

Ezequiel Martins Ferreira
(Organizador)



CONSCIÊNCIA e ATIVIDADE:

Categories fundamentais da psicologia

 **Atena**
Editora
Ano 2021

2

Ezequiel Martins Ferreira
(Organizador)



CONSCIÊNCIA e ATIVIDADE:

Categories fundamentais da psicologia

 **Atena**
Editora
Ano 2021

2

Editora Chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Assistentes Editoriais

Natalia Oliveira

Bruno Oliveira

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto Gráfico e Diagramação

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Imagens da Capa

Shutterstock

Edição de Arte

Luiza Alves Batista

Revisão

Os Autores

2021 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2021 Os autores

Copyright da Edição © 2021 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Crisóstomo Lima do Nascimento – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Daniel Richard Sant’Ana – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Profª Drª Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas
Profª Drª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Pablo Ricardo de Lima Falcão – Universidade de Pernambuco
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Saulo Cerqueira de Aguiar Soares – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Vanessa Ribeiro Simon Cavalcanti – Universidade Católica do Salvador
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof. Dr. Arinaldo Pereira da Silva – Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Profª Drª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Gírlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Jayme Augusto Peres – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí
Profª Drª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Profª Drª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Fernando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federacl do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Welma Emidio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Profª Drª Ana Grasielle Dionísio Corrêa – Universidade Presbiteriana Mackenzie
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Cleiseano Emanuel da Silva Paniagua – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás
Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Profª Drª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Profª Dra. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande

Profª Drª Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Marco Aurélio Kistemann Junior – Universidade Federal de Juiz de Fora
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Priscila Tessmer Scaglioni – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Sidney Gonçalves de Lima – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Linguística, Letras e Artes

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Profª Drª Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Edna Alencar da Silva Rivera – Instituto Federal de São Paulo
Profª Drª Fernanda Tonelli – Instituto Federal de São Paulo,
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Conselho Técnico Científico

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Dr. Adailson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva – Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí
Profª Ma. Adriana Regina Vettorazzi Schmitt – Instituto Federal de Santa Catarina
Prof. Dr. Alex Luis dos Santos – Universidade Federal de Minas Gerais
Prof. Me. Alexsandro Teixeira Ribeiro – Centro Universitário Internacional
Profª Ma. Aline Ferreira Antunes – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Amanda Vasconcelos Guimarães – Universidade Federal de Lavras
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Profª Ma. Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa
Profª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Profª Drª Andrezza Miguel da Silva – Faculdade da Amazônia
Profª Ma. Anelisa Mota Gregoleti – Universidade Estadual de Maringá
Profª Ma. Anne Karynne da Silva Barbosa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais
Prof. Me. Armando Dias Duarte – Universidade Federal de Pernambuco
Profª Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar
Profª Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Me. Carlos Augusto Zilli – Instituto Federal de Santa Catarina
Prof. Me. Christopher Smith Bignardi Neves – Universidade Federal do Paraná
Profª Drª Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Profª Drª Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas
Prof. Me. Clécio Danilo Dias da Silva – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Profª Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília
Profª Ma. Daniela Remião de Macedo – Universidade de Lisboa

Profª Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás
Prof. Me. Edevaldo de Castro Monteiro – Embrapa Agrobiologia
Prof. Me. Edson Ribeiro de Britto de Almeida Junior – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases
Prof. Me. Eduardo Henrique Ferreira – Faculdade Pitágoras de Londrina
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Prof. Me. Ernane Rosa Martins – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí
Prof. Dr. Everaldo dos Santos Mendes – Instituto Edith Theresa Hedwing Stein
Prof. Me. Ezequiel Martins Ferreira – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora
Prof. Me. Fabiano Eloy Atilio Batista – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas
Prof. Me. Francisco Odécio Sales – Instituto Federal do Ceará
Prof. Me. Francisco Sérgio Lopes Vasconcelos Filho – Universidade Federal do Cariri
Profª Drª Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
Prof. Me. Givanildo de Oliveira Santos – Secretaria da Educação de Goiás
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro
Profª Ma. Isabelle Cerqueira Sousa – Universidade de Fortaleza
Profª Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará
Prof. Dr. José Carlos da Silva Mendes – Instituto de Psicologia Cognitiva, Desenvolvimento Humano e Social
Prof. Me. Jose Elyton Batista dos Santos – Universidade Federal de Sergipe
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco
Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA
Prof. Dr. Kárpio Márcio de Siqueira – Universidade do Estado da Bahia
Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis
Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR
Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Ma. Lilian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
Profª Ma. Lilian de Souza – Faculdade de Tecnologia de Itu
Profª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe
Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná
Profª Ma. Luana Ferreira dos Santos – Universidade Estadual de Santa Cruz
Profª Ma. Luana Vieira Toledo – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
Prof. Me. Luiz Renato da Silva Rocha – Faculdade de Música do Espírito Santo
Profª Ma. Luma Sarai de Oliveira – Universidade Estadual de Campinas
Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos

Prof. Me. Marcelo da Fonseca Ferreira da Silva – Governo do Estado do Espírito Santo
Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior
Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo
Profª Ma. Maria Elanny Damasceno Silva – Universidade Federal do Ceará
Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof. Dr. Pedro Henrique Abreu Moura – Empresa de Pesquisa Agropecuária de Minas Gerais
Prof. Me. Pedro Panhoca da Silva – Universidade Presbiteriana Mackenzie
Profª Drª Poliana Arruda Fajardo – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Rafael Cunha Ferro – Universidade Anhembi Morumbi
Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Renan Monteiro do Nascimento – Universidade de Brasília
Prof. Me. Renato Faria da Gama – Instituto Gama – Medicina Personalizada e Integrativa
Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
Prof. Me. Robson Lucas Soares da Silva – Universidade Federal da Paraíba
Prof. Me. Sebastião André Barbosa Junior – Universidade Federal Rural de Pernambuco
Profª Ma. Silene Ribeiro Miranda Barbosa – Consultoria Brasileira de Ensino, Pesquisa e Extensão
Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo
Profª Ma. Taiane Aparecida Ribeiro Nepomoceno – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana
Profª Ma. Thatianny Jasmine Castro Martins de Carvalho – Universidade Federal do Piauí
Prof. Me. Tiago Silvio Dedoné – Colégio ECEL Positivo
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Consciência e atividade: categorias fundamentais da psicologia 2

Bibliotecária: Janaina Ramos
Diagramação: Camila Alves de Cremo
Correção: Flávia Roberta Barão
Edição de Arte: Luiza Alves Batista
Revisão: Os Autores
Organizador: Ezequiel Martins Ferreira

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

C755 Consciência e atividade: categorias fundamentais da psicologia 2 / Organizador Ezequiel Martins Ferreira. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2021.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5983-242-2

<https://doi.org/10.22533/at.ed.422213006>

1. Psicologia. I. Ferreira, Ezequiel Martins (Organizador). II. Título.

CDD 150

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná – Brasil
Telefone: +55 (42) 3323-5493
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa.

APRESENTAÇÃO

A coletânea *Consciência e Atividade: Categorias Fundamentais da Psicologia*, reúne em seu segundo volume, dezessete artigos que abordam diversas temáticas no que diz respeito às questões fundamentais da Psicologia na contemporaneidade.

Elencam como categorias fundamentais do pensamento Psicológico, os conceitos de Consciência e Atividade Humana quer seja através de seus comportamentos observáveis, quer seja pela atividade cognitiva.

Fundada nas bases do pensamento cartesiano e pelo empirismo a Psicologia continua ainda hoje com grande ascensão no que diz respeito aos atos humanos.

Pesquisas notórias nos diversos avatares da psicoterapia, na avaliação neuropsicológica, nos estudos das relações interpessoais na sociedade como um todo são reunidas aqui para fazer avançar ainda mais o campo psicológico.

Desejo uma excelente leitura dos artigos que se seguem.

Ezequiel Martins Ferreira

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

O “NOVO NORMAL” E A NATURALIZAÇÃO DA MISTANÁSIA

Eduardo Henrique Nascimento Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.4222130061>

CAPÍTULO 2..... 12

QUARENTENA, SAÚDE MENTAL E A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS: UM ENSAIO DE DISCUSSÃO TEÓRICA SOBRE ALTERAÇÕES COMPORTAMENTAIS EM DECORRÊNCIA DA PANDEMIA DE COVID-19

Matheus Cabanha Paniago Almada

Anderson Fernandes da Silva

Cesar Augusto Marton

Romano Deluque Júnior

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.4222130062>

CAPÍTULO 3..... 26

O LÚDICO NO ESTEREÓTIPO DE GÊNERO COMO ESTRATÉGIA DE INCLUSÃO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Dayse Afonso de Lima do Carmo

Diego Ramon Paes Moraes

Miliane Jennefer Damasceno Dias

Ana Beatriz Celso Barata Sampaio

Ana Carolina Araújo de Almeida Lins

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.4222130063>

CAPÍTULO 4..... 36

TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO/HIPERATIVIDADE E APRENDIZAGEM

Luciene Acordi de Menezes Nascimento

Andreia Nakamura Bondezan

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.4222130064>

CAPÍTULO 5..... 48

SEXUALIDADE NA ADOLESCÊNCIA COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL

Juniane Oliveira Dantas Macedo

Liliana Louísa de Carvalho Soares

Maria Andréia da Nóbrega Marques

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.4222130065>

CAPÍTULO 6..... 58

QUANDO O INESPERADO ACONTECE: AS REPERCUSSÕES DO DIAGNÓSTICO DE DIABETES *MELLITUS* E A PERSPECTIVA DE SOFRIMENTO PSÍQUICO

Roselí Mai

Silvia Cristina Segatti Colombo

Elisiane Bisognin

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.4222130066>

CAPÍTULO 7 72

DESAFIOS DO AUTISMO NA FASE ADULTA

Maria Eduarda da Silva Simões Caprara

Luana de Souza Rodrigues

Fernanda da Silva Pita

Elaine Cristina da Fonseca Costa Pettengill

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.4222130067>

CAPÍTULO 8 77

ANÁLISE BIBLIOMÉTRICA SOBRE EYE TRACKING E AUTISMO: UMA PERSPECTIVA DE INTERVENÇÃO PRECOCE

Fabrizia Miranda de Alvarenga Dias

Carlos Henrique Medeiros de Souza

Daniele Fernandes Rodrigues

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.4222130068>

CAPÍTULO 9 89

NECESIDAD DEL PROGRAMA PSICOEDUCATIVO “PROTEC” PARA LA ATENCIÓN A LOS JÓVENES CON TRAUMATISMOS CRANEOENCEFÁLICOS (TCE), INGRESADOS EN EL HOSPITAL GENERAL DE HUAMBO, ANGOLA

António Mendes Sambalundo

Luis Felipe Herrera Jiménez

Ricardo Filipe Julião

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.4222130069>

CAPÍTULO 10 102

VIOLÊNCIA NA GESTAÇÃO E DEPRESSÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Deise Naji Gomes Kristochik

Edna Bittencourt

Emmanuèle de Oliveira Fraga

Erisfânia Sarima Alves

Gisele Niesing

Liliane Cristina Marconato

Lucas Filadelfo Meyer

Maria Emília Ribeiro dos Santos

Clarice Wichinescki Zotti

Amanda Kulik

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.42221300610>

CAPÍTULO 11 116

A VIOLÊNCIA OBSTÉTRICA COMO FORMA DE MANIPULAÇÃO DOS CORPOS

FEMININOS

Ariene de Sousa de Almeida
Sandra Suely Moreira Lurine Guimarães

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.42221300611>

CAPÍTULO 12..... 125

CASO CLÍNICO DE PACIENTE COM QUADRO DE DEPRESSÃO PROFUNDA: SURTO PSICÓTICO E TENTATIVA DE AUTOEXTERMÍNIO

Anna Caroliny Carvalho
Danielly Santos Paula
Emanuelle Junia Faria
Fernanda Cordeiro da Neiva
Janaina Aparecida Alvarenga
Karina Aparecida Silva Duarte
Karina Rufino Fernandes
Karolanda Menezes Vieira
Liliane Martins de Araújo
Maicon Rodrigues Leal
Maria Camila Alves Rodrigues
Fabiana Figueiredo Beserra

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.42221300612>

CAPÍTULO 13..... 140

IMPORTÂNCIA DO DIÁLOGO PREVENTIVO

Stéfani Machado Romero
Sílvia Cristina de Vargas
Andrine Gogia Simões Melo
Larissa Portella Franck
Marina Medeiros de Melo Lemos

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.42221300613>

CAPÍTULO 14..... 145

RODA DE CONVERSA SOBRE SUICÍDIO: CONCEPÇÕES, FATORES DE RISCO E DE PROTEÇÃO

Naildes Araújo Pereira
Tayná Freitas Maia
Rainna Fontes Gonçalves Costa
Soraya Dantas Santiago dos Anjos

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.42221300614>

CAPÍTULO 15..... 156

CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS Y EL CUADRO CLÍNICO: PRINCIPALES AFECTACIONES NEUROLÓGICAS Y NEUROPSICOLÓGICAS DE JÓVENES CON TCE INGRESADOS EN HOSPITAL GENERAL DE HUAMBO, ANGOLA

António Mendes Sambalundo
Luis Felipe Herrera Jiménez

Ricardo Filipe Julião

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.42221300615>

CAPÍTULO 16..... 163

**A PSICOLOGIA NO ENFRENTAMENTO À VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER:
LEVANTAMENTO DA PRODUÇÃO CIENTÍFICA**

Mary Lúcia Sargi do Nascimento

Zaira de Andrade Lopes

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.42221300616>

CAPÍTULO 17..... 174

**PREJUÍZOS AO DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL DO BEBÊ QUANDO A MÃE
APRESENTA DEPRESSÃO PÓS PARTO**

Carmen Inês Santos de Souza

Marilene Albuquerque Lara Franco

Elaine Cristina Pettengill

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.42221300617>

SOBRE O ORGANIZADOR..... 186

ÍNDICE REMISSIVO..... 187

CAPÍTULO 2

QUARENTENA, SAÚDE MENTAL E A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS: UM ENSAIO DE DISCUSSÃO TEÓRICA SOBRE ALTERAÇÕES COMPORTAMENTAIS EM DECORRÊNCIA DA PANDEMIA DE COVID-19

Data de aceite: 01/06/2021

Data de submissão: 06/04/2021

Matheus Cabanha Paniago Almada

Instituto de Educação e Pesquisa Alfredo
Torres – IEPAT
Campo Grande – MS, Brasil.
<http://lattes.cnpq.br/7947629952248233>

Anderson Fernandes da Silva

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul –
UFMS
Campo Grande – MS
<http://lattes.cnpq.br/5910568706126576>

Cesar Augusto Marton

Universidade Católica Dom Bosco – UCDB
Campo Grande – MS, Brasil
<http://lattes.cnpq.br/0072634436365333>

Romano Deluque Júnior

Universidade Federal de Mato Grosso Do Sul
– UFMS
Campo Grande – MS, Brasil
<http://lattes.cnpq.br/5129472062119423>

RESUMO: A quarentena pode ser entendida como uma medida de saúde pública que visa promover a contenção de uma epidemia. A quarentena coletiva ocorreu por conta do novo coronavírus (COVID-19) que teve os primeiros casos relatados em Wuhan na China em dezembro de 2019 e logo se expandiu para o mundo. A quarentena e o isolamento social, podem interferir na saúde mental o que

pode gerar sentimentos como medo, raiva, irritabilidade, ansiedade e estados depressivos. A partir do momento em que medidas de isolamento social coletivo foram determinadas, muitas pessoas foram obrigadas a mudar seus hábitos. Essas mudanças de hábitos interferiram no trabalho, estudo, trânsito de pessoas, na saúde mental e também a prática de exercícios físicos. O presente trabalho tem como objetivo identificar os pontos negativos e positivos da quarentena coletiva. O presente trabalho é um ensaio de discussão teórico. Como resultado, os principais fatores estressores encontrados foram a duração da quarentena, medo da infecção, frustração, tédio, falta de suprimentos, falta de informação, perdas financeiras e estigma. Também foram encontrados sintomas de estresse pós-traumático, ansiedade e depressão. Porém, exercícios físicos, principalmente aeróbios, podem promover adaptações neurobiológicas e fisiológicas, favorecendo benefícios psicológicos em combate a esses problemas. Conclui-se que a quarentena deve ser bem estruturada para evitar consequências tão graves quanto a própria doença e que os exercícios físicos durante a medida, podem minimizar os problemas psicológicos gerados nesse período, porém deve-se ter cautela para uma prescrição adequada do exercício. Mais estudos específicos devem ser realizados para essa temática.

PALAVRAS-CHAVE: COVID-19, Isolamento Social, Quarentena, Saúde Mental e Exercícios Físicos.

QUARANTINE, MENTAL HEALTH AND THE PRACTICE OF PHYSICAL EXERCISES: A THEORETICAL DISCUSSION ESSAY ON BEHAVIORAL CHANGES DUE TO THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT: Quarantine can be understood as a public health measure that aims to promote the containment of an epidemic. The collective quarantine was due to the new coronavirus (COVID-19), which had its first reported cases in Wuhan, China in December 2019 and soon expanded to the world. Quarantine and social isolation can interfere with mental health, which can generate feelings such as fear, anger, irritability, anxiety and depressive states. From the moment that measures of collective social isolation were determined, many people were forced to change their habits. These changes in habits interfered with work, study, traffic, mental health and also the practice of physical exercises. The present work aims to identify the negative and positive points of the collective quarantine. The present work is an essay of theoretical discussion. As a result, the main stressors found were the duration of the quarantine, fear of infection, frustration, boredom, lack of supplies, lack of information, financial losses and stigma. Symptoms of post-traumatic stress, anxiety and depression have also been found. However, physical exercises, mainly aerobic, can promote neurobiological and physiological adaptations, favoring psychological benefits in combating these problems. It is concluded that the quarantine must be well structured to avoid consequences as serious as the disease itself and that physical exercises during the measurement can minimize the psychological problems generated during this period, however, care must be taken with an appropriate exercise prescription. More specific studies must be carried out for this theme.

KEYWORDS: COVID-19, Social Isolation, Quarantine, Mental Health and Physical Exercises.

INTRODUÇÃO

A quarentena pode ser entendida como uma medida de saúde pública que visa promover a contenção de uma epidemia (SANTOS; NASCIMENTO, 2014). Esse termo foi usada pela primeira vez em 1127, em Veneza na Itália, no surto de hanseníase (NEWMAN, 2012). A palavra quarentena é derivada de *quadraginta* e do italiano *quaranta*, que significa “quarenta”, referente aos 40 dias em que os passageiros e cargas de navios deveriam permanecer em isolamento, caso houvessem suspeitos de doenças infecciosas (SANTOS, 2014).

Porém, nem todas as modalidades de patologias infecciosas necessitam de medidas de contenção por 40 dias, havendo alterações entre dias ou semanas. Com relação ao novo Coronavírus (SARS-CoV-2) a duração é entre 7 e 14 dias, tendo em vista que o período de incubação do COVID-19 (doença causada pelo SARS-CoV-2) é de, aproximadamente, 2 a 16 dias. O tempo de incubação é o período em que se leva para emergir os primeiros sintomas desde a infecção pelo vírus (BRASIL, 2020).

Além da quarentena, o ministério da saúde do Brasil incluiu medidas de distanciamento social, que visa reduzir a velocidade de transmissão do vírus. O distanciamento social possui três divisões, o Distanciamento Social Ampliado (DSA) que é aplicado em todos os

grupos da sociedade de forma que todos permaneçam em suas residências até o fim da medida. O Distanciamento Social Seletivo (DSS) que é aplicado a grupos específicos mais vulneráveis ao contágio como idosos, portadores de doenças crônicas ou condições de risco como obesidade e gestação de risco. E por fim o Bloqueio Total (*lockdown*) que é o nível mais radical de contenção, pois o perímetro é bloqueado por seguranças e ninguém tem permissão para entrar ou sair do local isolado (BRASIL, 2020).

Já em relação a transmissão do COVID-19, essa pode ocorrer principalmente pelo contato com uma pessoa infectada, através de gotículas respiratórias provenientes do espirro, tosse, saliva ou secreção nasal (CDC, 2020). Além disso, segundo órgãos oficiais de saúde do Brasil, também são vias de transmissão, objetos e superfícies como celulares, mesas, brinquedos, corrimãos, etc. (BRASIL, 2020).

É importante ressaltar que tais termos e situações epidemiológicas retratadas recentemente, apresentam correlações sócio-históricas no mundo contemporâneo. Uma vez que, com o advento da revolução técnico-científica houve, além da globalização das informações, o deslocamento de pessoas entre as diversas regiões do mundo, sejam através de migrações motivadas pelos aspectos econômicos, alterações climáticas, turísticas e religiosas, ou até mesmo, por motivações políticas e por conflitos bélicos (BENI, 2011; SIYAM; DAL POZ, 2014). A viabilização dessas movimentações entre os diferentes países, se deu através do desenvolvimento das novas tecnologias de comunicação e transportes modernos, como aviões e automóveis (BENI, 2011; SIYAM; DAL POZ, 2014; UNHCR, 2015; VENTURA, 2015).

Diante de todas essas circunstâncias, é crescente a possibilidade do surgimento e disseminação de doenças como COVID-19, que, em dezembro de 2019 teve os primeiros casos relatados em Wuhan na China (LI; GUAN; WU *et al.*, 2020; SANTOS; NASCIMENTO, 2014). Trata-se de uma doença respiratória aguda com baixa taxa de letalidade e com grande potencial de disseminação entre os indivíduos. A letalidade até então, é de aproximadamente 6,3% (HUANG *et al.*, 2020; WHO, 2020). Sua infecção causa a Síndrome Respiratória Aguda Grave (YAN *et al.*, 2020). Em seu período crítico, a doença pode causar danos maciços aos alvéolos pulmonares, insuficiência respiratória progressiva e morte (HUANG *et al.*, 2020).

Segundo dados da OMS (2020), até o dia 27 de maio de 2020, foram registrados, em todos os continentes, 5.488.825 casos confirmados e 349.095 mortes. No dia 11 de março, antes dos dados atingirem tal magnitude, o diretor-geral da Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou estado de pandemia, visto que o COVID-19 havia se disseminado por várias regiões do mundo, além disso, a organização previa que os números de casos e mortes poderiam ser maiores do que os oficializados até então (WHO, 2020).

Diante desse cenário, assim como outros países, o Brasil realizou um Plano de Contingência para Infecção Humana pelo Novo Coronavírus, visando conter a disseminação do vírus, reduzindo os casos de contágios e possíveis mortes (BRASIL, 2020; PERLMAN,

2020). Entretanto, as medidas mais enfáticas ficaram a cargo dos Estados e Municípios brasileiros, que tiveram autonomia para tomar atitudes de fechamento de ambientes de uso coletivo, tais como shoppings, academias e parques públicos, além de medidas como toque de recolher para a população, paralisação de transportes públicos e fechamentos de rodoviárias (BRASIL, 2020; USHER; BHULLAR; JACKSON, 2020).

Vale ressaltar que, no campo bioético, a quarentena imposta pelas autoridades traz consigo alguns questionamentos relacionados à liberdade humana, apesar de ser considerada uma medida que visa proteção do indivíduo e a promoção da saúde nas cidades. Outro aspecto está relacionado à sua eficácia, ao modo de aplicabilidade e a quem deveria ser administrado esse método de contenção epidemiológica (SANTOS; NASCIMENTO, 2014).

Adjunto a esses questionamentos, a quarentena coletiva e o isolamento social, podem trazer problemas associados à saúde mental (HAWRYLUCK *et al.*, 2004; DIGIOVANNI *et al.*, 2005; BROOKS *et al.*, 2020). Estar em quarentena pode emergir diversos sentimentos, como medo, raiva, irritabilidade, ansiedade, tristeza, entre outros (BROOKS *et al.*, 2020). Tais fatores, somados à atitudes midiáticas ditas “sensacionalistas”, podem potencializar a real circunstância dos fatos e gerar falsas crenças de que algo muito pior está ocorrendo (DUAN; LINDER; HUREMOVĆ, 2019).

As mídias sociais também promovem a disseminação de notícias que contribuem para um estado de ansiedade. A ansiedade pode ser definida como resposta mental e psíquica frente a uma adversidade, sendo ela caracterizada como uma preocupação excessiva que ocasiona dificuldade de concentração, tensão muscular e perturbação do sono (MENEZES *et al.*, 2016; DUAN; LINDER; HUREMOVĆ, 2019)

O surgimento de um novo vírus, sem cura ainda conhecida, pode causar pânico e medo generalizado (DUAN; LINDER; HUREMOVĆ, 2019). Além disso a utilização do termo “pandemia”, pode provocar medo irracional e incertezas quanto ao desencadear da doença, gerando sofrimento mental à população (WHO, 2020).

Outros fatores atribuídos à falta de relaxamento e inquietude, relacionados a ansiedade e depressão, são hábitos inadequados de alimentação, inatividade física e estresse (MENEZES *et al.*, 2016). Com a situação de quarentena e os transtornos emocionais emergindo, uma possível medida que visa a minimização de tais agravos é a prática de exercícios físicos, cujo os seus benefícios fisiológicos relacionados ao relaxamento e calma podem diminuir as consequências gerada pelo isolamento social e a quarentena (DESLANDES *et al.*, 2009). No ano de 2020, a pandemia de COVID-19, levou vários países e Estados e Municípios brasileiros a adotarem medidas de quarentena coletiva e isolamento social. Essa decisão mexeu com os comportamentos coletivos e individuais. A partir do momento em que medidas de distanciamento social coletivo foram determinadas, muitas pessoas se viram obrigadas a mudar seus hábitos.

O estudo se faz necessário tendo em vista as mudanças de hábitos interferem no

trabalho, estudo, trânsito de pessoas, reuniões sociais, saúde mental e também na prática de exercícios físicos. Neste cenário, o uso de tecnologias de informação e comunicação, *smartphones e tablets*, através de redes sociais e aplicativos, são imprescindíveis para estabelecer contatos interpessoais, e podem inclusive, contribuir com a prática de exercícios físicos.

Diante do exposto, esse estudo tem como objetivo identificar os pontos negativos e positivos do isolamento social e da quarentena coletiva, bem como discutir os seus efeitos na saúde mental. Pretende-se ainda, argumentar em favor da prática de exercícios físicos, como ferramenta redutora dos agravos psicológicos, tão características do atual cenário epidêmico.

MÉTODOS

O presente trabalho pretende ser um ensaio de discussão teórica, com delineamentos explicativos/analíticos. Foram consultadas como fonte de pesquisa livros, periódicos, artigos científicos, revistas *online* e sites de pesquisa dos quais Google acadêmico, Pubmed e Scielo, além de sites de órgãos oficiais como *World Health Organization* e Ministério de Saúde Do Brasil. As palavras-chaves usadas para pesquisa foram: Saúde mental, exercício físico, quarentena, bioética, tecnologias de transporte e informação, depressão, ansiedade, transtornos psicológicos, pandemia, novo coronavírus e COVID-19. Foram selecionados os estudos que contribuíam de forma coerente com a construção deste trabalho, tendo prioridade estudos randomizados e meta-análise. Levantamento bibliográfico realizado até maio/2020.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A quarentena e o isolamento social possuem definições diferentes. A quarentena é a separação ou restrição de pessoas que estiveram em regiões de risco ou em contato com suspeitos e/ou confirmadas de uma doença contagiosa, com o objetivo de verificar se há surgimentos de sintomas. O isolamento social, difere-se da quarentena, pois é aplicado em pessoas que foram diagnosticadas com alguma doença contagiosa (CDC, 2017).

Porém, o que está ocorrendo durante a pandemia de COVID-19 é diferente. Cidades inteiras estão sendo postas em quarentena, tornando-a coletiva. Na China, esse método foi imposto nas cidades de alto risco (PHE, 2020). No Brasil, essa decisão ficou a cargo dos Governadores e Prefeitos que estão colocando suas medidas em prática.

Essa prática já tem históricos anteriores, como no surto da SARS em 2003, em que a China e o Canadá colocaram várias cidades em quarentena. Em 2014, nos países da África Ocidental, as aldeias ficaram em quarentena durante o surto de Ebola (BROOKS *et al.*, 2020).

Tal ação, embora não possua eficácia científica comprovada, é amplamente aceita, tanto no meio médico, quanto em meio popular como uma medida adequada. Além disso, transmite uma ideia de proteção da coletividade. Porém, numa discussão bioética, essa medida pode ser negativa, pelo fato de o Estado intervir diretamente na liberdade e autonomia dos indivíduos, além disso, não se vê a presença e participação de comitês de ética ou quaisquer outros segmentos da sociedade em tais decisões (SANTOS; NASCIMENTO, 2014).

Frente a isso, durante o surto da gripe espanhola foram tomadas medidas, contra a população mais pobre em São Paulo, que impediam o livre trânsito dessas pessoas nas ruas, nesse caso, houveram mais mortes por inanição do que pela própria doença (SANTOS; NASCIMENTO, 2014). Ainda sobre o surto da gripe espanhola e a quarentena, fora percebido que esse método apresentou mais malefícios do que benefícios, além de não apresentar resultados expressivos de controlar ou impedir uma epidemia (JONES, 2005). É claro que as devidas proporções, entre ambos cenários, devem ser resguardadas.

Outro impacto negativo da pandemia e do distanciamento social coletivo, é a questão econômica. No ano de 2020, durante a pandemia de COVID-19, a Ibovespa, que marca o índice da bolsa de valores no Brasil, chegou a perder cerca de 36 mil pontos, caindo de 106 mil para 70 mil pontos. Nos Estados Unidos, encerrou-se um ciclo de 113 meses de crescentes gerações de empregos, e em março, o mesmo país apresentou uma queda de 701 mil postos de trabalhos (VOGLINO, 2020).

Entretanto, a medida possui aspectos positivos, e pode provocar a retardação de contágios em uma população e conseqüentemente a diminuição da gravidade gerada pela doença. No caso do Brasil, o atraso na disseminação do vírus, faz com que o sistema público de saúde tenha tempo hábil para se equipar com condicionantes mínimos de funcionamento, como leitos, respiradores, equipamentos de proteção individual (EPI), teste laboratoriais e recursos humanos, até o período de pico epidêmico (BRASIL, 2020).

Ainda assim, mesmo com os aspectos positivos, o estado de quarentena traz consigo muitas conseqüências para as pessoas, principalmente relacionadas a saúde mental. Em relação aos impactos psicológicos, BROOKS *et al.* (2020) demonstram que os principais fatores estressores foram: a duração da quarentena; o medo da infecção; frustração; tédio, falta de suprimentos; falta de informação; e perdas financeiras.

Quanto aos critérios ligados ao tempo de duração, estes nem sempre possuem delineamentos claros. Por exemplo: um estudo comparou pessoas que passaram mais de 10 dias em quarentena com pessoas que passaram menos de 10 dias (HAWRYLUCK, *et al.*, 2004), nesse caso, as pessoas que permaneceram por mais dias nesse procedimento, apresentaram maiores e mais intensos sintomas de estresse pós-traumáticos. No mesmo estudo, foi identificado que pessoas, em situação de isolamento social, apresentaram sintomas de depressão, independentemente do tempo em que permaneceram socialmente afastadas (HAWRYLUCK, *et al.*, 2004). Um outro estudo demonstrou que períodos mais

prolongados de quarentena causam impactos negativos na saúde mental, provocando comportamentos como raiva e esquivas (MARJANOVIC; GREENGLASS; COFFEY, 2007).

Considerando que uma situação de isolamento social ou de quarentena, alteram os hábitos da população, verifica-se também que as mudanças de rotinas fazem emergir sentimentos de frustração e tédio, além disso, a falta de contato físico e social provoca a sensação de isolamento perante o resto do mundo e angustia aquele que vivencia o fenômeno (CAVA *et al.*, 2005; BRAUNACK-MAYER, 2013).

Juntamente a isso, Digiovanni *et al.* (2005) argumentam que pessoas em condição de distanciamento social apresentaram reações diversas, como medo, solidão, insônia e ansiedade. Porém, o principal fator desmotivante frente ao distanciamento social é o tédio. Nessas circunstâncias, diversas estratégias pessoais podem ser utilizadas, tais como ler, assistir televisão, ouvir rádio, trocar e-mails, usar o computador com diversas finalidades e rezar (DIGIOVANNI, *et al.*, 2005).

Outra estratégia para combater os efeitos negativos na saúde mental decorrente a quarentena e o isolamento social, é a prática de exercícios físicos. Carek, Laibstain e Carek, (2011) demonstram que o exercício físico está associado à melhoria na saúde física, satisfação com a vida, funcionamento cognitivo e bem-estar psicológico, e sugerem que devem ser realizados pelo menos 30 minutos de exercícios aeróbios, com intensidade moderada, na maioria dos dias da semana.

Reafirmando os benefícios do exercício físico para a saúde mental, Bui e Fletcher (2000), e Wyshak (2001) demonstram que a atividade física regular está associada a diminuição de sintomas de depressão e ansiedade. Os benefícios, causados pelo exercício físico regular, na saúde mental, ocorrem independentemente do gênero. Em um estudo realizado com 5.451 homens e 1.277 mulheres, identificou que aumentos significativos na aptidão cardiorrespiratória e na prática de exercícios físicos, foram responsáveis pela melhora no bem estar mental dos participantes (GALPER *et al.*, 2006).

Kvan *et al.* (2016), em um estudo de meta-análise, buscaram identificar se os exercícios físicos apresentavam benefícios frente ao tratamento da depressão, diante disso, os autores concluíram que os exercícios causam aumento da neuroplasticidade e são eficazes para o combate à depressão, portanto devem ser usados como uma alternativa.

Exercícios aeróbios com intensidade moderada e vigorosa, demonstram exercer efeitos benéficos em pessoas com Transtorno Depressivo Maior (TDM) (SCHUCH, *et al.*, 2006). Em se tratando de pessoas com Desordem Depressiva Principal (MDD), exercícios com intensidade moderada apresentam bons resultados, porém nos dois grupos, pacientes que foram acompanhados por profissionais da área de educação física, apresentaram melhores resultados (SCHUCH *et al.*, 2006).

Com o estresse, ansiedade, angustia e sentimentos de raiva, a qualidade de sono também se perde, gerando quadros de insônia. Para uma boa saúde mental e corpórea, a prática de exercícios físicos, dieta equilibrada e noites bem dormidas são imprescindíveis

(ROSSI; MELLO; TUFIK, 2010). Pessoas fisicamente ativas, representam índices menores nos relatos subjetivos de baixa qualidade de sono e, conseqüentemente, menor sonolência diurna (SHERRIL; KOTCHOU; QUAN, 1998).

Um estudo realizado em São Paulo, demonstrou que pessoas fisicamente ativas apresentavam menor índice de queixas sobre insônia (27,1%) e sonolência excessiva durante o dia (28,9%), ao passo que pessoas sedentárias apresentavam maior índice para insônia (72,9%) e sonolência durante o dia (71,1%) (DE MELLO; FERNANDEZ; TUFIK, 2000). Outro estudo realizado na Finlândia com 1.190 pessoas, sendo homens e mulheres com idades entre 36 e 50 anos, verificou, através de questionários, que exercícios físicos, principalmente caminhada de intensidade leve a moderada no início da noite, provoca impactos positivos na qualidade do sono e melhor disposição durante o dia (VUORI *et al.*, 1988).

Esses benefícios encontrados na qualidade do sono, podem não estar relacionados diretamente com o a prática de exercícios, mas sim de forma indireta, haja visto que os exercícios físicos podem promover redução na ansiedade e ter efeitos antidepressivos, contribuindo assim para uma boa qualidade de sono (YOUNGSTEDT, 2005).

Tais acontecimentos estão associados com adaptações cerebrais, e nesse sentido, os exercícios são responsáveis por induzir adaptações neurobiológicas, sendo seus efeitos comparados a medicamentos antidepressivos pelo fato de reduzir os referidos sintomas, bem como aumentar a neurogênese do hipocampo, além disso, o exercício aeróbico de intensidade moderada, pode diminuir o desequilíbrio do eixo hipotálamo-hipófise-suprarrenal, atenuando a resposta ao estresse (BUCKWORTH; DISHMAN, 2002; ERNEST *et al.*, 2006).

Quatro possíveis mecanismos podem ser responsáveis por essa adaptação neurobiológica, as β -endorfinas, fator de crescimento endotelial vascular, fator neurotrófico derivado do cérebro, e serotonina (ERNEST, *et al.*, 2006). O aumento da serotonina, como um dos responsáveis pelos benefícios psicológicos, pode ocorrer através da lipólise provocada pelo exercício aeróbico de intensidade moderada, que altera a distribuição do aminoácido precursor do neurotransmissor serotonina, o triptofano (ANTUNES *et al.*, 2005).

Além disso, o fator neurotrófico também é um importante contribuinte no alívio dos sintomas depressivos em processos mediados pelo exercício físico, pois sua ação possui um importante papel na neuroplasticidade, participação na transmissão neural, modulação, proliferação celular e neurogênese. Outros indícios mostram que o fator neurotrófico é afetado pelo aumento da síntese de serotonina provocada pelo exercício aeróbico (RUSSO-NEUSTADT; CHEN, 2005; BJORNEBEKK; MATHÉ; BRENÉ, 2005)

Quanto as β -endorfinas, suas concentrações circulantes em repouso são extremamente baixas. Com o exercício físico, os níveis podem elevar-se de 3 a 10 vezes. Porém, tais elevações plasmáticas, são observadas principalmente quando os exercícios são realizados por um período prolongado em intensidades acima de 50% do VO₂max,

entretanto, quanto maior a intensidade, menor o tempo necessário para produzir a elevação de β -endorfinas. Sua ação envolve sensação de bem-estar mental, relaxamento e analgesia (GUYTON; HALL, 2006).

Outros possíveis mecanismos que melhoram o estado de humor decorrente do exercício físico, são os níveis aumentados de endocanabinóides que estão associados a ansiólise, analgesia e sensação de bem-estar (DE MOOR *et al.*, 2006). Além dos endocanabinóides, o aumento de adrenocorticotrópico e diminuição da produção de cortisol, fazem parte do mecanismo que causam efeitos positivos no humor (WITTER, 1996).

A falta de exercícios ou atividade física, está associada com maiores probabilidades de desenvolvimento de transtornos psicológicos. Identifica-se uma relação direta entre a falta de exercícios físicos e sintomas de ansiedade e depressão (STRÖHLE, 2009). Um estudo realizado por Farmer *et al.* (1988), com 1.900 pessoas saudáveis, entre 25 e 77 anos, constatou que a falta de atividade física pode ser um fator de risco para o desenvolvimento de sintomas depressivos. Nessa mesma esteira, Weyner (1992) também demonstra, através de seu estudo, que pessoas inativas fisicamente, de 15 anos ou mais, apresentam maior propensão a desenvolver depressão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Quanto maior o tempo de distanciamento social, maior serão os impactos negativos gerados por ele. No entanto, quando a quarentena coletiva se faz necessária como estratégia de saúde pública, é preciso que seja muito bem estudada e estruturada para que haja redução nas consequências geradas pela medida adotada, afim de evitar que, após a pandemia, não fiquem agravos tão ou mais severos quanto a própria doença pandêmica.

Os problemas psicológicos, gerados a partir do fenômeno, são preocupantes, mas seus impactos podem ser atenuados com a prática de exercícios físicos. Os benefícios atribuídos aos exercícios físicos ocorrem, principalmente, por treinos aeróbios, com duração mínima de 30 minutos com intensidade entre 55 a 80% do batimento cardíaco máximo.

Em relação aos exercícios praticados em casa, por meio de aplicativos de comunicação e informação, ainda não existem estudos que abordem a temática nessa especificidade. Assim, ainda não é possível apontar os pontos positivos e negativos. Entretanto, cabe ressaltar que os profissionais que atuam na área de treinamento físico devem agir com a consciência de que, para a prescrição de um treinamento a distância, é necessário conhecer muito bem seus alunos, sabendo suas restrições, níveis de condicionamento físico, consciência corporal e habilidade motora.

Mesmo com todos os cuidados na hora da prescrição, ainda existem muitas limitações, pois a prática não supervisionada é perigosa, podendo ser altamente lesiva. Além disso, sem o acompanhamento profissional durante o treino, não é possível garantir que os alunos estejam executando-o de forma correta quanto ao volume e intensidade.

Porém, tendo em vista que os exercícios trazem inúmeros benefícios psicológicos e fisiológicos aos praticantes em quarentena ou não, as atividades via *internet* devem ser simples, de baixo risco e complexidade, prescrito e conduzido por um profissional habilitado da área. Por fim, é possível afirmar que a prática das atividades pode ser uma estratégia eficiente de enfrentamento, porém, estudos específicos devem ainda ser realizados.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, H. K. M.; STELLA, S. G.; SANTOS, R. F.; BUENO, O.F.A., DE MELLO, M.T. **Depression, anxiety and quality of life scores in sênior alter an endurance exercise program.** Rev. Bras. Psiquiatria 2005; 27(4):266-71.

BENI, M. C. **Globalização do turismo: Mega tendências do setor e a realidade brasileira.** 3 ed. São Paulo: Aleph, 2011.

BJORNEBEKK, A.; MATHÉ, A. A.; BENÉ, S. **The antidepressant effect of running is associated with increased hippocampal cell proliferation.** J. Neuropsychopharmacol. 2005; 8:357-68.

BRASIL, Ministério da Saúde (A). **Plano de Contingência Nacional para Infecção Humana pelo Novo Coronavírus COVID-19. 2020.** Disponível em: <<https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2020/marco/25/Livreto-Plano-de-Contingencia-5-Corona2020-210x297-16mar.pdf>> (Acessado em 27/março/2020).

BRASIL, Ministério da saúde (B). **Boletim epidemiológico 2. Infecção humana pelo novo coronavírus 2019-nCoV.** 4/Fev/2020. Disponível em: <<https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2020/fevereiro/04/Boletim-epidemiologico-SVS-04fev20.pdf>> (Acessado em 30/março/2020).

BRASIL, Ministério da Saúde (C). **Portaria nº 356, de 11 de março de 2020.** Disponível em: <http://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-356-de-11-de-marco-de-2020-247538346> (Acessado em: 01/abril/2020).

BRASIL, Ministério da Saúde (D). **Sobre a doença, 2020.** Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#transmissao> (Acessado em 08/abril/2020).

BRASIL, Ministério da Saúde (E). **Boletim Epidemiológico 7. Especial: Doença Pelo Coronavírus 2019.** 2020. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/09/be-covid-08-final-2.pdf> (Acessado em: 09/abril/2020).

BRAUNACK-MAYER, A.; TOOHER, R.; COLLINS, J. E.; STREET, J. M.; MARSHALL, H. **Understanding the school community's response to school closures during the H1N1 2009 influenza pandemic.** BMC Public Health 2013; 13: 344.

BROOKS S. K.; WEBSTER, R. K.; SMITH, L. E.; WOODLAND, L.; WESSELY, S.; GREENBERG, N.; RUBIN, G. J. **The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence.** Lancet 2020; 395: 912–20.

BUCKEORTH, J.; DISHMAN, R. K. **Exercise psychology.** New York: Humman Kinetics, 2002.

BUI, K.; FLETCHER, A. **Common mood and anxiety states: Gender differences in the protective effect of physical activity.** *Social Psychological and Psychiatric Epidemiology* 2000; 35:8-35.

CAREK, P. J.; LAIBSTAIN, S. E.; CAREK, S. M. **Exercise for the treatment of depression and anxiety.** *Int'l. J. Psychiatry in medicine*, Vol. 41(1) 15-28, 2011.

CAVA M. A.; FAY, K. E.; BEANLANDS, H. J.; McCAY, E. A.; WIGNALL, R. **The experience of quarantine for individuals affected by SARS in Toronto.** *Public Health Nurs* 2005; 22: 398–406.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC). **Quarantine an isolation.** 2017. Disponível em: <https://www.cdc.gov/quarantine/index.html> (Acessado em 14/abril/2020).

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC). **Coronavirus. 2020.** Disponível em: <https://www.cdc.gov/coronavirus/index.html>. (Acesso em 30/MARÇO/2020)

DE MOOR, M. H. M.; BEEN, A. L.; STUBBE, J. H.; BOOMSMA, D. I.; GEUS, E. J. C. **Regular exercise, anxiety, depression and personality: A population-based study.** *Preventive Medicine* 2006;42:273-279.

DE MELLO, M. T.; FERNANDEZ, A. C.; TUFIK, S. **Epidemiological survey of the practice of physical activity in the São Paulo city.** *Brazilian journal of sports medicine.* 2000; 6(4):119-24.

DESLANDES, A.; MORAES, H.; FERREIRA, C.; VEIGA, H.; SILVEIRA, H.; MOUTA, R.; POMPEU, F. A. M. S.; COUTINHO, E. S. F.; LAKS, J. **Exercise and mental health: Many reasons to move.** *Neuropsychobiology.* 2009;59(4):627-32.

DIGIOVANNI, C.; CONLEY, J.; CHIU, D.; ZABORSK, J. **Factors influencing compliance with quarantine in Toronto during the 2003 SARS outbreak.** *Biosafety and Bioterrorism: Strategy, Practice and Science in Biodefense*, vol. 2, nº 4. Dez 2004.265-272. <http://doi.org/10.1089/bsp.2004.2.265>

DUAN, C.; LINDER H.; HUREMOVIĆ D. **Societal, Public, and [Emotional] Epidemiological Aspects of a Pandemic.** In: *Psychiatry of pandemics: A mental health response to infection outbreak.* Springer nature switzerland AG, 2019.

ERNST, C.; OLSON, A. K.; PINEL, J. P.; LAM, R. W.; CHRISTIE, B. R. **Antidepressant effects of exercise: Evidence for an adult-neurogenesis hypothesis?.** *Journal of Psychiatry and Neuroscience* 2006;31:84-92.

FARMER, M. E.; LOCKE, B. Z.; MOSCICKI, E. K.; DANNENBERG, A. L.; LARSON, D. B.; RADLOFF, L. S. **Physical activity and depressive symptoms: The NHANES I epidemiologic follow-up study.** *American Journal of Epidemiology* 1988;128:1340-1351.

GALPER, D. I.; TRIVEDI, M. H.; BARLOW, C. E.; DUNN, A. L.; KAMPERT, J. B. **Inverse association between physical inactivity and mental health in men and women.** *Medical Science Sports Exercise* 2006;38:173-178.

GUYTON, A.C.; HALL, J.E. **Tratado de fisiologia médica.** 11.ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2006.

HAWRYLUCK, L.; GOLD, W. L.; ROBINSON, S.; POGORSKI, S.; GALEA, S.; STYRA, R. **SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada.** *Emerg. Infect. Dis.* 2004; 10: 1206–12.

HUANG, C.; WANG, Y.; LI, X.; REN, L.; ZHAO, J.; HU, J.; ZHANG, L.; FAN, G.; XU, J.; GU, X.; CHENG, Z.; YU, T.; XIA, J.; WEI, Y.; WU, W.; XIE, X.; YIN, W.; LI, H.; LIU, M.; XIAO, Y.; GAO, H.; GUO, L.; XIE, G.; WANG, G.; JIANG, R.; GAO Z.; JIN, Q.; WANG, J.; CAO, B. **Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuha, China.** *Lanceta*, 2020; 395: 497 – 506. <[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30183-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30183-5)>

JONES, E. W. **Co-operation in All Human Endeavour: Quarantine and immigrant disease vectors in the 1918-1919 influenza pandemic in Winnipeg.** *Can Bull Med. Hist.* 2005;22(1):57-82.

KVAM, S.; KLEPPE, C. L.; NORDHUS, I. H.; HOVLAND, A. **Exercise as a treatment for depression: a meta-analysis.** *Journal of Affective Disorders*, 2016; 202, 67-86. doi: 10.1016 / j.jad.2016.03.063

LI, Q.; GUAN, X.; WU, P. et al. **Early Transmission Dynamics in Wuhan, China, of Novel Coronavirus-Infected Pneumonia.** *The new England Journal of Medicine.* Vol. 382. Nº.13, p. 1199-1207, 2020.

MARJANOVIC, Z.; GREENGLASS, E.R.; COFFEY, S. **The relevance of psychosocial variables and working conditions in predicting nurses' coping strategies during the SARS crisis: an online questionnaire survey.** *Int. J. Nurs. Stud.* 2007; 44: 991–98.

MENEZES, A. K. P. M.; LOSTER, B.; FAIPÓ, C.; MENEZES, D.; DE ALMEIDA, E.; MOREIRA, F. J.; DE PAIVA, J. A. V.; VIREIRA, J. L. S.; BENEVIDES, J. M. S. S.; OTERO, L. S.; DE MELO, M. L. T. C.; BOCCALANDRO, M. P. R.; RAFANI, S. **Transtorno de ansiedade e síndrome do pânico: Uma visão multidisciplinar.** Barueri – SP: Manole, 2016.

NEWMAN, K. **Shutt up: bubonic plague and quarantine in early modern England.** *J. Sol. Hist.* 2012; 45: 809–34.

PERLMAN, S. **Another decade, another coronavirus.** *N. Engl. J. Med.*, 2020. 382:760-762. DOI:10.1056/ NEJMe2001126. Disponível em: <<https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMe2001126>> (Acessado em 27/março/2020).

PUBLIC HEALTH ENGLAND (PHE). **Novel coronavirus (2019-nCoV) – what you need to know.** 2020. Disponível em: <<https://publichealthmatters.blog.gov.uk/2020/01/23/wuhan-novel-coronavirus-what-you-need-to-know/>> (Acessado em 14/abril/2020).

ROSS, M. V.; MELLO, M. T.; TUFIK, S. **Exercício físico e a sua importância para o sono.** Exercício físico na saúde e na doença. Barueri – SP: Manole, 2010.

RUSSO-NEUSTADT, A. A.; CHEN, M. J. **Brain-derived neurotrophic factor and antidepressant activity.** *Curr Pharm Des.* 2005; 11(12):1495-510.

SANTOS, I. A.; NASCIMENTO, W. F. **As medidas de quarentena humana na saúde pública: aspectos bioéticos.** *Revista Bioetikos* – Centro Universitário São Camilo – 2014;8(2): 174-185.

SANTOS, I. A. D. **Conflitos bioéticos na quarentena humana**. 2014. 85 f. Dissertação (Mestrado em Bioética)—Universidade de Brasília, Brasília, 2014. Disponível em: <<https://repositorio.unb.br/handle/10482/16000>> Acessado em: 08/abril/2020.

SCHUCH, F. B.; VANCAMOFORT, D.; RICHARDS, J.; ROSENBAUM, S.; WARD, P. B.; STUBBS, B. **Exercise as a treatment for depression: a meta-analysis adjusting the publication bias**. *Journal of Psychiatric Research*, 2016; 77, 42-51. DOI: 10.1016 / j.jpsychires.2016.02.023

SHERRILL, D. L.; KOTCHOU, K.; QUAN, S. F. **Association of physical activity an human sleep disorders**. *Arch intern med*. 1998; 158(17): 1894-8.

SIYAM, A., DAL POZ, M. **Migration of health workers: The WHO Code of Practice and the Global Economic Crisis**. Ginebra, OMS, 2014.

STRÖHLE, A. **Physical activity, exercise, depression and anxiety disorder**. *Journal of Neural Transmission* 2009;116:777-784.

UNHCR – United Nations High Commissioner for Refugees. **Global Trends – Forced Displacement in 2014**. Geneva, UNHCR, 2015.

USHER, K.; BHULLAR, N.; JACKSON, D. **Life in the pandemic: Social isolation and mental health**. *Journal of Clinical Nursing*. 2020. doi:10.1111/jocn.15290

VENTURA, D. **Mobilidade humana e saúde global**. *Revista USP*, n. 107, p. 55-64, 17 dez. 2015.

VOGLINO, E. **As 20 ações que mais caíram com na bolsa com o Coronavírus (até agora)**. *Como investir The Cap*, 2020. Disponível em: <<https://comoinvestir.thecap.com.br/acoes-que-mais-cairam-coronavirus-marco-2020/>> (Acesso em: 14/abril/2020).

VUORI, I.; URPONEN, H.; HASAN, J.; PARTINEN, M. **Epidemiology of exercise effects on sleep**. *Acta Physiol Scand Suppl*. 1988; 574:3-7.

YAN, R.; YUANYUAN, Z.; LI, Y.; XIA, L.; GUO, Y.; ZHOU, Q. **Structural basis for the recognition of SARS-CoV-2 by full-length human ACE2**. *Science* 27, March 2020:vol.367, edition 6485, p.1444-1448 DOI:10.1126/science.abb2762. Disponível em: <<https://science.sciencemag.org/content/367/6485/1444>> (Acessado:31/março/2020).

YOUNGSTEDT, S. D. **Effects of exercise on sleep**. *Clin sports med*. 2005; 24(2): 355-65, xi.

WEYER, S. **Physical inactivity and depression in the community**. *International Journal of Sports Medicine* 1992;13:492-496.

WITTEK, G. A.; LIVESSEY, J. H.; ESPINER E. A.; DONALD, R. A. **Adaptation of the hypothalamopituitary adrenal axis to chronic exercise stress in humans**. *Medical Science and Sport Exercise* 1996;28:1015-1019.

WORD HEALT ORGANIZATION (WHO). **WHO Coronavirus disease panel**. Disponível em: <<https://covid19.who.int/>> (Acessado em: 27/maio/2020).

WORD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Opening speech by the Director-General of WHO at the media briefing on COVID-19.** 11 March 2020. Disponível em: <<https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>> (Acessado em: 27/março/2020).

WYSHAK, G. **Women's college physical activity and self-reports of physician-diagnosed depression and of current symptoms of psychological distress.** Journal of Women's Health Gender Based Medicine 2001;10:363-370.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Adolescência 40, 48, 50, 51, 52, 53, 55, 56, 57, 76, 80, 142, 143, 185

Adulto 42, 72, 74, 75, 81, 96, 130, 141, 146, 161

Aprendizagem 29, 35, 36, 37, 39, 41, 42, 43, 44, 46, 47, 177

Assassinato social 1, 2, 4

Atenção primária à saúde 145, 152

Atención 89, 90, 91, 92, 94, 95, 96, 97, 99, 100, 157, 159, 160, 161

Austeridade 1, 4, 6, 10

Autismo 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 86, 87, 88, 181

Autonomia da vontade 116, 117

C

Compreensão 31, 43, 44, 57, 58, 60, 61, 62, 63, 64, 68, 69, 88, 127, 135, 166, 167, 168, 181, 185

Conscientização 2, 50, 76, 137, 140, 141, 144

Consequências 4, 12, 15, 17, 20, 50, 53, 103, 110, 111, 126, 137, 141, 174, 181, 183

Covid-19 1, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 21, 25, 146, 148, 149

Craneoencefálicos 89, 90, 91, 92, 94, 98, 100, 101, 156, 161

D

Deficiente intelectual 48

Depressão 12, 15, 16, 17, 18, 20, 37, 40, 56, 67, 68, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 112, 113, 125, 126, 127, 128, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 142, 146, 151, 153, 174, 175, 176, 183, 184

Desigualdade social 1, 7, 10, 163, 175

Diabetes mellitus 58, 59, 66, 70, 71

Diagnóstico de enfermagem 126, 128

Diálogo 47, 128, 140, 141, 142, 143, 144, 152, 171

E

Educação continuada 145, 152

Enfermagem 70, 71, 88, 114, 115, 126, 127, 128, 129, 134, 136, 137, 138, 148

Escola 5, 26, 29, 34, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 54, 70, 71, 115, 133, 140, 142, 143, 144, 166

Exames 69, 126, 128

Exercícios físicos 12, 15, 16, 18, 19, 20, 69, 152

Eye tracking 77, 78, 80, 81, 84, 85, 86

F

Fase adulta 72, 74, 75

G

Gênero 18, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 33, 34, 35, 52, 57, 111, 119, 123, 124, 133, 163, 164, 166, 167, 168, 169, 170, 172

Gestação 14, 49, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 115, 178

I

Inclusão 26, 28, 29, 32, 35, 51, 53, 55, 74, 76, 105, 128, 143, 163, 169

Intervenção precoce 77, 78, 82, 83, 84

Isolamento social 2, 12, 15, 16, 17, 18, 146

L

Lúdico 26, 28, 29, 32, 35

M

Maternagem 174, 175, 183

Mediação 36, 37, 41, 43, 45, 46, 149, 177

Mistanásia 1, 2, 3, 4, 6, 10

P

Parto humanizado 116

Programa 29, 76, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 99, 100, 128, 136, 142, 147, 148, 163, 172

Psicoeducación 89, 95

Psicologia 1, 29, 30, 34, 35, 46, 47, 56, 57, 70, 71, 87, 127, 138, 141, 153, 154, 155, 163, 164, 165, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 176, 183, 184, 185, 186

Psicopatologias 174, 175, 180, 183

Q

Quarentena 9, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24

R

Repercussões psíquicas 58, 61, 66, 69

S

Saúde mental 12, 15, 16, 17, 18, 40, 75, 127, 137, 138, 145, 147, 149, 152, 154, 170, 183

Secuelas e neuropsicológicas 156

Sexualidade 48, 49, 50, 51, 53, 54, 55, 56, 57, 167, 172

Sociodemográficas 146, 156, 158

Suicídio 56, 104, 125, 126, 127, 128, 133, 138, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 168

Surto psicótico 125, 126, 127, 128, 129

T

TDAH 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47

TEA 72, 73, 74, 75, 78, 79, 80, 81, 82, 84

Traumatismos 89, 90, 91, 92, 94, 96, 98, 100, 101, 156, 157, 161

V

Vínculo 30, 174, 175, 179, 181, 182, 183, 184

Violência contra a mulher 111, 116, 117, 119, 163, 164, 165, 166, 168, 169, 170, 171

Violência obstétrica 116, 117, 118, 119, 120, 122, 123, 124, 176

 www.atenaeditora.com.br
 contato@atenaeditora.com.br
 @atenaeditora
 www.facebook.com/atenaeditora.com.br



CONSCIÊNCIA e ATIVIDADE:

Categories fundamentais da psicologia


Ano 2021

2

🌐 www.atenaeditora.com.br

✉ contato@atenaeditora.com.br

📷 @atenaeditora

📘 www.facebook.com/atenaeditora.com.br



CONSCIÊNCIA e ATIVIDADE:

Categories fundamentais da psicologia

 **Atena**
Editora
Ano 2021

2