

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DA FUNDAÇÃO DE ENSINO
OCTÁVIO BASTOS - UNIFEOB**

Alphadio Stephanus Souleymane Huisman RA: 19000706

Fabricio Francisco Da Silva RA: 20000084

Iasmim Lourenço Mendes RA: 20001213

Jessica Oliveira Serafim RA: 19001836

Luis Fernando Soares RA: 20000048

Miguel Alves Ribeiro RA: 20001139

**(Consequências do COVID-19 no ambiente universitário)
Promoção e prevenção de saúde mental de universitários**

São João da Boa Vista/SP

2022

1. INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A doença do coronavírus começou na cidade de Wuhan, na China, em dezembro de 2019, mas rapidamente se espalhou para o mundo e, em março de 2020, foi considerada uma pandemia, iniciando até mesmo um *lockdown*, tudo ficou de maneira remoto e todos apenas saíam quando extremamente necessário, inúmeros cenários sofreram modificações, dentre eles podemos citar: trabalhos, hospitais, escolas, comércios e universidades. Com o isolamento social, as áreas citadas sofreram mudanças drásticas, pois tiveram que se tornar home-office sem um prévio conhecimento para isso, sendo assim quem não se adaptou a essa nova mudança teve que parar durante o *lockdown*.

Nas universidades não foi diferente, com a mudança repentina do novo método, os universitários sentiram dificuldade na adaptação e surgiram problemas no ensino, os estudantes assim como os professores tiveram que aprender conforme os problemas iam aparecendo. Primeiramente no acesso às aulas online, oscilação na conexão da internet, distrações, baixa absorção de conteúdo e dificuldade na transmissão dos mesmos. Estas questões impactaram na saúde mental dos estudantes universitários acarretando o aumento da ansiedade, depressão, estresse, compulsão alimentar e burnout. Falando mais especificamente sobre ansiedade e o que é "A ansiedade é um estado emocional com elementos psicológicos e fisiológicos, que faz parte das experiências humanas, sendo propulsora do desempenho cognitivo (MAIA; DIAS, 2020).

Ela passa a ser considerada patológica quando é desproporcional à situação que a desencadeia, ou quando não existe um objeto específico ao qual se direcione. Ela é caracterizada como uma condição psicológica particular e desagradável que pode ser gerada por fatores fisiológicos e psíquicos e que acompanham situações de medo, perigo, ameaça ou desafio (LEITE, 2016). Segundo dados de um estudo realizado pela Associação Nacional de Dirigentes das Instituições Federais do Ensino Superior (Andifes), em 2018, 8 em cada 10 alunos relataram sentir ansiedade e desesperança.

Estima-se que de 15% a 25% dos estudantes universitários apresentam algum tipo de transtorno psiquiátrico durante a sua formação universitária (VASCONCELOS, et al. 2015), sendo que 15 a 29% podem apresentar transtorno de ansiedade durante

sua vida acadêmica (OLIVEIRA et al. 2016). Outro fator que está diretamente ligado e pode vir a se desenvolver ou agravar em jovens universitários que é a depressão. Segundo APA (2014) a depressão (CID 10 – F33) é uma doença psiquiátrica crônica e recorrente que produz uma alteração do humor caracterizada por uma tristeza profunda, sem fim, associada a sentimentos de dor, amargura, desencanto, desesperança, baixa autoestima e culpa, assim como a distúrbios do sono e do apetite. Com todos esses dados e informações devemos nos lembrar que com os aumentos de ansiedade e depressão tem elevando-se os níveis de suicídio, e devemos nos lembrar que a cobrança acadêmica é muito grande aumentando ainda mais os níveis de depressão e ansiedade como citado anteriormente. Para a OMS o estresse é a doença do século XX”, correspondendo a maior epidemia mundial.

Segundo Reis, Fernandes e Gomes (2013) o estresse é uma reação do organismo decorrentes de alterações psicofisiológicas que afetam todo o organismo mediante a situações de confrontos que indagam o medo, irritação, excitação ou confusão. Ele é caracterizado por um extenso processo bioquímico instalado quando o indivíduo se depara com o estressor. Por fim, ele merece toda a atenção já que no Brasil aproximadamente 18 % da população sofrem com esse mal e tudo indica que esse índice subiu após o período auge da pandemia.

1.1 JUSTIFICATIVA:

Este estudo pretende analisar os níveis de ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários do primeiro e último módulo de arquitetura da UNIFEOB. Usando uma amostra de um formulário recolhido em maio de 2022.

Criando assim estratégias para se prevenir quais ações tomar, caso haja outra situação pandêmica, ou qualquer outra mudança inesperada que exija que os estudantes, docentes e diretores a tomar ações rápidas para dar continuidade sem grandes prejuízos ao ensino.

Estudos como o nosso podem caracterizar fatores relacionados com a saúde mental dos estudantes, e futuramente desenvolver programas para a efetivação da saúde mental.

2. OBJETIVOS

O presente estudo possui como objetivo geral caracterizar sintomas de ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários do primeiro e último ano dos cursos de arquitetura e urbanismo.

2.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Comparar os variáveis sintomas de ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários do primeiro e último ano por cursos e respectivas áreas.
Comparar os variáveis sintomas de ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários do primeiro e último ano por sexo e idade.

3. METODOLOGIA

3.1 Tipo de estudo

Foi realizado através de um estudo quantitativo, descritivo, comparativo e transversal. Teve início no mês de abril de 2022 e se estendeu pelos próximos dois meses, com os alunos do curso de Arquitetura e Urbanismo dos respectivos módulos: primeiro e último.

3.2 Delineamento

O presente estudo se tratava de uma pesquisa survey, que possuía uma metodologia quantitativa, com recorte transversal, e de caráter descritivo e comparativo.

3.3 Contexto

O estudo era relacionado ao Projeto Integrador do curso de psicologia, quinto módulo. A responsável por orientar e avaliar o projeto era a docente Patrícia Oliveira de Lima Bento no qual também era responsável pela unidade de ensino que se encontrava integrada às demais unidades do presente módulo.

3.4 Local

A pesquisa foi realizada em um Centro Universitário privado em uma cidade do interior do leste paulista. Atualmente a instituição conta com 18 cursos nas áreas de biológicas, humanas e exatas. Tratava-se de uma cidade do interior paulista com aproximadamente 89 mil habitantes, com IDH de 0,797. A cidade também contava com três instituições de ensino superior, sendo uma privada e duas públicas.

4. Participantes

A pesquisa foi realizada com 14 estudantes do primeiro e último módulo do curso de arquitetura e urbanismo da faculdade UNIFEOB, localizada no município de São João da Boa Vista, todos dentro de uma faixa etária de 17 a 25 anos.

4.1 Critérios de inclusão

Os participantes fizeram parte do estudo participantes de arquitetura e urbanismo do 1º módulo e 9º módulo, que estavam matriculados na Unifeob e que aceitaram participar assinando o termo de consentimento livre esclarecido (TCLE).

4.2 Critérios de exclusão

Não fizeram parte do estudo estudantes de arquitetura e urbanismos de outros módulos, de outros cursos ou de outras instituições e que não assinaram o termo de consentimento livre esclarecido (TCLE).

5. Instrumentos

O instrumento utilizado foi o DASS-21, um formulário que contém 21 perguntas, entre elas falando sobre afeto negativo, humor deprimido, irritabilidade, ausência de afeto, tensão somática, hiperatividade, etc. Esse modelo foi desenvolvido por Lovibond (1995) e tem como objetivo mensurar os sintomas de ansiedade, depressão e estresse em adultos. O DASS-21 será distribuído através de grupos nas redes sociais do primeiro e nono módulo do curso de arquitetura e urbanismo da UNIFEOB. Foi utilizado também um questionário sociodemográfico para identificação dos participantes.

5.1 Procedimento de coleta de dados

Foi realizada uma visita a sala de aula do primeiro módulo de arquitetura e urbanismo e nos apresentamos como estudantes de psicologia do quinto módulo e contamos um pouco o propósito e objetivo da nossa pesquisa e que contávamos com a participação de todos aqueles que se sentissem à vontade para participar. Foi dito que seria um formulário virtual e também sobre o termo que eles deveriam ler e assinar que estavam cientes e sobre a questão do sigilo nas respostas, que mais ninguém além de nós e da nossa orientadora teriam acesso. Contou-se que o preenchimento do formulário não levaria mais do que 20 minutos e que seria feito um cálculo estatístico para obtermos as respostas que estávamos procurando e uma possível intervenção com esses alunos. Todo esse procedimento foi realizado após a submissão do comitê de ética da UNIFEOB.

5.2 Análise de dados

Os dados foram corrigidos e tabulados conforme a especificidade do instrumento. Para caracterizar os dados foram calculadas estatísticas descritivas, através das respostas obtidas no formulário online. As análises foram realizadas através do excel e google forms.

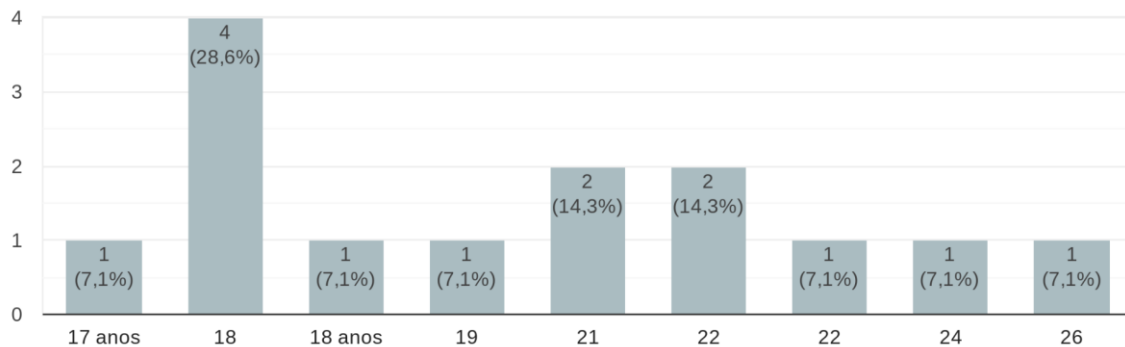
RESULTADOS E DISCUSSÃO

Descrição dos dados sociodemográficos, coleta realizada através de formulário online (forms)

Idade:

3) Idade:

14 respostas

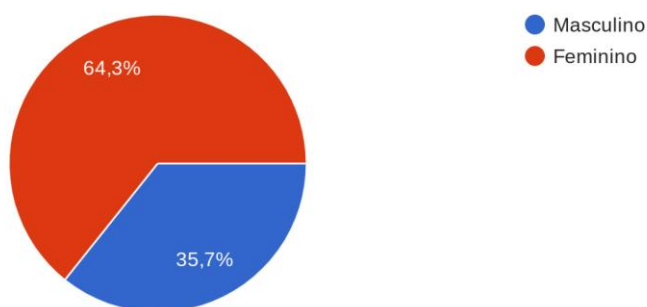


Conforme o formulário: 1 estudante possui 17 anos, 5 estudantes possuem 18 anos, 1 estudantes possui 19 anos, 2 estudantes possuem 21, 3 estudantes possuem 22 anos, 1 estudantes possui 24 anos e 1 estudante possui 25 anos.

Sexo

4) Sexo:

14 respostas

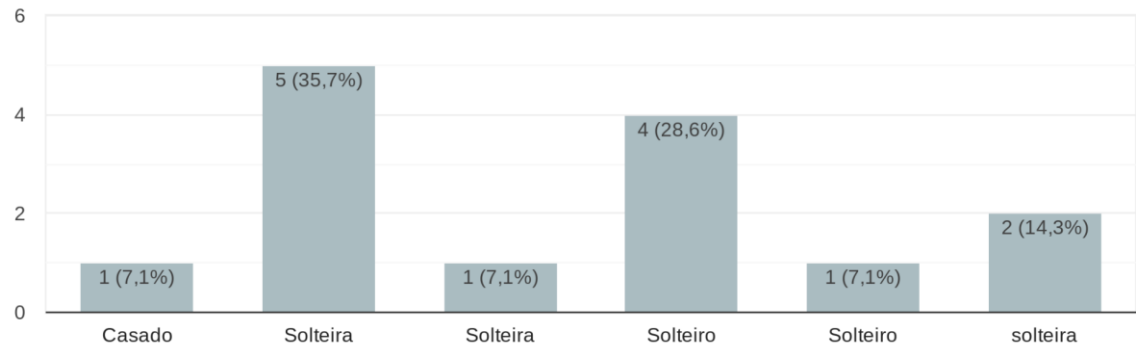


Conforme o formulário: 9 estudantes são do sexo feminino e 5 estudantes do sexo masculino.

Estado Civil:

5) Estado civil:

14 respostas

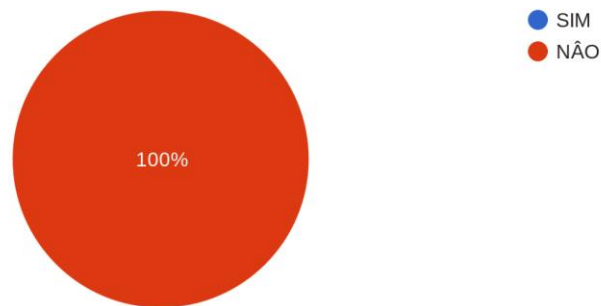


Conforme o formulário: 13 estudantes são solteiros e apenas 1 estudante é casado.

Possui filhos:

6) Possui filhos:

14 respostas

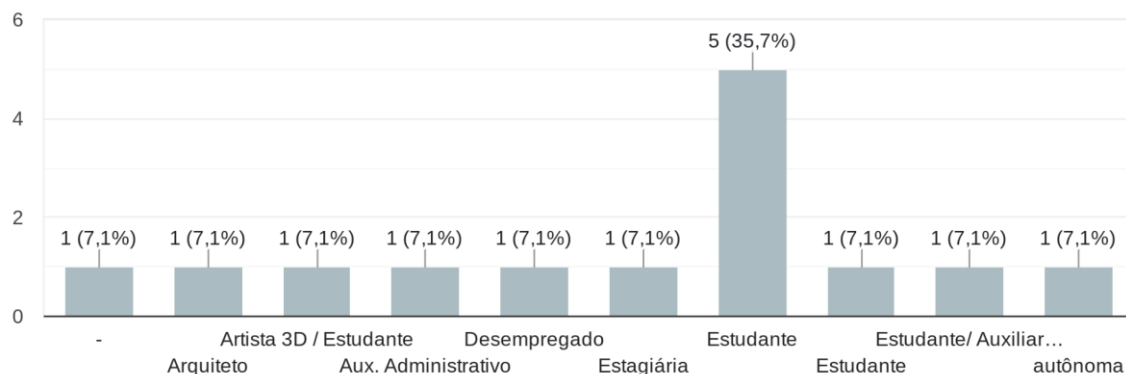


Conforme o formulário: Nenhum estudante possui filhos.

Profissão:

7) Profissão:

14 respostas

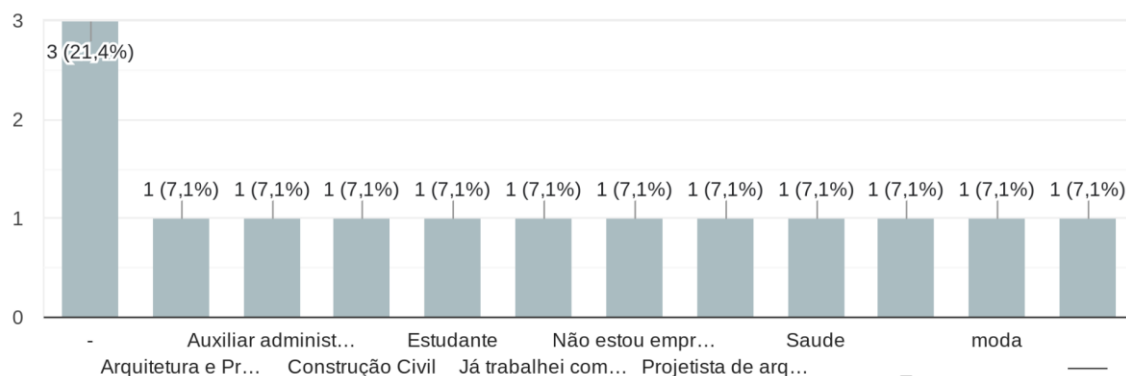


Conforme o formulário: 7 estudantes responderam que são apenas estudantes, 2 estudantes responderam que estão desempregados, 1 estudantes respondeu que é autônoma, 2 estudantes responderam que são auxiliares administrativos, 1 estudantes respondeu já ser arquiteto, e 1 estudantes respondeu ser estagiário.

Se você está empregado qual área você trabalha:

8) Se você está empregado qual área você trabalha

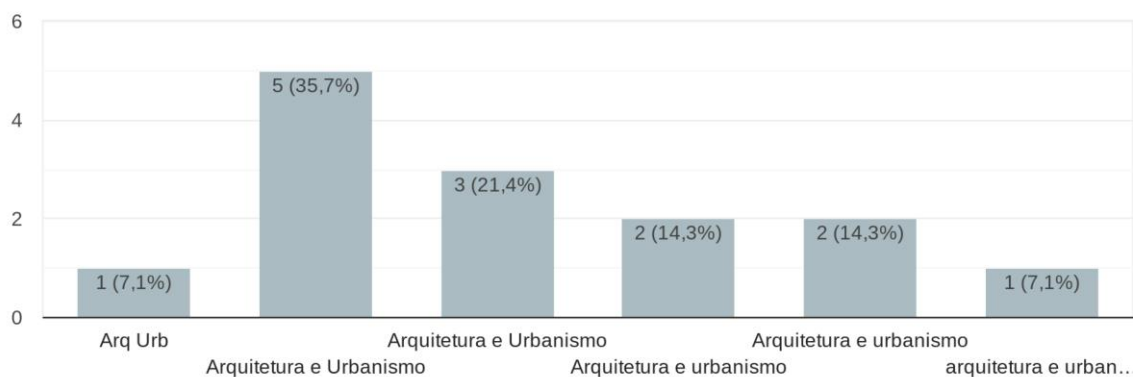
14 respostas



Conforme o formulário: 9 alunos responderam que não trabalham (são apenas estudantes) 1 estudantes respondeu que trabalha com moda, 1 estudantes respondeu que trabalha como auxiliar administrativo, 1 estudantes respondeu que trabalha na area da saude, 1 estudantes respondeu que trabalha em construção civil e 1 aluno respondeu que trabalha como projetista de arquitetura.

Curso:

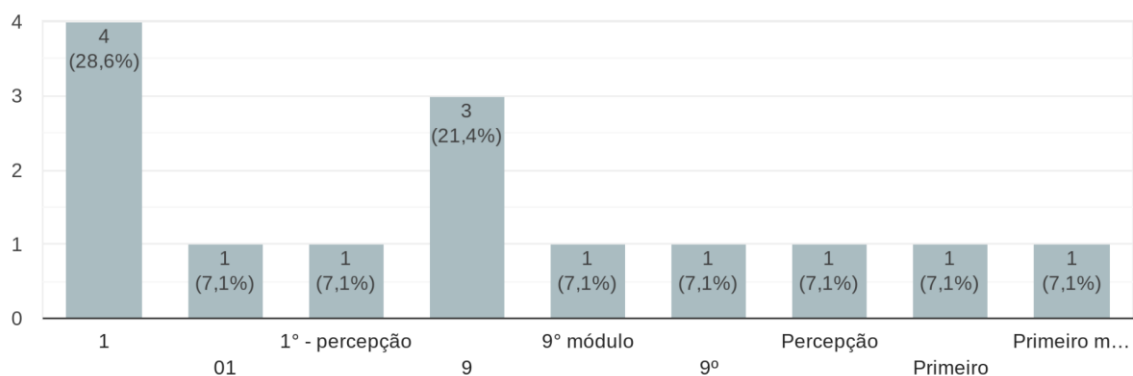
11) Curso:
14 respostas



Conforme o formulário: os 14 estudantes são do curso de arquitetura e urbanismo

Módulo:

12) Módulo:
14 respostas

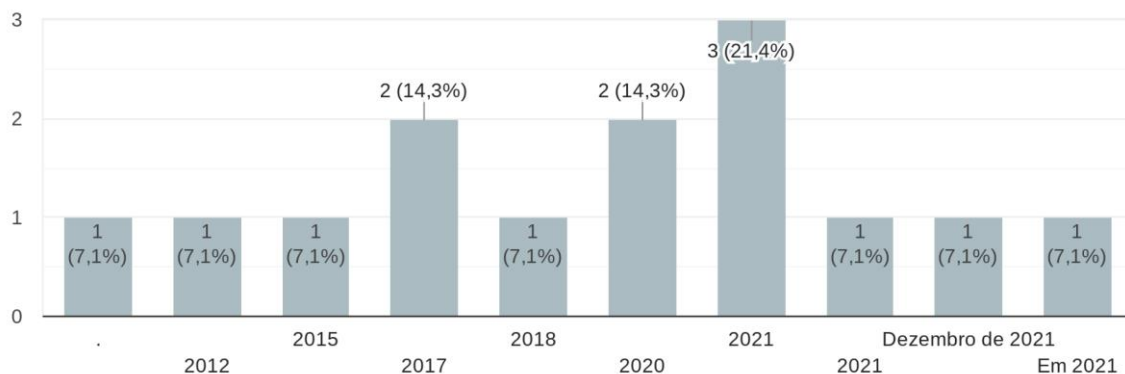


Conforme o formulário: 9 estudantes são do primeiro módulo e 5 estudantes são do nono módulo.

Se caso estiver no primeiro módulo quando finalizou o ensino médio:

13) Se caso estiver no primeiro módulo, quando finalizou o ensino médio:

14 respostas

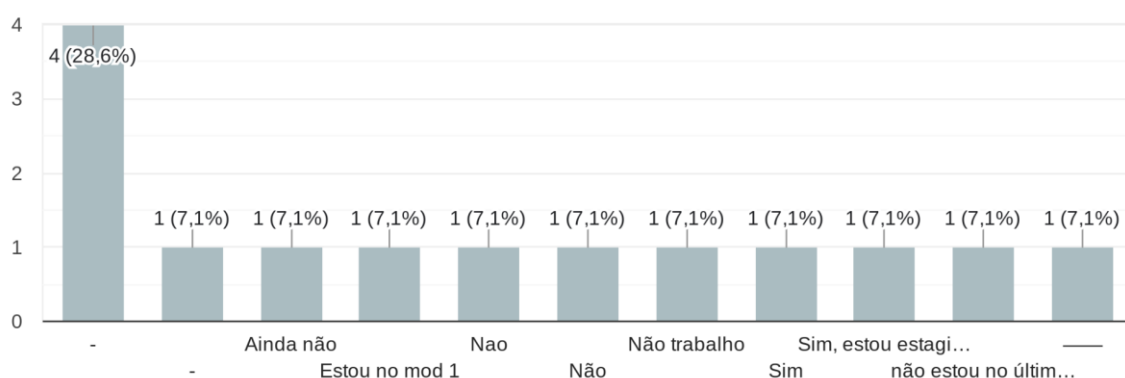


Conforme o formulário: 6 estudantes finalizaram o ensino médio em 2021, 2 estudantes finalizaram o ensino médio em 2020, 1 estudantes finalizou o ensino médio em 2018 e 5 estudantes não eram do primeiro módulo.

Se caso estiver no último módulo, você está trabalhando na sua área de formação:

14) Se caso estiver no último módulo, você já está trabalhando na sua área de formação?

14 respostas



Conforme o formulário: 3 estudantes responderam que não estão atuando na sua área de formação, 2 estudantes responderam que estão trabalhando na sua área de formação e 9 estudantes não eram do nono módulo.

15) Qual o maior desafio que você enfrentou na pandemia durante seu estudo:

As respostas foram muito diversas nessa questão.

No ensino médio, as aulas remotas

concentração

Concentração e motivação

Foco pra fazer as atividades em casa

Disciplina e concentração

falta de concentração nas aulas e falta de incentivo

Adaptação ao on-line

3 meses iniciais de adaptação

O isolamento, tive depressão e síndrome do pânico, mas procurei ajuda médica.

focar nas aulas

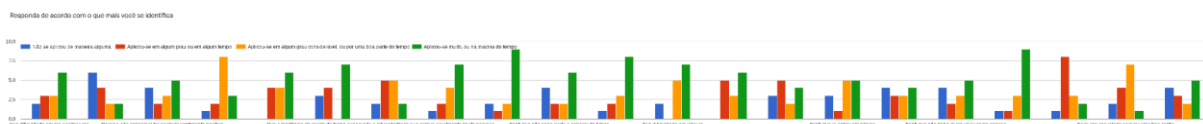
Ansiedade, hiperatividade, falta de vontade, desânimo

A pandemia foi tranquila, acho que já estava calejado em relação a diversos aspectos que sofreram danos e a união em casa entre os familiares fez com que tudo fosse mais fácil.

Realizar tarefas diárias, me concentrar nas aulas on-line, estudar para os vestibulares.

Manter a concentração e uma rotina organizada.

E por fim a escala que mede o nível de estresse, ansiedade e depressão ficou assim:



2 alunas do primeiro módulo apresentaram um nível de ansiedade severo. E uma aluna do último módulo apresentou nível de ansiedade severo, esses foram os dados mais preocupantes.

Nas questões de estresse e depressão podemos notar que as mulheres apresentaram

um maior índice tanto de depressão, ansiedade e estresse (de ambos os módulos). E os alunos do 1º módulo do primeiro módulo mostraram um maior nível de ansiedade, estresse e depressão (sobretudo as mulheres, como já mencionado anteriormente). O primeiro módulo se sobressaiu nos 3 critérios: estresse, ansiedade e depressão. Isto provavelmente aconteceu pelo motivo que são novos e acabaram de sair do ensino médio e mudaram de uma hora para outra toda estrutura educacional para uma nova totalmente desconhecida, isto gera muita insegurança enquanto estão aprendendo. Outro motivo é a falta de segurança social que é necessário, amigos e um grupo.

As mulheres se sobressaíram nos testes em todos os quesitos, isto é normal visto que as mulheres são mais suscetíveis a essas emoções.

O último módulo apresentou melhores resultados no teste visto que já passaram por todo processo de aprendizado e criaram uma estratégia de enfrentamentos visto que já estão mais acostumados naquela estrutura e também suas preocupações são outras, visto que logo entraram no mercado de trabalho.

A intervenção seria prestada aos próximos módulos que entrarem, inclusive como forma de prevenção a problemas futuros. Visto que o problema principal é a novidade da estrutura da faculdade, seria apresentar toda a formação e estrutura, de como funciona as apresentações, provas, estudos para ficarem mais cientes e familiarizados evitando assim muita insegurança do novo, assim realizando uma integração. Pode-se também oferecer uma visita para irem pessoalmente ver como tudo funciona. Nos casos mais sérios é possível um acompanhamento de uma intervenção mais direta com nossa orientadora, realizando intervenções focais nas dificuldades, como treino de habilidades sociais. No caso da falta de sociabilidade, um grupo antecipado para já se conhecerem, atividades em grupos e dinâmicas sociais.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através do presente estudo, mesmo com baixo número de respostas, foi possível observar dificuldades presentes e fatores de risco que podem prejudicar os alunos nesse período, sendo necessário realizar um acompanhamento e auxílio aos estudantes que apresentam maiores níveis de sintomas de estresse, depressão e

ansiedade, além disso, com esses resultados é possível elaborar futuras intervenções para que os alunos tenham uma adaptação mais saudável na instituição.

8. REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **DSM 5: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5ª Edição. Porto Alegre: Artmed, 2014.

LOVIBOND, P. F.; LOVIBOND, S. H. The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck depression and anxiety inventories. **Behaviour Research and Therapy**, 33(3), 335-343. 1995. doi: 10.1016/j.rbp.2012.05.003

MAIA, BERTA RODRIGUES; DIAS, PAULO CÉSAR. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia (Campinas)** v. 37, 2020. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>

PADOVANI, RICARDO DA COSTA et al. **Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário**. **Rev. bras.ter. cogn.**, Rio de Janeiro. 10(1), pp.2-10. 2014. <http://dx.doi.org/10.5935/1808-5687.20140002>.

OLIVEIRA, MARINA CARDOSO DE; DETOMINI, VITOR CORRÊA; MELO-SILVA, LUCY LEAL. Sucesso na transição universidade-trabalho: expectativas de universitários formandos. **Psicol. rev. (Belo Horizonte)**, Belo Horizonte, 19(3) 3, 497-518, 2013. <http://dx.doi.org/DOI-10.5752/P.1678-9563.2013v19n3p497>

REIS, Ana Lúcia Pellegrini Pessoa dos, FERNANDES Sônia Regina Pereira e Gomes, Almiralva Ferraz. **Estresse e fatores psicossociais**. *Psicologia: Ciência e Profissão* [online]. 2010, v. 30, n. 4, pp. 712-725. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932010000400004>.