

# PANDEMIA E BEM-ESTAR ACADÊMICO: CRIANDO CAMINHOS TERAPÊUTICOS PARA UMA NOVA REALIDADE

## *PANDEMIC AND ACADEMIC WELL-BEING: CREATING THERAPEUTIC PATHWAYS FOR A NEW REALITY*

Sandro Pinheiro da Costa<sup>1</sup>, Lais Leal Moreira<sup>2</sup>, Renata Pereira de Azevedo<sup>3</sup>,  
Victor Hugo Da Costa Palatnic<sup>4</sup>, Carina Dias Ferreira De Andrade<sup>5</sup>, Ketlyn de Azevedo Machado<sup>6</sup>,  
Larissa Dias Soares<sup>7</sup>, Lucas Padrão de Oliveira Zambrotti<sup>6</sup>, Maria Eduarda do Nascimento Bulhões<sup>6</sup>,  
Nathália Wintr Cariello<sup>6</sup>, Tayná Livia do Nascimento<sup>6</sup>, Vitória Santos de Andrade<sup>6</sup>

### RESUMO

A pandemia da COVID-19 teve um impacto abrangente na comunidade acadêmica. O objetivo do estudo foi avaliar o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde da comunidade acadêmica. Trata-se de estudo quali-quantitativo através de questionário semiestruturado, incluindo a comunidade acadêmica que vivenciou a pandemia no município de Teresópolis, RJ. A análise, foi realizada através dos participantes que atenderam aos critérios de inclusão. Os resultados demonstram a relação aos aspectos emocionais, em que houve um aumento significativo nos níveis de estresse, ansiedade e depressão devido ao distanciamento social, incerteza e mudanças na rotina. A saúde física foi impactada, e no aspecto social, o distanciamento físico limitou as interações sociais, causando uma sensação de isolamento e afetando o senso de pertencimento. Economicamente, estudantes enfrentaram dificuldades financeiras devido à redução da renda familiar. Esses impactos destacam a necessidade de medidas de suporte e intervenções específicas para promover a saúde mental, o bem-estar emocional, a saúde física, a interação social e a estabilidade financeira na comunidade acadêmica. O foco em serviços de apoio, programas de promoção da saúde e espaços de interação social são essenciais para mitigar os efeitos negativos da pandemia e garantir uma experiência acadêmica mais saudável e resiliente.

**Palavras-chave:** COVID-19; Pandemia; Educação Médica.

### ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has had a far-reaching impact on the academic community. The objective of the study was to evaluate the impact of the COVID-19 pandemic on the health of the academic community. This is a qualitative-quantitative study using a semi-structured questionnaire, including the academic community that experienced the pandemic in the city of Teresópolis, RJ. The analysis was carried out using participants who met the inclusion criteria. The results demonstrate the relationship with emotional aspects, in which there was a significant increase in levels of stress, anxiety and depression due to social distancing, uncertainty and changes in routine. Physical health was impacted, and in the social aspect, physical distancing limited social interactions, causing a feeling of isolation and affecting the sense of belonging. Economically, students faced financial difficulties due to reduced family income. These impacts highlight the need for supportive measures and specific interventions to promote mental health, emotional well-being, physical health, social interaction and financial stability in the academic community. A focus on support services, health promotion programs and spaces for social interaction are essential to mitigate the negative effects of the pandemic and ensure a healthier and more resilient academic experience.

**Keywords:** COVID-19; Pandemic; Medical Education.

1 Doutorando em Ciências Farmacêuticas, Docente, UNIFESO, sandropinheiropharma@gmail.com.

2 Residência de Saúde da Família, Docente, UNIFESO.

3 Especialista em Dermatologia Sanitária, Docente, UNIFESO.

4 Especialista em Endocrinologia e Metabologia, Docente, UNIFESO.

5 Especialista em Farmacologia, Farmacêutica, Prefeitura de Teresópolis.

6 Discente, Curso de Enfermagem, UNIFESO.

7 Discente, Curso de Medicina, UNIFESO.

## 1. INTRODUÇÃO

Grandes crises sociais, como a pandemia de COVID-19, transformam a vida das pessoas de forma perceptível. A pandemia do COVID-19 impactou a vida acadêmica em todo o mundo. O fechamento de instituições de educação, ensino e aprendizagem interrompidos, instabilidade financeira e o distanciamento social são apenas alguns exemplos dos problemas enfrentados pela comunidade acadêmica. Muitas Instituições de Ensino Superior implementaram políticas e procedimentos para gerenciar a disseminação do COVID-19. A coleta de dados valiosos é o primeiro passo para entender a profundidade e a amplitude dessas mudanças (BROOKS et al., 2020; CAO et al; 2020).

A pandemia da COVID-19 teve um impacto significativo na comunidade acadêmica em todo o mundo. Desde o surgimento do vírus e a implementação de medidas de distanciamento social, as instituições de ensino enfrentaram desafios sem precedentes e precisaram se adaptar rapidamente para garantir a continuidade do ensino e aprendizagem. Nesse contexto, a necessidade de adaptações no ensino se tornou essencial para garantir a segurança dos estudantes e professores, bem como para manter a qualidade da educação (CAO et al; 2020).

Um dos principais desafios enfrentados pela comunidade acadêmica foi a transição do ensino presencial para o ensino remoto. As instituições de ensino em todo o mundo tiveram que reestruturar seus currículos, migrando para plataformas virtuais e adotando ferramentas de ensino online. Essa mudança repentina exigiu ao corpo docente a maestria para a aquisição de novas habilidades tecnológicas e a adaptação de metodologias de ensino para o ambiente virtual. Ao mesmo tempo, os estudantes precisaram se ajustar a uma nova dinâmica de aprendizagem, enfrentando desafios como a falta de interação interpessoal, além da necessidade de gestão do tempo (UNESCO, 2020).

Além disso, a pandemia também trouxe impactos emocionais para a comunidade acadêmica. O distanciamento social, o isolamento e a incerteza em relação ao futuro geraram estresse, ansiedade e até mesmo depressão na comunidade acadêmica. A falta de contato humano e a sensação de desconexão afetaram a saúde mental e o bem-estar de todos os envolvidos (BROOKS et al., 2020; CAO et al; 2020).

A adaptação no ensino se mostrou essencial para enfrentar esses desafios. As Instituições de ensino implementaram estratégias como aulas síncronas e assíncronas, disponibilização de materiais online, interação por meio de fóruns de discussão e videoconferências. Também foram oferecidos suporte e recursos para ajudar os estudantes a lidar com o estresse emocional, como serviços de aconselhamento e programas de bem-estar (HOLMES et al; 2020; LIU et al., 2020).

No entanto, apesar das adaptações realizadas, alguns desafios permaneceram. A falta de acesso à internet e a equipamentos adequados se mostraram obstáculos para alguns estudantes, resultando em desigualdades no acesso à educação. Além disso, as práticas de campo, imersões dos cenários de práticas, pesquisa e extensão e estágios foram interrompidas ou modificadas, impactando a formação prática dos estudantes em áreas como saúde que requerem experiências e vivências nos cenários reais de prática (HOLMES et al; 2020).

A pandemia da COVID-19 também evidenciou a importância do ensino híbrido, que combina elementos do ensino presencial e remoto. Essa abordagem permite flexibilidade para adaptar-se às mudanças nas condições sanitárias, bem como melhorar a interação entre estudantes e professores, promovendo o engajamento e a participação ativa no processo de aprendizagem (LIU et al., 2020).

Em suma, a pandemia da COVID-19 teve um impacto profundo na comunidade acadêmica, exigindo adaptações no ensino e enfrentando diversos desafios. Através da busca contínua por soluções inovadoras, suporte emocional e investimentos adequados, é possível superar esses desafios e construir um novo modelo de ensino que atenda às necessidades da comunidade acadêmica em tempos de pandemia (HOLMES et al; 2020).

A pandemia de COVID-19 trouxe uma mudança abrupta e global, afetando diversos setores da sociedade, com impactos profundos na saúde pública, economia e educação. No contexto acadêmico, o fechamento de instituições de ensino e a necessidade de adaptação ao modelo remoto transformaram a dinâmica do ensino-aprendizagem. O isolamento social, somado às incertezas econômicas e à interrupção das atividades presen-

ciais, impactou significativamente o bem-estar físico e mental de estudantes, docentes e demais membros da comunidade acadêmica.

A transição rápida para o ensino remoto expôs desigualdades estruturais, especialmente no que tange ao acesso à internet e a dispositivos tecnológicos adequados. Além disso, a mudança no modelo de ensino impôs desafios ao corpo docente, que precisou rapidamente adquirir novas habilidades para operar em plataformas virtuais, e aos estudantes, que enfrentaram dificuldades na gestão do tempo e na manutenção da motivação em meio a um cenário de incertezas.

Nesse cenário, o bem-estar acadêmico emergiu como uma preocupação central. Estudos preliminares indicaram que o distanciamento social, a falta de interações presenciais e a sobrecarga emocional gerada pela pandemia contribuíram para o aumento de níveis de ansiedade, estresse e depressão na comunidade acadêmica (BROOKS et al., 2020; CAO et al., 2020). A criação de estratégias terapêuticas e de suporte para mitigar esses efeitos negativos se tornou fundamental para garantir a saúde mental e a resiliência dos estudantes e profissionais do ensino.

Diante desse panorama, o presente estudo busca analisar os impactos da pandemia de COVID-19 na comunidade acadêmica de Teresópolis, RJ, por meio de uma abordagem quali-quantitativa, com o objetivo de identificar as principais dificuldades enfrentadas, bem como as estratégias adotadas para enfrentar os desafios impostos por essa nova realidade. Além disso, o estudo pretende contribuir para a construção de caminhos terapêuticos e políticas de apoio mais eficazes para a promoção do bem-estar acadêmico.

## 2. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Após a categorização da COVID-19 como uma pandemia pela Organização Mundial da Saúde (OMS), autoridades de saúde pública recomendaram o isolamento social como medida primária para mitigar a propagação do SARS-CoV-2. Pessoas de todas as idades, incluindo a comunidade acadêmica iniciaram o isolamento social. Com poucas exceções, o auto isolamento foi repentinamente exigido pelas autoridades, principalmente para indivíduos que retornavam de regiões mais afetadas, bem como para idosos e pessoas com problemas de saúde subjacentes. Embora o auto isolamento tenha sido geralmente considerado um ato de responsabilidade individual, alguns países introduziram e aplicaram novos regulamentos específicos para restringir a circulação da população e exigir o uso de máscaras faciais (UNESCO, 2020, OMS, 2020).

Os seres humanos são fundamentalmente uma espécie social no qual é de sua natureza interagir e formar vários tipos de relacionamentos com os outros. O isolamento social tem sido entendido tanto como um fenômeno objetivo vivenciado pelos indivíduos, como aquele caracterizado por uma “falta de interação social”, “a falta real de laços sociais” e “desconexão social”. Também é entendida como uma experiência subjetiva dos indivíduos, como a “falta de envolvimento com os outros”, “solidão” ou “a discrepância percebida entre as relações sociais reais e as desejadas”. O confinamento doméstico generalizado e as restrições de mobilidade podem ser entendidos como a criação de um isolamento físico objetivamente real, reduzindo imediata e severamente a interação social direta e o contato com qualquer pessoa fora da família. Ao mesmo tempo, essas condições criam circunstâncias nas quais os indivíduos vivenciam subjetivamente o isolamento social (VAN LANCKER, 2020).

Extensas evidências de estudos de ciências sociais e saúde pública sugerem que a interação e os relacionamentos sociais são importantes para o bem-estar mental ao longo da vida. Demonstrando que, ao longo da vida, as amizades podem promover uma sensação de bem-estar e autoestima. Da mesma forma, em que as relações sociais influenciam a saúde e, por extensão, como outros indicam, o isolamento social contribui para a ansiedade e a depressão. A correlações entre a falta percebida de conexões sociais e sentimentos de solidão, com taxas mais altas de morbidade e mortalidade, bem como de infecção e declínio cognitivo são percebidos através do isolamento social (WANG et al., 2020).

De fato, as correlações são demonstradas entre relações sociais e saúde física, de modo que adultos mais conectados socialmente são mais saudáveis e vivem mais do que seus pares mais isolados. Além disso, existe um vínculo entre estar socialmente engajado e a experiência de estresse, embora esse vínculo seja complexo; o estresse pode ser causa e efeito do isolamento social. Além disso, indivíduos mais engajados socialmente parecem possuir um repertório relativamente maior de recursos restauradores ou amortecedores de estresse (comportamentais e interpessoais). Estudos centrados nas relações entre casamento/status familiar e isolamento percebido revelam que há níveis mais baixos de solidão entre os indivíduos, enquanto os homens casados ganham mais benefícios de saúde do que as mulheres casadas (AMERIO et al., 2021).

Duas décadas antes da pandemia de COVID 19, já foram relatados uma “epidemia de solidão”, parcialmente ligada a um aumento de domicílios unipessoais como observado em alguns países, e que poderia explicar um maior risco de isolamento social real ou percebido. O desenrolar da crise pandêmica revela maior complexidade na natureza do isolamento social, à luz de relatos de que o isolamento das famílias foi acompanhado pelo aumento da violência doméstica e abuso infantil online. Além disso, o nível de escolaridade também molda a medida em que os indivíduos experimentam o isolamento. Por exemplo, aqueles com níveis de educação mais altos desenvolvem grupos de redes sociais mais diversos, o que está associado a melhores resultados de saúde mental. Da mesma forma, níveis mais baixos de solidão foram relatados como associados ao aumento do nível educacional (DUAN et al., 2021).

A idade pode ser um fator que influencia o nível de riscos à saúde. No entanto, as percepções subjetivas de apoio social ou isolamento também desempenham seu papel. Especificamente, existe uma tendência para os jovens se sentirem solitários mesmo quando estão rodeados por outras pessoas ou quando fazem parte de um grupo de pares, enquanto, por outro lado, os idosos podem não se sentir solitários mesmo quando sua rede social é significativamente reduzida (DUAN et al., 2021; WANG et al., 2020).

As relações entre idade e uso de mídia social são apresentadas evidência de que o uso da mídia social pode ajudar as pessoas a se sentirem menos isoladas, como obter apoio de redes sociais online como Facebook, Instagram e outras; na qual são relatados que adultos com mais de 40 anos de idade, como usuários diários de redes sociais online, “tendem a se sentir menos isolados socialmente do que usuários menos frequentes ou não usuários”. Isso sugere que não existe uma correlação tão simples entre o uso de mídia social e o isolamento social; a idade parece importar (HOLMES et al; 2020; LIU et al., 2020).

Esses estudos mostram que os fatores que influenciam ou estão associados ao isolamento social como uma experiência subjetiva são interdependentes e complexos, mas trazem consequências para os desfechos de morbidade e mortalidade. Os estudos também destacam que a experiência de isolamento social depende do contexto e é, pelo menos, um produto de fatores psicológicos e sociais. Os fatores de influência incluem saúde, se o indivíduo está ou não em um relacionamento social próximo e a natureza desse relacionamento, nível educacional e redes sociais, idade, entre outros. De uma perspectiva, essas interdependências “ênfatizam a fluidez da formação de relacionamentos com base nas restrições ambientais atuais”. Visto através das lentes das redes sociais e, em particular, da teoria do “comboio social”, a expectativa de vida individual atravessa redes sociais concêntricas representando vários graus de proximidade, todas moldando dinamicamente o curso da vida de um indivíduo. A partir desta visão, a estrutura, função e qualidade do comboio social reflete e molda como cada indivíduo navega entre a integração social e o isolamento social (DUAN et al., 2021).

Refira-se que, mesmo sem o confinamento social imposto pela COVID-19, foi reconhecida e continua a ser debatida uma associação entre as condições de trabalho e o bem-estar. Da mesma forma, o bem-estar no local de trabalho também é moldado por influências extraorganizacionais, como tensões familiares e condições econômicas (AMERIO et al., 2021).

Mudar os padrões de trabalho contemporâneos demonstra afetar o bem-estar. Com base na premissa de que “sistemas de trabalho de alto desempenho” ou “locais de trabalho de alto comprometimento” (envolvendo muita discrição, autonomia e flexibilidade do funcionário) desenvolvem a motivação intrínseca da equipe, em que são encontrados impactos adversos significativos de tais práticas de trabalho contemporâneas no bem-estar

social. Demonstrando que a fronteira entre o trabalho e o bem-estar social é tênue, com vínculos interpenetrantes entre a pressão da carga de trabalho e o estresse e os impactos na qualidade de vida (LIU et al., 2020).

A comunidade acadêmica está familiarizada com essas tensões, equilibrando seu alto compromisso com sua profissão e identificando-se em uma condição de trabalho estressante com a necessidade de atender à vida fora da academia. A tendência de aumento do estresse entre a equipe acadêmica, atingindo um nível significativamente mais alto do que outras ocupações. Estudantes, são propensos ao estresse, ansiedade, juntamente com outras pesquisas e recursos de políticas de ensino superior online, descrevem esse processo de adoecimento mental. Independentemente de qualquer apreciação generalizada das ligações entre bem-estar no trabalho e bem-estar social os efeitos adversos das condições de trabalho na saúde mental, é devido em grande parte às diferenças entre países na flexibilidade do mercado de trabalho, variações em seus ambientes regulatórios de saúde e segurança (ECONOMOU et al., 2021).

### 3. METODOLOGIA

#### Desenho do estudo

Trata-se de estudo com a utilização de formulário semi-estruturado, de centro único, que incluiu a comunidade acadêmica que vivenciou a pandemia do SARS-CoV-2, no município de Teresópolis, RJ, Brasil. O estudo foi fomentado pelo Centro Universitário Serra dos Órgãos (Edital PICPq 2022/2023) e preparados pelos pesquisadores envolvidos. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Instituição, CAAE: 56355722.4.0000.5247.

#### Tipo de pesquisa

O estudo teve uma abordagem qualitativo-quantitativa que examinou as respostas dos participantes em um modelo do Google Forms® que foi exportado para o Microsoft Excel®. Durante a análise, foi calculado o percentual de respostas dos participantes que atenderam aos critérios de inclusão, enquanto a análise qualitativa foi realizada conforme descrito por PALMA et al. (2018), pois buscou caracterizar e diagnosticar os significados das percepções discentes.

#### Caracterização da área de estudo e participantes

A pesquisa foi desenvolvida no Centro Universitário Serra dos Órgãos, localizado no município de Teresópolis, RJ (Latitude: -22.4123, Longitude: -42.9664 22° 24' 44" Sul, 42° 57' 59"). Os procedimentos ocorreram de forma virtual e contribuirão para produzir conhecimentos sobre o impacto da pandemia na comunidade acadêmica. Os participantes foram os alunos matriculados em cursos de graduação da UNIFESO, eles foram convidados a participarem do estudo pelos seus e-mails acadêmicos e outra forma de vinculação deste convite foi por grupos em redes sociais, que frequentemente é formado na mídia para facilitar a comunicação entre os estudantes. O intervalo de divulgação do questionário foi de 8 meses, foram incluídos aqueles que tiveram uma experiência acadêmica no período pandêmico, podendo este está matriculado, ter trancado, desistido ou concluído o curso.

#### Instrumento de coleta de dados

Os dados foram coletados pelo Google Forms®, uma ferramenta online gratuita na plataforma Google que permite a criação de questionários de múltipla escolha e questões em formato aberto e/ou em escala. Além

disso, o link do questionário foi enviado aos participantes por e-mail e/ou por WhatsApp® ou outras redes sociais. Os critérios de inclusão foram estar matriculados cursos de graduação de instituições brasileiras.

Ele é do tipo misto, apresentando questões abertas que podem propiciar maior liberdade de expressão e podendo surgir respostas mais representativas e fiéis à opinião do sujeito, e questões fechadas que possibilitam uma comparação mais concreta e a facilidade da categorização (AMARO; PÓVOA; MACEDO, 2005). As perguntas foram todas iguais e aplicadas a todos os participantes na mesma formulação e ordem. Os questionários online são eficientes quanto ao seu alcance podendo atingir um grande número de pessoas, e não proporcionam gastos financeiros. Mas, nada garante que seja devidamente preenchido, além de sua má execução possa gerar dados superficiais (MOREIRA; CALEFFE, 2008).

Algumas das contribuições foram expressas em forma de acontecimentos, fatos sociais, situações vivenciadas e opiniões. Esses dados passaram por um tratamento de análise de conteúdo para primeiro se compreender criticamente o sentido das informações que não terão o potencial de replicabilidade (SEVERINO, 2007). Foi interpretado em forma de categorias segundo Bardin (1997), que agrupa os aspectos considerados semelhantes com base em critérios precisos sobre as informações textuais e características do conteúdo. Podendo assim fazer a comparação das categorias formadas e análise argumentativa dos significados que elas trazem (SILVA; FOSSÁ, 2015; CARLOMAGNO; ROCHA, 2016).

O questionário continha 46 itens. Destes, 43 itens eram obrigatórios e 3 itens opcionais, sendo 35 questões de múltipla escolha, 02 questões de seleção múltipla, 01 questões em escala Likert (1 a 5 pontos) e 8 questões abertas. O questionário foi dividido em quatro blocos: a) perfil pessoal; b) aspectos acadêmicos; c) Aspectos da infecção por Sars-CoV-2 e fatores de risco para o desenvolvimento de COVID-19; d) Aspectos de saúde mental.

O instrumento foi validado por um grupo focal composto por 3 docentes e 7 alunos de graduação do Centro Universitário Serra dos Órgãos (UNIFESO). Essa técnica permite a abordagem individual e coletiva de diferentes sujeitos sociais, que podem ser afetados por determinadas situações por meio de informações sobre a realidade e expressar opiniões, sem deixar que o indivíduo influencie o coletivo (MINAYO, 2014). A análise de grupo forneceu feedback importante sobre a clareza das questões do instrumento. O link para o questionário revisado foi então compartilhado com aqueles que lidavam com educação/ensino. O questionário esteve disponível de 14 de novembro de 2022 a 09 de Julho de 2023. O conjunto final de dados foi obtido de respostas via confirmação por e-mail, resultando em 56 respostas a serem analisadas.

Algumas das questões fechadas foram analisadas pela escala de *Likert*, que varia entre concorda totalmente, concorda, sem opinião, discorda, discorda totalmente (WEIJTERS; MILLET; CABOOTER, 2020). E as demais questões fechadas, que não possuem a escala de Likert, suas respostas são apresentadas em forma de gráficos produzidos com o GraphPad e Microsoft Excel.

Foi utilizada uma forma hierarquizada da lista de palavras, conhecida como “Nuvens de Palavras” ela apresenta o tamanho da fonte de maneira proporcional a quantidade de vezes que o termo surge no discurso, assim é possível visualizar a frequência da incidência de uma palavra-chave em uma fonte de dados. A plataforma utilizada para a produção da nuvem foi a *Infogram*.

## Análise estatística

A análise estatística dos dados experimentais foi realizado através do programa Prism 8.01 GraphPad® (GraphPad Software, Los Angeles, CA) e Microsoft Excel 2019® sendo considerados valores estatisticamente significantes aqueles com valores  $p < 0,05$ . As variáveis categóricas foram resumidas em contagens e percentagens. Nenhuma imputação foi feita para dados ausentes. Todas as estatísticas são consideradas apenas descritivas, pois a coorte em nosso estudo não foi derivada de seleção aleatória. Os dados foram realizados com o nível de significância de 5% ( $p < 0,05$ ).

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados de nossa pesquisa envolveram a participação de 56 estudantes que responderam a perguntas sobre gênero, etnia, idade e renda familiar, o que nos permitiu identificar o perfil geral do grupo. Desse modo, foram traçados o perfil social, ético, formativo e análise do impacto da pandemia no meio acadêmico.

Os resultados do inquérito da pesquisa são apresentados na Figura 1, baseados nos resultados é possível observar que 78% dos estudantes que responderam o formulário possui o estado civil solteiro. No quesito idade a intensidade da idade medida é em torno da faixa etária dos 20 anos, na identidade de gênero 45 são heterossexuais, no aspecto de formação 66% são do curso de graduação em medicina, sendo a sua maioria dos cursos da saúde, demonstrando maior prevalência e adesão nesse público.

Cerca de 40 dos entrevistados relatam residir com familiares, fator esse que pode estar relacionado a melhor enfrentamento no período do isolamento social. Em relação a ocupação 26 entrevistados indicam não realizar atividades no período da pandemia, seguido de 13 estudantes que realizam estágio nos cenários de prática, demonstrando sua inquietação quando se refere de estudantes da área da saúde para atuação no enfrentamento da pandemia da COVID-19. Em relação a raça/cor 80% se declaram como branco, no aspecto de comorbidade 37,5% dos estudantes apresentam uma doença de preexiste, apresentando assim como fatores de risco no período da pandemia, apresentam ansiedade (15), depressão (6), obesidade (3) sendo estas com maior aparecimento no questionário.

Em relação ao uso de medicamentos continuo antes da pandemia 71,4% descreveram não fazerem uso, e 26,7% relato o uso de medicamentos, entre as principais classes farmacológica são descritos antidepressivos, ansiolíticos e anti-hipertensivos, sendo correlacionado com as doenças preexistente descritas anteriormente. Após o período pandêmico 73,2% descrevem não ter iniciado fazer uso de algum medicamento, mantendo-se assim a faixa de porcentagem de indivíduos sem uso de algum medicamento, em contrapartida, 21% iniciaram algum uso principalmente de antidepressivos e ansiolíticos, demonstrando assim o impacto do isolamento social na perspectiva da saúde mental.

Figura 1: Distribuição do Estado Civil e Faixa Etária dos Estudantes da Comunidade Acadêmica

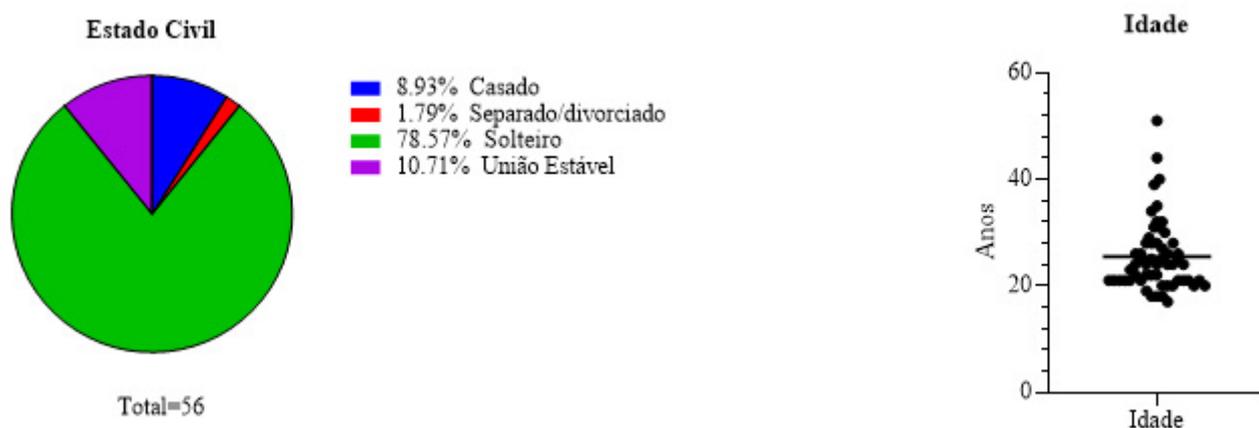


Figura 2: Distribuição dos Estudantes por Curso de Formação e Identidade de Gênero

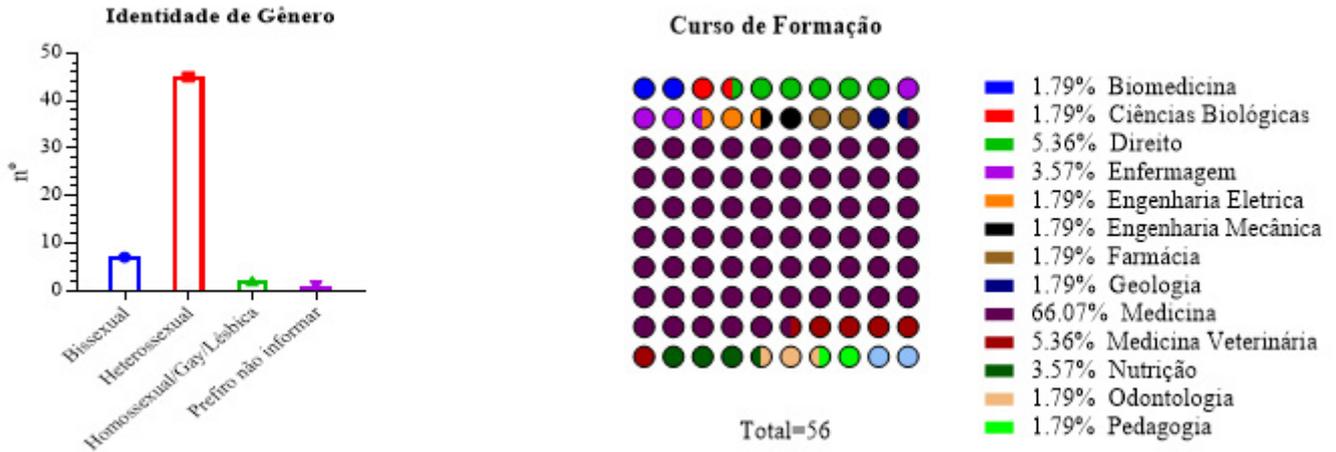


Figura 3: Condições de Residência e Ocupação dos Estudantes Durante a Pandemia de COVID-19

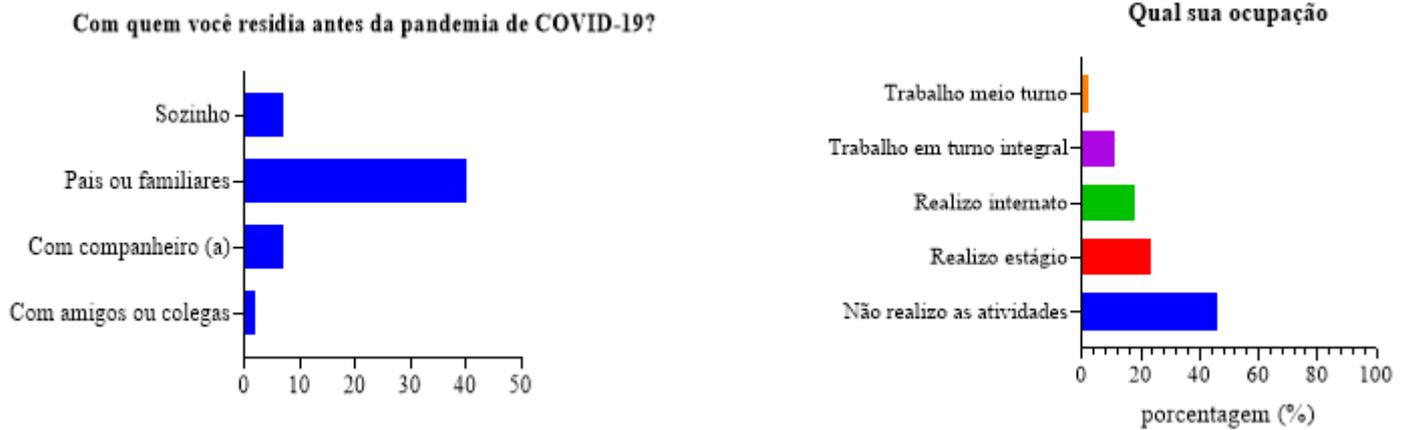


Figura 4: Prevalência de Doenças Crônicas e Distribuição Racial entre os Estudantes



Figura 5: Prevalência de Doenças Crônicas e Uso de Medicamentos Contínuos entre os Estudantes

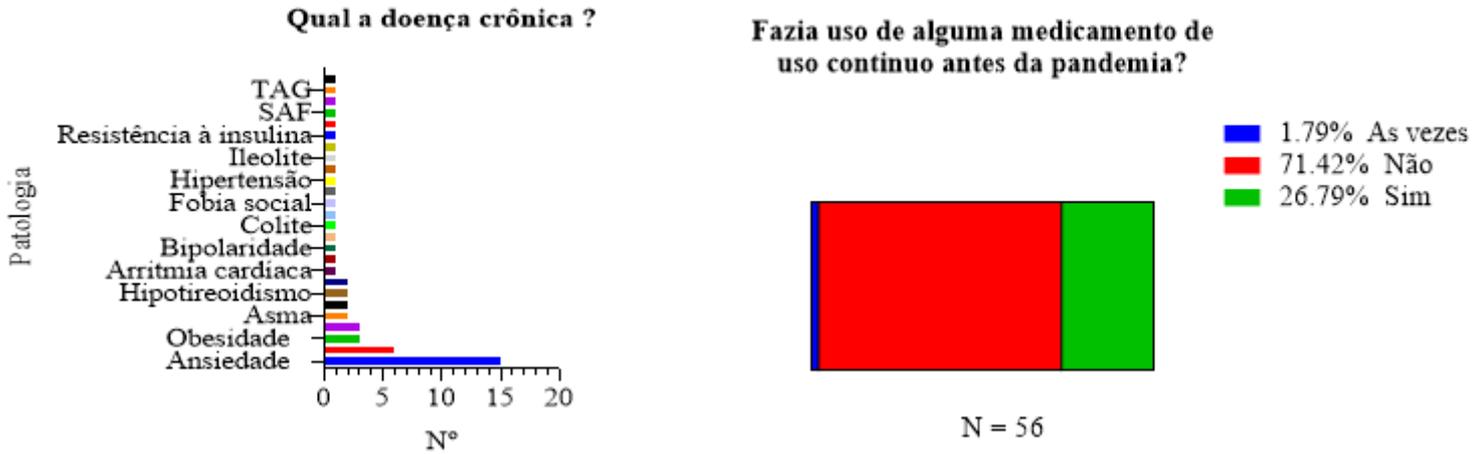


Figura 6: Uso de Medicamentos após o Período Pandêmico e Condição de Saúde Geral antes da Pandemia

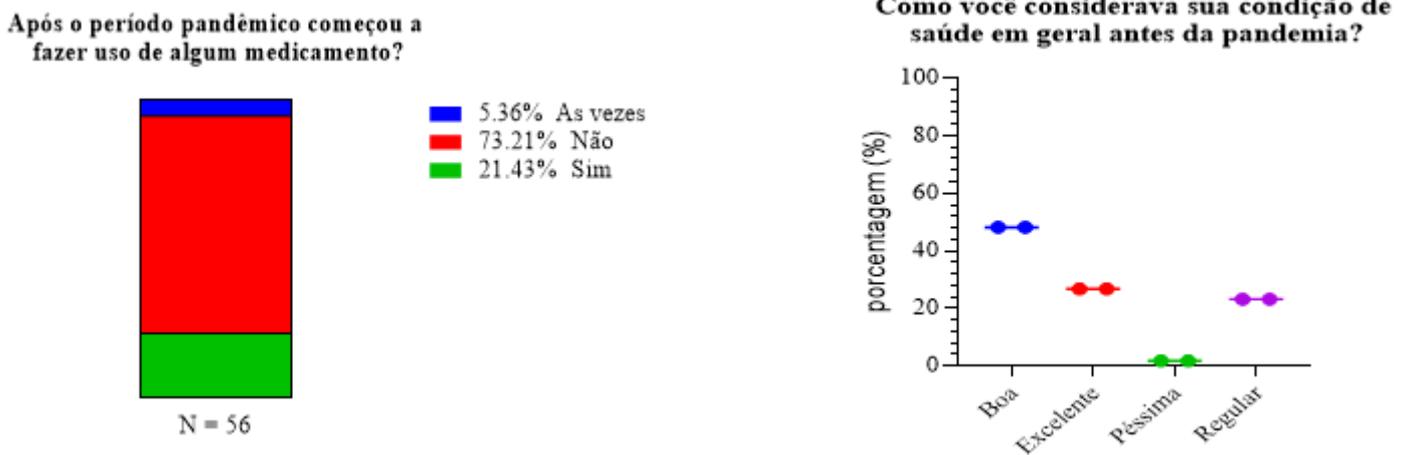


Figura 7: Utilização de Medicamentos para Ansiedade e Nervosismo e Piora na Condição de Saúde durante a Pandemia de COVID-19

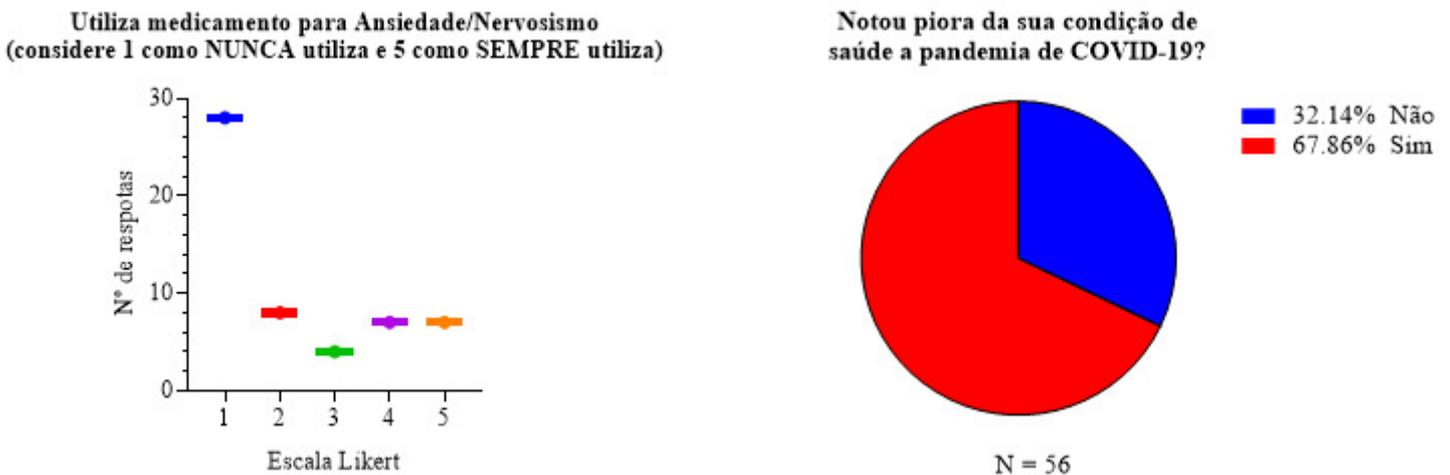


Figura 8: Sintomas Percebidos e Consumo de Substâncias durante a Pandemia de COVID-19

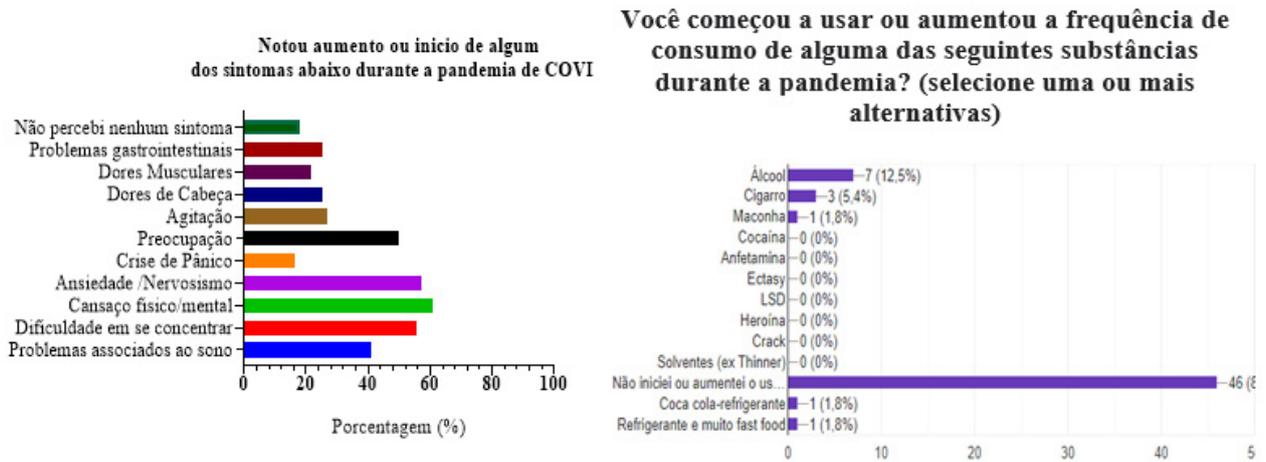


Figura 9: Diagnóstico Confirmado de COVID-19 e Experiência durante o Período de Isolamento Social

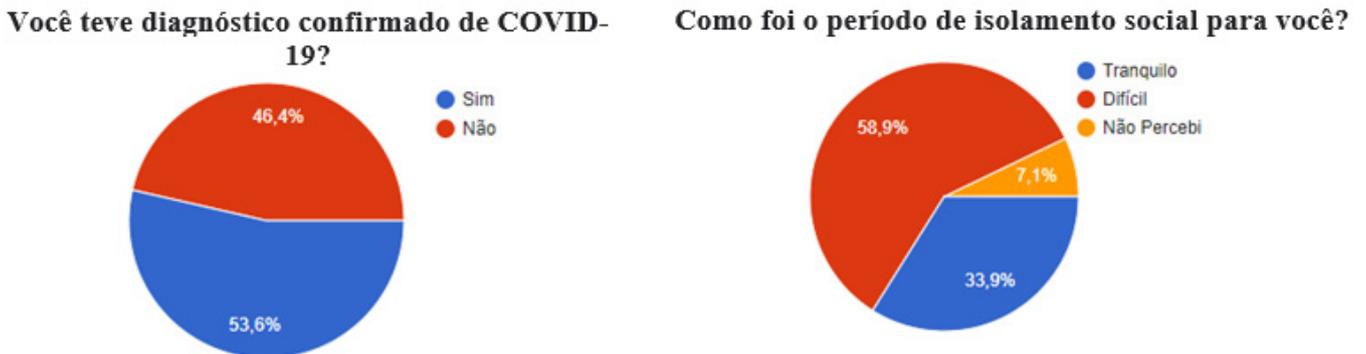


Figura 10: Impacto da COVID-19: Perda de Familiares e Mudanças na Ocupação/Trabalho

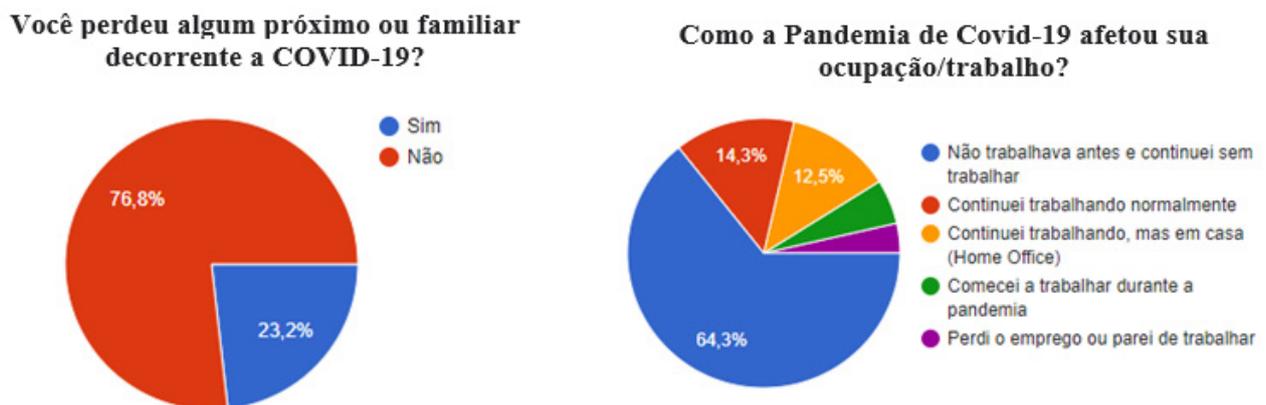
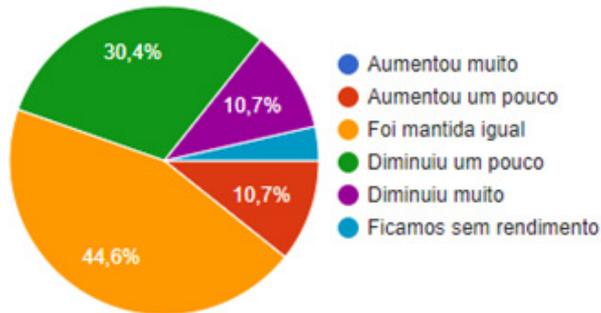


Figura 11: Impacto da Pandemia na Renda Familiar e Desempenho Acadêmico no Último Semestre

**Como a pandemia afetou a renda da sua família?**

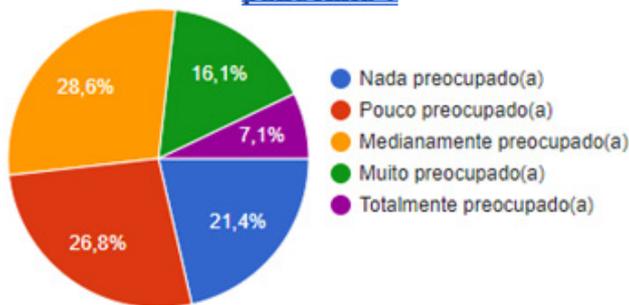


**No último semestre concluído, você:**



Figura 12: Preocupação com o Atraso Acadêmico e Atividades Extra-acadêmicas Realizadas durante a Pandemia

**O quanto você está preocupado(a) com o atraso nas atividades acadêmicas em função da pandemia ?**

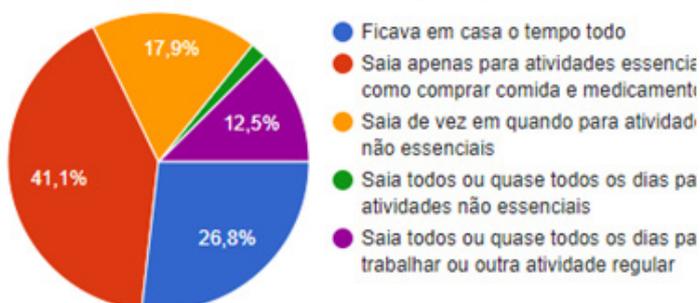


**Durante a pandemia você desenvolveu alguma atividade extra acadêmica?**



Figura 13: Rotina de Atividades durante a Pandemia e Qualidade do Sono Comparada ao Período Pré-pandemia

**Considerando o período de pandemia, como foi a sua rotina de atividades?**

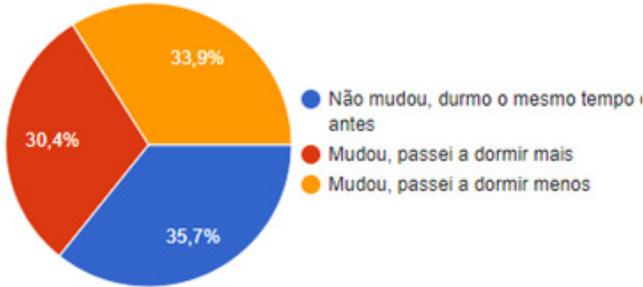


**Comparando o período atual com o período anterior à pandemia, como você avalia a qualidade do seu sono?**



Figura 14: Mudança na Duração do Sono durante o Isolamento Social e Sentimentos de Ansiedade e Nervosismo durante a Pandemia

**Houve mudança na duração do seu sono durante o período de isolamento social devido a pandemia de COVID-19?**



**Durante a pandemia sentiu-se nervoso(a), ansioso(a), inquieto(a)**

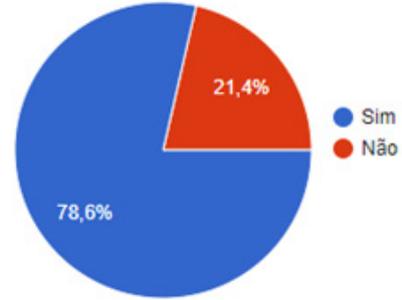
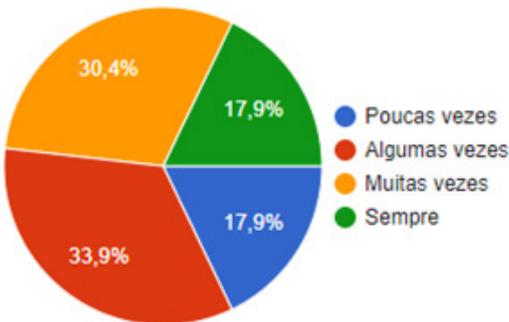
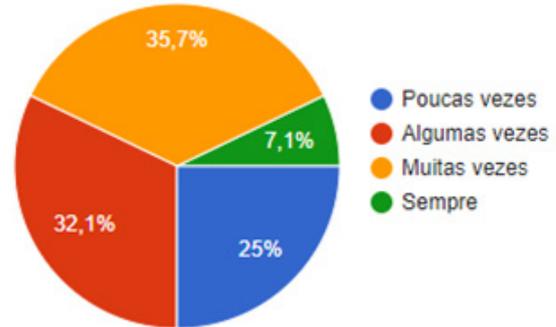


Figura 15: Fadiga e Problemas com o Sono durante a Pandemia

**Você se sentiu cansado(a) ou com pouca**



**Na pandemia você teve dificuldade para pegar no sono ou permanecer dormindo ou dormiu mais do que de costume?**



Fonte: O autor, 2023.

No que se refere a condição de saúde antes da pandemia de COVID-19, 48,2% descrevem como boa e 23,2% como regular. Quando indagados a piora da sua condição de saúde na pandemia 67,9% reconhecem que sim, apresentando assim o impacto prejudicial direto ao estado de saúde da comunidade acadêmica, relacionando principalmente a Cansaço físico/mental (60,7%), Ansiedade/Nervosismo (57,1%) e Dificuldade em se concentrar (55,4%). Sobre o aumento da frequência de consumo de alguma substâncias durante a pandemia 12,5% indicam o álcool, 5,4% o uso de cigarro e 1% relacionam a maconha, refrigerante e *fast food*, o que sugere e se correlaciona com a compulsão e saciar o sentimento de ansiedade.

Para o diagnóstico confirmado de COVID-19, 53,6% confirmam a infecção pelo vírus. O período de isolamento social é descrito por 58,9% como um momento difícil. Nessa perspectiva foi criado uma nuvem de palavras baseados na definição do isolamento social para a comunidade acadêmica, onde é apresentado na Figura 16. É evidente que o período de isolamento é representado e reconhecido como um momento “necessário”, “preocupante”, “medo”, “ansiedade”, “incenteza”, “inconstância”, “estressante”. Momentos esses definidos como marcantes para a comunidade acadêmica e palavras que expressam o impacto na saúde mental desse grupo.

**Figura 16:** Nuvem de palavras de acordo com a representação do isolamento social pela comunidade acadêmica.



Fonte: O autor, 2023

Na perda de familiares ou próximos pela COVID-19, 23,2% relatam que tiveram perdas, 64,3% relatam que não trabalhava antes da pandemia e 14,3% continuaram trabalhando e 12,5% trabalharam na modalidade home office, no aspecto de renda familiar 44,6% mantiveram a mesma renda e 30,4 % tiram algum tipo de impacto econômico familiar, o que representam esses aspectos de impacto social, econômico e emocional com o advento da pandemia.

No aspecto formativo 92,9 % relatam ter passado nas disciplinas da graduação, no sentido de preocupação com o atraso nas atividades acadêmicas em função da pandemia 78,6% demonstram algum tipo de preocupação, durante a pandemia apenas 5,4% realizarão estágio/internato em unidade com atendimento a COVID-19. No que tange a rotina de atividades 1,8% saíam todos ou quase todos os dias para atividades não essenciais, demonstram assim o senso de necessidade do isolamento social, preocupação com as atividades acadêmicas.

A pandemia da COVID-19 teve um impacto abrangente na comunidade acadêmica, afetando diferentes aspectos da vida dos estudantes e demais membros envolvidos no ensino superior. Em relação aos aspectos emocionais, a pandemia trouxe um aumento significativo nos níveis de estresse, ansiedade e depressão entre os membros da comunidade acadêmica. O distanciamento social, a interrupção das atividades presenciais e a incerteza em relação ao futuro criaram um ambiente de preocupação e tensão. Os estudantes foram afetados pelo isolamento social, pela falta de contato com colegas e pela mudança repentina para o ensino remoto (HOSSAIN et al., 2021).

Além disso, a preocupação com a contaminação pelo vírus pode ter levado a mudanças nos hábitos alimentares e no sono, afetando negativamente a saúde física. No aspecto social, a pandemia trouxe um distanciamento físico e uma redução significativa nas interações sociais. A suspensão de atividades extracurriculares, eventos sociais e aulas presenciais limitou a oportunidade de construir relacionamentos e redes de apoio. A comunidade acadêmica é conhecida por sua rica vida social e atividades colaborativas, e a ausência dessas interações pode ter consequências negativas no bem-estar social e na sensação de pertencimento (LEE et al., 2021).

Outro fato é o impacto no aspecto econômico, muitos estudantes e suas famílias enfrentaram dificuldades financeiras devido a perdas de emprego, redução de renda e outras consequências econômicas da crise. Essa situação financeira instável pode causar estresse adicional, afetar a capacidade dos estudantes de se concentrarem nos estudos e até mesmo levar a uma interrupção nos estudos devido à necessidade de buscar emprego (MERIKANGAS et al., 2021).

A pandemia da COVID-19 teve um impacto profundo e multifacetado na comunidade acadêmica. Os aspectos emocionais foram afetados pelo estresse, ansiedade e incerteza. A saúde física foi prejudicada. A falta de interações sociais afetou o bem-estar social e a sensação de pertencimento. Com isso, os desafios econômicos resultaram em dificuldades financeiras para muitos estudantes e suas famílias (HOSSAIN et al., 2021; LEE et al., 2021).

Esses impactos destacam a necessidade de medidas de suporte e intervenções específicas para a comunidade acadêmica. É essencial promover a saúde mental e o bem-estar emocional por meio de serviços de aconselhamento, programas de apoio e estratégias de autocuidado. A promoção da saúde física também deve ser priorizada, incentivando a prática regular de exercícios físicos, alimentação saudável e sono adequado. A compreensão desses impactos é essencial para desenvolver estratégias de suporte e intervenções adequadas, visando promover o bem-estar geral e garantir uma experiência acadêmica mais saudável e resiliente após a pandemia da COVID-19 (MERIKANGAS et al., 2021; LEE et al., 2021).

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia da COVID-19 teve um impacto significativo na comunidade acadêmica, afetando diversos aspectos emocionais, sociais e econômicos dos estudantes. O distanciamento social, as mudanças na rotina acadêmica e a incerteza geraram um ambiente de estresse, ansiedade e depressão, afetando o bem-estar emocional dos indivíduos. É necessária uma comunicação aberta e transparente, bem como o engajamento de todos os envolvidos, para identificar as necessidades individuais e coletivas e implementar estratégias eficazes de suporte. Embora a pandemia tenha trazido desafios significativos, também trouxe a oportunidade de reflexão e inovação na forma como a comunidade acadêmica aborda a saúde emocional. A adaptação a novas formas de ensino e aprendizagem, a implementação de estratégias de apoio e ações voltadas ao bem-estar geral podem levar a uma comunidade acadêmica mais resiliente e preparada para enfrentar desafios futuros. Portanto, é imprescindível reconhecer o impacto da pandemia na comunidade acadêmica, buscando garantir um ambiente que promova o bem-estar integral dos seus membros. Através de ações direcionadas, investimentos e colaboração, é possível superar os desafios impostos pela pandemia e construir uma comunidade acadêmica mais forte, unida e resiliente.

## 6. REFERÊNCIAS

- AMARO, A.; PÓVOA, A.; MACEDO, L. A arte de fazer questionário. Porto: Universidade do Porto, 2005.
- AMERIO, A.; BIANCHI, D.; SANTI, F.; COSTANTINI, L.; ODONE, A.; SIGNORELLI, C.; AGUGLIA, A. Covid-19 pandemic impact on mental health: a web-based cross-sectional survey on a sample of Italian general practitioners. *Acta Bio Medica: Atenei Parmensis*, v. 92, n. 3, e2021034, 2021.
- BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2016.
- BROOKS, S. K.; WEBSTER, R. K.; SMITH, L. E.; WOODLAND, L.; WESSELY, S.; GREENBERG, N.; RUBIN, G. J. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020.
- CAO, W.; FANG, Z.; HOU, G.; HAN, M.; XU, X.; DONG, J.; ZHENG, J. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, v. 287, 112934, 2020.
- CARLOMAGNO, M. C.; ROCHA, L. C. Como criar e classificar categorias para fazer análise de conteúdo: uma questão metodológica. *Revista Eletrônica de Ciência Política*, v. 7, n. 1, p. 173-188, 2016.
- DUAN, L.; ZHU, G.; LIU, J. The effect of COVID-19 pandemic on college students' mental health. *Journal of the American College Health Association*, v. 69, n. 1, p. 5-10, 2021.
- ECONOMOU, M.; PAPASLANIS, T.; ANGELOPOULOS, E.; PEPPOU, L. E.; SOULIOTIS, K.; STEFANIS, C. Impact of COVID-19 pandemic lockdown on mental health service demand: a nationwide study. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, v. 271, n. 2, p. 371-374, 2021.

- HOLMES, E. A.; O'CONNOR, R. C.; PERRY, V. H.; TRACEY, I.; WESSELY, S.; ARSENEAULT, L.; BULL-MORE, E. Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, v. 7, n. 6, p. 547-560, 2020.
- HOSSAIN, M. M.; TASNIM, S.; SULTANA, A.; FAIZAH, F.; MAZUMDER, H.; ZOU, L.; MA, P. Epidemiology of mental health problems in COVID-19: a review. *F1000Research*, v. 10, 292, 2021.
- LEE, J. Mental health effects of school closures during COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*, v. 5, n. 3, p. 138-139, 2021.
- LIU, C. H.; STEVENS, C.; WONG, S. H.; YASUI, M.; CHEN, J. A.; NGUYEN, T. T. The prevalence and predictors of mental health diagnoses and suicide among US college students: implications for addressing disparities in service use. *Depression and Anxiety*, v. 38, n. 6, p. 1118-1128, 2021.
- LIU, S.; YANG, L.; ZHANG, C.; XIANG, Y. T.; LIU, Z.; HU, S.; ZHANG, B. Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, v. 7, n. 4, e17-e18, 2020.
- MERIKANGAS, K. R.; HE, J. P.; BURSTEIN, M.; SWENDSEN, J.; AVENEVOLI, S.; CASE, B.; OLFSON, M. Service utilization for lifetime mental disorders in US adolescents: results of the National Comorbidity Survey-Adolescent Supplement (NCS-A). *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, v. 60, n. 3, p. 340-358, 2021.
- MINAYO, M. C. S. O desafio do conhecimento: Pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.
- MOREIRA, H.; CALEFFE, L. G. Os desafios do ensino da disciplina de Metodologia da Pesquisa na Pós-graduação. In: MOREIRA, H.; CALEFFE, L. G. (org.). *Metodologia da Pesquisa para o professor pesquisador*. 2. ed. Rio de Janeiro: Lamparina, 2008. p. 244-257.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Addressing mental health needs during the COVID-19 pandemic. 2020. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-MentalHealth-2020.1>
- PALMA, M. L. M.; SANTANA, A. C.; ALVES, G. H. V. S.; MERÇON, T.; CASTRO. Nursing and biochemistry: An evaluation strategy using a basic discipline to present to freshman students their future professional environment. *Creative Education*, v. 9, 2018, p. 497-512.
- SEVERINO, A. J. *Metodologia do Trabalho Científico*. 23. ed. São Paulo: Cortez, 2007.
- SILVA, A. H.; FOSSÁ, M. I. T. Análise de conteúdo: exemplo de aplicação da técnica para análise de dados qualitativos. *Qualitas Revista Eletrônica*, v. 17, n. 1, p. 1-14, 2015.
- UNESCO. Education in a post-COVID world: Nine ideas for public action. 2020. Disponível em: <https://en.unesco.org/news/education-post-covid-world-nine-ideas-public-action>
- VAN LANCKER, W.; PAROLIN, Z. COVID-19, school closures, and child poverty: a social crisis in the making. *The Lancet Public Health*, v. 5, n. 5, e243-e244, 2020.
- WANG, C.; PAN, R.; WAN, X.; TAN, Y.; XU, L.; HO, C. S.; HO, R. C. 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, 1729, 2020.
- WEIJTERS, B.; MILLET, K.; CABOOTER, E. Extremity in horizontal and vertical Likert scale format responses. Some evidence on how visual distance between response categories influences extreme responding. *International Journal of Research in Marketing*, 2020.