



**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO SEMI-ÁRIDO – UFERSA
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO – PROPPG
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO INTERDISCIPLINAR EM COGNIÇÃO,
TECNOLOGIAS E INSTITUIÇÕES
MESTRADO ACADÊMICO**

ANA PAULA DOS SANTOS CAVALCANTE

**A PANDEMIA DA COVID-19 E O SEUS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DE
PROFESSORES E ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS –
UFAL**

**MOSSORÓ
2024**

ANA PAULA DOS SANTOS CAVALCANTE

**A PANDEMIA DA COVID-19 E O SEUS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DE
PROFESSORES E ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS –
UFAL**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Cognição, Tecnologia e Instituições da Universidade Federal Rural do Semi-Árido como requisito parcial para obtenção do título de Mestre.

Linha de pesquisa: Desenvolvimento e Integração de Tecnologias na Sociedade

Orientadora: Prof. Dr^a Deise Juliana Francisco
Co-orientador: Prof. Dr Remerson Russel Martins

MOSSORÓ
2024

© Todos os direitos estão reservados a Universidade Federal Rural do Semi-Árido. O conteúdo desta obra é de inteira responsabilidade do (a) autor (a), sendo o mesmo, passível de sanções administrativas ou penais, caso sejam infringidas as leis que regulamentam a Propriedade Intelectual, respectivamente, Patentes: Lei nº 9.279/1996 e Direitos Autorais: Lei nº 9.610/1998. O conteúdo desta obra tomar-se-á de domínio público após a data de defesa e homologação da sua respectiva ata. A mesma poderá servir de base literária para novas pesquisas, desde que a obra e seu (a) respectivo (a) autor (a) sejam devidamente citados e mencionados os seus créditos bibliográficos.

C376p Cavalcante , Ana Paula dos Santos.
A PANDEMIA DA COVID-19 E O SEUS IMPACTOS NA
SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES E ESTUDANTES DA
UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS ? UFAL / Ana
Paula dos Santos Cavalcante . - 2024.
85 f. : il.

Orientadora: Deise Juliana Francisco .
Coorientadora: Remerson Russel Martins .
Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal
Rural do Semi-árido, Programa de Pós-graduação em
Cognição, Tecnologias e Instituições, 2024.

1. Saúde Mental. 2. Pandemia. 3. Estudantes.
4. Professores. 5. Ensino Superior.. I. Francisco
, Deise Juliana , orient. II. Martins , Remerson
Russel , co-orient. III. Título.

Ficha catalográfica elaborada por sistema gerador automático em conformidade
com AACR2 e os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

Biblioteca Campus Mossoró / Setor de Informação e Referência

Bibliotecária: Keina Cristina Santos Sousa e Silva

CRB: 15/120

O serviço de Geração Automática de Ficha Catalográfica para Trabalhos de Conclusão de Curso (TCC's) foi desenvolvido pelo Instituto de Ciências Matemáticas e de Computação da Universidade de São Paulo (USP) e gentilmente cedido para o Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal Rural do Semi-Árido (SISBI-UFERSA), sendo customizado pela Superintendência de Tecnologia da Informação e Comunicação (SUTIC) sob orientação dos bibliotecários da instituição para ser adaptado às necessidades dos alunos dos Cursos de Graduação e Programas de Pós-Graduação da Universidade.

ANA PAULA DOS SANTOS CAVALCANTE

**A PANDEMIA DA COVID-19 E O SEUS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DE
PROFESSORES E ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS –
UFAL**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Cognição, Tecnologia e Instituições da Universidade Federal Rural do Semi-Árido como requisito parcial para obtenção do título de Mestre.

Linha de pesquisa: Desenvolvimento e Integração de Tecnologias na Sociedade

Defendida em: 23 / 08 / 2024

BANCA EXAMINADORA



Documento assinado digitalmente

DEISE JULIANA FRANCISCO

Data: 01/11/2024 09:13:41-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profª. Dra. Deise Juliana Francisco (UFERSA/UFAL)

Presidente e Orientadora

Documento assinado digitalmente



REMERTON RUSSEL MARTINS

Data: 30/10/2024 14:28:31-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dr. Remerton Russel Martins (UFERSA)

Coorientador

Documento assinado digitalmente



ANDRE DUARTE LUCENA

Data: 31/10/2024 14:59:44-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dr. André Duarte Lucena (UFERSA)

Membro Examinador

Documento assinado digitalmente



KALYANE KELLY DUARTE DE OLIVEIRA

Data: 30/10/2024 17:16:34-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profª. Dra. Kalyane Kelly Duarte de Oliveira (UERN)

Membro Examinador Externo

Dedico este trabalho a todos os professores e alunos que generosamente aceitaram participar da presente pesquisa bem como a todos os trabalhadores que tiveram que continuar mesmo quando “a terra parou”, enfrentando as mais intensas emoções durante a pandemia da COVID-19. Estendo também minha dedicação aos meus filhos e ao meu marido.

AGRADECIMENTOS

Nesse momento um misto de sentimentos e emoções se passam na minha cabeça e no meu coração, finalizar essa etapa é sem dúvida a realização de um sonho.

Agradeço primeiramente a Deus, criador de tudo que há, que com sua infinita bondade me permitiu chegar até aqui, me dando discernimento e sabedoria para enfrentar todas as adversidades sem perder a fé e esperança.

Agradecimento mais que especial para meu companheiro de vida Raimundo Carlos, por dividir a dor e a delícia de viver esse momento, obrigada por “segurar a barra”, por cuidar, zelar, incentivar e embarcar sempre nas minhas ideias, um marido maravilhoso, um pai exemplar e um ser humano incrível do coração mais lindo que conheço.

A minha família, aos meus pais Dolores e Arimatéia pelas orações e torcida, a minha “boa drasta” Noêmia por todo apoio e suporte.

A minha tia Ligia que está sempre comigo em todos os momentos importante da minha vida.

As minhas tias que são sinônimo de fortaleza e resiliência, Andreia, Lúcia, Ierânia, Francisca e Francineide (*in memoriam*).

Ao meu tio Cléber que sempre foi um incentivador da minha trajetória pessoal e profissional.

A todo quadro docente do PPGCTI, muito obrigada pelos ensinamentos, a professora Dr^a Karla Rosane Do Amaral Demoly por toda dedicação e pela sua bela condução quando a frente do programa e a Professora Maria de Fátima de Lima das Chagas que chega para somar nesta jornada.

Agradecer aos meus queridos orientadores Dr^a Deise Juliana pela parceria durante toda essa jornada, uma grande mulher, mãe e profissional que conduz com maestria o que faz e que faz, inspiração para aventurar-me no mundo da pesquisa. Ao Dr Remerson Russel um verdadeiro presente durante esse percurso acadêmico, orientando, acalmando, incentivando e me mostrando que eu conseguiria, sua calma, sua paciência e a segurança que me passava durante as orientações foram fundamentais para que eu acreditasse que seria capaz.

Aos professores que aceitaram participar da minha banca, Professora Dr^a Kalyane Kelly profissional que muito admiro, enfermeira e pesquisadora das mais capacitadas que conheço, e ao Dr André Lucena que além de excelente profissional, pesquisador na área de

saúde e segurança ocupacional é também um grande ser humano, minha gratidão por cruzarem meu caminho e pelos ensinamentos.

Aos meus amigos de perto e de longe, que por muitas vezes não conseguíamos nos ver, visto que meu tempo estava dedicado a este projeto, difícil citar nomes para não esquecer nenhum, mais sei que estão felizes com a minha conquista, amigos de infância, da vida adulta e do trabalho.

Agradecer a minha querida amiga que o trabalho me deu Kisia Melo, que já trilhou esse caminho e sempre me encorajava, me orientava, me ouvia, sendo apoio e suporte nesse momento.

A todos os meus colegas de sala, percorremos esse caminho juntos, compartilhamos momentos, angústias, conhecimentos, alegrias e vibramos muito com a conquista de cada um que finalizava essa etapa, agradecimento especial a minha amiga Livia Lessa minha parceira, minha dupla, nessa jornada, com quem dividíamos os afazeres do mestrado com apoio e reciprocidade.

Aos meus filhos a quem dedico todo o amor do mundo, me faltam palavras e sobram lágrimas nesse momento, só gratidão a Deus por me permitir ser mãe de vocês, José Carlos chegou e me ensinou sobre o amor incondicional, um amor sem medidas, e quando eu achava que já amava suficiente, eis que na segunda semana de aulas descubro que estou grávida novamente, um turbilhão de sensações, mais hoje vejo a certeza do amor de Deus por nós, era chegada a hora da nossa Ana Luiza vir ao mundo, minha Luz chegou para iluminar ainda mais nossas vidas e trouxe tudo de melhor, obrigada por existirem meus amores amo vocês.

Enfim agradeço a todos que direta ou indiretamente contribuíram durante meu percurso para a chegada desse momento tão esperado, a todos minha gratidão.

**“E o aluno não saiu para estudar
Pois sabia, o professor também não tava lá
E o professor não saiu pra lecionar
Pois sabia que não tinha mais nada pra ensinar**

**No dia em que a Terra parou (Ê!)
No dia em que a Terra parou (Ô!)
No dia em que a Terra parou (Ó!)”**

Raul Seixas.

RESUMO

A pandemia da COVID-19 trouxe inúmeras incertezas, medos e angústias na vida das pessoas. Com os estudantes e professores não foi diferente, a nova rotina acadêmica diante da pandemia através do aumento da exposição de telas e uso de tecnologias antes desconhecidas, desencadeou nesse público uma série de transtornos como ansiedade e depressão, nesse sentido avaliamos algumas variáveis de saúde mental antes e durante da pandemia. O estudo investigou os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental de estudantes e professores da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), com foco na transição para o ensino remoto emergencial. Utilizou-se um questionário *on-line* via *Google Forms* para coletar dados sobre mudanças nos hábitos e comportamentos durante a pandemia, além da autoavaliação da saúde mental com o uso do *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20). Participaram do estudo 296 indivíduos, sendo 219 alunos e 77 professores. A coleta foi realizada no período Setembro de 2020 a Maio de 2021. Empregou-se análise bivariada para correlacionar as variáveis levantadas por meio dos teste Qui-Quadrado e de McNemar com significância estatística à 5% ($p < 0,05$), com o auxílio do JASP. Os dados foram expressos em valores de média e desvio padrão bem como frequência simples e porcentagem através de outro programa estatístico o SPSS (Statistical Page For Social Sciences) versão 23.0 utilizando como principais testes estatísticos como Shapiro-Wilk, homoscedasticidade por Levene, Wilcoxon, Mann-Whitney e Kruskal-Wallis, e exato de Fisher. Os resultados revelaram que tanto estudantes quanto professores experimentaram impactos negativos significativos em sua saúde mental durante o período pandêmico. A análise dos dados do SRQ-20 indicou que os estudantes foram mais afetados do que os professores em diversas categorias avaliadas, mostrando uma piora significativa em 15 dos 20 itens investigados, já nos professores registrou-se uma piora em sete dos 20 itens investigados. Sobre a faixa etária predominante entre os estudantes foi de 18 a 24 anos (58%), enquanto entre os professores foi de 35 a 44 anos (40,3%). Quanto ao gênero na amostra coletada, predominaram estudantes do sexo feminino (62,6%) e professores do sexo masculino (62,3%). Em relação à raça, a maioria dos estudantes se declarou parda (43,4%), e a maioria dos professores se declarou branca (64,9%). Quanto ao estado civil, a maioria dos estudantes era solteira (79,9%), e a maioria dos professores casados (58,4%). Adicionalmente, tanto estudantes quanto professores buscaram medidas de enfrentamento durante o período pandêmico, 76,7% dos respondentes informaram que adotaram novos hábitos e 74,3% deles aumentaram a frequência de um hábito já existente, onde 25% das pessoas responderam aumentar o hábito do estudo, seguidos do entretenimento visual com 24%, como forma de enfrentamento durante a pandemia. Entre aqueles que não adotaram novos hábitos, apenas os estudantes apresentaram um valor de p significativo indicando aumento. Esses achados destacam as adaptações significativas nos comportamentos e hábitos de estudantes e professores durante a pandemia. E reforçam a necessidade de intervenções urgentes para promover a saúde mental na comunidade acadêmica, visando mitigar os impactos negativos contínuos da pandemia e apoiar o bem-estar psicológico no ambiente educacional.

Palavras-chave: Saúde Mental. Pandemia. Estudantes. Professores. Ensino Superior.

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has brought countless uncertainties, fears and anxieties into people's lives. The new academic routine in the face of the pandemic through increased exposure to screens and the use of previously unknown technologies, has triggered a series of disorders such as anxiety and depression in this public, in this sense we evaluated some mental health variables before and during the pandemic. The study investigated the impacts of the COVID-19 pandemic on the mental health of students and teachers at the Federal University of Alagoas (UFAL), with a focus on the transition to emergency remote teaching. An online questionnaire via Google Forms was used to collect data on changes in habits and behaviors during the pandemic, as well as self-assessment of mental health using the Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20). 296 individuals took part in the study, 219 students and 77 teachers. The data was collected from September 2020 to May 2021. Bivariate analysis was used to correlate the variables using the chi-square test and McNemar's test with statistical significance at 5% ($p < 0.05$), with the aid of JASP. The data was expressed in mean and standard deviation values as well as simple frequency and percentage using another statistical program, SPSS (Statistical Package For Social Sciences) version 23.0, using the main statistical tests as Shapiro-Wilk, Levene's homoscedasticity, Wilcoxon, Mann-Whitney and Kruskal-Wallis, and Fisher's exact. The results revealed that both students and teachers experienced significant negative impacts on their mental health during the pandemic period. Analysis of the SRQ-20 data indicated that students were more affected than teachers in several of the categories assessed, showing a significant worsening in 15 of the 20 items investigated, while teachers showed a worsening in seven of the 20 items investigated. The predominant age group among students was 18 to 24 years (58%), while among teachers it was 35 to 44 years (40.3%). As for gender in the sample collected, there was a predominance of female students (62.6%) and male teachers (62.3%). With regard to race, the majority of students said they were brown (43.4%) and the majority of teachers said they were white (64.9%). As for marital status, the majority of students were single (79.9%) and the majority of teachers were married (58.4%). Additionally, both students and teachers sought coping measures during the pandemic period, 76.7% of respondents reported adopting new habits and 74.3% of them increased the frequency of an existing habit, where 25% of people responded to increase the habit of studying, followed by visual entertainment with 24%, as a way of coping during the pandemic. Among those who did not adopt new habits, only students showed a significant p-value indicating an increase. These findings highlight the significant adaptations in the behaviors and habits of students and teachers during the pandemic. And they reinforce the need for urgent interventions to promote mental health in the academic community, with a view to mitigating the ongoing negative impacts of the pandemic and supporting psychological well-being in the educational environment.

Keywords: Mental health. Pandemic. Students. Teachers. Higher Education.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Casos confirmados de SG por COVID-19, segundo sexo. E, Frequência de casos confirmados de SG por COVID-19, segundo evolução entre 2020 e 2021.	26
Figura 2 - Síndrome respiratória aguda grave (SRAG) por COVID-19 quanto a sexo e segundo evolução entre 2020 e 2021 em Alagoas.....	27

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Frequência de casos segundo classificação operacional para COVID-19 em Alagoas entre 2020 e 2021	26
Tabela 2 - Perfil sociodemográfico dos alunos e estudantes da UFAL	41
Tabela 3 - Vivências pré e durante a pandemia da COVID-19 dos professores da UFAL	43
Tabela 4 - Vivências pré e durante a pandemia da COVID-19 dos estudantes da UFAL	44
Tabela 5 - Valores de média $\pm$ desvio padrão de sofrimento mental de estudantes e professores nos períodos pre-pandemia e pandemia.....	46
Tabela 6 - Comparação entre as médias do SRQ-20 para estudantes e professores nos períodos pré-pandemia e durante pandemia	48
Tabela 7 - Valores de média $\pm$ desvio padrão sobre medidas de enfrentamento no período pré e durante pandemia	51

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Casos confirmados de SG por COVID-19, segundo faixa etária, em Alagoas entre 2020 e 2021	27
Gráfico 2 - Frequência da faixa etária dos casos confirmados de SRAG por COVID-19 entre 2020 e 2021. E frequência de casos confirmados de SRAG por COVID-19, segundo raça/cor entre 2020 e 2021.	28
Gráfico 3 - Pirâmide etária dos óbitos confirmados por COVID-19, segundo sexo; segundo raça e cor; e segundo comorbidade e fator de risco entre 2020 e 2021.....	29
Gráfico 4 - Gráfico 01 – Distribuição (%) do sofrimento mental entre os períodos pré-pandemia e durante pandemia para alunos (n=219) e professores (n=77). * Significância estatística entre os períodos “pré-pandemia e durante pandemia” dentro da categoria “Alunos”	45
Gráfico 5 - Novo hábito/atividade para lidar com o novo cotidiano decorrente da pandemia.	52
Gráfico 6 - Aumento da frequência de algum hábito/atividade já existente para lidar com o novo cotidiano decorrente da pandemia	53

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	13
1.1 Problemática	16
1.2 Justificativa	18
2 OBJETIVOS	20
2.1 Objetivos Geral	20
2.2 Específicos	20
3 REVISÃO DE LITERATURA.....	21
3.2 Saúde mental e Pandemia	23
3.3 Saúde mental, educação e o aumento do uso de tecnologias durante a pandemia	29
4 METODOLOGIA.....	35
4.1 Local do estudo	35
5 RESULTADOS	40
5.1 Perfil sociodemográfico dos participantes da pesquisa.....	40
5.2 Saúde mental/Sofrimento mental antes e durante a pandemia.....	42
5.3 Saúde e bem estar de professores e alunos durante a pandemia e medidas de enfrentamento	51
6 DISCUSSÃO	54
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	63
REFERÊNCIAS	65
APÊNDICE A – TEXTO DO E-MAIL DO CONVITE.....	72
ANEXO A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	73
ANEXO B QUESTIONÁRIO	74

1 INTRODUÇÃO

A COVID-19 é uma doença infecciosa causada pelo coronavírus SARS-CoV-2 que se espalhou pelo mundo no ano de 2020. Inicialmente reportado na China em dezembro de 2019 e que chegou ao Brasil oficialmente em 18 de março de 2020, levando a um período de grande mudança na vida da população em geral.

O momento trouxe novos termos e mudanças no convívio social: a quarentena, *lockdown*, distanciamento social. Este fato prejudicou o convívio social com outras pessoas, com destaque para os jovens que durante a pandemia o único meio de interação passou a ser a tela fria de um computador, celular ou *tablet*. O aumento dos números de casos, a propagação por parte da mídia, as *fake news* e os desfechos negativos ocasionados pela doença, contribuem para o aumento dos níveis de estresse da população (Mangueira, 2020).

Arelado a isto, aumentou o uso abusivo de telas e redes sociais pelos jovens, sendo que muitos já apresentavam limitações de convívio social, preferindo as telas e o espaço confinados dos seus quartos seus quartos. De acordo com Teixeira (2019), o uso abusivo das tecnologias compromete os relacionamentos pessoais, sociais, familiares e atividades diárias do sujeito e vem, diariamente, ganhando novos adeptos. Para o autor esses sujeitos dependentes da tecnologia são nomeados de Nomofóbicos, em razão do uso da tecnologia passar a ser patológico e estar relacionado a outros transtornos, referente ao transtorno de ansiedade e depressão.

À época da pandemia, eram muitas informações ao mesmo tempo, relatos de mortes, falta de uma medicação efetiva, de vacina, de insumos nos hospitais, gerando um risco de ansiedade generalizado em toda a população. Segundo Ladeia (2020, p. 6): “A pandemia do novo coronavírus trouxe novos desafios para a saúde pública em todo o mundo. Um deles é o resultado do impacto psicológico diante do isolamento físico e social e das alterações da rotina de toda a população”.

Foram praticamente dois anos sem aulas presenciais, que ocorreram de forma remota, alunos e professores tiveram que adentrar em mundo cada vez mais virtual (aulas remotas, 100% *on-line*, reuniões *on-line*, contato com amigos e colegas de sala também através de telas) e até a vida social passou a ocorrer através das *lives*. Esse aumento exagerado de tantas informações novas durante esse período de pandemia e o uso cada vez mais frequente de redes sociais como *Instagram*, *WhatsApp*, *Facebook*, *Twitter*, deixando os jovens expostos às violências digitais, sendo causadores de algum tipo de sofrimento mental (Rondon, 2021).

Outro ponto que merece atenção é a rotina de trabalho dos professores durante o período pandêmico, pois diante desse novo arranjo de aulas remotas emergenciais, muitos tiveram dificuldades de lidar com as tecnologias digitais. As aulas realizadas com o auxílio da tecnologia eram naquele momento a melhor opção para que se desse continuidade ao ano letivo diante da dificuldade trazida pela pandemia, no entanto acompanhada de outros desafios, pois poucos eram os professores que tiveram a formação adequada para lecionar a distância. Preparar uma aula remota é bem diferente da prática presencial de sala de aula (Sindicato dos Trabalhadores da Universidade Federal de Alagoas - SINTUFAL, 2020).

Barros (2021) ressalta que a pandemia mostrou a necessidade urgente de mudanças nos programas de formação de professores, tanto na graduação quanto em programas de formação continuada, no que se refere aos conhecimentos das tecnologias e das formas de utilizá-las como recursos didáticos. Ademais, de todos os desafios pedagógicos, o professor ainda tem que administrar suas próprias questões emocionais e a de seus alunos, conciliar suas atividades com a família em um mesmo ambiente físico e auxiliar seus alunos e suas famílias quanto à utilização das tecnologias digitais, num período em que estavam buscando meios de aprender a manusear tantas tecnologias novas no período.

O momento era de incerteza por todos os lados, o número crescente de vítimas e óbitos fazia as pessoas sentirem-se cada vez mais tensas, dados do boletim epidemiológico nº 451 da Secretaria Estadual de Saúde de Alagoas, através do Centro de Informações Estratégicas e Resposta em Vigilância em Saúde - CIEVS/AL de 31 de maio de 2021 mostra os números do início da pandemia até data supracitada, evidenciado o cenário atual daquele período, sendo o número total de casos notificados de COVID-19 no estado de 490.166, destes 193.046 casos foram confirmados e 4.9751 óbitos pela doença, o que representava uma letalidade de 2,5%.

No Brasil, as instituições de ensino superior enfrentaram desafios e tiveram que adotar estratégias para manter as atividades acadêmicas. Mais de 90% das instituições de ensino superior suspenderam as aulas presenciais, seja de forma parcial ou total. Na rede federal, esse percentual foi ainda maior, chegando a 94,1%. As instituições ficaram, em média, 28 dias com as aulas suspensas durante o ano de 2020, até que pudessem retomar de forma remota ou presencial. Nas instituições federais, essa média foi de 148 dias (Brasil, 2020).

Somente com o ensino remoto emergencial foi possível que as aulas continuassem mesmo que a distância, durante o período de distanciamento social, no entanto esse foi um período desafiador para o mundo acadêmico. De acordo com um estudo realizado pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), a pandemia resultou em uma redução

significativa na produção científica devido à interrupção de projetos de pesquisa e ao fechamento de laboratórios (UNIFESP, 2021). Muitos pesquisadores enfrentaram dificuldades para acessar recursos e equipamentos essenciais, o que atrasou ou até mesmo paralisou suas pesquisas.

Silva e Souza (2021, p. 15) observaram que "o número de artigos publicados por pesquisadores brasileiros caiu cerca de 30% no período inicial da pandemia, refletindo dificuldades no acesso a recursos, limitações operacionais das instituições e a necessidade de adaptação rápida a novas modalidades de trabalho remoto."

A Academia Brasileira de Ciências (ABC) também destacou que a pandemia expôs a fragilidade da infraestrutura de pesquisa no Brasil, especialmente nas instituições públicas (ABC, 2020). A falta de financiamento adequado e a dependência de insumos importados foram fatores que agravaram a situação, tornando a produção científica ainda mais desafiadora durante a crise sanitária. A pandemia também trouxe muitos prejuízos para a iniciação científica no Brasil e no mundo com o fechamento das instituições durante o período de distanciamento social.

Outro ponto a ser observado foi o fato de que além das dificuldades institucionais, outras questões tecnológicas e sociais também limitaram a produção acadêmica. Acesso limitado à internet de qualidade, falta de infraestrutura adequada para trabalho remoto e desigualdades sociais exacerbaram os desafios enfrentados pelos pesquisadores, especialmente aqueles em regiões menos desenvolvidas do país (Marques, 2023).

Como pesquisadora, profissional de saúde e mãe comecei a ler durante a pandemia e reunir material em torno da nova dinâmica de ensino, através do ensino remoto, acompanhando na mídia notícias de aumento de números de casos de jovens estudantes com depressão e me sentindo atraída pela temática, também almejei pesquisar sobre a saúde mental dos professores enquanto trabalhadores da educação que vivenciaram esse período tão delicado em sua trajetória profissional, pois atuando na área de saúde do trabalhador há alguns anos percebo que, sobretudo a saúde mental dos profissionais mereciam atenção especial nesse momento. Entendendo que Organização Mundial da Saúde (OMS, 2003), traz o conceito de saúde mental como “[...] um estado de bem-estar no qual o indivíduo percebe as suas próprias capacidades, possa lidar com as tensões normais da vida, possa trabalhar de forma produtiva e frutífera e possa contribuir para a sua comunidade”

Sendo simpatizante da causa da saúde mental e enfermeira do trabalho quis explorar essa temática e estudar outras categorias profissionais que não as de saúde ou enfermagem,

evidenciando as lacunas existentes sobre a temática e através dos dados encontrados, responder a alguns questionamentos e ajudar assim, no fomento de informações e subsidiar novas pesquisas, que podem se adequar a qualquer público, além de contribuir com sugestões de enfrentamento no que se refere ao sofrimento mental em estudantes e professores universitários.

Esta pesquisa teve como foco responder a alguns questionamentos, dentre eles: Quais os impactos da COVID-19 na saúde mental de estudantes e professores em uma Universidade Federal do Nordeste Brasileiro com o ensino remoto emergencial durante o período de pandemia em comparação com a pré-pandemia? Quais indicadores de sofrimento mental entre estudantes e professores foram observados durante a pandemia com as novas rotinas das atividades acadêmicas desse período? Quais as estratégias utilizadas pelos participantes diante dessa nova realidade no período pandêmico e com o aumento do uso de tecnologias digitais?

Avaliamos as respostas de professores e estudantes universitários e como estes tiveram que se reinventar durante a pandemia buscando novas formas de cognição e interação para facilitar a aprendizagem nesse período, além de discutir as mais diversas tecnologias disponíveis para este fim que vão desde tecnologias leves como a escuta qualificada, acolhimento, uso da linguagem até o uso de dispositivos digitais que foram utilizados nas aulas remotas.

Nesse sentido, buscamos analisar os principais desafios trazidos para a vida acadêmica no cenário pandêmico. Diante do que foi exposto aqui é trazido por diversos autores já citados, um dos maiores desafios é a promoção da saúde mental desses estudantes e professores, seja durante o período pandêmico ou no pós-pandemia, para isso estratégias devem ser implementadas no ambiente acadêmico, a qual guarda importante relação com possibilidades efetivas de envolvimento e aprendizagem diversas dos sujeitos, sejam docentes ou discentes.

1.1 Problemática

Diante da problemática em torno da saúde mental em tempos de pandemia, a saúde mental dos estudantes merece atenção especial, visto que é uma questão urgente de saúde pública. Antes mesmo da pandemia, o sofrimento mental em adolescentes foi associado a prejuízos com redução de chances de completar a educação básica, falta de coesão social e redução da capacidade de enfrentar as adversidades futuras. Esses transtornos podem afetar

até 25% dos adolescentes, e se mantêm estáveis em mais da metade das crianças até a vida adulta, 50% dos adultos com transtornos mentais relataram início dessas doenças antes dos 14 anos de idade” (Vazquez, 2021), fato que acende um alerta para redobrar o cuidado com esse público.

Entretanto, a saúde mental dos docentes universitários também requer atenção, pois durante o período pandêmico, diante desse novo arranjo de aulas remotas, professores que, antes da pandemia dedicavam-se ao ensino prioritariamente presencial, com suas rotinas em salas de aulas, relações presenciais de trabalho e ambientes dos quais apenas algumas vezes se valiam do uso de algumas tecnologias digitais no apoio ao ensino presencial (Fialho, 2016; Silva, 2005; Kaminski, 2018).

Com o ensino remoto emergencial, eles se viram executando atividades que antes não faziam parte da rotina nas práticas e tiveram que se adequar a tecnologias digitais, tais como ambientes virtuais de aprendizagem e plataformas de Web conferência, diversos sites e aplicativos para ministrar as aulas, participar de reuniões, para atuação em uma modalidade na qual a grande maioria não tinha experiência, muitas vezes sem equipamentos adequados e sem tempo de ter capacitação e reflexão diante da realidade vivenciada (Fialho, 2016).

Os professores foram submetidos a uma rotina cansativa em ambientes digitais devido às atividades recentes. Muitos deles buscaram formação adicional para adaptar o planejamento de aulas presenciais para o formato *on-line*. Essas novas demandas aumentaram significativamente a carga de trabalho dos professores, desde o planejamento até a execução das aulas e o acompanhamento dos alunos fora do horário de trabalho. Muitas vezes, as instituições de ensino não controlam as horas extras trabalhadas pelos professores, além da carga horária estabelecida em seu regime de trabalho (Alves, 2014).

Tais fatos evidenciam a importância de se realizar pesquisas nessa temática, ainda mais trazendo para a realidade na universidade, perceber como anda a saúde mental destes jovens e professores em tempos de pandemia, avaliar como foi essa adaptação à nova rotina acadêmica com o aumento de uso de tecnologias e sugerir meios de promoção de saúde mental dentro do espaço acadêmico visando o apoio adequado aos que porventura necessitem. Então buscamos elementos para retratar a realidade vivenciada por estudantes e professores da Universidade Federal de Alagoas – UFAL.

O presente trabalho de Mestrado relaciona-se com as atividades realizadas pelo Grupo de Pesquisa Saúde Mental, Ética e Educação, da UFAL coordenado pela orientadora da

mestranda. Desta forma, os dados produzidos pelo grupo e ainda não analisados, foram alvo do presente trabalho.

1.2 Justificativa

Diante do cenário pandêmico da COVID-19, as atividades estudantis presenciais na graduação da UFAL estavam suspensas impactando na rotina dos estudantes e professores. Em estudo realizado por Maia e Dias (2020) com estudantes universitários portugueses foram observadas as variáveis de ansiedade, estresse e depressão em 2018, 2019 e 2020.

A comparação entre o período antes da pandêmica (fevereiro/março de 2018 e, depois, em fevereiro/março de 2019) e o período pandêmico (março de 2020, entre a suspensão das aulas e a decretação do estado de emergência em Portugal), mostrou:

um aumento significativo de perturbação psicológica (ansiedade, depressão e estresse) entre os estudantes universitários no período pandêmico comparativamente a períodos normais [...]. Os resultados deste estudo sugerem que esta pandemia provocou 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. Existindo dados de que esses efeitos podem prolongar-se no tempo, importa traçar estratégias de prevenção ou remediação” (Maia e Dias, 2020, p. 6-7).

Além dos efeitos da pandemia, Maia e Dias (2020) apontam que outros fatores podem estar associados ao estresse, ansiedade e depressão, por essa razão são necessários outros estudos que analisem os efeitos da pandemia no público universitário.

É possível perceber que as mudanças causadas pela pandemia também afetam o trabalho dos professores, a suspensão das aulas presenciais devido à pandemia levou as gestões das instituições de ensino a adaptar todo o planejamento para o ensino *on-line*, adotando tecnologias digitais comumente utilizadas na modalidade EAD (Ensino A Distância) ou na modalidade de ensino híbrido. Os professores passaram com isso a acumular muito trabalho para além da sua carga horária de trabalho, porque tiveram que aprender sobre as plataformas de ensino, além de usar recursos materiais próprios para trabalhar.

Entidades sindicais têm alertado sobre essas situações (SINPROSP, 2020; SINPRODF, 2020; SEDUFMS, 2020; SINPROGOIAS, 2020; SIMPROMACAE, 2020, SINPROJF, 2020). Na cidade de Maceió, em Audiência no Ministério Público do Trabalho, no dia 17 do mês de março de 2020, a categoria docente denunciou trabalho exaustivo por

conta da gravação de vídeo aulas. Segundo matéria veiculada nos principais veículos de comunicação jornalística do Estado, parte da categoria docente vem enfrentando dificuldades em desenvolver a docência nos ambientes virtuais: “Parte dos profissionais que não tem experiência em ministrar aulas por meios digitais está adoecendo em razão da carga de serviços gerados” (Gazetaweb, 2020; TNH1, 2020; MACEIO7SEGUNDOS, 2020).

Dito isto e considerando o atual contexto de mudanças ocasionadas pela pandemia por COVID-19 é relevante identificar as repercussões desse cenário sobre a saúde mental de estudantes e professores. Analisar como a saúde mental desses indivíduos foi impactada e as formas utilizadas por esses sujeitos para lidar com a adaptação à nova rotina educacional assim como novos moldes de interação social e de relacionamento. Após análise dos dados obtidos, contribuir para estudos que visem a construção de estratégias de enfrentamento durante esse período tão delicado de pandemia e também de pós-pandemia uma vez que ainda não se mensura os impactos na saúde mental das pessoas e como está sendo essa volta ao novo normal.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivos Geral

Analisar os impactos da COVID-19 na saúde mental de estudantes e professores em uma Universidade Federal durante o ensino remoto emergencial no período de pandemia em comparação com a pré-pandemia.

2.2 Específicos

- Caracterizar o perfil sociodemográfico de estudantes e professores participantes do estudo;
- Avaliar indicadores de sofrimento mental entre estudantes e professores relatados durante a pandemia com as novas rotinas das atividades acadêmicas desse período;
- Identificar as estratégias utilizadas pelos participantes diante das novas rotinas enfrentadas durante a pandemia COVID-19.

3 REVISÃO DE LITERATURA

3.1 Saúde Mental e Atenção Psicossocial no Brasil: breve histórico

A assistência à saúde mental no Brasil e a atenção psicossocial são componentes fundamentais do sistema de saúde pública. No Brasil, o Sistema Único de Saúde (SUS) desempenha um papel crucial na promoção da saúde mental e na oferta de serviços psicossociais, e é marcada por transformações significativas ao longo das últimas décadas. Durante muito tempo esteve ligada ao tratamento em grandes manicômios. Normalmente, os pacientes eram levados a esses locais contra a sua vontade, sendo retirados do seu espaço social e familiar. Em 1978 marca o início efetivo do movimento social pelos direitos dos pacientes psiquiátricos no Brasil (Brasil, 2005).

O Movimento dos Trabalhadores em Saúde Mental (MTSM), formado por trabalhadores integrantes do movimento sanitário, associações de familiares, sindicalistas, membros de associações de profissionais e pessoas com longo histórico de internações psiquiátricas, surge neste ano (Brasil, 2005). Esse movimento ficou configurado como Luta Antimanicomial, contra hegemônico, que reclama pela Reforma Psiquiátrica Brasileira que emergiu com o objetivo de desinstitucionalizar o tratamento dos transtornos mentais e promover uma abordagem comunitária e humanizada. Desenhava-se assim um cenário para luta e resistência contra o atual modelo de assistência à saúde mental no Brasil.

O conjunto dessas forças pressionou a Assembleia Constituinte, que se instalou em 1987, para garantir a saúde como um direito de cidadania e não mais como um direito trabalhista (Luz, 2000). Como resultado desse momento temos a inscrição, na Constituição Federal de 1988, do artigo 196, que assegura a “saúde como um direito de todos e dever do Estado mediante políticas sociais e econômicas que visem a redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário as ações e serviços para a sua promoção, proteção e recuperação” (Brasil, 1988).

Hoje temos outra conformação no tocante a assistência em saúde mental no Brasil são elas: as RAS e as RAPS. As Redes de Atenção à Saúde (RAS) são arranjos organizativos de ações e serviços de saúde de diferentes densidades tecnológicas e níveis de complexidade do sistema SUS, que integradas por meio de sistemas de apoio técnico, logístico e de gestão, buscam garantir a integralidade do cuidado (Brasil, 2010). A Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) foi instituída pelo Ministério da Saúde em 2011 como uma estratégia para estruturar e

integrar os diferentes serviços de saúde mental disponíveis no SUS e tem como prioridade o enfrentamento do álcool, crack, e outras drogas (Brasil, 2011a).

A RAPS é composta por diversos pontos de atenção, incluindo: Centros de Atenção Psicossocial (CAPS): Serviços comunitários que oferecem atendimento diário e contínuo a pessoas com transtornos mentais graves e persistentes. Serviços Residenciais Terapêuticos (SRT): Espaços destinados à moradia de pessoas que saíram de longas internações psiquiátricas e não possuem suporte familiar. Unidades de Acolhimento: Estruturas que oferecem acolhimento transitório a pessoas em situação de vulnerabilidade social associada ao uso abusivo de álcool e outras drogas. Atenção Básica: Postos e centros de saúde que fornecem cuidados de saúde mental na comunidade e servem como porta de entrada para a RAPS (Ministério da Saúde, 2011).

A Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), usa a Atenção Psicossocial e se estrutura em diferentes pontos da rede SUS, desde a Atenção Primária à saúde (APS), passando pela atenção psicossocial especializada, residencial, hospitalar, até às estratégias de desinstitucionalização, e agora temos os conhecido projeto singular terapêutico para o cuidado com a saúde mental (Brasil, 2011).

No entanto é necessário ainda muito a caminhar com relação a assistência a saúde mental no Brasil, para muitas pessoas ainda é um estigma buscar por ajuda ou simplesmente não se percebem nessa linha tênue que é o sofrimento mental deixando para “pedir socorro” quando estão em processo de adoecimento severo. Apesar dos avanços, a implementação da RAPS enfrenta vários desafios. A distribuição desigual dos serviços, a falta de recursos financeiros e humanos, e o estigma associado aos transtornos mentais são barreiras significativas. Além disso, há uma necessidade contínua de capacitação dos profissionais de saúde e de integração efetiva entre os diferentes níveis de atenção (Lancet, 2011).

A assistência à saúde mental e a atenção psicossocial no Brasil têm avançado significativamente desde a implementação da Reforma Psiquiátrica e a criação da RAPS. No entanto, muitos desafios ainda persistem na distribuição equitativa dos serviços, na capacitação de profissionais e na integração de cuidados. A continuidade dos esforços para fortalecer a RAPS e promover políticas intersetoriais é crucial para garantir um cuidado integral e humanizado às pessoas com transtornos mentais no Brasil, além da conscientização e quebra de estigma de não procurar ajuda profissional por receio de julgamentos alheios.

Nesse sentido, buscamos na literatura assim como nos dados da pesquisa, achados que indiquem que os participantes da pesquisa (estudantes e professores) estavam ou estiveram

em sofrimento mental durante a pandemia visando traçar o perfil dessas pessoas e buscar medidas de enfrentamento dessa problemática.

3.2 Saúde mental e Pandemia

É possível afirmar que a pandemia da COVID-19 desencadeou efeitos nocivos e desafiadores à saúde pública mundial. Para além da sobrecarga do sistema, a chegada dessa nova patologia intensificou significativamente os danos psicológicos da população, devido não apenas ao estresse proporcionado pelas incertezas sobre as consequências da doença, como também pelas medidas adotadas para a contenção do alastramento do coronavírus. Nesse sentido, o presente estudo possui a finalidade de analisar os impactos da COVID-19 na saúde mental de estudantes e professores numa Universidade Federal do Nordeste com o ensino remoto emergencial durante o período de pandemia em comparação com a pré-pandemia.

O Decreto Nº 69.541, de 19 de março de 2020 do governo estadual de Alagoas estabeleceu medidas de restrição para diminuir o contato entre as pessoas e a curva de contaminação da COVID-19. Com o Decreto Nº 70.066, de 9 de junho de 2020, foram mantidos diversos estabelecimentos fechados até o dia 22 de junho. Serviços considerados essenciais foram mantidos em funcionamento como órgãos de imprensa e meios de comunicação em geral, serviço de call center, os estabelecimentos médicos e odontológicos para serviços de emergência, hospitalares, laboratórios de análises clínicas, farmacêuticos, psicológicos, clínicas de fisioterapia e de vacinação, distribuidoras e revendedoras de água e gás, distribuidores de energia elétrica, serviços de telecomunicações, segurança privada, postos de combustíveis, funerárias, estabelecimentos bancários, lotéricas, clínicas veterinárias, lojas de produtos para animais, lavanderias e oficinas mecânicas.

Ao visitar literaturas que versam sobre os impactos provocados pela pandemia da COVID-19, evidencia-se de acordo com Garrido e Rodrigues (2020), que os problemas de saúde mental aumentaram em escala preocupante durante o distanciamento social. Este estudo mostra ainda, que os casos de depressão quase dobraram e os de ansiedade e estresse tiveram um aumento de 80%. Quando fazemos um recorte de gênero, nota-se que as mulheres são mais propensas do que os homens a sofrerem com ansiedade e estresse durante o período de pandemia. Somado a isso, é possível afirmar que, para tratar de saúde, não se deve levar em consideração apenas parâmetros biomédicos, uma vez que há a necessidade de reconhecer o

papel de parâmetros sociais. Em países como o Brasil, marcados por desigualdade e perversidade do sistema, com um exorbitante número de pessoas, principalmente mulheres e pretos, vivendo em situação de pobreza e desemprego, essa demanda torna-se ainda mais evidente.

Em um outro estudo, Ladeia *et al.* (2020), avalia que uma parcela majoritária da população sentia falta de suporte à saúde mental durante o distanciamento social, houve intensificação de problemas de saúde mental, tais como depressão, estresse, ansiedade, insônia e medo durante a pandemia de COVID-19, tendo um aumento de depressão em pessoas acometidas pela doença do novo coronavírus.

Já Manguiera *et al.* (2020), refere que, quando relacionado à pandemia, há a recorrência do medo por parte de crianças e adolescentes, sendo o de perder alguém da família o mais presente, especialmente quando há alguém no grupo de risco. Estar em casa para o cumprimento do isolamento social impulsionou a prevalência de frustração e tédio, insegurança, bem como o medo da infecção pelo coronavírus. Desse modo, a pandemia da COVID-19, ao unir diferentes fatores geradores de estresse, como o confinamento, o distanciamento social e as incertezas que permeiam a doença, podem ser responsáveis por eventos traumáticos em estudantes e professores.

Quando se fala em ensino a distância no período pandêmico, Bahia (2020) nos traz a realidade encarada pela equipe docente para lidar com as tecnologias voltadas ao ensino remoto, diante desse ensino emergencial a distância, bem como a carência desses equipamentos para a efetivação das atividades de maneira a gerar um quadro de preocupação e dúvidas, especialmente, por parte de alunos e professores quanto aos rumos que seriam tomados e como esses afetam a educação.

É possível afirmar de acordo com os autores já citados que todos os envolvidos nessa nova realidade a distância necessitaram se reinventar, num esforço conjunto com a finalidade de promover um processo de ensino-aprendizagem que, de alguma forma, amenize algumas perdas, foi preciso então criar novas formas de cognição e de ensinar e aprender. As aulas remotas não substituem de forma tão eficiente as presenciais, não apenas devido às dificuldades frente à logística e às tecnologias, como também ao fato de que estudantes e professores enfrentam as suas próprias fragilidades pessoais diante do cenário pandêmico, que acentuam a complexidade da adesão ao ambiente virtual, onde não se teve tempo para se preparar para tal situação, todos foram pegos de surpresa e tiveram que aprender essa nova dinâmica de ensino ao mesmo tempo que ensinavam seus alunos.

Autores como Rosa e Silva (2021), demonstram que as estratégias pedagógicas de escolas e universidades durante a pandemia, em algumas situações, desconsideram a diversidade e a multiplicidade de necessidades dos sujeitos, singularmente, contribuindo para a exclusão de grupos mais vulneráveis, como estudantes com deficiência e outros, seja por causa do local onde residem ou pela falta de condições de acesso às tecnologias digitais para a realização das atividades, ampliando ainda mais a marginalização educacional desses grupos.

Nesse sentido, Rosa e Silva (2021, *apud* Islam *et al.*, 2020) avaliam um estudo realizado em Bangladesh, que revelou que 82,4% dos estudantes universitários apresentaram sintomas depressivos e 87,7% sintomas de ansiedade, especialmente entre homens na faixa dos vinte anos. Percebeu-se que a carência na estruturação do ensino ou o ensino remoto afligiram os estudantes, bem como contribuíram para um maior desconforto psicológico e desenvolvimento de Burnout entre os docentes. Com relação aos estudantes do ensino médio, a prevalência de sintomas depressivos, de ansiedade e uma combinação de ambos os sintomas foi de 43,7%, 37,4% e 31,3%, respectivamente (Rosa; Silva, 2020, *apud* Chi *et al.*, 2020).

Vazquez *et al.* (2021) mostram em seus estudos sobre a saúde mental de estudantes de escolas públicas durante a pandemia da COVID-19, que as associações mais importantes aos sintomas depressivos e ansiosos foram o tempo de exposição à tela e a inversão do horário de sono, e as pessoas do sexo feminino as mais acometidas. Ademais, outros fatores também devem ser observados e levados em questão quando se trata do que pode ter agravado um quadro depressivo e ansioso nesse período.

Sunde (2021) sugere que as medidas de isolamento social e a interrupção das universidades, impostas pelo novo coronavírus, impactam na mudança comportamental dos discentes em um quadro clínico de sofrimento leve, moderado a grave. Entende-se, também, a prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático, luto, raiva e pânico entre os estudantes universitários durante a pandemia da COVID-19.

O período era de incerteza, os números de casos e mortes aumentavam bruscamente no Brasil e no mundo, em Maceió onde foi realizada a pesquisa, na época da coleta de dados era possível perceber o aumento dos números de casos de COVID-19 de acordo com os boletins epidemiológicos emitidos pela secretaria de saúde do estado.

A figura 1 apresenta dados epidemiológicos relativos à COVID-19 no estado de Alagoas até 31 de maio de 2021. Os dados são provenientes do Centro de Informações Estratégicas e Resposta em Vigilância em Saúde (CIEVS/AL) e abordam a classificação

operacional dos casos, a distribuição por sexo dos casos de síndrome gripal (SG), e a evolução dos casos confirmados.

A tabela indica que até o final de maio de 2021, Alagoas notificou um total de 490.166 casos de COVID-19. Destes, 39,4% foram confirmados como positivos, enquanto 57,2% foram descartados. Apenas 3,4% dos casos ainda estavam em investigação. O número de óbitos era de 4.751 casos, com letalidade de 2,5% dos casos confirmados.

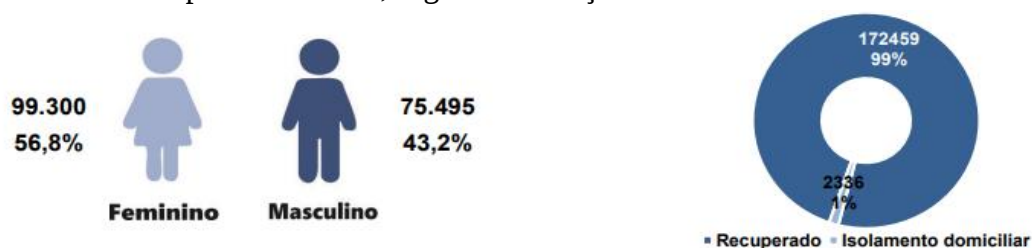
A distribuição por sexo dos casos de SG por COVID-19 mostra uma maior incidência entre as mulheres (56,8%) em comparação com os homens (43,2%). Este dado pode refletir diferenças na exposição ao vírus, no comportamento de busca por atendimento médico, ou até mesmo em fatores biológicos que necessitam de investigações mais aprofundadas.

Tabela 1 - Frequência de casos segundo classificação operacional para COVID-19 em Alagoas entre 2020 e 2021

Casos Notificados	Em investigação		Casos Confirmados		Casos Descartados		Casos Recuperados		Óbito/Letalidade	
490.166	16.717	3,4%	193.046	39,4%	280.403	57,2%	184.401	95,5%	4.751	2,5%

Fonte: CIEVS/AL, 2021.

Figura 1 - Casos confirmados de SG por COVID-19, segundo sexo. E, Frequência de casos confirmados de SG por COVID-19, segundo evolução entre 2020 e 2021.



Fonte: CIEVS/AL, 2021.

A maior incidência de casos ocorre na faixa etária de 30 a 39 anos, com 42.802 casos, seguida pela faixa de 20 a 29 anos com 35.539 casos e a faixa de 40 a 49 anos com 35.994 casos. A menor incidência é observada em crianças menores de 10 anos e em idosos com 70 anos ou mais, com 5.574 e 7.126 casos, respectivamente. Esses dados sugerem que a população economicamente ativa é a mais afetada, possivelmente devido à maior exposição no ambiente de trabalho e nas atividades sociais.

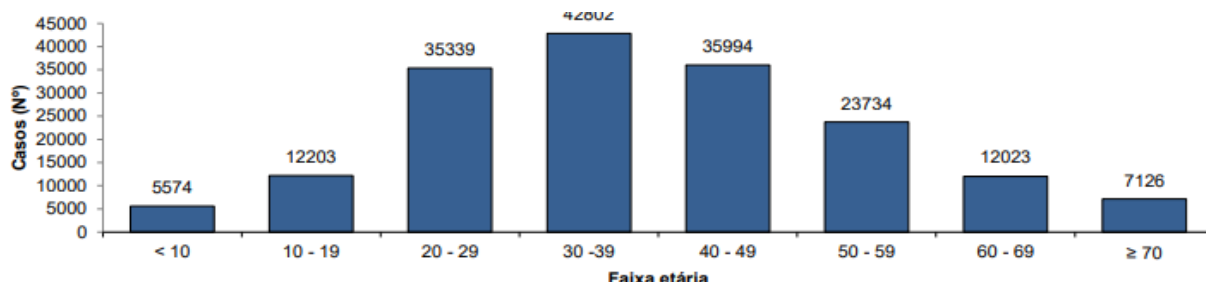
A figura 2 revela que a síndrome respiratória aguda grave (SRAG) afeta mais os homens (54,0%) do que as mulheres (46,0%). Esse padrão é consistente com outros estudos

que mostram uma maior prevalência e gravidade da COVID-19 entre os homens, possivelmente devido a fatores biológicos, comportamentais e sociais.

A taxa de óbito é significativa, com 4.751 casos, o que corresponde a uma letalidade elevada entre os casos de SRAG.

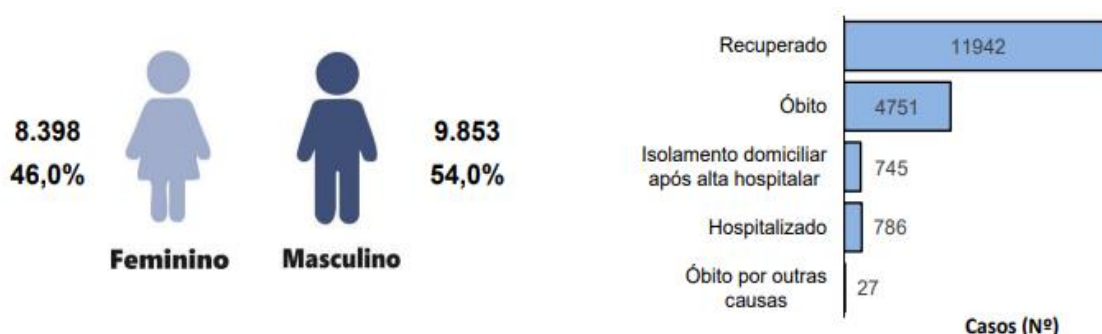
A análise mostra que a população adulta jovem e de meia-idade é a mais afetada pela SG, enquanto a SRAG apresenta maior prevalência e gravidade entre os homens. A alta taxa de recuperação é um indicador positivo, mas a letalidade significativa entre os casos de SRAG sublinha a necessidade de medidas contínuas de prevenção, tratamento eficaz e suporte hospitalar adequado.

Gráfico 1 - Casos confirmados de SG por COVID-19, segundo faixa etária, em Alagoas entre 2020 e 2021



Fonte: CIEVS/AL, 2021.

Figura 2 - Síndrome respiratória aguda grave (SRAG) por COVID-19 quanto a sexo e segundo evolução entre 2020 e 2021 em Alagoas



Fonte: CIEVS/AL, 2021.

Na figura 3 destacamos frequência da faixa etária dos casos confirmados de SRAG por COVID-19 em Alagoas, 2020 e 2021, frequência de casos confirmados de SRAG por COVID-19, segundo raça/cor, pirâmide etária dos óbitos confirmados por COVID-19, segundo sexo, frequência de óbitos confirmados por COVID-19, segundo raça/cor, frequência dos óbitos confirmados por COVID-19, segundo comorbidade e fator de risco, esses dados

fornece uma visão abrangente sobre o panorama da doença em Alagoas até o final de maio de 2021.

Foi possível observar um aumento significativo do número de casos de COVID-19 nos indivíduos a partir dos 30 anos e suas crescentes em todas as faixas etárias, com destaque para número de casos nas pessoas maiores de 70 anos com 4.733 casos, seguidos dos 50 a 59 anos: com 3.538 casos.

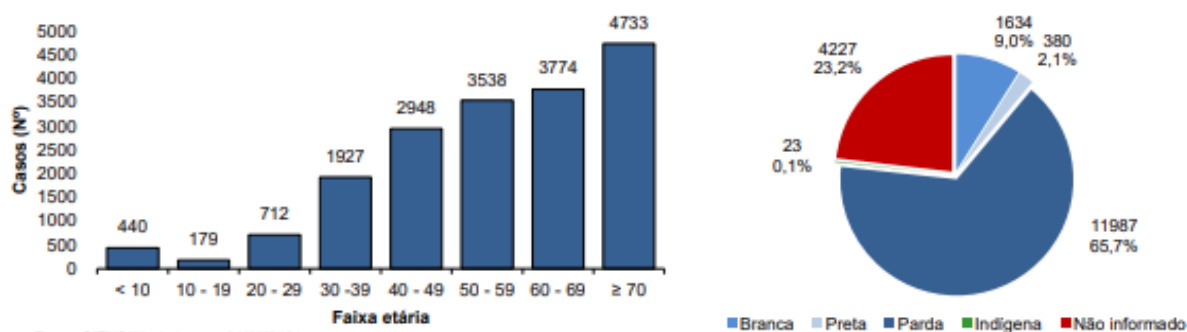
Sobre raça destacamos o fato de o maior número de casos estar entre a população que se considerava branca: 11987 casos representando (65.7%) dos casos, seguido dos pardos: 4227 casos (23.2%).

Ao analisarmos os dados na pirâmide etária vimos que acompanhando a tendência da faixa etária do número de casos há um aumento dos óbitos a partir da faixa etária dos 30 anos com ênfase para as faixas dos 60 a 69 anos e 70 a 79 anos com o maior número de casos tanto para homens como para mulheres.

A frequência de óbitos confirmados por COVID-19 também se concentrava na população branca 3205 óbitos (67%), seguidos das pessoas declaradas pardas: 975 óbitos (21%).

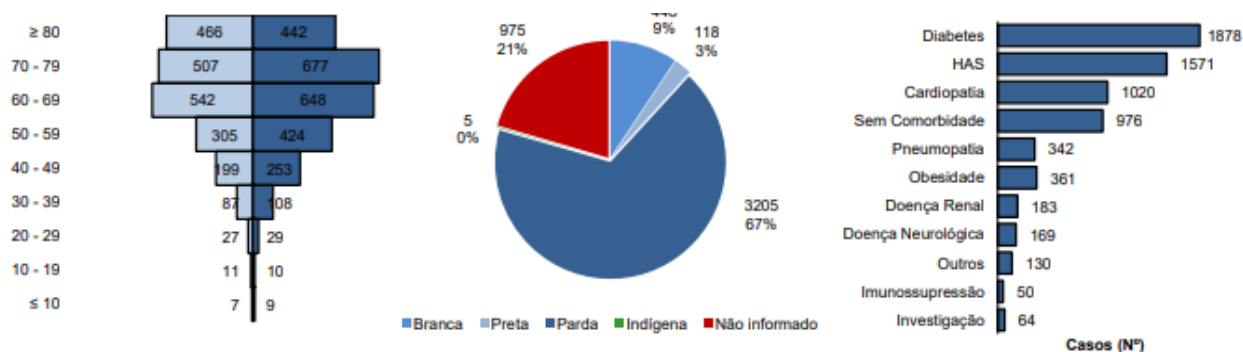
Com relação a frequência dos óbitos confirmados por COVID-19, segundo comorbidade e fator de risco chamamos a atenção para os casos de diabetes: 1878 casos, hipertensão arterial sistêmica (HAS): 1571 casos e cardiopatia: 1020 casos.

Gráfico 2 - Frequência da faixa etária dos casos confirmados de SRAG por COVID-19 entre 2020 e 2021. E frequência de casos confirmados de SRAG por COVID-19, segundo raça/cor entre 2020 e 2021.



Fonte: CIEVS/AL, 2021.

Gráfico 3 - Pirâmide etária dos óbitos confirmados por COVID-19, segundo sexo; segundo raça e cor; e segundo comorbidade e fator de risco entre 2020 e 2021.



Fonte: CIEVS/AL, 2021.

Os dados epidemiológicos evidenciam o crescimento número de casos de adoecimento e morte por COVID-19 na época, o que gerava nas pessoas angústia e medo, consequentemente aumento da carga de stress e sofrimento mental, mostra ainda que a parcela da população que mais adoecia era da faixa etária dos 30 a 49, seguidos os de 20 a 29 e 40 a 59 que são justamente o mesmo público da nossa pesquisa.

Diante do exposto fica claro que a pandemia trouxe muitos prejuízos a saúde física e mental da população em geral, especialmente dos jovens que necessitam de atenção especial visando sanar suas dificuldades, por isso é urgente o estudo sobre como a mudança na dinâmica na vida desses jovens, sobretudo na nova rotina acadêmica durante o isolamento social repercutiu na sua saúde mental e ajudar a traçar estratégias, com foco nas emoções, avaliando as diferentes faixas etárias, gêneros, condições sociais, a fim de buscar meios que auxiliem a gestão das universidades a oferecerem suporte necessários aos professores e estudantes nesse processo.

3.3 Saúde mental, educação e o aumento do uso de tecnologias digitais durante a pandemia

Conforme Fernandes (1996), as condições de trabalho são aferidas de acordo com o ambiente de trabalho. E dentre alguns fatores envolve: a jornada de trabalho, os materiais e os equipamentos disponibilizados para a execução e que são necessários para um ambiente de trabalho saudável. Ou seja, devem ser avaliadas as condições oferecidas ao trabalhador para a realização de suas tarefas, isto é, quais técnicas e que tecnologias ele dispõe:

A noção de tecnologia aqui tem definição mais ampla [...], pois não a confundo de maneira específica com equipamentos e máquinas, já que também incluo como tecnologia certos saberes que são constituídos para a produção de produtos singulares e, mesmo para organizar as ações humanas nos processos produtivos, até mesmo em sua dimensão inter-humana. Desse modo, falo em tecnologias duras, leves-duras e leves (MERHY, 2002, p. 45).

As chamadas tecnologias leves, dizem respeito à relação do profissional com o usuário. As tecnologias leves consistem no foco da assistência, já que não há nenhum tipo de equipamento ou máquina, no caso da saúde que venha substituir o trabalho humano. Já na tecnologia leve-dura a mesma corresponde ao conhecimento aplicado em outros materiais necessários para manuseá-los em seu cotidiano. E as tecnologias duras correspondem aos equipamentos propriamente ditos no processo de trabalho (Merhy, 1997).

A pandemia da COVID-19 desencadeou uma avalanche de sentimentos e emoções nas pessoas, o medo do desconhecido, da morte, de contaminação, o isolamento, ansiedade, dentre outros fatores trouxeram muitas consequências, sobretudo de ordem emocional. Além dos impactos biológicos e econômicos, o surgimento súbito de uma doença sempre representa uma ameaça à saúde mental, podendo ocasionar um amplo e variável espectro de manifestações de adoecimento mental, que pode afetar pessoas consideradas saudáveis, mesmo sem a exposição direta à infecção, podem vivenciar esse tipo de sentimentos (Mangueira, 2020).

De repente todas as aulas passaram a ser 100% *on-line* o que fez com que os jovens passassem boa parte do dia em frente às telas, foi um momento tenso para todos, pois tiveram que se adaptar à nova rotina da vida acadêmica e em casa, diante das dificuldades de cada um seja pela sua dinâmica familiar ou pelas condições sociais, aprenderam a manipular as mais diversas ferramentas digitais para dar conta das suas atividades escolares e agora também de sua vida “social” que passou a ser totalmente digital (Ferreira *et al.*, 2020).

Por sua vez, o uso abusivo da tecnologia em larga escala pelos estudantes também é motivo de preocupação e deve ser observado de perto pelos pais, com o aumento de casos das *Fake News*, assim como também do *cyberbullying*. “A violência digital pode gerar sérias repercussões sobre a saúde física ou mental, ou ambas, de quem a vivência, implicando em alterações a nível social, familiar e escolar” (Ferreira *et al.*, 2020, p. 6). O que evidencia que além de todos os sentimentos experimentados durante a pandemia por esses jovens o uso abusivo de telas e violência digital potencializam os fatores negativos relacionados à saúde mental.

A nova rotina com aulas remotas trouxe tanto para professores como para estudantes e suas famílias, a exposição excessiva a telas e redes sociais trouxe um novo desafio a ser

enfrentado com a violência digital. Indivíduos que mais sofrem com esse tipo de violência tendem a desenvolver comportamentos autodestrutivos, incluindo a automutilação e o suicídio, como principal forma de aliviar o sofrimento, rejeição e hostilidade sentidos, tornando o *cyberbullying* um dos principais fatores de risco para o suicídio entre jovens no país durante a pandemia (Mendes *et al.*, 2021, p 9).

Dessa forma, vimos que os professores universitários passaram a usar mais a tecnologia com a chegada da pandemia, para se operacionalizar o trabalho em educação foi preciso que professores e alunos passassem a usar das mais diversas ferramentas para dar conta dessas novas formas de ensino aprendizagem trazidos pela pandemia, com isso passaram a usar computadores, smartphones e tablets como ferramentas para estudo, tendo que se adequar a realidade atual e aprender e manusear diversos programas para lidar com a necessidade do momento.

Percebe-se que a saúde mental dos estudantes foi consideravelmente afetada no período pandêmico, sendo diretamente influenciada pelas medidas de contenção ao coronavírus, uma vez que o isolamento social desencadeou a intensificação de uma série de transtornos, como ansiedade, depressão e estresse pós-traumático. Somado a isso, tem-se o aumento da adesão às tecnologias digitais para a adequação às aulas remotas, que, além de minimizar a eficiência do ensino devido a fatores como a falta de equipamentos, a inexperiência do corpo docente e a fragilidade de todos os agentes envolvidos no processo, fortaleceu a marginalização de minorias, de modo a fomentar danos não apenas de aprendizagem, como também psicológicos (Bahia, 2020).

Como evidenciado por diversos autores que trazem em comum que a pandemia deixou sim inúmeros malefícios para a saúde não somente física, mas também mental da população em geral, com ênfase especialmente aos estudantes da educação básica até as universidades, e que é necessário um suporte tanto a estes estudantes como aos professores para lidar com a questão de saúde mental diante da nova rotina escolar.

Assim como enfatizam que, durante a pandemia, estudantes e professores buscaram novos modelos de cognição e novas formas de ensinar-aprender. Foi preciso dar conta das mais diversas tecnologias tanto as digitais (com a utilização de novas ferramentas mesmo sem treinamento para utilizá-las e sem dispor de equipamentos adequados), quanto as leves. Uma das tecnologias mais importantes nesse processo de fazer, ser, conhecer, foi o uso de tecnologias leves, quando foi preciso um esforço conjunto para a realização do acolhimento de si e do próximo, da escuta qualificada e do uso da linguagem.

Docentes e discentes tiveram que sair dos muros dos estabelecimentos escolares e foram postos a desenvolver suas atividades dentro de outros estabelecimentos que são as suas casas, onde outros atores como pais e cuidadores foram inseridos no processo. Em conjunto buscaram medidas de propor formas saudáveis de aprendizagem e preservação da saúde mental de todos, o que infelizmente, em alguns casos, não ficou evidenciado, conforme Máximo (2020).

Atrelado a problemática da saúde mental em tempos de pandemia, traremos a perspectiva de alguns eixos temáticos do conhecimento, destacando aqui o aumento do uso de telas e tecnologia nesse período e como alunos e professores tiveram que se adequar aos novos moldes de cognição para dar conta do processo ensino aprendizagem nesse período.

Para Maturana (2001), ao usar a palavra *cognição* na vida cotidiana em nossas coordenações de ações e relações interpessoais, quando respondemos perguntas no domínio do conhecer, o que nós observadores conotamos ou referimos com ela deve revelar o que fazemos ou como operamos nessas coordenações de ações e relações ao gerarmos nossas afirmações cognitivas.

O autor nos traz que a cognição na prática diz respeito às formas de interação entre professores e alunos, estes agem como observadores e interagem com os professores adquirindo novas formas de aprendizagem através do conhecer e da sua capacidade de raciocínio, percepção, linguagem e conhecimentos prévios de quem recebe a informação, a processa e a aceita (Maturana, 2001). Foi exatamente o que ocorreu durante a pandemia onde outras formas de cognição foram estabelecidas para conseguir dar conta do processo ensino aprendizagem diante de um cenário tão desafiador que foi a pandemia.

Benelli (2004) usando as palavras de Lévy (2004), refere que a cognição pode ser entendida como uma rede aberta de interfaces que se conecta com os processos sociais, instituições e tecnologias disponíveis, não podemos reduzir assim as práticas cognitivas nem a um domínio inteiramente humano, nem a um domínio que seja do objeto, mais as tomamos tal como propõe Latour (1994) como um híbrido, uma mistura indissociável entre natureza e cultura. Evidência, portanto, que o processo cognitivo relacionado à aprendizagem diz respeito a considerar o saber de todas as partes envolvidas.

As tecnologias, ao mesmo tempo em que são uma forma – resultado de um processo de criação do homem – retroagem sobre o próprio pensamento humano, transformando-o. Em outras palavras dizemos que elas não são boas ou ruins a depender do uso que fazemos dela, devemos sim aproveitar todas as ferramentas disponíveis, porém é preciso se atentar para as

suas potencialidades e “perigos”, esse exercício deve ser diário a fim de evitar maiores transtornos (Levy, 1994). Trazendo para o contexto atual aqui especificamente os malefícios para a saúde mental dos estudantes.

Sobre o excesso de informações de uma doença desconhecida sobretudo sem medicações comprovadas, Caponi (2013, p. 10) traz:

É muito simples assistir na TV ou no jornal e nas revistas uma quantidade de notas em que se fala sobre uma nova patologia, sobre um novo medicamento, sobre formas de prevenção – e, para isso, utilizar medicamentos –, sobre a importância de tratar precocemente alguma indicação de uma futura patologia que virá. Todos esses são alarmes que passam pela mídia e fazem com que se banalizem e entrem no diálogo do dia a dia essas discussões que são técnicas e complexas.

E foi justamente o que aconteceu na época do advento da COVID-19, onde a mídia trazia informações a todo momento inclusive de uma medicação que deveria ser utilizada “precocemente” e que mais tarde comprovou-se muito mais seus malefícios que benefícios. A internet foi tomada de *fake news* e muitos discursos negacionistas o que exacerbou esse sentimento de medo, angústia e ansiedade nas pessoas.

Afinal, foram números alarmantes de casos e mortes, no Brasil até a data de 20 de junho de 2024 foram 38.824.288 o número de casos total de COVID-19 notificados, sendo 712.380 óbitos registrados pela doença. No estado de Alagoas onde foi realizada a pesquisa foram 348.231, sendo 7.344 óbitos por COVID-19 até a referida data (DATASUS, 2024).

Não se sabe ainda quais os verdadeiros impactos da pandemia na saúde física e mental das pessoas a longo prazo, porém é inegável que essa doença foi um marco com grandes impactos e consequências negativas na população em geral. Na disseminação da COVID-19 pelo mundo, houve uma grande ruptura no cotidiano das pessoas, impactando em sua saúde física e mental. Diante deste cenário, além das preocupações com a própria saúde, os estudantes lidavam com a ruptura da rotina pessoal e com incertezas relacionadas à continuidade do percurso acadêmico. Em suma, essa emergência de saúde pública gera medo, desconforto emocional e consequências psicológicas, que vão desde respostas de angústia, como ansiedade, depressão e abuso de substâncias, até mudanças comportamentais, como dificuldade para dormir e alterações alimentares (Silva, 2021).

Mesmo a Organização mundial de saúde decretando o fim da Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) referente à COVID-19 em 05 de Maio de 2023, em Genebra, na Suíça, o diretor geral da OMS fez um alerta durante seu discurso na coletiva de imprensa:

O fim da Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional não significa que a COVID-19 tenha deixado de ser uma ameaça à saúde. A propagação mundial da doença continua caracterizada como uma pandemia, tendo tirado uma vida a cada três minutos apenas na semana passada. “O que essa notícia significa é que está na hora de os países fazerem a transição do modo de emergência para o de manejo da COVID-19 juntamente com outras doenças infecciosas”, destacou Tedros Adhanom.

O que na prática representa um cenário de incertezas, pois mesmo que não mais com a mesma velocidade, a COVID-19 é uma realidade e não sabemos quanto tempo permanecerá entre nós e se seus efeitos, o aparecimento de novas variantes pode acarretar uma nova onda de casos, esse cenário de incerteza a continua ser tenso e gerador de sintomas ansiosos na maioria da população. Mesmo sabendo que a doença agora não chegará com tanta intensidade como no início graças ao avanço da cobertura vacinal da população.

4 METODOLOGIA

Este trabalho trata-se de um inquérito epidemiológico, do tipo transversal e descritivo com abordagem quantitativa e visa retratar a vivência de docentes e discentes no período da pandemia da COVID-19 com o advento das aulas remotas emergenciais.

A pesquisa transversal é caracterizada pela exposição a um determinado fator ou causa e a medição de causa e efeito ao mesmo tempo. O estudo quantitativo produz um instantâneo da situação de saúde de um grupo ou comunidade específicos, por meio de dados que serão quantificados posteriormente, além disso esse tipo de estudo possibilita a obtenção de informações para a construção de hipóteses (Medronho e Carvalho, 2006).

4.1 Local do estudo

Com relação ao campo de investigação, o estudo foi desenvolvido na Universidade Federal de Alagoas – UFAL, nas unidades acadêmicas do Campus A.C. Simões, campi fora de sede – Arapiraca e Delmiro Gouveia/Sertão – e suas respectivas unidades educacionais (Palmeira dos Índios, Penedo e Viçosa; Santana do Ipanema). Considerando o contexto da universidade pública e a representatividade desta no cenário de Alagoas enquanto a sua maior instituição de ensino, que mantém suas atividades de ensino na graduação suspensas devido à pandemia.

A atual pesquisa de Mestrado relaciona-se com as atividades de pesquisa realizadas pelo Grupo de Pesquisa Saúde Mental, Ética e Educação, da UFAL coordenado pela orientadora da mestranda.

4.2 População e amostra

A população do estudo foi composta por estudantes e professores da graduação, mestrado ou doutorado e com idade a partir de 18 anos - dos *campi* da Universidade Federal de Alagoas. O PDI – Plano de Desenvolvimento Institucional da UFAL (2019-2023) que traz o levantamento do quantitativo de estudantes e professores mostra que a universidade possui: 1.640 docentes em exercício, 27.568 estudantes matriculados em cursos de graduação, 471 matriculados em cursos de pós-graduação lato sensu, 1.865 matriculados em cursos de pós-graduação stricto sensu. Foram entrevistados um total de 296 pessoas, sendo

219 alunos e 77 professores, a amostra se deu por conveniência dos sujeitos que aceitaram participar da pesquisa.

Como critérios de inclusão da pesquisa tivemos estudantes regularmente matriculados na instituição que serviu de campo de pesquisa, e professores dos diversos campi que compõem a instituição e que vivenciaram a experiência de aulas remotas durante a pandemia, como critérios de exclusão estão alunos ou professores que não eram vinculados a UFAL, ou ainda aqueles cujo questionário não tenha sido respondido completamente.

4.3 Procedimentos de Coleta de dados

A pesquisa foi operacionalizada pelo grupo de Pesquisa Saúde Mental, Ética e Educação, coordenado pela Professora Dr^a Deise Juliana Francisco, estando a frente da coleta de dados os pesquisadores: Adilson Rocha Ferreira, Suzy Kamylla de Oliveira Menezes, Rafael André de Barros e Marcos Leandro da Silva, a coleta de dados ocorreu sem a participação da mestranda, que ficou responsável pela análise dos dados coletados. Foram realizados os seguintes momentos: houve a aplicação de um questionário *online* com dados sociodemográficos e para obter informações sobre a adoção de novos hábitos ou o aumento de hábitos já usuais para o respondente antes e durante a pandemia. Autoavaliação da saúde mental antes e durante a pandemia, através do *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20), um questionário de rastreamento psíquico validado no Brasil por Mari e Willians (1986), o qual originalmente foi desenvolvida por Harding *et al.* (1980). Visando identificar sinais, sintomas e indícios de desordens emocionais. Para complementar esses dados, foi aplicado um questionário sociodemográfico, contendo dados relacionados à função e dados institucionais, bem como dados pessoais e relativos à situação atual da pandemia (Anexo A). A coleta foi realizada no período Setembro de 2020 a Maio de 2021.

A aplicação dos questionários se deu de acordo com a disponibilidade e interesse de cada participante da pesquisa, realizada mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), onde consta todas as orientações sobre a pesquisa, (Anexo A).

O questionário apresentava 57 questões divididas entre dados pessoais (sem identificar os participantes), perguntava-se e-mail do pesquisado, unidade da UFAL ao qual pertencia, dentre outras questões, dados sociodemográficos, idade, sexo, renda e perguntas sobre o contexto da pandemia e de como os pesquisados se sentiam antes e durante o período pandêmico, nesse caso foram realizadas as mesmas perguntas referentes ao dois períodos a

fim de mensurar a vivência desses indivíduos durante a pandemia da COVID-19, conforme Anexo B.

As principais características dos participantes do estudo foram mensuradas através de um questionário estruturado para presente pesquisa. O questionário foi construído com o auxílio da ferramenta virtual *Google Forms*, constituído de perguntas objetivas e subjetivas, relativas às variáveis sociodemográficas, socioeconômicas e educacionais dos estudantes e professores (idade, sexo, gênero, renda mensal, dentre outros); abordando questões sobre o entendimento dos participantes sobre o contexto trazido pela pandemia, mudanças ocorridas na sua vida social e escolar, uso de novas tecnologias, aspectos relacionados a pandemia. O questionário utilizado no presente trabalho é autoadministrado, ou seja, o participante recebe o instrumento e responde sozinho, sem ajuda de um entrevistador.

Uma vez que o projeto foi autorizado, iniciaram-se com os procedimentos de recrutamento dos participantes, em que foi solicitado a divulgação do convite para participar dessa pesquisa no site da UFAL e nos sistemas em que os alunos e professores têm acesso (SIEWEB e SIGAA), bem como foi solicitado ao Núcleo de Tecnologia da Informação da UFAL o envio do convite aos e-mails institucionais dos potenciais participantes dessa pesquisa.

No convite (Apêndice A) está o termo de anuência da instituição e o endereço eletrônico para acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, em que o participante que concordou em participar da pesquisa foi direcionado às instruções de preenchimento do questionário com os dados e informações referentes aos objetivos desta pesquisa e em seguida foi direcionada às questões dos instrumentos de coleta de dados.

4.4 Análise de dados

Os dados foram analisados pela mestranda sendo, inicialmente, os dados verificados de modo a excluir as respostas duplicadas de um mesmo respondente e manter apenas a última resposta, bem como excluir as respostas com dados inconsistentes que inviabilizem o pleno tratamento dos dados.

Para análise dos dados, os questionários foram categorizados e transformados em tabelas de planilha eletrônica em seguida analisados nos softwares JASP e SPSS, ferramentas que nos permitiu a realização das análises estatísticas.

Em seguida, procedeu-se a exploração inicial dos dados por meio da estatística

descritiva, identificando-se frequências, percentagens, médias e desvio padrão. A partir de então empregou-se análise bivariada para correlacionar as variáveis levantadas por meio dos teste Qui-Quadrado e de McNemar com significância estatística à 5% ($p < 0,05$), com o auxílio do JASP.

As variáveis foram rotuladas assumindo-se os seguintes valores: 1 (sim) e 2 (não), onde foi possível assim fazer o ponto de corte. A análise dos dados foi realizada através do escore dicotômico do SRQ-20, tendo sido adotados, neste estudo, os pontos de corte de 7, utilizados por Gonçalves, Stein e Kapczinski (2008), sendo possível indicar que indivíduos que apresentavam pontuação a partir de 7 apresentavam indícios de sofrimento mental.

Os dados foram expressos em valores de média e desvio padrão bem como frequência simples e porcentagem através do programa estatístico SPSS (Statistical Package For Social Sciences) versão 23.0. Para as variáveis contínuas, primariamente todos os dados foram avaliados quanto a normalidade pelo teste de Shapiro-Wilk e homoscedasticidade por Levene, dos quais diferenças estatísticas entre e dentro dos períodos experimentais (pré-pandemia e durante pandemia) para cada grupo estudado (estudantes e professores) foram obtidas, quando paramétricas, através do teste t pareado e teste t independente respectivamente. Ao levar em consideração as características das variáveis, quando possível, foi utilizado também análise de variância seguida pelo teste de Tukey. Quando rompida a distribuição gaussiana, utilizou-se Wilcoxon, Mann-Whitney e Kruskal-Wallis. Quando categóricas a associação entre as diferentes variáveis frente a análise de sofrimento mental de discentes e docentes durante o período pandêmico. Foram verificadas através do teste de Qui-quadrado e exato de Fisher. Esse último utilizado quando a frequência esperada foi inferior a 5. Por fim, diferenças estatísticas entre os períodos “Pré-pandemia” e “Durante pandemia” dentro de cada grupo foram obtidas através do teste de McNemar. O nível de significância estabelecido foi de 5%.

4.5 Aspectos Éticos

A pesquisa contemplou os preceitos éticos em pesquisa com seres humanos descritos na Resolução 466/2012 do CNS, em vista a considerar o respeito pela dignidade humana e pela especial proteção devida aos participantes das pesquisas científicas envolvendo seres humanos (Brasil, 2012).

O projeto foi encaminhado para o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), após obter a anuência institucional da UFAL que analisou e aprovou este projeto de pesquisa sob o CAAE

35582820.4.0000.5013.

A etapa de coleta de dados iniciou-se após a aprovação pelo CEP. Para realização da pesquisa foi requerida a autorização institucional da UFAL. Tendo em vista a pandemia por COVID-19, a pesquisa utilizou o instrumento de coleta de dados que não necessita ser aplicado presencialmente, através de questionário *on-line*.

No TCLE, estão contidas informações necessárias e pertinentes sobre o estudo, em linguagem clara e objetiva. Os participantes serão informados sobre sua autonomia para desistir de participar da pesquisa, sem prejuízos e em qualquer momento, conforme informa a Resolução nº 466/12 do CNS que regulamenta pesquisas com seres humanos, sendo expresso ao participante que em caso de dano decorrente da pesquisa, este terá direito a solicitar indenização através das vias judiciais e/ou extrajudiciais, conforme a legislação brasileira (Código Civil, Lei 10.406/2002, Artigos 927 a 954; entre outras; e Resolução CNS nº 510 de 2016, Artigo 19).

A presente pesquisa não pretende realizar um diagnóstico dos participantes, seu intuito foi visualizar como a saúde mental deles estava durante a pandemia em comparação com a pré pandemia. A pesquisa poderia envolver riscos mínimos de constrangimento e embaraço para os participantes. Visando minimizá-los, está garantido o anonimato dos participantes, manutenção da privacidade do sujeito e garantia de confidencialidade das informações. Os dados serão armazenados em local seguro e de acesso restrito aos pesquisadores. Em caso de quebra no sigilo, os dados serão descartados. Visando evitar situações de constrangimento ou vergonha, o questionário foi aplicado com questões que não expõem o respondente em suas opções íntimas.

5 RESULTADOS

Após análise dos dados, traremos a seguir as tabelas e os achados encontrados sobre o perfil sociodemográfico dos participantes, assim como uma análise a respeito da vivência de estudantes e professores da UFAL antes e durante a pandemia, onde ambos puderam trazer suas vivências nesse período.

Os dados analisados nos dão indícios de como estava a saúde mental dessas pessoas pré e durante a pandemia e se o período pandêmico da COVID-19 afetou a saúde mental dos participantes diante desse novo cenário digital de aulas remotas e aumento de uso das telas e isolamento social e sobre medidas de enfrentamento utilizadas para transpor esse período vivenciado por toda a população mundial.

Assim como traremos os achados com relação a comparação entre os dois grupos pesquisados com as evidências de qual grupo apresentou maior índice de sofrimento mental no período estudado e quais medidas de enfrentamento esses grupos utilizaram para “passar” por esse período de maneira mais leve.

5.1 Perfil sociodemográfico dos participantes da pesquisa

Sobre o perfil sociodemográfico dos participantes com relação à faixa etária a predominância de estudantes está entre 18 a 24 anos, o que corresponde a 58% desse público entrevistado, enquanto os professores têm sua maioria na faixa de 35 a 44 anos, representando 40,3% desse público. Com relação ao gênero tivemos números semelhantes, em que 62,6% dos estudantes são do sexo feminino e 62,3% dos professores também o são.

Quando perguntados sobre raça, a maioria dos estudantes se declarou pardo 43,4% e 64,9% dos professores se declararam brancos. Sobre o estado civil tivemos 79,9% dos estudantes solteiros e 58,4% dos professores casados. Outra variável foi a renda, 33,4% dos estudantes disseram ter renda menor que um salário-mínimo e 37% deles renda de um a dois salários, enquanto entre os professores 83,1% responderam ter renda acima de cinco salários-mínimos.

Observamos estes e outros dados na Tabela 2:

Tabela 2 - Perfil sociodemográfico dos alunos e estudantes da UFAL

Variáveis	Alunos		Professor	
	Frequência	Porcentagem	Frequência	Porcentagem
Faixa Etária				
de 18 a 24 anos	127	58,0	1	1,3
de 25 a 34 anos	56	25,6	8	10,4
de 35 a 44 anos	27	12,3	31	40,3
de 45 a 54 anos	6	2,7	20	26,0
55 anos ou mais	3	1,4	17	22,1
Gênero				
Feminino	137	62,6	48	62,3
Masculino	80	36,5	29	37,7
Não binário	2	0,9	0	0,0
Raça/Cor				
Amarelo	8	3,7	0	0,0
Branco	71	32,0	50	64,9
Pardo	95	43,4	18	23,4
Preto	44	20,1	9	11,7
Ausentes	1		0	0,0
Estado Civil				
Solteiro(a)	175	79,9	17	22,1
Casado(a)	24	11,0	45	58,4
União estável	13	5,9	6	7,8
Divorciado(a)	7	3,2	9	11,7
Renda Mensal				
Menor que um salário mínimo	74	33,8	0	0,0
De um a dois salários mínimos	81	37,0	1	1,3
De três a quatro salários mínimos	18	8,2	6	7,8
Mais de cinco salários mínimos	14	6,4	64	83,1
Desejo não informar	32	14,6	6	7,8

Fonte: Elaboração do autor, 2024.

Ao compararmos nossos dados com outros estudos, evidenciou-se semelhança com a nossa pesquisa, um estudo realizado por (Carvalho, 2023) mostra que onde 89,1% referem-se ao público feminino e a maior prevalência na faixa etária dos alunos é de 19 a 21 anos, o que representa 44,6% da amostra. Além disso, 53,3% dos estudantes se autodeclararam pardos e 68,5% praticam alguma religião, sendo a religião católica a mais prevalente, com 48,4%. É possível identificar também que os solteiros correspondem ao maior público entre os alunos, representando 90,2%.

5.2 Saúde mental/Sofrimento mental antes e durante a pandemia

Para analisar as questões relacionadas sobre como os pesquisados se sentiam, pré-pandemia e durante a pandemia os questionários foram avaliados com o teste de McNeman com significância estatística em 5% ($p < 0,05$).

Com relação aos professores, foi possível observar um comparativo entre antes e durante a pandemia em que se registra uma piora significativa em sete dos 20 itens investigados.

Com relação aos professores foi possível observar que dentre as várias perguntas presentes no questionário que diziam respeito ao período pré-pandêmico e durante a pandemia da COVID-19 foi possível observar que fazendo um comparativo pré e durante a pandemia as questões mais significativas e que nos apontam que os professores durante a pandemia apresentaram sinais e sintomas estressores.

Em relação à facilidade em sentir medo observou-se um grande aumento durante a pandemia desse sentimento, passando de 10,3% para 33,7% a quantidade de professores que relataram isso, onde dos 77 professores entrevistados, apenas 8 afirmavam facilidade em sentir medo antes da pandemia, no período pandêmico esse número subiu para 26.

Quando perguntados sobre sentir-se nervoso, tenso ou preocupado, 42,8% deles afirmavam que sim antes da pandemia, subindo esse número para 58,4% na pandemia, sobre chorar mais que o comum passou de 7,8% para 25,9%, dificuldade em apreciar atividades diárias tivemos um aumento de 11,7% para 33,8% das respostas positivas em comparação com os dois períodos, sobre dificuldade em tomar decisões esse número quase que dobrou em comparação aos dois períodos pesquisados saindo de 16,8% pré pandemia para 29,9% durante a pandemia, quando perguntados sobre sofrimento no trabalho 15,6% dos participantes afirmaram que sim no período pré pandemia, já durante a pandemia 31,2% deles afirmaram estarem passando por sofrimento no trabalho, e com relação a cansar-se com facilidade 35,1% falaram sim na pré pandemia e 55,8% durante a pandemia.

Tabela 3 - Vivências pré e durante a pandemia da COVID-19 dos professores da UFAL

QUESTÕES	Pré-pandemia				Pandemia				p
	Sim		Não		Sim		Não		
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Dor de cabeça	27	35,1	50	64,9	24	31,1	53	68,9	0,629
Falta de apetite	6	7,8	71	92,2	11	14,3	66	85,7	0,267
Dormir mal	30	39,0	47	61,0	39	50,6	38	49,4	0,078
Facilidade em sentir medo	8	10,3	69	89,7	26	33,7	51	66,3	0,000
Tremor nas mãos	5	6,5	72	93,5	9	11,7	68	88,3	0,125
Sentir-se nervoso(a), tenso(a) ou preocupado(a)	33	42,8	44	57,2	45	58,4	32	41,6	0,017
Má digestão	26	33,8	51	66,2	26	33,8	51	66,2	1,000
Dificuldade em pensar com clareza	13	16,8	64	83,2	15	19,5	62	80,5	0,815
Sentir-se infeliz	21	27,2	56	72,8	24	31,2	53	68,8	0,648
Chorar mais que o comum	6	7,8	71	92,2	20	25,9	57	74,1	0,001
Dificuldade em apreciar as atividades diárias	9	11,7	68	88,3	26	33,8	51	66,2	0,000
Dificuldade em tomar decisões	13	16,8	64	83,2	23	29,9	54	70,1	0,021
Sofrimento no trabalho	12	15,6	65	84,4	24	31,2	53	68,6	0,008
Não ter um papel útil na vida	8	10,4	69	89,6	8	10,4	69	89,6	1,000
Perda de interesse	10	13,0	67	87,0	14	18,2	63	81,8	0,388
Achar que não vale nada	2	2,6	75	97,4	5	6,5	72	93,5	0,250
Pensar em suicídio	11	14,3	66	85,7	11	14,3	66	85,7	0,070
Cansaço todo o tempo	32	41,6	45	58,4	39	50,6	38	49,4	0,248
Sensações desagradáveis no estômago	21	27,3	56	72,7	29	37,7	48	62,3	0,057
cansar-se com facilidade	27	35,1	50	64,9	43	55,8	34	44,2	0,006

Fonte: Elaboração do autor, 2024.

Já com relação aos estudantes tivemos um número significativo de variáveis que merecem atenção, pois dão indícios de abalos na sua saúde mental, onde merece destaque o fato dos 20 itens analisados na pesquisa os estudantes apresentaram piora em 15 destes.

Onde merece destaque o fato dos 219 estudantes participantes da pesquisa, 85 deles o que corresponde a 38,8% relataram sentir dor de cabeça com frequência antes da pandemia, enquanto esse número subiu para 113 correspondendo a 51,6% na pandemia, assim como falta de apetite foi de 24,7% antes e 38,8% durante a pandemia, dormir mal passou de 54,3% para 68%, já sobre facilidade em sentir medo eram 32,9% respostas positivas antes da pandemia, esse número subiu para 53% durante a pandemia, sentir-se nervoso passou de 63% para 77,6%, dificuldade em pensar com clareza de 26,9% para 48,9%, chorar mais que o comum

de 27,4% para 46,6%, cansar-se com facilidade passou de 55,7% para 74%, dentre outras variáveis possíveis de ver na tabela 4.

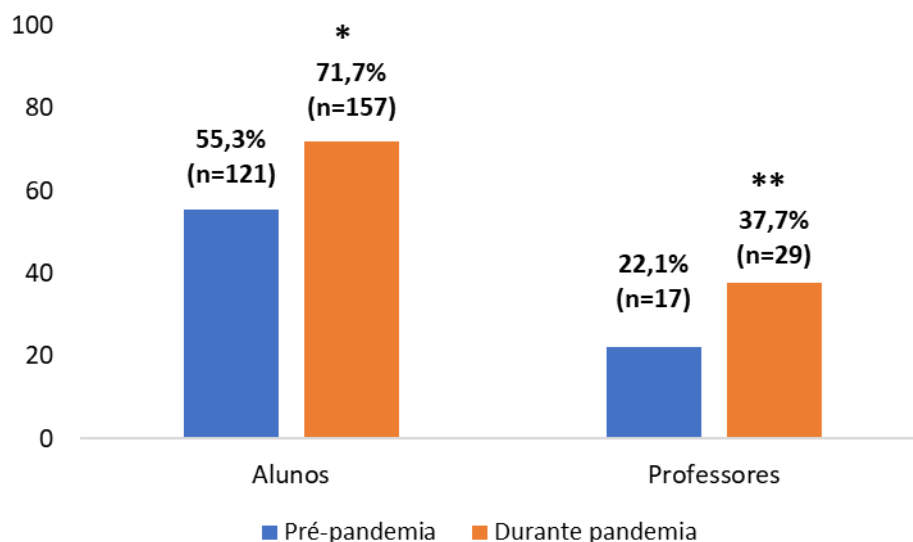
Tabela 4 - Vivências pré e durante a pandemia da COVID-19 dos estudantes da UFAL

QUESTÕES	Pré-pandemia				Pandemia				p
	Sim		Não		Sim		Não		
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Dor de cabeça	85	38,8	134	61,2	113	51,6	106	48,4	0,000
Falta de apetite	54	24,7	165	75,3	85	38,8	134	61,2	0,000
Dormir mal	119	54,3	100	45,7	149	68,0	70	32,0	0,000
Facilidade em sentir medo	72	32,9	147	67,1	116	53,0	103	47,0	0,000
Tremor nas mãos	42	19,2	177	80,8	51	23,3	168	76,7	0,124
Nervoso(a)	138	63,0	81	37,0	170	77,6	49	22,4	0,000
Má digestão	85	38,8	134	61,2	98	44,7	121	55,3	0,067
Dificuldade em pensar com clareza	59	26,9	160	73,1	107	48,9	112	51,1	0,000
Sentir-se infeliz	102	46,6	117	53,4	121	55,3	98	44,7	0,028
Chorar mais que o comum	60	27,4	159	72,6	102	46,6	117	53,4	0,000
Dificuldade em apreciar as atividades diárias	83	37,9	136	62,1	133	60,7	86	39,3	0,000
Dificuldade em tomar decisões	124	56,6	95	43,4	140	63,9	79	36,1	0,049
Sofrimento no trabalho	71	32,4	148	67,6	108	49,3	111	50,7	0,000
Não ter um papel útil na vida	57	26,0	162	74,0	75	34,2	144	65,8	0,018
Perda de interesse	109	49,8	110	50,2	126	57,5	93	42,5	0,072
Achar que não vale nada	70	32,0	149	68,0	67	30,6	152	69,4	0,735
Pensar em suicídio	105	47,9	114	52,1	91	41,6	128	58,4	0,040
Cansaço todo o tempo	122	55,7	97	44,3	140	63,9	79	36,1	0,048
Sensações desagradáveis no estômago	85	38,8	134	61,2	98	44,7	121	55,3	0,074
Cansar-se com facilidade	122	55,7	97	44,3	162	74,0	57	26,0	0,000

Fonte: Elaboração do autor, 2024.

O gráfico 04 mostra a distribuição de sofrimento mental entre os períodos pré e durante a pandemia onde evidencia que ambas as classes estudadas tiveram aumento do sofrimento mental durante a pandemia, no entanto os alunos aparecem com maior indicativo de sofrimento mental durante a pandemia subindo de 55,3% para 71,7% o índice de sofrimento de acordo com os testes estatísticos realizados e os professores passaram de 22,1% para 37,7%.

Gráfico 4 – Distribuição (%) do sofrimento mental entre os períodos pré-pandemia e durante pandemia para alunos (n=219) e professores (n=77). * Significância estatística entre os períodos “pré-pandemia e durante pandemia” dentro da categoria “Alunos”



Fonte: Elaboração do autor, 2024.

Ao observarmos a média e desvio padrão de estudantes e professores nos dois períodos temos como resultado de significância estatística que os estudantes saíram de 8,1 para 10,3 enquanto os professores foram de 4,1 para 6,0, mostrando uma diferença de 2,2 para estudantes e 1,7 para professores. Mais uma vez pode-se perceber que os estudantes foram os mais afetados com indícios de sofrimento mental quando comparados aos professores durante os dois períodos estudados.

A diferença é estatisticamente significativa para ambos os grupos. Porém os estudantes seguem tendo as médias mais altas para indicativo de sofrimento mental, levando em conta a época da pré-pandemia e pandemia. Em decorrência disso, as tabelas utilizaram alguns parâmetros para a organização dos dados, sendo esses:

- n: Número de participantes em cada grupo.
- Média $\pm$ DP: Média e desvio padrão do sofrimento mental.
- Diferença média $\pm$ DP: Diferença entre os períodos pré-pandemia e durante a pandemia.
- p-valor: Teste de significância estatística das diferenças observadas.

O sofrimento mental dos estudantes aumentou significativamente durante a pandemia, com uma diferença média de 2,2 pontos, com significância estatística: O p-valor ($<0,001$)

indica que essa diferença é estatisticamente significativa, sugerindo que a pandemia teve um impacto notável na saúde mental dos estudantes.

Já para os professores, o sofrimento mental também aumentou durante a pandemia, com uma diferença média de 1,7 pontos, com significância estatística: O p-valor (0,001) indica que essa diferença é estatisticamente significativa, embora menos acentuada do que a observada entre os estudantes.

Quando fazemos a comparação entre os dois grupos temos uma diferença de impacto: Embora ambos os grupos tenham experimentado um aumento significativo no sofrimento mental durante a pandemia, os estudantes apresentaram um aumento absoluto maior do que os professores.

Foi possível observar que na variação inicial (Pré-pandemia), os estudantes já apresentavam níveis mais elevados de sofrimento mental em comparação com os professores, e essa diferença se manteve durante a pandemia.

A Tabela 5 evidencia um aumento significativo no sofrimento mental tanto de estudantes quanto de professores durante a pandemia, destacando a importância de estratégias de apoio mental para essas populações. A diferença estatisticamente significativa nos p-valores fortalece a necessidade de ações imediatas e sustentadas para lidar com os impactos psicológicos da pandemia.

Tabela 5 - Valores de média $\pm$ desvio padrão de sofrimento mental de estudantes e professores nos períodos pré-pandemia e pandemia.

Grupos	n	Pré-pandemia	Durante pandemia	Diferença média $\pm$ DP	p-valor
Estudante	219	8,1 $\pm$ 5,6A	10,3 $\pm$ 5,8A	2,2 $\pm$ 5,6	<0,001*
Professor	77	4,1 $\pm$ 4,0B	6,0 $\pm$ 5,2B	1,7 $\pm$ 4,3	0,001*

* Significa diferença estatística entre períodos na linha ($p < 0,05$ – Wilcoxon); ^{A,B} Médias seguidas de letras maiúsculas diferentes na coluna significa diferença estatística ($p < 0,05$ - Mann-Whitney).

Fonte: Elaboração do autor, 2024.

A Tabela 6 apresenta dados para diversas variáveis, incluindo habilitação do curso, faixa etária, gênero, cor/raça, estado civil, nível mais alto de escolaridade e renda mensal. Cada variável é analisada em termos de número de participantes (n), média $\pm$ desvio padrão do sofrimento mental antes e durante a pandemia, e p-valores para avaliar a significância das diferenças observadas.

Ao discorrer sobre as mais diversas variáveis podemos destacar alguns pontos importantes: a faixa etária mais afetada entre estudantes foi a de 25 a 34 anos e dos professores foi de 35 a 44 anos. As mulheres foram as mais afetadas dentro do grupo de estudantes, assim como maioria quando comparado os dois grupos, com relação a habilitação do curso não houve aumento significativo no sofrimento mental durante a pandemia quando comparamos a habilitação do curso, porém os estudantes do bacharelado foram os mais afetados durante a pandemia.

A análise dos dados da Tabela 6 revela que houve um aumento significativo no sofrimento mental durante a pandemia para os dois grupos, incluindo estudantes de bacharelado, mestrado, e certas faixas etárias, especialmente jovens adultos e mulheres. Entre os professores, o aumento no sofrimento mental foi significativo principalmente entre os mais jovens, mulheres, brancos e aqueles com renda mensal maior que dois salários.

Tabela 6 - Comparação entre as médias do SRQ-20 para estudantes e professores nos períodos pré-pandemia e durante pandemia

Variável	Estudante				Professor			
	n	Pré-pandemia	Durante pandemia	p-valor	n	Pré-pandemia	Durante pandemia	p-valor
Habilitação do curso								
Bacharelado	96	7,9 ± 5,3 ^A	10,8 ± 5,7 ^A	0,001*	0	-	-	-
Licenciatura	100	8,5 ± 5,8 ^A	9,6 ± 5,9 ^A	0,171	0	-	-	-
Mestrado	16	5,5 ± 5,3 ^A	11,2 ± 5,8 ^A	0,004*	0	-	-	-
Doutorado	07	8,7 ± 7,8 ^A	12,0 ± 7,0 ^A	0,221	0	-	-	-
Faixa etária								
de 18 a 24 anos	127	8,3 ± 5,8 ^A	10,4 ± 6 ^A	0,001*	01	12,0 ± 0,0	3,0 ± 0,0	-
de 25 a 34 anos	56	8,4 ± 5,4 ^A	10,4 ± 5,6 ^A	0,030*	08	3,5 ± 1,7 ^{A***}	6,3 ± 3,9 ^{A****}	0,012*
de 35 a 44 anos	27	6,9 ± 5,5 ^A	9,9 ± 5,6 ^A	0,003*	31	3,6 ± 3,8 ^{A***}	5,3 ± 4,8 ^{A****}	0,025*
de 45 a 54 anos	06	7,7 ± 5 ^A	11,5 ± 4,8 ^A	<0,001*	20	5,6 ± 4,5 ^A	7,2 ± 5,5 ^A	0,123
55 anos ou mais	03	2,0 ± 1,7 ^B	1,7 ± 2,1 ^B	0,742	17	3,4 ± 4,3 ^A	5,5 ± 6,2 ^A	0,119
Gênero^Y								
Feminino	137	8,3 ± 5,7 ^A	11,3 ± 5,5 ^A	<0,001*	48	4,3 ± 3,6 ^{A***}	6,3 ± 4,9 ^{A****}	0,003*
Masculino	80	7,4 ± 5,5 ^A	8,3 ± 5,9 ^B	0,253	29	4,0 ± 4,8 ^{A***}	5,2 ± 5,7 ^{A****}	0,139
Cor/raça^Y								
Amarelo	08	6,1 ± 7,2 ^A	9,3 ± 6,3 ^A	0,150	0	-	-	-
Branco	71	7,4 ± 5,5 ^A	11,0 ± 5,3 ^A	<0,001*	50	3,9 ± 3,7 ^{A***}	6,0 ± 5,1 ^{A****}	0,002*
Pardo	95	8,8 ± 5,6 ^A	9,9 ± 5,9 ^A	0,167	18	3,9 ± 4,7 ^{A***}	5,3 ± 5,5 ^{A****}	0,207
Preto	44	7,9 ± 5,5 ^A	10,4 ± 6,3 ^A	0,004*	09	6,1 ± 4,3 ^A	6,4 ± 5,7 ^A	0,778

(Continua...)

(Continuação...)

Variável	Estudante				Professor			
	n	Pré-pandemia	Durante pandemia	p-valor	n	Pré-pandemia	Durante pandemia	p-valor
Estado civil								
Solteiro(a)	175	8,6 ± 5,7 ^A	10,8 ± 5,7 ^A	<0,001*	17	5,2 ± 5,1 ^{A***}	8,7 ± 6,6 ^A	0,004*
Casado(a)	24	5,1 ± 3,9 ^B	6,5 ± 5,5 ^B	0,640	45	4,2 ± 3,7 ^A	5,3 ± 4,5 ^{AB}	0,065
União estável	13	8,5 ± 6,3 ^A	12,4 ± 5,5 ^A	0,048*	06	4,0 ± 4,1 ^A	5,3 ± 4,9 ^{AB***}	0,664
Divorciado(a)	07	3,4 ± 4,8 ^B	7,4 ± 6,1 ^{AB}	0,071	09	2,1 ± 2,8 ^A	4,1 ± 4,6 ^B	0,192
Nível mais alto de escolaridade								
Ensino Médio	162	8,2 ± 5,5 ^A	10,1 ± 5,8 ^A	<0,001*	0	-	-	-
Graduação	29	7,9 ± 6,4 ^A	10,1 ± 6,8 ^A	0,081	02	6,0 ± 8,5	1,5 ± 2,1 ^B	-
Especialização	21	6,9 ± 5,3 ^A	11,5 ± 4,1 ^A	0,003*	03	6,3 ± 9,3 ^A	13,0 ± 7,0 ^A	0,109
Mestrado	07	8,7 ± 7,8 ^A	12,0 ± 7,0 ^A	0,221	10	3,6 ± 3,6 ^A	4,6 ± 4,1 ^{AB***}	0,203
Doutorado	0	-	-	-	47	3,9 ± 3,5 ^A	5,8 ± 5,2 ^{AB}	0,001*
Pós-doutorado	0	-	-	-	15	4,5 ± 4,5 ^A	6,3 ± 4,8 ^{AB}	0,126
Renda mensal								
Menor que um salários	74	8,1 ± 5,5 ^A	10,0 ± 6,0 ^A	0,034*	0	-	-	-
um a dois salários	81	8,3 ± 5,6 ^A	10,3 ± 5,4 ^A	0,001*	01	12,0 ± 0,0	3,0 ± 0,0	-
três a quatro salários	18	7,9 ± 6,6 ^A	11,0 ± 6,4 ^A	0,038*	06	9,2 ± 7,0 ^A	11,7 ± 7,7 ^A	0,007*
Mais de cinco salários	14	5,8 ± 3,9 ^A	9,1 ± 6,0 ^A	0,033*	64	3,5 ± 3,1 ^{B***}	5,4 ± 4,6 ^{A***}	0,465

* Diferença estatística entre períodos pré-pandemia e durante pandemia na linha ($p < 0,05$); ** Significa diferença estatística entre grupos experimentais (estudantes e professores) dentro da categoria “pré-pandemia”; *** Significa diferença estatística entre grupos experimentais (estudantes e professores) dentro da categoria “durante-pandemia”; ^{A,B} Médias seguidas de letras maiúsculas diferentes na coluna significa diferença estatística ($p < 0,05$).

Fonte: Elaboração do autor, 2024.

A Tabela 7 mostra dados sobre mudanças de hábitos e comportamentos durante a pandemia. Os valores médios $\pm$ desvio padrão está sendo comparados entre estudantes e professores, tanto antes quanto durante a pandemia. Os estudantes que adotaram o isolamento ou distanciamento social tiveram um aumento significativo na média de hábitos/atividades durante a pandemia. É importante pontuar, que quanto ao dado estatístico, o desvio padrão demonstra a significância da alteração dos dados. Assim, valores de p (desvio padrão) só é significativo quando $p > 0,05$ (Paes, 2008).

Nos estudantes, o isolamento ou distanciamento social não apresentou aumento estatístico significativo. No entanto, entre os professores houve um aumento considerável da adoção dessas medidas. Além de que, a diferencia de $p > 0,001$ sugere que o isolamento social impactou negativamente no sofrimento mental dos estudantes. Já os professores não tiveram o isolamento afetando diretamente seu sofrimento ($p = 0,006$). No entanto, a pesquisa constata que aqueles indivíduos que não buscaram formas de enfrentamento ao isolamento mostraram um nível de sofrimento durante a pandemia mais elevado.

No que tange a novos hábitos/atividades o estudo evidenciou que tanto os estudantes quanto os professores aumentaram a frequência de novos hábitos/atividades e isso auxiliou na minimização dos impactos negativos advindos do isolamento social em decorrência da pandemia. Não obstante, isso é sugestível de que a pandemia incentivou a busca por novas atividades como uma busca de aliviar o estresse e se adaptar ao novo contexto de mudança na rotina diária.

Em todas as variáveis analisadas, houve um aumento significativo no sofrimento mental durante a pandemia, dos estudantes. Isso indica que, independentemente das estratégias de enfrentamento adotadas, o impacto psicológico da pandemia foi substancial entre os estudantes.

Nos professores houve aumentos significativos no sofrimento mental, particularmente entre aqueles que não adotaram isolamento social ou que aumentaram a frequência de atividades já existentes. No entanto, a significância não foi tão consistente quando comparados aos estudantes, sugerindo variação na resposta ao estresse da pandemia entre os professores.

As diferenças significativas indicam que a pandemia teve um impacto negativo robusto no sofrimento mental tanto de estudantes quanto de professores, mas o efeito foi mais pronunciado e consistente entre os estudantes. O que revela que para os dois grupos

pesquisados mesmo tento adotados ou intensificados hábitos na tentativa de enfrentamento à pandemia, ambos os grupos mostraram indícios de sofrimento mental nos dois momentos.

Tabela 7 - Valores de média $\pm$ desvio padrão sobre medidas de enfrentamento no período pré e durante pandemia

Variável	Estudante				Professor			
	n	Pré-pandemia	Durante pandemia	p-valor	n	Pré-pandemia	Durante pandemia	p-valor
Isolamento ou distanciamento social?								
Sim	147	8,2 $\pm$ 5,9 ^A	10,7 $\pm$ 5,9 ^A	<0,001 *	69	4,2 $\pm$ 4,0 ^{A***}	5,6 $\pm$ 5,0 ^{A****}	0,068
Não	72	7,8 $\pm$ 5,1 ^A	9,4 $\pm$ 5,6 ^A	0,014*	08	3,6 $\pm$ 4,5 ^{A***}	8,5 $\pm$ 6,0 ^A	0,006*
Adotou algum novo hábito/atividade para lidar com o novo cotidiano decorrente da pandemia								
Sim	162	8,0 $\pm$ 5,4 ^A	10,2 $\pm$ 5,9 ^A	<0,001 *	65	4,0 $\pm$ 4,1 ^{A***}	5,7 $\pm$ 5,1 ^{A****}	0,003*
Não	57	8,2 $\pm$ 6,2 ^A	10,5 $\pm$ 5,7 ^A	0,017*	12	4,8 $\pm$ 3,7 ^A	7,3 $\pm$ 5,6 ^A	0,020*
Aumentou a frequência de algum hábito/atividade já existente para lidar com o novo cotidiano decorrente da pandemia?								
Sim	164	8,0 $\pm$ 5,4 ^A	10,0 $\pm$ 5,7 ^A	<0,001 *	56	4,5 $\pm$ 4,3 ^{A***}	5,9 $\pm$ 5,1 ^{A****}	0,007*
Não	55	8,2 $\pm$ 6,4 ^A	11,2 $\pm$ 6,3 ^A	<0,001 *	21	3,2 $\pm$ 3,0 ^{A***}	5,8 $\pm$ 5,7 ^{A****}	0,040*

* Diferença estatística entre períodos (pré-pandemia e durante pandemia) na linha (p <0,05);** Significa diferença estatística entre grupos experimentais (estudantes e professores) dentro da categoria “pré-pandemia”; *** Significa diferença estatística entre grupos experimentais (estudantes e professores) dentro da categoria “durante-pandemia”; ^{A,B} Médias seguidas de letras maiúsculas diferentes na coluna significa diferença estatística (p<0,05).

Fonte: Elaboração do autor, 2024

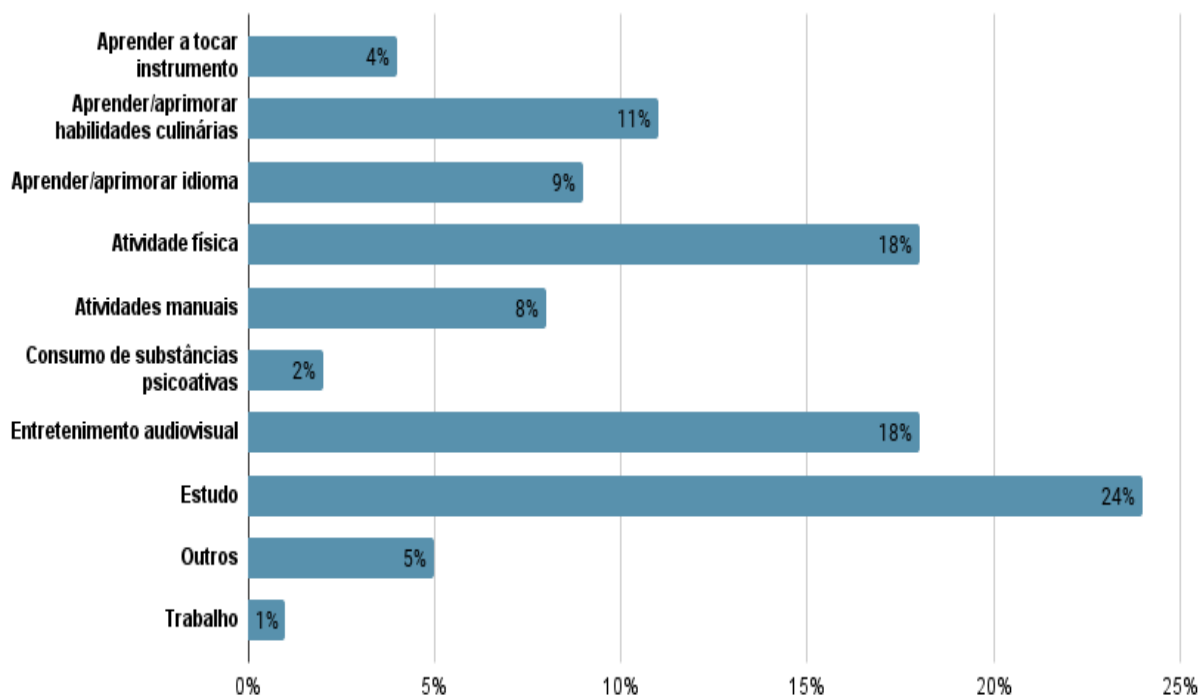
5.3 Saúde e bem-estar de professores e alunos durante a pandemia e medidas de enfrentamento.

A nossa pesquisa revelou como professores e alunos da UFAL buscaram estratégias para promoção do bem-estar e enfrentamento do período pandêmico. Quando perguntado se no contexto atual (da época da pesquisa) adotaram algum novo hábito para lidar com a pandemia 76,7% dos respondentes informaram que sim, e categorizamos as principais respostas, e 23,3% responderam não ter adquirido nenhum novo hábito no período.

Dentre os novos hábitos elencados pelos respondentes da pesquisa, 24% deles informaram que o estudo foi o novo hábito, 18% destacam o entretenimento audiovisual, o que chama a atenção para o aumento do uso de telas, outros 18% trouxeram a atividade física, 11% aprender/aprimorar habilidades culinárias, 9% aprender/aprimorar um idioma, 8%

atividades manuais, 4% aprender a tocar instrumento, 2% consumo de substâncias psicoativas, 1% trabalho e 5% responderam outras atividades.

Gráfico 5 - Novo hábito/atividade para lidar com o novo cotidiano decorrente da pandemia



Fonte: Elaboração do autor, 2024.

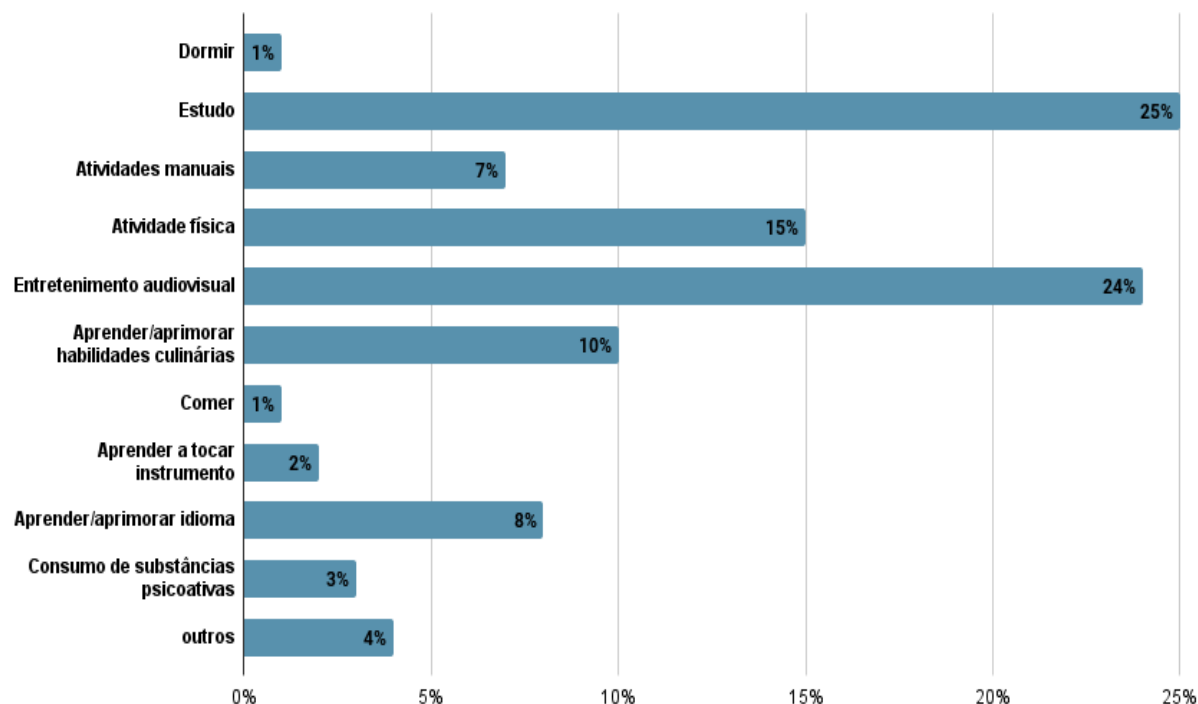
Já quando perguntados se aumentaram a frequência de um hábito/atividade já existente para lidar com o novo cotidiano durante a pandemia, 74,3% dos pesquisados informaram que sim, contra 25,7% que disseram não ter aumentado a frequência de nenhum hábito no período.

Dentre eles destacamos: Que 25% das pessoas responderam o estudo, seguidos do entretenimento visual com 24%, 15% atividade física, 10% aprender/aprimorar habilidades culinárias, 8% aprender/aprimorar um idioma, 7% atividades manuais, 3% consumo de substâncias psicoativas, 2% aprender a tocar instrumento, 1% dormir, outros 1% comer e 4% responderam outras atividades.

As respostas pareceram muito semelhantes inclusive na sequência em que apareceram quando perguntado se adquiriu novo hábito ou se aumentou a frequência de algum já existente, o fato é que algumas variáveis merecem destaque, como por exemplo o aumento das horas de estudo, assim como o de tempo de telas, ainda vale relatar o fato de na primeira pergunta 2% dos respondentes informaram começar a consumir substâncias psicoativas, incluindo álcool, drogas e medicamentos.

Outra nuance desses dados que merece atenção é o fato das da grande maioria das pessoas que participaram da pesquisa buscaram meios para garantir o maior bem-estar durante esse período tão desafiador.

Gráfico 6 - Aumento da frequência de algum hábito/atividade já existente para lidar com o novo cotidiano decorrente da pandemia



Fonte: Elaboração do autor, 2024.

A pandemia da COVID-19 destacou a necessidade urgente de estratégias robustas para promover a saúde mental e minimizar os impactos negativos do isolamento social. A busca por novos meios de interação e a adoção de medidas de enfrentamento eficazes foram essenciais para sustentar o bem-estar psicológico durante este período desafiador.

Com o advento do período de isolamento as pessoas buscaram dentro de suas casas meios de “se sentir bem” numa tentativa de melhora da sua qualidade de vida, várias foram as formas como fizeram isso como mostrado no números da pesquisa, sendo que boa parte das pessoas utilizavam das tecnologias sociais, mídias e redes sociais como forma de estudo, trabalho e também de entretenimento, as atividades físicas também ganharam espaço importante, seguido de aprender ou aprimorar habilidades culinárias, um dado que nos chamou a atenção foi o fato de 2% dos respondentes declarar que iniciaram o uso de

substâncias psicoativas como álcool e drogas e 3% relataram o aumento no uso dessas substâncias.

6 DISCUSSÃO

A pandemia da COVID-19 trouxe desafios sem precedentes, afetando significativamente a saúde mental de milhões de pessoas no mundo todo. A necessidade de distanciamento social e o isolamento afetaram a rotina e a saúde dos professores, que tiveram que lidar com a sobrecarga de trabalho e a adaptação ao ensino remoto. Para os alunos, a falta de interação social e o aumento da carga de estudos online também contribuíram para o aumento do estresse e da ansiedade (Instituto Península, 2020).

A análise dos dados levantados permitiu observar-se que ambos os grupos pesquisados foram impactados negativamente pela pandemia em relação à saúde mental, com a nova rotina e adaptação ao ensino remoto emergencial fizeram com que estudantes e professores tivessem suas rotinas transformadas, uma vez que muitos foram os desafios enfrentados por todos durante a pandemia.

Um estudo realizado por Brooks *et al.*, (2020) também destacou que o isolamento social e a quarentena estão associados a efeitos psicológicos adversos, como sintomas de estresse pós-traumático, confusão e raiva. Fatores como a duração do confinamento, o medo de infecção, frustração, tédio, suprimimentos inadequados, falta de informação clara, perdas financeiras e estigma foram identificados como contribuintes para essas experiências negativas.

O isolamento social também impactou a capacidade dos estudantes de manter redes de apoio social, que são cruciais para o bem-estar emocional e acadêmico. Estudantes de minorias raciais, que muitas vezes enfrentam discriminação e preconceito, dependem dessas redes para suporte emocional e encorajamento (Benner e Graham, 2013).

Diante desses desafios, a adoção de estratégias eficazes de enfrentamento é crucial para manter o bem-estar psicológico que é um fator protetor contra transtornos mentais. Pessoas com altos níveis de bem-estar psicológico tendem a ter menores índices de depressão, ansiedade e estresse (Keyes, 2005). A promoção do bem-estar psicológico, portanto, é uma estratégia importante na prevenção e tratamento de problemas de saúde mental.

A prática de atividades físicas, por exemplo, tem sido amplamente recomendada como uma forma de reduzir o estresse e melhorar o humor. De acordo com Chekroud *et al.*, (2018) o exercício regular está associado a uma redução significativa dos dias de mau humor,

sugerindo que a atividade física pode atuar como uma ferramenta de manejo do estresse durante a pandemia.

Além disso, o engajamento em atividades de lazer e hobbies, como assistir a filmes, cozinhar, ou aprender algo novo, pode oferecer uma distração saudável e proporcionar uma sensação de realização e satisfação. Um estudo de Wilson *et al.*, (2020) indicou que o entretenimento audiovisual foi uma das formas mais comuns de lidar com o estresse durante a pandemia, oferecendo uma fuga temporária da realidade e ajudando as pessoas a relaxar.

Visando reduzir os impactos negativos desse momento na saúde mental, as pessoas buscavam meios como: de interação social através do uso de tecnologias, práticas de autocuidado e bem-estar, engajamento em atividades criativas e culturais, adoção de novos hábitos ou aumento da frequência de um hábito existente a fim de incorporar na sua rotina atividades prazerosas que tirem um pouco o foco das notícias da doença e do novo cotidiano exaustivo.

Nossos dados corroboram com pesquisas realizadas no Brasil. Garcia, (2020), traz em seu artigo uma pesquisa on-line realizada pela FIOCRUZ 2020 com 44.062 participantes revelou que 18% da população com 18 anos ou mais de idade relataram aumento do uso de bebidas alcoólicas durante a pandemia, revelando que com a restrição social e fechamento de bares a proibição da aglomeração de pessoas, o consumo passou a ocorrer principalmente no ambiente doméstico, impulsionado também por eventos *on-line*, como *happy hours* e festas (*lives*), impulsionando assim o aumento das vendas de bebidas e consumo entre as pessoas. consumo passou a ser realizado predominantemente no ambiente doméstico, incentivado também por eventos on-line, como happy hours e festas (*lives*), que incitaram o aumento das vendas de bebidas em supermercados.

As mudanças no comportamento social durante períodos de crise e isolamento, fornecendo informações valiosas para formuladores de políticas, educadores e profissionais de saúde mental sobre como melhor apoiar as populações em tempos de crise. Além disso, esses dados podem ajudar a identificar quais atividades tiveram um impacto positivo significativo no bem-estar das pessoas, orientando futuras intervenções e suporte comunitário.

Acerca do desafio enfrentado por professores e estudantes durante a pandemia, Tenente (2020) destaca que a estratégia adotada evidencia claramente as desigualdades e os desafios enfrentados pelos estudantes e professores das escolas públicas: acesso restrito à internet, falta de computadores e espaço em casa, questões sociais, carga excessiva de trabalho para os professores e baixa escolaridade dos familiares. Essa também é uma

realidade que afeta não somente as escolas públicas, mas também a universidade pública, espaço onde foi desenvolvida a pesquisa.

Máximo (2020) afirma que durante a pandemia, as interações entre estudantes e professores foram profundamente afetadas pelos contextos em que cada um se encontrava. Os estudantes, especialmente em suas casas, tiveram que se adaptar a novos ambientes de aprendizado, enquanto os docentes também enfrentavam desafios ao ministrar aulas remotamente a partir de suas próprias residências. Essa mudança de cenário criou uma espécie de “divisão de mundos” entre professores e alunos, ampliada pelo desgaste geral vivenciado durante a pandemia e pela sobrecarga de atividades digitais. Além disso, a precarização do trabalho também foi um fator relevante nesse contexto. E esse desgaste pode ser gerador de sofrimento mental.

No entanto, quando comparamos os dois grupos, a nossa pesquisa revelou que os estudantes foram mais afetados que os professores em todas as categorias elencadas nesta pesquisa, conforme indicado pelos resultados do questionário SRQ-20, utilizando-se ponto de corte 7 como preconizado por Gonçalves, Stein e Kapczinski (2008). Assim, indivíduos que apresente pontuação 7, significa afirmar que houve considerável índice de sofrimento mental.

Nesse interim, o nível de sofrimento mental do estudante necessita-se ser prevenido com o auxílio de professores, pedagogos e gestores das universidades em alinhamento com psicólogos. Tendo em vista que nas universidades há grandes fontes de tensão. Nesse contexto, Martins e Nogueira-Martins (2018), estabelecem duas principais crises que acometem os discentes, sendo essas: a crise adaptativa e a crise psicopatológica. Além de que, descrevem a existência de três tipos de estresses principais dentro de cursos de caráter superior, sendo: o estresse relacionado ao processo de profissionalização; o estresse situacional; e o estresse pessoal.

Concomitantemente, Barros (2021), pontua que um dos fatores que levam o universitário a apresentar diversos transtornos psiquiátricos no decorrer do curso é que a entrada desse indivíduo na universidade se dá no período transicional entre adolescência e vida adulta. Ou seja, adolescentes aos 17 anos já estão se preparando para prestarem ENEM e logo em seguida adentram o mundo acadêmico superior, vindo à tona incertezas e a crise dos vinte e poucos anos. Nesse momento, é comum se apresentar problemas como ansiedade nesses indivíduos por estarem constantemente pensando no futuro e se conseguirão os seus objetivos. Desse modo, o ingresso na faculdade traz consigo altas expectativas, cargas de

estudo intensa, problemas financeiros, problemas de relacionamentos e questões de identidade e autonomia. Assim, gerando altas incidências de problemas mentais.

Estudantes universitários sofreram impactos na saúde mental em decorrência de diversas fatores durante a pandemia como: o distanciamento social, a falta de informações claras dadas pelas autoridades da área de saúde e sanitárias e pela mídia, prejuízos financeiros, mudanças repentinas na rotina, perdas de produtividade nos estudos, preocupações com a saúde, dentre outros (Marroquín *et al.*, 2020)

Sobre habilitação do curso, não houve diferença estatisticamente significativa entre os estudantes pesquisados, mas observamos que bacharéis e mestrandos foram mais afetados que licenciados e doutorandos.

Também é válido pontuar que, durante a pandemia do COVID-19, os universitários começaram a apresentar novas emoções, como: luto, pânico, ansiedade por não saber quando irá conseguir se formar e hipocondria. Nesse contexto, pode-se afirmar que a pandemia acarretou impactos negativos significativo na saúde mental dos universitários. Além de que, transtorno do sono, transtornos alimentares e abuso de substâncias para enfrentar o isolamento também foram problemas observados na vida desses indivíduos. Esses fatores, ocasionaram graves impactos no rendimento acadêmico dos discentes (Gundim *et al.*, 2020).

No nosso estudo o estado civil revelou um dado importante onde pode-se observar que entre os dois grupos os solteiros e com união estável sofreram mais durante a pandemia quando comparados aos casados e divorciados.

Sobre a faixa etária é importante destacar que quando comparamos os dois grupos pesquisados: estudantes e professores, a faixa etária mais acometida na nossa pesquisa foi de estudantes de 18 a 24 anos, seguidos dos professores de 35 a 44 anos. Isso é interessante, pois estudantes de 18 a 24 anos estão mais susceptíveis a sofrimento mental por estarem passando por muitas incertezas advindas da vida adulta (Barros, 2021). Enquanto, os docentes já são adultos, com famílias e com menos incerteza no que tange a vida financeira e emocional (Teixeira *et al.*, 2021).

Além disso, os jovens de classe socioeconômica vulnerável estavam constantemente vendo os seus familiares irem trabalhar arriscando a vida, além da incerteza de quando irá terminar o curso e iniciar a contribuição financeira na família, o que pode tê-los impactado fortemente, ao ponto de pensamentos como “não tenho utilidade”, ou “não consigo ajudar meus pais” virem a tona constantemente, gerando desconforto e sofrimento psíquico (Teixeira *et al.*, 2021).

Com relação ao gênero, tanto entre estudantes quanto professores as mulheres sofreram mais que os homens, tanto no período pré-pandemia como durante a pandemia. Um estudo realizado por REIS, (2020) mostra que são as mulheres as maiores responsáveis pelos desempenhos de tarefas domésticas e familiares. Durante o distanciamento social, elas têm se deparado com a diminuição do suporte institucional para o cuidado dos filhos, com o fechamento de escolas e creches e a educação das crianças em casa. Somado a isto temos o agravante da impossibilidade de contar com as redes tradicionais de apoio de avós e mulheres mais velhas na família, que passou a não ser recomendado por estas integrarem o grupo de maior risco de complicações graves da COVID-19, gerando nessas mulheres maior sobrecarga física e mental.

As mulheres acumulam assim inúmeras tarefas, muitas passaram a trabalhar em regime de teletrabalho e experimentaram um aumento na carga de trabalho doméstico e de cuidado, além de suas responsabilidades profissionais. Segundo uma pesquisa realizada por Estrela *et al.* (2020), muitas mulheres relataram dificuldades em equilibrar a vida profissional e familiar, resultando em níveis elevados de estresse e exaustão (Estrela *et al.*, 2020). A necessidade de gerenciar simultaneamente as demandas do trabalho remunerado e não remunerado aumentou a sobrecarga mental e física das mulheres durante a pandemia. Não há divisão sexual das tarefas domésticas, sendo um cenário frequente anterior a pandemia e que não foi alterado com o advento desta.

Com relação as professoras, o fato de realizarem atividades escolares no espaço da casa fez com que estas tivessem menos tempo para realizar o trabalho doméstico, aumentando o ritmo e a intensidade dessas tarefas. Esse acúmulo de responsabilidades resultou em níveis elevados de estresse e exaustão, afetando negativamente a saúde mental e o bem-estar das professoras (Viegas, 2022).

No entanto quando comparamos os grupos distintos evidencia-se que entre os professores a variável sexo não fez tanta diferença do ponto de vista estatístico no período da pandemia, ou seja, homens e mulheres sofreram proporcionalmente quando comparados em subgrupos por sexo entre os professores. Aparentemente os gêneros enfrentaram desafios semelhantes em termos de adaptação ao ensino remoto e gestão do tempo sugerindo que, apesar das diferenças nas responsabilidades domésticas, o impacto do teletrabalho sobre a saúde mental e o bem-estar foi significativo para ambos os gêneros. Esses resultados indicam que, embora existam nuances nas experiências de homens e mulheres, a pandemia afetou

proporcionalmente todos os professores em termos de aumento da carga de trabalho e desafios relacionados ao teletrabalho.

Sobre a raça/cor podemos destacar o fato de que a maioria dos estudantes se declarou pardos e os professores se declararam em sua maioria brancos, o que no nosso estudo não apresentou relevância estatística o fato do sofrimento mental ter se sobressaindo em algumas dessas raças.

Ao contrário de achados em alguns estudos que mostram que a transição para o ensino remoto e a falta de interação social tiveram efeitos psicológicos negativos nos estudantes. Uma pesquisa realizada por Goldenstein, Wen e Miller (2020) indica que a pandemia aumentou os níveis de ansiedade e depressão entre os jovens, com os estudantes de minorias raciais sendo particularmente vulneráveis devido ao estresse adicional causado pelas desigualdades econômicas e sociais.

A nossa pesquisa revelou com relação a renda, que mais uma vez os estudantes em todas as faixas de renda sofreram mais que os professores no período da pandemia comparado ao período pré pandemia. Tanto estudantes como professores que declararam ganhar acima de 3 salários-mínimos foram os mais afetados do ponto de vista do sofrimento mental. Os achados mostram que os dois grupos respondentes da pesquisa apresentavam maior indício de sofrimento entre aqueles com rendas mais altas, sugerindo que enfrentaram pressões adicionais relacionadas ao desempenho acadêmico e à manutenção de um padrão de vida elevado.

Fato esse curioso uma vez que muito se fala na relação de desigualdade social e impactos na saúde mental durante a pandemia. Natividade, (2020) traz que pessoas com menor renda, além de mais expostas aos impactos financeiros ocasionados pela pandemia da COVID-19, também estão mais vulneráveis a serem afetadas por problemas de saúde física e psicológicos associados a reclusão necessária no período de isolamento social. Tais condições de vulnerabilidade podem ser mais danosas nas comunidades formadas por famílias que vivem em único cômodo doméstico, pois a possibilidade de contaminação pela COVID-19 pode ser maior.

Os professores no nosso estudo não apresentaram por si sinais de sofrimento mental anterior a pandemia e mesmo esse dado tento aumentado durante a pandemia poucos foram os itens onde estes apresentaram um piora significativa estatisticamente quando mesurado o ponto de corte. Diferente do que foi descrito por outros autores, uma pesquisa realizada por (Vicente, 2023) traz à tona o cansaço e esgotamento físico e mental dos professores ao terem

que lidar com tantas tecnologias novas de uma vez para dar conta do fazer docente. Por isso foi importante pesquisar acerca da saúde mental destes trabalhadores, no entanto ficou constatado através da análise dos dados da pesquisa que houve um breve aumento do índice de sofrimento mental dos professores.

Sobre os novos hábitos ou atividades adotados para lidar com o novo cotidiano decorrente da pandemia podemos destacar o fato de que a maior porcentagem das pessoas (24%) escolheu dedicar mais tempo aos estudos. Este dado pode refletir a adaptação ao ensino remoto e à busca por desenvolvimento pessoal e profissional durante a pandemia. Ambos os hábitos foram adotados por 18% das pessoas. A prática de atividades físicas é essencial para a saúde mental e física, especialmente em tempos de isolamento. Já o entretenimento audiovisual, como assistir a filmes e séries, serviu como uma forma importante de lazer e fuga da realidade. O aumento no interesse por habilidades culinárias (11%) pode estar relacionado ao maior tempo passado em casa, incentivando as pessoas a explorarem novas receitas e hábitos alimentares.

Aprender ou aprimorar um idioma foi uma escolha para 9% das pessoas, possivelmente como uma forma de aproveitar o tempo extra para adquirir uma nova habilidade. Uma pequena porcentagem (5%) indicou a adoção de outros hábitos não especificados no gráfico, mostrando a diversidade de interesses e atividades. Aprender a tocar um instrumento musical foi uma nova atividade para 4% das pessoas, sugerindo um interesse em explorar a musicalidade e expressões artísticas.

Apenas 2% indicaram um aumento no consumo de substâncias psicoativas, o que pode ser um reflexo do estresse e ansiedade gerados pela pandemia. A menor porcentagem (1%) está associada a atividades de trabalho, o que pode indicar que a maioria das pessoas não considerou o trabalho como uma nova atividade ou hábito, mas sim uma continuidade das suas responsabilidades.

Os dados refletem a diversidade de adaptações e interesses durante a pandemia, mostrando um forte foco no desenvolvimento pessoal e manutenção do bem-estar físico e mental. O aumento no tempo dedicado ao estudo e atividades físicas destaca a busca por crescimento e saúde, enquanto o entretenimento audiovisual e hobbies criativos fornecem escape e alívio do estresse. Esta análise pode servir como base para entender as mudanças no comportamento social durante períodos de crise e isolamento.

O aumento da frequência de alguns hábitos ou atividades já existentes para lidar com o novo cotidiano decorrente da pandemia mostra que a maior frequência de adoção foi para o

estudo, com 25%. Este aumento significativo pode ser atribuído à maior disponibilidade de cursos online e ao desejo das pessoas de utilizar o tempo extra para aprimorar suas qualificações acadêmicas e profissionais. A pandemia pode ter motivado muitos a buscar novas oportunidades educacionais, seja por interesse pessoal ou para se adaptar às mudanças no mercado de trabalho. O entretenimento audiovisual foi uma das atividades mais frequentes, com 24%. Este hábito incluiu assistir a filmes, séries e programas de TV, que se tornaram formas importantes de lazer e distração durante o período de isolamento social. Aqui também o uso abusivo de telas nesse período seja para trabalhar ou estudar. O aumento do consumo de plataformas de streaming também reflete esta tendência.

A atividade física foi adotada por 15% das pessoas, demonstrando uma preocupação significativa com a saúde e o bem-estar físico durante a pandemia. Com as academias fechadas e a necessidade de distanciamento social, muitas pessoas recorreram a exercícios em casa, como yoga, alongamentos, treinos com peso corporal e caminhadas ao ar livre.

Aprender ou aprimorar habilidades culinárias foi uma escolha para 10% das pessoas. Este hábito pode estar relacionado ao fato de as pessoas passarem mais tempo em casa, incentivando-as a cozinhar mais e a experimentar novas receitas. Além disso, preparar refeições em casa pode ser uma atividade prazerosa e uma forma de economizar dinheiro durante tempos incertos.

Aprender ou melhorar um idioma foi adotado por 8% das pessoas, sugerindo uma busca por desenvolvimento pessoal e novas habilidades que possam ser úteis tanto pessoal quanto profissionalmente. O acesso a recursos online, como aplicativos de aprendizado de idiomas, facilitou essa prática.

Atividades manuais, como artesanato, jardinagem e bricolagem, foram adotadas por 7% das pessoas. Estas atividades não só oferecem um passatempo criativo, mas também podem proporcionar um senso de realização e alívio do estresse.

Uma pequena porcentagem (4%) indicou a adoção de outros hábitos não especificados, refletindo a diversidade de interesses individuais e a personalização das atividades para atender às necessidades específicas de cada pessoa.

O consumo de substâncias psicoativas aumentou para 3% das pessoas, possivelmente como uma resposta ao estresse e à ansiedade provocados pela pandemia. Este dado sugere a necessidade de apoio adicional para a saúde mental durante períodos de crise.

Aprender a tocar um instrumento musical foi adotado por 2% das pessoas, indicando um interesse em explorar novas formas de expressão artística e desenvolver novas habilidades.

Dormir e comer foram citados por 1% das pessoas cada. Isso pode sugerir que, apesar de algumas mudanças nos hábitos de sono e alimentação durante a pandemia, essas atividades não foram tão impactadas quanto outras.

Os dados mostram uma ampla variedade de novos hábitos e atividades adotados durante a pandemia, com um foco notável no estudo e no entretenimento audiovisual. O aumento significativo no tempo dedicado ao estudo sugere uma forte motivação para o desenvolvimento pessoal e profissional. A ênfase na atividade física e no entretenimento audiovisual destaca a busca por equilíbrio entre o bem-estar físico e mental. Estes insights são valiosos para entender como as pessoas adaptaram seus comportamentos em resposta à pandemia e podem orientar futuras estratégias de apoio e intervenção durante períodos de crise.

Os estudantes universitários, especialmente os novatos, enfrentam várias demandas típicas da transição para o ensino superior, demandas essas que incluem ajustes na moradia, apoio social, desenvolvimento da autonomia e as exigências acadêmicas das disciplinas, entre outros aspectos. Além dessas realidades comuns, emerge de forma inesperada a variável da COVID-19, introduzindo incertezas significativas na rotina estudantil, impactando o desempenho acadêmico e a saúde mental dos estudantes (Santos, 2023).

Dessa maneira podemos concluir que as muitas incertezas trazidas pela pandemia para a vida pessoal e acadêmica dos estudantes pode ter sido fator gerador de sofrimento mental, atrelado a isso temos o fato de muitos destes estudantes serem ao mesmo tempo trabalhadores e com a paralisação de diversas atividades o medo do desemprego somado ao medo de adquirir a doença pode ter contribuído com esse dado.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da complexidade enfrentada pela população em geral durante a pandemia de COVID-19, especialmente os estudantes e professores com relação à saúde mental, é evidente que os estudantes universitários emergiram como um grupo especialmente vulnerável. Antes mesmo da crise sanitária, já se reconhecia que questões de saúde mental entre adolescentes e adultos jovens estavam correlacionadas com diversos desafios sociais e educacionais, impactando negativamente seu percurso acadêmico e sua coesão social.

Nesse interim, no que tange ao objetivo geral do trabalho, percebeu-se por meio dos dados obtidos que as principais hipóteses foram confirmadas. Desse modo, ao analisar os impactos advindos da COVID-19 na saúde mental de estudantes e professores, encontrou-se que o nível de ansiedade e estresse aumentou durante a pandemia, que a incidência de sintomas depressivos aumentou entre estudantes e professores, que problemas de sono e problemas alimentares se agravaram, e a percepção de suporte social diminuiu durante o ensino remoto.

É importante destacar que embora tenha se disseminado a informação que a pandemia afetou a saúde mental da população mundial, nosso estudo evidenciou que entre as categorias pesquisadas os dois grupos apresentavam sim sofrimento mental e isso foi constatado quando contabilizado as variáveis do questionário SRQ 20, com “piora” de diversos itens, no entanto quando da realização mais aprofundada da análise foi constatado que os professores apresentavam scores acima de 7 em poucos itens, no entanto mostrava que em todos os itens durante a pandemia houve um aumento desses scores mesmo não chegando a 7, logo sugere que esse grupo teve sim sua saúde mental afetada negativamente durante a pandemia mais não com a mesma intensidade que os estudantes que apresentavam scores maiores de 7 em praticamente todos os itens.

Mesmo partindo do pressuposto que o professor é único para dar conta de vários alunos e que apenas um aluno para dar conta dos afazeres acadêmicos e que nessa lógica não se consolidou o fato de professores por terem que dar conta de “mas pessoas” atrelado a aprender novas formas de ensinar, não apresentavam no momento da pesquisa indícios de sofrimento mental a partir do nosso ponto de corte, já os estudantes estavam acima da média em praticamente todos os itens pesquisados.

Os resultados sugerem uma necessidade urgente de intervenções para apoiar a saúde mental tanto de estudantes quanto de professores, especialmente em tempos de crise como a

pandemia com políticas de suporte onde as instituições educacionais devem considerar a implementação de políticas e recursos para fornecer suporte psicológico contínuo.

Essas reflexões destacam a necessidade urgente de políticas públicas e iniciativas institucionais que não apenas promovam a saúde mental, mas também fortaleçam a resiliência e o bem-estar emocional de estudantes e educadores em tempos de crise global.

Vale ressaltar que o presente estudo se restringiu aos meses iniciais de isolamento social durante a pandemia de COVID-19. A coleta de dados para esta pesquisa foi realizada no período Setembro de 2020 a maio de 2021. Logo, alguns fatores podem impactar a saúde mental em médio e longo prazo, como os socioeconômicos, podem ter sido subestimados. Assim, é estratégico monitorar a população estudada a fim de identificar fatores de risco para a saúde mental durante a pandemia no que estão chamando de pós-pandemia para que possa subsidiar estratégias de intervenção. E por ter sido realizada a coleta de dados no período bem inicial da pandemia esse pode ter sido uma limitação para o nosso estudo, uma vez que alguns dados podem ter sido subestimados.

Estudos adicionais podem investigar os fatores específicos que contribuem para o aumento do sofrimento mental em cada grupo e identificar estratégias eficazes de mitigação. Recomenda-se, portanto, o desenvolvimento de pesquisas sobre a temática, sobretudo com vistas ao período pós-pandemia, que elucidem as peculiaridades locais e apontem subsídios para o enfrentamento. Assim, é crucial que sejam implementadas políticas educacionais e de saúde mental para oferecer suporte a esses grupos e reduzir os impactos negativos causados pela pandemia.

BRASIL. **Ministério da Educação**. Pesquisa aponta efeitos da pandemia na educação superior. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/assuntos/noticias/censo-da-educacao-superior/pesquisa-aponta-efeitos-da-pandemia-na-educacao-superior>. Acesso em: 23 de jul. de 2024.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Portaria nº 3.088, de 23 de dezembro de 2011a. Institui a Rede de Atenção Psicossocial para pessoas com sofrimento ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso de crack, álcool e outras drogas, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) e dá outras providências. Brasília, DF, 2011. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt3088_23_12_2011_rep.html. Acesso em: 13 ago. 2024.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Portaria GM nº 1.654 de 19 de julho 2011b. Institui, no âmbito do Sistema Único de Saúde, o Programa Nacional de Melhoria do Acesso e da Qualidade da Atenção Básica (PMAQ-AB) e o Incentivo Financeiro do PMAQ-AB, denominado Componente de Qualidade do Piso de Atenção Básica Variável -PAB Variável. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2011. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pmaq/portarias#:~:text=Portaria%20n%C2%BA%201.654%2C%20de%2019,Aten%C3%A7%C3%A3o%20B%C3%A1sica%20Vari%C3%A1vel%20%2D%20PAB%20Vari%C3%A1vel>. Acesso em: 13 ago. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Covid 19**: Painel Coronavírus. 2024. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>. Acesso em: 8 ago. 2024.

BRASIL. **Decreto nº 70.066, de 9 de junho de 2020**. Dispõe sobre a prorrogação das medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do Covid-19 (coronavírus) no âmbito do estado de alagoas, e dá outras providências. Brasília, DF, 2020. Disponível em: http://www.imprensaoficialal.com.br/wp-content/uploads/2020/06/DOEAL-10_06_2020-SUPLEMENTO.pdf. Acesso em: 03 mar. 2023.

BRASIL. **Decreto Nº 69.541, de 19 de março de 2020**. Declara a situação de emergência no estado de Alagoas e intensifica as medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância Internacional decorrente do Covid – 19 (coronavírus) no âmbito do estado de alagoas, e dá outras providências. Brasília, DF. Disponível em: http://www.imprensaoficialal.com.br/wp-content/uploads/2020/03/DOEAL-20_03_2020-SUPLEMENTO.pdf. Acesso em: 03 mar. 2022.

Centro de Informações Estratégicas e Resposta em Vigilância em Saúde (CIEVS/AL). Rio de Janeiro: Informe Epidemiológico - Monitoramento da Emergência - COVID-19, 2021. Disponível em: <http://cidadao.saude.al.gov.br/wp-content/uploads/2023/01/Informe-Epidemiol%C3%B3gico-COVID-19-n%C2%BA-1050-20-01-2023.pdf>. Acesso em: 13 ago. 2024.

CARVALHO, A. C. M. De; DUTRA, A. M.; AGUIAR, G. C. De; SOARES, G. M.; CORDOVIL, T. F.; COELHO, P. D. L. P.; SANTOS, E. B. Dos; FIGUEIREDO, S. N. Saúde mental e o impacto da pandemia de covid-19 nos estudantes de uma universidade pública de Manaus-AM. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, Paraná, v. 27, n. 7, p. 3523–3546, 2023. Disponível em:

<https://unipar.openjournalsolutions.com.br/index.php/saude/article/view/10137>. Acesso em: 15 jun. 2024.

ESTRELA, Fernanda Matheus; SOARES, Caroline Fernandes Soares e; CRUZ, Moniky Araújo da; SILVA, Andrey Ferreira da; SANTOS, Jemima Raquel Lopes; MOREIRA, Tânia Maria de Oliveira; LIMA, Adriana Brait; SILVA, Márcia Gomes. Pandemia da Covid 19: refletindo as vulnerabilidades a luz do gênero, raça e classe. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 25, n. 9, p. 3431-3436, set. 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020259.14052020>. Acesso em: 13 ago. 2024.

FERREIRA, E. Z., OLIVEIRA, A. M. N., MEDEIROS, S. P., Gomes, G. C., CEZAR-VAZ, M. R., e ÁVILA, J. A. de. A influência da internet na saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [S.L.], v. 73, n. 2, p. 1-10, jan. 2020. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0766>. Acesso em: 13 ago. 2024.

FERNANDES, E.C. **Qualidade de Vida no Trabalho: como medir para melhorar**. Salvador, BA: Casa da Qualidade, 1996.

FIALHO, B. P. **Tecnologias de informação eFE comunicação na escola: contradições e elementos de aprendizagem**. 2020. 119 p. Dissertação. (Mestrado em Educação). Centro Universitário La Salle, Rio Grande do Sul. Disponível em: http://bdtd.ibict.br/vufind/Record/UNILASALLE_0ba0472236a507f45347c842ca1b6425. Acesso em 10 de Fev. 2023.

GARCIA, L. P.; SANCHEZ, Z. M.. Consumo de álcool durante a pandemia da COVID-19: uma reflexão necessária para o enfrentamento da situação. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n. 10, p. e00124520, 2020. doi.org/10.1590/0102-311X00124520. Acesso em 30 de Jul 2024.

GARRIDO, Rodrigo Grazinoli; RODRIGUES, Rafael Coelho. Restrição de contato social e saúde mental na pandemia: possíveis impactos das condicionantes sociais. **Journal of Health & Biological Sciences**, [S.L.], v. 8, n. 1, p. 1-9, 2020.

GONÇALVES, D. M., STEIN, A. T., e KAPCZINSKI, F. Avaliação de desempenho do SelfReporting Questionnaire como instrumento de rastreamento psiquiátrico: um estudo comparativo com o Structured Clinical Interview for DSM-IV-TR. **Cadernos de Saúde Pública**, [S.L.], v. 24, n. 4, p. 380-390, 2008.

MOREIRA, Arlon da Silva. **Estudando métodos analíticos e a ferramenta SPSS**. Goiânia: Faculdade de Informação e Comunicação/Laboratório de Políticas Públicas Participativas, 2015. Disponível em: <https://l3p.fic.ufg.br/n/79713-estudando-metodos-analiticos-e-a-ferramenta-spss>. Acesso em: 15 jun. 2024.

HARDING, TW, De Arango MV, Baltazar J, Climent CE, Ibrahim HHA, Ladrado-Ignacio L, et al. Mental disorders in primary health care: a study of their frequency and diagnosis in four developing countries. **Psychol Med**, São Paulo, v. 10, n. 1, p. 231-241, 1980.

IMPACTOS da pandemia na pesquisa científica. Rio de Janeiro: Academia Brasileira de Ciências, 2020. Disponível em: <https://www.abc.org.br/2020/07/21/impactos-da-pandemia-na-pesquisa-cientifica/>. Acesso em: 15 jun. 2024.

KAMINSKI, Márcia Regina. **Análise das práticas de informática na educação da Escola Municipal Aloys João Mann** - Cascavel/PR. 2018. 254 f. Dissertação (Mestrado em Ensino) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Foz do Iguaçu, 2018. Disponível em: http://bdtd.ibict.br/vufind/Record/UNIOESTE-1_8b38fc13f2bea2998e8c4745ce31f2c
b. Acesso em Abril de 2023.

Keyes, C. L. M. Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, v. 73, n. 3, p. 539-548, 2005.

LADEIA, D. N. *et al.* Análise da saúde mental na população geral durante a pandemia de Covid-19. Revista **Eletrônica Acervo Saúde**, v. 46, n. 5, p. 10-21, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e3925.2020>. Acesso em: 06 out. 2022.

LANCET. A. Mental Health Systems in Latin America and the Caribbean: A Systematic Review. **The Lancet Psychiatry**, v. 2, n. 5, p. 419-426, 2011.

LUZ, M.T. **A reforma sanitária brasileira e o Sistema Único de Saúde**. In: Saúde em debate. Rio de Janeiro: Centro Brasileiro de Estudos de Saúde, 2000.

LEVY, P. **As tecnologias da inteligência**: o futuro do pensamento na era da informática. Rio de Janeiro: Ed. 34, 1994.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estud. psicol. (Campinas)**, Campinas, v. 37, n.1, p. 1-15, 2020. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100504&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 19 jan. 2023.

MANGUEIRA, F. B. *et al.* Saúde mental das crianças e adolescentes em tempos de pandemia: uma revisão narrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, Brasília, v. 12, n. 11, 30 mar. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e4919.2020>. Acesso em: 24 de Set. 2022.

MARI, J.J., Williams P.. A validity study of a psychiatric screening questionnaire (SRQ-20) in primary care in the city of São Paulo. **Br J Psychiatry**, [S.L], v. 23, n. 6, p. 148 – 163, 1986.

Marroquín B, Vine V, Morgan R. Mental health during the COVID-19 pandemic: Effects of stay-at-home policies, social distancing behavior, and social resources. **Psychiatry Res**, [S.L], v. 1, n. 1, p. 113-141, 2020.

MARQUES, L. S. Desigualdades regionais e desafios tecnológicos na produção acadêmica durante a pandemia. **Cadernos Brasileiros de Estudos Educacionais**, v. 25, n.1, p. 112-128, 2023.

MATURANA, H.R., **Cognição, ciência e vida cotidiana/ Humberto Maturana**; organização e tradução Cristina Magro, Victor Paredes. - Belo Horizonte: Ed. UFMG, 2001, 203p. - (Humanitas).

MÁXIMO, M. E. Tecnologia e educação: reflexões a partir de uma etnografia sobre experiências com o ensino remoto na pandemia. **Horiz. antropol.**, Porto Alegre, v. 30, n. 68, p. 68-79, 2024.

MENDES, A, *et al.* Covid-19 e o uso abusivo da internet: O cyberbullying é um fator de risco para o suicídio no Brasil?. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, p. 191-210, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i7.16844>. Acesso em: 07 nov. 2022

MERHY, E. E. **Em busca do tempo perdido: a micropolítica do trabalho vivo em saúde.** in: MERHY, E. E.; ONOCKO, R. (org.). *Agir em saúde: um desafio para o público*. São Paulo: Hucitec, 1997.

MERHY, E. E. **Saúde: A categoria do trabalho vivo**. São Paulo: Hucitec, 2002.

MINAYO, M. C.S. **O desafio do conhecimento**. Pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: HUCITEC, 2007.

NATIVIDADE, M.S.; BERNARDES, K.; PEREIRA, M.; MIRANDA, S.S.; BERTOLDO, J.; TEIXEIRA, M.G.. Distanciamento social e condições de vida na pandemia covid-19 em Salvador-Bahia, Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, [S.L], v. 25, n. 9, p. 3358-3392, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.22142020>. Acesso em: 27 de Jul. 2020.

OMS declara fim da Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional referente à COVID-19. Organização Pan-Americana da Saúde. 2023. disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/5-5-2023-oms-declara-fim-da-emergencia-saude-publica-importancia-internacional-referente#:~:text=causador%20dessa%20enfermidade,-,O%20fim%20da%20Emerg%C3%Aancia%20de%20Sa%C3%BAde%20P%C3%BAblica%20de%20Import%C3%A2ncia%20Internacional,minutos%20apenas%20na%20semana%20passada>. Acesso em 10 de Julho 2024.

PAES, H. Tamanho da amostra em estudo clínico e experimentais. **Jornal vascular brasileiro**, [S.L], v.10, n. 4, p. 275-278, 2011.

PRAIA, J. CACHAPUZ, A. PÉREZ, D.G. A hipótese e a experiência científica em educação em ciência: contributos para uma reorientação epistemológica. **Ciência e Educação**, [S.L], v. 8, n. 2, p. 253-262, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ciedu/a/NBjWWJKPbdVW4qQJNBc5LVC/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 ago. 2024.

REIS, A. P. D.O.S. et al.. Desigualdades de gênero e raça na pandemia de Covid-19: implicações para o controle no Brasil. **Saúde em Debate**, v. 44, n. 4, p. 324–340, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-11042020E423>. Acesso em: 08 de Jul. 2024.

RONDON, M. C. S. *et al.*: O impacto das redes sociais na saúde dos jovens durante o período de isolamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. 1-15, 2021.

ROSA, Adriane Ribeiro; SILVA, Simone Martins da. O impacto da covid-19 na saúde mental dos estudantes e o papel das instituições de ensino como fator de promoção e proteção. **Revista Prâkesis**, Novo Hamburgo, v. 18, n. 2, p. 63-81, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.25112/rpr.v2i0.2446> . Acesso em: 11 Dez. 2022.

SANTOS, B. M. Dos.; RATIER, L. N.. Saúde mental de estudantes universitários em tempos de restrição pandêmica. **Interações (Campo Grande)**, v. 24, n. 3, p. 817–828, jul. 2023. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.20435/inter.v24i3.3967>. Acesso em: 08 de Jul. 2024.

SINDICATO DOS TRABALHADORES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS [SINTUFAL]. Impactos da pandemia na vida de 1,5 bilhão de estudantes em 188 países. Portal SINTUFAL, Maceió, 8 out., 2020. Disponível em: <https://sintufal.org.br/conteudo/2607/impactos-da-pandemia-na-vida-de-bilhao-de-estudantes-em-paises>. Acesso em: 14 fev. 2024.
<https://sintufal.org.br/conteudo/>

SILVA, C. R. da. Interdisciplinaridade: conceito, origem e prática. **Revista Artigos. Com**, v. 3, n. 1, p. 110-127, 2019. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/artigos/article/view/1107>. Acesso em: 11 out. 2022.

SILVA, E. G.; COUTO, C. *et al*: **Análises estatísticas com jasp: um guia introdutório**. Brasília, abril de 2023. Disponível em: <https://jasp-stats.org/wp-content/uploads/2023/04/v.2-Analises-Estatisticas-com-JASP-Um-Guia-Introdutorio.pdf> Acesso em 31 de Maio de 2024.

SILVA, Simone Martins *et al*: **O impacto da covid-19 na saúde mental dos estudantes e o papel das instituições de ensino como fator de promoção e proteção**. **Revista Prâkesis**. Novo Hamburgo, ano 18 , nº2 , mai./ago. 2021.

SILVA, A. P., SOUZA, M. C.. Impactos da pandemia de COVID-19 na produção científica brasileira. **Revista Brasileira de Pesquisa Científica**, v. 10, n. 2, p. 45-62, 2021.

SUNDE, R. M. Impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos estudantes universitários. **PSI UNISC**, v. 5, n. 2, p. 33-46, 10 jul. 2021. Disponível: 10.17058/psiunisc.v5i2.16348. Acesso em: 29 nov. 2022.

SYED, M.; JUAN, M.J.D. Discrimination and psychological distress: examining the moderating role of social context in a nationally representative sample of asian american adults. **Asian American Journal Of Psychology**, [S.L.], v. 3, n. 2, p. 104-120, 2012. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/a0025275>. Acesso em: 13 ago. 2024.

TEIXEIRA, I.; SILVA, P. C. da *et al*: **NOMOFOBIA: os impactos psíquicos do uso abusivo das tecnologias digitais em jovens universitários**. **Revista Observatório**, [S.L.], v. 5, n. 5, p. 30-45, 2019. Disponível: <http://dx.doi.org/10.20873/uft.2447-4266.2019v5n5p209> . Acesso em 31 de mai. 2024.

TENENTE, L. (2020). Sem Internet, Merenda e Lugar para Estudar: veja obstáculoS ensino à distância na rede pública durante a pandemia de Covid-19. G1 Globo, 5 maio 2020. Disponível em: <https://g1.globo.com/educacao/noticia/2020/05/05/sem-internet-merenda-e->

lugarpara-estudar-veja-obstaculos-do-ensino-a-distancia-na-rede-publica-durante-apandemia-de-covid-19.ghml . Acesso em: 30 Jun. 2022.

VAZQUEZ, D. A. *et al.* **Vida sem Escola e a saúde mental dos estudantes de escolas públicas durante a pandemia de Covid-19.** São Paulo, v. 2, n. 1, p. 1-10, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.2329>. Acesso em: 3 out. 2022.

VIEGAS, M. F.. Trabalhando todo o tempo: sobrecarga e intensificação no trabalho de professoras da educação básica. **Educação e Pesquisa**, v. 48, n. 3, p. 441-493, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202248244193>. Acesso em: 27 de jul. 2024.

VICENTE, T. A.; ROTENBERG, L.. HOME-OFFICE E DESIGUALDADES DE GÊNERO ENTRE DOCENTES UNIVERSITÁRIOS NA PANDEMIA DE COVID-19. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v. 38, n. 111, p. 40-53, 2023. <https://doi.org/10.1590/3811012/2023>. Acesso em: 27 de Jul. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **International Classification of Functioning, Disability and Health: ICDH-2.** Geneva: WHO, 2001.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Texto do e-mail do convite



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO SEMI-ÁRIDO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO INTERDISCIPLINAR EM COGNIÇÃO, TECNOLOGIAS E
INSTITUIÇÕES

Caro(a) docente e discente,

Este questionário tem o objetivo de mapear a vivência da pandemia em termos de saúde mental para professores e alunos. Como objetivos específicos da pesquisa: Descrever as estratégias utilizadas por professores e alunos para a qualidade da sua saúde mental no período de pandemia; verificar a autoavaliação sobre saúde mental no período de pandemia em comparação com o período pré-pandemia.

Destaque-se que as informações coletadas serão utilizadas exclusivamente para fins de pesquisa e os resultados da pesquisa serão divulgados de forma agregada, mantendo-se o sigilo dos respondentes.

A pesquisa faz parte de um projeto desenvolvido pelo Grupo de Pesquisa Saúde Mental, Ética e Educação/CNPq da UFAL, intitulado “Educação e Saúde Mental em tempos de pandemia do novo coronavírus (Sars-CoV-2): vivências de alunos e professores do ensino superior” cuja coordenadora geral é a professora Dr^a. Deise Juliana Francisco. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFAL com nº CAAE 35582820.4.0000.5013.

Agradecemos sua contribuição.

ANEXOS

ANEXO A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO SEMI-ÁRIDO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO INTERDISCIPLINAR EM COGNIÇÃO, TECNOLOGIAS E
INSTITUIÇÕES

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE

Segue o endereço para acesso ao TCLE :

<http://bit.ly/TCLESaudeMentalUFAL>

Agradecemos sua contribuição.

ANEXO B QUESTIONÁRIO



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO SEMI-ÁRIDO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO INTERDISCIPLINAR EM COGNIÇÃO, TECNOLOGIAS E
INSTITUIÇÕES

O Comitê de Ética da UFAL analisou e aprovou este projeto de pesquisa sob o CAAE
35582820.4.0000.5013.

Educação e Saúde Mental em tempos de pandemia do novo coronavírus

Dados Pessoais

1- Li e declaro que concordo em participar da pesquisa. *

* Ao clicar em neste botão o(a) Senhor(a) concorda em participar da pesquisa nos termos deste TCLE. Caso não concorde em participar, apenas feche essa página no seu navegador.

☐ Concordo

2 Endereço de e-mail

3. Você é aluno ou professor da UFAL? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Aluno

☐ Professor *Pular para a pergunta 5*

4 Qual a habilitação do seu curso? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Técnico

☐ Licenciatura

☐ Bacharelado

- ☐ *Especialização*
- ☐ *Mestrado*
- ☐ *Doutorado*
- ☐ *Pós-doutorado*

5 Qual a sua unidade acadêmica? *
 Marcar apenas uma oval.

- ☐ *Campus Arapiraca*
- ☐ *Campus do Sertão*
- ☐ *Campus*
- ☐ *CECA*
- ☐ *Centro de Educação - CEDU*
- ☐ *Centro de Tecnologia - CTEC*
- ☐ *Escola de Enfermagem e Farmácia - ESENFAR*
- ☐ *Faculdade de Arquitetura e Urbanismo - FAU*
- ☐ *Faculdade de Direito - FDA*
- ☐ *Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade - FEAC*
- ☐ *Faculdade de Letras - FALE*
- ☐ *Faculdade de Medicina - FAMED*
- ☐ *Faculdade de Nutrição - FANUT*
- ☐ *Faculdade de Odontologia - FOUFAL*
- ☐ *Faculdade de Serviço Social - FSSO*
- ☐ *Instituto de Ciências Atmosféricas - ICAT*
- ☐ *Instituto de Ciências Biológicas e da Saúde - ICBS*
- ☐ *Instituto de Ciências Sociais - ICS*
- ☐ *Instituto de Computação - IC*
- ☐ *Instituto de Física - IF*
- ☐ *Instituto de Educação Física e Esporte - IEFE*
- ☐ *Instituto de Geografia, Desenvolvimento e Meio Ambiente - IGDEMA*
- ☐ *Instituto de Ciências Humanas, Comunicação e Artes – ICHCA*
- ☐ *Instituto de Matemática - IM*
- ☐ *Instituto de Química e Biotecnologia - IQB*
- ☐ *Instituto de Psicologia - IP*

Dados Sociodemográficos

6 Faixa Etária *
 Marcar apenas uma oval.

- ☐ *de 18 a 24 anos*
- ☐ *de 25 a 34 anos*
- ☐ *de 35 a 44 anos*
- ☐ *de 45 a 54 anos 55 anos ou mais*

7 Gênero *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ *Feminino*
☐ *Masculino*
☐ *Outro:* _____

8 Qual a sua raça/cor? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ *Branco*
☐ *Preto*
☐ *Amarelo*
☐ *Pardo*
☐ *Indígena*
☐ *Outro:* _____

9 Estado Civil *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ *Solteiro(a)*
☐ *Casado(a)*
☐ *Divorciado(a)*
☐ *União estável*
☐ *Viúvo(a)*

10 Nível mais alto de escolaridade (concluído) *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ *Ensino Médio*
☐ *Graduação Especialização*
☐ *Mestrado Doutorado*
☐ *Pós-doutorado/libre docência*

11 Renda Mensal *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ *Marcar apenas uma oval.*
☐ *Menor que um salário mínimo*
☐ *De um a dois salários mínimos*
☐ *De três a quatro salários mínimos*
☐ *Mais de cinco salários mínimos*
☐ *Desejo não informar*

Educação e Saúde Mental em tempos de pandemia do novo coronavírus

12 Você está fazendo isolamento ou distanciamento social? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ *Sim*
☐ *Não* Pular para a pergunta 14

13 Aproximadamente há quantos dias você está em isolamento/distanciamento social?

14 No contexto atual, você adotou algum novo hábito/atividade para lidar com novo cotidiano decorrente da pandemia?

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não Pular para a pergunta 16

15 Qual(is) seria(m) esse(s) novo(s) hábito(s)/atividade(s)? *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Atividade física
☐ Aprender/aprimorar idioma
☐ Atividades manuais
☐ Aprender a tocar instrumento
☐ Aprender/aprimorar habilidades culinárias
☐ Estudo
☐ Entretenimento audiovisual
☐ Consumo de substâncias psicoativas
☐ Outro: _____

16 No contexto atual, você aumentou a frequência de algum hábito/atividade já existente para lidar com o novo cotidiano decorrente da pandemia?

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não Pular para a pergunta 18

17 Qual(is) seria(m) esse(s) hábito(s)/atividade(s) que a frequência aumentou? *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Atividade física
☐ Aprender/aprimorar idioma
☐ Atividades manuais
☐ Aprender a tocar instrumento
☐ Aprender/aprimorar habilidades culinárias
☐ Estudo
☐ Entretenimento audiovisual
☐ Consumo de substâncias psicoativas
☐ Outro: _____

No contexto antes da pandemia...

Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20)

18 O(a) Sr(a). costumava ter dores de cabeça com frequência? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

19 Costumava ter falta de apetite? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

20 O(a) Sr(a). costumava dormir mal? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

21 O(a) Sr(a). costumava ficar com medo com facilidade? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

22 Suas mãos costumavam tremer? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

23 O(a) Sr(a). costumava se sentir nervoso(a), tenso(a), ou preocupado(a)? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

24 Sua digestão costumava não ser boa ou sofrer de perturbação digestiva? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim

☐ Não

25 O(a) Sr(a). costumava não conseguir pensar com clareza? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

26 Costumava se sentir infeliz? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

27 O(a) Sr(a). costumava chorar mais que o comum? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

28 Costumava achar difícil apreciar (gostar de) suas atividades diárias? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

29 Costumava achar difícil tomar decisões? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

30 Seu trabalho diário costumava ser um sofrimento? Tormento? Tinha dificuldade em fazer seu trabalho? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

31 O(a) Sr(a). não era capaz de ter um papel útil na vida? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

32 O(a) Sr(a). costumava perder o interesse nas coisas? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

33 Achava que era uma pessoa que não vale nada? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

34 O pensamento de acabar com a sua vida já passou por sua cabeça? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

35 O(a) Sr(a). costumava se sentir cansado(a) todo o tempo? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

36 O(a) Sr(a). costumava ter sensações desagradáveis no estômago? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

37 Costumava ficar cansado(a) com facilidade? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

No contexto da pandemia...

Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20)

38 O(a) Sr(a). tem dores de cabeça com frequência? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

39 Tem falta de apetite? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

40 O(a) Sr(a). dorme mal? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

41 O(a) Sr(a). fica com medo com facilidade? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

42 Suas mãos tremem? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

43 O(a) Sr(a). se sente nervoso(a), tenso(a), ou preocupado(a)? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

44 Sua digestão não é boa ou sofre de perturbação digestiva? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

45 O(a) Sr(a). não consegue pensar com clareza? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não

46 Sente-se infeliz? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

47 O(a) Sr(a). chora mais que o comum? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

48 Acha difícil apreciar (gostar de) suas atividades diárias? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

49 Acha difícil tomar decisões? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

50 Seu trabalho diário é um sofrimento? Tormento? Tem dificuldade em fazer seu trabalho?

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

51 O(a) Sr(a). não é capaz de ter um papel útil na vida? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

52 O(a) Sr(a). perdeu o interesse nas coisas? *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

53 Acha que é uma pessoa que não vale nada? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
- ☐ Não

54 O pensamento de acabar com a sua vida já passou por sua cabeça? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
- ☐ Não

55 O(a) Sr(a). se sente cansado(a) todo o tempo? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
- ☐ Não

56 O(a) Sr(a). tem sensações desagradáveis no estômago? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
- ☐ Não

57 Fica cansado(a) com facilidade? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
- ☐ Não