**O AUMENTO DA ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS FRENTE AO ISOLAMENTO SOCIAL**

**Maria Andhiara Kaele Feitosa Silva 1, Leonardo Nogueira Tavares 2, Débora Bruna Machado Ferreira 3, Adriana Corrêa de Abreu 4, Cleisla Caroline Maria Reis 5, José Adailton dos Anjos Sousa 6, Marina Rosa Barbosa 7, Cibelle Correia Cavalcante Lacerda 8, Nelma Sandra Alves Penha 9, André Sousa Rocha10**

1Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU ([andhiarapsi@gmail.com](mailto:andhiarapsi@gmail.com)) 2Universidade de Pernambuco – UPE ([drleonardonogueiratavares@hotmail.com](mailto:drleonardonogueiratavares@hotmail.com))

3Faculdade Maurício de Nassau - UNINASSAU ([deborabruna98@gmail.com](mailto:deborabruna98@gmail.com))

4Faculdade Santa Terezinha - Cest ([adrianaabreu.144@gmail.com](mailto:adrianaabreu.144@gmail.com))

5Universidade de Uberaba- UNIUBE ([cleislacarolinemreis@gmail.com](mailto:cleislacarolinemreis@gmail.com))

6Universidade Federal do Piauí- UFPI ([adailton.anjos2017@gmail.com](mailto:adailton.anjos2017@gmail.com))

7Faculdade de Odontologia do Recife - FOR ([marinab.odonto@gmail.com](mailto:marinab.odonto@gmail.com))

8Universidade Federal de Pernambuco - UFPE ([Cavalcantecibelle@gmail.com](mailto:Cavalcantecibelle@gmail.com))

9Faculdade Facuminas ([nelmasandra18@gmail.com](mailto:nelmasandra18@gmail.com))

10Faculdade Maurício de Nassau - UNINASSAU ([andresousarocha9@gmail.com](mailto:andresousarocha9@gmail.com))

**Área Temática:** Saúde Pública

**E-mail do autor para correspondência:** [andhiarapsi@gmail.com](mailto:andhiarapsi@gmail.com)

**RESUMO**

**Introdução:** O isolamento social ocorre de forma voluntária sendo imposta por situações diversas ou pela orientação do Estado. Nesse sentido, durante o isolamento o aumento da ansiedade em universitários tornou-se uma preocupação bastante em evidência devido não estar frequentando espaços antes da pandemia da Covid-19, como faculdade, bibliotecas, grupos de estudos presenciais dentre outros locais. Logo, além de prejudicar sua saúde mental, esse fato resultou em problemáticas ainda maiores como o desenvolvimento de crises de ansiedade e depressão. **Objetivos**: Explicar sobre o aumento da ansiedade em universitários frente ao isolamento social. **Metodologia**: O método adotado no presente estudo consistiu na revisão integrativa sendo analisado de forma concisa o objeto de estudo. Dessa forma, obteve-se a catalogação de fontes disponíveis nas plataformas digitais como: Scielo, Portal da Capes e Lilacs em artigos e demais pesquisas publicadas no período de 2019 a 22 em língua portuguesa. Sendo excluídas pesquisas fora do recorte temporal supracitado, bem como aquelas que não contemplavam os descritores: Ansiedade; Universitários; Saúde Mental; Isolamento Social com auxílio do operador booleano and. **Resultados e Discussão**: O aumento da ansiedade foi um fator bastante presente durante o isolamento social, gerando prejuízos à saúde mental de universitários. Logo, medidas interventivas foram adotadas por instituições de ensino superior privadas e públicas, como a escuta psicológica, entendendo o quanto essa problemática pode interferir em diversos campos da vida do ser humano, principalmente em jovens universitários.. **Considerações finais**: A ansiedade em universitários frente ao isolamento social demonstra o quanto é necessário trabalhar com ações interventivas, com o intuito de prepará-lo para lidar com os desafios que podem surgir durante a formação, principalmente em momentos delicados das quais correspondeu a pandemia da Covid-19 que gerou incertezas na vida de diversas pessoas, resultando no declínio da saúde mental.

**Palavras-chave:** Ansiedade; Universitários; Saúde Mental; Isolamento Social.

**INTRODUÇÃO**

A ansiedade está diretamente ligada com o nervosismo, preocupações e o medo intenso gerado por fatores como o pensamento negativo, luto, a dor da perda, isolamento dentre outros fatores. Nesse sentido, durante a pandemia da COVID-19, observou-se que os universitários apresentaram sintomas de ansiedade devido ao isolamento social decretado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), e tiveram que abdicar de sua rotina na universidade, bem como na interacções sociais (MALTA *et al*., 2020).

Desse modo, as incertezas geradas durante o isolamento fizeram com que a saúde mental ficasse em declínio, podendo resultar em depressão, como foi o caso de alguns estudantes das quais residem em cidades diferentes de seus familiares por conta dos estudos, e o isolamento social agravou ainda mais o sentimento de tristeza (MAIA; DIAS. 2020).

Diante disso, o referido estudo busca responder a seguinte problemática: De que forma as pesquisas científicas abordam sobre o aumento da ansiedade em universitários frente ao isolamento social?

O referido trabalho busca contribuir no meio científico e acadêmico instigando a problematizar acerca do aumento da ansiedade em universitários frente ao isolamento social, servindo como referência para os próximos pesquisadores a qual requer mais discussões no âmbito de pesquisas. A presente pesquisa surgiu da análise do contexto do isolamento social, compreendendo que grande parte dos estudantes universitários apresentaram ansiedade, o que acarreta em prejuízos à saúde mental deles. Dessa forma, a curiosidade adveio de tal inquietação.

**OBJETIVO(S)**

Explicar sobre o aumento da ansiedade em universitários frente ao isolamento social.

**METODOLOGIA**

O método adotado no presente estudo consistiu na revisão integrativa sendo analisado de forma concisa o objeto de estudo. Veloso (2019) destaca esse método como extremamente importante, das quais viabiliza a contemplação de autores científicos baseado na experiência vivenciada pelos autores que problematizam e dialogam com o tema abordado pelo pesquisador.

Dessa forma, obteve-se a catalogação de fontes bibliográficas disponíveis nas plataformas digitais como: Scielo, Portal da Capes, biblioteca virtual e Lilacs, além de artigos e demais pesquisas publicadas no período de 2019 a 2022 em língua portuguesa, sendo encontradas 11 pesquisas acerca do assunto sobre aumento da ansiedade. Nesse aspecto, foram excluídas 05 pesquisas que estavam fora do recorte temporal supracitado, bem como aquelas que não contemplavam os descritores: Ansiedade; Universitários; Saúde Mental; Isolamento Social, que foram combinadas com o operador booleano and na estratégia de busca. Portanto, restou 06 artigos considerados elegíveis para o referido trabalho.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A ansiedade é compreendida como um estado de angústia e incertezas das quais estão diretamente caracterizadas pelo sentimento de insegurança referente a situações como: entrevistas de estágios/emprego; isolamento; apresentação; palestras dentre outros (WANG *et al*., 2019). Diante disso, a ansiedade foi um fator presenciado em grande prevalência na pandemia da COVID-19 em que o isolamento social decretado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) alterasse a rotina de toda a sociedade mundial com o intuito de evitar a proliferação do vírus (MALTA *et al*. 2020).

No entanto, o isolamento social gerou potenciais prejuízos à saúde mental de grande parte da sociedade, e, principalmente de jovens universitários, das quais obtinham uma rotina bastante produtiva por conta da universidade; grupos de trabalhos; bibliotecas; saída com os amigos etc. Em contrapartida, com essa mudança de hábitos, a maior parte população acadêmica foi acometida por problemas de saúde mental como a ansiedade e depressão devido às incertezas vivenciadas pela pandemia (SILVA; ROSA, 2021).

Nesse sentido, para os universitários que residem em cidade diferente dos familiares devido a faculdade, esse fato se agravou. Logo, com esse fato, o sentimento de tristeza, dor, estresse gerou preocupações a saúde pública na busca de desenvolver intervenções voltadas para o cuidado desse público (WANG *et al*., 2019). Pensando nisso, algumas instituições de ensino superior adotaram a escuta psicológica *on-line*, com o intuito de minimizar essas dores de tristeza, angústia e a própria ansiedade, a fim de ouvi-los e desenvolver intervenções de cuidado humanizado proporcionando bem-estar mental a esses universitários (MALTA *et al*. 2020).

Até mesmo os demais órgãos de saúde disponibilizam canais de atendimento psicológico para atender não somente aos universitários, mas demais pessoas com quadro de ansiedade gerados pelo isolamento social (MAIA; DIAS. 2020). De modo geral, o aumento da ansiedade foi um fator bastante presente durante o isolamento social, gerando prejuízos à saúde mental de universitários. Logo, medidas interventivas foram adotadas por instituições de ensino superior privadas e públicas, como a escuta psicológica, entendendo o quanto essa problemática pode interferir em diversos campos da vida do ser humano, principalmente em jovens universitários.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A ansiedade em universitários frente ao isolamento social demonstra o quanto é necessário trabalhar com ações interventivas, com o intuito de prepará-lo para lidar com os desafios que podem surgir durante a formação, principalmente em momentos delicados das quais correspondeu a pandemia da COVID-19 que gerou incertezas na vida de diversas pessoas, resultando no declínio da saúde mental. Frente a esse fato, as instituições foram convidadas a desenvolver estratégias de escuta psicológica *on-line* com o viés de promover melhorias significativas ao público universitário, promovendo cuidado humanizado na instituição.

Nesse aspecto, observa-se a importância da atuação de profissionais de psicologia em instituições de ensino superior com o intuito de promover a escuta humanizada, promovendo a diminuição da ansiedade recorrente do isolamento social e demais problemáticas presenciadas por estudantes universitários.

Por fim, com base na relevância do presente trabalho, a pesquisa visa instigar pesquisadores da área da saúde a analisar de forma crítica-reflexiva sobre o aumento da ansiedade, a fim de promover o enriquecimento de referências no campo científico.

**REFERÊNCIAS**

BARBOSA, A. M. Et al. Impacto da COVID-19 na vida das pessoas com Transtorno do Espectro Autista. **Revista da Seção Judiciária do Rio de Janeiro**, v. 24, n. 48, p. 91-105, 2020.

CUNHA, C.E.X. et al. Isolamento social e ansiedade durante a pandemia da COVID-19: uma análise psicossocial. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v.4, n.2, p. 9022-9032 mar./apr. 2021.

MAIA, B. R.; Dias, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia**, v.37, n.20, p.37-47, 2020.

MALTA, D.C.et al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Estudos de Psicologia**, v.12, n.04, p.12-19, 2020.

SILVA, S. M. Da; Rosa, A. R. O impacto da Covid-19 na saúde mental dos estudantes e o papel das instituições de ensino como fator de promoção e proteção. **Revista Prâksis**, v. 2, N.12, p.189–206, 2021.

VELOSO, M. Metodologia cientifica e seus desafios. **Rev. Educação** **online**, v.12, n.23, 2019.

WANG, C. et al. Respostas psicológicas imediatas e fatores associados durante o estágio inicial da epidemia de doença do coronavírus de 2019 (COVID-19) entre a população em geral na China. **Int. J. Environ. Res. Public Health**. Disponível em: <<https://www.mdpi.com/1660-4601/17/5/1729>>. Acesso em: 31 de agosto de 2022.