessiva, agitação, náusea, dores no corpo e até mesmo convulsões. Essa dependência está relacionada a vários fatores: médicos, com a indicação inadequada da medicação, falha na orientação da prescrição sem um planejamento prévio do tempo e tratamento; e do usuário, com o uso inadequado da medicação, aumento da dosagem por vontade própria e não realizar acompanhamento.

Projetos de intervenção têm buscado integrar o tratamento medicamentoso ao suporte psicossocial, promovendo grupos de saúde mental e reavaliação periódica dos pacientes. A conscientização sobre o uso responsável

de ansiolíticos e antidepressivos é fundamental, reforçando que o tratamento da saúde mental deve envolver acompanhamento psicológico e não apenas o uso de medicamentos.

### **2.3 DISCUSSÃO**

A pandemia da Covid-19 trouxe não apenas uma crise sanitária global, mas também um grave impacto psicológico, evidenciado pelo aumento de transtornos como ansiedade, depressão e distúrbios do sono. O isolamento social e a constante incerteza em meio a informações muitas vezes contraditórias agravaram esse cenário, tornando a saúde mental um dos maiores desafios enfrentados durante a crise.

O uso de medicamentos psicotrópicos, como ansiolíticos e antidepressivos, se tornou comum como resposta a esses transtornos, mas a automedicação e o autodiagnóstico, impulsionados pela facilidade de acesso a informações na internet, geraram preocupações. O abuso de substâncias como clonazepam e fluoxetina, sem acompanhamento médico, pode levar a dependência e sérios efeitos adversos, o que aponta para uma falha no sistema de saúde em oferecer o apoio psicológico necessário.

A pandemia também destaca a importância de repensar a prática da medicalização e de buscar alternativas terapêuticas além da prescrição de medicamentos. Abordagens como psicoterapia, técnicas de relaxamento e a promoção de hábitos saudáveis são essenciais para um cuidado psicológico mais holístico.

Além disso, é crucial combater o estigma em torno da saúde mental, encorajando as pessoas a buscar ajuda sem o medo de julgamento. As políticas públicas de saúde devem integrar o cuidado psicológico ao tratamento físico, garantindo que a saúde mental seja reconhecida como um componente fundamental do bem-estar humano.

Em resumo, a pandemia evidenciou a vulnerabilidade psicológica da sociedade e a necessidade urgente de políticas públicas mais eficazes, que integrem cuidados psicológicos, diminuam a dependência de medicamentos e promovam uma abordagem mais humanizada para o cuidado da saúde mental.

### **3. CONCLUSÃO**

Este trabalho tem como objetivo principal avaliar o aumento do uso de antidepressivos após a pandemia e reflete o agravamento da saúde mental da população, causado por fatores como o isolamento, o luto e a insegurança. Embora essenciais no tratamento de transtornos psíquicos, os antidepressivos não devem ser a única forma de cuidado. O cenário reforça a necessidade de ampliar o acesso a atendimentos psicológicos e fortalecer políticas públicas de saúde mental mais eficazes e humanizadas.

Diante dos desafios impostos pela pandemia da COVID-19, torna-se evidente a relevância da saúde mental e a necessidade de cuidados adequados para minimizar os impactos psicológicos. O aumento do consumo de medicamentos psiquiátricos, associado ao autodiagnóstico e à automedicação, revela um problema que transcende o período pandêmico e exige atenção contínua. É fundamental que a sociedade e os órgãos de saúde promovam estratégias de conscientização para evitar a banalização do uso de psicotrópicos, incentivando acompanhamento especializado e alternativas terapêuticas eficazes. Além disso, políticas públicas voltadas à saúde mental devem ser fortalecidas, garantindo acesso à informação, assistência psicológica e suporte adequado para aqueles que enfrentam transtornos emocionais. Somente assim será possível mitigar os efeitos da crise sanitária e construir um futuro mais saudável para a população.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Araújo, E. O., Ramos, G. S., et al. **O aumento do uso de antidepressivos e ansiolíticos pós pandemia e seus impactos.** Psicologia e Cultura: Abordagens, reflexões e implicações da psicologia na sociedade contemporânea, vol 1, 2022. Editora Publicar. Disponível em: <https://editorapublicar.com.br/ojs/index.php/publicacoes/article/view/671/378>. Acesso 09/04/2025.
- Castillo, A. R.; Recondo, R.; et al. Transtorno de ansiedade. **Braz. J. Psychiatry**, vol.2, Dez, 2000. Disponível em:

- <https://www.scielo.br/j/rbp/a/dz9nS7gtB9pZFY6rkh48CLt/?lang=pt&format=html>. Acesso 09/04/2025
- Coltri, F., **Antidepressivos de inibidores seletivos são mais usados.** (2019), Jornal da USP. Disponível em: <https://jornal.usp.br/atualidades/antidepressivos-de-inibidores-seletivos-sao-os-mais-usados/>. Acesso 05/03/2025.
  - Musse, F. C. C., Castro, L. S., et al. Violência mental: ansiedade e depressão durante a pandemia de COVID-19 no Brasil, **Saud Pesq**, v.15, n.1, 2022. Disponível em: <https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/9684/6967>. Acesso 19/03/2025
  - OPAS. Estimativa 2023 – **Depressão**. 2023. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>. Acesso 05/03/2025.
  - OPAS. Estimativa 2023 – **Saúde mental deve estar no topo da agenda política pós-COVID-19, diz relatório da OPAS**. 2023. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/9-6-2023-saude-mental-deve-estar-no-topo-da-agenda-politica-pos-covid-19-diz-relatorio-da> Acesso 26/02/2025.
  - OPAS. Estimativa 2024 – **Saúde mental**. 2024. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental>. Acesso 05/03/2025.
  - Pereira, M. D., Oliveira, L.C., et al. A pandemia da COVID-19, o isolamento social, consequência na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v.9, n.7.2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4548/4043>. Acesso 07/05/2025.