



## **SOFRIMENTO PSÍQUICO DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 NO MEIO ACADÊMICO**

**Paula Maria Santos Ferreira<sup>1</sup>(IC)\* e Dra. Maria Aurora Neta<sup>3</sup>**

**<sup>1</sup>-pmsf24@hotmail.com**

Universidade Estadual do Goiás - R. da Saudade, 56 - Vila Eduarda, São Luís de Montes Belos - GO, 76100-000

Resumo: A pandemia de Covid-19 causada pelo SARS-Cov-2, tem acarretado diversos impactos na sociedade atual, entre esses, tivemos as adaptações necessárias para a manutenção do calendário acadêmico em várias universidades brasileiras. Foi necessário que as instituições de nível superior criassem estratégias de operacionalização da educação à distância, de modo a continuar provendo um ensino de qualidade. Diante tal cenário, os educadores e docentes se expõem a diversas situações e pressões das instituições, o que reverbera no adoecimento, principalmente relacionado à saúde mental. Com essa nova realidade, tecemos considerações acerca do impacto da pandemia na saúde mental. Tendo como objeto de reflexão as atividades remotas, bem como as discussões que tratam sobre saúde e mal estar do docente, a fim de traçar paralelos que nos permitam compreender os impactos da pandemia na saúde mental no ambiente acadêmico. Através dessa revisão de literatura, constatou-se uma necessidade de acolhimento e de um serviço que foque em saúde mental na universidade identificando e tratando distúrbios psicológicos e psiquiátricos de seus docentes e professores e por fim possa ser usado para melhor planejamento da universidade no atendimento das necessidades de seus estudantes.

Palavras-chave: Saúde mental. Estudante universitário. Universidade. Bem-estar.

### **Introdução**

Ao pensar em saúde mental, não podemos somente considerar a ausência de um transtorno, mas sim um estado de bem-estar duradouro, em que cada pessoa lida com os estresses da vida cotidiana de forma saudável e produtiva (World Health Organization, 2020). De tal modo, a saúde mental não incluiu apenas a sanidade, mas também a presença de condições de vida e ambientais favoráveis ao bem-estar





psicológico, sendo este um dos fatores de maior importância para a prevenção de sofrimento mental (REIFLER, et al. 1969).

A preocupação inicial com a saúde mental dos estudantes universitários teve início nos Estados Unidos no início do século XX, pois estes se encontravam cercados de fatores de riscos, conhecidos como eventos estressores (SANTOS, 2019). Entre esses, têm-se as demandas da vida universitária, as elevadas expectativas individuais e da família, seguido pelas exigências do mercado de trabalho que aumentam as chances de manifestação de problemas físicos, emocionais e sociais (PEREIRA, et al. 2020).

A pandemia Covid-19 que foi decretada em março de 2020, teve um efeito devastador na sociedade, tanto relacionado a morbimortalidade do vírus, como com a adoção de medidas de isolamento (SANTOS, 2019). Com as novas portarias do Ministério da Educação, viu-se a necessidade da implantação de aulas mediadas por tecnologias, onde os docentes e estudantes criaram várias estratégias para a continuidade do período letivo (JOWSEY, 2020). Assim nesse resumo abordamos a saúde mental dos universitários ao longo da pandemia de Covid-19, utilizando de uma revisão da literatura para basear-se, de forma a destacar a necessidade de ter-se um cuidado com a saúde mental não só apenas de forma interventiva, mas também como atenção psicossocial.

### **Material e Métodos**

As formas de busca se iniciaram a partir da pesquisa de palavras-chave em bancos de dados como, Google Acadêmico, NICBI, CAPES, Pubmed e Scielo.br, de forma a selecionar artigos compatíveis com o tema proposto. As palavras a serem buscadas, consistiram em: saúde mental, universitários, pandemia, COVID-19, instituições federais, bem-estar, sofrimento psíquico de estudantes, universidade,





saúde mental na universidade e comparativo do sofrimento mental antes e depois da pandemia.

## Resultados e Discussão

A pandemia que teve início em março de 2020, traz diversas implicações para o sistema educacional, além de outros elementos sensíveis à saúde mental (PEREIRA, 2020). Um desses elementos, é a reinvenção de docentes e estudantes que são constantemente cobrados para que ocorra a manutenção do ritmo acadêmico, sem considerar, no entanto, as lacunas causadas pela nova forma de ensino remoto que tem sido utilizada provisoriamente (PEREIRA, 2020). Por conta das condições atuais impostas pela quarentena, diversas escolas e universidades suspenderam aulas práticas e teóricas, o que induziu a muitas preocupações individuais e coletivas (TANG, 2020). Logo, estudantes da área da saúde como Medicina, Medicina Veterinária e afins, tiveram uma compreensão mais profunda da doença, deixando-os ainda mais vulneráveis no período da quarentena (MEO, 2020). Além desses fatores, a suspensão de aulas práticas contribuiu para o atraso do aprendizado dos estudantes, alterando significativamente sua programação e progresso acadêmico, afetando diretamente o bem-estar e saúde mental (MEO, 2020).

O fechamento temporário das universidades e a adoção do ensino presencial mediado por tecnologias, despertou vários debates sobre pós-Covid, pois apesar da facilidade da adoção desse modelo educacional, ainda há grandes desafios em sua implementação (ARAÚJO, 2020). Entre as adaptações no ambiente universitário, tem-se a necessidade de dar continuidade a programas de estágio e bolsas, essas são de fundamental importância para a intercambialidade e integração do aluno na universidade, como é uma forma de manutenção do mesmo na graduação. Alguns artigos publicados recentemente (ARAÚJO; ARRUDA, 2020) alertam sobre os





impactos a longo prazo na interrupção temporária na educação, pois em áreas mais afetadas as universidades chegaram a perder um semestre inteiro ou até mais. É importante refletir sobre a sobrecarga em docentes com a utilização dessa modalidade de ensino, estes tiveram que se adaptar de forma abrupta à nova rotina e utilização de novas tecnologias, muitas vezes sem a preparação necessária e disponibilidade de capacitações (GONZALEZ et al., 2020).

Observa-se também, os abalos biopsicossociais que foram causados por medidas preventivas de contenção da pandemia, como os efeitos da quarentena, como perda de entes queridos, sensação de desesperança causada pela quantidade de informações midiáticas negativas e do isolamento social, que limita interações presenciais, relações sociais (PEREIRA, 2020). Por fim, ainda têm-se as incertezas sobre o efeito da pandemia, como: a maior preocupação dos estudantes em relação à própria formação, a possibilidade de eles encontrarem um emprego ou até conseguirem concluir os estágios obrigatórios (TANG, 2020). O fato é que os estudantes por si só já constituem uma população vulnerável a doenças psicológicas, associados aos desafios da transição da vida adulta e o ingresso no ensino superior, com o acréscimo de circunstâncias inéditas e adoção de novos métodos de ensino que geram estresse, deve-se focar focar em estratégias para promoção de bem-estar psicológico (WHO, 2020).

### **Considerações Finais**

Na presente revisão de literatura foram expostos conhecimentos sobre as implicações do modelo de educação mediada por tecnologias na saúde mental de professores e estudantes. Em suma, com o reconhecimento claro da necessidade psicológica das pessoas que frequentam o ambiente universitário e que passam por fases mais vulneráveis, principalmente na pandemia de Covid-19 é de fundamental importância que as instituições acadêmicas forneçam formas de ajuda e acompanhamento durante o curso de graduação.





## Agradecimentos

Gostaria de agradecer a Universidade Estadual do Goiás - UEG e a Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação pela oportunidade de estar atuando como Assessora Científica na Revista Ícone, onde tenho o ensejo de ter contato com outras graduações e matérias. Gostaria de agradecer também às minhas tutoras, maiores incentivadoras que pude encontrar na minha caminhada pela 2ª graduação, obrigada pela paciência e pelos ensinamentos durante o período da bolsa, que possamos nos conhecer pessoalmente quando as aulas regressarem. À minha mãe, meu amor, minha luz e minha eterna apoiadora, sou e estou aqui por sua causa, obrigada pelo amor. Ao meu namorado que me trouxe paz e acolhimento durante os dias difíceis, serei eternamente grata pela vida ter nos juntado, te amo!

## Referências

ARAÚJO, F. J. O et al. Impact of Sars-Cov-2 and its reverberation in global higher education and mental health. **Psychiatry research**, v. 288, p. 112977, 2020.

ARRUDA, E. P. Educação remota emergencial: elementos para políticas públicas na educação brasileira em tempos de Covid-19. **Em Rede-Revista de Educação a Distância**, v. 7, n. 1, p. 257-275, 2020.

GONZALEZ, T. et al. Influence of COVID-19 confinement on students' performance in higher education. **PloS one**, v. 15, n. 10, p. e0239490, 2020.

JOWSEY, T. et al. Blended learning via distance in pre-registration nursing education: A scoping review. **Nurse Education in Practice**, v. 44, p. 102775, 2020.

MEO, S. A. et al. COVID-19 pandemic: impact of quarantine on medical students' mental wellbeing and learning behaviors. **Pakistan journal of medical sciences**, v. 36, n. COVID19-S4, p. S43, 2020.

PEREIRA, A. S; WILLHELM, A. R; KOLLER, S. H; ALMEIDA, R. M. M. Fatores de risco e proteção para tentativa de suicídio na adultez emergente. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n.11, p.3767-3777, 2019.

REIFLER, C. B.; LIPTZIN, M. B.; HILL, C. Epidemiological studies of college mental health. **Archives of General Psychiatry**, v. 20, n. 1, p. 528-540, 1969.

SANTOS, C. V. M.. Sofrimento psíquico e risco de suicídio: diálogo sobre saúde mental na universidade. **Revista do NUFEN**, v. 11, n. 2, p. 149-160, 2019.

TANG, W. et al. Prevalence and correlates of PTSD and depressive symptoms one month after the outbreak of the COVID-19 epidemic in a sample of home-quarantined Chinese university students. **Journal of affective disorders**, v. 274, p. 1-7, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Coronavírus (Covid-19): Painel de emergência de saúde da WHO. WHO, 2020. Disponível em: <https://covid19.who.int/> Acesso em: 02 nov 2021.

