

IDENTIFICANDO AS DIMENSÕES DO INVENTÁRIO DE ESTRATÉGIAS DE COPING EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

Autor(es): Vitoria Kethly Farrapo da Silva¹; Caio Sam Rodrigues; Emilia do Nascimento Silva; Ana Beatriz dos Santos Costa; Eliany Nazaré Oliveira²

¹Discente de enfermagem, CCS, UVA; E-mail: Vitoriakethly@gmail.com.

²Docente, CCS, UVA. E-mail: Elianny@gmail.com

Resumo: Frente ao cenário pandêmico, estudos de revisão identificaram repercussões negativas no bem-estar psicológico de discentes do ensino superior que passaram por quarentena e isolamento social. Objetivamos com este estudo demonstrar formas mais prevalentes de enfrentamento utilizadas pelos mesmos frente a esse cenário. Trata-se de um estudo descritivo exploratório com delineamento transversal, composto por dois instrumentos: um questionário sociodemográfico e o Inventário de Estratégias de *Coping*, abrangendo alunos de instituições públicas e privadas do estado do Ceará. Pôde ser identificado que fatores como autocontrole, aceitação de responsabilidades e afastamento tiveram grande impacto nesse cenário e que a população foi composta principalmente por solteiros, pelo sexo feminino e idade média 25,4 anos. Concluímos, com a análise dos dados, que os estudantes utilizaram de diversas estratégias para o momento estressante vivenciado, tornando-se importante evidenciá-las e posteriormente definir meios para ajudá-los neste processo.

Palavras-chave: Enfrentamento; COVID-19; Estudantes; Saúde Mental.

INTRODUÇÃO E OBJETIVO(S)

Em decorrência do cenário atípico que o mundo está vivenciando desde o ano de 2020 com a propagação da COVID-19, a Organização Mundial de Saúde (OMS), declarou Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional – o mais alto nível de alerta (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE, 2020). Tornando-se necessário a implementação de medidas de isolamento social, incluindo o fechamentos temporários de escolas e Instituições de Ensino Superior (IES), que suspenderam suas aulas e evacuaram os alunos, o que para alguns especialistas pode acarretar consequências psicológicas negativas entre os mesmos, visto que passaram a ter uma rotina significativamente alterada, além de desenvolverem preocupações em relação à própria saúde e a de entes queridos e sofrerem com o distanciamento dos vínculos que tinham sido desenvolvidos.

Visto isso, estudos de revisão 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, dificuldade no autocontrole e outros (HOSSAIN et al. 2020). De tal forma, que veio a ser estimado que 8% a 71% de estudantes de ensino superior em todo o mundo

desencadearam diferentes transtornos psicológicos, aumentados à medida que a pandemia progrediu (KAUR, *et al.* 2022).

Diante disso, questiona-se acerca da saúde mental dos estudantes universitários do estado do Ceará que tiveram seus fluxos de estudos interrompidos pela crise sanitária instalada em fevereiro de 2020. Buscamos analisar e demonstrar as principais estratégias utilizadas pelos mesmos no enfrentamento ao cenário pandêmico e o isolamento social, tendo como parâmetro o Inventário de Estratégias de *Coping*, além da aplicação de um questionário sociodemográfico com intuito de avaliar os padrões em relação ao sexo, idade e raça, considerando que em um estudo realizado com 3.691 estudantes na mesma época sugere que a saúde mental foi mais intensamente afetada entre o sexo feminino (OLIVEIRA *et al.*, 2022).

MATERIAL E MÉTODOS

Esse estudo do tipo descritivo exploratório com delineamento transversal, foi constituído por acadêmicos do estado do Ceará que consentiram em participar da pesquisa intitulada como: Saúde mental em tempos de Covid-19: análise e acompanhamento de estudantes do ensino superior do estado do Ceará. Contendo uma amostra com 427 estudantes do ensino superior de instituições públicas e privadas e com idade entre 19 a 57 anos. Desenvolvido no período de junho a setembro de 2020. Aprovada pelo comitê de ética em pesquisa com o parecer número 5.186.296. Ressaltando que possuímos o endereço eletrônico (e-mail) de todos os participantes.

Utilizamos dois instrumentos para coleta de dados, inicialmente, o preenchimento de um questionário sociodemográfico para meio de avaliação e comparação e posteriormente o Inventário de Estratégias de *Coping*, criado por Folkman e Lazarus em 1984, onde avaliam pensamentos e ações que as pessoas utilizam para lidar com demandas internas ou externas de um evento estressante específico. O questionário centraliza-se no processo de coping em uma dada situação particular e não como estilo geral de enfrentamento ou traços de personalidade, ou seja, cada situação determina o padrão de estratégias de coping e não suas variáveis pessoais (SAVOIA; AMADERA, 2016), onde cada sujeito avalia as estratégias que utilizou em uma dada situação específica, indicando em uma escala do tipo Likert ordinal de 4 pontos a frequência com que usa cada estratégia, sendo os escores mais altos o de maior utilização.

Esse instrumento conta com 66 frações com estratégias de coping e 8 diferentes fatores que são descritos de determinadas maneiras: conforto (relaciona-se aos esforços realizados para mudar a situação estressora), afastamento (esforços cognitivos para minimizar e desapegar da situação), autocontrole (esforços para regular e controlar os próprios sentimentos e ações), suporte social (procura de suporte informativo, preciso e emocional), aceitação de responsabilidade (reconhecimento do seu papel dentro da situação estressante e tentativa de resolver o problema), fuga e esquiva (estratégia para escapar ou evitar o problema), resolução de problemas (consiste nos esforços realizados em busca de alterar a situação) e por fim, reavaliação positiva (criação de pensamento positivos sobre a situação). (TOTTI; JUNIOR, 2022)

RESULTADO E DISCUSSÕES

Posteriormente, podemos observamos a tabela contendo os dados sociodemográficos dos estudantes do ensino superior do estado do Ceará e constatamos que das 427 respostas a sua maioria é composta pelo sexo feminino, com 59,5% e masculino com 39,1%, seguido por alunos que consideravam-se fluido (ou gênero-fluido), entendidos por pessoas cuja a identidade sexual é variada ou até mesmo neutra. E por fim com 1,2% os estudantes não binários, denominação utilizada por aqueles que não se percebem pertencentes a um gênero exclusivamente.

A idade média identificada foi de 25,4 anos, sendo a mínima 19 anos e máxima 57. Possuindo prevalência a raça/cor parda, com 52,2%, seguidos de branca e preta com 34,9% e

10,3%, simultaneamente. Além de observarmos a situação conjugal que é composta por sua grande parte por solteiros (84,5%).

Tabela 1- Dados Sociodemográficos

		N	%
1 - Sexo	Feminino	254	59,5
	Masculino	167	39,1
	Fluído	1	,2
	Não binário	5	1,2
Idade			
M=25,4 DP=7,00			
Min=19 Max=57			
5 - Qual a sua raça/cor?	Amarela	4	,9
	Branca	149	34,9
	Parda	223	52,2
	Preta	44	10,3
	Indígena	1	,2
	Prefiro não responder	6	1,4
6 - Situação conjugal	Casado	38	8,9
	Divorciado	10	2,3
	Solteiro	361	84,5
	União Estável	17	4,0
	Viúvo	1	,2
Total		427	100,0

Partindo para a tabela referente ao inventário de coping encontrada abaixo mostramos os resultados de acordo com cada fator já mencionado anteriormente, sabendo que todas as suas variáveis medem a utilização de cada estratégia utilizada e compreendendo que a pontuação mais elevada corresponde a mais transtornos do estresse pós-traumático, variando entre 0 - 100 e posteriormente calculando a escala global, onde foi utilizado o algoritmo: Nova pontuação = $100 \times (\text{pontuação bruta} - \text{pontuação mais baixa possível}) / (\text{variação da pontuação})$, a variação da pontuação significa a pontuação mais alta possível subtraído pela pontuação mais baixa possível.

Os resultados demonstraram que o fator 3 - autocontrole está significativamente aumentado, com média 50,2%, próximo do ponto intermediário da escala. Ademais, pode ser observado que os seguintes fatores apresenta-se em sua maioria acima da escala global média, sendo o segundo mais avaliado o fator 5 - aceitação de responsabilidade (M=44,8), depois o Fator 2 - afastamento (M=40,3), seguidos pelos fatores 7 - resolução de problemas e 8 - reavaliação positiva, respectivamente, (M=38,5), (M=37,0). Após, teremos o fator 4 - suporte social (M=32,7) e finalmente o Fator 1 - confronto (M=25,4). A Escala global do Inventário de Estratégias de Coping apresenta um valor médio de M=38,7. Ressaltando que neste estudo o fator 6 não veio a ser utilizado.

Tabela 2- Frequência de utilização das Estratégias de Coping

	N	M	DP	CV	Mín	Máx
Inventário de Estratégias de Coping	427	38,7	12,2	31%	8,5	77,8
Fator 1 - confronto	427	25,4	17,4	69%	0	83,3
Fator 2 - afastamento	427	40,3	17,6	44%	0	90,5
Fator 3 - autocontrole	427	50,2	20,2	40%	0	100
Fator 4 - suporte social	427	32,7	22,0	67%	0	100
Fator 5 - aceitação de responsabilidade	427	44,8	18,8	42%	0	100
Fator 7 - resolução de problemas	427	38,5	23,3	60%	0	100
Fator 8 - reavaliação positiva	427	37,0	21,0	57%	0	95,8

Determinamos, com base nos dados que houve uma significativa quantidade de alunos que utilizaram-se do fator autocontrole, onde demonstraram que aproveitaram-se disso para tentaram encontrar o lado bom da situação, ou guardando para si o que estava verdadeiramente sentindo, não deixando que tais sentimentos interferissem nos seus demais afazeres, outras falas segundo o questionário que foi feito a eles, foram: “Não deixei que os outros soubessem da verdadeira situação” e “Procurei não fazer nada apressadamente ou seguir o primeiro impulso”.

Outro ponto a ser observado é a dimensão 1 - conforto, que veio a ser a menor entre todos na escala, ou seja, pouco realizada, entendemos isso como uma dificuldade vista pelos alunos em realizar esforços para mudar a situação estressora.

Através disso, é que nós pudemos perceber as reais dimensões que vão as estratégias pensadas por eles e questionamos, está sendo eficiente como esperado? A população feminina que está em maioria realmente sofreu mais que os homens? Conseguiram acarretar bons resultados frente sua saúde mental? O que nos faz acreditar que devemos nos manter vigilantes quanto a isso a fim de proporcionarmos melhores saídas e meios para que esta população possa recorrer.

Ademais, outro estudo entende que esta estratégia pode ser benéfica na redução do estresse e pode ser útil posteriormente para fins de orientações e ajuda psicológica, como foi o caso de um grupo de pacientes hospitalizados com COVID-19, onde a escala contribuiu para a recuperação, diminuição do estresse e manejo da ansiedade neste momento de internação (TOTTI, 2022).

CONCLUSÃO

Concluimos mediante a análise, que o isolamento social motivado pela pandemia da COVID-19 influenciou significativamente na saúde mental dos estudantes universitários tanto de escolas públicas como privadas do estado do Ceará de forma negativa, ressignificando a importância do uso de medidas para sua superação, como foi avaliado com a utilização do inventário de coping, além de identificarmos o gênero, idade e outras dimensões que são mais abrangentes na amostra coletada. Contudo, poderemos utilizar das estratégias mais recorrentes para criação de medidas de suporte a estes alunos e disponibilizar uma rede de apoio para que se sintam acolhidos neste momento de fragilidade, orientando ações que sejam eficientes e resolutivas, tanto com foco no problema quanto na emoção, a fim de melhor bem-estar psicológico dos mesmos.

Por conseguinte, apesar dos dados recolhidos, outros estudos deverão ser desenvolvidos para intuito de verificar a progressão da saúde mental desses estudantes após o inventário, se houve melhora ou piora e como as instituições de ensino superior (IES) podem ser úteis no enfrentamento.

REFERÊNCIAS:

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.* Junho, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7644933/pdf/epih-42-e2020038.pdf>. Acesso em: 03 de outubro.

KAUR, W; BALAKRISHNAN, V; CHEN, YY. et al. **Mental Health Risk Factors and Coping Strategies among Students in Asia Pacific during COVID-19 Pandemic—A Scoping Review.** *Int J Environ Res Public Health.* Julho de 2022. Disponível em: [10.3390/ijerph19158894](https://doi.org/10.3390/ijerph19158894). Acesso em: 03 de outubro.

KRISTENSEN, CH; SCHAEFER, LS; BUSNELLO, FB. **Estratégias de coping e sintomas de stress na adolescência.** *Estudos de Psicologia.* Março de 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2010000100003>. Acesso em: 03 de outubro.

OLIVEIRA, E. N. *et al.* **Covid-19: Repercussions on the mental health of higher education students.** *Saúde em Debate.* Abril, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-11042022E114>. Acesso em: 05 de outubro

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. Acesso em: 05 de outubro.

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, Jan. 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-74092016000100007&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 03 de outubro.

SILVA, LLS; LIMA, AFR; POLLI, DA. *et al.* **Medidas de distanciamento social para o enfrentamento da Covid-19 no Brasil: Caracterização e análise epidemiológica por estado.** *Cad. Saúde pública,* 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00185020>. Acesso em: 03 de outubro.

TOTTI, LMMB; JUNIOR, ACS. **O uso da Estratégia de Coping por pacientes e seu impacto no controle do estresse.** *Revista Nursing.* Abril de 2022. Disponível em: <https://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/2478/3028>. Acesso em: 07 de outubro.