

Impacto da pandemia do COVID-19 na saúde mental, sono e qualidade de vida dos estudantes de enfermagem em curso do estágio obrigatório

Impact of the COVID-19 pandemic on mental health, sleep and quality of life of nursing students in the mandatory internship

Impacto de la pandemia del COVID-19 en la salud mental, el sueño y la calidad de vida de los estudiantes de enfermería en internado obligatorio

Recebido: 25/05/2022 | Revisado: 12/06/2022 | Aceito: 15/06/2022 | Publicado: 17/06/2022

Júlia Cristina Novais Costa Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3405-099X>
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil
E-mail: julia.dantas005@hotmail.com

Haitana dos Santos Barreto

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2136-4041>
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil
E-mail: haitanasb@hotmail.com

Anderson Pereira Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5819-4088>
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Brasil
Faculdade Independente do Nordeste, Brasil
E-mail: andersonpereira@uesb.edu.br
E-mail: andersonpereira@fainor.com.br

Iaggo Raphael David

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7606-3874>
Universidade Estadual de Montes Claros, Brasil
E-mail: iaggoraphaell@gmail.com

Nailine Barbosa de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1756-5097>
Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Brasil
E-mail: naai.souza@gmail.com

Resumo

O presente trabalho tem como objetivo avaliar o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental, sono e qualidade de vida dos estudantes de enfermagem em curso do estágio obrigatório. Trata-se de uma pesquisa observacional, com o delineamento transversal. A amostra foi composta por 39 estudantes universitários do 9º e 10º semestre, de ambos os gêneros do curso de Enfermagem. Os dados foram coletados através de um questionário elaborado pelos pesquisadores, o qual apresentava 20 questões. Foi realizada análise de frequência e descritiva das variáveis idade, gênero, estado civil, análise de qualidade do sono e impactos psicoemocionais, para melhor caracterizar a amostra. 64,1% dos estudantes eram pertencentes ao nono semestre, 82,1% do sexo feminino, sendo que da amostra pesquisada 84,6% afirmaram se considerar uma pessoa ansiosa. Foi também observado que 48,7% dos entrevistados afirmaram estar pouco satisfeito com a qualidade do seu sono. Para 87,2% dos respondentes, o estágio obrigatório foi responsável, em algum momento, por sintomas ansiosos. Conclui-se que, os estudantes de enfermagem que estavam em estágio obrigatório em meio à pandemia da COVID 19, mais do que nunca, encontram-se em situações estressantes, o que acarreta uma sobrecarga maior de preocupação, trabalho, ansiedade e depressão diante de tantas mortes, longos turnos de trabalho e medo da infecção.

Palavras-chave: Qualidade de vida; Saúde mental; Estudantes universitários; Pandemia COVID-19.

Abstract

The present work aims to evaluate the impact of the COVID-19 pandemic on the mental health, sleep and quality of life of nursing students undergoing the mandatory internship. This is an observational research, with a cross-sectional design. The sample consisted of 39 university students from the 9th and 10th semester, of both genders in the Nursing course. Data were collected through a questionnaire developed by the researchers, which had 20 questions. Frequency and descriptive analysis of the variables age, gender, marital status, sleep quality analysis and psycho-emotional impacts were performed to better characterize the sample. 64.1% of the students belonged to the ninth semester, 82.1% were female, and 84.6% of the sample surveyed said they considered themselves an anxious person. It was also observed that 48.7% of respondents said they were not satisfied with

the quality of their sleep. For 87.2% of respondents, the mandatory internship was responsible, at some point, for anxious symptoms. It is concluded that nursing students who were in mandatory internship in the midst of the COVID 19 pandemic, more than ever, find themselves in stressful situations, which leads to a greater overload of worry, work, anxiety and depression in the face of so many deaths, long work shifts and fear of infection.

Keywords: Quality of life; Mental health; University students; COVID-19 pandemic.

Resumen

El presente trabajo tiene como objetivo evaluar el impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental, el sueño y la calidad de vida de los estudiantes de enfermería en pasantía obligatoria. Esta es una investigación observacional, con un diseño transversal. La muestra estuvo conformada por 39 estudiantes universitarios de 9° y 10° semestre, de ambos sexos de la carrera de Enfermería. Los datos fueron recolectados a través de un cuestionario desarrollado por los investigadores, que tenía 20 preguntas. Se realizaron análisis de frecuencia y descriptivos de edad, género, estado civil, análisis de calidad del sueño e impactos psicoemocionales para caracterizar mejor la muestra. El 64,1% de los estudiantes pertenecían al noveno semestre, el 82,1% eran mujeres y el 84,6% de la muestra encuestada dijo considerarse una persona ansiosa. También se observó que el 48,7% de los encuestados dijo no estar satisfecho con la calidad de su sueño. Para el 87,2% de los encuestados, el internado obligatorio fue responsable, en algún momento, de los síntomas ansiosos. Se concluye que los estudiantes de enfermería que se encontraban en pasantía obligatoria en medio de la pandemia del COVID19, más que nunca, se encuentran en situaciones de estrés, lo que conlleva a una mayor sobrecarga de preocupación, trabajo, ansiedad y depresión ante tantas muertes, largos turnos de trabajo y miedo a la infección.

Palabras clave: Calidad de vida; Salud mental; Estudiantes universitarios; Pandemia de COVID-19.

1. Introdução

A COVID-19 é uma doença infecciosa causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, um vírus que se espalhou em escala global resultando no grande número de hospitalizações e mortes (Mousavizadeh & Ghasemi, 2021). Em tempos de pandemia, as pessoas tendem a sentir medo de ser infectadas com o vírus e desta forma passam a desenvolver crises de ansiedade, estresse e depressão (Brito & Souza, 2021; Ryu et al., 2021; Vinkers et al., 2020).

Especificamente, Estresse, ansiedade e depressão são considerados indicadores importantes para a saúde mental que, se não tratados, podem ter um efeito negativo sobre a vida dos indivíduos (Faisal et al., 2021). De acordo com a Organização Mundial de Saúde a ansiedade e depressão são ambas respostas emocionais que levam a um conjunto de sintomas muito semelhantes, incluindo dificuldade para dormir, fadiga, tensão muscular e irritabilidade (de Sousa Júnior et al., 2021; Ornell et al., 2020; Stanton et al., 2020; Stefan et al., 2021). Enquanto o estresse é geralmente causado por um fator externo e pode ser de curto prazo, a ansiedade é persistente, mesmo na ausência de um estressor (O'Connor et al., 2021). A depressão é caracterizada por um conjunto de sintomas, incluindo falta de interesse nas atividades diárias (Shaik et al., 2017).

A maioria dos problemas de saúde mental aparecem no início da vida adulta, mas os adultos jovens raramente obtêm qualquer apoio para sua saúde mental (Mahalakshmi et al., 2020). Além disso, problemas de saúde mental na população estão associados a maior incidência de problemas físicos e emocionais a médio e longo prazo, bem como impactos negativos na qualidade do sono e em suas relações sociais, podendo gerar isolamento e baixa qualidade de vida (Lee et al., 2021).

Neste contexto, estudantes universitários correm o risco de experimentar estresse, ansiedade e depressão (Duman, 2017), que causam sofrimento psicológico e podem impactar em seu desempenho acadêmico (Wang et al., 2021). Em todo o mundo, estima-se que 50% dos universitários apresentam pelo menos um critério diagnóstico para um ou mais transtornos mentais (Mousavizadeh & Ghasemi, 2021).

As causas de estresse durante a vida universitária incluem pressão acadêmica decorrente de fatores como exames avaliativos, carga de trabalho, falta de tempo de lazer, competição, preocupações em não atender às expectativas

dos pais, estabelecimento de novas relações pessoais e mudanças para um local estranho, além de fatores biológicos como idade e sexo, especificamente ser feminino e encargos financeiros (Lee et al., 2021; Ryu et al., 2021).

No Brasil, os problemas de saúde mental são altamente prevalentes na população em geral, bem como, em grupos específicos (Gonçalves et al., 2021). No entanto, pouco se sabe sobre a saúde mental dos universitários. Estudos anteriores relataram uma alta prevalência de ansiedade e depressão nesta população (Azevedo et al., 2020; Prado et al., 2017), mas o tamanho da amostra foi pequeno e eles não mediram o estresse e a relação com a qualidade de vida.

Diante dos impactos negativos da Pandemia da Covid-19 e do estresse vivenciado durante a vida universitária, faz-se necessário a realização de estudos que desvelam as vivências dos estudantes universitários inseridos nas unidades hospitalares para continuidade da formação acadêmica durante a pandemia. Diante do exposto, o trabalho apresenta como objetivo avaliar o impacto da pandemia do COVID-19 na saúde mental, sono e qualidade de vida dos estudantes de enfermagem em curso do estágio obrigatório.

2. Metodologia

Trata-se de uma pesquisa observacional, com o delineamento transversal, que foi realizada na cidade de Vitória da Conquista - BA, Brasil. A pesquisa foi realizada no formato de entrevistas e aplicação de questionários, levando em consideração todos os cuidados acerca da COVID-19.

A amostra foi composta por estudantes universitários do 9º e 10º semestre do curso de Enfermagem da Faculdade Independente do Nordeste, de ambos os gêneros, maiores de 18 anos, devidamente matriculados no curso de enfermagem, cursando o estágio curricular obrigatório. A amostra foi composta por 39 indivíduos, de ambos os sexos, que concordaram em participar da pesquisa e então assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE).

Os dados foram coletados através de um questionário elaborado pelos pesquisadores, o qual apresentava 20 questões afim de contemplar os objetivos deste trabalho. A pesquisa foi realizada entre os meses de março e abril de 2022, com aplicação de questionário em local apropriado, sendo uma sala de aula com aplicação individualizada, a fim de manter todo sigilo e cuidados para execução do trabalho. Os dados foram tabulados e organizados em planilha eletrônica no programa Excel e exportado para realização das análises descritivas, de acordo o perfil dos dados coletados. Foi realizada análise de frequência e descritiva das variáveis idade, gênero, estado civil, análise de qualidade do sono e impactos psicoemocionais, para melhor caracterizar a amostra. Todo procedimento foi realizado após aprovação pelo CEP-CONEP sob parecer de nº 5.259.792.

3. Resultados

O presente estudo foi realizado com 39 alunos de enfermagem sendo 64,1% do 9º semestre e 82,1% do sexo feminino, sendo que da amostra pesquisada 84,6% afirmaram se considerar uma pessoa ansiosa. Foi também observado que 48,7% dos entrevistados afirmaram estar pouco satisfeito com a qualidade do seu sono. Mais resultados a respeito das características da amostra podem ser vistos na Tabela 1.

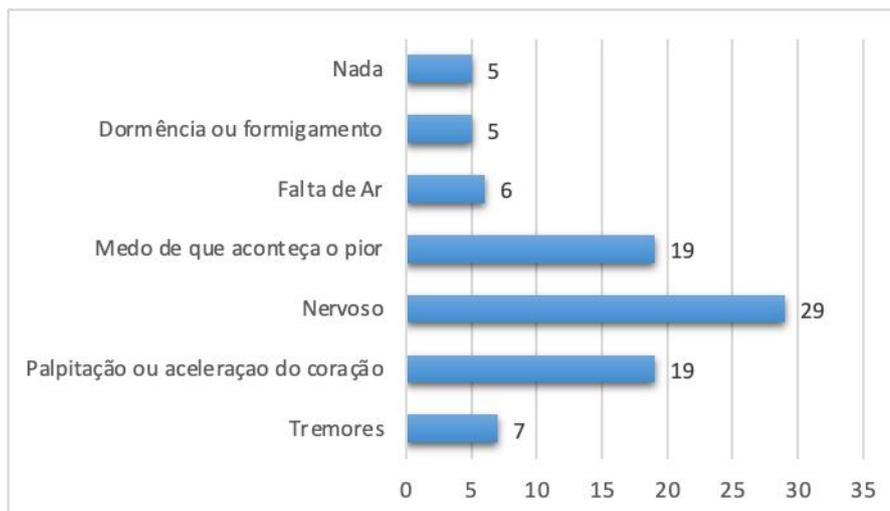
Tabela 1. Características da Amostra e análise descritiva.

		N	%
Semestre Letivo	9°	25	64,1
	10°	14	35,9
Sexo	Feminino	32	82,1
	Masculino	7	17,9
Como você avaliaria sua qualidade de vida?	Boa	31	79,5
	Muito boa	8	20,5
Quão satisfeito você está com o seu sono?	Nada satisfeito	5	12,8
	Pouco satisfeito	19	48,7
	Satisfeito	15	38,5
Você se considera uma pessoa ansiosa?	Não	3	7,7
	Sim	33	84,6
	Talvez	3	7,7
Ao decorrer do estágio obrigatório, em algum momento se sentiu ansioso?	Não	5	12,8
	Sim	34	87,2

Fonte: Autores.

Para 87,2% dos respondentes, o estágio obrigatório foi responsável, em algum momento, por sintomas ansiosos. Os sintomas mais citados são demonstrados na Figura 1. Sentir-se nervoso, ter medo de que aconteça o pior e palpitação ou aceleração do coração foram os mais prevalentes.

Figura 1. Sintomas ansiosos durante o estágio obrigatório.



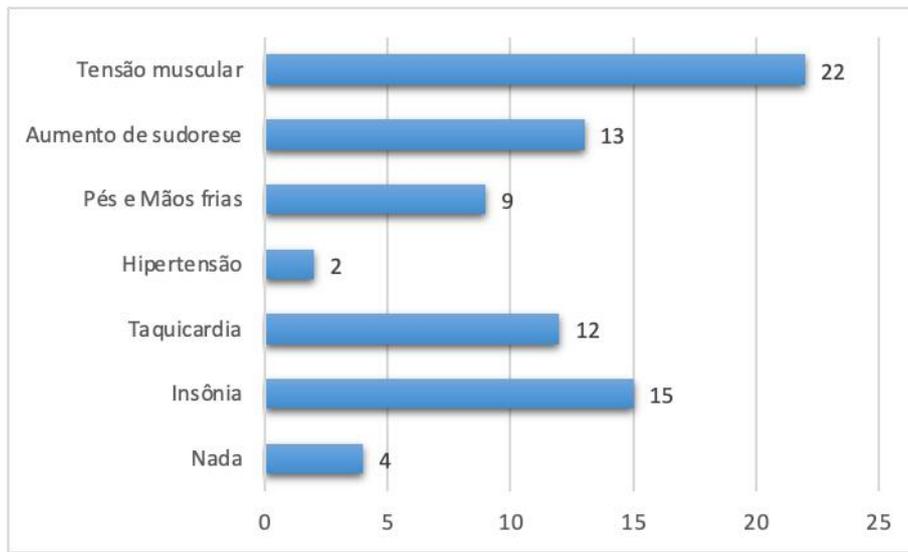
Fonte: Autores.

Quando questionados a respeito se “o estágio obrigatório tem deixado você estressado afim de afetar seu sistema nervoso?” 30,8% responderam que sim, enquanto que 41% disseram que talvez. A Figura 2, apresenta o complemento da

lista dos principais sintomas relatados pelos estudantes no quadro de ansiedade desencadeado pelas atividades durante o estágio obrigatório no período da pandemia. Nesse tema, a maioria dos participantes da pesquisa quando questionados responderam a tensão muscular e a insônia, como sendo estes os sintomas mais prevalentes.

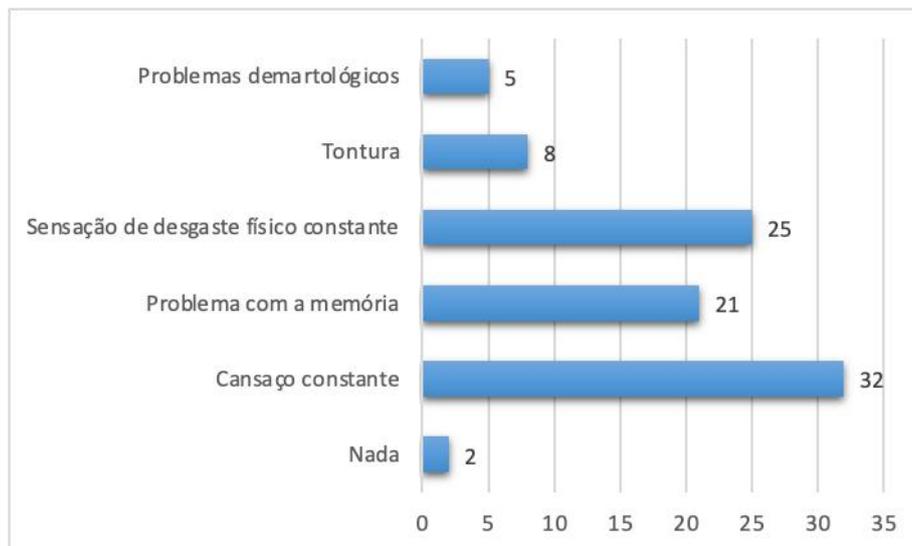
A Figura 3, destaca os resultados referentes aos sintomas experimentados pelos estudantes no estágio obrigatório nas últimas semanas de realização do estudo, primeiro semestre de 2022.

Figura 2. Sintomas ansiosos relacionados a prática do estágio obrigatório.



Fonte: Autores.

Figura 3. Sintomas físicos e mentais experimentados nas últimas semanas da pesquisa.



Fonte: Autores.

4. Discussão

A caracterização sociodemográfica demonstrou que 82,1% dos participantes do estudo são do sexo feminino, reproduzindo a força de trabalho em Enfermagem enquanto profissão, que ainda é predominantemente feminina (Correia

Silva & Geralda Viana Heleno, 2012; Moura et al., 2016; Vizzotto et al., 2017). Os dados encontrados neste e em outros estudos reforçam duas tendências já constatadas pela literatura; uma delas, quanto à relação historicamente construída entre a mulher e o cuidado e a outra, relacionada à relação socialmente construída entre a mulher e a opção pelos cursos de Enfermagem (Correia Silva & Geralda Viana Heleno, 2012; Damasceno et al., 2016; Langame et al., 2016; Nogueira-Martins & Nogueira-Martins, 2018).

A avaliação do nível de qualidade de vida de uma população de estudantes universitários torna-se uma abordagem fundamental, visto que estes estão expostos a fatores bastante complexos em sua vida, durante o processo de escolaridade, sendo esta reconhecida como um período particularmente de alta tensão (Beatriz Marques de Oliveira et al., 2009; Vizzotto et al., 2017). Alguns estudos sugerem que as percepções dos alunos sobre a qualidade de vida da sua experiência universitária estão essencialmente relacionadas com as taxas de desgaste e realizações acadêmicas (Beatriz Marques de Oliveira et al., 2009; Faria et al., 2015; Nogueira-Martins & Nogueira-Martins, 2018). Na literatura, há diversos estudos que abordam o tema qualidade de vida entre universitários. Para obtenção de um melhor nível de qualidade de vida e promoção da saúde, há a necessidade da predominância de comportamentos saudáveis entre os indivíduos (Damasceno et al., 2016; Langame et al., 2016).

Langame et al., (2016) em seu estudo, mostrou que os distúrbios do sono afetam a qualidade de vida do indivíduo a partir de alterações que podem ser categorizadas em três níveis: no primeiro nível, alterações de humor, cansaço, fadiga, falhas de memória e taquicardia; no segundo, alterações em médio prazo que proporcionam risco de acidentes, pior desempenho no trabalho e nas relações interpessoais; no terceiro, alterações em longo prazo que podem gerar menor produtividade acadêmica e problemas de saúde. Em nosso estudo 61,5% dos respondentes estavam insatisfeitos ou pouco satisfeitos com a sua qualidade do sono. Indo ao encontro do que foi abordado por Langame et al., (2016) em que os impactos na saúde mental e qualidade de vida podem ser devido os problemas de sono. No entanto, é sabido que os problemas de saúde mental e baixa qualidade de vida impactam a qualidade do sono, sendo ainda um ponto a ser melhor discutido a partir de novas pesquisas em públicos diferentes.

O estresse como um desafio na contemporaneidade, constitui de quatro fases: alarme ou alerta, resistência, quase-exaustão, exaustão (Cozza et al., 2013; Firmino et al., 2021). Em seu estudo, Rosane et al., (2016), mostrou que os sinais e sintomas físicos mais comuns observados no estresse incluem-se: aumento da sudorese, tensão muscular, sensação de desgaste físico constante, taquicardia, náuseas, mãos e pés frios. Psicológicos: ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas quanto a si próprio e, preocupação excessiva (Rosane et al., 2016). Corroborando com os achados do presente estudo, em que os principais sinais e sintomas foram: tensão muscular; insônia; cansaço constante; sensação de desgaste físico constante e problemas com a memória.

Estudantes universitários também apresentam especificidades que podem produzir estresse e, conseqüentemente, alterações do sono, como: estar no primeiro semestre do curso de graduação, possuir vínculo empregatício, redução no tempo de lazer, excesso de tempo dispensado aos estudos, baixo nível de atividade física (Moura et al., 2016). Os acadêmicos da área da saúde lidam, além disso, em sua maioria, com grade curricular em tempo integral, buscam complementar a formação com atividades como estágios, plantões, monitorias, iniciação científica, e estão mais expostos ao uso de substâncias psicoativas (Faria et al., 2015).

5. Conclusão

Os achados no presente trabalho demonstraram que, os estudantes de enfermagem que estavam em estágio obrigatório em meio à pandemia da COVID 19, mais do que nunca, encontram-se em situações estressantes, o que acarreta uma sobrecarga maior de preocupação, trabalho, ansiedade e depressão diante de tantas mortes, longos turnos de

trabalho e medo da infecção. Arelado a essa grande carga de trabalho e ao grande número de profissionais e pacientes infectados, a exaustão psíquica e a falta de equipamentos essenciais para lutar contra essa pandemia, tem colocando-os em situações difíceis.

Conclui-se que estes estudantes necessitam de um olhar mais sensível voltado às suas necessidades físicas, mentais e espirituais. Medidas para mantê-los saudáveis devem ser realizadas, desde a melhoria das condições no desenvolvimento do trabalho até a disponibilidade de recursos para prestação da assistência, treinamentos adequados, otimização das exaustivas jornadas de Estágio Supervisionado Obrigatório, além de um ambiente propício ao descanso para os estudantes e os profissionais que os acompanham.

Ademais, a pesquisa aqui apresentada, demonstra a necessidade de mais estudos nessa linha a fim de levantar discussões com objetivo de encontrar melhores caminhos para condução de estágios e jornada de trabalho no ambiente hospitalar, sem que ocorram distúrbios na saúde mental dos estudantes e profissionais que se encontram em campo nas atividades de ensino e laborais.

Referências

- Azevedo, L. G. de, Silva, D. C. da, Correa, A. A. M., & Camargos, G. L. (2020). Prevalência de ansiedade e depressão, nível de atividade física e qualidade de vida em estudantes universitários da área de saúde. *Revista Científica UNIFAGOC*, 1, 30–38.
- Beatriz Marques de Oliveira, Vivian Aline Mininel, & Vanda Elisa Andres Felli. (2009). Qualidade de vida de graduandos de enfermagem. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 64(1), 130–135.
- Brito, F. da S., & Souza, A. P. (2021). O impacto emocional causado pela pandemia do novo coronavírus aos profissionais de enfermagem: Uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 10(7), e42210716934. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i7.16934>
- Correia Silva, É., & Geralda Viana Heleno, M. (2012). Qualidade de Vida e Bem-Estar Subjetivo de Estudantes Universitários. *Programa de Mestrado Em Psicologia*, 4(1), 69–76.
- Cozza, H. F. P., Nogueira, J. C. G., Cecato, J. F., Montiel, J. M., & Bartholomeu, D. (2013). Avaliação de Estresse no Ambiente de Trabalho de Um Grupo de Estudantes de Enfermagem. *Mudanças - Psicologia Da Saúde*, 21(1), 41–47. <https://doi.org/10.15603/2176-1019/mud.v21n1p41-47>
- Damasceno, R. O., Boery, R. N. S. de O., Ribeiro, Í. J. S., Anjos, K. F. dos, Santos, V. C., & Boery, E. N. (2016). Uso de álcool, tabaco e outras drogas e qualidade de vida de estudantes universitários. *Revista Baiana de Enfermagem*30, (3). <https://doi.org/10.18471/rbe.v30i3.15533>
- De Sousa Júnior, G. M., Tavares, V. D. de O., de Meiroz Grilo, M. L. P., Coelho, M. L. G., Lima-Araújo, G. L. de, Schuch, F. B., & Galvão-Coelho, N. L. (2021). Mental Health in COVID-19 Pandemic: A Meta-Review of Prevalence Meta-Analyses. In *Frontiers in Psychology* (Vol. 12). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.703838>
- Duman, R. S. (2017). BDNF, 5-HT, and anxiety: Identification of a critical periadolescent developmental period. In *American Journal of Psychiatry* (Vol. 174, Issue 12, pp. 1137–1139). American Psychiatric Association. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2017.17101084>
- Faisal, R. A., Jobe, M. C., Ahmed, O., & Sharker, T. (2021). Mental Health Status, Anxiety, and Depression Levels of Bangladeshi University Students During the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00458-y>
- Faria, H., de Oliveira, R., Risso, H. R. F., Vieira, F. S. F., Adams, K., Leal, S., Novelli, C., Goberna Noda, D. K., Martins, G. C., Casagrande, R. M., Camargo, L. B., Passos, R. P., de Barros, G., & Junior, V. (2015). Stress and quality of life of University students. *Centro de Pesquisas Avançadas Em Qualidade de Vida*, 7(2).
- Firmino, C. I. D. C. F., de Sousa, L. M. M., Moutinho, L. S. M., Rosa, P. J. M., Marques, M. F. M., & Simões, M. C. R. (2021). Musculoskeletal symptoms in nursing students: The role of psychosocial factors. *Revista de Enfermagem Referencia*, 2021(5). <https://doi.org/10.12707/rv20085>
- Gonçalves, M. P., Freires, L. A., Tavares, J. E. T., Vilar, R., & Gouveia, V. v. (2021). Fear of COVID and trait anxiety: Mediation of resilience in university students. *Psicologia - Teoria e Prática*, 23(1), 1–16. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/eptpc1913996>
- Langame, A. de P., Neto, J. A. C., Melo, L. N. B., Castelano, M. L., Cunha, M., & Ferreira, R. E. (2016). Qualidade de vida do estudante universitário e o rendimento acadêmico. In *Rev Bras Promoç Saúde, Fortaleza* (Vol. 29, Issue 3).
- Lee, S. A., Jobe, M. C., & Mathis, A. A. (2021). Mental health characteristics associated with dysfunctional coronavirus anxiety. *Psychological Medicine*, 51(8), 1403–1404. <https://doi.org/10.1017/S003329172000121X>
- Mahalakshmi, B., Maurya, N., Lee, S. da, & Kumar, V. B. (2020). Possible neuroprotective mechanisms of physical exercise in neurodegeneration. *International Journal of Molecular Sciences*, 21(16), 1–17. <https://doi.org/10.3390/ijms21165895>
- Moura, I. H. de, Nobre, R. de S., Cortez, R. M. A., Campelo, V., Macêdo, S. F. de, & Silva, A. R. V. da. (2016). Quality of life of undergraduate nursing students. *Revista Gaucha de Enfermagem*, 37(2), e55291. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2016.02.55291>

- Mousavizadeh, L., & Ghasemi, S. (2021). Genotype and phenotype of COVID-19: Their roles in pathogenesis. *Journal of Microbiology, Immunology and Infection*, 54(2), 159–163. <https://doi.org/10.1016/j.jmii.2020.03.022>
- Nogueira-Martins, L. A., & Nogueira-Martins, M. C. F. (2018). Saúde mental e qualidade de vida de estudantes universitários. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 7(3), 334. <https://doi.org/10.17267/2317-3394rps.v7i3.2086>
- O'Connor, D. B., Thayer, J. F., & Vedhara, K. (2021). Stress and Health: A Review of Psychobiological Processes. *Annual Review of Psychology*, 72, 663–688. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-062520-122331>
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 232–235. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>
- Prado, M. A. M. B. do, Francisco, P. M. S. B., & Barros, M. B. de A. (2017). Uso de medicamentos psicotrópicos em adultos e idosos residentes em Campinas, São Paulo: um estudo transversal de base populacional. *Epidemiologia e Serviços de Saúde: Revista Do Sistema Unico de Saude Do Brasil*, 26(4), 747–758. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742017000400007>
- Rosane, A., Silva, S., Lins Da Silva, A., Priscilla, M., Bezerra, M., Luiza, M., & Mendes, M. (2016). Estudo do estresse na graduação de enfermagem: revisão integrativa de literatura. *Ciências Biológicas e Da Saúde*, 2(3), 75–86.
- Ryu, S., Park, I. H., Kim, M., Lee, Y. R., Lee, J., Kim, H., Jhon, M., Kim, J. W., Lee, J. Y., Kim, J. M., & Kim, S. W. (2021). Network study of responses to unusualness and psychological stress during the COVID-19 outbreak in Korea. *PLoS ONE*, 16(2 February), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246894>
- Shaik, S. P., Rajkumar, R., Menon, V., & Sarkar, S. (2017). Gender, life events, and depression: An exploratory study. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 39(3), 330–335. <https://doi.org/10.4103/0253-7176.207339>
- Stanton, R., To, Q. G., Khalesi, S., Williams, S. L., Alley, S. J., Thwaite, T. L., Fenning, A. S., & Vandelanotte, C. (2020). Depression, anxiety and stress during COVID-19: Associations with changes in physical activity, sleep, tobacco and alcohol use in Australian adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17114065>
- Stefan, N., Birkenfeld, A. L., & Schulze, M. B. (2021). Global pandemics interconnected — obesity, impaired metabolic health and COVID-19. In *Nature Reviews Endocrinology* (Vol. 17, Issue 3, pp. 135–149). Nature Research. <https://doi.org/10.1038/s41574-020-00462-1>
- Vinkers, C. H., van Amelsvoort, T., Bisson, J. I., Branchi, I., Cryan, J. F., Domschke, K., Howes, O. D., Manchia, M., Pinto, L., de Quervain, D., Schmidt, M. v., & van der Wee, N. J. A. (2020). Stress resilience during the coronavirus pandemic. *European Neuropsychopharmacology*, 35, 12–16. <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2020.05.003>
- Vizzotto, M. M., Jesus, S. N. de, & Martins, A. C. (2017). Saudades de Casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. *Revista Psicologia e Saúde*. <https://doi.org/10.20435/pssa.v9i1.469>
- Wang, Y., Di, Y., Ye, J., & Wei, W. (2021). Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus