

FATORES PROTETORES DA SAÚDE MENTAL DURANTE O CONTEXTO PANDÊMICO EM ESTUDANTES UNIVERSITARIOS

Isabelly Oliveira Ferreira¹; Lidiane Monte Lima Muniz² ; Gleisson Ferreira Lima³; Maristela Inês Osawa Vasconcelos⁴; Eliany Nazaré Oliveira⁵

¹ Programa de Pós-graduação em Saúde da Família, UFC; E-mail: isabellyf722@gmail.com

² Programa de Pós-graduação em Saúde da Família, UFC; E-mail: lidi_ml@hotmail.com

³ Programa de Pós-graduação em Saúde da Família, UFC; E-mail: gleisson_nega@hotmail.com

⁴ Docente/pesquisador, CCS, UVA. E-mail: maristela.osawa@gmail.com

⁵ Docente/pesquisador, CCS, UVA. E-mail: elianyy@gmail.com

Resumo: A COVID-19 varreu o mundo, causando uma pandemia global, colocando em foco a saúde mental das populações afetadas. O estudo teve como objetivo analisar as estratégias de enfrentamento à pandemia e o isolamento social utilizadas por estudantes do ensino superior. Trata-se de um estudo descritivo exploratório com delineamento transversal, os participantes do estudo foram 427 estudantes do ensino superior do Estado do Ceará. As respostas foram recolhidas em 2022 por meio do inventário de Estratégias de *Coping*. A média do Inventário de Estratégias de *Coping* foi superior para o sexo feminino, intermediária para os autodeclarados como outro sexo e inferior para o sexo masculino, sendo as diferenças significativas no teste ANOVA ($p=0,013$). E no teste de Post-Hoc de Tukey as diferenças foram significativas entre o sexo masculino e feminino. Os resultados evidenciaram que os estudantes do ensino superior desenvolveram estratégias de enfrentamento como fatores de proteção durante o contexto pandêmico.

Palavras-chave: COVID-19; Pandemia; Ensino Superior.

INTRODUÇÃO

A COVID-19, doença provocada pelo SARS-CoV-2 varreu o mundo, causando uma pandemia global, colocando em foco a saúde mental das populações afetadas. A prevalência de pandemias acentua ou cria novos estressores, incluindo medo de infecção, frustração, tédio, suprimentos inadequados, informações inadequadas, perda financeira, estigma, preocupação consigo mesmo ou com seus entes queridos, restrições de movimento físico e atividades sociais devido à quarentena e mudanças repentinas e radicais no estilo de vida (Son et al., 2020; Wathélet et al., 2020).

A pandemia de COVID-19, com suas restrições contínuas no âmbito público e acadêmico, representou um fator multidimensional que afetou a saúde mental dos estudantes. Sendo esse público um dos mais afetados negativamente durante a pandemia, com proporções aumentadas de sintomas depressivos, ideação suicida, ansiedade e solidão em comparação com a pré-pandemia. (Tsiouris et al., 2023; David et al., 2022).

Nesse contexto, os estudantes do ensino superior enfrentaram inúmeros desafios e tiveram que desenvolver e resgatar maneiras de enfrentamento diante os desconfortos gerados pela pandemia (Vélez,2023).

As estratégias de enfrentamento foram multifacetadas, abrangendo um amplo espectro de emoções, percepções e experiências humanas. Nesse contexto, em meio a tantas incertezas relacionadas à COVID-19 existem certos fatores de proteção que foram como amortecedores contra as consequências negativas da pandemia (Benson; Whitson, 2022; Zhang et al ., 2023).

Os fatores de proteção são variáveis positivas que anulam os efeitos dos fatores de risco e, assim, protegem contra desfechos negativos, reduzindo os efeitos nocivos dos riscos que predizem os resultados comportamentais de saúde (Benson; Whitson, 2022).

O objetivo do estudo é analisar as estratégias de enfrentamento à pandemia e o isolamento social utilizadas por estudantes do ensino superior.

MATERIAL E MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo exploratório com delineamento transversal. Os participantes do estudo foram estudantes do ensino superior do Estado do Ceará. A amostra é constituída por 427 participantes, tendo as respostas sido recolhidas entre 9 de janeiro e 4 de março de 2022 via formulário auto preenchível disponibilizado por meio das redes sociais.

Para a coleta de dados foi utilizado o inventário de Estratégias de *Coping*. O instrumento avalia pensamentos e ações que as pessoas utilizam para lidar com demandas internas ou externas de um evento estressante específico (Savóia; Amadera, 2016).

O inventario é uma escala tipo Likert ordinal de 4 pontos variando de zero (não usei esta estratégia) a três (usei em grande quantidade), os escores mais altos representam uma maior utilização das estratégias (Savóia; Amadera, 2016).

O inventário consiste em 8 diferentes "fatores", cada fator avalia a extensão com que um sujeito utiliza determinada estratégia de *coping* (Savóia; Mejias; Santana, 1996).

- Fator 1 – confronto;
- Fator 2 – afastamento;
- Fator 3 – autocontrole;
- Fator 4 - suporte social;
- Fator 5 - aceitação de responsabilidade;
- Fator 6 - fuga-esquiva;
- Fator 7 - resolução de problemas;
- Fator 8 - reavaliação positiva.

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.

O teste de ANOVA foi utilizado para testar diferença de distribuição entre o sexo dos participantes, baseado na análise das variâncias amostrais e o teste Post-Hoc de Tukey foi utilizado para verificar homoscedasticidade e foram realizados quando houver diferença significativa entre as médias na ANOVA ($P < 0,05$).

Ademais, este estudo faz parte de uma pesquisa mais ampla intitulada “Saúde Mental em Tempos de COVID-19: análise e acompanhamento de estudantes do ensino superior do Estado do Ceará” financiada pelo Edital nº 02/2020 do Programa de Bolsas de Produtividade em Pesquisa, Estímulo à Interiorização e Inovação Tecnológica – BPI – FUNCAP, aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob o parecer de número 5.186.296.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os participantes da pesquisa “Saúde mental em tempos de covid-19: análise e acompanhamento de estudantes do ensino superior do estado do Ceará” foram 427 estudantes do ensino superior de universidades públicas e privadas do Estado do Ceará.

Abaixo segue a tabela apresentando a estatística descritiva do Inventário de Estratégia de *Coping* em relação ao sexo dos participantes, o resultado do Teste ANOVA e Post-Hoc de Tukey.

Tabela 1: Relação entre Inventário de Estratégias de *Coping* com o Sexo, Ceará, Brasil. 2023

	Masculino (N=167)		Feminino (N=254)		Outro (N=6)		F _{2,424}	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: Elaborada pelos autores

De acordo com os dados apresentados a média do Inventário de Estratégias de *Coping* é superior para o sexo feminino, intermediária para os autodeclarados como outro sexo e inferior para o sexo masculino, sendo as diferenças estatisticamente significativas, de acordo com o teste ANOVA (p=0,013). E no teste de Post-Hoc de Tukey as diferenças foram significativas entre o sexo masculino e o sexo feminino.

De acordo com a tabela 1 as médias das dimensões do Inventário de Estratégias de *Coping* e sua relação com o sexo, foi observado que no fator 1 “confronto” os participantes do sexo feminino foram as que mais utilizaram dessa estratégia, com média de 28,5%, no fator 2 “afastamento” com média de 50,8% os autodeclarados como outros sexo (fluidos e não binário) foram os que mais utilizaram dessa estratégia, no fator 3 “autocontrole, com média de 53,3%, os autodeclarados como outros sexo (fluidos e não binário) foram os que mais utilizaram dessa estratégia. No fator 4 “suporte social” os autodeclarados como outros sexo (fluidos e não binário) foram os que mais utilizaram dessa estratégia, com média de 35,2% , no fator 5 “aceitação de responsabilidade” com média de 46,4%, as universitárias do sexo feminino foram os que mais utilizaram essa estratégia, no fator 7 “resolução de problemas” com média de 39,3%, os universitários do sexo masculino foram os que mais utilizaram dessa estratégia e no fator 8 “reavaliação positiva, os universitários que mais utilizaram essa estratégia foram os do sexo feminino com média de 38,7%.

Observar-se 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. Quando comparados os fatores do Inventário de Estratégias de *Coping* o "Fator 1-confronto" é a única estratégia que apresentou relevância

estatística, sendo superior para o sexo feminino em comparação com o sexo masculino.

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 (Sahão; Kienen, 2021).

No contexto de pandemia e isolamento social existe uma ligação entre o *coping* em nível individual e conectividade social. Um estudo realizado na universidade do meio do Atlântico focado na saúde mental dos estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19 também evidenciou que o apoio social estava associado a uma melhor saúde psicológica, afirmando o que foi discutido anteriormente sobre a importância do apoio social durante a pandemia (Haliwa *et al.*, 2021).

O enfrentamento e suporte emocional também foram citados como fatores de proteção importantes durante a pandemia. Em particular, compartilhar experiências emocionais foi um fator crucial para combater a solidão e, assim, aliviar o impacto da pandemia e do *lockdown* (Koelen *et al.*, 2022; Veer *et al.*, 2021).

Os fatores protetores são vantajosos na medida em que podem prevenir o impacto de resultados comportamentais adversos decorrentes da exposição a fatores de risco, oportunizando o desenvolvimento pessoal do indivíduo. Ademais, os fatores de proteção podem ser encontrados no apoio dos pais, no apoio dos pares, na conexão social, na crença e na fé, além de tantas outras variáveis que foram importantes para servir como caminhos de enfrentamento de primeira linha contra traumas de longa data e estressores durante a pandemia COVID-19 (Benson; Whitson, 2022; Zhang *et al.*, 2023).

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, reduzindo, minimizando ou tolerando o estresse gerado por essas situações (Sahão; Kienen, 2021).

CONCLUSÕES

Em relação às formas de proteção, a estratégia mais utilizada pelos estudantes do ensino superior foram as focadas na emoção, como o autocontrole, aceitação de responsabilidade e afastamento. E as estudantes do sexo feminino utilizaram da estratégia de confronto, um percentual maior que os estudantes do sexo masculino.

Os resultados obtidos neste estudo evidenciaram que os estudantes do ensino superior desenvolveram estratégias de enfrentamento, que foram utilizadas como fatores de proteção durante o contexto pandêmico.

Ademais, os resultados podem ser utilizados pelas Instituições de Ensino Superior para desenvolver programas assistenciais e estratégias voltadas ao desenvolvimento de fatores de proteção da saúde mental de estudantes do ensino superior. Estes também são importantes para a sociedade civil que pode por meio do estudo conhecer as estratégias de proteção da saúde mental que podem ser utilizadas durante períodos de crise e até mesmo facilitar o enfrentamento de novas pandemias.

Cita-se como limitação do estudo a dificuldade em contactar os estudantes para participar da pesquisa. Sugere-se investir em novas investigações acerca desse tema para continuidade da investigação sobre estratégias de *coping* utilizadas por estudantes do ensino superior em outras situações.

REFERÊNCIAS

BENSON, O. M.; WHITSON, M. L. O papel protetor do senso de comunidade e acesso a recursos sobre o estresse do estudante universitário e as interrupções da vida diária

relacionadas à COVID-19. *Revista de Psicologia Comunitária*, v. 50, n. 6, p. 2746-2764, 2022.

DAVID, I. *et al.* "COVID é outra camada de coisas problemáticas": Mudança, vulnerabilidade e COVID-19 entre estudantes universitários. *Revista Internacional de Pesquisa Ambiental e Saúde Pública*, v. 19, n. 23, 2022.

HALIWA, I. *et al.* Fatores de risco e proteção para a saúde psicológica de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista de saúde universitária americana: J da ACH*, v. 70, n. 8, p. 2257-2261, 2022.

KOELEN, J. A. *et al.* COVID-19 e saúde mental entre estudantes universitários em risco: Um estudo prospectivo sobre fatores de risco e proteção. *Revista internacional de métodos em pesquisa psiquiátrica*, v.31,n.1, 2022.

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

SAVÓIA, M. G.; SANTANA, P. R.; MEJIAS, N. P. Adaptação do inventário de Estratégias de *Coping* de Folkman e Lazarus para o português . *Psicologia USP*, [S. l.], v. 7, n. 1-2, p. 183-201, 1996. DOI: 10.1590/S1678-51771996000100009.

SAVÓIA, M.G.; AMADERA, R.D. Utilização da versão brasileira do inventário de estratégias de *coping* em pesquisas da área da saúde. *Psicol. hosp. (São Paulo)*, São Paulo , v. 14, n. 1, p. 117-138, jan. 2016.

SON, S., *et al.* Sintomas psiquiátricos, fatores de risco e proteção entre estudantes universitários em quarentena durante a pandemia de COVID-19 na China. *Globalização e Saúde*, v. 17, n. 1, 25 jan. 2021.

TSIOURIS, A. *et al.* Estado de saúde mental e seus determinantes em estudantes universitários alemães durante a pandemia COVID-19: resultados de três pesquisas transversais repetidas entre 2019 e 2021. *Fronteiras em saúde pública*, v. 11, 2023.

VEER, I. M. *et al.* Fatores psicossociais associados à resiliência mental no lockdown Corona. *Psiquiatria Translacional*, v. 11, n. 1, 2021.

VELEZ, G. M. Faculdade e COVID-19: As reverberações da pandemia em adolescentes e adultos emergentes no campus. *Opinião atual em psicologia*, v. 51, n. 101592, p. 101592, 2023.

WATHELET, M. *et al.* Fatores associados com transtornos de saúde mental entre estudantes universitários na França confinados durante a pandemia COVID-19. *Rede JAMA aberta*, v. 3, n. 10, p. e2025591, 2020.

ZHANG, C., *et al.* Associações entre estresse acadêmico e sintomas depressivos mediados por sintomas de ansiedade e desesperança em universitários chineses. *Psicol. Res. Comportar-se. Manag.* 2022, 15–547.