**PANDEMIA COVID-19: A INFLUÊNCIA NA SAÚDE PSICOLÓGICA DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS**

**Lísia Maria Monteiro Ferreira 1, Bruna Milena da Silva 2**

1Centro Universitário Santo Agostinho/ Unifsa, (lisiamonteiro2015@outlook.com) 2 Centro Universitário Uninassau/ Uninassau, (bruninhamily24@gmail.com)

**Área Temática:** COVID-19.

**E-mail do autor para correspondência:** lisiamonteiro2015@outlook.com.

**RESUMO**

**RESUMO:** A pandemia COVID-19 foi instituída em 11 de março de 2020 e trouxe grandes mudanças na vida da humanidade. Diante disso, com o isolamento social, houve o fechamento de serviços não essenciais, as aulas também foram suspensas, e uma mudança drástica, pois os alunos tiveram que se adaptar ao ensino remoto e a população universitária esteve em constante mudança, e isso pode ter um efeito diretamente na saúde psicológica. Com a circulação do novo vírus houve a preocupação inicial aos danos físicos e os danos psíquicos estão sendo tratados como dano secundário pelos gestores. Assim, acreditam que a saúde mental pode ser cuidada posteriormente, porém os estudos indicam ao contrário, pois ao passar por uma pandemia pode desencadear danos a curto, médio e longo prazo e serem mais persistentes e danosos do que o próprio vírus. Nesse sentido, por meio de uma abordagem transdisciplinar, que busca utilizar diferentes lentes para o entendimento de um mesmo fenômeno, esta pesquisa tem como objetivo compreender como a pandemia COVID-19 afeta a saúde psicológica de estudantes universitários. O estudo é uma revisão bibliográfica, para Moreira (2004), a pesquisa bibliográfica é uma coleta e armazenamento de dados que são levantados por meio de publicações já existentes sobre o assunto e fornece contextualização sobre o problema e discute as possíveis soluções. Os elementos secundários são discutidos, como os possíveis planos de contingência para auxiliar os estudantes a lidar com as consequências que a pandemia provocou no âmbito universitário, para que consigam passar por esse período de isolamento social com menos danos possíveis. As marcantes desigualdades sociais vividas diante o cenário atual de pandemia, a preocupação em cuidado com os danos físicos, negligência de políticas públicas e a desconsideração dos fatores culturais, podem trazer danos profundos aos estudantes universitários.

**Palavras-chave:** Pandemia; Universitários; Saúde mental.

**1 INTRODUÇÃO**

O novo coronavírus responsável pela pandemia COVID-19, provocou uma grave crise sanitária global, devido à alta transmissibilidade do vírus que se espalhou rapidamente entre os continentes. Diante desse cenário de impacto global, a Organização Mundial de Saúde (OMS), decretou uma Emergência De Saúde Pública de Importância Internacional, em 30 de janeiro de 2020, e em 11 de março de 2020 decretou uma nova pandemia (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020).

Nesse sentido, começou a surgir planos de contingência, no qual preveem ações diferentes baseadas na gravidade da pandemia. Assim, no Brasil, começou o cancelamento de eventos, fechamento de teatros, shoppings, suspensão de aulas, ou seja, os serviços não essenciais, para auxiliar na redução da movimentação das pessoas e com isso diminuição da circulação do vírus, alguns estados realizaram o lockdown, e só podia funcionar serviços essenciais, por exemplo, supermercados, farmácias e casas lotéricas (CORRÊA FILHO et al. 2020).

Nesse contexto, os gestores estão preocupados com o impacto na saúde física que o novo vírus possa causar, pois ainda é pouco conhecido, e não se sabem qual são os danos a curto, médio e longo prazo. Entretanto, estão subestimando e negligenciando a saúde mental da população e as implicações psicológicas que podem ser mais duradouras e prevalentes do que o próprio COVID-19, pois o medo aumenta o nível do estresse em indivíduos saudáveis e intensifica sintomas das pessoas que já possuem transtornos psíquicos (ORNELL et al. 2020).

Assim, o distanciamento social, a estigmatização social, o estresse, a sensação de perda, de controle e a mudança de rotina, são fatores de risco que intensificam a saúde mental. Com o fechamento das escolas, houve uma mudança drástica nas rotinas dos estudantes universitários, na qual repercutem negativamente em suas vidas, alguns estudantes começaram a estudar de forma remota, entretanto, outros estão sem aulas e sem previsão ao retorno, sendo acometidos pela imprevisibilidade quanto a duração da pandemia.

Os processos educacionais foram adaptados e no início da pandemia professores e alunos precisaram se adequar aos novos processos de práticas universitárias, porém, muitos não faziam o uso de dispositivos móveis pela falta de conhecimento ou quando realizavam era de maneira limitada devido as condições econômicas, pois não conseguiam arcar com equipamentos e o custo que novas tecnologias exigem.

O processo de aprendizagem requer constante modificações, pois antes existia a predominância da educação bancária, na qual os professores depositavam aos alunos tudo aquilo que deveriam aprender, sem ter uma visão crítica, entretanto, agora com o processo de aprendizagem e o uso da tecnologia informacional, incentiva aos alunos o descobrimento, e exploração acerca do tema, e não apenas a reprodução e imitação dos conceitos e discussões.

Contudo, essa pesquisa tem como objetivo compreender os efeitos da COVID-19 na saúde mental dos estudantes universitários. Assim a justifica do estudo é auxiliar do ponto de vista teórico para incrementar estudos científicos acerca do assunto, pois a pandemia ainda é um momento novo e incerto, traz considerações para a prática, para que os gestores invistam em estratégias de saúde mental, e fornecer apoio e acolhimento as pessoas em situação de vulnerabilidade, e gerar contribuições sociais, do ponto de vista de políticas públicas no qual sejam mais específico para a saúde mental dos universitários e prevenir e minimizar os impactos em consequência da pandemia.

Diante dessas considerações, destaca-se que essa pesquisa buscou explorar os efeitos da pandemia COVID-19 e a saúde metal dos estudantes universitários. Assim, o estudo busca responder o seguinte questionamento, como a pandemia COVID-19 afeta a saúde psicológica de estudantes universitários?

**2 MÉTODO**

O estudo é uma revisão integrativa da literatura, um método, que consiste em proporcionar síntese de conhecimento e aplicabilidade de estudos relevantes a serem utilizados como recurso metodológico com dados da literatura, com definição de conceitos, revisões de teorias, evidências e possui a inclusão de estudos experimentais e não experimentais para a compreensão completa de fenômeno analisado (SOUZA et al. 2010).

Para a elaboração da pesquisa foi realizada as seguintes etapas: estabelecimento da hipótese e objetivos da revisão integrativa; estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão de artigos (seleção da amostra); definição das informações a serem extraídas dos artigos selecionados; análise dos resultados; discussão e apresentação dos resultados e a última etapa consistiu na apresentação da revisão.

Diante disso, utilizou-se como critérios de inclusão artigos publicados na íntegra, em português ou inglês, cujo as metodologias permitissem obter evidências válidas, por exemplo, com pesquisa experimental, ou quase- experimental, pesquisas de campo e estudos randomizados que são compatíveis com o objetivo da pesquisa. Os critérios de exclusão foram, artigos incompletos, que não fosse escrito em português ou inglês, pesquisas que fosse de caráter empírico, que não tivesse vigor científico, publicações em anais e TCCs.

As bases de dados utilizadas foram online SciELO e PUBmed e as informações que foram extraídas das pesquisas estavam correlacionadas com pandemia COVID-19, e os impactos na saúde psicológica em alunos do ensino superior, e para o levantamento dos estudos utilizou as palavras chaves pandemia, universitários e saúde mental.

Assim, trata-se de coleta de dados por meio de uma revisão bibliográfica, para Moreira (2004), a pesquisa bibliográfica é uma coleta e armazenamento de dados que são levantados por meio de publicações já existentes sobre o assunto e fornece contextualização sobre o problema e discute as possíveis soluções, e após a leitura são realizadas as análises de conteúdo da pesquisa e organização dos estudos.

**3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Durante a pandemia, observa-se um cuidado com os danos físicos que a doença pode causar, porém a saúde mental é tratada como dano secundário. Entretanto, em outras pandemias houve um dano considerável na saúde mental, por exemplo, no surto de Ebola, teve um aumento nas taxas de sofrimento psiquiátrico, o que ocasionou um aumento da mortalidade de forma indireta, ou seja, outras causas que não eram o Ebola (ORNELL et al. 2020).

Um estudo realizado em um hospital com 19 pessoas que desenvolveram SARS, sendo 11 profissionais de saúde, buscava compreender como a saúde mental seria afetada, e foi possível verificar que os pacientes possuíam medo, solidão, raiva e tédio, e também ficava preocupados com os efeitos que a quarentena poderia trazer e receio de contagiar amigos e familiares, também relatavam ansiedade, medo da perda de renda durante a quarentena e tristeza devido à ausência de familiares (MAUNDER, et al. 2003).

Dentre as pesquisas realizado sobre o impacto da saúde mental com a COVID-19 realizada com a população da China no início da pandemia, foi possível verificar que 13,8% foram considerados com depressão leve, 12,2% como depressão moderado e 4,3% foram consideradas com depressão severa, e em relação a ansiedade 20,4 % sofriam com ansiedade moderada e 8,4 % estavam com ansiedade severa, e também observou o nível de estresse no qual 5,5 % dos participantes tiveram ansiedade no nível moderado (WANG, et al. 2020).

Nesse contexto, a saúde mental em alguns casos é negligenciada, sendo importante para o bem estar das pessoas em geral. Como é possível observar nas pesquisas anteriores, muitas pessoas sofrem em decorrência das consequências que a pandemia ocasiona, e uma delas foi o fechamento das escolas, e com isso houve a necessidade do distanciamento social, proibição de atividades culturais presenciais e provocaram impactos sociais, psicológicos e acadêmicos.

A transição para a universidade para algumas pessoas representa níveis elevados de ansiedade e estresse, o jovem começa a ser confrontado com tarefas específicas, agora possuem uma autonomização em relação a família, são responsáveis por sua gestão de tempo e dinheiro, estabelecimento de relações íntimas, e as mudanças exigem novas formas para se adaptar, e essa adaptação é um fator importante para a saúde mental.

Assim, a mudança é um fator recorrente na vida dos universitários, e podem estar associadas com outras experiências que são perturbadoras e resultam em efeitos negativos para a saúde física e mental. A pandemia da COVID-19, influencia diretamente na saúde psicológica dos estudantes, pois houve uma ruptura drástica na forma do estabelecimento da rotina e adaptar aos novos moldes de organizações, as escolas começam a se alterar e traçar planos de ações que contemplem a todos, porém, a realidade do Brasil é multifacetada e muitos não possuem acesso à internet ou aparelhos eletrônicos o que dificulta um aprendizado eficaz.

A exclusão digital potencializa a exclusão social, o que antes era vista com muitas discrepâncias, agora, existe um movimento mais forte, pois os processos de ensino aprendizagem durante a pandemia dependiam de forma integral de plataformas online, e algumas disciplinas ficam inviabilizadas de acontecerem de forma remota, contudo os alunos tiveram que se adaptar as novas modalidades de ensino e tecnologia.

Assim, muitos alunos improvisam perante aos novos contextos que estão inseridos, pois a pandemia trouxe profundas transformações nas práticas pedagógicas. Discentes precisam aprender e compreender novos planos de ações, modelos de organizações, plataforma online pois anteriormente não eram utilizados, e agora possuem dificuldade para manusear e se adaptar as novas ferramentas que são exigidas para o ensino de aprendizagem, com isso vem o medo, insegurança e receio da reprovação, o que influencia diretamente na saúde mental.

Nesse contexto, com o distanciamento social, que foi instituído de forma rápida e aconteceu uma ruptura nas formas tradicionais de ensino e não houve tempo suficiente para acontecer treinamento de professores, alunos e na gestão das universidades para disporem de novas estratégias que fossem beneficiar aos alunos, e muitos estão sendo excluídos do processo.

Com isso, os alunos passam por uma profunda transformação de práticas pedagógicas, por exemplo, excesso de trabalho, dificuldades nas avaliações de forma remota, dificuldade em gerir o tempo, desafios nas novas linguagens de comunicação e de participar de metodologias ativas e impacta diretamente no ensino aprendizagem, pois ficam sobrecarregados com as atividades avaliativas a serem realizadas.

Um estudo realizado por FIORETTI, et al. (2010) mostrou que alguns fatores antes da graduação como não receber apoio emocional necessário, timidez, por exemplo, quando tem dificuldade de tirar dúvidas por vergonha, são fatores de risco para o desenvolvimento dos transtornos. Assim, durante a pandemia houve alguns desafios como estudar através de plataformas online, muitos não sabem manusear, ficam ansiosos, angustiados, possuem insegurança, o medo do novo e da reprovação.

Um estudo realizado em um projeto universitário relata a predominância do surgimento de sentimentos com o medo, preocupação, ansiedade, impotência diante ao distanciamento social, uma ausência de rotina, na qual influencia diretamente na qualidade do sono, pois muitas horas estão sendo investidas nas mídias sociais e digitais, que são referidas como causadoras da irregularidade significativa do repouso e um sono de qualidade (COELHO ET AL. 2020).

Os estudantes estão preocupados com suas formações de forma remota, pois é uma modalidade que era pouco utilizada e em alguns curso não tinham disciplinas em EAD, e com a pandemia, houve a suspensão dos estágios obrigatório e não obrigatório interrupções de projetos de pesquisa, no qual comprometem os cronogramas, atrasam sua grade curricular e a incerteza de encontrarem empregos devido à crise econômica pós pandemia ou a inserção em programas de mestrados, residências devido a mudança no cronograma, e cortes de bolsas (RODRIGUES, 2020).

Uma pesquisa realiza com o objetivo de entender o impacto da COVID-19 em universitários identificou que os estudantes estavam com maior índice de depressão, ansiedade e estresse quando comparado ao período antes da pandemia, quando comparado em função de sexo é possível observar que os homens tinham uma média maior em relação a depressão quando comparada as mulheres, e elas apresentavam níveis de estresse e ansiedade maiores (MAIA; DIAS ,2020).

**4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As marcantes desigualdades sociais vividas diante o cenário atual de pandemia e a preocupação em cuidado com os danos físicos e a negligência de políticas públicas e a desconsideração dos fatores culturais, podem trazer danos profundos aos estudantes universitários. Contudo, é de suma importância os gestores fornecerem canais oficiais para informações que sejam atualizadas ao público, e que constem canais alternativos, por exemplo, aplicativos, sites e telefone, nos quais os estudantes consigam estabelecer uma rede de suporte, mesmo sendo construída virtualmente.

Diante disso, é possível observar a parcela crescente de indivíduos privados de liberdades, devido ao distanciamento social e traz consigo, consequências na saúde mental, que não devem ser ignoradas, pois de acordo com estudos apresentados, foi possível observar os danos ao longo prazo que as pandemias anteriores causaram as pessoas e sobretudo a população universitária, que já se encontram em profundas mudanças ao longo da vida acadêmica, e os estudos ainda se encontram escassos, devem procurar aprofundar nesse fenômeno de compreender como a COVID-19 afeta a saúde psicológica e entender a necessidade de intervenção neste grupo.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

COELHO, A. L et al. A utilização de tecnologias da informação em saúde para o enfrentamento da pandemia do Covid-19 no Brasil. **Cadernos Ibero-Americanos de Direito Sanitário**, v. 9, n. 3, p. 183-199, 2020.

CORRÊA FILHO, H. R; SEGALL-CORRÊA, A. M. Lockdown ou vigilância participativa em saúde? Lições da Covid-19. **Saúde em Debate**, v. 44, p. 5-10, 2020.

FIOROTTI, Karoline Pedroti et al. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n.1, p. 17-23, 2010.

MAIA, B. R; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

MAUNDER, R et al. The immediate psychological and occupational impact of the 2003 SARS outbreak in a teaching hospital. **Cmaj**, v. 168, n. 10, p. 1245-1251, 2003.

MOREIRA, Walter. Revisão de literatura e desenvolvimento científico. **Janus**, v. 1, n. 1, 2004.

ORNELL, F et al. Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. **Debates em Psiquiatria**, v. 10, n. 2, p. 12-16, 2020.

RODRIGUES, B. B et al. Aprendendo com o imprevisível: saúde mental dos universitários e educação médica na pandemia de Covid-19. **Revista brasileira de educação médica**, v. 44, 2020.

SOUZA, M. T; SILVA, M. D; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

WANG, C et al. 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**, v. 17, n. 5, p. 1729, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. WHO Director-General’s opening remarks at the media briefing on COVID-19-11 March 2020. 2020.