



Ansiedade Relacionada à Covid-19

Ansiedade Normal



**PREOCUPAÇÕES SOB CONTROLE E
CONSEGUE RELAXAR**

**SENSAÇÃO DE TENSÃO FÍSICA E
EMOCIONAL LEVE E POR PERÍODOS
CURTOS**

**BUSCA ADEQUADA DE INFORMAÇÕES
SOBRE A PANDEMIA**

**EMITE AÇÕES NECESSÁRIAS DE
SEGURANÇA E PREVENÇÃO**

**MANTÉM VIDA SOCIAL E
PRODUTIVIDADE NO TRABALHO**

Ansiedade Patológica

**PREOCUPAÇÕES INCONTROLÁVEIS,
CONTÍNUAS E QUE INTERFEREM
NO SONO**

**TENSÃO FÍSICA E EMOCIONAL
INSUPORTÁVEL E CONSTANTE**

**COMPULSÃO POR NOTÍCIAS SOBRE A
PANDEMIA, PRINCIPALMENTE AS
PESSIMISTAS E "FAKES"**

**DESINFECÇÃO CONTÍNUA DO CORPO
E OBJETOS E AUTO-ISOLAMENTO
EXCESSIVO**

**EVITAÇÃO DIFUSA DE PESSOAS E
AUSÊNCIA DE FOCO NO TRABALHO**



Grupos de Risco

- ◆ **PROFISSIONAIS DE SAÚDE**
- ◆ **HOSPITALIZADOS POR COVID-19**
- ◆ **LONGO ISOLAMENTO**
- ◆ **POLICIAIS, BOMBEIROS**
- ◆ **PERDAS DE PESSOAS PRÓXIMAS**



Cuide de seu bem-estar

**VIVEMOS UM MOMENTO DE GRANDE
ANSIEDADE, ESTRESSE E DEPRESSÃO. ESTAMOS
AQUI PARA APOIÁ-LOS! ENTRE EM CONTATO A
QUALQUER MOMENTO.**

