

SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Gabriel Siqueira Matheus (PIBIC/CNPq/FA/UEM), Marcelle Paiano (Orientador),
André Estevam Jacques (Co-orientador) e-mail: gabrielsm1@live.com

Universidade Estadual de Maringá / Departamento de Enfermagem / Maringá, PR.

Área e sub-área do conhecimento conforme tabela do [CNPq/CAPES](#):
ENFERMAGEM, ENFERMAGEM PSIQUIÁTRICA

Palavras-chave: covid-19, saúde mental, pandemia.

Resumo:

Os primeiros casos de Sars-Cov 2, o vírus que causa a Covid-19, foram descobertos em dezembro de 2019. A pandemia obrigou o sistema educacional a adotar o ensino remoto, suspendendo as atividades presenciais e optando pelas atividades online. Considerando que o distanciamento social decorrente da suspensão das aulas presenciais nas Universidades vem acarretando grandes mudanças na rotina dos estudantes pois além do agravamento das doenças mentais também observa-se um desregulamento nos ritmos biológicos assim como o aparecimento de ideias suicidas e desesperança em relação ao futuro e em relação à profissão, este estudo tem como objetivo identificar as publicações relacionadas a saúde mental dos estudantes universitários diante a pandemia de COVID-19. Trata-se de um estudo de revisão integrativa utilizando os seguintes descritores: COVID-19, pandemia, saúde mental e Estudantes universitários. Os resultados obtidos indicam que a saúde mental dos estudantes, principalmente, mulheres, pessoas LGBTQIA+, negros e pessoas multirraciais e pessoas de baixa renda foram impactadas durante a pandemia, com o aumento e o aparecimento de transtornos de ansiedade, depressivos, pânico e ideação suicida. Para lidar com o dia a dia na pandemia, houve a adoção de estratégias de enfrentamento, algumas consideradas positivas e outras negativas. Esses achados mostram a importância das universidades em propor medidas para auxiliar os estudantes em sofrimento mental, principalmente em contextos de crise.

Introdução

No mês de dezembro de 2019 os primeiros casos da Covid-19 foram detectados no mundo. Esta doença originada pelo vírus Sars-Cov 2 é a causadora de diversos agravos no sistema respiratório, principalmente a falta de ar e outros sintomas como febre, dor de garganta, dor de cabeça, tosse, pneumonia severa, anosmia e óbito (BRASIL, 2020).

No Brasil, em virtude da gravidade da situação, muitos municípios decretaram o lockdown em vários setores não essenciais, tentando amenizar a falta de insumos para o tratamento de pacientes e de leitos hospitalares (BRASIL, 2020).

Em decorrência do *lockdown*, o sistema educacional, visando a segurança dos estudantes e de funcionários, optou por suspender as atividades presenciais e adotar a modalidade de ensino remoto durante esse período. Entretanto, a súbita implantação do ensino remoto trouxe diversos impactos à comunidade acadêmica, como alterações no ciclo do sono, dificuldades para se adaptar e de realizar atividades acadêmicas, dificuldades para se socializar e principalmente impactos na saúde mental dos estudantes. Ainda, durante esse período muitos estudantes apresentaram diversos transtornos psicológicos como transtorno de ansiedade, depressão e pânico. (COELHO, et al., 2020)

Sendo assim, esta revisão tem o objetivo de identificar as publicações relacionadas com a saúde mental dos estudantes universitários diante a pandemia de COVID-19.

Materiais e Métodos

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada nas seguintes bases de dados: Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Literatura Internacional em Ciências da Saúde (MEDLINE), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL), Excerpta Medica database (EMBASE), Web of Science, PubMed e SciVerse Scopus (SCOPUS). O acesso a essas plataformas adveio pelo Portal de Periódicos da CAPES, através da Comunidade Acadêmica Federada – CAFé.

A busca e a seleção dos estudos foram realizadas seguindo a seguinte questão norteadora: “quais as publicações relacionadas com a saúde mental dos estudantes universitários durante a pandemia de Covid-19?”, os descritores utilizados foram obtidos nos Descritores de Ciência e Saúde (DeCS) e Medical Subject Headings (MeSH), assim sendo: COVID-19, Saúde Mental e Pandemia, junto a um descritor não controlado: Estudantes Universitários, unidos pelo operador booleano AND.

Foram selecionados os artigos que se tratam da saúde mental dos estudantes universitários durante a pandemia de Covid-19, disponíveis integralmente online, nos idiomas português e inglês, publicados a partir de 2020. Foram excluídos os editoriais, biografias, cartas ao leitor e publicações congêneres.

Resultados e Discussão

Foram identificadas 1291 publicações, das quais 52 foram incluídas para a construção dessa revisão. Dos 52 estudos, 3 são oriundos da Scopus, 6 são provenientes da Web of Science, 3 da LILACS, 26 advindos da Medline, 11 da Embase e 3 da CINAHL. Após leitura do título e resumo, 30 foram excluídos por não se enquadrarem aos critérios de inclusão, resultando em 22 estudos para análise final.

Dos resultados obtidos, foi evidenciado que durante a pandemia, o ensino online, aliado a sobrecarga estudantil, a falta do contato físico, o uso de internet, o medo de contaminação e dificuldades financeiras, foram fatores que geraram o sofrimento psicoemocional.

Durante esse período, as mulheres foram um dos grupos que tiveram sua saúde mental mais afetada durante a pandemia, isso pode se dar ao fato de que muitas mulheres estão mais suscetíveis ao estresse associado ao isolamento social, além da sobrecarga de trabalho que muitas vivenciaram durante a pandemia (MISCA et al., 2021).

Além disso, pessoas LGBTQIA + sentiram os efeitos do estresse e ansiedade relacionados a pandemia mais acentuadamente, principalmente devido ao fechamento das universidades e devido a dificuldade de acesso aos serviços de saúde mental. Concomitantemente, com o fechamento do comércio e a desaceleração econômica ocasionada pela *lockdown*, ocorreu também um aumento dos sintomas de estresse e ansiedade em pessoas negras, multirraciais e pessoas de baixa renda familiar. (BASHETI, et al., 2021).

A adoção de estratégias de enfrentamento foi muito presente durante a pandemia, algumas sendo positivas, como a adoção de hábitos alimentares mais saudáveis, realização de *hobbies* e a realização de atividades físicas. Enquanto que outras estratégias foram negativas, dentre elas a mudança nos padrões de sono, mudanças nos hábitos alimentares e físicos, sendo fatores diretamente relacionados ao aumento do sedentarismo durante esse período. (BASHETI et al, 2021; MISCA et al, 2021).

O uso da *internet* também foi um grande instrumento utilizado como estratégia de enfrentamento na pandemia. As pessoas passaram a ficar mais dependentes do uso de dispositivos eletrônicos, principalmente para entrar em contato com familiares e amigos, diminuindo a sensação de solidão. (MISCA et al, 2021). Entretanto, o uso prolongado da *internet*, também está relacionado com uma piora da saúde mental, no tocante ao aumento da ideação suicida, problemas de autoestima e de sintomas depressivos, quando relacionados ao fácil acesso à conteúdos violentos, *cyberbullying* em redes sociais e ao conteúdo pornográfico. (ISLAM et al, 2020).

Conclusões

Os resultados obtidos auxiliam a compreender que a saúde mental dos estudantes universitários sofreu grande impacto durante a pandemia. Sendo assim, é imprescindível que com o retorno das atividades presenciais, as Universidades e os serviços de Saúde acompanhem o estado de saúde mental desses jovens que foram afetados durante esse período através de estratégias de apoio e acompanhamento psicológico, principalmente a longo prazo.

Agradecimentos

Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPQ) e à FUNDAÇÃO ARAUCÁRIA pelo incentivo financeiro.

Referências

BASHETI, I. A. Prevalence of anxiety and depression during COVID-19 pandemic among healthcare students in Jordan and its effect on their learning process: A national survey. *Plos One*, v. 14, n. 4, p. 1-16, 2021. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8021185/pdf/pone.0249716.pdf>. Acesso em: 26 de ago. 2022.

BRASIL, Ministério da Saúde, Coronavírus, 2020, Disponível em <<https://covid.saude.gov.br/>> Acesso em 26 ago. 2022.

BROWNING, M. H. E. M. et al. Psychological impacts from COVID-19 among university students: Risk factors across seven states in the United States. *Plos one*, v. 16, n. 1, p. 1-27, 2021. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7790395/pdf/pone.0245327.pdf>. Acesso em: 26 de ago. 2022.

COELHO, A. P. S. et al. Saúde mental e qualidade do sono de universitários na época da pandemia do COVID-19: experiência de um programa de assistência estudantil. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, [S. l.], v. 9, n. 9, pág. e943998074, 2020. DOI: 10.33448 / rsd-v9i9.8074. Disponível em: <https://www.rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/8074>. Acesso em: 26 de ago. 2022.

ISLAM, S. et al., Psychological responses during the COVID-19 outbreak among university students in Bangladesh. *Plos One*, v. 15, n. 12, p. 1-15, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7775049/pdf/pone.0245083.pdf>. Acesso em: 26 de ago. 2022.

MISCA, G.; THORNTON, G. Navigating the Same Storm but Not in the Same Boat: Mental Health Vulnerability and Coping in Women University Students During the First COVID-19 Lockdown in the UK. *Frontiers in Psychology*, v. 12, p. 1-13, 2021. Disponível em: <https://www.readcube.com/articles/10.3389/fpsyg.2021.648533>. Acesso em: 26 de ago. 2022.

RAHIEM, M. D. H. et al. Perceived Consequences of Extended Social Isolation on Mental Well-Being: Narratives from Indonesian University Students during the COVID-19 Pandemic. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, v. 18, p. 1-20, 2021. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/19/10489/htm>. Acesso em: 26 de ago. 2022.