

## **Reflexos das mudanças nas rotinas acadêmicas e saúde mental de graduandos durante a pandemia: estudo PADu-COVID**

Reflections of changes in academic routines and mental health of undergraduates during the pandemic: PADu-COVID study

Reflexiones de los cambios en las rutinas académicas y la salud mental de los estudiantes universitarios durante la pandemia: estudio PADu-COVID

Recebido: 24/05/2022 | Revisado: 12/06/2022 | Aceito: 12/06/2022 | Publicado: 21/06/2022

### **Mariana Cassemira Aparecida Vidigal**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6138-9548>  
Universidade Federal de Ouro Preto, Brasil  
E-mail: [mariana.vidigal@aluno.ufop.edu.br](mailto:mariana.vidigal@aluno.ufop.edu.br)

### **Waléria de Paula**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9438-7343>  
Universidade Federal de Ouro Preto, Brasil  
E-mail: [waleria.paula@aluno.ufop.edu.br](mailto:waleria.paula@aluno.ufop.edu.br)

### **Bruna Carolina Rafael Barbosa**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3729-1847>  
Universidade Federal de Ouro Preto, Brasil  
E-mail: [bruna.rafael@aluno.ufop.edu.br](mailto:bruna.rafael@aluno.ufop.edu.br)

### **Raquel de Deus Mendonça**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7599-8715>  
Universidade Federal de Ouro Preto, Brasil  
E-mail: [raquel.mendonca@ufop.edu.br](mailto:raquel.mendonca@ufop.edu.br)

### **Júlia Cristina Cardoso Carraro**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0027-2690>  
Universidade Federal de Ouro Preto, Brasil  
E-mail: [julia.carraro@ufop.edu.br](mailto:julia.carraro@ufop.edu.br)

### **Mariana Carvalho de Menezes**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3069-7959>  
Universidade Federal de Ouro Preto, Brasil  
E-mail: [mariana.menezes@ufop.edu.br](mailto:mariana.menezes@ufop.edu.br)

### **Adriana Lúcia Meireles**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1447-953X>  
Universidade Federal de Ouro Preto, Brasil  
E-mail: [adriana.meireles@ufop.edu.br](mailto:adriana.meireles@ufop.edu.br)

### **Resumo**

A restrição social em função da pandemia da covid-19 ocasionou a suspensão temporária das atividades presenciais das universidades, podendo ter aumentado a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão devido, dentre outros fatores, às mudanças nas rotinas acadêmicas. Este trabalho objetivou estimar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão e sua associação com rotinas acadêmicas de graduandos durante a pandemia da covid-19. É um estudo transversal realizado com dados da linha de base da pesquisa PADu-COVID, conduzido com 1.353 graduandos de uma Instituição de Ensino Superior. Os dados foram coletados por meio de questionário *on-line*. Os desfechos foram a presença de sintomas de ansiedade e sintomas de depressão e as variáveis explicativas foram as rotinas acadêmicas. Para análise bivariada e multivariada utilizou-se regressão de Poisson, com medida de associação de Razão de Prevalência (RP), intervalos de confiança de 95% (IC95%) e nível de significância estatística de 5%. A prevalência de sintomas de transtorno de ansiedade e depressão foi de 46,1% e 54,6%, respectivamente. A presença de uma, duas ou mais dificuldades para lidar com a pandemia da covid-19 foi associada aos sintomas de ansiedade (RP 2,08 [IC95% 1,51-2,86]) e depressão (RP 1,96 [IC95% 1,51-2,55]) e a diminuição na carga de estudo associou-se aos sintomas de depressão (RP 1,17 [IC95% 1,01-1,36]). Apesar de necessária, a suspensão das atividades presenciais parece se relacionar com a elevada prevalência encontrada nos estudantes de sintomas de transtorno de ansiedade e depressão, observando-se ainda relação dose-resposta de dificuldades vivenciadas pelos estudantes e sua saúde mental.

**Palavras-chave:** Saúde mental; Ansiedade; Depressão; Estudantes; Ensino em saúde; Covid-19.

## Abstract

The social restriction due to the covid-19 pandemic caused the temporary suspension of face-to-face activities at universities, which may have increased the prevalence of symptoms of anxiety and depression due, among other factors, to changes in academic routines. This study aimed to estimate the prevalence of anxiety and depression symptoms and their association with academic routines of undergraduates during the covid-19 pandemic. It is a cross-sectional study carried out with baseline data from the PADu-COVID survey, conducted with 1,353 undergraduates from a Higher Education Institution. Data were collected through an online questionnaire. Outcomes were the presence of anxiety symptoms and symptoms of depression and the explanatory variables were academic routines. For bivariate and multivariate analysis Poisson regression was used, with a measure of association of Prevalence Ratio (PR), 95% confidence intervals (95%CI) and 5% statistical significance level. The prevalence of anxiety disorder and depression symptoms was 46.1% and 54.6%, respectively. The presence of one, two or more difficulties in dealing with the covid-19 pandemic was associated with symptoms of anxiety (PR 2.08 [CI95% 1.51-2.86]) and depression (PR 1.96 [CI95% 1.51-2.55]) and the decrease in study load was associated with symptoms of depression (PR 1.17 [95%CI 1.01-1.36]). Although necessary, the suspension of face-to-face activities seems to be related to the high prevalence found in students of symptoms of anxiety and depression disorders, and there is still dose-response relationship between the difficulties experienced by students and their mental health.

**Keywords:** Mental health; Anxiety; Depression; Students; Health teaching; Covid-19.

## Resumen

La restricción social por la pandemia de covid-19 provocó la suspensión temporal de las actividades presenciales en las universidades, lo que pudo haber incrementado la prevalencia de síntomas de ansiedad y depresión debido, entre otros factores, a los cambios en las rutinas académicas. Este estudio tuvo como objetivo estimar la prevalencia de los síntomas de ansiedad y depresión y su asociación con rutinas académicas de los estudiantes universitarios durante la pandemia de covid-19. Se trata de un estudio transversal realizado con datos de referencia de la encuesta PADu-COVID, realizada con 1.353 estudiantes de grado de una Institución de Educación Superior. Los datos se recolectaron a través de un cuestionario en línea. Los desenlaces fueron la presencia de síntomas de ansiedad y síntomas de depresión y las variables explicativas fueron las rutinas académicas. Para análisis bivariado y multivariado se utilizó la regresión de Poisson, con una medida de asociación de Razón de Prevalencia (RP), intervalos de confianza del 95% (IC95%) y 5 % nivel de significación estadística. La prevalencia de síntomas de trastorno de ansiedad y depresión fue de 46,1% y 54,6%, respectivamente. La presencia de una, dos o más dificultades para afrontar la pandemia de covid-19 se asoció con síntomas de ansiedad (RP 2,08 [IC95 % 1,51-2,86]) y depresión (RP 1,96 [IC95 % 1,51-2,55]) y la disminución en la carga de estudio se asoció con síntomas de depresión (RP 1,17 [IC 95% 1,01-1,36]). Aunque necesaria, la suspensión de las actividades presenciales parece estar relacionada con la alta prevalencia encontrada en los estudiantes de síntomas de trastornos de ansiedad y depresión, y aún existe una relación dosis-respuesta entre las dificultades experimentadas por los estudiantes y su salud mental.

**Palabras clave:** Salud mental; Ansiedad; Depresión; Estudiantes; Enseñanza en salud; Covid-19.

## 1. Introdução

Em resposta à pandemia da covid-19, as universidades suspenderam as atividades presenciais em março de 2020 no Brasil, sendo necessário modificar a estrutura organizacional do ensino superior, adotando a metodologia de ensino remoto, com a educação mediada por tecnologias. Dessa forma, o ensino remoto se tornou uma nova rotina para muitos alunos, que passaram a enfrentar grandes desafios para lidar com a graduação (Rodrigues *et al.*, 2020).

Ainda que a restrição social fosse recomendada pelas comunidades científicas como medidas de saúde pública benéficas para a redução da taxa de transmissão da covid-19 no ano de 2020, há evidências que mostram que essas estratégias preventivas causaram impactos negativos na saúde mental dos estudantes universitários, desencadeando sintomas como ansiedade e depressão (Mota *et al.*, 2021). Uma pesquisa transversal realizada com 476 estudantes universitários em Bangladesh, no ano de 2020, mostrou que 82,4% dos estudantes relataram sintomas depressivos e 87,7% sintomas de ansiedade (Islam *et al.*, 2020).

Estudos sobre os efeitos na saúde mental dos estudantes universitários relacionados às suas atividades acadêmicas durante a pandemia ainda são escassos na literatura (Esteves; Oliveira; Argimon, 2021). Entretanto, esses estudos são fundamentais, tendo em vista a necessidade de desenvolvimento de ações promocionais, preventivas e assistenciais de saúde mental, além do potencial das universidades como espaço promotor dessas ações em saúde (Mota *et al.*, 2021). Portanto, este artigo objetivou estimar a prevalência de sintomas de transtorno de ansiedade e depressão e sua associação com as rotinas

acadêmicas de estudantes de graduação de uma Instituição de Ensino Superior durante o período de suspensão das atividades presenciais nas universidades devido a pandemia da covid-19.

## 2. Metodologia

Trata-se de um estudo transversal (Estrela, 2018), realizado com dados da linha de base do projeto “Efeito da pandemia da covid-19 na saúde mental e nutricional e no ambiente alimentar domiciliar da comunidade acadêmica: avaliação longitudinal (PADu-COVID)” que avaliou a comunidade acadêmica (alunos de graduação, professores e técnicos) da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP). Foram enviados 11.743 convites aos estudantes de graduação, sendo que destes, 1.353 estudantes aceitaram participar da pesquisa. Para o presente estudo, foram utilizados dados apenas dos alunos de graduação. Foram excluídos os estudantes menores de 18 anos e aqueles que não responderam o questionário até quatro semanas após o envio do convite.

A coleta de dados da linha de base foi realizada entre julho e agosto de 2020 por meio de questionário *on-line* e autoaplicável distribuído por correio eletrônico (*e-mail* institucional dos estudantes). Foi enviado um *e-mail* convite, além disso, três *e-mails* lembretes, durante quatro semanas, em dias alternados, aos estudantes que não responderam. O questionário foi disponibilizado na plataforma *Google Forms* e estruturado em módulos temáticos: características sociodemográficas e acadêmicas, hábitos de vida, condições de saúde, suporte social, qualidade de vida, resiliência e solidão. Nesse período, as aulas presenciais estavam suspensas, no entanto, o ensino remoto ainda não estava vigente, uma vez que as aulas de graduação no formato EaD (Ensino à Distância) retornaram apenas em janeiro de 2021. Dessa forma, muitos alunos ficaram ociosos durante essa fase.

No presente estudo, os desfechos avaliados foram a presença de sintomas de transtorno de ansiedade e depressão, obtidos por meio da versão em português da escala “*Depression Anxiety Stress Scale-21*” (DASS-21) validada, proposta em 2014 por Vignola e Tucci (Vignola & Tucci, 2014).

A DASS-21 é composta por três subescalas que avaliam, de maneira autorrelatada, os sintomas de ansiedade, depressão e estresse apresentados pelos indivíduos na última semana, ou seja, na semana anterior à participação da pesquisa. Nesta escala, os estudantes respondiam a afirmações cujas respostas eram estruturadas em escala Likert de quatro pontos, variando de zero a três: “não se aplicou de maneira alguma”, “aplicou-se em algum grau ou por pouco de tempo”, “aplicou-se em um grau considerável ou por uma boa parte do tempo” ou “aplicou-se muito ou na maioria das vezes” (Lovibond; Lovibond, 1995). As pontuações eram somadas e multiplicadas por dois e, posteriormente, classificadas em “normal”, “leve”, “moderado”, “grave” e “extremamente grave” (Vignola; Tucci, 2014). No presente estudo, a ausência de sintomas de transtorno de ansiedade e depressão foi considerada para todos os estudantes que apresentaram sintomas normais ou leves e a presença de sintomas de transtorno de ansiedade e de depressão foi considerada para aqueles que apresentaram sintomas em níveis moderados, graves ou extremamente graves.

As variáveis explicativas incluídas no estudo foram agrupadas em dois blocos, rotinas acadêmicas e variáveis sociodemográficas. As características sociodemográficas foram utilizadas para descrição da amostra, sendo avaliados: sexo (masculino e feminino), idade (18 a 24 anos e  $\geq 24$  anos), cor da pele (branca e não branca - pardos, pretos, amarela, indígena ou outra), orientação sexual (heterossexual e outras – homossexual bissexual ou assexual), crença religiosa (não e sim), estado civil (solteiro(a)/viúvo(a)/divorciado(a) e casado(a)/união estável), renda familiar (< 3 salários mínimos e  $\geq 3$  salários mínimos), moradia (sozinho, com familiares e residência compartilhada) e área do conhecimento do curso de graduação (ciências da vida, ciências exatas, ciências humanas e sociais e aplicadas).

No domínio rotinas acadêmicas foram investigadas as seguintes variáveis: carga de estudos, analisada pela pergunta: “Após a pandemia, sua carga de estudos: “continuou a mesma,” “diminuiu” ou “aumentou”; as dificuldades para lidar com a

graduação, por meio da pergunta, “Quais dificuldades você está enfrentando para lidar com a graduação durante a pandemia?”, sendo as opções de resposta, “nenhuma dificuldade”, “falta de acesso ou acesso ruim à internet”, “diminuição de renda”, “ter que cuidar de filhos ou familiares”, “não ter um espaço mais reservado para estudar e fazer as atividades da Universidade”, “ajudar nas tarefas domésticas ou em atividades que geram renda para a família”, “questões pessoais” e “outras”. Em seguida, foi categorizada em nenhuma dificuldade, uma dificuldade, duas ou mais dificuldades.

As variáveis foram analisadas de forma descritiva, por meio da distribuição de frequência. Em seguida, realizou-se a análise bivariada (por regressão de Poisson) entre as variáveis explicativas que compunham o bloco de rotinas acadêmicas durante a pandemia da covid-19 e os desfechos (presença de sintomas de ansiedade e presença de sintomas de depressão).

Por fim, foi realizado novamente regressão de Poisson de modo multivariado para verificar a associação entre a presença de sintomas de transtorno de ansiedade e depressão e rotinas acadêmicas durante a pandemia da covid-19. O bloco de rotinas acadêmicas composto pelas variáveis “carga de estudos durante a pandemia” e “dificuldades para lidar com a graduação durante a pandemia” foram colocadas ao mesmo tempo e retiradas uma a uma, partindo da menos significativa (com maior valor-p), até que só permaneceram no modelo as variáveis significativas (valor-p < 0,05). As variáveis do bloco sociodemográficas, sexo, idade, área do conhecimento e renda familiar foram usadas como ajuste na análise multivariada. A medida de associação usada foi a Razão de Prevalência (RP), com intervalos de confiança de 95% (IC95%) e nível de significância de 5%. As análises foram realizadas no software estatístico STATA versão 13.0 (*Stata Corporation, College Station, USA*).

Este estudo foi realizado de acordo com as diretrizes estabelecidas na Declaração de Helsinque e aprovado pelo Comitê Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP) sob o número do parecer 4.119.247. A participação dos estudantes foi voluntária, sendo garantido o direito à não participação e também a confidencialidade das informações prestadas.

### 3. Resultados

A Tabela 1 apresenta as características da população acadêmica. Mais da metade dos participantes eram do sexo feminino (66,3%), não brancos (51,1%) e com idade entre 18 a 24 anos (56,8%). A maioria dos estudantes declarou ser heterossexual (76,4%), solteiros (93,4%), residir em casa compartilhada (república, alojamento ou apartamento) (50,7%), ter renda familiar de até três salários mínimos (54,2%) e crença religiosa (66,0%).

Quanto à distribuição por área de conhecimento, 44,5% dos estudantes eram de cursos de ciências exatas, 33,4% das ciências humanas e sociais aplicadas e 22,1% de ciências da vida. Em relação às rotinas acadêmicas entre julho e agosto de 2020, a maioria dos estudantes (70,6%) relatou que a carga horária de estudos diminuiu quando comparada à antes da pandemia. Em contrapartida, a grande maioria dos estudantes relatou estar enfrentando algum tipo de dificuldade para lidar com a graduação durante a pandemia (Tabela 1).

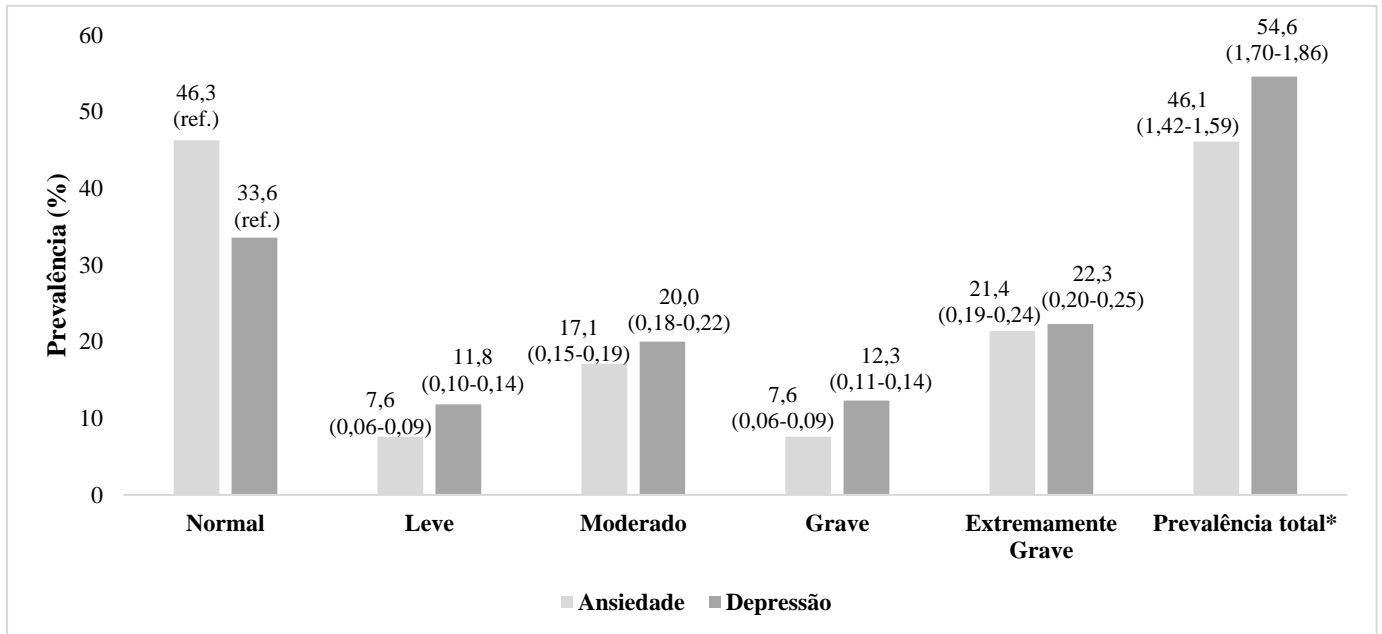
**Tabela 1** - Análise descritiva em relação às variáveis sociodemográficas e rotinas acadêmicas durante a pandemia da covid-19 dos estudantes universitários da Universidade Federal de Ouro Preto, 2020 (n=1.353).

Variáveis	n	%
<b>Características Sociodemográficas</b>		
<b>Sexo</b>		
Feminino	897	66,3
Masculino	456	33,7
<b>Idade</b>		
18 a 24 anos	768	56,8
≥ 24 anos	585	43,2
<b>Cor da pele</b>		
Branca	662	48,9
Não branca (parda, negra, amarela, indígena)	691	51,1
<b>Orientação sexual</b>		
Heterossexual	1.034	76,4
Outras (homossexual, bissexual e assexual)	319	23,6
<b>Crença religiosa</b>		
Não	460	34,0
Sim	893	66,0
<b>Estado civil</b>		
Solteiro(a)/Viúvo(a)/Divorciado(a)	1.263	93,3
Casado(a)/União estável	90	6,7
<b>Renda familiar*</b>		
< 3 salários mínimos	733	54,2
≥ 3 salários mínimos	620	45,8
<b>Moradia</b>		
Sozinho ou em pensão/ hotel/ hostel/ pousada e outros	167	12,3
Com familiares	500	37,0
Residência compartilhada	686	50,7
<b>Área de estudo (n=1.345)</b>		
Ciências da Vida	297	22,1
Ciências Exatas	599	44,5
Ciências Humanas e Sociais e Aplicadas	449	33,4
<b>Rotinas acadêmicas durante a pandemia</b>		
<b>Carga horária de estudo durante a pandemia</b>		
Continua a mesma	229	16,9
Diminuiu	955	70,6
Aumentou	169	12,5
<b>Dificuldades para lidar com a pandemia</b>		
Nenhuma dificuldade	101	7,5
Uma dificuldade	758	56,0
Duas ou mais dificuldades	494	36,5

\*Salário mínimo referente ao ano de 2020 no Brasil equivalente a R\$ 1.045,00. Fonte: Autores.

As prevalências de sintomas de transtorno de ansiedade e depressão entre os estudantes foram de 46,1% e 54,6%, respectivamente, descritas na Figura 1. As prevalências e Intervalos de Confiança (IC) de cada categoria dos sintomas de transtorno de ansiedade e depressão estão demonstrados na Figura 1.

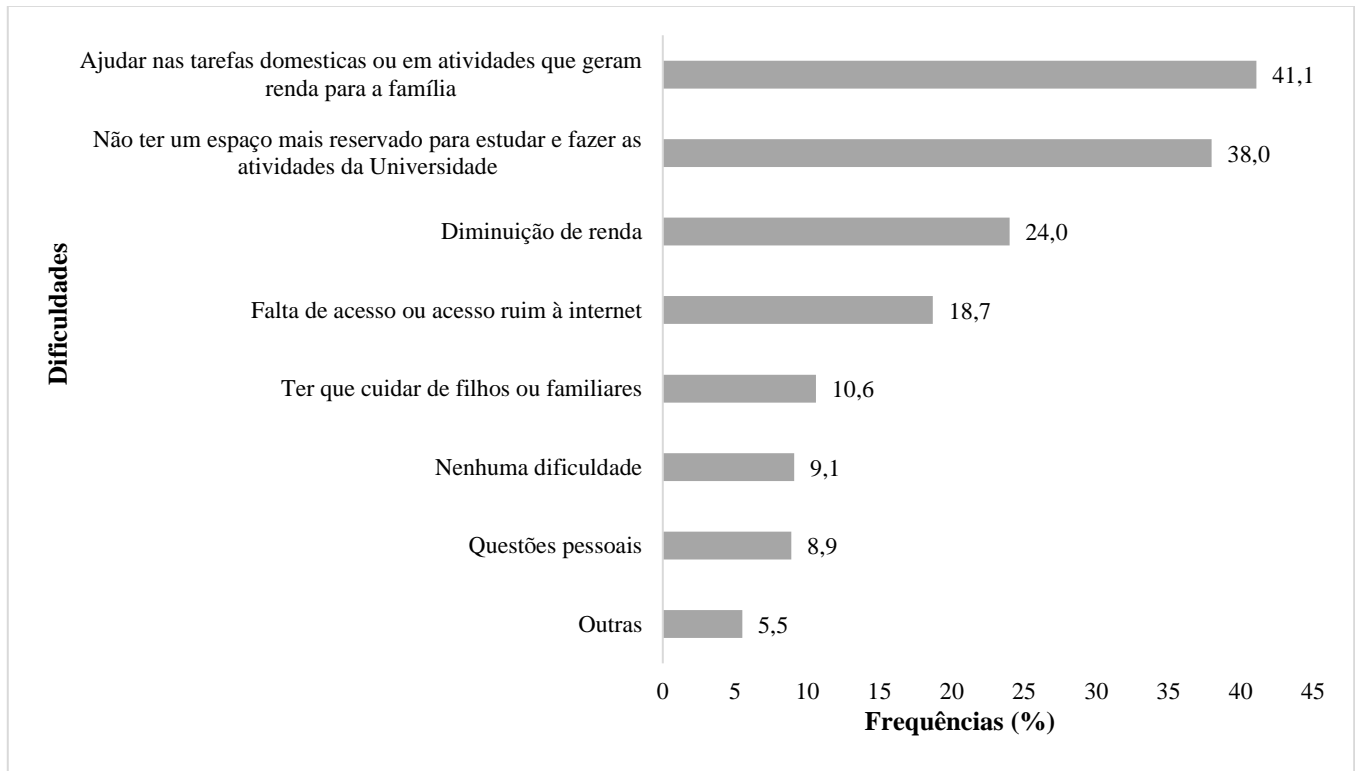
**Figura 1** - Prevalência e Intervalo de Confiança (IC95%) por categoria e total dos sintomas de transtorno de ansiedade e depressão em estudantes universitários da Universidade Federal de Ouro Preto, 2020.



\*A prevalência total de estudantes universitários que apresentaram sintomas de transtorno de ansiedade e depressão corresponde às categorias “moderado”, “grave” e “extremamente grave”, consideradas presença de sintomas. ref.= Sintomas de transtorno de ansiedade e depressão classificados como normais foram utilizados como valor de referência. Fonte: Autores.

A Figura 2 apresenta as principais dificuldades relatadas pelos estudantes para lidar com a graduação durante a pandemia da covid-19. Observou-se que a maior dificuldade enfrentada pelos estudantes foi ter que ajudar nas tarefas domésticas e atividades de renda familiar (41,1%), seguida pela ausência de espaço reservado para estudar e fazer as atividades da Universidade (38,0%) e diminuição da renda familiar (24,0%).

**Figura 2** - Principais dificuldades enfrentadas para lidar com a graduação durante a pandemia da covid-19, relatadas por estudantes universitários da Universidade Federal de Ouro Preto, 2020 (n= 1.353).



Observação: Mais de uma dificuldade pode ter sido relatada por cada indivíduo. A categoria “outras” engloba a suspensão das atividades da Universidade e saúde mental. Fonte: Autores.

Na Tabela 2 são apresentados os resultados da análise bivariada e da multivariada ajustada por sexo, idade, área de curso e renda. Na análise multivariada, observou-se que os estudantes que relataram diminuição na carga de estudo apresentaram 1,17 vezes mais sintomas de depressão (IC95% 1,00 - 1,36) se comparados com os estudantes que relataram que a carga horária de estudos permaneceu a mesma. Em relação às dificuldades enfrentadas para lidar com a pandemia da covid-19, parece haver uma relação dose-resposta, pois quanto mais dificuldades relatadas pelos estudantes maior a razão de prevalência de com ambos os sintomas de transtorno de ansiedade e depressão (Tabela 2). Assim, aqueles estudantes com duas ou mais dificuldades apresentaram 2,09 vezes mais sintomas de ansiedade (IC95% 1,52 - 2,88) e 1,96 vezes mais sintomas de depressão (IC95% 1,51 - 2,55) (Tabela 2).

**Tabela 2** - Análise bivariada e análise multivariada (ajustada por sexo, idade, área de curso e renda) por regressão de Poisson, para presença de sintomas de ansiedade e depressão e rotinas acadêmicas durante a pandemia, entre estudantes da Universidade Federal de Ouro Preto, 2020.

Variáveis	Prevalência de sintomas de ansiedade				Prevalência de sintomas de depressão			
	RP (IC 95%)				RP (IC 95%)			
	Bivariada	Valor-p	Multivariada	Valor-p	Bivariada	Valor-p	Multivariada	Valor-p
<b>Carga de estudo durante a pandemia</b>								
Continua a mesma	1		–		1		1	
Diminuiu	1,24 (1,04 - 1,47)	0,017	–	–	1,24 (1,07 - 1,44)	0,004	1,17 (1,00 - 1,36)	0,040
Aumentou	1,05 (0,83 - 1,34)	0,669	–		1,06 (0,86 - 1,30)	0,576	0,99 (0,81 - 1,22)	0,961
<b>Dificuldades para lidar com a graduação durante a pandemia</b>								
Nenhuma	1		1		1		1	
Uma dificuldade	1,70 (1,20 - 2,41)	0,003	1,65 (1,20 - 2,27)	0,002	1,39 (1,06 - 1,83)	0,016	1,53 (1,18 - 2,00)	0,001
Dois ou mais dificuldades	2,29 (1,61 - 3,24)	<0,001	2,09 (1,52 - 2,88)	<0,001	1,85 (0,27 - 0,46)	<0,001	1,96 (1,51 - 2,55)	<0,001

RP: razão de prevalência; IC95%: intervalo de 95% de confiança. Fonte: Autores.

#### 4. Discussão

Os achados do presente estudo apontam para uma elevada prevalência de sintomas de transtorno de ansiedade e depressão em graduandos durante a fase inicial da pandemia da covid-19. A diminuição na carga de estudo esteve associada aos sintomas de depressão e a presença de dificuldades para lidar com a pandemia da covid-19, sendo essa associação proporcional ao número de dificuldades relatadas.

Uma revisão sistemática realizada com 56.816 estudantes universitários de 40 países, anterior a pandemia, observou prevalências menores para os sintomas de ansiedade (24,5%) e sintomas de depressão (26,1%) (De Paula *et al.*, 2020), quando comparadas às prevalências do presente estudo. É importante ressaltar que, a diferença encontrada no valor de prevalência pode estar relacionada à amostra, forma de mensurar e aos períodos diferentes em que ocorreram os estudos avaliados na revisão, inclusive, já podendo ser influência da pandemia da covid-19.

Estudos que avaliaram os transtornos psicológicos de indivíduos durante a pandemia da covid-19 e em outras pandemias, têm demonstrado que durante a restrição social há maior impacto psicológico com agravamento desses sintomas (Maia; Dias, 2020; Patsali *et al.*, 2020; Wang *et al.*, 2020). Essa relação pode ser explicada pelo medo de infecção dos estudantes, a ruptura da rotina de estudos, ocasionando atraso no calendário e, conseqüentemente, repercutindo em preocupações sobre o futuro profissional e a independência financeira (Gundim *et al.*, 2021). Dessa forma, a elevada prevalência dos sintomas de transtorno de ansiedade e depressão no presente estudo é preocupante, pois os transtornos mentais representam um grande problema de saúde pública, que compromete significativamente a qualidade de vida, além de estarem associados com a ideação suicida (Baxter *et al.*, 2013; Ferrari *et al.*, 2013; WHO, 2017).

Destaca-se também a associação entre sintomas de transtorno de depressão e diminuição da carga de estudos. Esses resultados são coerentes com os encontrados pela revisão integrativa De Barros e colaboradores (2021), que observaram que um dos fatores que contribuíram para o aumento dos sintomas de transtorno de ansiedade e depressão nos universitários foi a redução da carga horária e que a restrição social contribui cada vez mais para os riscos de desenvolvimento e potencialização de transtornos psicológicos dessa população (De Barros *et al.*, 2021). Sendo assim, a diminuição na carga de estudo mostra-se prejudicial à sua saúde mental, podendo ser justificada pela preocupação com o atraso das atividades acadêmicas,



consequentemente, causando atraso na data de formatura (Gudim *et al.*, 2021). Acredita-se que o aumento da carga de estudos também esteja relacionada a transtornos mentais, principalmente, antes da pandemia. No entanto, no cenário pandêmico, devido ao nível de apreensão propiciado, simultaneamente, a sobrecarga pela realização de atividades, torna-se preocupante essa relação. Contudo, essa associação ainda não é bem estabelecida na literatura.

No que se refere às principais dificuldades enfrentadas, destacam-se ter que ajudar nas tarefas domésticas ou que geram renda familiar, a ausência de espaço reservado para estudar e fazer as atividades da Universidade e diminuição da renda. Um levantamento feito por Blando e colaboradores (2021) com universitários, demonstrou que lidar com procrastinação, estabelecer uma rotina, assim como fazer atividades físicas foram as principais dificuldades que interferiam na vida acadêmica durante a pandemia de covid-19. Ainda, foi demonstrado que indivíduos que enfrentavam dificuldades financeiras nesse contexto apresentavam 1,4 vezes mais chances de risco para transtornos mentais (Blando *et al.*, 2021; Duarte *et al.*, 2020).

Tais resultados confirmam que apesar de necessária, a suspensão das atividades presenciais pelas instituições de ensino após o início da pandemia da covid-19, pode desencadear efeitos psicológicos duradouros na população devido às inúmeras mudanças na rotina acadêmica (Sahu, 2019; Brooks *et al.*, 2020). Muitos estudantes tiveram que voltar às suas cidades de origem, pausar projetos de pesquisa e extensão, ajudar nas tarefas domésticas e na renda da família, além de diminuir as atividades sociais, somado ao sentimento de ansiedade relacionado a um futuro instável. Todas essas situações podem afetar a saúde mental (Faro *et al.*, 2020; Hodges, 2020).

Dentre as possíveis limitações deste estudo, ressalta-se a impossibilidade de estabelecer relação de causalidade, recomenda-se a continuidade do estudo, considerando os dados longitudinais para inferências causais. Outra limitação do estudo refere-se à inclusão de estudantes somente de uma universidade pública, sendo que os resultados podem diferenciar dos estudantes vinculados às instituições de ensino superior pública e privada, conforme a região do país.

Apesar das limitações apontadas, estudos nessa temática ainda são escassos e por isso são importantes no reconhecimento das dificuldades enfrentadas pelos estudantes durante a pandemia. Os achados ressaltam a importância de estratégias e ações que visem o cuidado com a saúde mental e bem estar da população universitária.

## 5. Conclusão

O presente estudo evidencia uma elevada prevalência de sintomas de transtorno de ansiedade e de depressão entre graduandos no período de restrição social devido a covid-19. Além disso, os achados proporcionaram identificar que a presença de uma, duas ou mais dificuldades para lidar com a pandemia e a diminuição na carga de estudo estão associadas às elevadas prevalências de sintomas de transtorno de ansiedade e depressão. Portanto, a pandemia e seus aspectos parecem interferir negativamente na saúde mental e na vida acadêmica.

Dessa forma, é fundamental a implementação de ações no âmbito universitário que visem a promoção da saúde mental, com o propósito de diminuir o alto nível de transtornos entre os estudantes. É necessário também que as universidades desenvolvam estratégias relacionadas às dificuldades nas atividades acadêmicas vivenciadas, no intuito de contribuir para o bem estar geral dos graduandos.

Como sugestões para trabalhos futuros, pontua-se a importância de estudos multicêntricos, incluindo estudantes de diferentes instituições de ensino superior do país, utilizando dados referentes ao período pandêmico, com intuito de comparar possíveis disparidades. Além disso, faz-se necessário a realização de pesquisas com delineamento que permite estabelecer relações de causalidade, contribuindo, consequentemente, no desenvolvimento de ações de prevenção de ansiedade e depressão.

## Contribuição dos autores

MCAV: Análise e interpretação dos dados; redação do manuscrito; revisão crítica do manuscrito. WP: Coleta de dados; análise e interpretação dos dados; redação do manuscrito; revisão crítica do manuscrito. BCRB: Coleta de dados; redação do manuscrito; revisão crítica do manuscrito. RDM: Concepção e planejamento do estudo e revisão crítica do manuscrito. JCCC: Concepção e planejamento do estudo e revisão crítica do manuscrito. MCM: Concepção e planejamento do estudo e revisão crítica do manuscrito. ALM: Concepção e planejamento do estudo; coordenação da coleta de dados; interpretação dos dados; revisão crítica do manuscrito. Todas as autoras aprovaram a versão final do manuscrito.

## Agradecimentos

As autoras agradecem ao projeto sobre ansiedade e depressão em universitários (PADu), ao Grupo de Pesquisa e Ensino em Nutrição e Saúde Coletiva (GPENSC), à Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP) e à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

## Referências

- Baxter, A. J., Scott, K. M., Vos, T., & Whiteford, H. A. (2013). Prevalência global de transtornos de ansiedade: uma revisão sistemática e meta-regressão. *Medicina psicológica*, 43 (5), 897-910. <https://doi.org/10.1017/S003329171200147X>
- Blando, A., Marcilio, F. C. P., Franco, S. R. K., & Teixeira, M. A. P. (2021). Levantamento sobre dificuldades que interferem na vida acadêmica de universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista Thema*, 20, 303-314. <http://dx.doi.org/10.15536/thema.V20.Especial.2021.303-314.1857>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Cavalcante, J. R., Cardoso-dos-Santos, A. C., Bremm, J. M., Lobo, A. D. P., Macário, E. M., Oliveira, W. K. D., & França, G. V. A. D. (2020). COVID-19 no Brasil: evolução da epidemia até a semana epidemiológica 20 de 2020. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742020000400010>
- De Barros, G. M. M., Valério, F. C. E. P., da Silva, M. H. F. D., Pecorelli, D.G., da Nóbrega Porto, V. U., & de Ávila Silva, L. (2021). Os impactos da Pandemia do COVID-19 na saúde mental dos estudantes. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10 (9), e47210918307-e47210918307. <http://doi.org/10.33448/rsd-v10i9.18307>
- De Paula, W., Breguez, G. S., Machado, E. L., & Meireles, A. L. (2020). Prevalence of anxiety, depression, and suicidal ideation symptoms among university students: a systematic review. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(4), 8739-8756. <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n4-119>
- Duarte, M. D. Q., Santo, M. A. D. S., Lima, C. P., Giordani, J. P., & Trentini, C. M. (2020). COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 3401-3411. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.507>
- Esteves, C. S., Oliveira, C. R. D., & Argimon, I. I. D. L. (2021). Distanciamento social: prevalência de sintomas depressivos, ansiosos e de estresse entre estudantes brasileiros durante a pandemia de COVID-19. *Fronteiras em Saúde Pública*, 8, 923. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.589966>
- Estrela, C. (2018). *Metodologia científica: ciência, ensino, pesquisa*. Artes Médicas.
- Faro, A., Bahiano, M. D. A., Nakano, T. D. C., Reis, C., Silva, B. F. P. D., & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de psicologia (Campinas)*, 37. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>
- Ferrari, A. J., Somerville, A. J., Baxter, A. J., Norman, R., Patten, S. B., Vos, T., & Whiteford, H. (2013). Global variation in the prevalence and incidence of major depressive disorder: a systematic review of the epidemiological literature. *Psychological medicine*, 43(3), 471-481. <https://doi.org/10.1017/S0033291712001511>
- Gomes, C. F. M., Junior, R. J. P., Cardoso, J. V., & da Silva, D. A. (2020). Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades. *SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)*, 16(1), 1-8. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.157317>
- Gundim, V. A., da Encarnação, J. P., Santos, F. C., dos Santos, J. E., Vasconcellos, E. A., & de Souza, R. C. (2021). Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista Baiana de Enfermagem* 35. <https://doi.org/10.18471/rbe.v35.37293>
- Hodges, C., Moore, S., Lockee, B., & Bond, A. (2020). As diferenças entre o aprendizado online e o ensino remoto de emergência. *Revista da escola, professor, educação e tecnologia*, 2.
- Islam, M. A., Barna, S. D., Raihan, H., Khan, M. N. A., & Hossain, M. T. (2020). Depressão e ansiedade entre estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19 em Bangladesh: uma pesquisa transversal baseada na web. *PLoS one*, 15 (8), e0238162. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238162>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). A estrutura dos estados emocionais negativos: Comparação das Escalas de Estresse e Ansiedade Depressiva (DASS) com os Inventários de Depressão e Ansiedade de Beck. *Pesquisa de comportamento e terapia*, 33 (3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-u](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-u)

Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>

Mota, D. C. B., Silva, Y. V. D., Costa, T. A. F., Aguiar, M. H. D. C., Marques, M. E. D. M., & Monaquezi, R. M. (2021). Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19. *Ciencia & saúde coletiva*, 26, 2159-2170. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021266.44142020>

OMS, Organização Mundial da Saúde. Painel do Coronavírus da OMS (COVID-19). <https://covid19.who.int/info/>

Patsali, M. E., Mousa, D. P. V., Papadopoulou, E. V., Papadopoulou, K. K., Kaparounaki, C. K., Diakogiannis, I., & Fountoulakis, K. N. (2020). University students' changes in mental health status and determinants of behavior during the COVID-19 lockdown in Greece. *Psychiatry research*, 292, 113298. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113298>

Rodrigues, B. B., Cardoso, R. R. D. J., Peres, C. H. R., & Marques, F. F. (2020). Aprendendo com o imprevisível: saúde mental dos universitários e educação médica na pandemia de covid-19. *Revista brasileira de educação médica*, 44. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200404>

Sahu, P. (2020). Fechamento de universidades devido à doença do coronavírus 2019 (COVID-19): impacto na educação e na saúde mental de alunos e funcionários acadêmicos. *Cureus*, 12 (4). <https://doi.org/10.7759/cureus.7541>

Vignola, R. C. B., & Tucci, A. M. (2014). Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *Journal of affective disorders*, 155, 104-109. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>.

Wang, X., Hegde, S., Son, C., Keller, B., Smith, A., & Sasangohar, F. (2020). Investigating mental health of US college students during the COVID-19 pandemic: Cross-sectional survey study. *Journal of medical Internet research*, 22(9), e22817. <https://doi.org/10.2196/22817>

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Preventing suicide: A resource for media professionals. Geneva, Switzerland. World Health Organization, 2017.