

ALTERAÇÕES COMPORTAMENTAIS E A IMPORTÂNCIA DA RELAÇÃO HUMANO/ANIMAL DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

Débora Nunes^a, Gabrieli Basilio da Silveira^b, Jheniffer Maikelly Correia^a, Samara Regina de Farias^a, Nicole Dalonso^c

^a Graduanda de Medicina Veterinária, Centro Universitário Sociesc, Joinville, SC, Brasil.

^b Graduanda do Curso de Psicologia, Centro Universitário Sociesc, Joinville, SC, Brasil.

^c Doutora em Saúde e Meio Ambiente. Centro Universitário Sociesc, Fone: (47) 3512-3100, E-mail: nenidalo@yahoo.com.br - Joinville, Santa Catarina – Brasil.

RESUMO:

Durante a pandemia de COVID-19, muitas pessoas tiveram que se isolar, desencadeando sensações como estresse, medo, depressão e ansiedade. O objetivo do presente estudo foi investigar as principais mudanças comportamentais que afetaram as pessoas na pandemia, quais as alterações em relação aos gêneros e se os animais domésticos auxiliam na superação desses efeitos. Empregando um formulário *online* do Google, foram investigados os perfis dos participantes da cidade de Joinville - SC. Os resultados demonstram que houve maior participação dos voluntários entre 18 a 24 anos (33,5%), do gênero feminino (70,1%), destacando maior consumo de alimentos pelas mulheres. Os homens apresentaram maior manutenção do emprego e acesso ao nível superior, principalmente pós-graduação, sendo este um fator associado à vantagem. Ansiedade e estresse foram os sentimentos mais relatados e os animais tiveram grande papel no combate aos efeitos do isolamento social.

PALAVRAS-CHAVE: COVID-19; mudanças comportamentais; emprego, estudos, animais domésticos.

ABSTRACT:

During the COVID-19 pandemic, many people had to isolate themselves, triggering sensations such as stress, fear, depression and anxiety. The study aimed to investigate the main behavioral changes that affected people in the pandemic, which changes are related to genders and whether domestic animals help to overcome these effects. Using a Google *online* form, the profile of participants in the city of Joinville was investigated. The results show that there was greater participation of volunteers between 18 and 24 years old (33.5%), female (70.1%), highlighting a greater consumption of food by women. As for employment, men had advantages in maintaining their jobs and greater access to higher education, especially post-graduation, being a factor associated with this advantage. Anxiety and stress were the most reported feelings and pets showed a big role in combating the effects of social isolation.

KEYWORDS: COVID-19, behaviour changes; jobs, studies, pets.

1 INTRODUÇÃO

Com surgimento em Wuhan na China, a COVID-19 é causada por um vírus que afeta de forma aguda os alvéolos pulmonares, causando insuficiência respiratória. A mortalidade desta doença varia de acordo com a idade, sendo maior na população idosa (21,9%) ou com comorbidades como doenças cardiovasculares (13,2%) e diabetes (9,2%) (WHO, 2020).

No Brasil, o mês de março de 2020 foi marcado pelo início da pandemia do vírus da Sars-CoV-2, modificando completamente a rotina da grande maioria das pessoas. Estas mudanças impactaram em distanciamento social e diversos cuidados com a saúde, como uso de máscaras, álcool em gel e maior higienização das mãos. Outros conflitos como o medo de contrair o vírus, desemprego e desordens interpessoais, aumentaram os níveis de estresse, criando desconfortos emocionais que podem ter diversas consequências para a saúde mental da população (OLIVEIRA et al., 2020).

A perda de entes queridos e a vulnerabilidade social levam às sensações de medo, desespero e insegurança durante a pandemia. O isolamento social e os noticiários podem desencadear diversos transtornos emocionais como ansiedade, pânico e estresse, sendo importante debater esses problemas, de modo a propor atividades que tragam alívio à população (RIBEIRO et al., 2020).

Todas essas incertezas, principalmente de cunho financeiro trouxeram à tona o um aumento no consumo de bebidas alcoólicas e tabaco, já o tédio proveniente do confinamento aumentou o consumo de uma alimentação desequilibrada, reduziu a prática das atividades físicas, ocasionando danos consideráveis na saúde física e psíquica da população (BEZERRA et al., 2020; MALTA et al., 2020).

Apesar de existirem formas de amenizar o isolamento social, por exemplo, por meio de redes sociais e ferramentas *online*, todo ser humano necessita de companhia, contato e interação com o meio. Na educação houve um esforço enorme de adaptação às metodologias à distância durante a pandemia, trazendo até mesmo um novo olhar, visto a importância desta modalidade para continuidade do processo de ensino-aprendizagem (DE SOUSA OLIVEIRA et al., 2020).

Os impactos do isolamento social durante a pandemia afetaram diretamente o comportamento das pessoas, aumentando o estresse e o apetite (MALTA et al., 2020), uso de medicamentos, drogas lícitas e ilícitas (REINSTADLER et al., 2020). No entanto, acredita-se que algumas atividades que promovam o contato com animais podem amenizar as consequências do estresse gerado, auxiliando no sentimento de bem-estar dos indivíduos. A adoção de animais durante a pandemia aumentou

consideravelmente, o que demonstra uma busca por soluções que diminuam o sofrimento causado pelo isolamento (DIVINO, 2020).

O presente artigo teve como objetivo identificar as mudanças comportamentais durante a pandemia de COVID-19 na população de Joinville - SC, através da aplicação de um questionário *online*, de forma a trazer um perfil dos participantes da pesquisa, quais as alterações em relação aos gêneros, investigar os aspectos de controle para o estresse, aumento do consumo de drogas, alimentos, bebidas e como a relação com os animais domésticos pode trazer benefícios para superação das consequências geradas.

2 METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada em Joinville, maior cidade do estado de Santa Catarina a nível populacional, com cerca de 597.658 habitantes de acordo com estimativas de 2020 do IBGE (2010). Bastante conhecida por ser um polo industrial, durante as fases mais críticas da pandemia a cidade enfrentou filas por diversas vezes nas unidades de tratamento intensivo (UTI), tendo o maior número de mortes por COVID-19 do estado de Santa Catarina.

Trata-se de um estudo observacional e transversal, realizado no período de 15 de outubro a 15 de novembro de 2020, no qual foi aplicado um questionário *online* enviado por meio de redes sociais, empregando cadeias de referência entre os autores, em amostragem com viés de conveniência.

Inicialmente o projeto foi submetido ao comitê de ética, e após sua aprovação o questionário foi encaminhado aos participantes da pesquisa. A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário eletrônico criado através do aplicativo *Google Forms*. O mesmo, foi aplicado de forma estruturada, sendo parte de autoavaliação com perguntas fechadas, contendo dezoito questões de múltipla escolha e duas de caixas de seleção, possuindo questões que caracterizavam os indivíduos na sua dimensão social, como sexo, idade, estado civil, e avaliação do seu comportamento durante o isolamento social.

O preenchimento do questionário poderia ser realizado somente após a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE. Adotou-se como critério de inclusão, indivíduos maiores de 18 anos que manifestaram interesse pela pesquisa, que forneceram *e-mail* no campo ao qual foi solicitado e que após a leitura, assinaram virtualmente o TCLE. Como critérios de

exclusão, indivíduos que apresentaram recusa em assinar o TCLE e duplicidade de questionários por um mesmo participante.

A pesquisa não contou com o uso de imagem ou som de voz como instrumento de pesquisa, por meio da Declaração Negativa do Termo de Consentimento para Uso de Imagem e Som de Voz.

Foi possível avaliar os questionários no formato de resumo, no qual mostrava o porcentual e quantidade de respostas gerais, assegurando a integridade e privacidade dos participantes.

Para investigar o perfil dos participantes foram realizados questionamentos quanto ao gênero (feminino ou masculino), faixa etária (18 a 24, 25 a 30, acima de 30, 40, 50 ou 60 anos), escolaridade (1º, 2º, técnico, graduado ou pós-graduado), estado civil (solteiro, casado, separado ou viúvo) e número de filhos (nenhum, um, dois, três ou mais de três).

Quanto à empregabilidade foram perguntados aos voluntários se estes mantiveram seus trabalhos, perderam ou já se encontravam desempregados antes da pandemia. Sobre os estudantes, foi investigada a aceitação e adaptação frente aos sistemas *online*, tendo que assinalar uma das opções: “Muito bem, acredito ser mais prático estar em casa e assistir às aulas” ou “Muito mal, não consigo aprender nem me concentrar desta forma”.

Para compreender as alterações comportamentais durante a pandemia, foram incluídas as perguntas sobre o consumo de alimentos (manteve, aumentou, diminuiu) e bebidas (manteve, aumentou, diminuiu ou parou) e frequência de uso de drogas lícitas e ilícitas (uso diário, semanal ou mensal).

A influência dos animais de estimação, bem como sua importância frente ao isolamento social, foi investigada por meio das seguintes perguntas: 1) “Durante a pandemia você adotou ou adquiriu um animal doméstico?”; 2) “Você acredita que o contato com animais domésticos pode ajudar a amenizar as consequências emocionais do isolamento social?”; 3) “De 1 (pouco importante) a 5 (muito importante) como você considera a relação com animais domésticos para superar os impactos sociais gerados durante a pandemia?”.

Em relação aos sentimentos relatados, os voluntários foram inicialmente questionados sobre a presença de algum sentimento diferente durante a quarentena (sim ou não), e àqueles que responderam “sim”, precisaram assinalar alguns dos seguintes descritores das caixas de seleção:

Ansiedade, solidão, medo, insegurança, estresse ou a opção não apresentei nenhum destes sentimentos.

As atividades contra as consequências do isolamento social foram listadas, permitindo aos voluntários assinalarem quantas opções quisessem, dentre elas, exercícios físicos, televisão (assistir filmes, séries, entre outros), brincar com animal doméstico, meditação, culinária, leitura, ouvir música, arte e pintura, brincar com filhos, cuidar da casa, plantas ou jardinagem, massagem e outros.

A análise de dados foi realizada de forma descritiva, onde, os dados coletados através do questionário, foram organizados, tabulados e posteriormente analisados. Variáveis categóricas foram analisadas pelo teste Qui-quadrado, considerando um nível de significância de 5% ($p < 0,05$), e intervalo de confiança de 95%, a fim de identificar associações entre as variáveis.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Perfil dos participantes

A **Figura 1** demonstra a localização de Joinville e dados comparativos entre cidades mais afetadas pela COVID-19 em relação ao número de casos (colunas) e número de óbitos (linha). A cidade de Joinville, conforme dados atualizados até maio de 2021, teve o maior número de casos e mortes pelo Sars-CoV-2 em Santa Catarina. Localizada ao nordeste do estado, com inúmeras indústrias, sabe-se que as medidas de prevenção do contágio do vírus e a manutenção do isolamento social impactaram em questões econômicas no município. Além disso, grande parte da população precisou se adaptar ao *home office*, estudos *online* e o enfrentamento de questões emocionais e psicológicas.

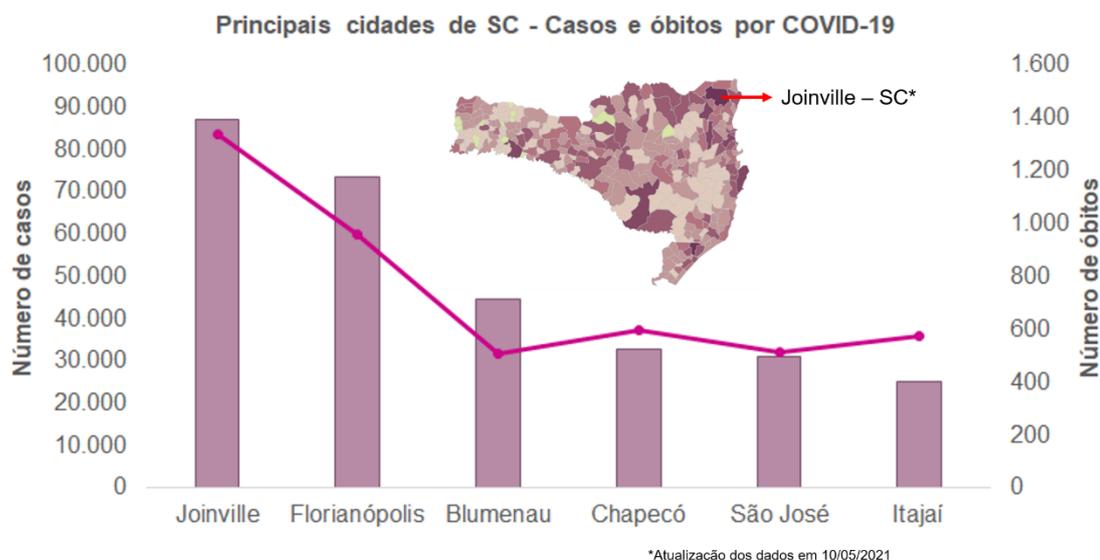


Figura 1: Localização de Joinville e dados comparativos entre cidades mais afetadas pela COVID-19 em relação ao número de casos (colunas) e número de óbitos (linha).

A presente pesquisa obteve 197 respostas, sendo que 0,5% não concordou com o TCLE e 1% relatou ter menos de 18 anos. Com base nessas informações, foram respondidas oficialmente 194 respostas, onde 29,9% ($n = 58$) eram do gênero masculino e 70,1% ($n = 136$) do feminino.

Bezerra et al. (2020), ao realizar um estudo com 16.440 indivíduos da população brasileira, também obteve uma distribuição de gênero muito semelhante, com 69% de voluntários do sexo feminino, enquanto 31% eram do masculino.

A faixa etária com maior índice de voluntários da pesquisa foram as pessoas de 18 a 24 anos (33,5%, $n = 65$) e o menor foram as pessoas com mais de 60 anos (4,1%, $n = 8$). Maiores de 30 anos corresponderam a 22,7% ($n = 44$), 18% ($n = 35$) tinham entre 25 e 30 anos, 13,9% ($n = 27$) acima de 40 anos e por fim 7,7% ($n = 15$) acima de 50 anos.

O presente estudo traz informações sobre o comportamento da população dentro do universo amostrado na cidade de Joinville, considerando um viés de conveniência. Quando analisada a pirâmide populacional da cidade, segundo o IBGE (2010), as maiores concentrações de frequências estão entre as idades de 20 a 34 anos, tanto para homens quanto para mulheres, o que está em concordância com as maiores faixas etárias observadas neste estudo.

Quanto à escolaridade dos participantes, a maior parte sinalizou ter o segundo grau completo, correspondendo a 30,9% (n = 60), seguida de pessoas pós-graduadas (n = 53) e graduadas (n = 53) que obtiveram a mesma porcentagem de 27,3% (n = 53). O percentual de indivíduos com curso técnico foi de 10,8% (n = 21) e 3,6% (n = 7) afirmam ter o primeiro grau completo. Cerca de 51% dos voluntários (n = 99) não eram estudantes na atualidade e 49% (n = 95) deles declararam ser estudantes em alguma modalidade de ensino.

Correspondente ao estado civil dos voluntários, 54,6% (n = 106) eram solteiros, 41,8% (n = 81) casados, 2,6% (n = 5) separados e 1% (n = 2) viúvo. Já na questão sobre o número de filhos, 62,9% (n = 122) alegam não terem filhos, já 13,9% (n = 27) tem um filho, 17,5% (n = 34) tem dois filhos, 4,6% (n = 9) tem três filhos e apenas 1% (n = 2) tem mais de três filhos.

Situação perante emprego e estudos

De acordo com o IBGE (2021), no final de 2018 a taxa média de desemprego no país foi 11,6%, já no final de 2019 diminuiu para 11%. No terceiro trimestre de 2020 houve um aumento para 13,6% e essa taxa vem aumentando cada vez mais. Estima-se que até fevereiro de 2021, 14,4 milhões estariam desempregados no Brasil, sendo que a região Sul teve o menor índice de desemprego (9,4%) e o Nordeste o maior (17,9%).

A maior suscetibilidade das mulheres em relação aos homens e a manutenção do emprego foi evidenciada no presente estudo, conforme apresentado na **Tabela 1**. Há forte associação de gênero em relação a manutenção do emprego durante a pandemia ($p=0,000256$), havendo predomínio de 84,48% (n = 49) entre os homens. Conforme o IBGE (2021) a diferença de gênero no desemprego é algo recorrente até mesmo antes da pandemia, e se tornou mais evidente nessa época. Enquanto no terceiro trimestre de 2018 o índice de mulheres era 13,6%, em 2020 aumentou relativamente para 16,8%, porém os homens no mesmo período passaram de 10,8% para 12,8%. Para a população estudada, também se observou a desigualdade de gênero em relação ao desemprego e a manutenção do trabalho, ficando mais evidente durante a pandemia de COVID-19.

Tabela 1: Análise de gênero em relação à manutenção do emprego durante a pandemia de COVID - 19.

Condição	Feminino	Masculino
Já estava desempregado antes da pandemia	35,29% (n = 48)	12,07% (n = 7)
Perdeu o emprego durante a pandemia	11,03% (n = 15)	3,45% (n = 2)
Manteve o emprego durante a pandemia	53,68% (n = 73)	84,48% (n = 49)
Total	100% (n = 136)	100% (n = 58)

Em média as mulheres apresentam maior duração em relação ao desemprego. Além disso, verifica-se que o número de crianças no domicílio tem o papel de elevação da duração do desemprego das mulheres, enquanto, para os homens, encontra-se um efeito contrário (CARVALHO JÚNIOR; OLIVEIRA, 2009).

Conforme o questionário aplicado, 62,89% (n = 122) dos participantes mantiveram os seus empregos durante a pandemia, porém 28,35% (n = 55) já estavam desempregados anteriormente. Cerca de 8,76% (n = 17) perderam seus empregos neste período. No Brasil, segundo o IBGE (2021), a taxa de desemprego afeta principalmente a faixa etária entre 18 a 24 anos, alcançando 31,4% no último trimestre de 2020, resultados estes diretamente afetados pela pandemia. Na região Sul estas taxas são bem menores, representando entre 10,3 a 6,6%, o que corrobora com os dados da presente pesquisa.

Esta disparidade entre estados brasileiros e as taxas de desemprego refletem as desigualdades sociais que ficaram mais aparentes por conta da pandemia de COVID-19. Conforme Estrela et al. (2020), questões raciais, de gênero e classe econômica foram mais expostas durante este período, demonstrando a situação de maior desigualdade entre regiões brasileiras, principalmente nos estados com população de menor condição econômica. No Brasil, os mais pobres autodeclararam-se pardos e negros, ressaltando ainda mais as diferenças socioeconômicas e culturais do país.

Os dados estatísticos demonstram forte associação entre a manutenção do emprego e o nível de escolaridade, com um valor de $p = 0,00179$. É interessante notar que a maioria dos voluntários que já estavam desempregados ou que perderam seus empregos durante a pandemia tinham somente o segundo grau completo. Quanto à manutenção do emprego durante a pandemia, as maiores taxas foram entre os pós-graduados (34,43%) e graduados (27,87%), ou seja 62,30% da população entrevistada teve acesso ao ensino superior. Novamente este dado vem refletir as desigualdades sociais brasileiras, em relação à escolaridade e maiores oportunidades de trabalho àqueles que acessam o nível superior na educação. Obviamente que esta é uma realidade pontual, sobre a população amostral do estudo realizado em Joinville, cuja faixa etária principal dos voluntários da pesquisa foi entre 18 a 24 anos (33,5%), com maioria do sexo feminino (70,1%). Desta forma outros estados podem apresentar variações consideráveis neste sentido.

Na **Tabela 2** são apresentados os dados referentes à escolaridade dos participantes. Na análise de associação deste dado, observa-se diferença estatística entre gênero e escolaridade ($p=0,014$) nos mais diversos níveis educacionais avaliados, o que pode refletir na maior manutenção do emprego observada no gênero masculino. Este resultado indica que as maiores qualificações ou certificações alcançadas pelos homens, seja no nível superior ou técnico, propiciam mais oportunidades de emprego e sua manutenção.

Tabela 2: Análise de gênero em relação à manutenção do emprego durante a pandemia de COVID - 19.

Condição	Feminino	Masculino
Graduado	30,15% (n = 41)	20,69% (n = 12)
Pós-graduado	25,74% (n = 35)	31,03% (n = 18)
Primeiro grau	5,15% (n = 7)	0,00% (n = 0)
Segundo grau	32,35% (n = 44)	27,59% (n = 16)
Técnico	6,62% (n = 9)	20,69% (n = 12)
Total	100% (n = 136)	100% (n = 58)

Dentre os 194 voluntários, 95 deles eram estudantes e relataram sobre como foi a adaptação das aulas *online* na pandemia. Dentre os estudantes, 51,6% (n = 49) informaram que não se habituaram com este tipo de aula. Entretanto, 48,4% (n = 46) dos estudantes acredita ser mais prático estar em casa e assistir às aulas. Este dado possibilita identificar a insatisfação do método *online*, o que pode prejudicar a formação dos futuros profissionais.

A portaria nº 343 em 17 de março de 2020, dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus (BRASIL, 2020). Porém, mesmo existindo a modalidade de educação a distância, se faz necessário o contato presencial para promover maiores trocas de aprendizado (DE OLIVEIRA; DE SOUZA, 2020).

De acordo com Arruda (2020) dentro das autorizações do MEC as escolas iniciaram seus estudos à distância por web conferências, aplicação de atividades, permitindo que os estudantes tenham aulas teóricas ao vivo, mas algumas instituições optaram por suspender as aulas no período mais crítico.

Na comparação de gênero e adaptação ao sistema *online* de ensino não foi verificada associação estatística. O número de filhos também indica não estar associado a adaptação ao sistema *online*.

Quando confrontados os voluntários solteiros e os casados, as maiores dificuldades de adaptação ao estudo *online* foram identificadas entre os solteiros, com 57,14% (n = 44) relatando que não conseguem aprender nem se concentrar. Dentre aqueles que alegaram ter boa adaptação aos métodos de ensino *online* e acreditam ser mais prático estar em casa para assistir às aulas, 73,33% (n = 11) eram casados. Para este dado verifica-se associação entre o estado civil e a adaptação ao sistema *online* (p = 0,046).

A faixa etária também mostrou associação estatística (p=0,01), demonstrando que o público acima de 30 anos teve mais facilidade de adaptação *online* em relação aos estudos, enquanto 65,45% (n = 36) daqueles que afirmam um mau aproveitamento e aprendizagem no sistema *online* tinham entre 18 a 24 anos. Este fato pode estar associado a maior responsabilidade, foco e amadurecimento do estudante após os 30 anos.

Conforme De Souza (2020) há fatores que influenciam no mau aproveitamento dos estudos *online*, dentre os quais: a autodisciplina, o número de pessoas e de crianças pequenas, o espaço doméstico, além de fatores externos e internos que podem colaborar com a falta de concentração.

Então, é necessário considerar se o estudante tem um local adequado para seus estudos, assim como sua autonomia de estudar e as ferramentas tecnológicas para esta modalidade. Tendo em vista isto, a maturidade, assim como o casamento podem estar relacionadas com a sua autodisciplina para dedicar-se aos estudos remotamente.

Análise das alterações comportamentais durante a pandemia

Em relação ao consumo de bebidas alcoólicas não foram observadas diferenças estatísticas entre homens e mulheres. Cerca de 44,3% (n = 86) dos participantes mantiveram o consumo, 10,8% (n = 21) aumentaram, 25,3% (n = 49) diminuíram e 19,6% (n = 38) pararam de ingerir. Também não foi identificada associação entre o consumo de bebidas e alimentos.

A **Tabela 3** apresenta os dados relacionados à frequência de consumo de alimentos entre homens e mulheres durante a pandemia de COVID-19. É possível perceber que cerca de 45,36% (n = 88) dos voluntários tiveram um aumento de consumo de alimentos, o que demonstra aspectos emocionais vinculados à maior busca por comida, associados ao isolamento social, estresse e preocupações devido a situação vivida. Ao analisar as diferenças entre o público feminino e masculino, em relação ao aumento no consumo de alimentos, o teste Qui-quadrado demonstra forte associação entre o gênero ($p < 0,01$), no qual 52,21% (n = 71) eram mulheres e 29,31% (n = 17) eram homens.

Tabela 3: Frequência de consumo de alimentos durante a pandemia de COVID-19.

Consumo	Feminino	Masculino	Total geral
Diminuiu	13,24% (n = 18)	12,07% (n = 7)	12,89% (n = 25)
Manteve	34,56% (n = 47)	58,62% (n = 34)	41,75% (n = 81)
Aumentou	52,21% (n = 71)	29,31% (n = 17)	45,36% (n = 88)

A ingestão alimentar está relacionada aos aspectos psíquicos, ao compreender que emoções estressantes e psicossociais podem induzir o sistema nervoso central às alterações comportamentais (CAMPOS, 2013). No decorrer do isolamento social houve alterações em hábitos alimentares, onde os alimentos ultraprocessados e de alta densidade energética conquistaram um volume maior nas compras mensais de supermercado (MALTA et al, 2020).

De acordo com Ghanemi, Yoshioka e St-Amand (2020), o confinamento social, combinado aos problemas como depressão e ansiedade, levam ao maior consumo de alimentos e bebidas. A falta de atividade física também pode resultar em maior índice de obesidade devido ao desequilíbrio do balanço energético entre as calorias consumidas e gastas no dia.

A população sofreu alterações consideráveis em sua rotina durante a pandemia de COVID-19, sendo que os mais pobres foram atingidos diretamente, a qualidade das habitações e a quantidade de indivíduos ali isolados contribuíram para o aumento do grau de estresse (BEZERRA et al., 2020). Sendo assim, políticas públicas de intervenção, auxílio financeiro e de cunho educativo devem ser priorizadas, promovendo ações durante e após a pandemia, reforçando os cuidados tanto com a saúde física como a mental.

O que se observa em outros estudos é que por conta da crise socioeconômica causada pela COVID-19, as pessoas optam pelo consumo de alimentos mais baratos, hipercalóricos e de fácil armazenamento, principalmente pela recessão e diminuição da renda familiar, deixando de lado as opções mais saudáveis e nutritivas (SHARIF; ALOUI; YAROVAYA, 2020; SHAMMI et al., 2020).

Um estudo mais aprofundado, sobre o comportamento da população brasileira em relação ao consumo de alimentos na pandemia, apontou uma diminuição na ingestão de frutas e verduras, e um aumento na procura pelos ultraprocessados, batatas fritas, chocolates e sorvetes (MALTA et al., 2020). Este comportamento e busca por alimentos calóricos pode estar relacionado com fatores estressantes vividos pelo isolamento social, sofrimento emocional e busca por sistemas de recompensa.

Ao analisar o uso de drogas nos voluntários da pesquisa, cerca de 92,3% (n = 179) afirmaram não fazer uso de substâncias ilícitas, já 7,7% (n = 15) confirmam o uso. Dentre as drogas lícitas como álcool, tabaco e medicamentos controlados, 37,1% (n = 72) declaram não fazer uso, e 62,9% (n = 122) utilizam algum tipo de droga lícita. Quanto à frequência de uso de drogas ilícitas, 5,1% (n = 10)

utilizam semanalmente e 2,6% (n = 5) mensalmente. Dos que afirmaram utilizar drogas lícitas, 7,7% (n = 15) usam diariamente, 29,4% (n = 57) semanalmente e 25,8% (n = 50) mensalmente.

Um estudo com 353 voluntários americanos demonstrou que mais da metade da população estudada aumentou o uso de medicamentos para o sono e o consumo de álcool por causa da pandemia de COVID-19. Cerca de 25% diminuíram o uso de *Cannabis*, enquanto 35% aumentaram o uso e 40% não tiveram alterações. Os pesquisadores atribuem os resultados à maior dificuldade de conseguir a droga para fins recreativos ou medicinais durante a quarentena (BOEHNKE et al., 2020).

Segundo Malta et al. (2020), num estudo sobre as mudanças comportamentais durante o isolamento social na população brasileira, 12% era fumante, e destes, cerca de 34% aumentaram seu consumo de cigarros. Ao estratificar por gênero este aumento foi maior entre as mulheres. Os autores afirmam que em torno de 17,6% dos voluntários houve aumento do consumo de álcool e a maior prevalência ocorreu entre a população de 30 a 39 anos.

Em nosso estudo não constatamos associações significativas entre o aumento do consumo de bebidas alcoólicas ou drogas (lícitas/ilícitas) em relação às faixas etárias ou aos gêneros. Estudos mais complexo seriam necessários para identificar maiores relações entre o consumo de drogas durante a pandemia, o que implicaria em ter os mesmos dados coletados anteriormente em situação normalizada.

Sentimentos relatados

O mundo adotou medidas de isolamento e distanciamento social, gerando sofrimentos com noticiários de mortes e hospitalizações, danos financeiros e emocionais. Conforme a presente pesquisa, os aspectos emocionais descritos durante esse processo pandêmico foram ansiedade, estresse, insegurança, solidão e medo, como demonstrado na **Tabela 4**.

Tabela 4: Análise dos sentimentos frequentes durante pandemia do COVID-19.

Sentimentos frequentes	Porcentagem (n)
------------------------	-----------------

Ansiedade	79,8% (n = 103)
Estresse	78,3% (n = 101)
Insegurança	59,7% (n = 77)
Solidão	38% (n = 49)
Medo	31,8% (n = 41)
Não apresentou nenhum destes sentimentos	0,8% (n = 1)

Em 2009 a Organização Mundial da Saúde (OMS), revelou que entre as perturbações mentais no cenário de cuidados primários, a ansiedade generalizada ocupa cerca de 4 a 15% da população adulta e adolescente. Já entre as pessoas idosas as perturbações mentais podem atingir cerca de 33%. Cenário esse que se agrava com a pandemia, pois idosos se destacam como grupo vulnerável, principalmente aqueles com doenças crônicas. Muitos destes são responsáveis por cuidarem de filhos, netos, cônjuges ou por trabalharem para o sustento deles, o que desencadeia uma saúde mental fragilizada ou inexistente nos indivíduos ao se distanciar de suas rotinas.

Quanto a população jovem adulta, onde encontra-se o maior número de voluntários, percebe-se uma alta porcentagem de indivíduos com estresse, pois pessoas com esta faixa etária estão envolvidas com trabalhos, estudos e suas famílias. Observa-se que ao conciliar diferentes tarefas de casa, *home office* e ensino remoto há uma tendência natural no aumento da ansiedade e estresse. Mais da metade dos entrevistados se sentiram ansiosos, estressados e inseguros. É evidente que a população precisa de intervenção psicológica durante e após a pandemia, pois a grande maioria das pessoas passou por um transtorno de adaptação, o que pode ocasionar problemas mais graves como a depressão (GUINANCIO et al., 2020).

Influência dos animais de estimação

De acordo com a presente pesquisa, 12,9% (n = 25) dos participantes adquiriram um novo animal de estimação durante a pandemia. O ser humano, acostumado a ter uma rotina de socialização, pode sofrer muito quando submetido a um isolamento social. Sintomas como ansiedade, depressão e até mesmo suicídio, podem ser desencadeados em situações de quarentena (GUINANCIO et al., 2020). Em casos como esse, a interação com o animal de estimação surge como uma alternativa para aliviar o sentimento de solidão.

A interação com o animal é capaz de estimular a sensação de prazer, diminuição do estresse e medo, através da liberação do hormônio ocitocina, e influência no aumento da imunoglobulina do tipo A, um anticorpo que ajuda a combater as doenças em nosso corpo (GONÇALVES; GOMES, 2017).

Sendo assim, 97,4% (n = 189) dos participantes da pesquisa concordaram que o contato com algum animal é capaz de amenizar as consequências emocionais do isolamento, sendo que 76,3% (n = 148) deles já possuem algum animal de estimação e o restante dos 21,1% (n = 41) dos voluntários concorda, mesmo não possuindo nenhum animal. Apenas 0,5% (n = 1) não concordou, mas possui animal de estimação, e cerca de 2,11% (n = 4) não concordaram e não possuem animais.

A pesquisa buscou também identificar como a relação dos animais com a superação dos impactos sociais gerados pela pandemia foram importantes para as pessoas, em uma escala de 1 a 5, sendo 1 pouco importante e 5 muito importante. Os resultados mostram que 63,4% (n = 123) das pessoas que responderam a esta pesquisa acreditam que os animais foram muito importantes nesta situação, atribuindo pontuação máxima de 5 pontos. Já 21,6% (n = 42) responderam 4 pontos na escala, 11,9% (n = 23) consideram 3 pontos, sendo que apenas 3,1% (n = 6) avaliam pouco importante a contribuição dos animais durante a pandemia, assinalando valor igual ou inferior a 2.

Um dos motivos desse vínculo harmonioso entre o homem e seu animal de estimação, é o fato do animal comunicar-se de uma forma diferente, incapaz de julgar e mentir, tornando a relação menos estressante (LAMPERT, 2014). O contato com animais e suas características são de extrema importância para aumentar a qualidade de vida, principalmente em tempos difíceis, como num isolamento social.

Atividades contra as consequências do isolamento social

Com a atual situação de isolamento, ocorreu maior busca por passatempos, novos hábitos, *hobbies*, sentimentos, entre outras alterações (MALTA et al., 2020). A prática dessas atividades ajuda a diminuir o estresse causado pelo isolamento, destacando a prática de exercícios físicos (FREITAS et al., 2018), massagens relaxantes (KUREBAYASHI *et al.*, 2020), contato com animais, entretenimento com mídias, redes sociais e televisão (GONÇALVES; GOMES, 2017). Estas atividades poderão contribuir amenizando impactos gerados pela pandemia do COVID-19, melhorando a qualidade de vida e saúde mental da sociedade. Além disso, é importante a execução de atividades físicas para a saúde humana, para não haver aumento do sedentarismo na população (MALTA et al., 2020).

A **Tabela 5** apresenta as proporções das atividades mais relatadas pelos voluntários durante a pandemia de COVID-19. Desse modo, observou-se como as mídias influenciaram na quarentena e as estratégias de marketing elevaram-se, a exemplo das “*lives*” em março de 2020. As transmissões ao vivo de diversos assuntos, apresentações artísticas, projeto #FiqueEmCasa que tiveram como objetivo ajudar o público no isolamento com o entretenimento, além de promover doações financeiras e alimentícias às pessoas carentes (DE SOUSA JÚNIOR et al., 2020).

É importante considerar que brincar com o animal doméstico também trouxe benefícios para ajudar nas consequências do isolamento social. Além disso, é comprovado que o animal contribui para o melhoramento psicológico, amenizando sentimentos dolorosos, equilibrando humor, além de contribuir beneficentemente em questões fisiológicas do ser humano devido a liberação de endorfina e ocitocina (SILVA et al., 2018).

Os voluntários do questionário relataram que praticaram outras atividades, como meditação, leitura, culinária, arte e música. Isso tudo pode auxiliar na diminuição do estresse e ansiedade, buscando meios de se entreter, além de colaborar para minimizar os efeitos do isolamento.

Tabela 5: Atividades frequentes relatadas pelos voluntários durante a pandemia de COVID-19.

Atividades	Porcentagem (n)
Mídias, redes sociais e televisão	79,7% (n = 157)

Brincar com o animal doméstico	62,4% (n = 123)
Ouvir músicas	58,9% (n = 117)
Exercícios físicos	54,3% (n = 107)

Para amenizar os impactos do isolamento na sociedade, o Conselho Federal de Psicologia, (2020) determinou que o psicólogo pode prestar serviços públicos em caso de calamidade, sendo assim muitos profissionais se disponibilizaram para prestar terapias *online* e gratuitas. Assim, vale ressaltar a importância de procurar meios para aliviar as consequências do isolamento social, bem como a intervenção de políticas públicas para auxiliar na recuperação da saúde da sociedade.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia do COVID-19 trouxe diversas consequências emocionais, econômicas e sociais à nossa sociedade, sendo de suma importância compreender como as pessoas administraram em suas vidas tantos impactos. Quanto ao perfil dos participantes no presente estudo realizado em Joinville, a faixa etária com maior índice de voluntários da pesquisa foi entre 18 a 24 anos (33,5%), de estado civil solteiro (54,6%), segundo grau completo (30,9%) e cerca de 51% dos voluntários não eram estudantes de graduação ou pós-graduação.

Em relação ao sistema *online* de ensino, dentre os voluntários que eram estudantes (49%), ficou evidente que àqueles que eram casados e maiores de 30 anos apresentaram melhor adaptação ao método, quando comparados aos solteiros. As mulheres foram as mais suscetíveis à perda do emprego durante a pandemia e o ensino superior, principalmente a pós-graduação, foi fortemente associada à manutenção do emprego para o sexo masculino.

Ao analisar os dados sobre a importância dos animais, observa-se como estes auxiliam no dia-a-dia e ajudam a superar momentos difíceis. A maioria dos voluntários da pesquisa concordaram que os animais domésticos são capazes de amenizar os sentimentos causados pelo isolamento e foram importantes para a superação dos impactos sociais gerados pela pandemia.

Desse modo, a realização de passatempos e descobertas de novos *hobbies* durante a quarentena, tornaram-se uma das formas de amenizar os impactos causados. A prática de atividades como exercícios físicos, entretenimento com televisão, leitura, arte, entre outras atividades envolvendo animais domésticos, contribuíram em benefícios à saúde física e psicológica.

REFERÊNCIAS

ARRUDA, E. P. Educação remota emergencial: elementos para políticas públicas na educação brasileira em tempos de COVID-19. **Rede-Revista de Educação a Distância**, v. 7, n. 1, p. 257-275, 2020.

BEZERRA, A. C. V. et al. Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 2411-2421, 2020.

BOEHNKE, K. F. et al. Medication and substance use increases among people using cannabis medically during the COVID-19 pandemic. **International Journal of Drug Policy**, p. 103053, 2020.

BRASIL. Portaria nº 343, de 17 de março de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID 19. Brasília, DF: Ministério da Educação, 2020.

CAMPOS, M. T. F. S. A influência do luto no comportamento alimentar e suas implicações nas condutas nutricionais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 9, p. 2769-2779, 2013.

CARVALHO JÚNIOR, J. R. A.; OLIVEIRA, P. F. A. Desigualdade de gênero da duração do desemprego e seus efeitos sobre os salários aceitos no Brasil. 2009.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2020. Nota Orientativa às(aos) Psicólogas(os): Trabalho Voluntário e Publicidade em Psicologia, diante do Coronavírus (COVID-19). Disponível em: <<https://site.cfp.org.br/nota-orientativa-asaos-psicologasos-trabalho-voluntario-e-publicidade-em-psicologia-diante-do-coronavirus-covid-19/>> Acesso em: 13 de abril de 2021.

DE OLIVEIRA, H. V.; DE SOUZA, F. S. Do conteúdo programático ao sistema de avaliação: reflexões educacionais em tempos de pandemia (COVID-19). **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 2, n. 5, p. 15-24, 2020.

DE SOUSA JÚNIOR, J. H. et al. “#Fiqueemcasa e cante comigo”: Estratégia de entretenimento musical durante a pandemia de COVID-19 no Brasil. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 2, n. 4, p. 72-85, 2020.

DE SOUSA OLIVEIRA, E. et al. A educação a distância (EaD) e os novos caminhos da educação após a pandemia ocasionada pela COVID-19. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 7, p. 52860-52867, 2020.

DE SOUZA, G. H. S et al. Reações Prospectivas de Estudantes Frente aos Estudos Remotos ou a Distância durante a Pandemia da COVID-19. **Revista Brasileira de Aprendizagem Aberta e a Distância**, v. 19, n. 1, 2020.

DIVINO, L. Pandemia e o crescente aumento na adoção de animais domésticos. **Revista Gestão & Tecnologia**, v. 1, n. 30, p. 33-35, 2020.

ESTRELA, F. M. et al. Pandemia da Covid 19: refletindo as vulnerabilidades a luz do gênero, raça e classe. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3431-3436, 2020.

FREITAS, V. et al. Influência do nível de atividade física e da mobilidade sobre o estresse emocional em idosos comunitários. **Revista de Psicología del Deporte**, v. 27, n. 4, p. 0075-81, 2018.

GHANEMI, A.; YOSHIOKA, M.; ST-AMAND, J. Will an obesity pandemic replace the coronavirus disease-2019 (COVID-19) pandemic? **Medical Hypotheses**, 2020.

GONÇALVES, J. O.; GOMES, F. G. C. Animais que curam: A terapia assistida por animais. **Revista Uningá Review**, v. 29, n. 1, 2017.

GUINANCIO, J. C. et al. COVID-19: Desafios do cotidiano e estratégias de enfrentamento frente ao isolamento social. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. e259985474-e259985474, 2020.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. 2021. Agência IBGE – **Desemprego no Brasil**. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/busca-avancada.html?contem=desemprego>
Acesso em: 05/04/2021.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo Demográfico de 2010**. Brasil: IBGE; 2010.

KUREBAYASHI, L. F. S. et al. Massage and Reiki to reduce stress and improve quality of life: a randomized clinical trial. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 54, 2020.

LAMPERT, M. **Benefícios da relação homem-animal**. Tese (Monografia) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. 2014.

MALTA, D. C. et al. A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, p. e2020407, 2020.

OLIVEIRA, M. L. M. C. et al. Lêvitude emocional e as estratégias da Teoria Cognitivo-Comportamental para o enfrentamento do COVID-19. **Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REVESC**, v. 5, n. 1, p. 3-11, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS, 2009. Integração da saúde mental nos cuidados de saúde primários. Disponível em: https://www.who.int/eportuguese/publications/Integracao_saude_mental_cuidados_primarios.pdf?ua=1
Acesso em: 15/jan/2021.

REINSTADLER, V. et al. Monitoring drug consumption in Innsbruck during coronavirus disease 2019 (COVID-19) lockdown by wastewater analysis. **Science of The Total Environment**, v. 757, p. 144006, 2021.

RIBEIRO, E. G. et al. Saúde mental na perspectiva do enfrentamento à COVID-19: manejo das consequências relacionadas ao isolamento social. **Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REVESEC**, v. 5, n. 1, p. 47-57, 2020.

SHAMMI, M. et al. COVID-19 pandemic, socioeconomic crisis and human stress in resource-limited settings: A case from Bangladesh. **Heliyon**, v. 6, n. 5, p. e04063, 2020.

SHARIF, A.; ALOUI, C.; YAROVAYA, L. COVID-19 pandemic, oil prices, stock market, geopolitical risk and policy uncertainty nexus in the US economy: Fresh evidence from the wavelet-based approach. **International Review of Financial Analysis**, v. 70, p. 101496, 2020.

SILVA, N. B. et al. Impacto de um programa de terapia assistida por animais nas variáveis fisiológicas e psicossociais de pacientes oncológicos pediátricos. **Plos One**, [S.L.], v. 13, n. 4, p. 1-15, 4 abr. 2018.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Relatório da Missão Conjunta OMS-China sobre Doença Coronavírus 2019 (COVID-19). 2020.** Disponível em: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/who-china-joint-mission-on-covid-19-final-report.pdf>. Acesso em 23/03/2021.