

# ANSIEDADE ESTADO E TRAÇO DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

## ANXIETY STATE AND TRAITS OF UNIVERSITY STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Hévila Ferreira Gomes Medeiros Braga<sup>1</sup>

Emanuella Silva Joventino Melo<sup>2</sup>

### RESUMO

A COVID-19 trata-se de uma doença pandêmica que vem levando sofrimento mental em diversos públicos, entre eles os estudantes universitários. Os objetivos do estudo foram identificar os níveis de ansiedade de estudantes universitários no contexto da pandemia e investigar associações entre a ansiedade e os aspectos sociodemográficos, acadêmicos e de saúde. Estudo analítico e transversal, com abordagem quantitativa, realizado com 223 estudantes da graduação e pós-graduação da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, no período de dezembro de 2020 a setembro de 2021. A coleta de dados foi realizada por meio de um instrumento semiestruturado abordando dados sociodemográficos, acadêmicos e de saúde e as escalas de ansiedade (IDATE-Estado e IDATE-Traço). Realizou-se análise descritiva e inferencial com os testes não-paramétricos Mann-Whitney e Kruskal-Wallis. Verificou-se que a maioria dos estudantes apresentou nível moderado de ansiedade estado (n=173; 77,6%) e ansiedade traço (n=155; 69,5%). Idade, renda, nível acadêmico, preocupação com o retorno das aulas presenciais, presença de transtorno mental prévio, medo da COVID-19 e não adaptação à nova rotina de estudos apresentaram associação significativa ( $p < 0,05$ ) com o aumento dos escores de ansiedade nos estudantes universitários. Sendo assim, frente as evidências de que o impacto do sofrimento psíquico para a sociedade e para os próprios estudantes pode prolongar-se ao longo do tempo, salienta-se a necessidade de um trabalho em conjunto de ações de saúde e educação na orientação de estratégias para lidar com os efeitos do estresse e da ansiedade decorrentes da situação pandêmica e das consequências ao nível do bem-estar.

**Descritores:** Ansiedade; COVID-19; Saúde do Estudante.

### ABSTRACT

COVID-19 is a pandemic disease that has caused mental suffering in several audiences, including university students. The objectives of the study were to identify the anxiety levels of university students in the context <sup>1</sup>of the pandemic and to investigate associations between anxiety and sociodemographic, academic and health aspects. Analytical and cross-sectional study, with a quantitative approach, carried out with 223 undergraduate and graduate students of the University of International Integration of Lusophony Afro-Brazilian, from December 2020 to September 2021. Data collection was carried out through a semi-structured instrument

---

<sup>1</sup> Acadêmica de Enfermagem da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB). E-mail: [hevila.medeiros.hm@gmail.com](mailto:hevila.medeiros.hm@gmail.com)

<sup>2</sup> Orientadora. Doutora em Enfermagem Docente da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB). E-mail: [ejoventino@unilab.edu.br](mailto:ejoventino@unilab.edu.br)

Data de submissão e aprovação:

addressing sociodemographic, academic and health data and anxiety scales (IDATE-State and IDATE-Trait). Descriptive and inferential analysis was performed using the non-parametric Mann-Whitney and Kruskal-Wallis tests. It was found that most students had a moderate level of state anxiety (n=173; 77.6%) and trait anxiety (n=155; 69.5%). Age, income, academic level, concern about returning to in-person classes, presence of previous mental disorder, fear of COVID-19 and non-adaptation to the new study routine were significantly associated ( $p < 0.05$ ) with increased scores for anxiety in university students. Therefore, given the evidence that the impact of psychological distress on society and on the students themselves can be prolonged over time, the need for a joint work of health and education actions to guide strategies is highlighted. To deal with the effects of stress and anxiety arising from the pandemic situation and the consequences in terms of well-being.

**Descriptors:** Anxiety; COVID-19; Student Health.

## 1 INTRODUÇÃO

A pandemia da COVID-19 tem se caracterizado com um dos maiores problemas saúde pública global e pior surto de pandemia do novo milênio. Causada pela síndrome respiratória aguda grave por coronavírus (SARS-CoV-2), o primeiro caso foi detectado em dezembro de 2019 em Wuhan, China. Devido à rápida da doença, a OMS declarou a COVID-19 uma Emergência de Saúde Pública de Preocupação Internacional. Em dezembro de 2021, mais de 270 milhões de casos positivos foram confirmados em todo o mundo, com cerca de 5.358.978 mortes (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2021).

Para controlar a disseminação da doença, os países impuseram bloqueios e restrições à circulação de pessoas em diversos ambientes, e várias atividades que antes faziam parte da rotina da população foram interrompidas e necessitaram de adaptações. Desse modo, instituições de ensino, instituições financeiras, centros de atividades econômicas e centros de diversão fecharam por tempo indeterminado.

Assim, boa parte da população tem tido suas vidas afetadas pelo SARS-CoV-2, pois as mudanças ocorridas na dinâmica da sociedade acarretam em uma série de danos sociais, econômicos, físicos, educacionais e psicológicos (BUSETTA et al., 2021). Em tempos de crise, as pessoas, independentemente da idade, se sentem longe das suas redes de apoio, ficando mais ansiosas, deprimidas, com humor instável, entre outras manifestações.

A preocupação com a saúde mental se intensifica durante uma crise. No entanto, embora esteja acontecendo a retomada da rotina diária, diversas consequências da pandemia requerem prazos médio e longo para serem revertidas. Estudo realizado com 1.210 participantes verificou que 53,0% apresentaram sequelas psicológicas moderadas ou severas, incluindo sintomas depressivos (16,5%), ansiedade (28,8%) e estresse de moderado a grave (8,1%) (WANG et al., 2020).

Uma das consequências observadas se refere à área da educação. De acordo com o monitoramento da UNESCO, mais de 160 países implementaram fechamentos em todo o país, o que impactou mais de 87% da população estudantil mundial (UNESCO, 2020). Frente a isso, a maioria das instituições de ensino precisaram adotar estratégias de ensino e aprendizagem à distância para prosseguir com as atividades acadêmicas.

Assim, com a mudança do ensino presencial para o ambiente virtual e consequentemente a possibilidade do não aproveitamento das atividades pedagógicas podem influenciar negativamente a saúde mental dos estudantes, em especial dos universitários. Consequentemente, estudantes no período pandêmico já apresentaram aumento significativo de perturbação psicológica (ansiedade, depressão e estresse) quando comparados aos períodos normais (MAIA; DIAS, 2020).

Diante deste cenário, além das preocupações com a própria saúde, os estudantes têm que lidar com a mudança da rotina pessoal e com incertezas relacionadas à continuidade da formação acadêmica, podendo se configurar como um gatilho para desequilibrar a saúde mental. Além disso, a pandemia faz com que grande parte dos planos e expectativas sejam questionados, e essa situação contribui para o surgimento de ansiedade, depressão e abuso de substâncias, e até mudanças comportamentais, como dificuldade para dormir e alterações alimentares (SILVA; ROSA, 2021).

Diante dos sintomas psicológicos que podem surgir em universitários, considera-se necessário desenvolver estratégias de enfrentamento para evitar consequências negativas, visto que situações estressoras afetam diretamente na qualidade de vida e no desempenho das atividades acadêmicas. Frente a isso, considera-se que as mudanças nos padrões de vida e do cotidiano dos estudantes e da suspensão das aulas presenciais podem ter desencadeado dificuldades de adaptação e estados emocionais menos positivos.

Assim, diante da repercussão psicológica que a pandemia pela COVID-19 pode promover, instiga-se explorar as implicações dessas circunstâncias. Desse modo, o presente estudo teve como objetivos identificar os níveis de ansiedade de estudantes universitários no contexto da pandemia e investigar associações entre a ansiedade e os aspectos sociodemográficos, acadêmicos e de saúde.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

Estudo analítico, transversal, exploratório, com abordagem quantitativa. O estudo analítico são aqueles delineados para examinar a existência de associação entre uma exposição

e uma doença ou condição relacionada à saúde. O estudo exploratório se caracteriza por reunir informações gerais a respeito de um determinado tema, destinando-se a esclarecer do que trata o tema, e a abordagem quantitativa caracteriza-se por utilizar instrumentos de medida que permitem assegurar a confiabilidade dos achados, através da quantificação dos dados, principalmente quando há a necessidade de comparação entre eventos (POLIT; BECK, 2019).

O estudo foi realizado com estudantes da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB). Adotaram-se como critério de inclusão: alunos matriculados ativos, em todos os cursos, turnos e nível acadêmico da UNILAB. Foram excluídos da pesquisa: estudantes com idade inferior a 18 anos.

A coleta de dados ocorreu entre os meses de dezembro de 2020 a setembro de 2021. Os estudantes foram convidados a participar da pesquisa por e-mail e pelo aplicativo WhatsApp. Além disso, foi solicitado aos coordenadores dos cursos de graduação e pós-graduação e à UNILAB a divulgação do estudo para a comunidade estudantil.

A técnica de coleta de dados foi de conveniência, do tipo bola de neve. De acordo com Flick (2009), essa técnica de coleta de dados é como a de um bom repórter que rastreia as 'pistas' de uma pessoa para outra. O pesquisador apresenta a proposta do estudo e, após obter/registrar tais dados, solicita que o(s) participante(s) da pesquisa indique(m) outra(s) pessoa(s) pertencente(s) à mesma população-alvo.

Os formulários foram disponibilizados de forma eletrônica no Google Forms. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi acessado por um link para solicitação do aceite da participação, de modo que o participante recebesse em seu e-mail uma cópia do TCLE. Para a obtenção dos dados, utilizou-se um instrumento semiestruturado abordando dados sociodemográficos, acadêmicos e de saúde; e as escalas de ansiedade (IDATE-Estado e IDATE-Traço).

O Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) (SPIELBERGER; GORSUCH; LUSHENE, 2003) foi traduzido e validado por Biaggio e Natalício (1979). Trata-se de um instrumento composta por duas subescalas: a Escala de Ansiedade-Estado, que avalia o estado atual de ansiedade com itens que pedem para responder como as pessoas se sentem "agora"; e a Escala de Ansiedade-Traço, que avalia uma medida estável de ansiedade, como um traço de personalidade. Cada escala é composta por 20 afirmações (cada qual variando de 1 a 4 pontos).

Sendo assim, o escore total de cada escala pode variar de 20 a 80, sendo que os maiores valores indicam alto nível de ansiedade. O escore médio para a população de estudantes universitários brasileiros é 40. Dessa forma, para classificar os níveis de ansiedade, valores de

20-40 indicam nível baixo, 41-60 nível médio e 61-80 nível alto, assim como fez Santos *et al.* (2009).

Os dados foram tabulados em planilha no Excel e analisados utilizando-se o programa IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 20.0. Realizou-se análise descritiva das variáveis e análise inferencial por dos testes não-paramétricos Mann-Whitney e Kruskal-Wallis, considerando um alfa crítico de 0,05.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB) sob o parecer nº 4.235.848, e conduzido de acordo com as normas da Resolução n.º 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde.

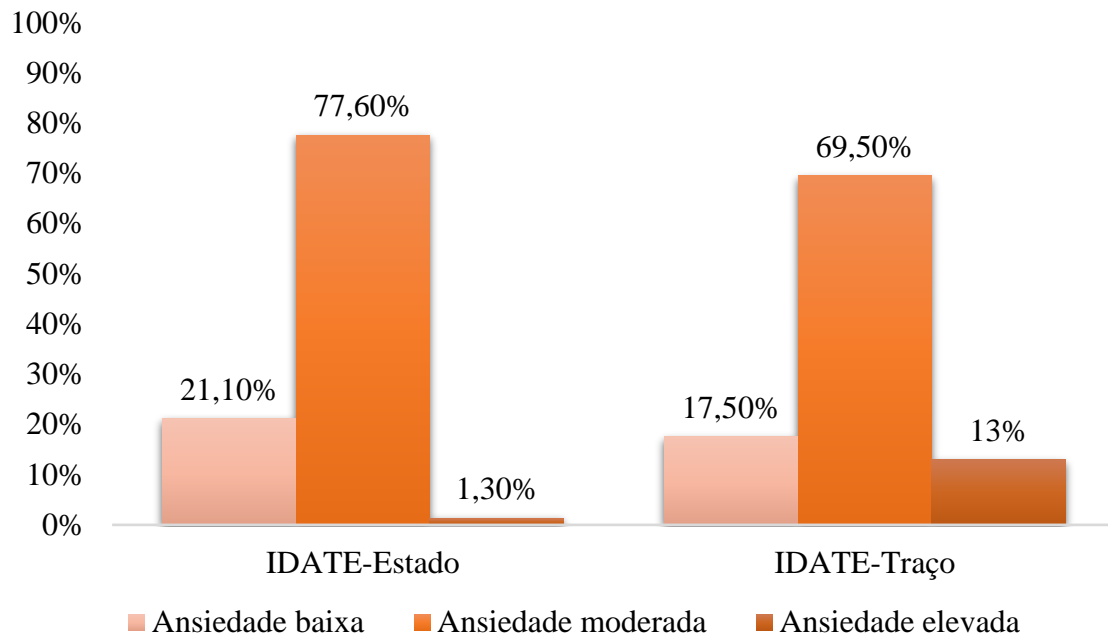
### **3 RESULTADOS**

Participaram do estudo 223 estudantes da UNILAB. Os dados sociodemográficos relevam que a maioria dos estudantes que participaram do estudo são do sexo feminino (n=133; 59,6%). Estudantes dos países Brasil e Guiné-Bissau tiveram maior participação (n=187; 83,9%) e (n=21; 9,4%), respectivamente. Em relação às informações sobre a situação estudantil, a maioria dos participantes está cursando a Graduação (n=167; 74,9%) em um curso originalmente de modalidade presencial (n=198; 88,7%) e iniciou os estudos na UNILAB no ano de 2019 (n=46; 20,6%).

Como esperado, a população de estudantes do ensino superior, em geral, é jovem. A média de idade dos participantes foi de 27,7 anos, sendo as faixas etárias mais predominantes de 18 a 24 anos (n=103; 46,2%) e de 25-29 anos (n=58; 26,0%). Quanto ao quesito cor/raça/etnia, 43,9% declaram-se pardos e 36,8% pretos. Em relação à situação conjugal, a expressiva maioria foi de solteiros (n=181; 81,2%). A maioria dos estudantes possui renda mensal até 1 salário mínimo (n=146; 65,5%) e mora com os pais e outros familiares (n=132; 59,2%) ou com companheiro (n=35; 15,7%).

De acordo com os níveis de ansiedade apresentados na Figura 1, observa-se que tanto o estado quanto o traço de ansiedade estavam presentes em nível moderado nos estudantes. Considerando a definição de traço de ansiedade, pode-se dizer que a maioria dos estudantes tem tendência moderada de apresentar elevações dos níveis de ansiedade em situações ameaçadoras.

**Figura 1** – Distribuição dos níveis de ansiedade dos universitários, segundo a escala IDATE. Redenção, CE, Brasil, 2021.



Fonte: Dados da pesquisa.

Conforme a Tabela 1, percebe-se que em todas as variáveis analisadas, os valores de ansiedade estado e traço estavam acima do escore médio para a população de estudantes universitários, visto que escores acima de 40 são considerados clinicamente relevantes.

Quando as variáveis foram investigadas de maneira individual, escores mais altos de ansiedade-estado estavam associados à idade ( $p=0,021$ ), à preocupação com o retorno das aulas presenciais ( $p=0,037$ ), à presença de transtorno psicológico diagnosticado antes da pandemia ( $p<0,001$ ) e não ter conseguido se adaptar à nova rotina de estudos imposta pela pandemia ( $p=0,020$ ) (Tabela 1).

Em relação aos escores de ansiedade-traço, estes estiveram associados à idade ( $p=0,055$ ), estar na graduação ( $p=0,035$ ), estar preocupado com o retorno das aulas presenciais ( $p=0,016$ ), ter transtorno psicológico diagnosticado antes da pandemia ( $p<0,001$ ), possuir muito medo da COVID-19 ( $p=0,019$ ) e não ter conseguido se adaptar à nova rotina de estudos ( $p<0,001$ ) (Tabela 1).

Vale ressaltar que, apesar de não apresentar diferença estatisticamente significativa, identifica-se estudantes de cursos do Instituto de Ciências Exatas e da Natureza, como Biologia, Matemática, Física e Química, apresentaram escores consideravelmente altos de ansiedade-traço quando comparados aos demais cursos.

**Tabela 1** - Associações das variáveis sociodemográficas, acadêmicas e de saúde com os escores de ansiedade em universitários, segundo a escala IDATE. Redenção, CE, Brasil, 2021

Variáveis	N	IDATE – Estado	IDATE – Traço
		Mediana (Min-Max) p-valor	Mediana (Min-Max) p-valor
<b>Sexo</b>			
Feminino	133	46 (30-80)	47 (31-80)
Masculino	90	46,5 (32-61) 0,930 <sup>a</sup>	47,5 (35-79) 0,949 <sup>a</sup>
<b>Nacionalidade</b>			
Brasileiro	187	46 (30-80)	48 (31-80)
Estrangeiro	36	44 (33-61) 0,062 <sup>a</sup>	44 (35-74) 0,474 <sup>a</sup>
<b>Idade</b>			
18 – 24	103	48 (32-80)	49 (36-80)
25 – 29	58	45,5 (30-60)	48 (31-74)
30 – 29	39	43 (32-56)	45 (37-67)
≤ 40	23	46 (33-55) 0,021 <sup>b</sup>	45 (33-73) 0,055 <sup>b</sup>
<b>Renda</b>			
0 – 1 SM	146	47 (30-80)	49 (31-80)
1 – 2 SM	43	45 (32-56)	44 (33-71)
2 – 3 SM	17	45 (37-53)	47 (35-67)
> 3 SM	17	46 (37-55) 0,340 <sup>b</sup>	47 (36-60) 0,035 <sup>b</sup>
<b>Nível acadêmico</b>			
Graduação	167	46 (30-80)	49 (31-80)
Pós-Graduação	36	46 (32-58) 0,463 <sup>a</sup>	45 (33-73) 0,034 <sup>a</sup>
<b>Área de estudo</b>			
Ciências Exatas e da Natureza	18	46 (35-56)	53,5 (40-79)
Ciências Sociais Aplicadas	26	45,5 (33-55)	44 (33-73)
Ciências da Saúde	67	46 (33-80)	46 (35-80)
Desenvolvimento Rural	17	46 (32-61)	49 (35-66)
Engenharias e Desenvolvimento Sustentável	18	44 (36-55)	43,5 (36-72)
Humanidades	52	48 (32-59)	49 (33-74)
Linguagens e Literatura	25	49 (30-54) 0,879 <sup>b</sup>	47 (31-73) 0,350 <sup>b</sup>
<b>Satisfação com as atividades da universidade durante a pandemia</b>			
Satisfeito	157	45 (30-80)	46 (35-74)
Insatisfeito	66	47 (33-56) 0,329 <sup>a</sup>	51 (31-80) 0,061 <sup>a</sup>
<b>Preocupação com o retorno das aulas presenciais</b>			
Preocupado	188	46,5 (30-80)	48,5 (31-80)

Sem preocupação	35	43 (32-53) 0,037 <sup>a</sup>	43 (33-72) 0,016 <sup>a</sup>
<b>Presença de transtorno psicológico anterior à pandemia</b>			
Sim	103	49 (33-60)	51 (31-79)
Não	120	45 (30-80) <0,001 <sup>a</sup>	44 (33-80) <0,001 <sup>a</sup>
<b>Medo da COVID-19</b>			
Não possui	22	46 (32-53)	43,5 (31-73)
Pouco medo	62	45 (32-80)	45 (36-80)
Muito medo	139	46 (30-62) 0,356 <sup>b</sup>	49 (33-79) 0,019 <sup>b</sup>
<b>Rotina de estudos</b>			
Mudou e conseguiu se adaptar	155	45 (30-62)	45 (31-75)
Mudou e não conseguiu se adaptar	63	49 (33-59)	54 (36-79)
Não interferiu	5	46 (36-80) 0,020 <sup>b</sup>	44 (41-80) <0,001 <sup>b</sup>

<sup>a</sup> Teste de Mann-Whitney

<sup>b</sup> Teste de Kruskal-Wallis

Fonte: Dados da pesquisa.

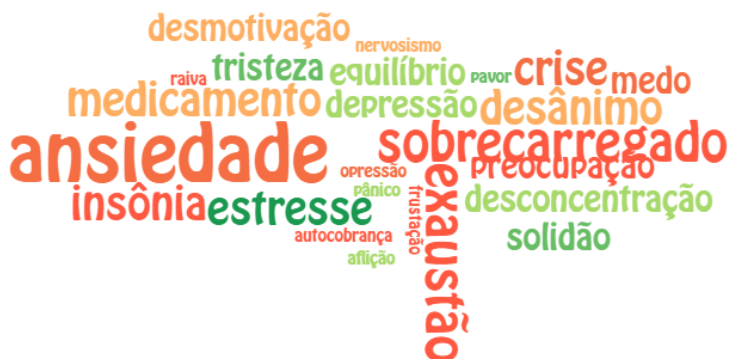
Quando o inventário de ansiedade-estado foi aplicado, as respostas frequentemente encontradas foram sentimentos de ansiedade, preocupação, “não se sentir à vontade”, preocupação com infortúnio, “não se sentir satisfeito e seguro” e a falta de alegria. Já no inventário de ansiedade-traço, tensão e perturbação, cansaço, dificuldades se acumulando, ter desapontamentos e ideias persistentes sem real importância foram as respostas mais frequentes.

Além disso, cabe destacar que, ao final do formulário de pesquisa, os participantes puderam descrever os sentimentos vivenciados durante a pandemia da COVID-19, sendo os mais citados apresentados na Figura 2.

Diante disso, houveram relatos de aumento das crises de ansiedade devido às mudanças impostas pelo isolamento social, sentir-se sobrecarregados, estressados e desmotivados diante à nova rotina de estudo e dificuldades em se adaptar ao ensino remoto, bem como apresentavam dificuldades para dormir. Além disso, alguns estudantes afirmaram que a partir das mudanças de comportamento percebidas durante a pandemia, foram diagnosticados com transtornos psicológicos e iniciaram tratamento psicoterápico e medicamentoso.



**Figura 2** – Sentimentos dos universitários no período da pandemia pela COVID-19. Redenção, CE, Brasil, 2021.



Fonte: Dados da pesquisa.

Quando questionados sobre o evento mais estressante vivenciado recentemente, predominaram: estar em isolamento social, dificuldades para se adaptar à nova rotina, ser acometido pela COVID-19, lidar com a morte de familiares e amigos pela doença, sentir-se sobrecarregado com as atividades da universidade e do trabalho, participar de brigas familiares, término de relacionamento e estar desempregado no período de pandemia.

### **3 DISCUSSÃO**

No presente estudo, os resultados evidenciam que o estado de saúde mental relacionado a identificação de ansiedade dos estudantes universitários foi afetado de forma significativa pela pandemia do novo coronavírus e pelos aspectos impulsionados por esta. Verificou-se uma moderada prevalência de ansiedade da amostra e para todas as variáveis analisadas os estudantes apresentaram escores para ansiedade acima dos considerados relevantes para esta população.

Apesar da ansiedade ser um problema incapacitante em todas as idades, na população em geral, um indivíduo é mais propenso a desenvolver esta condição aos 21 anos (WHO, 2017). Ademais, durante a pandemia da COVID-19, indivíduos jovens apresentam maior probabilidade de piora dos sintomas depressivos e ansiosos (AMERIO et al., 2020), provavelmente pela capacidade reduzida de tolerar a incerteza sobre o futuro (ETTMAN et al., 2020). Assim, é possível inferir que os adultos tendem a ter desenvolvido mecanismos de adaptação e enfrentamento frente às situações estressantes.

Além disso, é importante destacar que a carência de recursos financeiros repercute nas condições de saúde e, conseqüentemente, na saúde mental. Pesquisa brasileira realizada com 1.953 participantes constatou que a renda mais baixa foi associada à presença de transtornos de ansiedade (COSTA et al., 2019). Dado semelhante ao do presente estudo que apontou escores mais altos de ansiedade-traço nos estudantes com renda até 1 salário mínimo, indicando que condições socioeconômicas mais desfavorecidas podem ser potencializadoras de quadros de ansiedade.

No que diz respeito às dificuldades emocionais que afetam os estudantes, de 6 a cada 10 deles, experimentam estados ansiosos relacionados à vida universitária (FONAPRACE, 2019). Dessa forma, considera-se que o ambiente acadêmico expõe os universitários a uma variedade de situações potencialmente desencadeadoras de ansiedade. Assim, tais situações estão relacionadas às preocupações com o futuro, pressão acadêmica, formas de gerenciar tarefas e atribuições estressantes e buscar melhorar o rendimento acadêmico (KHOSHAIM et al., 2020).

Além disso, a pandemia da COVID-19 tem sido um fator adicional no aumento de ansiedade nesta população. Comparando os períodos antes e durante a pandemia, estudos com universitários apontaram níveis significativamente mais altos de depressão, ansiedade e estresse (MAIA; DIAS, 2020), além de que os sintomas moderados e graves de ansiedade aumentaram 7,4 vezes no período pandêmico (FETER et al., 2021).

Os resultados do presente estudo evidenciaram que a presença de ansiedade em nível moderado foi mais prevalente. Corroborando este achado, Salman et al (2020) verificou que 34% dos universitários paquistaneses revelaram ansiedade moderada a grave devido aos impactos adversos da COVID-19 no cotidiano e do medo de contágio em relação a si, familiares e amigos.

Ademais, a preocupação com o retorno das aulas presenciais e as mudanças na rotina de estudos foram aspectos fortemente associados a escores mais altos de ansiedade. Neste cenário em que as preocupações são intensas, sentimentos de desamparo com a paralisação ou mudanças das atividades acadêmicas podem fazer com que as emoções negativas tendam a se agravar (WANG et al., 2020).

Entende-se que as restrições sociais e econômicas e mudanças rápidas na implementação do ensino on-line podem ser considerados fatores estressores para os universitários. Com as mudanças do sistema educacional devido à pandemia, os estudantes de hoje enfrentam desafios que nenhuma outra geração de estudantes enfrentou, precisando lidar

e se adaptar a um sistema de aprendizagem, que antes era essencialmente presencial, para um que é quase ou totalmente on-line.

Em pesquisa feita pela Universidade de Lisboa, cerca de 60% dos estudantes admitiram sentir ansiedade ou stress em relação à incerteza do futuro, além de aspectos da formação profissional e interrupção nas atividades acadêmicas que comprometem o prosseguimento do curso (RODRIGUES et al., 2020). Desse modo, percebe-se que os estudantes constituem uma população vulnerável a problemas de saúde mental em vista dos desafios inerentes à vida universitária, o que, por sua vez, contribui para o aumento nos níveis de ansiedade.

Acredita-se que certos tipos de manifestações com prejuízos mentais e comportamentais ocorrem como consequência da incapacidade de se adaptar e lidar com algum fator gerador de ansiedade. Além do mais, essa situação ficou mais evidente durante a pandemia, pois com as atividades sendo realizadas remotamente, foram necessárias novas formas de planejamento e organização dos estudos e conciliação de diversas atividades domésticas aliadas ainda ao distanciamento social.

Em estudo sobre o ensino remoto durante a pandemia, as principais dificuldades relatadas pelos estudantes se referiram à falta de contato presencial com os colegas, dificuldade de acesso à internet, excesso de atividades, falta de suporte técnico para aulas on-line, adequar os horários para conciliar as aulas com o aumento da demanda de trabalho virtual (VERCELLI, 2020; RIBEIRO JUNIOR et al., 2020), entre outros desafios que prejudicam o acompanhamento das disciplinas de forma plena.

Devido às características particulares da pandemia, os indivíduos são mais expostos a situações que podem gerar ansiedade, contribuindo para possíveis ocorrências de transtornos mentais, além de intensificar sintomas em indivíduos com problemas prévios (ORNELL et al., 2020). Dados do estudo atual apontaram que estudantes com transtorno mental anterior à pandemia apresentaram escores mais altos de estado e traço de ansiedade ( $p < 0,001$ ), do que aqueles que não possuíam nenhum transtorno.

Diante disso, percebe-se a necessidade de maior atenção em saúde mental para estudantes com estas condições. Destarte, é de suma importância entender de que forma e em que grau a pandemia da COVID-19 afeta o bem-estar emocional dos estudantes universitários, possibilitando o desenvolvimento de estratégias para não apenas prevenir doenças mentais, como também acompanhar e acolher o estudante nos desafios que envolvem o seu processo de formação acadêmica e profissional.

As reações psicológicas diante à crise incluem sentimentos de tristeza, medo, desamparo, raiva e até problemas com a concentração e com o sono (FREITAS, 2020). Frente a isso, como consequência da pandemia, estes fatores são intensificados e repercutem diretamente na saúde mental e física dos indivíduos.

Estudo sobre o impacto da COVID-19 na saúde mental de universitários mostrou que cerca de 15,1% dos participantes consideraram sentir-se mais preocupados, e 38,5% declararam sentir-se com medo quando comparados ao período pré-pandêmico (ARAÚJO et al., 2020). Dado semelhante foi encontrado no estudo atual, visto que foi possível verificar associação da presença de medo com maiores escores de traço de ansiedade, isto é, estudantes universitários que relataram sentir muito medo da COVID-19 geralmente se sentem ansiosos.

Ademais, conforme o relato dos participantes deste estudo, ficou evidente a presença de diversos sentimentos negativos, predominando a ansiedade, estresse, preocupação e exaustão. Assim, segundo Pereira et al. (2020), é preciso se atentar a esses sentimentos, visto trazem implicações na qualidade de vida e contribuem no surgimento de transtornos psicológicos, que podem estender até mesmo após o controle do vírus.

Sabe-se que no decorrer do período de pandemia houve um aumento acentuado do uso de internet para interação social e acadêmica. Frente a isso, faz-se necessário traçar estratégias de apoio aos estudantes universitários através desse meio de comunicação tão presente. Dentre as estratégias, destacam-se a escuta terapêutica, promoção do autocuidado, programas de intervenção grupal, visando garantir a continuidade do contato social e um olhar holístico para esse público (GUNDIM et al., 2021).

Os achados do estudo tornam possível refletir sobre o uso de estratégias que tenham como objetivo minimizar o sofrimento psíquico e seus efeitos negativos no cotidiano dos estudantes universitários. Ao analisar os fatores associados a essa condição, remete-se a importância de intervenções psicológicas de proteção e promoção da saúde mental, conforme as necessidades decorrentes do contexto atual de pandemia.

## **5 CONCLUSÃO**

Os resultados do presente estudo evidenciam que o estado geral de saúde mental dos estudantes de uma universidade pública do interior do Ceará foi afetado de forma significativa pela pandemia do novo coronavírus e pelos eventos impulsionados por esta, a exemplo causados pelo distanciamento social, cancelamento das aulas presenciais, mudanças na rotina de estudos e medo de ser infectado pelo vírus.

Desse modo, é essencial que as Instituições de Ensino Superior reconheçam o impacto psicossocial e as repercussões que este período causa na comunidade acadêmica. Sendo assim, encontrar estratégias que minimizem os impactos negativos da saúde mental das pessoas deve estar no centro das políticas organizacionais do ensino superior. Assim, dentre as possíveis medidas com poder de auxiliar na diminuição dos impactos psicológicos, destacam-se a observação e detecção precoce dos agravos à saúde mental dos estudantes até a criação de estratégias que facilitem o acesso deles às plataformas on-line e apoio psicossocial no contexto pandêmico.

Portanto, frente às evidências de que o impacto do sofrimento psíquico para a sociedade e para os próprios estudantes pode prolongar-se ao longo do tempo, salienta-se a necessidade de um trabalho em conjunto de ações de saúde e educação na orientação de estratégias para lidar com os efeitos do estresse e da ansiedade decorrentes da situação pandêmica e das consequências ao nível do bem-estar.

## REFERÊNCIAS

- AMERIO, A.; BRAMBILLA, A.; MORGANTI, A.; AGUGLIA, A.; BIANCHI, D.; SANTI, F. et al. Covid-19 lockdown: housing built environment's effects on mental health. **Int. J. Environ. Res. Public Health**, v. 17, n. 5973, 2020.
- ARAÚJO, F.J.O.; LIMA, L.S.A.; CIDADE, P.I.M.; NOBRE, C.B.; ROLIM, M.L. Impact of Sars-Cov-2 And Its Reverberation in Global Higher Education and Mental Health. **Psychiatry Res**, v.288, e:112977, 2020. DOI: 10.1016/j.psychres.2020.112977
- BIAGGIO, A. M. B.; NATALÍCIO, L. **Manual para o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE)**. Centro Editor de Psicologia Aplicada-CEPA, Rio de Janeiro, RJ, Brasil, 1979.
- BUSETTA, G.; CAMPOLO, M. G.; FIORILLO, F.; PAGANI, L.; PANARELLO, D.; ANGELLO, V. Effects of COVID-19 lockdown on university students' anxiety disorder in Italy. *Genus*, v. 77, n. 25, p. 1-16, 2021.
- COSTA, C. O.; BRANCO, J. C.; VIEIRA, I. S.; SOUZA, L. D. M. Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. **J. Bras. Psiquiatr**, v. 68, n. 2, 2019.
- ETTMAN, C. K.; ABDALLA, S. M.; COHEN, G. H.; SAMPSON, L.; VIVIER, P. M.; GALEA S. Prevalence of Depression Symptoms in US Adults Before and During the COVID-19 Pandemic. **JAMA Netw Open**, v. 1, n. 9, e2019686, 2020.
- FETER, N.; CAPUTO, E. L.; DORING, I. R.; LEITE, J. S.; CASSURIAGA, J.; REICHERT, F. F. et al. Sharp increase in depression and anxiety among Brazilian adults during the

COVID-19 pandemic: findings from the PAMPA cohort. **Public Health**, v. 190, p. 101-107, 2021.

FLICK, U. **Introdução à pesquisa qualitativa**. Porto Alegre, RS: Artmed, 2009.

FREITAS, F. **Coronavírus, saúde mental e o que levar em conta no isolamento**. Rio de Janeiro (RJ): Fundação Oswaldo Cruz; 2020. Disponível em: <https://cee.fiocruz.br/?q=Coronavirus-saude-mental-e-o-que-levar-em-conta-no-isolamento>. Acesso em: 17 dez 2021.

FONAPRACE. **V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos (as) Graduandos (as) das IFES – 2018**. Uberlândia, 2019. Disponível em: <http://www.fonaprace.andifes.org.br/site/wp-content/uploads/2019/06/V-Pesquisa-do-Perfil-Socioeconomo%CC%82mico-dos-Estudantes-de-Graduac%CC%A7a%CC%83o-das-U.pdf>. Acesso em: 16 dez 2021.

GUNDIM, V. A.; ENCARNAÇÃO, J. P.; SANTOS, F. C.; SANTOS, J. E.; VASCONCELLOS, E. A.; SOUZA, R. C. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Rev. baiana enferm.**, v. 35, 2021.

KHOSHAIM, H. B.; AL-SUKAYT, A.; CHINNA, K.; NURUNNABI, M.; SUNDARASEN, S.; KAMALUDIN, K. et al. Anxiety Level of University Students During COVID-19 in Saudi Arabia **Front. Psychiatry**, v. 11, 579750, 2020.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estud. Psicol. (Campinas)**, v. 37, e200067, 2020.

ORNELL, F.; SHUCH, J. B.; SORDI, A. O.; KESSLER, F. H. P. “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. **Braz. J. Psychiatry**, v. 42, n. 3, p. 232-235, 2020.

PEREIRA, A.; NARDUCHI, F.; MIRANDA, M. G. Biopolítica e educação: os impactos da pandemia do covid-19 nas escolas públicas. **Rev. Augustus**, v. 25, n. 51, p. 219-236, 2020. Disponível em: <<https://revistas.unisuam.edu.br/index.php/revistaaugustus/article/view/554>> Acesso em: 16 set. 2021.

PEREIRA, M. D.; OLIVEIRA, L. C.; COSTA, C. F. T.; BEZERRA, C. M.; PEREIRA, M. D.; SANTOS, C. K. A. et al. A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Res Society Dev.**, v. 9, n. 7, p. 1-35, 2020.

POLIT, D.; BECK, C. **Fundamentos de pesquisa em enfermagem: avaliação de evidências para a prática da enfermagem**. 9.ed. Porto Alegre: Artmed; 2019.

RIBEIRO JUNIOR, M. C; FIGUEIREDO, L. S.; OLIVEIRA, D. C. A.; PARENTE, M. P. M.; HOLANDA, J. S. Ensino remoto em tempos de COVID-19: aplicações e dificuldades de acesso nos estados do Piauí e Maranhão. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 3, n. 9, p. 107-126, 2020.

RODRIGUES, B. B.; CARDOSO, R. R. J.; PERES, C. H. R.; MARQUES, F. F. Aprendendo com o Imprevisível: Saúde Mental dos Universitários e Educação Médica na Pandemia de Covid-19. **Rev. Bras. Educ. Med.**, v. 44, n. 1, e0149, 2020.

SALMAN, M.; ASIF, N.; MUSTAFA, Z. U.; KHAN, T. M.; SHEHZADI, N.; HUSSAIN, K. et al Psychological Impact of COVID-19 on Pakistani University Students and How They Are Coping. **MedRxiv**, 2020.

SANTOS, M. D. L.; GALDEANO, L. E. Traço e ansiedade de ansiedade de estudantes de enfermagem na realização de uma prova prática. **Rev. Min. Enferm.**, v. 13, n. 1, p. 76-83, 2009.

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

SPIELBERGER, C. D.; GORSUCH, R. L.; LUSHENE, R.E. **Manual do Inventário de Ansiedade de Ansiedade Traço-Estado**. CEPA: Rio de Janeiro, 2003.

UNESCO. **Suspensão das aulas e resposta à COVID-19**. Paris, 2020. Disponível em: <https://pt.unesco.org/covid19/educationresponse>. Acesso em: 25 mar. 2021.

VERCELLI, L. C. A. Aulas remotas em tempos de COVID-19: a percepção de discentes de um programa de mestrado profissional em educação. **Rev. @mbienteeducação**, v. 13, n. 2, p. 47-60, 2020.

WANG, C.; PAN, R.; WAN, X.; TAN, Y.; XU, L.; HO, C. S. et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. **Int. J. Environ. Res. Public Health**, v.17, n.5, p. 1729, 2020.

World Health Organization (WHO). **Depression and other common mental disorders: global health estimates**. Genebra: WHO; 2017. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/254610>. Acesso em 16 dez. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard**. WHO; 2021. Disponível em: <https://covid19.who.int/>. Acesso em: 17 dez 2021.