

Impactos da pandemia de COVID-19 na rotina de alunos universitários: uma revisão integrativa sobre saúde mental

Impacts of the COVID-19 pandemic on the routine of university students: an integrative review on mental health

Impactos de la pandemia del COVID-19 en la rutina de los estudiantes universitarios: una revisión integrativa sobre salud mental

Recebido: 25/06/2022 | Revisado: 02/07/2022 | Aceito: 06/07/2022 | Publicado: 15/07/2022

Thais Rayane da Conceição Gomes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2860-5445>

Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil

E-mail: rayanethais065@gmail.com

Liana Dantas da Costa e Silva Barbosa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8191-102X>

Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil

E-mail: dantasliana@bol.com.br

Resumo

O impacto global da pandemia no sistema de saúde, na política, economia e educação, assim como as notícias orais e escritas exploram esse tema, mostrando constantemente o número de pessoas que contraem e morrem de COVID-19 todos os dias, o que pode causar mudanças psicológicas. Diante disso, essa pesquisa propõe como objetivo analisar as produções disponíveis com destaque às de maior contribuição sobre os impactos da pandemia do COVID-19 no cotidiano e na saúde mental de alunos universitários. Trata-se de uma revisão integrativa, método que permite criticar e sintetizar o conhecimento produzido de forma ordenada e sistemática, com a finalidade de gerar um todo consistente e significativo por meio de achados oriundos de estudos diversos e representativos sobre determinado tema. Como resultados foi possível identificar os principais fatores e repercussões que afetaram o cotidiano e a saúde mental dos alunos no contexto universitário em meio a pandemia de COVID-19, além de trazer reflexões que podem contribuir para a melhoria do acompanhamento da saúde mental dessa comunidade acadêmica através de intervenções que priorizem o seu bem-estar.

Palavras-chave: Saúde mental; Pandemia; Universidade; Isolamento social.

Abstract

The global impact of the pandemic on the health system, politics, economy and education, as well as the oral and written news explore this theme, constantly showing the number of people who contract and die from COVID-19 every day, which can cause psychological changes. Therefore, this research aims to analyze the available productions, highlighting those with the greatest contribution on the impacts of the COVID-19 pandemic on the daily life and mental health of university students. This is an integrative review, a method that allows criticizing and synthesizing the knowledge produced in an orderly and systematic way, with the purpose of generating a consistent and meaningful whole through findings from diverse and representative studies on a given topic. As a result, it was possible to identify the main factors and repercussions that affected the daily life and mental health of students in the university context amid the COVID-19 pandemic, in addition to bringing reflections that can contribute to improving the monitoring of the mental health of this academic community. through interventions that prioritize their well-being.

Keywords: Mental health; Pandemic; University; Social isolation.

Resumen

El impacto global de la pandemia en el sistema de salud, la política, la economía y la educación, así como las noticias orales y escritas exploran este tema, mostrando constantemente la cantidad de personas que contraen y mueren por COVID-19 todos los días, lo que puede causar efectos psicológicos. cambios. Por lo tanto, esta investigación tiene como objetivo analizar las producciones disponibles, destacando aquellas con mayor contribución sobre los impactos de la pandemia de COVID-19 en la vida cotidiana y la salud mental de los estudiantes universitarios. Esta es una revisión integradora, un método que permite criticar y sintetizar el conocimiento producido de manera ordenada y sistemática, con el propósito de generar un todo consistente y significativo a través de hallazgos de estudios diversos y representativos sobre un tema determinado. Como resultado, fue posible identificar los principales factores y repercusiones que afectaron el cotidiano y la salud mental de los estudiantes del contexto universitario en medio de la

pandemia del COVID-19, además de traer reflexiones que pueden contribuir a mejorar el seguimiento de la salud mental. salud de esta comunidad académica a través de intervenciones que prioricen su bienestar.

Palabras clave: Salud mental; Pandemia; Universidad; Aislamiento social.

1. Introdução

Em dezembro de 2019, houve a transmissão de um novo coronavírus (SARS-CoV-2), o qual foi identificado em Wuhan na China e causou a COVID-19, sendo em seguida disseminada e transmitida pessoa a pessoa. Em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou situação pandêmica e estado de emergência de saúde pública de interesse internacional, a infecção causada pelo SARS-CoV-2, conhecida como COVID-19 ou doença pelo novo coronavírus (Wang *et al.*, 2020).

A rápida disseminação do COVID-19 incentivou governos em todo o mundo, a promoverem ações como a imposição de quarentena social, toque de recolher obrigatório, fechamento de aeroportos e fechamento de instituições privadas e públicas, incluindo escolas, e universidades (Fawaz *et al.*, 2021).

Gundim *et al.* (2021) e Maia e Dias (2020) e Brabicoski (2020) relatam que com o fechamento das instituições de ensino observou-se que essas ações trazem consequências que são refletidas na saúde mental dos universitários, esses indivíduos sentem medo de contrair a doença e transmiti-la para seus familiares, todos esses fatores têm aumentado os níveis de depressão e ansiedade comparado ao cenário antes do isolamento social que demonstram que estão significativamente alterados.

Segundo Rodrigues *et al.* (2020) Os alunos enfrentam dificuldades relacionadas as aulas remotas, em relação a adaptação rápida, uso de novas ferramentas e a preocupação com sua carreira profissional relacionado ao ensino e aprendizagem.

Os impactos psicológicos e físicos são perceptíveis, os acadêmicos relatam falta de rotina, a falta do contato com familiares e amigos, além de apresentarem sentimentos negativos, dificuldade para enfrentar o isolamento social, além do medo e estresse relacionados a esse novo momento (Coelho *et al.*, 2020).

Estudos comprovam os impactos da pandemia e relatam a prevalência de distúrbios como transtornos de ansiedade e transtornos depressivos. Esses impactos também podem ser sofridos após o termino da pandemia trazendo também consequências tanto psicológicas quanto socioeconômicas (Martins *et al.*, 2020).

Observaram-se alterações na rotina dos universitários que afetaram, inclusive a saúde mental deles, pois precisaram lidar com mudanças no ambiente educacional, adaptando-se a novas ferramentas de ensino, além de instabilidades com internet e equipamentos necessários para assistir as aulas de modo remoto. Mediante a esse cenário, esta pesquisa apresenta como problema: Quais as evidências científicas acerca dos impactos da pandemia do COVID-19 no cotidiano e na saúde mental de alunos universitários?

A realização dessa pesquisa justifica-se pela necessidade de mais produções científicas voltadas às mudanças no cotidiano e na saúde mental dos universitários no momento pandêmico atual envolvendo também a retomada das aulas no contexto da universidade. Alguns estudos mencionam sobre a volta do “novo normal”, sobre a insegurança e medo que as pessoas têm ao retomarem suas atividades fora de suas casas, lugar onde se sentem mais seguras, mas existem poucas produções científicas que retratam especificamente a saúde mental dos universitários e que consequências que esse retorno pode causar, considerando os aspectos emocionais, socioeconômicos, dentre outros.

2. Metodologia

O estudo foi desenvolvido através de uma pesquisa de revisão integrativa, método que permite criticar e sintetizar o conhecimento produzido de forma ordenada e sistemática, com a finalidade de gerar um todo consistente e significativo por meio de achados oriundos de estudos diversos e representativos sobre determinado tema. Fez-se uso de publicações com características metodológicas diferentes, contudo sem ir de encontro ao perfil epistemológico dos estudos empíricos pesquisados, contribuindo para o avanço da ciência à medida que permite o levantamento de lacunas a serem preenchidas para o aprofundamento do tema (Soares *et al.*, 2014).

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica de revisão integrativa, classificada como pesquisa básica estratégica, estruturada em seis etapas distintas: 1) elaboração da questão de pesquisa; 2) amostragem ou busca na literatura dos estudos primários; 3) extração de dados dos estudos primários; 4) avaliação dos estudos primários incluídos na revisão; 5) análise e síntese dos resultados da revisão; 6) apresentação da revisão integrativa (Mendes, Silveira e Galvão, 2008).

Logo, estabeleceu-se como problema de pesquisa: Quais as evidências científicas acerca dos impactos da pandemia do COVID-19 no cotidiano e na saúde mental de alunos universitários?

A amostra foi composta por artigos coletados no período de Julho a Outubro de 2021, publicados em bancos e bases de dados nacionais e internacionais. Foi realizado um levantamento de textos por meio de busca na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) onde estão indexadas as bases de dados eletrônicas utilizadas nesta pesquisa: SCIELO (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), BDENF (Base de Dados da Enfermagem), PubMed (NCBI) e Google Scholar. Os artigos foram selecionados a partir da aplicação dos descritores seguindo os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e o Medical Subject Headings (MeSH): Infecções por Coronavírus (Coronavírus Infections), Pandemias (Pandemics), Saúde mental (Mental Health), Brasil (Brazil), contexto universitário, isolamento social (Social Isolation) e o objeto de estudo da pesquisa foi analisar as produções disponíveis com destaque às de maior contribuição sobre os impactos da pandemia de COVID-19 no cotidiano e na saúde mental de alunos universitários. Foram utilizados os operadores booleanos “AND” e “OR” no cruzamento dos descritores nas bases de dados. O descritor “saúde mental” foi utilizado por não haver o termo “impactos psicológicos” no DECS ou MESH, sendo este o termo que mais assemelha-se ao tema proposto.

Como critérios de inclusão foram selecionados artigos completos e gratuitos, publicados nos anos de 2018 a 2021, nos idiomas Português, Inglês e Espanhol. Como critérios de exclusão, foram eliminados, dissertações, teses, editoriais, cartas ao editor, relatos de experiência, resumos de eventos e materiais repetidos (duplicados); artigos não disponíveis na íntegra online, e que não apresentavam informações suficientes para a temática, após leitura.

A seleção das publicações seguiu as orientações da estratégia de busca avançada PICO (Quadro 1), a qual contou com 4 componentes: P (Paciente), I (Intervenção), C (Comparação/controle) e O (Desfecho). Essa estratégia permitiu a formulação correta da pergunta norteadora da pesquisa, possibilitando o melhor nível de evidências, respeitando-se as peculiaridades e características distintas de cada base de dados (Santos *et al.*, 2007).

Quadro 1. Descrição da estratégia PICO. Teresina, Piauí, Brasil, 2021.

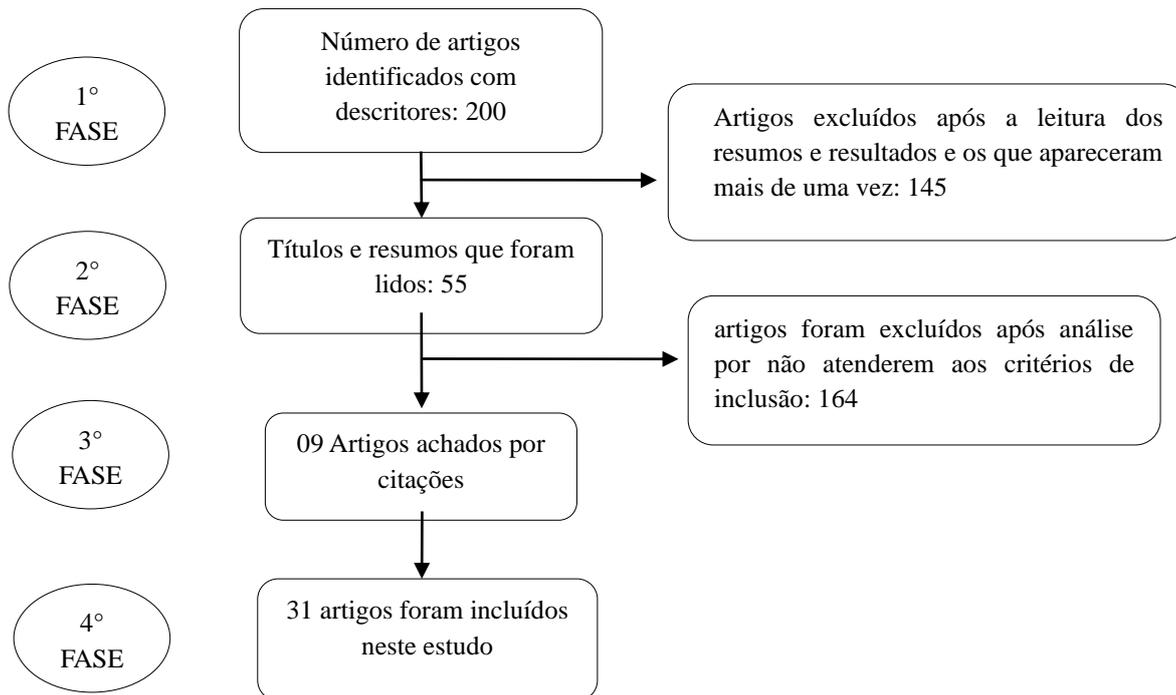
ACRÔNIMO	DEFINIÇÃO	ANÁLISE
P	Paciente	Comunidade acadêmica
I	Intervenção ou indicado	Impactos psicológicos sofridos na pandemia COVID-19
C	Comparação ou controle	-
O	Outcomes (Desfecho)	Quais impactos psicológicos a pandemia pode causar na comunidade acadêmica.

Fonte: Santos *et al.*, (2007).

Os artigos escolhidos foram lidos para determinar quais informações seriam extraídas, para serem usadas no presente estudo. Desenvolveu-se um formulário de categorização de artigos para armazenar dados referentes aos aspectos metodológicos e temáticos dos estudos incluindo as seguintes informações: título, ano de publicação, autores, periódico de publicação e resultados das pesquisas. A interpretação e apresentação de uma síntese dos resultados foram baseadas na avaliação crítica dos autores e na presença ou ausência de repercussões tanto no cotidiano quanto na saúde mental de alunos universitários, desenvolvidas no atual cenário.

Ao final do processo de seleção foi encontrado um total de 200 artigos relacionados com a temática, deste total foram identificadas produções no 94 Google acadêmico, 40 na BVS, 28 na PubMed, 18 na BDENF, 20 no LILACS. Após a utilização dos filtros e a leitura dos resumos e resultados foram excluídos 145 artigos e selecionados artigos completos, restando 55 artigos. Após a leitura completa dos artigos foi excluído aqueles que não atenderam aos critérios de inclusão, foram selecionados os textos completos de 40 artigos, a partir desses artigos selecionados 9 artigos foram incluídos no estudo encontrados a partir das citações; sendo designadas 31 publicações que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão previamente instituídos (Figura 1). Na seleção das publicações foram consideradas as recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA): dois pesquisadores independentes realizaram a seleção das publicações identificadas, avaliando criteriosamente a metodologia dos artigos considerados relevantes para o tema em estudo; a seleção ocorreu por meio dos dois pesquisadores independentes obedecendo aos critérios de inclusão e exclusão previamente definidos.

Figura 1. Processo de seleção dos estudos. Teresina, 2021.



Fonte: Fluxograma das etapas da revisão integrativa recomendada pela PRISMA. Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) (SCIELO, LILACS, BDENF, PubMed e Google Scholar, 2021).

A análise de dados ocorreu a partir da leitura minuciosa dos estudos, na íntegra, onde foram extraídas as principais ideias de cada autor, considerando os resultados evidenciados e as conclusões de cada publicação componente da amostra. Para norteamento desse procedimento de análise foi utilizado como referência, a metodologia de análise temática proposta por Minayo (2017), sendo executadas as três fases presentes desse processo analítico: pré-análise (etapa de leitura superficial do conteúdo para identificar as principais ideias dos artigos), exploração do material (fase de elaboração das categorias temáticas componentes da pesquisa) e tratamento dos resultados obtidos/interpretação (interpretação dos resultados e comparação com a literatura existente).

Após a coleta de dados, os resultados referentes à caracterização das publicações deste estudo foram apresentados em quadros e tabelas por meio de recursos matemáticos e estatísticos. As evidências das publicações foram discutidas a partir das discussões de teóricos que tratam da temática em questão e apresentadas na discussão do estudo. Prezando a autenticidade das principais ideias apresentadas pelos seus autores, em citações parafraseadas. Esta revisão integrativa assegura todos os aspectos éticos e legais da presente pesquisa, garantindo a autoria dos artigos pesquisados, utilizando para a formatação das referências e citações as normas dispostas pela American Psychological Association (APA).

3. Resultados

No Quadro 2 estão presentes os 31 artigos selecionados de acordo com a metodologia desta pesquisa. Os estudos foram organizados de acordo com os autores, ano, título do artigo, objetivos e principais resultados, respectivamente. Os resultados foram organizados em três quadros baseados no descritor “saúde mental”, foi utilizado por não haver o termo “impactos psicológicos” no DECS ou MESH, sendo este o termo que mais assemelha-se ao tema proposto; Infecções por Coronavírus AND Pandemias AND Saúde. A temática impactos da pandemia de COVID-19 no cotidiano e na saúde mental de

alunos universitários foi encontrado nos estudos selecionados e associados a diversos fatores. Os resultados referentes à caracterização das publicações deste estudo foram apresentados em quadros e tabelas por meio de recursos matemáticos e estatísticos.

Quadro 2. Caracterização dos estudos selecionados por autores, ano, título do artigo, objetivos, e resultados da publicação.

TÍTULO	AUTORES	OBJETIVO	RESULTADOS
Psychosocial impact on health-related and non-health related university students during the COVID-19 pandemic	García-Espinosa <i>et al.</i> (2021)	Devido a essas alterações psicológicas decorrentes do estresse produzido pela doença, buscou-se investigar o impacto psicológico da pandemia na comunidade de estudantes universitários.	Nossos resultados, em conjunto com o que se observa na literatura, permitem-nos concluir que a população de universitários apresenta alto risco para adoecimento mental, devendo estes ser levados em consideração na busca de estratégias eficazes de detecção e controle dos agravos à saúde mental. Sem dúvida, a pandemia COVID-19 é uma bandeira vermelha que mostra a necessidade de atualização dos programas de saúde mental nas universidades e de validação de instrumentos virtuais.
A experiência do distanciamento social dos estudantes de enfermagem durante a pandemia da COVID-19	Visentini <i>et al.</i> (2021)	Analisar a experiência do distanciamento social durante a pandemia da COVID-19 dos estudantes de enfermagem de uma universidade pública paulista.	Participaram 63 universitários e duas categorias temáticas foram elaboradas: Categoria temática 1 – Sentimentos diversos a respeito da experiência do distanciamento social diante da pandemia; Categoria temática 2 – Estratégias de enfrentamento a respeito da experiência do distanciamento social diante da pandemia
Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19	Maia, Dias (2020)	Analisar se os níveis de depressão, ansiedade e estresse em estudantes universitários se alteraram no período pandêmico (2020) comparativamente a períodos anteriores/normais.	Os resultados deste estudo sugerem que esta pandemia provoca efeitos deletérios na saúde mental dos estudantes universitários, reforçando que importa continuar a investigar o tema, para que se possam perceber os mecanismos e reações psicológicas subjacentes a um período de vida tão atípico e desafiante.
Aprendendo com o Imprevisível: Saúde mental dos universitários e Educação Médica na pandemia de Covid-19.	Rodrigues <i>et al.</i> (2020)	Discorrer sobre o impacto da pandemia na saúde mental dos universitários e na educação médica.	Os dados referentes à saúde mental dos estudantes universitários abordam aspectos sobre a presença de transtornos psiquiátricos relacionados à temática, como depressão, ansiedade, e estresse pós-traumático, a partir de testes de triagem diagnóstica, nas variações presencial e on-line.
As práticas atuais de cuidado em saúde mental no contexto da Covid-19: uma revisão integrativa	Brabicoski <i>et al.</i> (2020)	Identificar do que se tratam os artigos científicos publicados em Saúde Mental no contexto de pandemia da COVID-19 e destes quais abordam estratégias de cuidado e/ou enfrentamento da COVID-19 no âmbito universitário	Decorrente da revisão efetuada tornou-se claro que a atenção à Saúde Mental no contexto da COVID-19 é emergente e essencial, conforme os artigos analisados.
Consideraciones Institucionales sobre la Salud Mental em estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19	Cobo-Rendón, Vega-Valenzuela, García-Álvarez (2020)	Fornece algumas considerações institucionais sobre saúde mental em estudantes universitários durante a pandemia COVID-19.	Os estudos encontrados relatam aumento nos sintomas de depressão, ansiedade, estresse pós-traumático, ideação suicida e problemas de sono.
COVID-19 quarantine stressors and management among Lebanese students: a qualitative study	Fawaz, Al Nakhal, Itani (2021)	O objetivo deste artigo de pesquisa é examinar a situação atual, as reações emocionais de estudantes universitários e seus mecanismos de enfrentamento durante e após a quarentena COVID-19.	A quarentena tem infligido múltiplos desafios psicológicos entre os estudantes universitários, que devem ser destacados e mediados pela instituição de ensino superior, a fim de apoiar a aprendizagem dos alunos e seu desempenho acadêmico.
COVID-19 vaccination readiness among nurse faculty and student nurses	Manning <i>et al.</i> (2021)	O objetivo deste estudo foi descrever os fatores do corpo docente de enfermagem e do estudante de enfermagem associados à preparação para a vacina COVID-19.	As principais razões para não ser vacinado foram a segurança da vacina e os efeitos colaterais. Coletivamente, os participantes relataram um baixo nível de conhecimento relacionado ao desenvolvimento de vacinas.
COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários.	Santos, Silva, Belmont (2021)	refletir a respeito das experiências do ensino remoto emergencial pelo corpo docente universitário e dos impactos na saúde mental desses profissionais durante a pandemia da COVID-19.	diante do atual contexto educacional, os docentes se depararam com novas exigências que repercutiram em sua rotina social e laboral, em virtude do aumento da carga horária, do ritmo e diversidade do trabalho. Evidenciou-se que esses profissionais foram afetados em aspectos financeiros, afetivos e motivacionais.
Educação e saúde: reflexões sobre o contexto universitário em tempos de covid-19	Torres, Alves, Costa (2020)	O objetivo deste documento é refletir sobre a educação em cursos superiores de saúde durante a pandemia causada pelo Novo Coronavírus.	No entanto, a dificuldade de acesso à tecnologia, ainda presente em grande parte da nossa sociedade, é um dos pontos que contribui fortemente para o afastamento dos discentes do processo de formação e contribui para o afastamento observado entre as decisões e ações emergenciais adotadas pelas

			universidades públicas e pelas privadas.
Evidence for a mental health crisis in graduate education: Evidence for a mental health crisis in graduate education.	Evans <i>et al.</i> (2018)	A fim de abordar as lacunas na compreensão da prevalência de saúde mental na graduação	As taxas surpreendentemente altas de ansiedade e a depressão apoia um apelo à ação para estabelecer e / ou expandir a saúde mental e a carreira recursos de desenvolvimento para estudantes de graduação por meio de recursos aprimorados na carreira escritórios de desenvolvimento, treinamento de professores e um mudança na cultura acadêmica.
Fear of COVID and trait anxiety: Mediation of resilience in university students.	Gonçalves <i>et al.</i> (2021)	A pesquisa atual teve como objetivo avaliar o efeito da ansiedade traço sobre o medo de Covid-19 mediado pela resiliência. Para isso, contamos com uma amostra de conveniência de 261 universitários brasileiros.	Resultados de uma mediação simples com 5000 simulações de bootstrap apoiaram a hipótese de que a resiliência medeia o link entre o traço de ansiedade e medo do Covid-19 ($\beta = 0,14$; 95% C.I. = 0,027, 0,254). Era observaram que a resiliência mediou cerca de 35% da ligação entre o traço de ansiedade e o medo do Covid-19.
Impactos da Pandemia na Vida Acadêmica dos Estudantes Universitários	Morales, Lopez (2020)	O objetivo deste artigo é abordar os impactos da pandemia da COVID-19 na vida acadêmica dos estudantes da Escola Superior Pedagógica do Bengo.	Podem ocorrer diversas manifestações psicológicas como: stress gerado pela ruptura na rotina diária, sensação de frustração, tristeza e medo gerado pelas informações transmitidas pelos órgãos de comunicação e partilhadas pelas redes sociais, entre outras.
Impactos da utilização de plataformas digitais para a aprendizagem de universitários durante a pandemia da COVID-19.	Zierer <i>et al.</i> (2021)	Este trabalho teve como objetivo analisar os impactos da pandemia da COVID-19 na aprendizagem de estudantes de graduação em relação à utilização de plataformas digitais. Participaram da pesquisa 292 estudantes das universidades federais UFPI e UFRA.	Os resultados mostraram que 44% dos estudantes apresentaram reiteradamente dificuldades de aprendizado durante as aulas remotas, sendo que 74% atribuíram como motivo dessas dificuldades a falta de concentração e 52% a ausência física do professor.
Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19).	Schmidt <i>et al.</i> (2020)	O objetivo do presente estudo foi sistematizar conhecimentos sobre implicações na saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus.	Apresentam-se resultados sobre implicações da pandemia na saúde mental, identificação de grupos prioritários e orientações sobre intervenções psicológicas, considerando particularidades da população geral e dos profissionais da saúde.
Manifestações Neurológicas em Doentes com Infecção por SARS-CoV-2.	Silva, Jorge, Luzeiro (2020)	Este artigo tem como objetivo rever o estado da arte relativo às manifestações neurológicas, possíveis mecanismos fisiopatológicos e outros dados relevantes relacionados com a infecção por SARS-CoV-2, essenciais para neurologistas gerais.	O vírus SARS-CoV-2, responsável pela doença COVID-19, pertence à família Coronaviridae, a qual, além das usuais manifestações respiratórias, parece apresentar neurotropismo e ser responsável também por diversas manifestações neurológicas.
Métodos ativos de aprendizagem no ensino online: a opinião de universitários durante a pandemia de covid-19	Dosea <i>et al.</i> (2020)	Analisar a opinião de universitários acerca dos métodos ativos de aprendizagem no ensino on-line	No entanto, apesar deste resultado, foi evidente que os estudantes apresentam algumas problemáticas que influenciam negativamente na qualidade da experiência vivenciada na aula on-line. Dentre as principais dificuldades estão a internet, o ambiente domiciliar em que o acadêmico estuda e a própria plataforma de ensino.
Ministério da Saúde	Brasil (2020)	Identificar sintomas relacionadas a COVID-19	...
O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental	Nabuco, Oliveira, Afonso (2020)	Apresentar uma proposta para a atuação das equipes de Atenção Primária no enfrentamento ao adoecimento mental relacionado à pandemia	Os principais fatores de risco para adoecimento mental identificados incluem: vulnerabilidade social, contrair a doença ou conviver com alguém infectado, existência de transtorno mental prévio, ser idoso e ser profissional de saúde.
O impacto psicológico da quarentena e como reduzi-lo: revisão rápida das evidências.	Brooks <i>et al.</i> (2020)	Fornecer uma justificativa clara para a quarentena e informações sobre os protocolos, e garantir que suprimentos suficientes sejam fornecidos.	Os estressores incluíram maior duração da quarentena, medo de infecção, frustração, tédio, suprimentos inadequados, informações inadequadas, perda financeira e estigma.
O novo coronavírus e os impactos psicológicos da quarentena	Vasconcelos <i>et al.</i> (2020)	realizar uma análise sobre os efeitos da quarentena e propor estratégias para enfrentá-la, além de minimizar seus efeitos	Os achados apontam que a quarentena pode desencadear sintomas psicológicos, sendo os sintomas mais comuns ansiedade, tristeza e raiva, podendo ser pontuais ou se estenderem após o término do isolamento.
Satisfaction with online learning in the new normal: perspective of students and faculty at medical and health sciences colleges	Elshami <i>et al.</i> (2021)	Este estudo teve como objetivo identificar os fatores que afetam a satisfação dos alunos e professores com a aprendizagem online durante o novo normal.	Problemas técnicos levaram à redução da satisfação dos alunos, enquanto o corpo docente foi prejudicado pela maior carga de trabalho e pelo tempo necessário para preparar os materiais de ensino e avaliação.
Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de covid-19	Gundim <i>et al.</i> (2020)	Identificar as evidências disponíveis sobre formas de apresentação do sofrimento psíquico e ações de proteção e promoção da saúde	observaram-se reações emocionais descritas por estresse, ansiedade, luto, raiva e pânico, associadas à preocupação com o atraso das atividades acadêmicas e ao medo de adoecer.

		mental em estudantes universitários, durante a pandemia de COVID-19	
Saúde mental e qualidade do sono entre estudantes universitários em tempos de pandemia da COVID-19: experiência de um programa de assistência estudantil	Coelho <i>et al.</i> (2020)	O objetivo deste relato é apresentar a experiência de um grupo de professores universitários e uma monitora na construção, implementação e consolidação de um projeto de extensão sobre a saúde mental e qualidade do sono, em tempos de pandemia da COVID-19, entre alunos de graduação	Nesse sentido, os alunos relataram suas vivências e seus sentimentos diante de tal situação que assolou o Brasil e o mundo, como mudança de rotina, alterações do sono, desânimo para realizar atividades, falta do ambiente acadêmico e dos colegas, questões relacionadas ao produtivismo, receio pelos familiares grupo de risco, dentre outros.
Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da covid-19	Mota <i>et al.</i> (2021)	Estimar a prevalência de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em estudantes universitários, analisando a correlação com o uso de internet e com a utilização de estratégias de enfrentamento ante ao isolamento social na pandemia de COVID-19.	A população pesquisada apresentou uma prevalência de TMC de 58,5%, que se correlacionou positivamente com a frequência de uso de internet, e com a utilização de estratégias de enfrentamento evitativas, baseadas no confronto, orientadas para a busca de suporte social e aceitação de responsabilidade (p<0,05).
Saúde mental em estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19	Teodoro <i>et al.</i> (2021)	Investigar a saúde mental (ansiedade, depressão e estresse) em estudantes universitários durante o estágio inicial da quarentena no Brasil.	Achados mostram que a saúde mental de estudantes universitários pode estar relacionada à interação de vários fatores anteriores à pandemia, bem como da COVID-19.
Sentimento de angústia e isolamento social de universitários da área da saúde durante a pandemia da COVID-19	Martins <i>et al.</i> (2020)	Identificar a prevalência do sentimento de angústia autorreferido e seus fatores relacionados, bem como a adesão ao isolamento social de universitários da área da saúde durante a pandemia da COVID-19.	Do total dos universitários, 89,5% (n=489) disseram estar angustiados, 90,4% (n=489) eram favoráveis ao isolamento social e 93,5% (n=503) aderiram ao isolamento social como combate à COVID 19. Na análise multivariada, o sentimento de angústia relatado pelos universitários apresentou relação com a preocupação com o mundo (OR=4,099; p=0,000).
Status of environmental surveillance for SARS-CoV2virus: scientific brief, 5 August 2020	World Health Organization (2020)	Informativo para a população	...
Um olhar sobre a evasão de estudantes universitários durante os estudos remotos provocados pela pandemia do COVID-19	Nunes (2021)	Objetivo desse trabalho foi analisar de que forma os estudantes universitários estão lidando com o ensino remoto e quais fatores estão relacionados à sua decisão de abandonar disciplinas	Os resultados indicam que os estudantes estão cansados, ansiosos, estressados, desanimados, desmotivados e aprendendo menos. Muitos estudantes relacionam a falta de tempo como razão para a desistência, por trás dessa resposta revelam-se a sobrecarga de trabalho, as tarefas domésticas, mas esconde-se a falta de uma rotina de estudos.
Vida de estudante durante a pandemia: isolamento social, ensino remoto e satisfação com a vida	Vieira <i>et al.</i> (2020)	Esse estudo investigou o isolamento social, a adoção o ensino remoto e a mudança na satisfação com a vida desses estudantes	Nesse processo de “ficar em casa” os estudantes percebem queda na produtividade, alterações de humor e sentimentos de angústia e ansiedade. A satisfação com a vida hoje é menor quando comparada a do período anterior a pandemia.
Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in china	Wang <i>et al.</i> (2020)	Pesquisar o público em geral na China para entender melhor seus níveis de impacto psicológico, ansiedade, depressão e estresse durante o estágio inicial do surto de COVID-19.	Durante a fase inicial do surto de COVID-19 na China, mais da metade dos entrevistados avaliaram seu impacto psicológico como moderado a grave, e cerca de um terço relatou ansiedade de moderado a grave. O gênero feminino, e estudantes foram associados a um maior impacto psicológico do surto e níveis mais elevados de estresse e ansiedade.

Fonte: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) (SCIELO, LILACS, BDNF, PubMed, BDNF e Google scholar, 2021).

A Tabela 1 agrupa as variáveis país, ano, periódicos de publicação e abordagem metodológica. A maioria dos estudos localizados foram nacionais, totalizando 21 publicações, correspondem a 67,7%, os estudos estrangeiros coletados foram do Reino Unido 16,1%, Espanha 6,4%, Colômbia 3,2%, Angola 3,2% e Líbano 3,2%. Pode-se observar que o maior número de publicações referentes a temática foram as do ano 2020, correspondendo a 61,2%. Os periódicos que mais se destacaram foram Research, Society And Development 9,6%, os outros periódicos apareceram todos com 3,2% revelando que todas as publicações coletadas estão de acordo com os princípios éticos da pesquisa. Quanto à abordagem metodológica a de mais destaque foi a abordagem qualitativa com 25,8%, em seguida a quantitativa 22,5% e a revisão de literatura com 16,1%, revisão integrativa, descritiva, estudo transversal e informativos todos apresentaram 6,4%, já a revisão narrativa, estudo documental e ensaio científico apresentam-se com percentuais de 3,2%.

Tabela 1. Distribuição das produções científicas contendo as seguintes variáveis: país, ano, periódico, fator de impacto, abordagem metodológica.

Variáveis		
País	Nº	%
Brasil	21	67,7%
Colômbia	1	3,2%
Angola	1	3,2%
Reino unido	5	16,1%
Espanha	2	6,4%
Líbano	1	3,2%
Ano		
2020	19	61,2%
2021	11	35,5%
2018	1	3,2%
Periódico		
Interfaces Científicas-Educação	1	3,2%
Revista Angolana De Extensão Universitária	1	3,2%
Revista Baiana De Enfermagem	1	3,2%
Estudos De Psicologia (Campinas)	1	3,2%
Research, Society And Development	3	9,6%
Brazilian Journal Of Development	1	3,2%
Revista Brasileira De Educação Médica	1	3,2%
Desafios-Revista Interdisciplinar Da Universidade Federal Do Tocantins	1	3,2%
The Lancet	1	3,2%
Ciência & Saúde Coletiva	1	3,2%
Revista Iberoamericana De Educación	1	3,2%
Cienciamérica	1	3,2%
Revista Família, Ciclos De Vida E Saúde No Contexto Social.	1	3,2%
Ministério Da Saúde	1	3,2%
Revista Brasileira De Medicina De Família E Comunidade	1	3,2%
Nature Biotechnology	1	3,2%
Nursing Outlook	1	3,2%
Psicologia: Teoria E Prática	1	3,2%
Revista Colombiana De Psiquiatria	1	3,2%
Medical Education Online	1	3,2%
Ead Em Foco	1	3,2%
Research, Society And Development	1	3,2%
Current Psychology	1	3,2%
Revista Brasileira Em Promoção Da Saúde	1	3,2%
Revista Eletrônica De Enfermagem	1	3,2%
World Health Organization	1	3,2%
Sinapse	1	3,2%
International Journal Of Environmental	1	3,2%
Revista Brasileira De Saúde Materno Infantil	1	3,2%

Abordagem Metodológica		
Revisão Integrativa	2	6,4%
Qualitativa	8	25,8%
Quantitativa	7	22,5%
Descritiva	2	6,4%
Revisão De Literatura	5	16,1%
Ensaio Científico	1	3,2%
Estudo Transversal	2	6,4%
Informativo	2	6,4%
Revisão Narrativa	1	3,2%
Estudo Documental	1	3,2%

Fonte: Gomes, T. R. C., (2021).

O Quadro 3, apresenta os subtítulos utilizados na discussão deste trabalho, para dinamizar e facilitar a compressão do conteúdo citado. O foco de estudo foi dividido em 4 partes: COVID-19 e suas consequências, Saúde mental dos universitários durante a pandemia, Repercussões psicossociais da pandemia do COVID-19 que afetam os discentes no cotidiano e em seu contexto universitário e em estratégias de prevenção e enfrentamento dos impactos psicológicos nos acadêmicos.

Quadro 3 - Distribuição dos artigos em focos do estudo e identificação dos autores.

FOCO DO ESTUDO	IDENTIFICAÇÃO DE ARTIGOS POR AUTORES
COVID-19 e suas consequências	(Brasil, 2020); (Evans <i>et al.</i> , 2018); (Fawaz, Al Nakhhal e Itani, 2021); (Silva, Jorge e Luzeiro, 2020); (Vasconcelos <i>et al.</i> , 2020); (World Health Organization, 2020);
Saúde mental dos universitários durante a pandemia	(Gundim <i>et al.</i> 2020); (Maia & Dias, 2020); (Rodrigues <i>et al.</i> , 2020); (Visentini <i>et al.</i> , 2021); (Martins <i>et al.</i> , 2020); (Vieira <i>et al.</i> , 2020); (García-Espinosa <i>et al.</i> , 2021); (Gonçalves <i>et al.</i> , 2021); (Nunes, 2021); (Brabicoski, 2020); (Evans <i>et al.</i> , 2018); (Morales & Lopez, 2020); (Coelho, 2020); (Torres, Alves e Costa, 2020);
Repercussões psicossociais da pandemia do COVID-19 que afetam os discentes no cotidiano e em seu contexto universitário	(Dosea <i>et al.</i> , 2020); (Elshami <i>et al.</i> , 2021); (Fawaz, Al Nakhhal e Itani, 2021); (Martins <i>et al.</i> , 2020); (Santos, Silva e Berlmonete, 2021); (Teodoro <i>et al.</i> , 2021); (Zierer <i>et al.</i> , 2021).
Estratégias de prevenção e enfrentamento dos impactos psicológicos nos acadêmicos	(Cobo-Rendón, Vega-Valenzuela E García-Álvarez, 2020); (Coelho, 2020); (Gonçalves <i>et al.</i> , 2021); (Manning <i>et al.</i> , 2021); (Mota <i>et al.</i> , 2021); (Nabuco, Oliveira e Afonso, 2020); (Schmidt <i>et al.</i> , 2020); (Vasconcelos <i>et al.</i> , 2020); (Visentini <i>et al.</i> , 2021); (Wang <i>et al.</i> , 2020)

Fonte: Gomes, T. R. C., (2021).

4. Discussão

4.1 COVID-19 e suas consequências

O SARS-CoV-2 integra-se em uma grande família de vírus encapsulados de RNA de cadeia única de sentido positivo denominada Coronaviridae. O termo “coronavírus” é devido à aparência peculiar na forma de seu envelope, visível por microscopia eletrônica, que é rodeado por glicoproteínas de membrana em forma de espícula. Pertencem à subfamília Orthocoronavirinae, família Coronaviridae, ordem Nidovirales (Silva *et al.*, 2020).

De acordo com o Ministério da Saúde (2020), os sintomas provocados pelo vírus SARS-CoV-2 podem variar de um resfriado, à Síndrome Gripal-SG (a presença de uma doença respiratória aguda, caracterizada por, pelo menos, dois dos

seguintes sintomas: somente febre ou acompanhada de dor de garganta, dor de cabeça, tosse, coriza) até pneumonia grave. Os sintomas mais comuns são: tosse, febre, coriza, dor de garganta, anosmia, ageusia, doenças gastrintestinais (náuseas, vômitos, diarreia, cansaço (astenia), hiporexia e dispneia).

Como exposto pela World Health Organization (2020), a propagação do SARS-CoV-2 ocorre principalmente de pessoa para pessoa através de gotículas respiratórias ou do contato com objetos e superfícies contaminadas; e também quando uma pessoa tosse, espirra ou mantém contato direto (como apertar as mãos e depois tocar os olhos) e quando mantém contato com uma pessoa infectada (distância inferior a 1 metro), ocorre a transmissão de gotículas (nariz ou boca).

Assim, devido a tais proporções, a quarentena e o isolamento social tem sido utilizado como principal estratégia de contenção do vírus. O isolamento serve para evitar o contato social de pessoas que testaram positivo com ou sem a presença de sintomas, enquanto que o distanciamento social, é uma estratégia que visa a diminuição do contato entre as pessoas, tanto as que foram infectadas pelo vírus, como as que não testaram positivo para a doença (Vasconcelos *et al.*, 2020).

A rápida disseminação do COVID-19 incentivou governos em todo o mundo, a promoverem ações como a imposição de quarentena social, toque de recolher obrigatório, fechamento de aeroportos e fechamento de instituições privadas e públicas, incluindo escolas, e universidades. (Fawaz *et al.*, 2021).

4.2 Fatores Agravantes na Saúde Mental Dos Acadêmicos

O ano de 2020 sempre será lembrado devido ao início de uma pandemia sob pena de um vírus desconhecido que adoeceu milhares de pessoas, afetou a economia e mesmo com os meios tecnológicos avançados foi difícil conseguir uma solução que parasse esse vírus que conhecemos hoje como COVID-19. Além disso, os sistemas de educação, precisaram se adaptar de forma rápida para que os alunos não se prejudicassem (Nunes, 2021).

Segundo estudos realizados por Brooks *et al.* (2020) com a disseminação do vírus e a mortalidade em massa da população, medidas de prevenção e contenção foram adotadas por alguns países, adotaram o isolamento social a fim de separar as pessoas que podem ter contraído o vírus ou entrado em contato com alguém que apresentou sintomas, e separar também as pessoas infectadas que são assintomáticas para conter a disseminação do vírus.

Com as medidas preventivas tomadas a nível mundial as universidades também fecharam, causando consequências emergenciais na educação que quando comparados a dados anteriores a pandemia, os índices atuais são mais elevados, a prolongação dessas medidas pode causar danos em diferentes esferas afetando principalmente o ensino superior, esses danos podem ser sociais, psicológicos e econômicas. (Visentini *et al.*, 2021).

Gundim *et al.* (2021) e Maia e Dias (2020) e Brabicoski (2020) relatam que a partir do contexto vivenciado por esses alunos, é observado alterações no psicológico dos mesmos. Essas alterações se dão por medidas que foram impostas inesperadamente a população, gerando reorganização de forma imediata, essas ações trazem consequências que são refletidas na saúde mental dos universitários, esses indivíduos sentem medo de contrair a doença ou morrer pela mesma causa, esses indivíduos também apresentam sentimentos negativos, como ansiedade e depressão.

Com o isolamento os alunos passaram também por um processo de separação de seus familiares, mudanças na rotina, local de trabalho e adaptação a novos modelos e ferramentas educacionais, essas mudanças trouxeram insegurança, ansiedade e medo do contágio e transmissibilidade de um vírus desconhecido, o que acabou tornando o isolamento social uma experiência desconfortável para os alunos. (Gonçalves *et al.*, 2021).

Segundo Rodrigues *et al.* (2020) Os alunos enfrentam outro desafio, as aulas remotas, essa modalidade de ensino trouxe certa estranheza, pois além de se preocuparem com a contaminação e transmissão do vírus, os alunos passam a se preocupar com o processo de ensino/formação em meio a pandemia, onde nas aulas remotas são enfrentadas muitas dificuldades, como sua a capacitação para no futuro entrar no mercado de trabalho.

Os autores Torres, Alves e Costa (2020) tratam também a respeito da falta de matérias (Computador, tablet, celular) que são primordiais para estudar através de plataformas digitais e a falta de capacitação para lidar com esses meios digitais. Isso promove mais repercussões psicológicas no estudante pois aumenta suas frustrações ansiedade e medo.

É notório os impactos causados por esses diversos fatores já citados eles são alarmantes quanto falamos em saúde física e psicológica, os acadêmicos relatam dificuldades para enfrentar o isolamento social, pois não tem mais rotina, pois antes tinham contato frequente com seus amigos, familiares, professores e colegas de classe, além de relatarem sentimentos de ansiedade, medo e preocupação, principalmente pelo enfrentamento desse momento novo (Coelho *et al.*, 2020).

Com essa separação e falta de liberdade e de não saberem o quadro da doença além de impotência sobre a situação, esses alunos apresentam sentimentos negativos que podem desencadear problemas psicológicos os levando a apresentarem depressão. O excesso de informações também contribui, pois são notícias alarmantes e globais, as vezes vindas de fontes duvidosas, podendo colaborar no comprometimento da saúde mental (Morales & Lopez, 2020).

Essas informações que são recebidas tendem a aumentar o sofrimento mental da população em geral, em decorrência do distanciamento social e da limitação da comunicação entre amigos e família, reforçando a angustia e a partir disso gerando nessas pessoas consequências comportamentais como estresse, ansiedade, raiva, depressão, insônia, exaustão emocional consequências essas que podem ocasionar comportamentos suicidas (Martins *et al.*, 2020).

Estudos dos autores García-Espinosa *et al.* (2021) sugerem que a pandemia pode ser um gatilho para agravos na saúde mental dos universitários, principalmente por serem os menos propensos a buscarem ajuda psicológica, essa parte da população é vulnerável pelo fato dos altos níveis de depressão e ansiedade que podem ser ocasionados por fatores como formação profissional e a vulnerabilidade de se tornar um vetor para doença.

Os autores Evans *et al.* (2018), destacam que em média quase metade da população universitária do Brasil e mundial vivencia em algum momento da vida acadêmica, experiências de adoecimento mental, destacam também que por causa da situação pandêmica quando a população em geral e os universitários, principalmente de pós graduação, apresentam uma probabilidade até seis vezes maior de vivenciar a ansiedade e a depressão.

Segundo pesquisas os acadêmicos dizem vivenciar sentimentos de incerteza, ansiedade, estresse, esses sentimentos são ocasionados pelo excesso de pensamentos relacionados as preocupações financeiras e ao futuro acadêmico e profissional. Eles também sofrem em relação a impotência sobre a situação vivenciada e por não poder estar perto de alguns familiares (Visentini *et al.*, 2021).

Além disso segundo estudos de Vieira *et al.* (2020) Os alunos sentem queda na produtividade, além das grandes alterações psicológicas destacando-se a ansiedade, angustia e mudanças de humor, preocupação com o processo de ensino-aprendizagem, demonstrando insatisfação e medo diante da pandemia.

4.3 Repercussões psicossociais da pandemia do COVID-19 que afetam os discentes em seu cotidiano e no contexto universitário

Por causa das medidas de segurança devido a COVID-19 o aprendizado online foi utilizado em todo o mundo tornando-se uma ferramenta útil, pois foi o único meio para que a aprendizagem continuasse durante a pandemia, diminuindo a propagação do vírus, esse método de ensino foi chamado de “novo normal”, esse termo é descrito como uma situação inesperada que pode ocasionar grandes mudanças (Elshami *et al.*, 2021).

E com a mudança os alunos passaram a utilizar plataformas online dentre elas estão Moodle, Blackboard e Lucien, para criar um canal de comunicação com os alunos, isso gerou um certo choque pois a partir desses novos métodos utilizados surgiriam também novos desafios, e com isso vem um fardo psicológico que pode acarretar na saúde mental desses alunos,

pois o nível de estresse e sofrimento mental se eleva associado ao confinamento da quarentena (Fawaz, Al Nakhal, Itani, 2021).

A partir deste cenário os autores Santos, Silva e Belmonte (2021) procuraram compreender os impactos da COVID-19 no ensino online, os autores observaram o empobrecimento da comunicação entre professor e aluno, a ausência da interação face a face o que antes era algo natural agora passa a ser um ambiente com pouca interação dos universitários bem como câmeras deligadas.

Essa nova realidade que foi acrescida em seu cotidiano se torna mais difícil, por fatores como a falta de acesso à internet, ausência de recursos para acessar as aulas remotas (notebook, smartphone), o ambiente em que o aluno está que pode levá-lo a uma fácil distração e o local de trabalho que agora está inserido no mesmo local de estudo. Essas situações se tornam mais presentes, o nível de insatisfação também aumenta, diminuindo a participação dos alunos nas aulas atrelado a instabilidade do sistema (Dosea *et al.* 2020).

Os universitários também tem passado por dificuldades financeiras, preocupações com os gastos referentes a locomoção, alimentação, além da insegurança e instabilidade do contexto vivenciado por todo o mundo, em especial no Brasil, onde a situação atual tem se mostrado como potencial desencadeador para o sofrimento e adoecimento mental no meio universitário (Teodoro *et al.*, 2021).

Outros fatores também podem influenciar negativamente como as condições do ambiente de estudo uma vez que esses estudantes foram mantidos em seus domicílios, qualidade da internet, disponibilidade de ferramentas para acesso as aulas, condições emocionais por conta da incerteza do cenário atual e domínio dessas tecnologias (Zierer *et al.*, 2021).

Estudos feitos na China reforçam a situação apresentada, mostram a prevalência de distúrbios como transtornos de ansiedade e transtornos depressivos. E no cenário de pandemia o impacto entre os estudantes possa se apresentar não só durante a pandemia, mas também após o término dela, com consequências econômicas, sociais e culturais geradas ou agravadas (Martins *et al.*, 2020)

Segundo Zierer *et al.* (2021) os determinantes da saúde mental dos estudantes não incluem somente características individuais, estão ligados também a fatores culturais, econômicos e sociais; eles já eram presentes antes da pandemia, mas associados a ela podem aumentar as causas de sofrimento mental, experiências traumáticas relacionados a COVID-19, ou a morte de entes queridos, estresse pela rotina de trabalho e de estudo, além da falta do contato professor e aluno podendo levar a uma desmotivação, sintomas de angústia e desesperança.

4.4 Estratégias de prevenção e enfrentamento dos impactos psicológicos sofridos por alunos universitários na pandemia do COVID-19

A partir de eventos negativos oriundos da pandemia, novas possibilidades passam a existir no mundo acadêmico, pois os estudantes e docentes estão vivenciado novas formas de aprendizagem e metodologias que vão muito além das salas de aula. Os alunos passam a entender que precisam de organização, mais dedicação e planejamento para desenvolverem seu conhecimento nos meios digitais que antes era conhecido, mas não tão utilizado na vida acadêmico (Coelho *et al.* 2020).

Nesse contexto, para apoiar esses indivíduos, ainda que de forma remota, deve-se ofertar cuidados psicológicos os quais envolvem assistência com profissionais e ajuda em situações que este indivíduo apresente crise, podendo aliviar as ansiedades e preocupações, fornecendo conforto, é importante solicitar a rede de apoio social e suprir necessidades básicas. (Schmidt *et al.*, 2020).

É importante também manter a transparência de notícias em relação aos serviços de saúde e atendimento, vacinação, indivíduos infectados e recuperados, pois essas informações possivelmente atuarão de forma positiva e reduziram a ansiedade, medo e estresse em relação ao presente cenário (Wang *et al.*, 2020)

Os universitários devem ser orientados também a fazerem uma reavaliação positiva e um plano de ação para solucionarem os problemas advindos do cenário a qual estão vivenciando isso possibilitará novos aprendizados e uma nova perspectiva sobre aquele momento; é importante buscar compartilhar sentimentos e aceitar as responsabilidades (Mota *et al.*, 2021).

Segundo estudos de Vasconcelos *et al.* (2020) Os alunos devem ser inseridos em rodas de conversa mesmo remotas para que os sentimentos negativos sejam minimizados, evitando distúrbios psicológicos causados pela pandemia, ajudando na interação dos alunos entre si, o suporte psicológico também é recomendado para prevenção, esse suporte pode ser feito através de grupos virtuais, realizando terapias cognitivas comportamentais para que haja melhor manejo dos sintomas e sentimentos.

Dados dos autores Gonçalves *et al.* (2021) mostram que a resiliência é um aspecto que também pode promover a saúde mental, porque através dela o indivíduo aprende a lidar com as adversidades, essa estratégia de resiliência é utilizada na psicologia positiva e pode reduzir o estresse causado pelo COVID-19, além de diminuir os transtornos causados pela ansiedade e notícias negativas recebidas diariamente pelos acadêmicos.

Segundo Manning *et al.* (2021) com a possível chegada de uma vacina imunizante contra o novo corona vírus alguns docentes e discentes se encontram esperançosos, outros ainda se encontram receosos e resistentes a vacina, mas sabe-se que a vacina trará tantos benefícios, e as experiências boas com a vacinação devem ser compartilhadas pois com ela esses estudantes terão outra forma de enfrentamento perante a situação atual e a esperança que tudo volte a rotina antes da pandemia.

Outras estratégias que podem ser utilizadas como medidas de enfrentamento para os sentimentos ocasionados pelo isolamento e pela pandemia, é fazer tarefas que não faziam parte da rotina, aprender novas atividades como um novo idioma por exemplo, pratica de exercício físico, essas atividades auxiliam no relaxamento e alívio dos sentimentos além de beneficiar a saúde mental e física (Visentini *et al.*, 2021).

É importante limitar a exposição de notícias relacionadas a pandemia pois elas podem aumentar ansiedade, exacerbar o medo e o estresse, é importante manter as atividades de lazer, buscar informações de fontes seguras para se manter informado, interagir com amigos e famílias, é importante também manter uma rotina de sono, alimentação, com isso os aspectos negativos se tornaram mais ausentes, levando a diminuição da ansiedade e medo. (Nabuco, Oliveira e Afonso, 2020).

Diante dos eventos que acometeram os alunos durante a pandemia do COVID-19 e das medidas estabelecidas pelos governos para lidar com essa situação pandêmica, a saúde mental dos universitários está instável. A partir disso é importante que as universidades ajudem os alunos prezando suas necessidades de saúde e visando o seu bem estar de modo geral, contribuindo assim para uma melhor aprendizagem (Cobo-Rendón *et al.*, 2020).

5. Considerações Finais

Considera-se que a pesquisa possibilitou identificar alguns dos principais fatores que interferem na saúde mental dos alunos no contexto universitário em meio a pandemia do COVID-19, avaliando suas inseguranças em relação ao desfecho da retomada as aulas de forma presencial, abordando fatores que interferem de maneira direta e indireta no cotidiano dos universitários, foi observado os fatores socioeconômicos e emocionais que se tornaram agravantes afetando a saúde mental desses universitários.

Dentre esses fatores analisados percebeu-se o nível elevado de ansiedade, medo, insegurança, relacionados ao futuro profissional, ensino-aprendizagem, e ao distanciamento familiar, medo de transmissibilidade da doença e a mudança da rotina e adaptação a novas formas de ensino.

Com todos esses problemas encontrados buscou-se também soluções cabíveis dentro das produções científicas colhidas para esta pesquisa, para a melhoria do acompanhamento da saúde mental dos alunos no contexto universitário através de intervenções/estratégias que priorizassem o bem-estar dos mesmos, mediante ao novo cenário que estão vivenciando.

Concretiza-se que o número de evidências científicas relacionadas, principalmente, às consequências do novo coronavírus no cotidiano de universitários, ainda é reduzido, enfatizando que o fenômeno retratado ainda é recente e pouco conhecido no meio científico, é importante estimular mais estudos sobre a temática, além de realizar levantamentos sobre esses impactos na saúde mental de universitários durante e após pandemia.

Sendo assim, os seguintes pontos são interessantes para exploração em estudos posteriores, é importante aprofundar os estudos sobre os efeitos negativos na saúde mental dos universitários durante a infecção do COVID-19, no contexto acadêmico e em seu cotidiano, pesquisar sobre os aspectos psicológicos, sociais e econômicos que foram agravados durante a pandemia e buscar soluções estratégicas para amenizar os sentimentos negativos que esses alunos estão enfrentando.

Referências

- Brabicowski, C. V., Floriano, L. S. M., Skupien, S. V., Martins, A. R., Arcaro, G., & dos Santos, J. C. (2020). As práticas atuais de cuidado em saúde mental no contexto da Covid-19: uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Development*, 6(12), 98977-98989.
- BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. (2020). Guia de Vigilância Epidemiológica: Emergência de Saúde Pública de Importância Nacional pela Doença pelo Coronavírus 2019. Vigilância de Síndromes Respiratórias Agudas COVID-19. Brasília/DF, 2020. Autor. https://portal.arquivos.saude.gov.br/images/af_gvs_coronavirus_fago20_ajustes-finais-2.pdf.
- 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.
- Cobo-Rendón, R., Vega-Valenzuela, A., & García-Álvarez, D. (2020). Consideraciones institucionales sobre la Salud Mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19. *CienciaAmérica*, 9(2), 277-284.
- Coelho, A. P. S., Oliveira, D. S., Fernandes, E. T. B. S., Santos, A. L. de S., Rios, M. O., Fernandes, E. S. F., Novaes, C. P., Pereira, T. B., & Fernandes, T. S. S. (2020). Mental health and sleep quality among university students in the time of COVID-19 pandemic: experience of a student assistance program. *Research, Society and Development*, 9(9), e943998074. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i9.8074>
- Dosea, G. S., Santos do Rosário, R. W., Andrade Silva, E., Reis Firmino, L., & dos Santos Oliveira, A. M. (2020). Métodos Ativos de Aprendizagem no Ensino Online: A Opinião de Universitários Durante a Pandemia de Covid-19. *Educação*, 10(1), 137-148. <https://doi.org/10.17564/2316-3828.2020v10n1p137-148>
- Elshami, W., Taha, M. H., Abuzaid, M., Saravanan, C., Al Kawas, S., & Abdalla, M. E. (2021). Satisfaction with online learning in the new normal: perspective of students and faculty at medical and health sciences colleges. *Medical Education Online*, 26(1), 1920090.
- Evans, T. M., Bira, L., Gastelum, J. B., Weiss, L. T., & Vanderford, N. L. (2018). Evidence for a mental health crisis in graduate education. *Nature biotechnology*, 36(3), 282-284.
- Fawaz, M., Al Nakhal, M., & Itani, M. (2021). COVID-19 quarantine stressors and management among Lebanese students: A qualitative study. *Current Psychology*, 1-8.
- García-Espinosa, P., Ortiz-Jiménez, X., Botello-Hernández, E., Aguayo-Samaniego, R., Leija-Herrera, J., & Góngora-Rivera, F. (2021). Psychosocial impact on health-related and non-health related university students during the COVID-19 pandemic. Results of an electronic survey. *Revista colombiana de psiquiatria*, 50(3), 63-73.
- 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).
- 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*.
- Manning, M. L., Gerolamo, A. M., Marino, M. A., Hanson-Zalot, M. E., & Pogorzelska-Maziars, M. (2021). COVID-19 vaccination readiness among nurse faculty and student nurses. *Nursing Outlook*, 69(4), 565-573.
- Martins, A. B. T., Falcão, C. D. S. V., Pereira, Á. M. C., Carvalho, J. Q., de Lima Diogo, J., Eloy, Y. R. G., & Abdon, A. P. V. (2020). Sentimento de angústia e isolamento social de universitários da área da saúde durante a pandemia da COVID-19. *Revista Brasileira Em Promoção Da Saúde*, 33.
- Mendes, K. D. S., Silveira, R. C. C. P., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & contexto enfermagem*, 17(4), 758-764.
- Minayo, M. C. S. (2017). Amostragem e saturação em pesquisa qualitativa: consensos e controvérsias. *Revista pesquisa qualitativa*, 5(7), 1-12.
- Morales, V., & Lopez, Y. A. F. (2020). Impactos da pandemia na vida acadêmica dos estudantes universitários. *Revista Angolana de Extensão Universitária*, 2(2), 53-67.
- 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. *Ciência & saude coletiva*, 26, 2159-2170.

- Nabuco, G., Oliveira, M. H. P. P., & Afonso, M. P. D. (2020). O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental. *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade*, 15(42), 1-11.
- Nunes, R. C. (2021). Um olhar sobre a evasão de estudantes universitários durante os estudos remotos provocados pela pandemia do COVID-19. *Research, Society and Development*, 10(3), e1410313022-e1410313022.
- 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.
- Santos, C. M. D. C., Pimenta, C. A. D. M., & Nobre, M. R. C. (2007). A estratégia PICO para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 15, 508-511.
- Santos, G. M. R. F. D., Silva, M. E. D., & Belmonte, B. D. R. (2021). COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 21, 237-243.
- Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Silva, L. N., & Demenech, L. M. (2020). Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). *Estudos de Psicologia (Campinas)*, (37), 1-13.
- Silva, B., Jorge, A., & Luzeiro, I. (2020). Manifestações Neurológicas em Doentes com Infecção por SARS-CoV-2. *Sinapse*, 20(2), 9-16.
- Soares, C. B., Hoga, L. A. K., Peduzzi, M., Sangaleti, C., Yonekura, T., & Silva, D. R. A. D. (2014). Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 48, 335-345.
- Teodoro, M. L. M., Alvares-Teodoro, J., Peixoto, C. B., Pereira, E. G., Diniz, M. L. N., de Freitas, S. K. P., Ribeiro, P. C. C., Gomes, C. M. A., & Mansur-Alves, M. (2021). Saúde mental em estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 9(2), 372-382.
- Torres, A. C. M., Alves, L. R. G., & Costa, A. C. N. D. (2020). Education and health: reflections on the university context in times of COVID-19. In *Education and Health: reflections on the university context in times of COVID-19*.
- Vasconcelos, C. S. S., Feitosa, I. O., Medrado, P. L. R., Brito, A. P. B. (2020). O novo coronavírus e os impactos psicológicos da quarentena. *Desafios - Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins*, 7(3), 75-80.
- Vieira, K. M., Postiglioni, G. F., Donaduzzi, G., dos Santos Porto, C., & Klein, L. L. (2020). Vida de estudante durante a pandemia: isolamento social, ensino remoto e satisfação com a vida. *EaD em Foco*, 10(3).
- Visentini, B. P., Barbosa, G. C., Silva, J. C. D. M. C., Pinho, P. H., & de Oliveira, M. A. F. (2021). A experiência do distanciamento social dos estudantes de enfermagem durante a pandemia da COVID-19. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 23.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in china. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729.
- World Health Organization. (2020). Status of environmental surveillance for SARS-CoV-2 virus: scientific brief, 5 August 2020. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/333670>. Licença: CC BY-NC-SA 3.0IGO. Acesso em 03 de outubro de 2020.
- Zierer, M. de S., Albuquerque, L. P. de, Sérvulo, K. B. L. M., & Silva, A. F. S. (2021). Impacts of using digital platforms for university students' learning during the COVID-19 pandemic. *Research, Society and Development*, 10(12), e594101220688. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i12.20688>