
Alana Gabriel dos Santos¹ | Iane Caroline Coqueiro Sertão² | João Felix de Brito Santos³
Geraldo Igor Prates da Silva⁴ | Tatiane Tavares Reis⁵ | Lorena Andrade Nunes⁶

A PANDEMIA DO NOVO CORONONAVÍRUS E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL EM ESTUDANTES DE ODONTOLOGIA DE INSTITUIÇÕES PÚBLICA E PRIVADA

THE NEW CORONONAVIRUS PANDEMIC AND ITS IMPACTS ON MENTAL HEALTH IN DENTISTRY STUDENTS AT PUBLIC AND PRIVATE INSTITUTIONS

LA PANDEMIA DEL NUEVO CORONONAVIRUS Y SUS IMPACTOS EN LA SALUD MENTAL EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA DE INSTITUCIONES PÚBLICAS Y PRIVADAS

RESUMO

Devido a pandemia do coronavírus, o contato social entre pessoas foi limitado por meses. Essas restrições levantaram outra preocupação em relação a população, a saúde mental durante esse período. Desta forma, o presente estudo visou analisar os impactos mentais causados na pandemia pela COVID-19 aos estudantes de odontologia. Para isso, foi realizada uma entrevista voluntária presencial e *online* via *Google Forms*, a fim de realizar um levantamento transversal voltado para saúde mental dos estudantes em meio a pandemia do novo coronavírus. Foram avaliados os discentes a partir dos dezoito anos de idade, do sexo masculino e feminino e que estavam regularmente matriculados no curso de Odontologia da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia e Faculdade de Tecnologia e Ciências, na cidade de Jequié, Bahia, Brasil. Conclui-se que a maioria dos entrevistados aumentou /desenvolveram estresse ou ansiedade durante o período pandêmico.

Palavras-chave: COVID-19; impactos mentais; universitários.

ABSTRACT

Due to the coronavirus pandemic, people's freedom was limited for months in relation to social interaction. These restrictions raised another concern regarding the population, mental health during the pandemic period. In this way, the present study aimed to analyze the mental impacts caused by the COVID-19 pandemic on dental students. For this, a voluntary face-to-face and online interview was carried out via *Google Forms*, in order to carry out a cross-sectional survey aimed at the mental health of

students in the midst of the new coronavirus pandemic. Students from eighteen years of age, male and female, who are regularly enrolled in the Dentistry course at the State University of Southwest Bahia and Faculty of Technology and Sciences, in the city of Jequié, Bahia, Brazil, were evaluated. It is concluded that most respondents increased / developed stress or anxiety during the pandemic period.

Keywords: COVID-19; mental impacts; college students.

RESUMEN

Debido a la pandemia del coronavirus, la libertad de las personas estuvo limitada durante meses en relación a la interacción social. Estas restricciones generaron otra preocupación con respecto a la población, la salud mental durante el período de pandemia. De esta manera, el presente estudio tuvo como objetivo analizar los impactos mentales causados por la pandemia de COVID-19 en estudiantes de odontología. Para ello, se realizó una entrevista voluntaria presencial y en línea a través de Google Forms, con el fin de realizar una encuesta transversal dirigida a la salud mental de los estudiantes en medio de la pandemia del nuevo coronavirus. Fueron evaluados estudiantes de dieciocho años de edad, hombres y mujeres, matriculados regularmente en el curso de Odontología en la Universidad Estatal del Suroeste de Bahía y Facultad de Tecnología y Ciencias, en la ciudad de Jequié, Bahía, Brasil. Se concluye que la mayoría de los encuestados aumentó/desarrolló estrés o ansiedad durante el periodo de pandemia.

Palabras clave: COVID-19; impactos mentales; estudiantes universitarios.

1. INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019 na cidade de Wuhan, China, surgiu o primeiro caso de infecção causada pela síndrome respiratória aguda grave do coronavírus (SARS-COV-2) e meses depois, em março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a COVID-19 como pandemia. Pandemias são definidas como epidemias que se disseminam rapidamente em vários países do mundo, afetando uma grande quantidade de indivíduos (MORENS e FAUCI., 2020). A partir de então, medidas de contenção do vírus foram recomendadas, entre elas o isolamento social (GUNDIM et al., 2021).

De acordo com estudos científicos nacionais e internacionais, foi de grande relevância o emprego de algumas medidas preventivas para estacionar o número de pessoas infectadas, sendo uma delas, o distanciamento social. Essa conduta sucedeu significativamente efetiva, pois ela era capaz de atenuar a propagação do novo Coronavírus, porém, limitava o acesso aos ambientes de ensino como escolas e centros universitários (NABUCO et al., 2020).

A pandemia pode impactar na saúde mental da população em geral, bem como, no bem-estar psicológico. Dentre os fatores, estava a rápida disseminação da pandemia, incerteza de como tratar a infecção, a indeterminação quanto ao tempo em que esse fenômeno suspenderia o distanciamento social, bem como a inesperada mudança de realidade (SCHMIDT et al., 2020). Devido às restrições impostas e a falta de interações físicas e sociais entre pessoas, os mesmos se tornaram vulneráveis a alterações que envolvem a saúde mental, como o sofrimento psíquico e certas psicopatologias como estresse, ansiedade e depressão (NABUCO et al., 2020).

Além disso, a média de idade mais afetada no período pandêmico foram indivíduos com faixa etária de 21 a 41 anos e conforme sugerem as pesquisas, os distúrbios psicológicos têm prevalência em indivíduos com maior nível de escolaridade. Isso se deve ao fato de possuírem um conhecimento mais aprofundado em relação a sua própria saúde (MICHELIS et al., 2021).

Estimou-se que os estudantes universitários foram psicologicamente afetados pelos malefícios inerentes ao distanciamento social. De modo geral, os universitários tendem a estar mais exposto ao estresse associado à vida acadêmica, devido à carga horária de estudos a cumprir, o processo de aprendizagem e formação, como também a necessidade de se organizarem e adaptarem aos métodos de ensino a distância, dessa forma colocando-os em uma situação propícia a ocorrência de distúrbios mentais, como ansiedade e depressão (MOTA et al., 2021).

No contexto acadêmico há uma necessidade e exigência em cumprir com tarefas diárias, seminários e a responsabilidade de estar lidando com vidas. Desta forma, os empecilhos enfrentados por esses universitários eram grandes, acarretando crises de ansiedade, melancolia, desânimo e dificuldades de concentração e sobrecarga (GUNDIM et al., 2021). Assim, mudança no padrão da vida social e acadêmica desses estudantes, como na pandemia por COVID-19, puderam ocasionar sentimento de insegurança e medo frente sua trajetória de formação (BARBOSA et al., 2022).

Ainda, vale a pena ressaltar que as aulas tiveram que ser adequadas, da modalidade presencial para a *online*. No que diz respeito às aulas práticas, necessárias em vários cursos superiores, houve a necessidade de serem suspensas. Desta forma, a apreensão dos conhecimentos ficou prejudicada, inclusive para os estudantes de odontologia. As aulas práticas odontológicas são de suma importância para o desenvolvimento de um excelente aprendizado, pois complementam e reforçam o conhecimento adquirido em aulas teóricas. No entanto, devido à suspensão das atividades práticas presenciais, muitos estudantes se depararam com uma deficiência de aprendizagem, prejudicando-os no seu desempenho acadêmico e, conseqüentemente, afetando de forma negativa a saúde mental desses indivíduos em questão (SOUZA et al., 2021).

Além disso, outras alterações puderam ser observadas como conseqüências desse contexto, a saber: rotina de sono, do nível de concentração nas atividades cotidianas; sentimentos de desesperança. Nesse sentido, diante do cenário pandêmico, esperava-se que intervenções pudessem ser incrementadas no sentido de conter prejuízos psicológicos ou psicossociais (COSTA, 2020).

Como possíveis soluções frente às questões que impactam a saúde mental da população, atividade física e psicoterapia, são apontadas na literatura enquanto ferramentas eficazes e que tem efeito a curto, médio e em longo prazo. Diante do exposto, esse estudo teve por objetivo compreender os impactos advindos da pandemia no novo Coronavírus na saúde mental dos acadêmicos de odontologia em universidade privada e pública, bem como entender o comportamento e as estratégias utilizadas por esses indivíduos diante tal realidade.

2. METODOLOGIA

O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CAAE - 52250321.7.0000.5032). Trata-se de um estudo transversal qualitativo de caráter exploratório, que foi realizado através de uma entrevista semiestruturada, com a combinação de perguntas abertas e fechadas, de forma presencial e via questionário do *Google Forms* (Questionário 1). Para tanto, foram utilizadas questões relacionadas à saúde mental dos estudantes de graduação em Odontologia da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB) e Faculdade de Tecnologia e Ciências (UNIFTC), de Jequié-BA.

QUESTIONÁRIO 1

Nome (não obrigatório): _____

Idade: _____

Sexo: () Feminino () Masculino

Universidade: () UniFTC () UESB

Semestre: _____

Considerando a importância de identificar os impactos durante a pandemia da COVID-19 na saúde mental dos estudantes de Odontologia da UNIFTC e UESB, campus Jequié, pedimos que leia cuidadosamente cada pergunta a seguir:

1. Como você percebe o seu estado de saúde mental no período de pandemia:

() sem alterações significativas

() frequentemente em estado de alerta

() preocupado e confuso

() estressado

() com sensação de falta de controle frente às incertezas do momento

() dificuldades para respirar em alguns momentos (falta de ar, respiração ofegante sem esforço físico.)

() sente tristeza

() sente medo sem motivo

() preocupação excessiva com a própria saúde e com a saúde de familiares e amigos

() dificuldades para relaxar

() outro: _____

2. Quais as estratégias de cuidado em saúde mental, tem utilizado no período da pandemia:

() nenhuma

() atividade física

() psicoterapia

() outro: _____

3. Como tem percebido a questão da ansiedade em tempos de COVID-19:

() sem alterações, me sinto bem

() me sinto ansioso às vezes

() me sinto ansioso na maior parte do tempo

() me sinto ansioso sempre

4. Como você percebe o nível de estresse durante a pandemia?

() não sinto estresse

() fico estressado às vezes

() me sinto estressado na maior parte do tempo

() me sinto estressado sempre

5. Quais consequências do estresse?

() falta de atenção

() falta de concentração

() insônia

() má alimentação

() outro: _____

6. Quais consequências do distanciamento social na saúde mental?

falta de concentração

irritabilidade

insônia

má alimentação

7. Como percebe o distanciamento social decorrente do COVID-19?

8. As aulas remotas interferem no processo de ensino e aprendizado? Como tem sido pra você essa experiência?

9. E quais estratégias de enfrentamento utilizadas para lidar com a situação?

10. Apresentou dificuldades de fazer suas atividades acadêmicas diárias durante a pandemia:

Nunca

Raramente

Às vezes

Repetidamente

Sempre

Os critérios de inclusão da pesquisa foram: estudantes de Odontologia que estivessem cursando qualquer período na UESB e na UNIFTC, de ambos os sexos, de todas as faixas etárias e que se sentiram confortáveis e disponíveis em compartilhar suas experiências. O estudo também incluiu graduandos que apresentavam sofrimento psíquico e/ou transtornos mentais anterior à pandemia, porém diante do contexto pandêmico tiveram episódios recorrentes dos sintomas. Os critérios de exclusão foram os estudantes de outras graduações, menores de dezoito anos e os que não consentissem participar da pesquisa. Todos os entrevistados receberam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para leitura e preenchimento, em obediência a resolução 466/2012, proporcionando ao indivíduo sigilo da sua identidade diante dos dados coletados.

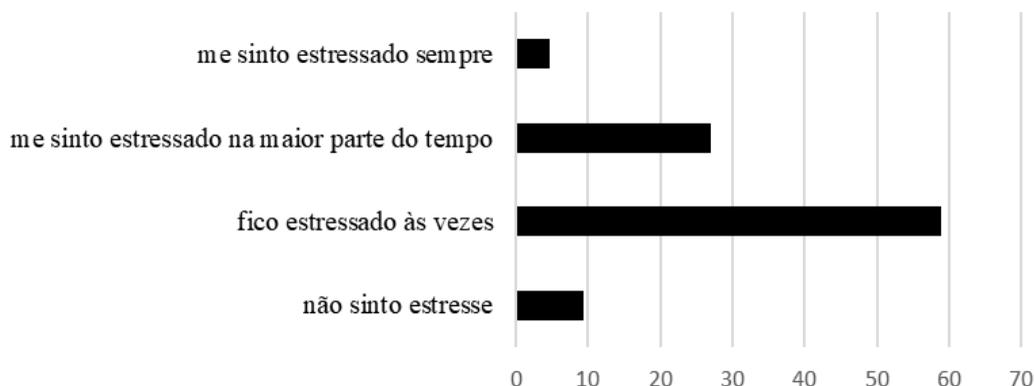
As entrevistas que foram realizadas de forma presencial, contaram com o entrevistador e o voluntário. Este, respondeu às perguntas do questionário referente ao impacto da pandemia do novo Coronavírus na sua saúde mental. A todo o momento a conversa foi gravada, para posteriormente transcrita com auxílio do *Microsoft Word*, objetivando um melhor entendimento das percepções estudantis acerca da problemática. Para aqueles alunos que não estiveram presentes no momento da coleta de dados, o questionário também pôde ser aplicado, porém em formato *online* através do *Google Forms*.

Inicialmente, foi utilizado um questionário contendo informações pessoais do participante como nome completo, endereço, idade e sexo. Posteriormente, o questionário abordou perguntas objetivas voltadas ao estado de saúde mental desses universitários, de modo que investigamos quais transtornos foram desenvolvidos em decorrência da pandemia, bem como, frequência das manifestações desses sintomas, obstáculos em realizar as tarefas diárias e estratégias de enfrentamento no período pandêmico. Após a entrevista, realizamos tabulação e a análise dos resultados. Nesse contexto, analisamos através do presente estudo com os discentes do curso de odontologia da UESB e UNIFTC os fatores que afetam negativamente a qualidade vida e o bem-estar deles. Por fim, foi realizado um teste de Qui-Quadrado com o intuito de verificar as diferenças entre o estresse e as estratégias de enfrentamento com relação ao sexo e as instituições, pública e privada.

3. RESULTADOS

A amostra foi composta por 84 discentes do curso de odontologia do primeiro ao décimo período das universidades UNIFTC e UESB situada na cidade de Jequié-BA. A média de idade foi de 24,5 anos, com relação ao sexo, 56 respondentes do sexo feminino e 28 do sexo masculino. Ao questionar sobre os impactos causados pelo estresse durante a pandemia, 58% dos participantes responderam que ficam estressados às vezes e como consequências os principais fatores associados ao estresse foram: 36% falta de concentração, 21% insônia, 18% falta de atenção e 17% má alimentação. A falta de concentração, segundo o relato dos discentes foi o que mais interferiu no desempenho acadêmico e que potencializou o estresse (Gráfico 1).

Gráfico 1. Porcentagem referente ao estresse entre os discentes de odontologia de universidade pública e privada, Jequié-BA, 2022.

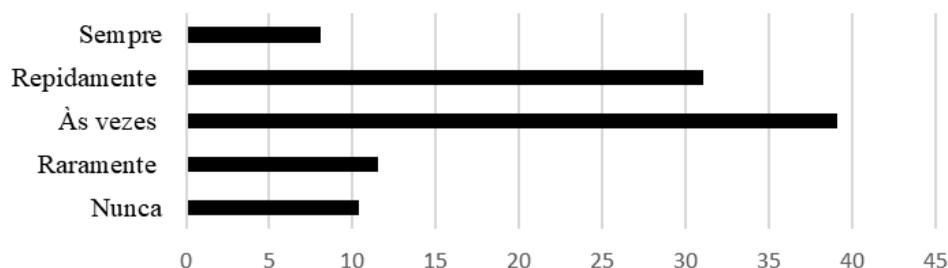
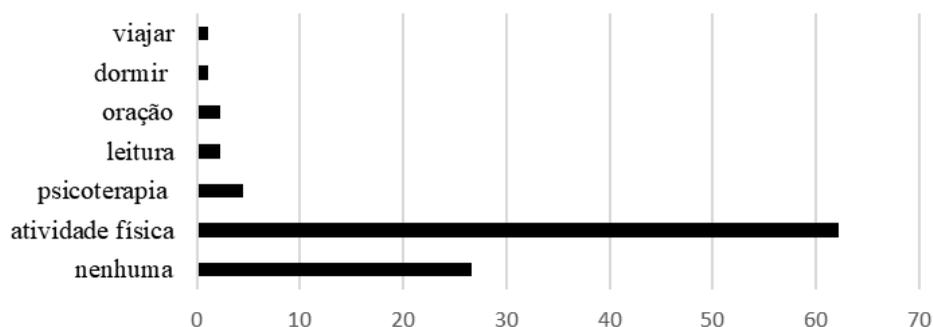


Com relação a autopercepção do estado de saúde mental no período de pandemia, 18,7% disseram estar estressados e 17,3% com sensação de falta de controle frente às incertezas do momento. Além do estresse, os estudantes apontaram a presença de ansiedade, onde 47% deles responderam 'me sinto ansioso(a) às vezes'. Entretanto, cerca de 16% dos alunos não apresentaram alterações significativas, o que demonstra que nem todos foram afetados psicologicamente pela pandemia. Outro aspecto importante que foi investigado na presente pesquisa foi a frequência com que os alunos se sentiam ansiosos. Quase 50% deles disseram se sentir ansioso às vezes e menos de 20% relataram sentir ansiedade sempre.

Referente à sintomatologia observada na percepção dos estudantes durante o período de isolamento decorrente da pandemia da COVID-19, 25,5% apresentaram sintomas de solidão e 26,6% relataram falta de concentração. Os sinais de solidão foi um dos sintomas mais relatados pelos respondentes no período pandêmico. As principais respostas obtidas referentes ao período de pandemia foram: *'Impactou a saúde mental das pessoas'*, *'Momento de solidão'*, *'As pessoas começaram a se importar mais umas com as outras'*, *'Empecilho para as relações sociais'*.

Observou-se também por meio dos discursos dos discentes a dificuldade em se adaptar e um baixo desempenho ao novo método de ensino. Relatos como dos entrevistados: *'A experiência não foi boa, pois necessitamos de aulas práticas'*, *'não consigo me concentrar'*, *'sinto dificuldade em aprender sem o devido acompanhamento do professor'*, *'bastante confusa' pelo motivo de ser uma experiência nova'*, *'as aulas online nos deixam mais ansiosos'*

Além disso, no que se referem aos contratempos de realizar as atividades acadêmicas durante o período pandêmico, um maior número de entrevistados relatou sentir dificuldades às vezes de realizar suas tarefas (39%) seguido de repetidamente (31%) (Gráfico 2). Dentre as estratégias de cuidado em saúde mental citadas pelos universitários, a mais prevalente foi a prática de atividades físicas com 62% (Gráfico 3).

Gráfico 2. Obstáculos apresentados em realizar as tarefas diárias no período pandêmico**Gráfico 3.** Estratégias de cuidado à saúde mental utilizadas por graduandos de odontologia durante a pandemia do COVID-19.

Pelo teste Qui-Quadrado com relação ao nível de estresse, houve diferenças significativas entre os sexos ($P < 0,05$), onde as mulheres apresentam maior nível de estresse em relação aos homens. Contudo não foram encontradas diferenças significativas ($P > 0,05$) entre os estudantes que estudam na instituição pública ou privada. Para as estratégias de enfrentamento, pelo teste de Qui-Quadrado foi possível verificar valores significativos ($P < 0,05$), os estudantes de odontologia da instituição pública (UESB) realizaram mais atividade física em relação à instituição privada (UniFTC), e os indivíduos do sexo masculino fizeram mais atividades físicas em comparação com o feminino ($p < 0,05$).

4. DISCUSSÃO

Entendo a gravidade e complexidade da disseminação da COVID 19, na tentativa de conter a propagação do vírus, foram estabelecidas medidas de prevenção, com destaque ao distanciamento social. Na realidade, o distanciamento trouxe consigo a paralização de muitos setores, entre eles a educação presencial que necessitou se adequar para a modalidade remota, levando aos professores e sobretudo os estudantes a se adaptarem nesse contexto (GUNDIM et al., 2021; SOUZA et al., 2021).

Os estudantes universitários se tornam o público-alvo mais expostos ao estresse advindo da vida acadêmica, logo, são mais suscetíveis a crises de ansiedade. Então, somado a maior propensão aos quadros de ansiedade, a pandemia junto com isolamento social e a nova modalidade de ensino *online* são tidos como potencializadores do sofrimento psicológico nos estudantes. (MOTA et al., 2021).

De acordo com Pereira et al (2020), o isolamento social trouxe também prejuízos para a saúde mental, dentre eles pode-se citar o afastamento de familiares e amigos, a incerteza sobre a duração do isolamento e da própria pandemia, sobrepõe-se ao acúmulo de atividades escolares e do trabalho,

atrelado à desmotivação. Os sentimentos ambíguos vividos frente à incerteza e a necessidade de alterar os planos para o futuro somado à separação dos familiares, têm acarretado ansiedade e até mesmo depressão nos estudantes.

Anteriormente a pandemia, a ansiedade e a depressão já eram consideradas as doenças mentais mais prevalentes no mundo, mas no período pandêmico, tornaram-se comuns emoções e vivências negativas, ocasionando dificuldades de curto prazo, podendo acarretar problemas mentais. Problemas esses que podem ocasionar, entre outras coisas, transtorno de sono, mudanças alimentares e experiências viciantes. Além disso, notícias relacionadas ao número de doentes e mortas, as 'fake news' divulgadas amplamente nos meios de comunicação e a infodemia acerca da pandemia da COVID-19 apresentaram-se dispositivos de ativação das dificuldades com problemas emocionais (LUO et al., 2021).

Do ponto de vista acadêmico, o estresse se destacou e foi observado nos estudantes de odontologia na UESB e na UNIFTC. O estresse tende a aumentar entre os estudantes e outros indivíduos, pois apesar de um período relativamente curto referente a pandemia, já é suficiente para causar impactos à saúde mental. Evidências científicas revelam que os impactos psicológicos negativos são maiores se as autoridades determinassem um tempo previsto mais curto de isolamento e depois aumentassem esse período (BRISCESE et al., 2020).

Segundo Lipp (2006), 'o ser humano, cronicamente estressado, apresenta cansaço mental, dificuldade de concentração, perda de memória imediata, apatia e indiferença emocional', situações estas que podem comprometer de modo significativo as relações de cada pessoa com as outras e consigo mesmo. Uma das consequências do estresse é diminuir a produtividade e o aprendizado dos estudantes.

Na visão de Costa (2018), as atividades sejam elas estudantis ou profissionais, vão gradativamente reduzindo sua produção em virtude do estresse. Nossos resultados são corroborados pela pesquisa de Castro (2017), que relata o estresse como uma das alterações psicológicas mais comuns em estudantes universitários. Logo, observaram que os estudantes se sentiam inseguros no contexto educacional, ou seja, os sentimentos de ansiedade que já pairavam as universidades antes da pandemia se intensificaram acarretando na incerteza do futuro, bem como o desenvolvimento de depressão e outros quadros psicológicos, coadunando com a sensação de insuficiência e incapacidade.

Os estudantes universitários compõem um grupo de indivíduos propícios ao desenvolvimento de alterações psicológicas, muito por conta da exigência acadêmica e das incertezas quanto ao mercado de trabalho. A principal alteração é a ansiedade (CASTRO, 2017).

O fato das mulheres apresentarem mais estresse que os homens podem ser justificados pela relação entre fatores genéticos (predisposição), ambientais, afetivos, sociais e hormonais envolvidos no contexto. No entanto, as questões sociais e de gênero, são considerados os fatores que mais influenciaram no adoecimento psicológico de mulheres período pandêmico. Os sintomas de estresse foram apontados, entre os citados, com maiores escores em subescalas no sexo feminino (MAIA e DIAS; 2020). A ansiedade é **considerada uma reação emocional normal e inerente à** condição humana, caracterizada muitas vezes por uma tensão ou preocupação; condição entendida como necessária para sobrevivência social, já que o indivíduo mobiliza atitudes de defesa e/ou ataque no enfrentamento de situações aversivas (BARLOW, 2016).

No entanto, em alguns contextos esse nível de ansiedade pode se mostrar elevado e trazer prejuízos na saúde mental, tornando-se patológica (LENHARDTK e CALVETTI., 2017). A pesquisa realizada por Savitsky et al. (2020) demonstrou essa situação ao avaliar os níveis de ansiedade e o enfrentamento dos acadêmicos de enfermagem, em Israel, em que os índices de ansiedade moderada e grave se mostraram alarmantes entre os estudantes nos anos pandemia (BÁRTOLO et al., 2017). Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DMS, 2014), a ansiedade se torna patológica quando surge uma inquietação ou preocupação desproporcional à situação de ameaça, acarretando sofrimento e prejuízos, de ordem, sobretudo funcional.

Além do aumento no índice de ansiedade, sintomas relacionados ao estresse e depressão podem ser prejudiciais, já que podem repercutir de modo negativo na vida pessoal, acadêmica e/ou profissional. Quanto ao diagnóstico e sintomas de depressão em discentes que atuavam na área da saúde também

foi considerado elevado no contexto pandêmico (CUSTODIO et al., 2022). Alguns estudos apontam que os estudantes têm se demonstrado com uma classe vulnerável, visto que, enfrentam diversos desafios ao longo da trajetória acadêmica e profissional (CASTRO, 2017).

Deste modo, observaram-se fatores como estresse e ansiedade dificultavam o desenvolvimento de tarefas diárias dos estudantes no período pandêmico, relatadas por eles que esses obstáculos ocorreram de forma recorrente. Miranda et al. (2020) constatou que os estudantes universitários mostraram que ao reorganizar a rotina no contexto pandêmico, os discentes deviam também priorizar as atividades mais urgentes e cuidar de sua saúde física e mental. E ainda durante a pandemia os estudantes tiveram que se adaptar ao ensino remoto o que contribuiu ainda mais para as dificuldades em se organizarem além de aumentar o estresse e a ansiedade. Os obstáculos dos discentes em relação ao ensino remoto, uma vez que estava afiliada a falta de organização nos estudos, apoio das universidades, instabilidade na internet e as distrações geradas no local de estudo (BARBOSA, et al., 2022)

O período remoto intensificou o isolamento social e a mudança brusca na rotina diária. A falta de lazer e a suspensão de atividades físicas são condições que favoreceram um mal-estar físico e mental do indivíduo, esse fato também foi observado por Barbosa et al (2022). Essa mudança na forma de ensino, devido à pandemia, aumentou as incertezas dos estudantes sobre o seu futuro, junto com isso, o cenário de adoecimento e mortes pelo novo coronavírus fez com que a saúde mental dos estudantes de ensino superior fosse ainda mais impactada (GUNDIM., 2021).

Ademais, é perceptível que a mudança repentina e brusca no cotidiano para uma nova metodologia de ensino associado com medo de contrair o vírus ou morrer, transmitir aos seus familiares e incertezas frente ao retorno das atividades diárias desencadeava a falta de concentração em seus afazeres e consequentemente o sofrimento psíquico (GUNDIM, et al., 2021). De fato, a construção da nova experiência em isolar-se e manter contato virtual seja para atividades acadêmicas ou laborais, levou os estudantes, principalmente a se depararem com a não interação ou diálogo. A solidão destacada nas entrevistas revela que o ser humano necessita de contato diante de seu convívio social. Pode-se dizer que a pandemia fez o acadêmico observar e analisar suas ações antes e durante a pandemia.

Diante de tantas alterações no comportamento e questões relacionadas a saúde mental, os estudantes foram questionados sobre as estratégias de enfrentamento utilizadas durante o período da pandemia, com destaque para o aumento da atividade física. A atividade física gera um bem-estar físico e mental e ajudaram os estudantes durante esse período. A atividade física e qualidade do sono tem relação com a saúde mental em estudantes do ensino superior. Qualquer tipo de atividade física é positivamente associado ao bem-estar emocional ou inversamente associados a queixas psicológicas, como sinais de depressão e ansiedade conforme observado por Ghrouz et al., (2019). Corroborado também por Aurélio (2020) que considera a atividade física como uma das formas mais acessíveis de promoção da saúde mental. Foi observado que as pessoas do sexo masculino realizam mais atividades físicas em relação às do sexo feminino, isso pode estar associado a fatores referente a existência de barreiras sociais que comprometem as mulheres nas mais diversas atividades. As mulheres tem uma maior tendência a se dedicarem as atividades domésticas duas vezes mais em relação aos homens. Esse fato é corroborado pelo estudo realizado por Crochemore-Silva et al., (2020), as questões de gênero podem interferir diretamente no lazer das mulheres e por consequência na prática de atividade física, pois estas precisarão de tempo e condições para realizá-las. Esse fato também pode estar relacionado ao alto nível de estresse em mulheres com relação aos homens como foi encontrado neste estudo.

Além da atividade física, as consultas e terapias com profissionais especializados em saúde mental, tais como psicólogos e psiquiátricas, intervenções medicamentosas, são estratégias eficientes no tratamento de distúrbios e doenças psíquicas, entretanto, esses métodos intervencionais em sua maioria necessitam de um custeio financeiro que atenua a procura por estes (FOUILLLOUX et al., 2021). Sugere-se nesses casos os grupos de apoio e até mesmo núcleos de atenção ao estudante quanto à sua saúde mental, a fim de melhorar o desenvolvimento das atividades acadêmicas e suas dificuldades.

Uma parcela significativa de estudantes, cerca de 56,2% sentiram seu desempenho e tempo dedicado aos estudos diminuído em decorrência do novo modelo de ensino, sendo o sexo feminino mais afetado. Apesar de a tecnologia ser um objeto de grande valia para o meio acadêmico a transição e a falta de hábito do ensino remoto gerou um grande prejuízo para os alunos de ensino superior e médio. Além disso, é corriqueira a falta de estruturas e recursos por parte das instituições de ensino, causando um dano no processo de ensino e aprendizagem de seus discentes (RODRIGUES et al., 2020).

Entre as várias formas que as pessoas utilizaram como válvula de escape durante o período da pandemia por COVID-19, as mídias sociais se destacaram de forma a minimizarem os impasses advindos do isolamento social. Porém, alguns estudos relatam que o uso excessivo da internet está relacionado com o sofrimento psicológico na população, bem como sintomas ansiosos e estresse (MOTA et al., 2021).

Observando os efeitos do período inicial da pandemia e os dias atuais, observa-se que a longo prazo ainda será possível que universitários estejam vulneráveis ao adoecimento psicológico e manifestações deste através de sintomas ansiosos, alterações de humor, sono, etc. As estratégias em lidar com esses efeitos não são exploradas de modo mais abrangente na literatura e por vezes se torna escassa, sugerindo que novas estratégias possam ser repensadas frente ao ambiente acadêmico, a fim de promover a saúde mental dos universitários e minimizar os impactos à saúde mental. Assim, práticas integrativas e também técnicas de mindfulness podem ser aliadas como manejo à ansiedade e outras demandas psicológicas (AURELIO, 2020; BARBOSA, et al.; 2022).

5. CONCLUSÃO

Por meio do presente estudo, foi possível identificar o quanto a pandemia do novo Coronavírus impactou a saúde mental dos estudantes de odontologia de instituição tanto pública quanto privada. Isso pode ser explicado através de alterações fisiopsicológicas que desencadeiam manifestações clínicas como a ansiedade. Dentre os diversos fatores que podem afetar os estudantes, especialmente na pandemia, o estresse e a ansiedade foram os mais observados nesse grupo de indivíduos propícios ao desenvolvimento de alterações psicológicas, devido a exigência acadêmica e das incertezas quanto ao mercado de trabalho. Dessa forma, repercutindo de modo negativo na vida pessoal, acadêmica e/ou profissional, comprometendo assim a qualidade de vida dos universitários. Além disso, percebeu-se que dentre as estratégias de enfrentamento na promoção da saúde mental utilizadas durante o período da pandemia, a prática de atividades físicas foi a mais prevalente entre os estudantes com 62%.

REFERÊNCIAS

AURÉLIO, S.S.; SOUZA, F. Atividade física no combate a incidência de depressão e ansiedade na pandemia do COVID-19: uma revisão de literatura. **Educação Física Bacharelado-Tubarão**, 2020.

BLACK, D. W., GRANT. J. E. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DMS)**, 2014. p. 123-146.

BARBOSA, T. P.; COSTA, F. B. P.; RAMOS, A.C.V.; BERRA, T. Z.; ARROYO, L.H.; ALVES, Y.A.; DOS SANTOS, F.L.; ARCÊNCIO, R. A. Morbimortalidade por COVID-19 associada a condições crônicas, serviços de saúde e iniquidades: evidências de sindemia. **Rev Panam Salud Publica**. 2022. DOI: <https://doi.org/10.26633/RPSP.2022.6>

BARLOW, D. H. **Manual Clínico dos Transtornos Psicológicos: tratamento passo a passo**. 2016

- BÁRTOLO, A.; MONTEIRO, S.; PEREIRA, A. Factor structure and construct validity of the Generalized Anxiety Disorder 7-item (GAD-7) among Portuguese college students. **Cad Saude Publica**, v.33, n.9. 2017. DOI: 10.1590/0102-311X00212716. PMID: 28977285.
- BRISCESE, G.; LACETERA, M. M.; TONIN, M. Compliance with covid-19 social-distancing measures in italy: the role of expectations and duration. **Initiated by Deutsche Post Foundarion**. 2020.
- CAETANO, R.; SILVA, A. B.; GUEDES, A. C. C. M.; PAIVA, C. C. N.; RIBEIRO, G. R.; SANTOS, D. L.; SILVA, R. M. Desafios e oportunidades para telessaúde em tempos da pandemia pela COVID-19: uma reflexão sobre os espaços e iniciativas no contexto brasileiro. **Cad. Saúde Pública**, v. 36, n. 5. 2020. DOI: 10.1590/0102-311X00088920
- CASTRO, V.R. reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino. **Revista Gestão em Foco**. 2017.
- COSTA, Fernanda Benquerer. A saúde mental em meio à pandemia COVID-19. Disponível em: <https://www.saude.df.gov.br/documents/37101/85829/A%20sa%C3%BAde%20mental%20em%20meio%20%C3%A0%20pandemia%20COVID-19.pdf> . Acesso em: 20 out. 2022.
- CROCHEMORE-SILVA, I.; KNUTH, A. G.; WENDT, A.; NUNES, B. P.; HALLAL, P. C. SANTOS, L. P.; HARTER, J. PELLEGRINI, D. C. P.; Prática de atividade física em meio à pandemia da COVID-19: estudo de base populacional em cidade do sul do Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 25, n. 11. 2020. DOI: 10.1590/1413-812320202511.29072020
- CUSTODIO, L. B. M.; GARBIN, A. J. Í.; MOIMAZ, S. A. S. Covid-19: Estresse e Ansiedade em Graduandos de Odontologia. **Ensino**, v.23, n.1, p.132-137. 2022. DOI: <https://doi.org/10.17921/2447-8733.2022v23n1p132-137>
- FOUILLLOUX, C.; FOUILLLOUX-MORALES, M.; TAFOYA, S. A.; PETRA-MICU, I. Asociación entre actividad física y salud mental positiva en estudiantes de medicina en México: un estudio transversal. **Cuadernos de Psicología del Deporte**, v. 21, n. 3, p.1-15. 2021. DOI: <https://doi.org/10.6018/cpd.414381>
- GHROUZ, A. K.; NOOHU, M. M.; L MANZAR, M. D. M.; SPENCE, D. W.; BAHAMMAM, A.S.; PANDI-PERUMAL, S.R. Physical activity and sleep quality in relation to mental health among college students. **Sleep Breath**, v. 23, p. 627-634. 2019. DOI: 10.1007/s11325-019-01780-z.
- GUNDIM, V. A.; ENCARNAÇÃO, J. P.; SANTOS, F. C.; SANTOS, J. E.; VASCONCELLOS, E. A.; SOUZA, R. C. De. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Baiana de Enfermagem (Online)**, v. 35, p. 1-14, 2021. DOI: <https://doi.org/10.18471/rbe.v35.37293>
- LENHARDTK, G.; CALVETTI, P. U. Quando a ansiedade vira doença?: Como tratar transtornos ansiosos sob a perspectiva cognitivo-comportamental. **Aletheia, Canoas**, v. 50, n. 1-2, p. 111-122. 2017.
- LIPP, M. E. N. Teoria de temas de vida do stress recorrente e crônico. **Boletim Academia Paulista de Psicologia**, v. 26, p. 82-93. 2006.

LUO, W.; ZHONG, B. L.; CHIU, H. F. K.; Prevalence of depressive symptoms among Chinese university students amid the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. **Epidemiol Psychiatr Sci**, v. 30. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1017/S2045796021000202>

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

MIRANDA, D. B.; ATHANASIO, B. S.; OLIVEIRA, A. C. S.; SILVA, A. C. S. How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents? **Int J Disaster Risk Reduct.** 2020. DOI: 10.1016/j.ijdr.2020.101845

MICHELIS, G. T.; GALVÃO, J.; FREITAS, S. A.; MANSÃO, C. M.; BAPTISTA, C. C. T. N. Adaptação acadêmica e saúde mental de estudantes de medicina na covid19: estudo exploratório no Brasil. **Colloquium Humanarum**, v. 18, n. 1, p. 159–170. 2021. DOI: 10.5747/ch.2021.v18.h517

MORENS, D. M.; FAUCI, A. S. Emerging Pandemic Diseases: How We Got to COVID-19. **Um jornal da Cell Press**, v. 182, p. 1077–1092. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cell.2020.08.021>

MOTA, D. C. B.; SILVA, Y. V.; COSTA, T. A. F.; AGUIAR, M. H. C.; MARQUES, M. E. M.; MONAQUEZI, R. M. Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 26, n. 6, p. 2159–2170, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021266.44142020>

NABUCO, G.; OLIVEIRA, M. H. P. P.; AFONSO, M. P. D. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde?. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, v. 15, n. 42, p. 2532. 2020. DOI: 10.5712/rbmf15(42)2532.

PEREIRA, M. D.; OLIVEIRA, L.C.; COSTA, C.F.T.; BEZERRA, C.M.O.; PEREIRA, M.D.; SANTOS, C.K.A.; DANTAS, E.H.M. The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. **Research, Society and Developmen**, v. 9, n.7, p. 1–35. 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i7.4548

RODRIGUES, B. B.; CARDOSO, R. R. S.; PERES, C. H. R.; MARQUES, F. F. Aprendendo com o Imprevisível: Saúde Mental dos Universitários e Educação Médica na Pandemia de Covid-19. **REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO MÉDICA**. 2020. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200404>

SAVITSKY, B.; FINDLING, Y.; ERELI, A.; HENDEL, T. Anxiety and coping strategies among nursing students during the covid-19 pandemic. **Nurse Educ Pract**, v.46. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102809>

SCHMIDT, B.; CREPALDI, M. A.; BOLZE, S. D. A.; NEIVA-SILVA, L.; DEMENECH, L. M. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia**, v. 37. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>

SOUZA, S. L. X.; LAUREANO, I. C. C.; CAVALCANTI, A. L. Estão os estudantes de odontologia com medo do Coronavírus? Um estudo piloto utilizando a escala de medo da COVID-19. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**, v. 20, p. 28–32. 2021. DOI: <https://doi.org/10.9771/cmbio.v20i1.43572>

1 Faculdade de Tecnologia e Ciências, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5861-5196>
Email: alana17gds@gmail.com

2 Faculdade de Tecnologia e Ciências, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2835-923X>
E-mail: ianecarolinecs@hotmail.com

3 Faculdade de Tecnologia e Ciências, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0285-5312>
Faculdade de Tecnologia e Ciências, Brasil
E-mail: djoaofelix@gmail.com

4 Faculdade de Tecnologia e Ciências, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5681-7058>
E-mail: igorprates.riacho@gmail.com

5 Faculdade de Tecnologia e Ciências, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3690-7689>
E-mail: ttreis.jeq@ftc.edu.br

6 Faculdade de Tecnologia e Ciências, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7453-7666>
E-mail: lorena.nunes@ftc.edu.br

Recebido em: 8 de Fevereiro de 2024

Avaliado em: 19 de Abril de 2024

Aceito em: 4 de Setembro de 2024



www.periodicos.uniftc.edu.br



Periódico licenciado com Creative Commons
Atribuição-NãoComercial 4.0 Internacional.