



Os reflexos da ansiedade nos estudantes universitários durante a pandemia

The reflexes of anxiety on college students during the pandemic

Artur C. Silva¹, Helen A. Santos¹, Pyetra R. Cardoso¹, Thiago P. Motta^{2*}.

¹ Departamento/Curso de Psicologia, Faculdade Sete Lagoas – FACSETE, Rua Itália Pontelo, N° 62 – Chácara do Paiva, 35700-170, MG, Brasil.

² Departamento/Curso de Odontologia, Faculdade Sete Lagoas – FACSETE, Rua Itália Pontelo, N° 62 – Chácara do Paiva, 35700-170, MG, Brasil.

*Correspondência

Thiago P. Motta
Departamento/Curso de Odontologia, Faculdade Sete Lagoas – FACSETE, Rua Itália Pontelo, N° 62 – Chácara do Paiva, 35700-170, MG, Brasil.
+55 (31) 3773-3268;
thiagopmotta@hotmail.com

Financiamento

Não se aplica.

Resumo

Em dezembro de 2019, foi relatado na China, um surto de uma doença até então desconhecida, em março de 2020 foi declarada a pandemia do COVID-19. A rápida disseminação e a adoção de isolamento social, como medida preventiva, geraram importantes mudanças em toda a organização da sociedade. Assim muitos sintomas psicopatológicos, como irritabilidade, medo, estresse e ansiedade, foram amplamente relatados. Os universitários representam uma parcela da sociedade muito susceptível aos desdobramentos da ansiedade gerada nesse período pandêmico e por isso é o objeto de estudo deste manuscrito, que teve como objetivo retratar os impactos mentais causados nesse grupo durante a pandemia. O foco foi a avaliar a ansiedade e auxiliar a população a lidar com tais manifestações psíquicas. Assim, por meio de uma revisão da literatura no PubMed, Scielo e Google Scholar, buscou-se identificar quais fatores fundamentais tem influenciado no aumento da ansiedade. Dez artigos atenderam os critérios de inclusão e embasam o escopo teórico que identificaram que de fato, a pandemia de COVID-19 impactou na saúde mental dos universitários, sobretudo na incidência de ansiedade.

Palavras-chave: ansiedade; COVID-19; estudantes.

Abstract

In December 2019, an outbreak of a unknown disease was reported in China, in March 2020 the COVID-19 pandemic was declared. The rapid spread and adoption of social isolation, as a preventive measure, led to important changes in the entire organization of society. Thus, many psychopathological symptoms, such as irritability, fear, stress and anxiety, have been widely reported. University students represent a group that is very susceptible to the consequences of the growing levels of anxiety of the pandemic period and, therefore, is the object of this manuscript, which aimed to portray the mental impacts caused in this group during the pandemic. The focus was on assessing anxiety and helping the population to deal with such psychic manifestations. Thus, through a literature review in PubMed, Scielo and Google Scholar, we sought to identify which fundamental factors have influenced the increase in anxiety incidence. Ten articles met the inclusion criteria and support the theoretical scope that

identified that, in fact, the COVID-19 pandemic had an impact on the mental health of university students, especially on the incidence of anxiety.

Key words: anxiety; COVID-19; students.

1 INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, foi relatado, em Wuhan, na China, um surto de doença causada pelo coronavírus da síndrome respiratória aguda severa 2 (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 – Sars-CoV-2), a coronavirus disease (Covid-19). Em março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS), elevou o estado da contaminação à pandemia de Covid-19. O alto poder de disseminação do vírus, associado ao desconhecimento de medidas eficazes de tratamento e/ou cura levou à adoção de medidas emergenciais preventivas como a quarentena e o isolamento social, dessa forma, tentando frear a rápida expansão da doença em todo o mundo. Essas medidas podem causar inúmeros sintomas psicopatológicos, como humor deprimido, irritabilidade, ansiedade, medo, raiva, insônia, sintomas de estresse pós-traumático, confusão, entre outros (ZHANG, 2020).

Por conta do isolamento social, fecharam-se escolas e universidades, e suspenderam-se encontros presenciais de ensino e aprendizagem, o que afetou as fases fisiológicas da vida e induziu muitas preocupações individuais e coletivas (LIU et al., 2020). Sendo assim, existe uma relação da vivência pandêmica com a disseminação de transtornos e disfunções psíquicas estruturais do indivíduo em diversas sociedades (NICOLINI, 2020).

Nessa perspectiva, pode-se caracterizar a ansiedade como um sentimento de medo ou preocupação que pode surgir quando o indivíduo está sobe uma situação de ameaça ou estresse (SALARI et al., 2020). A ansiedade pode vir de forma positiva como um meio de enfrentar novos desafios, entretanto torna-se um agravante se for de forma excessiva e descontrolada. Existem diversos tipos Transtornos de Ansiedade, e um deles pode ser diagnosticado, quando a ansiedade estiver presente de uma forma exagerada, onde atrapalha o desenvolvimento social e psíquico do indivíduo. Em uma pesquisa realizada em 2020, foi constatado que a prevalência da ansiedade em correlação a COVID-19, com um tamanho de amostra de 63.439 pessoas, foi de 31,9%, isso deixa evidente o impacto que o surto do Sars-CoV-2 tem sobre a população mundial (SALARI et al., 2020). É importante destacar que a pandemia do COVID-19 teve um efeito mais significativo na saúde mental dos jovens, uma análise online realizada com 2.530 trabalhadores e estudantes da Universidade de Valladolid, na Espanha, indicou que 21,34% dos

pesquisados demonstraram ter ansiedade nesse período de pandemia (GONZÁLEZ et al., 2020).

A taxa de prevalência da ansiedade durante a pandemia, cerca de 52,6% dos brasileiros sentiram-se ansiosos durante esse período pandêmico. Demonstrando que mais da metade da população brasileira foi afetada por esse período de modo a se sentir cada vez mais ansiosa. Entre 2017 a 2020, percebe-se que nesses 3 anos a taxa de prevalência aumentou aceleradamente. Esse número assustador corresponde a mais de 100 milhões de pessoas, mostrando que se o Brasil antes era considerado um país ansioso, atualmente ele está seis vezes pior (BARROS, 2020).

Vale ressaltar que, no ano de 2021 e 2022, com a aprovação de vacinas seguras e eficazes e o avanço da vacinação para diminuir a contaminação e disseminação do vírus, alguns estudos foram desenvolvidos em busca de relacionar a ansiedade com o desejo ou não de se vacinar. A ansiedade relacionada ao Covid-19, de certo modo, ajudou na vacinação da população em alguns lugares, pois, o medo em relação ao contágio da SARS-CoV-2 e suas consequências à saúde do indivíduo, afetou de forma positiva o desejo de vacinar (BENDAU et al., 2021).

Sob tal ótica, a camada adulta da população que está inserida em universidades, vem demonstrando ser uma das mais frágeis nesse momento importuno. Dessa forma, alguns fatores que estão causando sofrimento psicológico nos estudantes são: medo de contrair o vírus ou de que alguma pessoa próxima contraia, incompatibilidade com o sistema de aprendizagem remoto, problemas com motivação, entre outros. Assim, todos esses aspectos levam a ansiedade sobre o futuro dos desdobramentos do curso. (TASSO et al., 2021).

Na educação, após tanto tempo de aulas remotas, os estudantes em todos os níveis passaram a apresentar esgotamento mental e emocional, aspectos que não estariam tão enraizados nos indivíduos se esse não fosse o cenário existente. Sendo assim, usando como, por exemplo, o público inserido em universidades, diversas de suas expectativas com o curso tão almejado, foram frustradas com a vinda das aulas remotas. Nessa perspectiva, a obtenção de conhecimento advindos de aulas práticas ou estágios, foi postergada para um período indeterminado e essa ruptura prematura de uma rotina de estudos, pode ter levado os alunos a uma perda de motivação em relação ao curso. Além disso, o medo

de perder experiências significativas como, por exemplo, conhecer novas pessoas, sair de férias, encontrar com amigos, entre outras, são fatores que podem aumentar o nível de ansiedade. Nesse segmento, a privação do homem de viver em sociedade, por mais que seja para o bem maior, implica em diversos desdobramentos negativos para a sua saúde física e psíquica (CASALE e FLETT, 2020).

Portanto, o presente manuscrito aponta como objetivo central, retratar os impactos mentais causados em universitários durante a pandemia, focando em especificar a ansiedade. Ademais, torna-se notório como objetivo específico, por meio de pesquisas, auxiliar a população a lidar com tais empecilhos, além de calcular os impactos psíquicos causados em meio ao flagelo.

2 METODOLOGIA

O presente estudo foi realizado por meio de uma revisão da literatura através da pesquisa realizada nas bases de dados de dados Google Acadêmico, National Library of Medicine (PubMed), Scientific Electronic Library Online (SciELO), no período de fevereiro a junho de 2021. Os termos utilizados para a busca foram os descritores em Ciências da Saúde (DeCS): ansiedade (anxiety), covid-19, pandemia (pandemic), estudantes (students), coronavírus, somados ao operador "AND". Ademais, foram utilizados como critérios de exclusão materiais publicados antes do ano 2011 e que não fossem relativos ao tema. Já como critérios de inclusão, foram introduzidos, em sua maioria, artigos científicos nos idiomas inglês, português e espanhol, que tivessem conexão com o eixo temático principal. Nessa perspectiva, após coleta do material nas plataformas de busca, foi feita uma leitura cuidadosa, assídua e crítica dos artigos na íntegra, para que assim, pudessem ser detectados as suas ligações com o tema proposto.

3 REVISÃO

Inicialmente, durante a busca pelos artigos, 938 estudos foram encontrados. Destes, somente dez se enquadram nos critérios de inclusão. Todos foram lidos na íntegra e incluídos nesta revisão. Dessa forma, três artigos foram pesquisas bibliográficas e outros três são estudos transversais. Duas publicações foram encontradas na língua portuguesa, sete em língua inglesa e uma em espanhol. A descrição dos estudos encontrados, de acordo com objetivo, amostra e resultados estão descritos na **Tabela 1**.

4 DISCUSSÃO

Os resultados dessa revisão de literatura apontam que a presença do vírus SARS-CoV-2 foi um causador de vários males estrates psicológicos, e um destes é a ansiedade. Além disso, também foi pautado neste escrito que a ansiedade de maneira regulada, é um fator psíquico relevante na vida dos universitários, que os ajuda a enfrentar os vários desafios que essa época pode proporcionar. Contudo, durante a pandemia, os desarranjos causados por essa ansiedade se tornaram mais extremos, vindo a acarretar momentos de angústia e sofrimento a diversos indivíduos do meio acadêmico. Ademais, entende-se que a ansiedade pode se manifestar de diversas formas e muitas vezes pode não ser diretamente nos estudos. Desse modo, na pandemia os desarranjos da ansiedade se manifestaram em decorrência de alguns acontecimentos corriqueiros desse período como, por exemplo, a perda do emprego e de entes queridos, as notícias verídicas e as Fake News a respeito do vírus COVID-19, o querer de uma maior agilidade para a descoberta de uma vacina segura para toda a população, entre outros (CASALE e FLETT, 2020; NICOLINI, 2020).

Diante de tudo que foi apresentado no decorrer da revisão pode-se pensar no que as faculdades têm feito para diminuir essa ansiedade dos universitários. Sendo assim, é notável que algumas faculdades privadas ofertaram descontos para diminuir os valores de suas mensalidades, e este fato pode sim ter ajudado a diminuir a ansiedade de muitos universitários, principalmente aqueles que foram afetados pelo desemprego gerado pela pandemia. Todavia, um dos fatores mais impactantes na ansiedade desses universitários foi o início das aulas remotas, onde muitos não se adaptaram a nova modalidade e acabaram sofrendo de estresse, sobrecarga, sofrimento mental, entre outros. Este tipo de modalidade de ensino online não era tão comum no Brasil e o uso repentino deste se tornou uma mudança muito drástica na rotina do estudante. Sendo assim, é visto que as faculdades não estavam devidamente preparadas para esse novo tipo de ensino remoto e os alunos não estavam aptos para esta grande mudança na forma de aprender, e por estes fatores a ansiedade nesse público universitário aumentou de maneira rápida. Porém, a ansiedade por conta da volta às aulas presenciais para aqueles que tiveram uma má adaptação a esse novo ensino, também se tornou um dos desarranjos causados pelo período pandêmico, visto que, a ida novamente para as instituições de ensino superior pode ter causado novamente ansiedade pela troca do ambiente de ensino mais uma vez (TASSO et al., 2021).

Autores/Ano	Tipo e objetivo do estudo	Amostra	Resultados
BARROS, Marilisa Berti de Azevedo <i>et al.</i> , 2020.	Estudo transversal com o objetivo de analisar a frequência de tristeza, nervosismo e alterações do sono e identificar os grupos mais afetados durante a pandemia de COVID-19 no Brasil.	45.161 brasileiros respondentes.	Durante a pandemia, 40,4% se sentiram frequentemente tristes ou deprimidos, e 52,6% frequentemente ansiosos ou nervosos; 43,5% relataram início de problemas de sono, e 48,0% problema de sono preexistente agravado. Tristeza, nervosismo frequentes e alterações do sono estavam mais presentes entre adultos jovens, mulheres e pessoas com antecedente de depressão.
BENDAUI, A., 2021.	Uma pesquisa transversal com o intuito de observar a ocorrência ou não, de uma hesitação em relação a vacina COVID-19 e medos e ansiedade relacionados.	1.779 adultos de uma amostra não probabilística de conveniência na Alemanha.	64,5% da amostra afirmaram que aceitariam absolutamente a vacinação, 13,8% prefeririam aceitar, 10,4% estavam indecisos, 5,2% prefeririam não e 6,0% não se vacinariam absolutamente.
BOCK, Ana Mercês Bahia <i>et al.</i> , 2018.	Um livro com o intuito de introduzir os conceitos iniciais da Psicologia.	Não foi trabalhado com uma amostra.	Não foi trabalhado.
CASALE, Silvia; FLETT, Gordon L., 2020.	Uma pesquisa bibliográfica com enfoque nas bases interpessoal durante o período de distanciamento físico ou “distanciamento social”.	Não foi trabalhado com uma amostra.	Algumas pessoas se beneficiaram por serem altamente adaptáveis. Outras optaram por ações preventivas motivadas pelo medo de contrair o vírus COVID-19. E um outro grupo de pessoas, que estiveram fisicamente isoladas e talvez em quarentena podem ser suscetíveis a um aumento no sofrimento e prejuízo no funcionamento do sistema imunológico.
GONZÁLEZ, Paula Odriozola <i>et al.</i> , 2020.	Um estudo transversal com objetivo de analisar o impacto psicológico da COVID-19 na comunidade universitária durante as primeiras semanas de confinamento.	2.530 membros da Universidade de Valladolid, Espanha, participaram da pesquisa.	Os entrevistados apresentaram porcentagem moderadas a extremamente graves de ansiedade, depressão e estresse foram relatados por 21,34%, 34,19% e 28,14% dos entrevistados, respectivamente.
NICOLINI, Humberto. 2020.	Pesquisa bibliográfica.	Não foi trabalhado com uma amostra.	A partir da literatura existente, estudos indicaram que os números de diagnóstico de ansiedade, problemas de sono e comorbidade com depressão aumentaram como resultado da pandemia de COVID-19.
SALARI, Nader <i>et al.</i> , 2020.	Uma pesquisa bibliográfica que busca analisar os artigos existentes e os resultados em relação à prevalência de algumas psicopatologias, como estresse, ansiedade e depressão, na população em geral durante a pandemia de COVID-19.	5 estudos sobre estresse com uma amostra total de 9.074 pessoas, 17 estudos sobre ansiedade com uma amostra de 63.439 pessoas e 14 estudos sobre depressão com uma amostra de 44.531 pessoas.	A prevalência de estresse nos 5 estudos foi de 29,6%, a prevalência de ansiedade nos 17 estudos foi de 31,9% e a prevalência de depressão nos 14 estudos foi 33,7% ao todo.

Tabela 1: Síntese dos estudos analisados.

Continuação...

SANTOS, Anelise Schaurich, 2015.	Refletir sobre o pressuposto de que as alterações na rotina podem fazer com que acadêmicos apresentem problemas psicológicos.	Não foi trabalhado com uma amostra.	O conhecimento sobre a atuação do psicólogo nas instituições de ensino superior ainda é restrito. Constatou-se que tradicionalmente, o psicólogo foca sua prática em atividades mais comuns voltadas aos discentes, como os atendimentos clínicos individuais em uma perspectiva breve.
TASSO, A. F., 2021.	Pesquisa transversal com o objetivo de observar a relação entre o cenário da pandemia e das medidas preventivas do governo com as frustrações acadêmicas e os sintomas de saúde mental dos universitários.	Participaram deste estudo 134.000 participantes de 28 países ao redor do mundo. Duzentos e cinquenta e sete estudantes universitários de uma universidade dos Estados Unidos.	Os estudantes universitários são afetados pelo COVID-19 em vários níveis, como o medo de contrair o vírus, mudanças nos cursos e parâmetros instrucionais pouco claros, solidão geral, motivação comprometida e distúrbios do sono, bem como sintomas ansiosos e depressivos.
UMAKANTHAN S. <i>et al.</i> , 2019.	Este artigo analisa o estado atual do conhecimento sobre a origem, transmissão, diagnóstico e manejo da doença de coronavírus 2019 (COVID-19)	Não foi trabalhado com uma amostra.	Relata a perspectiva histórica da doença, modos de transmissão, diagnóstico, efeitos, cuidado e possível vacina.

Por fim, percebe-se que uma possível proposta abordada pelas instituições de ensino superior para amenizar a ansiedade causada por essas instabilidades da pandemia, pode ser um ambiente institucional acolhedor, com professores de apoio ou psicólogos a disposição desses alunos para que os mesmos possam ter a quem recorrer em momentos de necessidade, além da busca para modificar as formas de ensino para o momento vivenciado, pois a pandemia causou mudanças significativas nas vidas desses universitários e tudo que for feito para amenizar os sentimentos inquietantes, será bem visto (SANTOS et al., 2015).

CONFLITOS DE INTERESSE

Os autores declaram que não há conflitos de interesse.

REFERÊNCIAS

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo et al. Report on sadness/depression, nervousness/anxiety and sleep problems in the Brazilian adult population during the COVID-19 pandemic. *Epidemiol. Serv. Saúde*, Brasília, v. 29, n. 4, e2020427, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2237-96222020000400311&lng=en&nrm=iso&tlng=en. Acesso em: 14 de abril de 2021.

BENDAUI, A, PLAG, J, PETZOLD, M.B, STRÖHLE, A. COVID-19 vaccine hesitancy and related fears and anxiety. *Int Immunopharmacol.* 2021, Aug; 97:107724. DOI: 10.1016/j.intimp.2021.107724. Epub 2021 Apr 27. PMID: 33951558; PMCID: PMC8078903. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8078903/> Acesso em: 25 de julho de 2022.

BOCK, Ana Mercês Bahia et al. **Psicologias: uma introdução ao estudo da psicologia.** 15 ed. São Paulo: Saraiva, 2018.

CASALE, Silvia; FLETT, Gordon L. **Interpersonally-based fears during the COVID-19 pandemic:** Reflections on the fear of missing out and the fear of not mattering constructs. *Google Acadêmico*, Abr. 2020. DOI: doi.org/10.36131/CN20200211. Disponível em: <https://flore.unifi.it/retrieve/handle/2158/1189159/469602>. Acesso em: 09 de Abril de 2021.

GONZÁLEZ, Paula Odriozola; GÓMEZ, Álvaro Planchuelo; IRURTIA, María Jesús; GARCÍA, Rodrigo de Luis. Psychological effects of the covid-19 outbreak and lockdown among students and workers of a spanish university. *Psychiatry research* 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165178120313147?via%3Dihub>. Acesso em: 02 de abril de 2021.

NICOLNI, Humberto. **Depresión y ansiedad en los tiempos de la pandemia de COVID-19**. México, 2020. DOI-10.24875/CIRU. M20000067. Disponível em: <Depresión y ansiedad en los tiempos de la pandemia de COVID-19 | Cirugía y Cirujanos (cirugiaycirujanos.com)>. Acesso em: 12 de Abril de 2021.

SALARI, Nader; HOSSEINIAN-FAR, Amin; JALALI, Rostam; VAISI-RAYGANI, Aliakbar; RASOULPOOR, Shna; MOHAMMADI, Masoud; RASOULPOOR, Shabnam; KHALED-PAVEH, Behnam. Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. **Global Health**, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32631403/>. Acesso em: 02 de abril de 2021.

SANTOS; Anelise Schaurich, SOUTO; Danielle da Costa; SILVEIRA, Katia Simone da Silva, PERRONE, Cláudia Maria; DIAS, Ana Cristina Garcia. Atuação do Psicólogo Escolar e Educacional no ensino superior: reflexões sobre práticas. **Psicologia escolar e educação**. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/93ZSDqyVrzZyqP5GSPSbTJf/?lang=pt>. Acesso em: 08 de fev. de 2023.

TASSO, A. F.; HISLI SAHIN, N.; SAN ROMAN, G. J. **COVID-19 Disruption on College Students: Academic and Socioemotional Implications**. PubMed Central, US, jan. 2021. DOI 10.1037/tra0000996. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000996>. Acesso em: 02 de abril de 2021.

UMAKANTHAN S.; SAHU P.; RANADE A.V., et al. Origin, transmission, diagnosis and management of coronavirus disease 2019 (COVID-19). **Medical Journal** 2020; 96:753-758. Disponível em: <Origin, transmission, diagnosis and management of coronavirus disease 2019 (COVID-19) | Postgraduate Medical Journal (bmj.com)>. Acesso em: 12 de Abril de 2021.

ZHANG Y, Ma ZF. Impact of the COVID-19 pandemic on mental health and quality of life among local residents in Liaoning Province, China: a cross-sectional study. **Int J Environ Res Public Health**. 2020;17(7):1-12.

LIU S, Yang L, ZHANG C, XIANG YT, LIU Z, HU S, et al. Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. **Lancet Psychiatry**. 2020;7(4):e17-e18. Acesso em: 12 de Abril de 2021.