

Saúde Mental e qualidade de vida de universitários em etapa inicial do ensino remoto

Mental Health and quality of life of university students in the early stage of remote education

Marcela Doescher Dias¹

Nilson Rogério da Silva²

Meire Luci da Silva³

Resumo: A pandemia do COVID-19 resultou na imposição do isolamento social e na adoção das atividades remotas de ensino, fatores que podem acarretar no comprometimento da saúde mental e da qualidade de vida dos universitários. **Objetivo:** Investigar indicadores de transtornos mentais e condições da qualidade de vida de universitários de cursos da área da saúde e humanas em regime de ensino remoto durante a pandemia de COVID-19. **Metodologia:** Pesquisa descritiva, de caráter quantitativo e de corte transversal. Amostra composta por estudantes de uma universidade pública brasileira. Foram utilizados três instrumentos: questionário sociodemográfico e de vivências durante a pandemia, Depression, Anxiety and Stress Scale e World Health Organization Quality of Life instrument – bref. Análise de dados foi realizada utilizando dados de estatística descritiva e protocolos dos instrumentos. **Resultados:** Participaram 206 universitários, com média de idade de 22,8 anos, sendo maioria do gênero feminino, solteiros, com religião, que não trabalhavam e eram da área da saúde. As principais dificuldades relacionadas ao ensino remoto foram prejuízos na saúde mental (87,9%), desconforto físico (68,6%), dificuldade de concentração e atenção (78,0%) e instabilidade da internet (41,7%). A depressão e estresse foram as variáveis mais prevalentes no que se refere à ocorrência e, quanto à gravidade, ansiedade e estresse. A condição geral da qualidade de vida foi considerada regular, porém 65,5% percebiam sua saúde como ruim ou necessitava melhorar. Os domínios mais comprometidos foram: psicológico (82,5%), físico (81,1%) e ambiental (77,2%). **Conclusão:** Faz-se necessário a implementação de programas e ações de promoção em saúde mental pelas instituições de ensino visando melhorar a qualidade da saúde, de vida e de desempenho acadêmico, além de garantias de acesso e de qualificação para o uso de tecnologias de comunicação digitais.

Palavras-Chave: Saúde do Estudante, Saúde Mental, COVID-19, Ensino Online.

Abstract: The COVID-19 pandemic resulted in the imposition of social isolation and the adoption of remote teaching activities, factors that can lead to the impairment of mental health and quality of life of university students. **Objective:** To investigate indicators of mental disorders and quality of life conditions of university students from health and human courses in remote education during the COVID-19 pandemic. **Methodology:** Descriptive, quantitative and cross-sectional research. Sample composed of students from a Brazilian public university. Three instruments were used: sociodemographic questionnaire and experiences during the pandemic, Depression, Anxiety

1 Universidade Estadual Paulista (UNESP). Discente do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Estadual Paulista. Bolsista CNPQ. Contato eletrônico: <marcela.doescher@unesp.br>

2 Livre Docente do Curso de Terapia Ocupacional do Departamento de Fisioterapia e Terapia Ocupacional e do Programa de Pós-Graduação em Educação Especial da Faculdade de Filosofia e Ciências da Universidade Estadual Paulista (UNESP), Marília, São Paulo, Brasil.

3 Professora Assistente Doutora do curso de Terapia Ocupacional do Departamento de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Estadual Paulista (UNESP), Marília, SP, Brasil.

and Stress Scale and World Health Organization Quality of Life instrument – bref. Data analysis was performed using descriptive statistics data and instrument protocols. Results: Participants were 206 university students, with a mean age of 22.8 years, most of them female, single, with religion, who did not work and were in the health area. The main difficulties related to remote education were mental health impairments (87.9%), physical discomfort (68.6%), difficulty in concentration and attention (78.0%) and internet instability (41.7%). Depression and stress were the most prevalent variables regarding the occurrence and, regarding severity, anxiety and stress. The general condition of quality of life was considered regular, but 65.5% perceived their health as poor or needed to improve. The most compromised domains were: psychological (82.5%), physical (81.1%) environment (77.2%). Conclusion: It is necessary to implement programs and actions of promotion in mental health by educational institutions aiming to improve the quality of health, life and academic performance, as well as guarantees of access and qualification for the use of digital communication technologies.

Keyword: Student Health, Mental Health, COVID-19, Education Distance.

Introdução

Com a detecção do coronavírus SARS-CoV-2 e, conseqüentemente, sua rápida e alta transmissibilidade e infectividade verificou-se crescimento exponencial do número de casos e óbitos em diversos países. Frente a este contexto de crise na saúde pública à nível mundial, a Organização Mundial de Saúde (OMS) anunciou estado de emergência e, posteriormente, em março de 2020 declarou pandemia mundial de COVID-19, alertando e exigindo de todos os países, a adoção de medidas preventivas para diminuir a transmissão do vírus e também de enfrentamento da doença, na tentativa de garantir o acesso a serviços de saúde à população acometida (WHO, 2020).

Dentre as principais medidas destacaram-se aquelas relacionadas às novas práticas de higiene, uso de equipamentos de proteção individual (EPI's) e o distanciamento social (BRASIL, 2020). Para cumprimento do distanciamento social foi necessário o fechamento de estabelecimentos, onde ocorressem aglomerações de pessoas, como escolas, comércio e, também a proibição de todas as atividades não essenciais. Assim sendo, toda população foi obrigada, a curto prazo, a repensar suas práticas e adotar estratégias para continuação de suas atividades (BRASIL, 2020).

Pesquisas internacionais com jovens adultos apontaram a eficácia do distanciamento social para prevenção e diminuição do risco de transmissão do vírus, porém ressaltam que a diminuição do contato social como rede de apoio, associado à mudança de rotina, a imprevisibilidade da situação e exposição ao risco, resultou no aparecimento e aumento de sentimentos negativos e alterações de humor (XIANG, *et al.*, 2020; CHATTERJEE; MALATHESH; MUKHERJEE, 2020; BROOKS, *et al.*, 2020, ZANDIFAR; BADRFAM, 2020; KELVIN; RUBINO, 2020; ZHOU, *et al.*, 2020). Outros prejuízos verificados foram relacionados às alterações do sono, mudanças nos hábitos alimentares, diminuição na prática de atividades físicas e de lazer, aumentando o tempo gasto com atividades de tela (BARROS, *et al.*, 2020; MALTA, *et al.*, 2020; LIU, *et al.*, 2020), além da instabilidade financeira devido à perda ou dificuldade de manutenção de empregos e fontes de renda (ZANDIFAR; BADRFAM, 2020).

Na área da educação, para dar continuidade às atividades acadêmicas foi necessária a adoção das atividades de ensino remotamente com a utilização das Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDIC's) (BRASIL, 2020). Estudos nacionais e internacionais apontaram que durante o processo de implantação foram verificadas inúmeras dificuldades como: aparecimento e/ou agravamento de sofrimento

psíquico pelos estudantes, problemas de acessibilidade e instabilidade de internet, falta de capacitação, recursos e equipamentos para acesso às plataformas digitais de ensino (estudantes e professores), alteração na rotina de vida acadêmica e de vida (AMARAL; POLYDORO, 2020; OLIVEIRA; CHAVES, 2020).

Pesquisa que analisou as condições de saúde mental da população chinesa (WANG, *et al.*, 2020) e outra com estudantes ingleses (YOUNGMINDS, 2020) apontaram o impacto negativo da pandemia, com o aumento e agravamento nos níveis de ansiedade, depressão e estresse dos estudantes, prejuízos na motivação (WANG, *et al.*, 2020; YOUNGMINDS, 2020). Ainda sobre a temática, pesquisa com estudantes norte-americanos evidenciaram o aumento do risco de suicídio e de abuso de substâncias (ZHAI; DU, 2020).

Os resultados das pesquisas internacionais mencionadas foram justificados pelos autores que atribuíram como motivos, o encerramento das atividades presenciais, perda da rotina, restrição das conexões sociais e adaptação às novas estratégias (WANG, *et al.*, 2020; YOUNGMINDS, 2020; ZHAI; DU, 2020). Também foram verificadas na literatura internacional, prejuízos relacionados às questões acadêmicas, como comprometimento do desempenho e atraso na conclusão do curso (GRUBIC; BADOVINAC; JOHRI, 2020; AGNEW; POOLE; KHAN, 2019; ZHAI; DU, 2020), dificuldades sócio relacionais, perdas de familiares e/ou amigos e os comprometimentos financeiros (CAO, 2020; ZHAI; DU, 2020). Todos estes fatores associados ou não impactaram na qualidade de vida e de saúde da população durante o contexto pandêmico.

Pesquisas de natureza investigativa sobre condições de saúde mental e qualidade de vida dos universitários brasileiros, bem como compreensão das repercussões e prejuízos decorrentes da pandemia são importantes para a identificação das variáveis que influenciam no processo de promoção e manutenção do bem estar biopsicossocial e de desempenho acadêmico destes. Acredita-se que os resultados poderão auxiliar e subsidiar o planejamento de ações e intervenções para o cuidado em curto, médio e longo prazo destinados especificamente a esse público em formação, uma vez que são cidadãos e futuros profissionais responsáveis pelo desenvolvimento do país.

Assim sendo, este estudo teve como objetivo investigar indicadores de transtornos mentais e condições da qualidade de vida de universitários de cursos da área da saúde e humanas em regime de ensino remoto durante a pandemia de COVID-19.

Método

Pesquisa descritiva, de caráter quantitativo e de corte transversal. Como aspectos éticos destaca-se que o projeto de Pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Filosofia e Ciências da Universidade Estadual Paulista (UNESP) sob CAAE 56551916.4.000.5406 e aprovado sob parecer 4.308.406.

A amostra foi composta de universitários regularmente matriculados em oito cursos, sendo da área da saúde (Fisioterapia, Fonoaudiologia e Terapia Ocupacional) e de humanas (Arquivologia, Biblioteconomia, Ciências Sociais, Relações Internacionais, Pedagogia) de uma universidade pública localizada no interior paulista. Como critérios de inclusão, o estudante deveria aceitar participar voluntariamente, estar matriculado e em regime integral de ensino remoto e realizando atividades virtualmente há mais de um mês. Como critério de exclusão, estar realizando ensino de forma presencial ou híbrida e estar há menos de um mês em atividade remota.

Como procedimentos para coleta de dados, destaca-se que os dados foram coletados por meio de questionário via online, elaborado com a plataforma *Google Forms* que foi enviado através de um *link* de acesso por *email* aos estudantes. Ao acessar, eram direcionados para a página do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido que continha informações sobre a pesquisa, objetivos e procedimentos. Somente após aceitação, os respondentes acessaram o questionário. A respondência foi de aproximadamente 10 minutos e foi realizada no mês de setembro de 2020. Em caso de dúvidas, o respondente poderia entrar em contato com o pesquisador responsável.

Para coleta de dados foram utilizados três instrumentos investigativos:

Um questionário estruturado com um conjunto de 27 perguntas fechadas que versaram sobre caracterização do perfil socioeconômico e de vida acadêmica (nome, idade, sexo, religião, curso, ano de ingresso, período, etc.) e caracterização de vivências relacionadas à pandemia (medidas protetivas, isolamento, trabalho, atividades física e de lazer, diagnóstico de COVID-19, etc.).

Para rastrear indicadores de sintomas de depressão, ansiedade e estresse foi aplicado o *Depression, Anxiety and Stress Scale – Short Form* (DASS – 21), instrumento validado em populações clínica e não clínica de adultos, de várias culturas e etnias. Composto por um conjunto de 21 itens divididos em três subescalas, de autorresposta, de quatro pontos. Cada subescala era composta por sete itens que avaliam os estados emocionais de depressão, ansiedade e estresse. O participante deveria indicar a ocorrência de cada item durante a última semana (PATIAS, *et al.*, 2016).

Para investigar as condições da qualidade de vida utilizou-se o *World Health Organization Quality of Life instrument – bref* (WHOQOL-bref), que é uma versão abreviada, porém validada, contendo 26 perguntas sobre percepção de qualidade de vida e de saúde, bem como por domínios: físico, psicológico, relações Sociais e meio ambiente. As respostas seguiram a escala Likert de 5 pontos, de auto resposta. Os escores variam de 1 a 5, sendo que quanto maior a pontuação melhor a qualidade de vida (FLECK, *et al.*, 2000).

Para análise dos resultados do questionário sociodemográfico e de vivências durante a pandemia, utilizou-se cálculos de estatística descritiva (média, desvio padrão, frequência e porcentagem) realizados pelo software *Statistical Package for the Social Sciences*.

Para análise do DASS-21, foi utilizado o protocolo do instrumento, sendo que para cálculo da depressão foram utilizadas as respostas: 03, 05, 10, 13, 16, 17 e 21; da ansiedade: 02, 04, 07, 09, 15, 19, 20; do estresse: 01, 06, 08, 11, 12, 14, 18. Os resultados permitiram a identificação em sintomático e assintomático e classificação da sintomatologia em níveis normal, leve, moderado e severo.

A análise das respostas do WHOQOL-*bref* foi realizada de acordo com o protocolo do instrumento, onde para cálculo dos valores das questões 3, 4 e 26 foi necessária inversão da pontuação e, também, o cálculo separado das questões 1 e 2. Para o cálculo dos domínios foi realizado a soma das facetes com posterior divisão pelo número destas. Assim sendo, para o cálculo do domínio físico foi utilizada a fórmula $(Q3 + Q4 + Q10 + Q15 + Q16 + Q17 + Q18)/7$, domínio psicológico $(Q5 + Q6 + Q7 + Q11 + Q19 + Q26)/6$, domínio relações sociais $(Q20 + Q21 + Q22)/3$, domínio meio ambiente $(Q8 + Q9 + Q12 + Q13 + Q14 + Q23 + Q24 + Q25)/8$. O instrumento permitiu a classificação das facetes e das questões 1 e 2 em: necessita melhorar (1 a 2,9); regular (3 a 3,9); boa (4 a 4,9) e muito boa (5).

Para verificar as associações entre as variáveis sociodemográficas, acadêmicas, de atividades físicas e de lazer, saúde mental e qualidade de vida, foram realizadas análises por meio de testes de Correlação de Pearson, adotando nível de significância de $p \leq 0,05$.

Resultados

Caracterização do perfil sociodemográfico e acadêmico dos participantes

Participaram da pesquisa 206 universitários com média de idade de 22,8 anos (DP 6,29), sendo a maioria do sexo biológico feminino e solteira, estava morando com a família durante a pandemia e possuía religião (75,2%), porém apenas 48,4% tinham práticas religiosas frequentemente (Tabela 1).

Em relação às atividades profissionais, 30,1% responderam que estavam trabalhando e, destes, 64,5% presencialmente e 35,5% remotamente. Durante a quarentena, 28,2% revelaram ser responsáveis pelo cuidado de algum familiar. Ainda sobre a questão ocupacional 62,1% afirmaram comprometimento do trabalho individual ou familiar em decorrência da pandemia e 37,9% negaram. Os principais comprometimentos citados foram: diminuição do salário 53,9%, perda de emprego 25,0% e diminuição da carga horária com redução de salário 24,2%. Sobre as fontes de renda, 63,1% afirmaram que dependiam da renda familiar e 62,1% contribuem com as despesas domésticas (Tabela 1).

Em relação aos aspectos acadêmicos, 58,7% dos universitários eram de cursos da área da saúde e com aulas em período integral e 41,3% da área de humanidades, sendo que destes 20,9% frequentam as aulas no período noturno e 20,4% matutino (Tabela 1).

Tabela 1. Caracterização do perfil sociodemográfico dos participantes

Variáveis		n	%
Sexo	Feminino	182	88,3
	Masculino	24	11,7
Estado Civil	Solteiro	185	89,8
	Casado	16	7,8
	Separado/Divorciado	05	2,4
Filhos	Sim	19	9,2
	Não	187	90,8
Religião	Sim	155	75,2
	Não	51	24,8
Fontes de renda*	Bolsa Pesquisa/Extensão	27	13,1
	Renda da Família	130	63,1
	Renda Própria	63	30,5
	Auxílio Permanência Estudantil	52	25,2
	Pais e/ou familiares	164	79,6
Morando na quarentena	Colegas/amigos/Namorado (a)	22	10,7
	Sozinho	20	9,7
Trabalho	Sim	62	30,1
	Não	144	69,9
Contribuição com as despesas da casa	Sim	128	62,1
	Não	78	37,9
Anos letivos	1 ano	68	33,0
	2 anos	41	19,9
	3 anos	47	22,8
	4 anos ou mais	50	24,3
Área	Saúde	121	58,7
	Humanas	85	41,3

Legenda: * por ocorrência de respostas

Fonte: autoria própria

Ensino remoto e condições de acessibilidade durante a quarentena

Dos 206 universitários, 52,4% referiram estar realizando atividades acadêmicas remotamente sempre, 45,2% às vezes e 05 (2,4%) quase nunca. Quanto à qualidade das atividades, 48,5% referiram como boa ou ótima, 36,4% regular e 15,1% ruim ou péssima.

Da amostra geral, 80,6% afirmaram algum tipo de dificuldade para realizar as atividades e 19,4% negaram. Dentre as dificuldades, as mais citadas foram relacionadas à saúde (mental e física), infraestrutura (condições inadequadas para o estudo, compartilhamento de ambiente, mobiliários e equipamentos inadequados e condições de acessibilidade insatisfatórias), gestão de rotina e aspectos pedagógicos e curriculares, respectivamente (Tabela 2).

Tabela 2. Dificuldades para realização das atividades remotas

	Dificuldades	n	%
Saúde	Saúde mental	146	87,9
	Desconforto físico	109	65,6
Gestão da rotina	Administrar o tempo	101	60,8
	Conciliar atividades de estudo, domésticas e trabalho	52	31,3
	Ambiente inadequado ou pouco satisfatório	80	48,1
Infraestrutura	Compartilhamento de ambiente	48	28,1
	Mobiliário/equipamento inadequados	45	27,1
	Dificuldades de acessibilidade	20	12,0
Aspectos pedagógicos e curriculares	Didática	55	33,1
	Cumprimento da carga horária	36	21,6

Fonte: autoria própria

Quanto às condições de acessibilidade, 88,9% dos universitários possuíam internet banda larga, 8,7% chip/celular e 2,4% discada, sendo que 41,7% mencionaram instabilidade do sinal de internet e 6,7% possuíam pacote de dados móveis limitado.

Em relação aos equipamentos e recursos tecnológicos, 14,7% mencionaram falta de equipamentos adequados como microfone e câmera e falta de domínio da ferramenta e/ou plataformas virtuais, 11,1% compartilhavam equipamentos e 8,7% sem equipamentos adequados (8,7%).

Quanto às dificuldades relacionadas aos aspectos pessoais e cognitivos, 93,6% referiram déficit na atenção e concentração, 85,9% falta de motivação, 83,5% falta de iniciativa, 75,2% dificuldades de interação durante as atividades síncronas, 74,8% falta de interesse e, 72,3% falta de envolvimento e dificuldades na organização para cumprir os prazos.

Adoção e práticas de medidas preventivas a COVID 19 durante quarentena.

Quanto ao diagnóstico de COVID-19, 95,6% dos participantes negaram e 2% testaram positivo, entretanto, 46,6% tiveram algum familiar com diagnóstico positivo.

Em relação às medidas preventivas, 77,7% referiram realização total ou parcial do isolamento social,

19,9% apenas estavam praticando o distanciamento e 2,4% negaram o isolamento e/ou distanciamento. Dentre as medidas preventivas adotadas destacaram-se: uso de máscara (99,0%), uso de álcool em gel (95,6%), higiene das mãos com frequência (92,7%) e evitação do toque em olhos, boca e nariz (87,8%).

Do total, 43,6% referiram não ter vivenciado nenhuma situação difícil, porém 48,0% referiram aparecimento e/ou aumento dos conflitos familiares, 7,8% sentimento de insegurança e preocupação por possuírem familiares que eram profissionais da saúde que realizavam o cuidado direto de pacientes com COVID-19 e 0,9% sofreram algum tipo de violência.

Outras alterações evidenciadas na rotina de isolamento foram: alterações nos hábitos alimentares (83,4%), uso e/ou abuso de álcool (20,4%) e de outras substâncias (10,7%). Como motivos desencadeadores destas alterações, 88,2% atribuíram a ansiedade e o medo devido às incertezas do futuro, 69,6% o isolamento social, 56,3% as atividades remotas, 47,3% o excesso de atividades e 35,6% as dificuldades relacionais devido ao aumento da convivência.

Prática de atividades de autocuidado pelos participantes durante quarentena

Quanto às atividades de autocuidados durante a pandemia, 60,7% realizavam, 29,6% às vezes e 9,7% negaram. Entre as atividades de promoção do autocuidado foram mencionadas atividades de lazer (66,5%), atividades físicas (32,5%), cuidado com alimentação (22,3%) e cuidado com o sono (25,2%).

Rastreamento de indicadores de sofrimento psíquico e condições da qualidade de vida dos participantes durante a quarentena

Verificou-se que a presença de sintomatologia das três variáveis, sendo que 67,5% eram sintomáticos para depressão e estresse e 65,0% para ansiedade. Entretanto, 20,3% universitários estavam assintomáticos nas três variáveis.

Considerando a classificação em patológico (níveis moderado e severo) e não patológico (normal e leve) conforme manual do instrumento, verificou-se que 57,7% estudantes apresentaram indicadores patológicos para ansiedade, 56,8% estresse e 55,3% depressão (Tabela 3).

Tabela 3. Classificação das variáveis de sofrimento psíquico em patológico e não patológico

Classificação	Não Patológico		Patológico		
	n	%	n	%	
Depressão	Normal	67	32,5	00	00
	Leve	25	12,2	00	00
	Moderado	00	00	45	21,8
	Severo	00	00	69	33,5
Ansiedade	Normal	72	35,0	00	00
	Leve	15	7,3	00	00
	Moderado	00	00	35	17,0
	Severo	00	00	84	40,7
Estresse	Normal	67	32,5	00	00
	Leve	22	10,7	00	00
	Moderado	00	00	44	21,3
	Severo	00	00	73	35,5

Fonte: autoria própria

Em relação à avaliação quanto à percepção da qualidade de vida, a média geral obtida foi de 3,58 e a percepção de saúde de 3,23, ambas classificadas como regular. A média geral de cada domínio também foi classificada como regular, porém evidenciou-se médias mais baixas nos domínios: psicológico, social, físico e ambiental respectivamente.

Outra forma de análise que adotou como critérios “sem problemas” para associação das categorias muito boa e boa e, “com problemas” para regular e necessita melhorar, indicou que porcentagem expressiva foram classificados “com problemas” nos domínios: psicológico (82,5%), físico (81,1%), ambiental (77,2%) e relações sociais (74,8%) respectivamente (Tabela 4). A percepção da QV com indicadores de problemas foi evidenciada por 42,7% dos estudantes e a percepção de saúde por 65,5%.

Tabela 4. Frequência, porcentagem e média das condições de qualidade de vida geral e por domínio

Domínios	Sem Problemas				Com Problemas				Média	DP
	Muito Boa		Boa		Regular		Necessita melhorar			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Percepção da QV	28	13,6	90	43,7	66	32,0	22	10,7	3,58	0,90
Percepção de Saúde	06	2,9	65	31,6	120	58,2	15	7,3	3,23	0,82
Físico	00	00	39	18,9	116	56,3	51	24,8	3,34	0,65
Psicológico	00	00	36	17,5	106	51,4	64	31,1	3,23	0,71
Relações Sociais	06	2,9	46	22,3	104	50,5	50	24,3	3,27	0,87
Ambiental	01	0,5	46	22,3	112	54,4	47	22,8	3,45	0,66

Fonte: autoria própria

Discussão

A discussão está organizada por meio dos seguintes tópicos: Caracterização do perfil sociodemográfico e acadêmico dos participantes, Adoção de medidas preventivas a COVID-19 e ensino remoto na quarentena, COVID-19 e sofrimentos psíquicos e Qualidade de vida.

Caracterização do perfil sociodemográfico e acadêmico dos participantes

Os resultados apontaram que a amostra foi composta por jovens adultos, com predomínio do sexo biológico feminino, fato corroborado pelo Censo de Educação Superior do Brasil que afirma que a maioria dos estudantes matriculados no ensino superior são mulheres (BRASIL, 2019).

Os principais comprometimentos financeiros familiares durante a pandemia foram a diminuição do salário, perda de emprego e diminuição da carga horária com redução de salário, o que é explicado pela crise financeira instalada no país devido à pandemia. A adoção de medidas preventivas, como o distanciamento e isolamento social, influenciou diretamente na questão econômica mundial causando a interrupção da produção em vários segmentos, a diminuição do consumo de produtos que não eram essenciais (mudança nos padrões de consumo devido à diminuição da oferta ou falta de produtos), queda nos investimentos, fechamentos de fábricas, indústrias e/ou comércios ocasionando na diminuição de salário e/ou horas de trabalho e, até perda do emprego (FERNANDES, 2020).

Pesquisa internacional realizada com 162 universitários norte-americanos com objetivo de avaliar o impacto da pandemia na saúde mental constatou, entre os principais prejuízos, o comprometimento da

renda financeira familiar (KECOJEVIC, *et al.*, 2020). Conforme relatado pelos participantes da presente pesquisa, os aspectos financeiros podem comprometer as condições de acessibilidade para o acesso ao ensino remoto (equipamentos eletrônicos, pacotes de dados móveis).

Adoção de medidas preventivas a COVID 19 e ensino remoto na quarentena

As medidas preventivas adotadas pelos participantes deste estudo, como isolamento e distanciamento social, uso de EPI's e higienização das mãos também foram observadas em estudantes norte-americanos e, os autores referiram que além da obrigatoriedade impostas pelos governos, a adesão às medidas também foi influenciada pelo acesso às informações advindas de fontes confiáveis como sites governamentais e profissionais de saúde (KECOJEVIC, *et al.*, 2020).

A implantação das atividades acadêmicas de forma remota foi uma estratégia adotada pela educação para continuação do ensino, acarretando aos estudantes, a alteração de suas rotinas e ambientes de estudo, bem como a necessidade de adequação e/ou aquisição de equipamentos para acesso, gerando desconfortos, preocupações e gastos (JENA, 2020).

Quanto à qualidade do ensino remoto houve um equilíbrio entre as avaliações positivas e negativas, o que denota a importância de estudos investigativos longitudinais para avaliar a qualidade desta modalidade como estratégias de ensino e de formação. Na realidade estudada houve uma migração do ensino presencial para o remoto em função do momento pandêmico, o que pode ter gerado uma avaliação equilibrada diferindo de resultados de outra pesquisa ao verificar que estudantes que já ingressaram na modalidade de ensino à distância avaliaram positivamente este modo de ensino (FINELLI, *et al.*, 2018). Acredita-se que há uma diferença na aceitação e desempenho dos estudantes quando estes têm a opção sobre o tipo de ensino.

A dificuldade em realizar as atividades de ensino remotas foi mencionado por 80,6% da amostra, dentre os principais motivos destacam-se: a falta de infraestrutura, a dificuldade de acessibilidade e de aspectos pedagógicos e didáticos. Estes resultados também foram evidenciados em pesquisas americana e chinesa (KECOJEVIC, *et al.*, 2020; WANG *et al.*, 2020).

Em relação às dificuldades de acesso e recursos tecnológicos verificados nesta pesquisa, como problemas de instabilidade da internet e a falta e/ou domínio de ferramentas e equipamentos confirmaram resultados de pesquisas com universitários norte-americanos (KECOJEVIC, *et al.*, 2020) e universitários brasileiros (DOSEA, *et al.* 2020; CAVALCANTI, *et al.*, 2020). Alguns autores referiram que estas dificuldades podem repercutir na diminuição da satisfação com as aulas remotas e prejuízos na qualidade do ensino, pois dificulta a participação e acompanhamento integral do aluno nas aulas síncronas (DOSEA, *et al.* 2020; CAVALCANTI, *et al.*, 2020).

Ainda em relação à acessibilidade, verificou-se que devido à migração das atividades acadêmicas e profissionais para a forma remota, houve aumento do tráfego na rede de internet contribuindo para a diminuição da velocidade e instabilidade do sinal (DOSEA, *et al.*, 2020; CAVALCANTI, *et al.*, 2020). Nesse sentido, a literatura aponta que apesar da rede de internet ser capaz de suportar o aumento de volume de acessos, essa distribuição nem sempre é homogênea, resultando em instabilidades e obstáculos para o acesso e manutenção do sinal (FELDMANN, *et al.*, 2020).

A dificuldade na utilização e manuseio das ferramentas *online* pode estar associada às falhas nos sistemas das plataformas virtuais e principalmente à falta de capacitação dos usuários, como apontado por outra pesquisa nacional que enfatizou a importância do treinamento e da oferta pelas instituições de ensino (DOSEA, *et al.*, 2020).

Entre as dificuldades cognitivas para o ensino remoto apontadas pelos estudantes deste estudo, a dificuldade em manter a atenção e concentração e a falta de interesse foi evidenciada também em universitários norte-americanos (KECOJEVIC, *et al.*, 2020) e a falta de motivação, diminuição do envolvimento e dificuldades na interação durante as aulas também foram apontadas por universitários holandeses (MEETER, *et al.*, 2020). A pouca interação durante as atividades remotas e as dificuldades de infraestrutura contribuem negativamente para o desenvolvimento e/ou agravamento das dificuldades cognitivas, podendo configurar como fatores desmotivadores (MEETER, *et al.*, 2020), pois é comum nas atividades remotas, o estudante assumir o papel de espectador e, se associado ao ambiente de estudo pouco adequado, aumentará a possibilidade de distração (DOSEA, *et al.*, 2020; SHEA, 2019).

Nesse estudo os participantes apontaram como motivos que interferem na concentração e interesse para realização das atividades remotas, as preocupações com a própria saúde e de seus familiares e as dificuldades financeiras. Resultados estes corroborados por outros autores que indicaram que estes podem contribuir para um aumento no sofrimento mental (KECOJEVIC, *et al.*, 2020).

COVID-19 e sofrimento psíquico

Verificou-se o predomínio de estudantes sintomáticos para as três variáveis durante a pandemia, sendo depressão, estresse e ansiedade respectivamente, corroborando com resultados da literatura internacional que também verificaram aumento dos indicadores de uma ou mais variáveis investigadas com universitários americanos (WANG, *et al.*, 2020; KECOJEVIC, *et al.*, 2020; SON, *et al.*, 2020), espanhóis (ODRIOZOLA-GONZÁLEZ, *et al.*, 2020) portugueses (MAIA; DIAS, 2020), franceses (ELMER; MEPHAM; STADTFELD, 2020; HUSKY; KOVESH-MASFETY; SWENDSEN, 2020), gregos (KAPAROUNAKI, *et al.*, 2020), indianos (ROY, *et al.*, 2020), japoneses (NISHIMURA, *et al.*, 2021) e chineses (LIU, *et al.*, 2020).

Neste estudo identificou-se níveis elevados dos indicadores nas três variáveis chegando a graus patológicos com sintomas classificados como moderados e severos. Níveis patológicos de depressão e ansiedade também foram evidenciados em resultados de pesquisa com 2031 universitários americanos e, segundo os autores, os participantes relataram o aumento dos sintomas durante a pandemia (WANG, *et al.*, 2020). A somatização decorrente dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse também foi verificada em universitários norte-americanos que também apresentaram dificuldade de atenção e concentração (KECOJEVIC, *et al.*, 2020).

Estudo comparativo das variáveis antes e durante a pandemia com universitários portugueses evidenciaram que com a pandemia houve o aumento de indicadores de sofrimento psíquico, sendo principais motivos, o confinamento e a influência das notícias sobre o aumento de casos e óbitos por COVID 19 (MAIA; DIAS, 2020). A literatura aponta outros estressores como: as preocupações com progresso e desempenho acadêmico e planos de vida, a dificuldade na adaptação ao ensino a distância, o aumento da carga horária, apreensões financeiras relacionadas a vida acadêmica (diminuição das oportunidades de emprego, aumento das mensalidades e taxas e impacto nas bolsas de estudo e financiamentos), assim como

problemas relacionais com familiares e companheiros de quarto e falta de atividades (WANG, *et al.*, 2020).

Em estudos sobre os impactos psicológicos durante a pandemia na população chinesa (LIU, *et al.*, 2020; WANG; ZHAO, 2020; WANG, *et al.*, 2020) e brasileira (BARROS, *et al.*, 2020) identificaram maior prevalência de sofrimento psíquico em jovens adultos. Em contrapartida, idosos, que na maioria das vezes são aposentados, mostraram-se mais resilientes devido às experiências vivenciadas ao longo da vida (BARROS, *et al.*, 2020). Autores apontam índices aproximadamente três vezes mais elevados para depressão e ansiedade nos jovens adultos quando comparados aos mais velhos (BARROS, *et al.*, 2020).

Acredita-se que a população em nível mundial sofreu impactos em sua saúde mental, porém jovens adultos, como a amostra deste estudo, estão em uma fase de vida mais ativa, em construção de carreira profissional, com rotina mais intensa, com compromissos acadêmicos, profissionais e sociais. Com a pandemia talvez tenham sofrido mais com as restrições, tendo que limitar seus contatos socioafetivos a encontros virtuais, reduzir suas atividades de lazer, de entretenimento e socialização às atividades de telas, além da necessidade de adaptação aos modos e ferramentas digitais de acesso para estudos e trabalho e, portanto, mais propensos às preocupações e vulnerabilidades frente às incertezas sobre o futuro (BARROS, *et al.*, 2020).

Especificamente em relação à ansiedade, verificou-se que esta foi a variável com mais presença de níveis patológicos neste estudo, como verificado em outro estudo com universitários americanos (SON, *et al.*, 2020), sendo mais elevado em estudantes concluintes (KECOJEVIC, *et al.*, 2020).

A maioria da amostra apontou como principal fator desencadeante a incerteza do futuro. Acredita-se que os indicadores de ansiedade podem se intensificar com a permanência dos fatores estressores, remetendo à sensação de medo e vulnerabilidade frente a imprevisibilidade do futuro, incredulidade de acontecimentos positivos e pouco ou nenhum controle sobre o futuro financeiro e profissional.

Outras pesquisas apontaram como preditores do aumento dos níveis de ansiedade: o isolamento e diminuição da vida social (WANG; ZHAO, 2020; ELMER; MEPHAM; STADTFELD, 2020), preocupação com o desempenho acadêmico e com a futura carreira (ELMER; MEPHAM; STADTFELD, 2020; WANG, *et al.*, 2020), dificuldade de adaptação a nova modalidade de ensino (WANG *et al.*, 2020); diminuição da prática de exercícios (WANG; ZHAO, 2020), notícias falsas (LIU; LIU; ZHONG, 2020), estar longe da família (HUSKY; KOVESS-MASFETY; SWENDSEN, 2020), aumento dos conflitos familiares (BEZERRA, *et al.*, 2020; CASTILHO; RIBEIRO; UNGHERI, 2020; WANG, *et al.*, 2020); dificuldades financeiras (CAO *et al.*, 2020; WANG *et al.*, 2020) e preocupação com sua saúde ou de familiares (CAO, *et al.*, 2020; SON, *et al.*, 2020).

A depressão foi o segundo transtorno mais prevalente na amostra deste estudo e, também, de universitários gregos (KAPAROUNAKI, *et al.*, 2020). No referido estudo foi verificado, em muitos casos, a intenção suicida. Acredita-se que a depressão pode estar relacionada às consequências deste momento atípico, em que estão presentes preocupações com a suspeita ou contaminação de familiares e amigos pelo SARS CoV, medo da exposição (LIU; LIU; ZHO, 2020), a necessidade do isolamento social diminuindo a interação social (SILVA, *et al.*, 2020), a ruptura da rotina exigindo novas formas de gerenciamento da rotina. No caso dos estudantes houve a necessidade de se adaptar a uma nova modalidade de ensino, muitas vezes levando a desmotivação, a falta de concentração (KECOJEVIC, *et al.*, 2020), a diminuição do interesse e iniciativa para estudar, o que em âmbito universitário pode gerar preocupações com a qualidade da formação profissional (NISHIMURA, *et al.*, 2021). Universitários que mantiveram atividades externas apresentaram menores indicadores para depressão e também para ansiedade e estresse (LIMA, *et al.*, 2020).

Em relação ao estresse em estudantes universitários, estudo realizado com concluintes do curso de Terapia Ocupacional identificou elevados indicadores de estresse revelando que a presença neste público precede o momento pandêmico (SANCHES; SILVA; SILVA, 2018).

No presente estudo realizado durante a pandemia identificou-se significativa parcela de estudantes com indicadores de estresse, inclusive com universitários classificados em níveis patológicos. O estresse pode estar relacionado a dificuldade em administrar e conciliar as atividades e também pelo excesso dessas. A literatura aponta que a carga adicional de estresse dos universitários pode estar associada às preocupações pessoais e acadêmicas, somadas a outras demandas decorrentes da pandemia, por exemplo familiares com COVID, atividades domésticas e de autocuidado, aspectos nem sempre considerados pelas instituições e professores ao programar as disciplinas e atividades acadêmicas (OLIVEIRA; POSTAL; AFONSO, 2020).

Na mesma direção, autores verificaram que os universitários franceses que se preocupavam mais com a saúde da família e amigos e o futuro da carreira tinham maior probabilidade de ficarem estressados (ELMER; MEPHAM; STADTFELD, 2020), com maior prevalência em universitários do sexo feminino (BOURION-BÉDÈS, *et al.*, 2021).

Son *et al.*, (2020) ao avaliar os efeitos da pandemia na saúde mental em 195 universitários de uma universidade pública dos Estados Unidos verificaram que 71% dos estudantes relataram aumento de estresse durante a pandemia, como estressores foram identificados sentimentos de solidão e impotência, apresentar problemas financeiros e incertezas acadêmicas. Destacaram ainda que os estressores podem favorecer o surgimento de comorbidades como depressão e ideação suicida.

A literatura também aponta aspectos que favorecem como proteção ao sofrimento psíquico, como por exemplo, busca por informações em fontes confiáveis (LIU; LIU; ZHONG, 2020), rotina saudável de sono e alimentação (CHEN, *et al.*, 2020), religião e espiritualidade (LIMA, *et al.*, 2020), práticas de atividades de lazer (SILVA, *et al.*, 2020) e prática de atividade física (CHEN, *et al.*, 2020).

Além da busca por fatores de proteção existem casos que demandam a necessidade de intervenções clínicas, no presente estudo o elevado número de estudantes classificados com indicadores patológicos associado a manutenção do momento pandêmico demanda das universidades a oferta de estratégias de promoção e cuidado de saúde mental (SILVA, *et al.*, 2020).

Qualidade de vida

No presente estudo a maioria dos estudantes classificaram a qualidade de vida como regular, resultados similares foram encontrados em estudos internacionais (VILLANUEVA; MEISSNER; WALTERS, 2020; VILLAVICENCIOS; MERINO; RAMOS, 2020).

Em contrapartida, estudo internacional que avaliou a qualidade e estilo de vida de universitários peruanos observou que a maioria referiu boa perspectiva da qualidade de vida (VILLAVICENCIOS; MERINO; RAMOS, 2020). Pesquisa nacional que avaliou a qualidade de vida de universitários brasileiros, estudantes de odontologia que estavam em atividades acadêmicas remotas durante o isolamento social identificou que a maioria da amostra classificou a qualidade de vida como boa, porém referiu que o domínio psicológico o principal domínio comprometido (SILVA, *et al.*, 2020).

Os autores ressaltaram como benefícios das atividades acadêmicas de forma remota, a interação entre

professor e aluno como fator que contribui para o enfrentamento do isolamento. Entretanto, enfatizaram que a oferta desta modalidade de ensino requer um ambiente adequado que favoreça a concentração e aquisição do conteúdo didático (SILVA, *et al.*, 2020).

Ao avaliar a qualidade de vida utilizando o WHOQOL-*bref* em universitários da Malásia durante a pandemia de COVID-19, os autores identificaram que os escores dos domínios psicológicos e relações sociais se apresentaram menores quando comparados a média geral da população (ABDULLAH, *et al.*, 2020). Destacaram como fatores que favorecem uma melhor avaliação da qualidade de vida, o maior apoio familiar e de amigos, maior tempo *online* em ensino remoto e a prática religiosa. Por outro lado, a frustração devido à quebra da rotina, a interrupção das atividades acadêmicas presenciais e ao fato de morar em áreas com altas taxas de contágio contribuíram para uma avaliação negativa da qualidade de vida (ABDULLAH, *et al.*, 2020).

O isolamento, a ruptura da rotina e redução do contato social podem causar a sensação de distanciamento do mundo, gerando angústia, a qual interfere diretamente na qualidade de vida (SILVA, *et al.*, 2020; BROOKS, *et al.*, 2020).

Conclusão

Verificou-se que entre os aspectos investigados, os estudantes apresentaram maiores implicações em sua saúde mental durante a pandemia, com destaque para depressão e estresse, no que se refere a ocorrência e, quanto à gravidade, ansiedade e estresse. Também foram manifestadas alterações significativas de hábitos de rotina, dificuldades relacionais e no acompanhamento das atividades acadêmicas. Quanto à qualidade de vida, a maioria apresentou avaliação regular, sendo que os domínios psicológico, físico e ambiental foram os mais afetados.

Faz-se necessário a implementação de programas e ações de promoção em saúde mental por parte das instituições de ensino visando melhor qualidade de vida e de desempenho acadêmico, bem como flexibilização dos critérios de avaliação e prazos, e ainda, a diminuição do volume de atividades assíncronas. A questão do acesso, manutenção do sinal durante as atividades acadêmicas, bem com a disponibilidade e a qualificação para o uso das tecnologias de comunicação digitais também são aspectos que precisam ser considerados, como condicionantes fundamentais para o alcance de um ensino de qualidade.

Como fator limitante da pesquisa aponta-se o fato de não haver uma medida prévia do grupo pesquisado antes do momento pandêmico, o que impede uma comparação sobre os percentuais atuais obtidos, resultando em impossibilidade de afirmar o quanto o agravamento da saúde mental decorre especificamente da pandemia de COVID 19. Entretanto, o conjunto de alterações comportamentais e emocionais referidas pelos estudantes sugerem que podem estar fortemente influenciadas pelo momento pandêmico.

Referências

ABDULLAH, M. F. I. L. B.; *Et al.* Quality of Life of University Students During The COVID-19 Pandemic: Age, History of Medical Illness, Religious Coping, COVID-19 Related Stressors, Psychological Factors and Social Support Were Predictive of Quality of Life. Research Square, 2020. doi: 0.21203/rs.3.rs-104496/v1

AGNEW, M.; POOLE, H.; KHAN, A. **Fall break fallout**: exploring student perceptions of the impact of an autumn break on stress. *Student Success*. 2020. <<https://doi.org/10.5204/ssj.v10i3.1412>>.

AMARAL, E.; POLYDORO, S. **Os desafios da mudança para o ensino remoto emergencial na graduação na unicamp-brasil**. *Linha Mestra*, n. 41a, 2020, p. 52-62. <<https://doi.org/10.34112/1980-9026a2020n41ap52-62>>.

BARROS, M. B. A.; *Et al.* Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiol. Serv. Saúde*, v. 29, n. 4, 2020, e2020427. <<https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400018>>.

BEZERRA, A. C. V.; *Et al.* Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. *Ciênc. Saúde coletiva*, v. 25, 2020, p. 2411-2421. DOI: 10.1590/1413-81232020256.1.10792020

BOURION-BÉDÈS, S.; *Et al.* Stress and associated factors among French university students under the COVID-19 lockdown: The results of the PIMS-CoV 19 study. *Journal of affective disorders*, v. 283, 2021, p.108-114. <<https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.01.041>>.

BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep). Censo da Educação Superior 2018: notas estatísticas. Brasília, DF, 2019. <https://download.inep.gov.br/educacao_superior/censo_superior/documentos/2019/censo_da_educacao_superior_2018-notas_estatisticas.pdf>.

BRASIL. Portaria nº 343, de 17 de março de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19. 53. ed. Seção 1, p. 39. Disponível em: <<https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-343-de-17-de-marco-de-2020-248564376>>. Acesso em: 01 nov. 2020.

BRASIL. LEI nº 13.979 de Fevereiro de 2020. Dispõe sobre as medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do coronavírus responsável pelo surto de 2019. <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2020/lei/13979.htm>. Acesso em: 13 mai. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. O que é coronavírus? (COVID-19). Disponível em: <<https://coronavirus.saude.gov.br>>. Acesso em: 25 de maio de 2020.

BRASIL. Empresa Brasileira de Comunicação. Organização Mundial de Saúde declara pandemia do novo Coronavírus. Disponível em: <<https://www.unasus.gov.br/noticia/organizacao-mundial-de-saude-declara-pandemia-de-coronavirus>>. Acesso em: 25 de maio de 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Boletim Epidemiológico Especial COE-COVID-19. Disponível em: <<https://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2020/May/21/2020-05-19---BEE16---Boletim-do-COE-13h.pdf>>. Acesso em: 25 de maio de 2020.

BROOKS, S.K. *et al.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*, v. 395, n. 10227, 2020, p. 912-920. <[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)>.

CAO, W.; *Et al.* The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, v. 287, 2020. <<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>>.

CASTILHO, C. T.; RIBEIRO, S. P.; UNGHERI, B. O. (2020). Distanciamento Social e Tempo Livre: Paradoxos Vivenciados por Estudantes da Universidade Estadual de Minas Gerais no Âmbito do Lazer. *LICERE - Revista Do Programa De Pós-graduação Interdisciplinar Em Estudos Do Lazer*, v. 23, n. 3, 2020, p.93-125. <<https://doi.org/10.35699/2447-6218.2020.25216>>.

CAVALCANTI, M. de A.; *Et al.* Os desafios do uso de metodologias ativas no ensino remoto durante a pandemia do Covid-19 em um curso superior de enfermagem um relato de experiência. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 12, 2020. DOI: <<https://doi.org/10.34117/bjdv6n12-367>>.

CHATTERJEE, S. S.; MALATHESH, B. C.; MUKHERJEE, A. Impact of COVID-19 pandemic on pre-existing mental health problems. **Asian Journal of Psychiatry**, v. 51, 2020. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102071.

CHEN, R-N.; *Et al.* Mental health status and change in living rhythms among college students in China during the COVID-19 pandemic: A large-scale survey. **Journal of Psychosomatic Research**, v. 137, 2020. <<https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2020.110219>>.

DOSEA, G. S.; *Et al.* Métodos ativos de aprendizagem no ensino online: a opinião de universitários durante a pandemia de COVID-19. **Educação**, v. 10, n. 1, p.137–148, 2020. <<https://doi.org/10.17564/2316-3828.2020v10n1p137-148>>.

ELMER, T.; MEPHAM, K.; STADTFELD, C. Students under lockdown: Comparisons of students' social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland, **PLoS ONE**, v. 15, n. 7, 2020. <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236337>>.

FELDMANN.; *Et al.* The Lockdown Effect: Implications of the COVID-19 Pandemic on Internet Traffic. **Virtual Event**, 2020. <<https://doi.org/10.1145/3419394.3423658>>.

FERNANDES, N. Economic Effects of Coronavirus Outbreak (COVID-19) on the World Economy (March 22, 2020). **IESE Business School Working Paper**. n. 2020. <<http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3557504>>.

FINELLI, L. A. C.; *Et al.* Avaliação da qualidade da educação a distância – ead na percepção dos discentes. **Multifaces**, v. 1, n. 1, 2018, p. 28-39. Disponível em: <<http://multifaces.ifnmg.edu.br/index.php/multifaces/article/view/88/19>>.

FLECK, M. P. A.; *Et al.* Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL-Bref”. **Rev Saúde Pública**. v. 34, n. 2, p.178-83, 2000. <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102000000200012>>.

GONÇALVES, A.; *Et al.* Insônia nos estudantes de enfermagem em ensino clínico. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, n. spe3, 2016, p. 73-78. DOI:10.19131/rpesm.0121

GRUBIC, N.; BADOVINAC, S.; JOHRI, A. M. Student mental health in the midst of the COVID-19 pandemic: A call for further research and immediate solutions. **International Journal of Social Psychiatry**. 2020, p. 1-2. <<https://doi.org/10.1177/0020764020925108>>.

HUSKY, M. M.; KOVESH-MASFETY, V.; SWENDSEN, J. D. Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. **Comprehensive Psychiatry**, v. 102, 2020, p. 159121. <<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152191>>.

JENA, K. P. Impacto de pandemia COVID-19 on education in India. **International Journal of Current Research**, v. 12, n. 7, 2020, p. 12582-12586. DOI: <<https://doi.org/10.24941/ijcr.39209.07.2020>>.

KAPAROUNAKI, C.; *Et al.* University students' mental health amidst the COVID-19 quarantine in Greece. **Psychiatry Research**, v. 290, 2020, p. 113111. <<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113111>>.

KECOJEVIC, A.; *Et al.* The impact of the COVID-19 epidemic on mental health of undergraduate students in New Jersey, cross-sectional study. **PLoS ONE** v. 15, n. 9, 2020. <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239696>>.

KELVIN, D. J.; RUBINO, S. Fear of the novel coronavirus. **J. Infect. Dev. Countries**, v. 14, n. 1, 2020, p 1–2. <<https://doi.org/10.3855/jidc.12496>>.

LIMA, C. S. Saúde mental, uso de substâncias e religiosidade dos estudantes do Curso de Graduação em Enfermagem frente a pandemia da COVID-19. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) - Universidade Federal de Uberlândia, 2020. <<https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/30123>>.

LIU, C. H.; *Et al.* Evidence for elevated psychiatric distress, poor sleep, and quality of life concerns during the COVID-19 pandemic among U.S. Young adults with suspected and reported psychiatric diagnoses. **Psychiatry Research**, v. 292, 2020. Doi:10.1016/j.psychres.2020.113345.

- LIU, J.; *Et al.* Online Mental Health Survey in a Medical College in China During the COVID-19 Outbreak. **Front. Psychiatry**, v. 11, n. 459, 2020. doi: 10.3389/fpsyt.2020.00459
- LIU, X.; LIU, J.; ZHONG, X. Psychological state of college students during COVID-19 epidemic. **The Lancet Global Health**, 2020 <<http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3552814>>.
- MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estud. psicol.** (Campinas), v. 37, 2020. <<https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>>.
- MALTA, D. C.; *Et al.* A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal. **Epidemiol Serv Saúde**, v. 29, n. 4, 2020. <<https://doi.org/10.1590/s1679-49742020000400026>>.
- MEETER, M.; *Et al.* College students' motivation and study results after COVID-19 stay-at-home orders. 2020. DOI:10.31234/osf.io/kn6v9
- NISHIMURA Y. *et al.* Impact of the COVID-19 Pandemic on the Psychological Distress of Medical Students in Japan: Cross-sectional Survey Study. **J Med Internet Res**, v. 23, n. 2, 2021. doi: 10.2196/25232.
- ODRIOZOLA-GONZÁLEZ, P. *et al.* Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university. **Psychiatry research**, v. 290, 2020. <<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113108>>.
- OLIVEIRA, W. A. de.; CHAVES, S. N. Os desafios da gestão do ensino superior durante a pandemia da covid-19: uma revisão bibliográfica. **Revista de Saúde-RSF**, v. 7, n. 2, 2020. Disponível em: <<http://revista.faciplac.edu.br/index.php/RSF/article/view/643/263>>.
- OLIVEIRA, S. S.; POSTAL, E. A.; AFONSO, D. H. As Escolas Médicas e os desafios da formação médica diante da epidemia brasileira da Covid-19: das (in)certezas acadêmicas ao compromisso social. **APS em Revista ARTIGOS**, v. 2, n. 1, 2020, p. 56-60. <<https://doi.org/10.14295/aps.v2i1.69>>
- PATIAS, N. D.; *Et al.* Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) - Short Form: Adaptação e Validação para Adolescentes Brasileiros. **Psico-USF**, Itatiba, v. 21, n. 3, 2016, p. 459-469. <<https://doi.org/10.1590/1413-82712016210302>>.
- ROY, D.; *Et al.* Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in India population during COVID-19 pandemic. **Asian Journal of Psychiatry**, v. 51, 2020. <<https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102083>>
- SANCHES, B. P.; SILVA, N. R.; SILVA, M. L. Avaliação do estresse em estudantes concluintes de terapia ocupacional. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 26, n. 1, 2018. DOI: <<https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1025>>
- SILVA, M. L.; *Et al.* Vulnerabilidades na Saúde Mental de Universitários em Período de Estágio Clínico. **Revista Saúde e Desenvolvimento Humano**, v. 8, n. 3, 2020. DOI: <<http://dx.doi.org/10.18316/sdh.v8i3.6727>>
- SILVA P. G. D. B.; *Et al.* Distance learning during social seclusion by COVID-19: Improving the quality of life of undergraduate dentistry students. **Eur J Dent Educ.**, v. 25, n.1, 2020, p.1-11. <<https://doi.org/10.1111/eje.12583>>
- SHEA P. A study of students' sense of learning community in online environments. **OLJ.**, v. 10, n. 1, 2019, p.1-11. DOI:10.24059/olj.v10i1.1774
- SON, C.; *Et al.* Effects of COVID-19 on college students' mental health in the United States: Interview survey study. **Journal of medical internet research**, v. 22, n. 9, 2020, e21279. doi: 10.2196/21279
- VILLAVICENCIOS, N. G. V.; MERINO, E. P.; RAMOS, F. E. E. Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en tiempo de Covid-19. **Revista Universidad y Sociedad**, v. 12, n. 6, 2020, p. 246-251. Disponível em: <<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/1839>>

VILLANUEVA, E. W.; MEISSNER, H.; WALTERS, R. W. American Medical Student Perceptions of the Online Learning Environment, their Quality of Life, and the School of Medicine's Response During COVID-19 Pandemic. *Med Sci Educ*, 2021. <<https://doi.org/10.1007/s40670-021-01223-z>>

WANG, X.; *Et al.* Investigating Mental Health of US College Students During the COVID-19 Pandemic: Cross-Sectional Survey Study. *J Med Internet Res*, v. 22, n. 9, 2020, e22817. doi: 10.2196/22817

WANG, C.; *Et al.* A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China. **Brain Behav Immun** [Internet], v. 87, 2020, p.40-8. doi: 10.1016/j.bbi.2020.04.028

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020. 2020. Disponível em: <<https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>>. Acesso em: 23 out. 2020.

XIANG, Y. T.; *Et al.* Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. **Lancet Psychiatry** 7, v. 7, n. 3, 2020, p.228–229. <[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8)>

YOUNGMINDS. Coronavirus: Impact on young people with mental health needs. 2020. <https://youngminds.org.uk/media/3708/coronavirus-report_march2020.pdf>. Acesso em: 25 de maio de 2020.

ZANDIFAR, A.; BADRFAM, R. Iranian mental health during the COVID-19 epidemic. *Asian J. Psychiatry* 51, 101990. 2020. DOI: 10.1016/j.ajp.2020.101990

ZHAI, Y.; DU, X. Addressing collegiate mental health amid COVID-19 pandemic. *Psychiatry Research*, v. 288, 2020. <<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113003>>

ZHOU, X.; *Et al.* The role of telehealth in reducing the mental health burden from COVID- 19. *Telemed. Telemedicine and e-Health*, v.26, n.4, 2020. <<https://doi.org/10.1089/tmj.2020.0068>. [tmj.2020.0068](https://doi.org/10.1089/tmj.2020.0068)>.