

## FATORES DE RISCO E PROTEÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DIANTE A PANDEMIA COVID-19

**Autor(es):** Vitória Kethly Farrapo da Silva<sup>1</sup>; João Walyson de Paula Cordeiro<sup>1</sup>; Caio San Rodrigues<sup>1</sup>; Leticia Mara Cavalcante<sup>1</sup>; Eliany Nazaré Oliveira<sup>2</sup>;

<sup>1</sup> Enfermagem, CCS, UVA; E-mail: [Vitoriakethly123@gmail.com](mailto:Vitoriakethly123@gmail.com), [joaowalysondepaula@gmail.com](mailto:joaowalysondepaula@gmail.com), [caiosanrodrigues2000@gmail.com](mailto:caiosanrodrigues2000@gmail.com), [leticiamara55@gmail.com](mailto:leticiamara55@gmail.com)

<sup>2</sup> Docente/pesquisador, CCS, UVA. E-mail: [elianyv@gmail.com](mailto:elianyv@gmail.com)

**Resumo: Introdução:** A Covid-19 foi causa de diferentes impactos na saúde mental da população, principalmente dos estudantes universitários, visto a necessidade do distanciamento social e do fechamento temporário das instituições de ensino. **Objetivo:** Viu-se a importância de identificar fatores de risco e proteção da saúde mental desses jovens frente ao cenário vivenciado. **Metodologia:** A pesquisa possui amostra de 427 estudantes, que responderam aos instrumentos: escala de transtorno de estresse pós-traumático, inventário de estratégias de *Coping* e perfil sociodemográfico. **Resultados:** O público majoritariamente atingido foram as mulheres, apresentando maiores sintomas de transtorno do estresse pós-traumático e a estratégia mais recorrente foi o confronto. **Discussão:** Os estudantes lidaram de maneiras particulares aos estressores, utilizando de métodos focados na emoção, como também estratégias para resolução de problemas. **Conclusão:** A pandemia impactou diretamente na saúde mental dos estudantes, principalmente as mulheres, sendo a pesquisa um importante auxiliador para possíveis intervenções advindas das instituições de ensino.

**Palavras-chave:** Riscos Psicossociais; Enfrentamento; Estudantes; Covid-19.

### INTRODUÇÃO E OBJETIVO(S)

Em virtude da pandemia de Covid-19 iniciada em dezembro de 2019, em Wuhan, China, foi declarado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) emergência de Saúde Pública de Nível Internacional, sendo necessário o estabelecimento de medidas para contenção do vírus, como a quarentena e o isolamento social, desta forma, comércios e quaisquer outros estabelecimentos que acarretavam grande aglomerações de pessoas precisaram suspender seus serviços, incluindo as escolas e as instituições de ensino superior (Organização Pan-Americana De Saúde, 2020).

Diante desse cenário, os estudantes precisaram se redirecionar para suas cidades e deixar seus locais de estudo, tendo que se readaptar para dar continuidade às atividades de ensino, sendo adotado pelas universidades o meio remoto e o direcionamento para aulas online, acarretando mudanças repentinas na vida dos mesmos, gerando sentimentos como incertezas acerca do futuro, medo e inseguranças. Visto isso, estudos de revisão já puderam identificar graves problemas de saúde mental entre indivíduos que passaram por quarentena e isolamento social, como problemas relacionados à ansiedade, depressão, transtornos de humor, angústia, estresse pós-traumático, insônia, medo, baixa autoestima e outros (Hossain *et al.* 2020).

Ademais, Oliveira et al (2020), traz em seus estudos que os estudantes universitários integram uma parcela da população particularmente vulnerável a problemas de saúde mental, em vista dos diversos desafios associados à transição para a vida adulta e as frequentes dificuldades econômicas e materiais. Ressaltando-se também que a pandemia do novo coronavírus introduz um estado de pânico global e a necessidade de isolamento desperta sentimentos negativos que podem ter consequências mesmo após o controle do vírus (Lima *et al.*, 2020).

Nesse viés, buscou-se analisar as repercussões do contexto pandêmico na saúde mental dos estudantes do ensino superior do estado do Ceará e quais estratégias os mesmos utilizaram para confrontar esse cenário.

## MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo exploratório com delineamento transversal, conta com a participação de 427 estudantes do ensino superior de instituições públicas e privadas do estado do Ceará. Este artigo é um recorte de um estudo mais amplo intitulado: Saúde mental em tempos de covid-19: análise e acompanhamento de estudantes do ensino superior do estado do Ceará. Aprovada pelo comitê de ética e pesquisa com o parecer nº 5.186. 296.

O período de coleta de dados se deu entre janeiro e março de 2022 de maneira online através do envio de formulários eletrônicos. O recrutamento dos participantes desta pesquisa ocorreu a partir do banco de dados da pesquisa “Repercussões da pandemia do novo coronavírus na saúde mental de estudantes do ensino superior”, realizado no ano de 2020. Salienta-se que os estudantes foram previamente informados sobre a possibilidade de outros estudos de acompanhamento.

Os instrumentos utilizados foram a escala de transtorno do estresse pós-traumático (PCL-5), composta por 20 itens, cujas respostas são dadas ao longo de uma escala de intensidade do tipo *Likert* de 5 ponto, onde cada entrevistado é solicitado a indicar o quanto sentiu os sintomas de transtornos de estresse pós traumático (PTSD) durante o mês anterior, variando de zero (nada) a quatro (extremamente).

Além desta, foi entregue o Inventário de estratégias de *Coping*, criado por Folkman e Lazarus em 1984, o inventário permite avaliar os pensamentos e ações que as pessoas utilizam para lidar com demandas internas ou externas de um evento estressante específico (Savoia; Amadera, 2016), ela é composta por 66 itens divididos entre 8 diferentes fatores, cada item é indicado em uma escala *Likert* ordinal de 4 pontos a frequência com que cada participante utiliza a estratégia.

Por fim, foi enviado um questionário sociodemográfico. Os dados coletados foram analisados por meio de estatística descritiva com medidas de tendência central (média, mínimo e máximo), dispersão (desvio padrão), teste de ANOVA e teste Post-Hoc de Tukey.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

De acordo com o perfil sociodemográfico evidenciou-se que 59,5% dos estudantes são do sexo feminino, 52,2% se autodeclararam pardos, 84,5% afirmam ser solteiros e a média da idade dos participantes é de 25,5 anos. Visto isso, em estudos realizados com residentes de Portugal e estrangeiros portugueses, demonstrando níveis mais elevados de estresse percebido relacionados com pessoas de idade mais jovem, do gênero feminino, possuindo nível

acadêmico mais baixo, solteiros, estando isolado com filhos e residentes em países ou região com elevado índice de infecção de COVID-19 (Redondo; Oliveira; Cardoso, 2023).

Partindo para tabela 1, são apresentados os dados da aplicação da escala PCL-5 em relação ao sexo dos participantes. Na Escala global do PCL-5, o Transtorno do estresse pós-traumático apresenta um valor médio  $M=39,4$  a partir dos testes realizados na escala. Baseando-se nesse valor, os resultados que apresentaram uma média acima significa que os indivíduos do estudo apresentaram sintomas de estresse pós-traumático.

Tabela 1 - Distribuição das dimensões da escala de Transtorno Pós-Traumático por sexos em estudantes do Ensino Superior do Ceará, Brasil, 2023.

	Masculino (N=167)		Feminino (N=254)		Outro (N=6)		$F_{2,424}$	p	Post- Hoc
	M	DP	M	DP	M	DP			
PCL-5. Transtorno do estresse pós-traumático	34,6	21,5	42,2	24,0	56,1	19,4	7,066	** 0,001	M>F
Dimensão 1. Condição estressante do evento	35,9	22,0	42,9	24,5	58,3	20,1	6,269	** 0,002	M>F
Dimensão 2. Cenas e lembranças da experiência traumática	33,1	23,5	41,0	25,6	53,6	21,3	6,320	** 0,002	M>F

\*\* $p < 0,01$

Fonte: Elaborada pelos autores (2023).

Os resultados demonstraram conforme as médias apresentadas, que os estudantes de graduação que mais apresentaram sintomas do transtorno de estresse pós-traumático foram os sexo feminino e outros (fluidos e não binário). Sendo as diferenças estatisticamente significativas, de acordo com o teste ANOVA ( $p < 0,01$ ). De acordo com o teste Post-Hoc de Tukey, utilizado em virtude de se verificar homocedasticidade, as diferenças são sempre significativas entre o sexo masculino e o sexo feminino.

Em estudo realizado em El Salvador sobre os preditores de sintomas emocionais durante a pandemia, destacou que os níveis de depressão, ansiedade e estresse são maiores nas mulheres que os homens, além disso, observa-se que durante esse período o trabalho doméstico e as cobranças sobre as mulheres aumentou em até 10 vezes por todo mundo, aumentando ainda mais o sofrimento e estresse (Orellana, 2021). Dessa forma, evidencia-se que a pandemia impactou especialmente as mulheres.

Partindo para tabela 2, apresenta-se as médias das dimensões do Inventário de Estratégias de Coping e sua relação com o sexo.

Tabela 2 - Distribuição das dimensões do Inventário de estratégias de *Coping* em estudantes do Ensino Superior, em relação ao sexo, Ceará, Brasil. 2023.

	Masculino (N=167)		Feminino (N=254)		Outro (N=6)		F <sub>2,424</sub>	p	Post- Hoc
	M	DP	M	DP	M	DP			
Inventário de Estratégias de Coping	36,6	12,2	40,2	12,1	38,5	7,6	4,370	* 0,013	M>F
Fator 1 – confronto	20,7	16,4	28,5	17,6	24,1	11,5	10,509	*** 0,000	M>F
Fator 2 - afastamento	38,9	17,4	40,9	17,7	50,8	16,4	1,733	0,178	
Fator 3 - autocontrole	51,3	20,2	49,4	20,3	53,3	14,0	,518	0,596	
Fator 4 - suporte social	30,0	22,7	34,3	21,6	35,2	19,8	1,950	0,143	
Fator 5 - aceitação de responsabilidade	42,3	18,0	46,4	19,1	46,0	22,7	2,374	0,094	
Fator 7 - resolução de problemas	39,3	23,6	38,4	23,1	22,2	16,4	1,567	0,210	
Fator 8 - reavaliação positiva	34,9	20,2	38,7	21,5	23,6	11,7	2,885	0,057	

\* p<0,05

\*\*\* p<0,001

Fonte: Elaborado pelos autores(2023).

Nessa tabela, é possível observar que o fator 1 “confronto”, fator 5 “aceitação de responsabilidade” e fator 8 “reavaliação positiva”, foram os mais utilizados pelo sexo feminino, com médias 28,5%, 46,4% e 38,7% respectivamente. Já os fatores 2 “afastamento”, 3 “autocontrole” e 4 “suporte social” foram mais recorrentes entre os sexos fluidos e não binários com médias 50,8%, 53,3% e 35,2% respectivamente, por fim o fator 7 “resolução de problemas” com média 39,3% foi o mais requerido pelo sexo masculino. Salienta-se que o fator 6 não veio a ser utilizado.

Destarte, pode-se observar pela leitura dos resultados, a prevalência na população estudada dos fatores focados na emoção, tendo o autocontrole obtido um valor médio superior aos demais, seguido dos fatores aceitação de responsabilidade e afastamento. Além disso, é possível analisar valores menores para os fatores pertencentes a escala de estratégias de *coping* centrados na resolução de problemas. Estudos anteriores correlacionam o sexo feminino com a maior adesão a um enfrentamento focado na emoção (Alexandre *et al*, 2022).

O coping se refere aos recursos emocionais que o indivíduo utiliza para lidar com as situações estressoras. Os estudantes lidam de maneiras diferentes com os estressores, podendo utilizar métodos positivos, como aqueles relacionados à resolução de problemas e busca por suporte social ou atividades de lazer, ou estratégias não adaptativas, como a

esquiva dos eventos estressores. Desenvolver intervenções relacionadas ao *coping* focado no problema e suporte social pode auxiliar os estudantes a gerenciarem as situações estressantes que vivenciam de forma a favorecer sua adaptação ao contexto universitário (Sahão; Kienen, 2021).

O *coping* focado no problema tem função de reestruturar cognitivamente a demanda, alterando a relação entre a pessoa e o ambiente. Já o *coping* focalizado na emoção conta os esforços contínuos para controle do estado emocional, para prevenir ou reduzir o sofrimento. Ou seja, consiste em ações como ignorar ou contornar a situação, aumentando a tolerância para os eventos negativos ou estabilizar o equilíbrio emocional, sendo preferível em situações de estresse a curto prazo (Abacar *et al*, 2021).

## CONCLUSÃO

Conclui-se com os resultados obtidos nesse estudo que a pandemia foi capaz de provocar efeitos negativos na saúde mental dos estudantes do ensino superior do estado do Ceará, principalmente para as estudantes do sexo feminino que apresentaram maior nível de estresse pós-traumático quando comparadas aos do sexo masculino.

Já em relação às formas de proteção, demonstra-se que a estratégia mais utilizada pelos estudantes foram as focadas na emoção, como o autocontrole, aceitação de responsabilidade e afastamento. Com os níveis de estresse elevados, cada estudante lidou com o contexto de uma forma muito particular, adotando as estratégias que consideraram mais favoráveis à manutenção de sua saúde mental.

Por fim, constata-se que o estudo obteve dados importantes acerca da saúde mental dos estudantes durante a pandemia, podendo ser utilizados pelas Instituições de Ensino Superior para desenvolver programas assistenciais e estratégias que visem a prevenção e o manejo adequado do estresse entre estudantes, destacando-se o atendimento na área de saúde mental.

## REFERÊNCIAS

ABACAR M, *et al*. Vivências do stress e estratégias de coping em estudantes-trabalhadores de uma universidade pública em Moçambique. RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar, 2(6), 1-17. 2021.

<https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/454>

ALEXANDRE J. D, CARVALHO H, FONSECA A. M, CASTRO C. A. Estado emocional e coping em estudantes universitários no confinamento provocado pela COVID-19.

PSICOLOGIA [Internet]. Junho 2022. 36(1):51-60. Disponível em:

<https://revista.appsicologia.org/index.php/rpsicologia/article/view/1782>

HOSSAIN, M.; SULTANA, A.; PUROHIT, N. Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: A systematic umbrella review of the global evidence.

Epidemiology and Healthy, [s.l.], v. 42, p. 1-11. Jun. 2020. Disponível em:

<https://www.e-epih.org/upload/pdf/epih-42-e2020038.pdf>.

OLIVEIRA, E. N. *et al*. Covid-19: Repercussions on the mental health of higher education students. Saúde em Debate, [s. l.], v. 46, ed. spe1, 2022. DOI



UNIVERSIDADE ESTADUAL  
VALE DO ACARAÚ

Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação - PRPPG



**CEARÁ**  
GOVERNO DO ESTADO  
SECRETARIA DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA  
E EDUCAÇÃO SUPERIOR

10.1590/0103-11042022E114. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/sdeb/a/gkbNJ5jkfrLWfH9cB4vFKHr/?lang=en>

ORELLANA, C. I.; ORELLANA, L. M. Predictores de sintomas emocionais durante la cuarentena domiciliar por pandemia de COVID-19 en El Salvador. Actualidades en Psicología, v. 34, n. 128, 2021. Disponível em:

[https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2215-35352020000100103&lng=en&nrm=iso&tlng=en](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-35352020000100103&lng=en&nrm=iso&tlng=en)

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (OPAS). Folha informativa COVID-19 - Escritório da OPAS e da OMS no Brasil. OPAS, 07 de out. de 2020.

Disponível em:

[https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875).

REDONDO, F. V.; OLIVEIRA, M. R. A.; CARDOSO, F. S. Percepção do estresse em tempos de pandemia COVID-19. Cadernos de Psicologia, v. 3, n. 2, p. 18-18, 2 ago. 2023.

Disponível em:

<https://www.cadernosdepsicologia.org.br/index.php/cadernos/article/view/187>

SAHÃO, F. T.; KIENEN, N. Adaptação e Saúde do Estudante Universitário: Revisão Sistemática da Literatura. Psicologia Escolar e Educacional, v. 25, p. e224238, 2021.

Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/tdnsrZFwKyb53nvNZG79p9n/>.

SAVOIA, M. G.; AMADERA, R. D. Utilização da versão brasileira do inventário de estratégias de coping em pesquisas da área da saúde. **Psicologia hospitalar**, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 117-138, Jan. 2016. Disponível em:

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-74092016000100007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-74092016000100007&lng=pt&nrm=iso)