

## A RELAÇÃO ENTRE A RESILIÊNCIA HUMANA E A ANSIEDADE EM TEMPOS DE PANDEMIA DA COVID-19

J. C. DE SOUSA<sup>1</sup>, L. N. RABELO<sup>2</sup>, A. P. PORTO<sup>3</sup>, A. F. N. DO VALE<sup>4</sup>

Universidade Potiguar<sup>1</sup>, Instituto Internacional de Neurociências Edmond e Lily Safra<sup>2</sup>, Universidade Católica do Rio Grande do Norte<sup>3</sup>, Universidade Federal Rural do Semi-Árido<sup>4</sup>

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0388-3959>  
[juli.cs1009@gmail.com](mailto:juli.cs1009@gmail.com)

Submetido 23/08/2020 - Aceito 15/12/2020

DOI: 10.15628/holos.2021.10905

### RESUMO

A ansiedade em níveis patológicos têm crescido bastante em todo mundo, sendo assim, verificar sua correlação com a resiliência humana (que é uma característica inata da personalidade) durante a quarentena decorrente da pandemia de covid-19 foi o alvo desse estudo. Para isso, foi utilizada uma escala de Resiliência Humana e uma escala de Ansiedade (IDATE). Para fins metodológicos, essa pesquisa possui uma abordagem quantitativa descritiva do tipo Survey. Essa pesquisa foi realizada no estado do Rio Grande do Norte com indivíduos em quarentena há pelo menos 8 dias. Acerca da coleta de dados, a investigação ocorreu de modo virtual, através do

Google Docs. Essa Os dados foram analisados com o auxílio do software SPSS®, Versão 20 para Windows®. Os testes realizados consistiram na Análise Fatorial Exploratória (AFE) e na Regressão Linear Múltipla. Os resultados apontam que o nível de resiliência humana não implicou em menor nível de ansiedade nos indivíduos durante a pandemia da COVID-19, de forma que os achados se contrapõem aos existentes na literatura. Em conclusão, a pandemia da COVID -19 e os acontecimentos dela decorrentes foram capazes de despertar elevados índices de ansiedade até mesmo nos indivíduos mais resilientes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Resiliência, ansiedade, Coronavírus.

## THE RELATIONSHIP BETWEEN HUMAN RESILIENCE AND ANXIETY IN PANDEMIC TIMES OF COVID-19

### ABSTRACT

Anxiety at pathological levels has grown a lot around the world, so verifying its correlation with human resilience (which is an innate personality trait) during the quarantine due to the covid-19 pandemic was the target of this study. For this, a Human Resilience scale and an Anxiety scale (STAI) were used. For methodological purposes, this research has a descriptive quantitative approach of the Survey type. This research was carried out in the state of Rio Grande do Norte with individuals in quarantine for at least 8 days. Regarding data collection, the investigation took place in a virtual way,

through the Google Docs. This data was analyzed using SPSS® software, Version 20 for Windows®. The tests performed consisted of Exploratory Factor Analysis (EFA) and Multiple Linear Regression. The results show that the level of human resilience did not imply a lower level of anxiety in individuals during the COVID-19 pandemic, so that the findings are in opposition to those existing in the literature. In conclusion, the COVID -19 pandemic and the resulting events were able to raise high levels of anxiety in even the most resilient individuals.

**KEYWORDS:** Resilience, anxiety, Coronavírus.



## 1 INTRODUÇÃO

No final de 2019 foi noticiada uma nova doença respiratória viral, a COVID-19, cuja origem provável são mercados úmidos de Wuhan, província de Hubei, China. Embora a maioria dos infectados não apresente complicações, a taxa de mortalidade é estimada entre 2 e 3% (Li, Yang, Liu, Zhao, Zhang, Zhang & Xiang, 2020; Mielimąka Rutkowski; Cyranka; Sobański; Dembińska, & Müldner-Nieckowski, 2017). Com o intenso fluxo de pessoas e mercadorias demandado pelo modelo de sociedade atual, o vírus foi rapidamente disseminado e, em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou a doença como uma pandemia devido ao crescente e alarmante número de casos confirmados e mortes registradas por todo mundo (Kabir, Afzal, Khan & Ahmed, 2020; Yang, Li, Zhang, Zhang, Cheung & Xiang, 2020).

Assim como o vírus e o risco de morte a ele associado, também se espalhou pelo mundo um ambiente de pressão psicológica. Sabe-se que a disseminação contínua da epidemia associada a medidas rigorosas de isolamento social são capazes de influenciar a saúde mental das pessoas (Li *et al.*, 2020; Mielimąka *et al.*, 2017 & Yang *et al.*, 2020).

Segundo a OMS (2020), a prevalência mundial do transtorno de ansiedade (TA) é de 3,6%, o que corresponde a cerca de 264 milhões de pessoas. No Brasil, esse transtorno alcança 9,3% da população, o que faz do país um dos mais ansiosos do mundo. A ansiedade é um fenômeno emocional desagradável relacionado à antecipação de perigos cuja manifestação resulta em numerosos estímulos mentais e motores, comumente sendo expressa por sentimentos de medo, preocupação ou estresse (Mielimąka *et al.*, 2017).

No entanto, algumas características pessoais como motivação, autoconfiança e resiliência podem auxiliar no controle da ansiedade. A resiliência pode ser entendida como a capacidade do indivíduo de se adaptar a situações de estresse ou trauma, mantendo a saúde e a estabilidade emocional (Güleç, 2018 & Sivri, Ünal), inserida num contexto de cinco dimensões: autossuficiência, sentido da vida, equanimidade, perseverança e singularidade existencial. Trata-se ainda de uma característica da personalidade humana que modera os efeitos negativos das mais diversas circunstâncias (Ercan, 2017; Wagnild & Young, 1993;).

Diante o cenário de pandemia, isolamento social e incerteza, a resiliência surge como alternativa para o enfrentamento dessa crise no âmbito psicológico, uma vez que o nível de resiliência é uma das variáveis que influenciam a maneira como os indivíduos lidam com as adversidades que surgem, como já investigado em outros estudos (Jones-Bitton, Best, MacTavish, Fleming & Hoy, 2020; Souza, Pinto & Araújo, 2017;). Segundo a Pan American Health Organization (2020), quanto menos resilientes, mais as pessoas serão afetadas pelas adversidades, aumentando a propensão ao desenvolvimento de sintomas de ansiedade, depressão, raiva, impulsividade e baixa autoestima.

No entanto, com pesquisas realizadas na base de dados *Web of science* e *Scopus* constatou-se a ausência de estudos teóricos e empíricos que abordem a resiliência e a ansiedade no contexto temporal do surto da COVID-19, sobretudo por se tratar de cenário novo. Diante deste *gap* de



pesquisa, o objetivo geral deste artigo consiste em mensurar a correlação existente entre a resiliência humana e a ansiedade em indivíduos que estão vivenciando a quarentena decorrente da pandemia da COVID-19.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

### 2.1 Quarentena e seus impactos na saúde mental

Dada a pandemia da COVID-19 que atualmente assola o mundo, tem-se que pessoas infectadas pelo vírus podem desenvolver doenças respiratórias graves ou permanecerem assintomáticas. Os altos índices de transmissão da doença, assim como a elevada taxa de mortalidade associada a ela e falta de tratamentos medicamentosos específicos para seu tratamento fizeram com a principal medida de controle do vírus seja a quarentena, mesmo para pessoas não infectas (Huang, Wang, Li, Ren, Zhao, Hu, & Cheng, , 2020; Sivri, Ünal & Güleç, 2018).

Um estudo realizado na China fez um levantamento do impacto psicológico da COVID-19 em sua fase inicial na população geral do país e os resultados demonstraram que cerca de um terço dos participantes experimentavam ansiedade em níveis moderados a grave (Wang *et al.*, 2020). Entretanto, é necessário considerar que há características individuais, crenças e percepções individuais acerca da doença e do distanciamento imposto pela quarentena que influenciam nas repostas emocionais e no possível surgimento de sintomas como: estresse, humor deprimido, ansiedade, dentre outros (Holmes *et al.*, 2020).

Para além do medo pela possibilidade de contágio e a privação de liberdade, surtos de doenças infecciosas podem gerar impactos psicológicos como sentimentos de ansiedade, humor deprimido, frustração, raiva, tédio e incertezas (Brooks, Webster, Smith, Woodland, Wessely, Greenberg & Rubin, G. J. (2020)., 2020; Rubin & Wessely, 2020). Estudos anteriores (Barbisch, Koenig & Shih, 2015), relatam medo e ansiedade como sendo os impactos psicológicos mais frequentes em situações em que foi necessário recorrer a quarentena como forma de evitar a proliferação de doenças contagiosas.

É comum a utilização da palavra ansiedade para se referir a um estado emocional desconfortável diante de um estresse percebido ou a um transtorno mental (Besharat; Khadem, Zarei & Momtaz, 2020; Zanon, 2017). Porém, esta também se refere a características individuais que influenciam na reação frente a situações adversas e estressoras (Dias, Saraiva & Faísca, 2017). A ansiedade-traço é a tendência individual e duradoura de uma pessoa para perceber situações comuns como ameaçadoras e assim experimentar uma reação exagerada de medo e uma intensificação no estado de ansiedade (Cho; White, Yang & Soto, 2019). Já a ansiedade-estado é um estado emocional agudo e transitório, caracterizado por sentimentos subjetivos de preocupação e nervosismo, que surge diante da percepção de uma possível ameaça (Liu & Li, 2019).



Altos níveis de ansiedade são associados a crises de pânico, o quê, no atual contexto, pode provocar aumento de pessoas não infectadas pela doença em hospitais, já que a tendência a catastrofização é comum em episódios de ansiedade elevada (Rubin & Wessely, 2020). Tais reações podem acarretar também em prejuízos a longo prazo, como o desenvolvimento de transtornos como o do pânico e do estresse pós-traumático, depressão, dentre outros (Ornell, Ornell, Schuch, Sordi & Kessler, 2020).

Pesquisas têm evidenciado o impacto psicossocial de medidas como quarentena e isolamento social (Brooks *et al.*, 2020; Ornell *et al.*, 2020; Hossain, Sultana & Purohit, 2020), sendo necessário considerar aspectos individuais influenciam significativamente na percepção e nas respostas a situações que desencadeiam emoções desagradáveis. A resiliência é apontada como uma das características individuais que influenciam na redução de respostas emocionais desagradáveis, como é o caso da ansiedade-estado, frente a eventos estressantes, pessoas com essa característica tendem a enfrentar as situações com maior equilíbrio mental (Anyan, Worsley & Hjerdal, 2017; Cho *et al.*, 2019; Eberth, Sdlmeier & Schafer, 2019).

## 2.2 Resiliência

Pessoas submetidas a situações estressantes possuem comumente maior tendência a desenvolver transtornos mentais, dentre eles, destaca-se o processo ansioso que vem ganhando destaque dado o cenário atual (Wang *et al.*, 2020). Diante disso, é possível perceber que alguns indivíduos são menos afetados devido algumas características intrínsecas, como a resiliência humana (Castro; Romero, Solís & Andrade, 2019; Dutton & Greene, 2010).

Do ponto de vista linguístico, a palavra resiliência vem do latim “*residio*” cuja tradução significa retornar ao seu estado de origem ao passar por situações adversas (Rees *et al.*, 2015). No âmbito psicológico, entende-se resiliência como a capacidade de adaptação e fortalecimento do indivíduo após vivenciar um sofrimento psíquico, contribuindo positivamente na superação de adversidade, apresentando-se como um construto psicológico sobre o qual se discorrem muitos processos de perquisição (Castro *et al.*, 2019; Sivri, Ünal & Güleç, 2018; Vieira, Melo, Machado & Gabriel 2017; Wagnild & Young, 1993). Pesquisas empíricas evidenciaram que a resiliência possibilitou minoração do impacto psicológico de situações adversas (Dray; Bowman, Campbell, Freund, Wolfenden, Hodder, & Small, 2017; Liu *et al.*; 2018; Thompson *et al.*, 2018).

Essa temática também é abordada por Wagnild e Young (1993) e Perim; Dias; Corte-Real; Andrade & Fonseca, (2015), conforme esses autores a resiliência humana pode ser compreendida a partir de cinco dimensões, a saber: a autossuficiência, sentido de vida, equanimidade, perseverança e singularidade existencial.

A autossuficiência, também chamada de autoconfiança, pode ser compreendida como a crença que o sujeito tem em si próprio, nas suas potencialidades pessoais e no reconhecimento dos seus limites (Perim *et al.*, 2015; Spoel & Derkatch, 2020). Tal dimensão está associada a confiança do indivíduo nas suas próprias habilidades pessoais, a partir do qual essa convicção pode apoiar e orientar decisões, levando em consideração experiências bem-sucedidas do passado (Lee, Yu & Kim, 2020).



Sentido de vida ou significância, associa-se a ideia de que a vida possui uma razão, um sentido existencial, no qual o sujeito percebe um propósito de vida. Este influencia a adaptação social e a percepção do bem-estar dos indivíduos (Hallford, Mellor, Cummins, & McCabe, 2018; Patrão, Alves & Neiva, 2019; Perim *et al.*, 2015; Ribeiro, Monteiro & Bártolo, 2016; Sakuma & Vitalle, 2020).

A equanimidade reflete a habilidade do indivíduo encarar os acontecimentos adversos da vida com flexibilidade, aceitando-os com naturalidade, sempre em busca do equilíbrio. Pessoas com essa característica comumente mantêm o senso de humor mesmo em um contexto hostil (Maher & Cordova, 2019; Tedrus, Limongi & Zuntini, 2020).

Já a perseverança refere-se à capacidade do sujeito de não desistir, desanimar e prosseguir a vida diante de frustrações e processos infortunes (Lee & Kim, 2020; Wagnild & Young, 1993;).

### 3 METODOLOGIA

Essa pesquisa possui uma abordagem de cunho quantitativo, valendo-se de uma tipologia descritiva do tipo Survey (Mathers, Fox & Hunn, 2009). Diante disso, ressalta-se que tal pesquisa envolveu construtos integrados, à medida que envolverá a Ansiedade e a Resiliência Humana.

A pesquisa ocorreu em um estado do Nordeste do Brasil e o crivo de coleta envolveu indivíduos que estão no período de Quarentena há, pelo menos, 30 dias. Deste modo, a amostra foi enquadrada como não probabilística à medida que os respondentes foram abordados dada conveniência. Além disso, destaca-se que o projeto foi aprovado em Comitê de Ética (CAAE nº 34454620.2.0000.5294), parecer nº 4.141.415, na data de 08 de julho de 2020, sob o título de “A correlação entre resiliência humana e ansiedade no recorte temporal da pandemia da covid 19”.

A escala de Resiliência Humana validada por Pesce, Assis, Avanci, Santos, Malaquias, & Carvalhaes (2005) é composta por cinco fatores, a saber: autossuficiência; sentido de vida; equanimidade; perseverança; e singularidade existencial. Ademais, vale destacar que a escala de resiliência é do tipo Likert 5 pontos. Além disso, houve questões de cunho sociodemográfico.

Acerca da escala de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) foi validada por Biaggio (1990). Ademais, tem-se que o instrumento também faz uso da escala Likert, porém, de 4 pontos.

A partir de então, gerou-se as seguintes hipóteses, conforme ilustra a Tabela 1.

**Tabela 1: Hipóteses**

|   |
|---|
| H1: a autossuficiência minora os níveis de ansiedade          |
| H2: o sentido de vida minora os níveis de ansiedade           |
| H3: a equanimidade minora os níveis de ansiedade              |
| H4: a perseverança minora os níveis de ansiedade              |
| H5: a singularidade existencial minora os níveis de ansiedade |

Fonte: elaborada pelos autores (2020).

Para fins de coleta de dados, a investigação ocorreu de modo virtual, através do Google Docs e a distribuição foi por intermédio das redes sociais. Vale ressaltar que a coleta fez o uso do método Bola de Neve (*Snowball*). Além disso, destaca-se que o formulário eletrônico não permitiu a existência de *missing* (não respostas). Assim sendo, obteve-se o total de 351 respostas válidas.

Os dados foram analisados com o auxílio do software SPSS®, Versão 20 para Windows®. Os testes a serem realizados consistirão na Análise Fatorial Exploratória (AFE). Em seguida, foi realizada a Regressão Linear Múltipla, que segundo Hair Jr.; Black; Bardin & Anderson (2014), é um método que analisa relações entre variáveis dependentes e independentes.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

### 4.1 Caracterização dos respondentes

Os respondentes foram classificados com base em suas características sócio demográficas. A partir de então, tem-se que 73,5% são do sexo feminino. Quanto a idade, a maioria dos respondentes (47%) possuem faixa etária entre 25 e 35 anos, em segundo lugar tem-se pessoas com menos que 25 anos (24,5%). O estado civil predominante foi solteiro (55,8%), seguido daqueles que estão casados ou em união estável (40,2%).

Sobre o quantitativo de filhos, 65% não possuem filhos e 18,8% tem apenas um. Quanto ao nível de escolaridade 43,9% da amostra possui pós-graduação e 36,8% ensino superior (36,8%). No que tange à renda dos respondentes, 32,2% ganham até 1 salário-mínimo e 31,9% ganham entre 2 e 3 salários-mínimos.

Foi investigada também a frequência de uso das redes sociais, tendo 32,2% dos respondentes como uso de mais de 6h por dia, seguido de 25,4% que usam de 2 a 4h diárias. Além disso, investigou-se a frequência na prática de atividades físicas, e 45,3% abordaram que não praticam atividades físicas e 24,2% que inferem praticar atividades de 3 a 4 vezes por semana.

Os respondentes são vinculados a várias áreas, a saber: estudantes (27,4%), saúde (26,8%) e educação (13,4%). Além dessas áreas os indivíduos investigados também se associavam a áreas diversas, como: comércio, serviço público, segurança, dentre outros.

### 4.2 Níveis de Ansiedade e Resiliência Humana

No que tange aos níveis de ansiedade e resiliência humana, os dados revelaram que, quanto a ansiedade, a média das respostas obtidas foram 2,47 (variando de 1 a 5), o que significa que os níveis de ansiedade do público investigado tendem a ser moderados.

Quanto ao nível de resiliência humana, os resultados revelaram uma média de 3,71, demonstrando que o público investigado possui uma propensão a níveis moderados de resiliência.

### 4.3 Análise Fatorial

Para que seja realizada a análise fatorial deve-se ter um quantitativo mínimo de 100 respondentes (Hair Jr. *et al.*, 2014). Desta forma, a amostra obtida nessa pesquisa é satisfatória, na medida que obteve-se 351 respondentes.

A partir de então, procedeu-se a Análise Fatorial Exploratória (AFE) e utilizou-se das seguintes métricas para análise de normalidade e consistência dos dados: 1) comunalidade ( $>0,5$ ); 2) Alpha de Cronbach ( $>0,7$ ); 3) esfericidade de Bartlett ( $p>0,001$ ); e 4) KMO ( $>0,5$ ); 5) cargas fatoriais ( $>0,5$ ).

No que diz respeito ao Alfa de Cronbach do questionário como um todo, o resultado foi 0,781. Quanto a análise do Alfa de Cronbach dos dados isolados, a escala de ansiedade apresentou um valor de 0,929 e a de resiliência humana de 0,887, valores considerados satisfatórios (Hair Jr., 2014).

Ademais, quanto ao teste de Esfericidade de Bartlett, as escalas apresentaram valores inferiores a 0,05, conforme recomendam Hair Jr *et al.*, (2014), O KMO da escala de resiliência humana apresentou um valor de 0,892, já o de ansiedade apresentou um valor de 0,939, evidenciando a normalidade dos dados.

Vale mencionar que na dimensão “sentimentos inversos” os valores foram invertidos dado o seu sentido oposto a temática (Baggio, 1990). Além disso, a fim de melhorar o modelo, foi adotado como critério comunalidades inferiores a 0,50, excluiu-se as seguintes variáveis: sinto-me calmo, estou arrependido, preocupe-me com infortúnios, sinto-me descansado e sinto-me em casa.

Destaca-se que todos os valores das cargas fatoriais e comunalidades foram superiores a 0,50, conforme recomenda Hair Jr *et al.*, com exceção da variável “estou preocupado” que foi mantido no modelo dada sua importância de descrição no construto. O total de variância explicada foi de 61,1%.

Fazendo-se uma análise individual por construtos, tem-se que na dimensão tensão física e mental, a variável que apresentou a maior carga fatorial foi “sinto-me nervoso”, apresentando o valor de 0,843, seguida da variável “estou agitado” (0,837) e “sinto-me uma pilha de nervos” (0,813). Acerca disso, tem-se que a ansiedade é um fenômeno multifatorial que consiste em sentimentos de apreensão, inquietação e tensão, assim como excitação fisiológica, sensações corporais desagradáveis, pensamentos e emoções angustiantes associadas a perigos e a possíveis formas de se defender, esses sintomas que remetem a uma sensação de nervosismo e agitação subjetiva e psicomotora pelos indivíduos que vivencia estados de ansiedade (Brooks *et al.*, 2020; ; Mielimaka *et al.*, 2017; Özdin & Özdin, 2020).

Já no construto sentimentos inversos, as variáveis de destaque quanto a carga fatorial foram: “sinto-me alegre”, “sinto-me bem” e “sinto-me satisfeito” que ao considerarmos os valores inversos das questões, estas associam-se a sentimentos de infelicidade, mal-estar e insatisfação. Nesse interim, a ruminação é um sintoma comum a ansiedade o que acaba por produzir preocupações antecipatórias e afetos negativos como tristeza, mal-estar, infelicidade e

insatisfação (Besharat *et al.*, 2020; Brooks *et al.*, 2020; Zanon, 2017). A partir de então, conforme os achados da pesquisa, o poder de explicação dos fatores foi de 61% (total de variância explicada).

A princípio, faz-se importante destacar que 7 variáveis foram excluídas do modelo, dado seu baixo índice de comunalidade (Hair Jr *et al.*, 2014). Porém, observa-se que algumas variáveis com comunalidades inferiores a 0,5 foram mantidas no modelo ao julgar sua importância para representar tais dimensões.

Os dados revelam que, ao comparar-se com a subdivisão de fatores elencados por Perim *et al.*, (2015), há alterações, a saber: “Eu geralmente posso examinar uma situação por vários ângulos” passando a pertencer do fator equanimidade para autossuficiência; “Mantenho interesse nas coisas” atrelado a perseverança e não a sentido de vida; “Eu costumo alcançar meus objetivos, de uma forma ou de outra” associado a perseverança e não a autossuficiência; “Eu sou amigo de mim mesmo” e “A minha confiança em mim mesmo me ajuda a passar por momentos difíceis” passando a pertencer a sentido de vida e não a singularidade existencial; e por fim, a variável “Encontro motivo para rir” associado a sentido de vida e não equanimidade.

Destaca-se que, apesar dos dados se alocarem em diferentes construtos, os achados da pesquisa retratam que a dinâmica dos dados traz a realidade do público investigado. Assim, observa-se que, ser amigo de si mesmo e ter confiança em si próprio para enfrentar momentos desafiadores, podem ser responsáveis por aspectos que ilustram e induzem o significado da vida para os indivíduos, à medida que eles conseguem enxergar em si, fontes de amparo e proteção. Além disso, achar motivos para sorrir é outro fator determinante do sentido de vida, conforme denomina uma razão existencial, algo que induz a felicidade e incita a vida (Hallford, 2018).

Ser amigo de si mesmo e ter confiança em si próprio para enfrentar momentos desafiadores remetem a autoeficácia, ou seja, as crenças positivas acerca de si próprias para lidar com situações adversas da vida, transformando-as em uma realização ou adaptando-se a elas quando não forem passíveis de mudanças e para alcançarem seus objetivos (Patrão, Alves & Neiva, 2019; Pesce *et al.*, 2005). Conforme Ribeiro, Monteiro e Bártolo (2016) afirmam, autoeficácia está associada a um maior sentido de vida ao promover motivação direcionada aos objetivos de vida, bem-estar psicológico e auxiliar na adaptação psicossocial das pessoas.

Outrossim, no que tange as demais dimensões, afirma-se que as variáveis continuam tendo sentidos alinhados, apesar de ter-se alterados suas dimensões, conforme preconizado por Perim *et al.* (2015).

A variável mais forte quanto a dimensão sentido de vida, é “Minha vida tem sentido” (0,758), o que não demonstra surpresa no achado, tendo em vista que essa variável é a questão-síntese da dimensão. No que diz respeito a dimensão perseverança, a variável de destaque é “Quando faço planos, eu os sigo até o final” (0,746) e “Eu costumo alcançar meus objetivos, de uma forma ou de outra” (0,704), o que revela que tais questões caracterizam fortemente o fenômeno perseverar.

A dimensão equanimidade possui como variável de destaque “Eu não me ocupo com coisas sobre as quais eu não posso fazer nada” (0,790), evocando o sentimento de equilíbrio mental,

tendo em vista que não se deve absorver demandas de terceiros. Pessoas com essa característica tendem a ter menor nível de reatividade emocional diante de situações que lhe gerem emoções desagradáveis (Eberth, Sedlmeier & Schäfer, 2019).

No que se associa a dimensão singularidade existencial, tem-se a dimensão “Se for preciso, eu posso contar só comigo mesmo” (0,858), considerada como a variável caracterizadora desse construto, assim, sentir-se singular reflete no sentimento de unicidade e pertencimento subjetivo.

Por fim, tem-se a dimensão autossuficiência, apresentando como variável de destaque a questão: “Eu geralmente posso examinar uma situação por vários ângulos” (0,744), demonstrando dentre outros aspectos a questão da independência de terceiros para passar por situações, até mesmo aquelas de cunho desafiador.

#### 4.4 Regressão Linear Múltipla

Utilizou-se a técnica da Regressão Linear Múltipla para analisar a influência da resiliência humana na ansiedade. Destaca-se que, a princípio, realizou-se a análise de Correlação de Pearson a fim de averiguar a multicolinearidade entre as variáveis e os achados revelaram correlações inferiores a 0,7, ou seja, indicando a não precisa de multicolinearidade (Hair Jr. *et al*, 2014).

A Tabela 2 evidencia a síntese dos resultados encontrados no teste de Regressão Linear Múltipla.

**TABELA 2: Resumo dos modelos de regressão**

| Dimensões                                      | R     | R <sup>2</sup> | R <sup>2</sup> ajustado | Erro padrão da estimativa |
|--|-------|----------------|-------------------------|---------------------------|
| Sentido de Vida (SV) <sup>a</sup>              | 0,380 | 0,145          | 0,132                   | 0,588                     |
| a. Preditores: SV (SV1, SV2, SV3, SV4 e SV5)   |       |                |                         |                           |
| b. Variável dependente: MedAns                 |       |                |                         |                           |
| Perseverança (P) <sup>a</sup>                  | 0,373 | 0,139          | 0,121                   | 0,592                     |
| a. Preditores: P (P1, P2 e P3, P4, P5, P6, P7) |       |                |                         |                           |
| b. Variável dependente: MedAns                 |       |                |                         |                           |
| Equanimidade (EQ) <sup>a</sup>                 | 0,368 | 0,135          | 0,130                   | 0,589                     |
| a. Preditores: EQ (EQ1, EQ2)                   |       |                |                         |                           |
| b. Variável dependente: MedAns                 |       |                |                         |                           |
| Singularidade Existencial (SE) <sup>a</sup>    | 0,214 | 0,046          | 0,040                   | 0,618                     |
| a. Preditores: SE (SE, SE2)                    |       |                |                         |                           |
| b. Variável dependente: MedAns                 |       |                |                         |                           |
| Autossuficiência (AUT) <sup>a</sup>            | 0,120 | 0,014          | 0,009                   | 0,628                     |
| a. Preditores: AUT (AUT1, AUT2)                |       |                |                         |                           |
| b. Variável dependente: MedAns                 |       |                |                         |                           |

Fonte: Elaborado pelos autores (2020).



Os resultados evidenciam que ao realizar uma correlação entre as dimensões da Resiliência Humana (Sentido de vida, Perseverança, Equanimidade, Singularidade Existencial e Autossuficiência) sobre a média de Ansiedade, os valores de  $R^2$  revelam uma intensidade baixa de influência entre os construtos, o que significa dizer que não há associação, dependência entre o nível de resiliência humana e os níveis de ansiedade desenvolvidos durante a pandemia do COVID-19. Esse achado contrapõe estudos que destacam que a resiliência está associada a menores chances de desenvolver problemas de saúde mental, dada que a presença desse construto em situações estressantes possibilita, comumente, melhores prognósticos nos sujeitos (Dutton & Greene, 2010; Rees *et al.*, 2015; Castro *et al.*, 2018).

Como já exposto, o aumento dos níveis de ansiedade tem se destacado nesse período da pandemia do COVID-19, sendo um problema emergente e cada dia mais crescente. Porém, esse estudo vem demonstrar que a pandemia do COVID-19 influenciou fortemente na vida dos sujeitos, afetando até aqueles que apresentam características associadas a resiliência humana.

Além disso, deve-se considerar que essa conjuntura pandêmica afetou diversas áreas, envolvendo questões financeiras, sociais, afetivas, podendo gerar efeitos profundos no que tange a saúde física e mental dos indivíduos (Kabir *et al.*, 2020; Holmes *et al.*, 2020).

Outrossim, deve-se valer ainda das incertezas a serem provocadas pelo vírus, pois, além dos aspectos psicológicos, sabe-se também que o vírus que causa a COVID-19 pode infectar o cérebro ou desencadear respostas imunes que provoquem efeitos adversos adicionais na função cerebral de pacientes que contraíram essa doença (Holmes *et al.*, 2020).

Acerca dos resultados das hipóteses da pesquisa, tem-se que todas as hipóteses foram refutadas, há medidas que não foram encontradas correlações entre o construto da resiliência humana e da ansiedade. Assim sendo, esse estudo provoca uma reflexão: até onde o atual cenário pandêmico afeta a saúde mental dos sujeitos? A partir de então, em inferência, acredita-se que o cenário pandêmico singular, desconhecido, tenha provocado a existência de novos processos psíquicos de cunho negativo, podendo gerar combinação/resistências insólitas. Tal feito, tem desconsiderado características correspondentes a resiliência humana, antes capazes de mitigar demandas ansiosas. Esses pressupostos são concluídos a partir dos achados fortuitos revelados por esta pesquisa.

Dentro de tal conjectura de imprevisibilidades, deve-se valer de opções capazes de reduzir os impactos sobre a ansiedade, podendo-se considerar uma alimentação saudável associado à execução de exercícios diários, assim como evitar excesso de informações e buscar aprender novas habilidades, dentre outros aspectos (Araujo; Marquezim; Barbosa; Fonseca; Fegadolli & Castelo, 2016; Vieira *et al.*, 2017).

## 5 CONCLUSÃO

Com vistas a atender ao objetivo proposto neste estudo, ao analisar os constructos de resiliência humana e ansiedade, foi possível verificar que não há correlação significativa ou dependência entre ambos. Em outras palavras, o nível de resiliência humana não implicou em



menor nível de ansiedade nos indivíduos. Entretanto, é imprescindível atentar-se ao fato de que esta pesquisa foi realizada no contexto da pandemia de COVID-19, acontecimento sem precedentes para a atual geração, podendo ser esta uma variável determinante nos resultados, uma vez que outros estudos apontam que a resiliência está associada a menores índices de doenças e transtornos mentais, incluindo a ansiedade. Portanto, conclui-se que a pandemia da COVID-19 e os acontecimentos dela decorrentes foram capazes de despertar processos cerebrais desconhecidos.

Acerca da relevância da pesquisa, os achados desta contribuem para o avanço da discussão sobre as temáticas, dada a importância do tema e pertinência do estudo proposto. Além disto, corrobora na busca por estratégias no âmbito da saúde para o enfrentamento de questões relacionados a transtornos mentais frente às adversidades inseridas no contexto de pandemia, incentivando a inserção de políticas públicas que envolvam terapias gratuitas e *online*, disponibilização de cursos de capacitação em áreas diversas, sem custos, para efeitos de distração dos sujeitos enquanto perdura o período de quarentena.

Como limitação, tem-se o recorte transversal da pesquisa, dado que os indivíduos investigados são residentes no estado do Rio Grande do Norte (RN), o que impossibilita a generalização dos dados a nível nacional.

Ademais, sugere-se que sejam realizados novas pesquisas com profissionais da saúde que estão na linha de frente no combate à doença, e também com idosos, os quais compõe um dos grupos de risco da COVID-19. Ademais, recomenda-se ainda que sejam realizados estudos após o surto da COVID-19 para que se possa confrontar os resultados dessa pesquisa.

## 6 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acar Sivri, G., Ezgi Ünal, F., & Güleç, H. (2019). Resilience and personality in psychiatric inpatients. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, 29(4), 650-655. <http://doi.org/10.1080/24750573.2018.1540199>
- Anyan, F., Worsley, L., & Hjemdal, O. (2017). Anxiety symptoms mediate the relationship between exposure to stressful negative life events and depressive symptoms: A conditional process modelling of the protective effects of resilience. *Asian journal of psychiatry*, 29, 41-48. <http://doi:10.1016/j.aip.2017.04.019>
- Araujo, D. S., Marquezin, M. C. S., Barbosa, T. S., Fonseca, F. L. A., Fegadolli, C., & Castelo, P. M. (2017). Assessment of quality of life, anxiety, socio-economic factors and caries experience in Brazilian children with overweight and obesity. *International journal of dental hygiene*, 15(4), e156-e162. <http://10.1111/idh.12248>
- Barbisch, D., Koenig, K. L., & Shih, F. Y. (2015). Is there a case for quarantine? Perspectives from SARS to Ebola. *Disaster medicine and public health preparedness*, 9(5), 547-553. <http://10.1017/dmp.2015.38>



- Besharat, M. A., Khadem, H., Zarei, V., & Momtaz, A. (2020). Mediating Role of Perceived Stress in the Relationship between Facing Existential Issues and Symptoms of Depression and Anxiety. *Iranian Journal of Psychiatry*, 15(1), 80-87. <https://doi.org/10.18502/ijps.v15i1.2442>
- Biaggio AMB. (1990). A decade of research on state-trait in Brazil. In: SPIELBERGER, C.; Diaz-Guerreiro EDS. *Cross-cultural anxiety*. New York: Hemisphere. 157-167. <https://doi.org/10.4324/9781315825724>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence, *The Lancet*. 395, 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Castro, I. A., Romero, N. A. R., Solís, M. G. O., & Andrade, H. R. B. (2019). Resiliencia y competencias socioemocionales como factor preventivo de ansiedad en mujeres mexicanas. *Ansiedad y Estrés*, 25(2), 59-65. <https://doi.org/10.1016/j.anes.2019.10.003>
- Cho, S., White, K. H., Yang, Y., & Soto, J. A. (2019). The role of trait anxiety in the selection of emotion regulation strategies and subsequent effectiveness. *Personality and Individual Differences*, 147, 326-331. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.035>
- Dray, J., Bowman, J., Campbell, E., Freund, M., Wolfenden, L., Hodder, R. K., ... & Small, T. (2017). Systematic review of universal resilience-focused interventions targeting child and adolescent mental health in the school setting. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 56(10), 813-824. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.07.780>
- Dutton, M. A., & Greene, R. (2010). Resilience and crime victimization. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 23(2), 215-222. <https://doi.org/10.1002/jts.20510>
- Eberth, J., Sedlmeier, P., & Schäfer, T. (2019). PROMISE: A Model of Insight and Equanimity as the Key Effects of Mindfulness Meditation. *Frontiers in psychology*, 10, 2389. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02389>
- Ercan, H. (2017). The Relationship between Resilience and the Big Five Personality Traits in Emerging Adulthood. *Eurasian Journal of Educational Research*, 70, 83-103. <https://doi.org/10.14689/ejer.2017.70.5>
- Gaygısız, Ü., Gaygısız, E., Özkan, T., & Lajunen, T. (2012). Individual differences in behavioral reactions to H1N1 during a later stage of the epidemic. *Journal of infection and public health*, 5(1), 9-21. <https://doi.org/10.1016/j.jiph.2011.09.008>
- Hair, Jr JF., Black, WC., & Bardin BJ, Anderson RE. (2014). *Multivariate Data Analysis*. 7th edition. Hellaby Hall: Pearson.
- Hallford, D. J., Mellor, D., Cummins, R. A., & McCabe, M. P. (2018). Meaning in life in earlier and later older-adulthood: confirmatory factor analysis and correlates of the meaning in life questionnaire. *Journal of Applied Gerontology*, 37(10), 1270-1294. <https://doi.org/10.1177/0733464816658750>



- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., ... & Ford, T. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6):547-560. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1)
- Hossain, M. M., Sultana, A., & Purohit, N. (2020). Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: A systematic umbrella review of the global evidence. Available at SSRN 3561265. <https://doi.org/10.4178/epih.e2020038>
- Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Hu, Y., ... & Cheng, Z. (2020). Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *The Lancet*, 395(10223), 497-506. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30183-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30183-5)
- Jones-Bitton, A., Best, C., MacTavish, J., Fleming, S., & Hoy, S. (2020). Stress, anxiety, depression, and resilience in Canadian farmers. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 55(2), 229-236. <https://doi.org/10.1007/s00127-019-01738-2>
- Kabir, M., Afzal, M. S., Khan, A., & Ahmed, H. (2020). COVID-19 economic cost; impact on forcibly displaced people. *Travel Medicine and Infectious Disease*, 101661. <https://doi.org/10.1016/j.tmaid.2020.101661>
- Lee, D., Yu, E. S., & Kim, N. H. (2020). Resilience as a mediator in the relationship between posttraumatic stress and posttraumatic growth among adult accident or crime victims: the moderated mediating effect of childhood trauma. *European journal of psychotraumatology*, 11(1), 1704563. <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1704563>
- Li, W., Yang, Y., Liu, Z. H., Zhao, Y. J., Zhang, Q., Zhang, L., ... & Xiang, Y. T. (2020). Progression of mental health services during the COVID-19 outbreak in China. *International journal of biological sciences*, 16(10), 1732. <https://doi.org/10.7150/ijbs.45120>
- Liu, X. X., Liu, W. H., Ping, M., Li, C. Y., Liu, X. Y., & Song, P. (2018). Correlation between resilience and social support and anxiety in obstetric nurses. *Frontiers of Nursing*, 5(4), 311-315. <https://doi.org/10.1515/fon-2018-0040>
- Liu, J., & Li, H. (2019). Interactive effects of trait and state anxieties on time perception. *Acta psychologica*, 195, 64-70. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2019.03.004>
- Maher, E. L., & Cordova, J. V. (2019). Evaluating equanimity: Mindfulness, intimate safety, and relationship satisfaction among meditators. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 8(2), 77. <https://doi.org/10.1037/cfp0000119>
- Mathers N., Fox N., & Hunn A. (2009). *Survey and questionnaires*. The NIHR RDS for East Midland. Nottingham.
- Mielimaka, M., Rutkowski, K., Cyranka, K., Sobański, J. A., Dembińska, E., & Müldner-Nieckowski, Ł. (2017). Trait and state anxiety in patients treated with intensive short-term group psychotherapy for neurotic and personality disorders. *Psychiatr. Pol*, 51(6), 1165-1179. <https://doi.org/10.12740/PP/OnlineFirst/60537>



- Organização Mundial de Saúde - OMS. (2017). *Depression and other common mental disorders: global health estimates*. Geneva: WHO. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/254610/1/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>. Acesso em 15 de abr. 2020.
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). "Pandemic fear" and COVID-19: mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 232-235. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>
- Özdin, S., & Bayrak Özdin, Ş. (2020). Levels and predictors of anxiety, depression and health anxiety during COVID-19 pandemic in Turkish society: The importance of gender. *International Journal of Social Psychiatry*, 1-8. <https://doi.org/10.1177/0020764020927051>
- Pan American Health Organization. (2018) *The burden of mental disorders in the region of the Americas*. Washington (DC). Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/49578>. Acesso em 12 de abr. 2020.
- Patrão, A. L., Alves, V. P., & Neiva, T. S. (2019). The influence of self-perceived health status, social support and depression on self-efficacy among Brazilian elderly people. *Interdisciplinaria*, 36(1), 23-32. <https://doi.org/10.16888/interd.2019.36.1.2>
- Pesce, R. P., Assis, S. G., Avanci, J. Q., Santos, N. C., Malaquias, J. V., & Carvalhaes, R. (2005). Cross-cultural adaptation, reliability and validity of the resilience scale. *Cadernos de saude publica*, 21(2), 436-448. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2005000200010>
- Perim PC., Dias CS., Corte-Real NJ., Andrade AL., & Fonseca AM. (2015). Análise fatorial confirmatória da versão Brasileira da Escala de Resiliência (ER-Brasil). *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 8(2):373-384.
- Rees, C. S., Breen, L. J., Cusack, L., & Hegney, D. (2015). Understanding individual resilience in the workplace: the international collaboration of workforce resilience model. *Frontiers in psychology*, 6, 73. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00073>
- Ribeiro J., Monteiro S., & Bártolo A. (2016). Psychosocial adjustment after spinal cord injury- association between self-efficacy and purpose in life. *Psicologia, Saúde & Doença*, 17(3), 441-453. <https://doi.org/10.15309/16psd170311>
- Rubin, G. J., & Wessely, S. (2020). The psychological effects of quarantining a city. *Bmj*, 368. <https://doi.org/10.1136/bmj.m313>
- Sakuma, T. H., & de Souza Vitalle, M. S. (2020). Programa de resiliência: práticas educativas para a prevenção de bullying e promoção da saúde mental na adolescência. *Revista Educação-UNG-Ser*, 15(1), 53-64. <http://dx.doi.org/10.33947/1980-6469-v15n1-4007>
- Sales, C. M. D., Saraiva, A., & Faísca, L. (2017). Treino da resistência psicológica na recruta Militar em Portugal: O papel da coesão militar, da estima de si e da ansiedade na resiliência. *Avances en psicología latinoamericana*, 35(2), 317-337.



- Sisto, A., Vicinanza, F., Campanozzi, L. L., Ricci, G., Tartaglini, D., & Tambone, V. (2019). Towards a transversal definition of psychological resilience: A literature review. *Medicina*, 55(11), 745. <https://doi.org/10.3390/medicina55110745>
- Souza, J.C., Pinto, F.R., & Araújo AP. (2017). *Síndrome de Bournout e Resiliência Humana na atividade docente superior*. Existe correlação significativa entre esses dois construtos? Novas Edições Acadêmicas.
- Spoel, P., & Derkatch, C. (2020). Resilience and self-reliance in Canadian food charter discourse. *Poroi*, 15(1), 8. <https://doi.org/10.13008/2151-2957.1298>
- Tedrus, G. M. A. S., Junior, J. M. L., & Zuntini, J. V. R. (2020). Resilience, quality of life, and clinical aspects of patients with epilepsy. *Epilepsy & Behavior*, 103, 106398. <https://doi.org/10.1016/j.yebeh.2019.06.041>
- Thompson, K. A., Bulls, H. W., Sibille, K. T., Bartley, E. J., Glover, T. L., Terry, E. L., ... & Hughes, L. B. (2018). Optimism and psychological resilience are beneficially associated with measures of clinical and experimental pain in adults with or at risk for knee osteoarthritis. *The Clinical journal of pain*, 34(12), 1164. <https://doi.org/10.1097/AJP.0000000000000642>
- Vieira, Á., Melo, C., Machado, J., & Gabriel, J. (2018). Virtual reality exercise on a home-based phase III cardiac rehabilitation program, effect on executive function, quality of life and depression, anxiety and stress: a randomized controlled trial. *Disability and Rehabilitation: Assistive Technology*, 13(2), 112-123. <https://doi.org/10.1080/17483107.2017.1297858>
- Wagnild, G M., & Young, H M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience scale. *Journal of nursing measurement*, 1, 165-178.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- Yang, Y., Li, W., Zhang, Q., Zhang, L., Cheung, T., & Xiang, Y. T. (2020). Mental health services for older adults in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), e 19. p. 19, 2020. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30079-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30079-1)
- Zanon, C. (2017). Felicidade e indicadores de psicopatologia em brasileiros. *Avaliação Psicológica: Interamerican Journal of Psychological Assessment*, 16(4), 452-457. <http://dx.doi.org/10.15689/ap.2017.1604.12857>.

#### COMO CITAR ESTE ARTIGO:

Sousa, J. C. de, Rabelo, L. N., Porto, A. P., Vale, A. F. N. do (2021). A relação entre a resiliência humana e a ansiedade em tempos de pandemia da covid-19. *Holos – III Dossiê COVID-19 e o mundo em tempos de pandemia*. 37(3), 1-16.



## SOBRE OS AUTORES

**J. C. DE SOUSA**

Doutora em Administração. Departamento de Ciências Sociais Aplicadas/Administração. E-mail: [juli.cs1009@gmail.com](mailto:juli.cs1009@gmail.com)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0388-3959>

**L. N. RABELO**

Mestranda em Administração. Departamento de Ciências Humanas/Psicologia. E-mail: [lih\\_nascimento14@hotmail.com](mailto:lih_nascimento14@hotmail.com)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9291-7569>

**A. P. PORTO**

Especialista em Terapia Cognitivo Comportamental. Departamento de Ciências Humanas/Psicologia. E-mail: [andressapaiva@hotmail.com](mailto:andressapaiva@hotmail.com)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4907-9533>

**A. F. N. DO VALE**

Mestranda em Administração. Departamento de Ciências Sociais Aplicadas/Administração. E-mail: [alinefrancilurdes@hotmail.com](mailto:alinefrancilurdes@hotmail.com)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9891-5775>

**Editor(a) Responsável:** Francinaide de Lima Silva Nascimento

**Pareceristas *Ad Hoc*:** ICARO RODRIGUES E AHIRAM CASTRO

