

<https://doi.org/10.34632/gestaoedesenvolvimento.2022.11321>

Data de receção: 27/10/2021

Data de aceitação: 30/01/2022

“NÃO VOU NADA BEM”: SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS NO CONTEXTO DA COVID-19

"I'M NOT OK": MENTAL HEALTH OF UNIVERSITY STUDENTS IN THE CONTEXT OF COVID-19

*Eliany Nazaré Oliveira*¹ orcid.org/0000-0002-6408-7243

*Maristela Inês Osawa Vasconcelos*² orcid.org/0000-0002-1937-8850

*Jacques Antonio Cavalcante Maciel*³ orcid.org/0000-0002-2293-8433

*Paulo Cesar de Almeida*⁴ orcid.org/0000-0002-2867-802X

*Francisco Rosemiro Guimarães Ximenes Neto*⁵ orcid.org/0000-0002-7905-9990

*Gleisson Ferreira Lima*⁶ orcid.org/0000-0002-5465-2675

*Francisca Verônica Dias Melo*⁷ orcid.org/0000-0002-4794-7520

*Juliana Solon Furtado*⁸ orcid.org/0000-0001-5447-5982

*Ludmila Alves Santos*⁹ orcid.org/0000-0003-4592-527X

*Maria Suely Alves Costa*¹⁰ orcid.org/0000-0002-3545-0613

¹Universidade Estadual Vale do Acaraú. E-mail: elianyy@hotmail.com

²Universidade Estadual Vale do Acaraú. E-mail: miosawa@gmail.com

³Universidade Federal do Ceará. E-mail: jacques.macielsobral@ufc.br

⁴Universidade Estadual do Ceará. E-mail: pc2015almeida@gmail.com

⁵Universidade Estadual Vale do Acaraú. E-mail: rosemironeto@gmail.com

⁶Escola de Saúde Pública Visconde de Saboia. E-mail: gleisson_nega@hotmail.com

⁷Universidade Estadual Vale do Acaraú. E-mail: veronica.dias626@gmail.com

⁸Universidade Estadual Vale do Acaraú. E-mail: julianasolon@yahoo.com.br

⁹Prefeitura Municipal de Forquilha. E-mail: Ludmillaalves91@hotmail.com

¹⁰Universidade Federal do Ceará. E-mail: suelypsic@yahoo.com.br

Resumo: *O artigo objetiva analisar o impacto na saúde mental de estudantes universitários cearenses, ocasionado após o início da pandemia pelo novo coronavírus, correlacionando com os principais fatos que ocorreram, sob o ponto de vista dos seguintes eixos: desencadeamento ou agravamento de transtornos mentais; sofrimento e (auto)medicação; e ideação suicida, com vista a entender os reflexos causados pela COVID-19. Trata-se de estudo de abordagem qualitativa, desenvolvido com 73 estudantes das universidades cearenses. As informações foram coletadas por meio de entrevistas semiestruturadas e analisadas a partir do método de interpretação dos sentidos. Os resultados apontam o impacto do cenário pandêmico sobre a saúde mental de estudantes universitários, o qual tem-se traduzido, sobretudo, sob a forma de piora dos quadros existentes, surgimento de novos casos e aumento das situações de automedicação e ideação/tentativa de suicídio. Desta forma, faz-se necessário, no caso das Instituições de Ensino Superior, não somente reconhecer esse contexto, como também identificar o impacto psicossocial e as repercussões que a pandemia provocou na comunidade acadêmica, além de intervir, mediante ações que considerem a conjunção vivenciada, principalmente pelo grupo em questão.*

Palavras-chave: Saúde Mental, Estudantes, COVID-19

Abstract: *This article aims to analyze the impact on the mental health of 73 university students from Ceará, after the onset of the pandemic caused by the new coronavirus, considering the main facts that occurred, from the point of view of the following axes: triggering or worsening of mental disorders; suffering and (self) medication; and suicidal ideation, to understand the impact caused by COVID-19. A qualitative approach was used with university students from Ceará. Information was collected through semi-structured interviews and analyzed using the method of interpretation of meanings. The results point to the impact of the pandemic scenario on the mental health of university students, which has been translated, above all, in the form of worsening of existing conditions, the emergence of new cases, and*

an increase in cases of self-medication and suicide ideation/attempt. Thus, it is necessary, in the case of Higher Education Institutions, not only to recognize this context but also to identify the psychosocial impact and the repercussions that the pandemic has caused in the academic community, in addition to intervening through actions that consider the experienced situation, mainly by the group in question.

Keywords: Mental Health, Students, COVID-19

INTRODUÇÃO

As consequências da pandemia vão além da contaminação pelo vírus, haja vista que o número de pessoas psicologicamente afetadas é maior do que o número de pessoas acometidas pela doença em questão. Estima-se que um terço da metade da população pode ser afetada psicologicamente, caso não receba o cuidado adequado (Fundação Oswaldo Cruz, 2020). Ademais, em virtude do alto potencial de disseminação da doença, a pandemia em curso suscitou, por parte dos governos, medidas de proteção social e de contenção da propagação do vírus, sendo a principal dessas medidas o isolamento social, o qual dificultou o acesso da população aos serviços e tornou mais complexa a assistência no âmbito da promoção à saúde mental (Costa et al., 2020).

De acordo com o Conselho Federal de Enfermagem, a pandemia pode ser dividida, por consequências, em quatro ondas. A primeira pode ser compreendida como a sobrecarga imediata sobre os sistemas de saúde em todos os países, que tiveram que se preparar rapidamente para o cuidado dos pacientes graves infectados pela COVID-19. A segunda, por sua vez, pode ser associada à diminuição de recursos na área de saúde para o cuidado com outras condições clínicas agudas, devido ao redimensionamento das verbas para o enfrentamento da pandemia. A terceira, a seu tempo, tem relação com o impacto da interrupção nos cuidados de saúde de várias doenças crônicas. E a quarta, por fim, inclui o aumento dos casos de transtornos mentais e dos traumas psicológicos provocados diretamente pela infecção ou pelos possíveis desdobramentos (Conselho Federal de Enfermagem, 2020).

Nesse sentido, os efeitos nocivos na saúde mental da população mundial é algo muito preocupante, uma vez que se ressalta a possibilidade de sofrimento psíquico e o surgimento de transtornos mentais (Oliveira, 2020). Estudo mostra impactos psicológicos diretamente ligados à pandemia da COVID-19, manifestados por meio de sintomas de ansiedade, estresse e depressão (Qian et al., 2020).

Em análise ao contexto educacional de nível superior, observa-se que, com o início da crise sanitária provocada pela COVID-19 em 2020, os estudantes universitários sofreram com a ruptura da rotina de estudos, com o adiamento das tarefas e atividades acadêmicas, além do atraso no cronograma dos cursos. Essa nova realidade universitária ocasionou impacto e adaptação ao modelo remoto, desenvolvido em plataformas virtuais, afetando de forma significativa a saúde física e mental desses estudantes (Gundim et al., 2020).

Pesquisa chinesa, que avaliou o impacto emocional de estudantes universitários, evidenciou que a saúde mental foi atingida em graus variados durante a pandemia, ao considerar que dos estudantes entrevistados, o estudo indicou que 24,9% estavam sofrendo de ansiedade, devido ao surto de COVID-19, dentre os quais, 0,9% apresentaram ansiedade grave; 2,7% ansiedade moderada; e 21,3% ansiedade leve (Wang et al., 2020).

Ainda nessa perspectiva, o estudo intitulado *Global Student Survey* traz que 87% dos estudantes universitários brasileiros afirmam que houve aumento de estresse e ansiedade, cujas causas resultam em sentimentos de incerteza quanto ao futuro (G1, 2021). Além disso, pode-se afirmar que a pandemia e as consequências interferiram na vida acadêmica e na saúde física de estudantes e familiares, bem como causaram efeitos negativos à saúde mental de universitários e da sociedade de modo geral (Gundim et al., 2020).

Assim, urge compreender o impacto da pandemia no cotidiano e na saúde mental da comunidade estudantil universitária. Neste contexto, estabeleceu-se para norteamento a seguinte questão: *A pandemia e as medidas adotadas para enfrentamento afetaram a saúde mental de estudantes universitários?*

A partir desta contextualização, objetivou-se analisar o impacto na saúde mental de estudantes universitários cearenses, ocasionado após o

início da pandemia pelo novo coronavírus, correlacionando com os principais fatos que ocorreram, sob o ponto de vista dos seguintes eixos: desencadeamento ou agravamento de transtornos mentais; sofrimento e (auto)medicação; e ideação suicida.

1. O CAMINHO METODOLÓGICO

Este trabalho é um recorte de pesquisa mais ampla intitulada “Repercussões da pandemia do novo coronavírus na saúde mental de estudantes do ensino superior”, a qual recebeu aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA), com o parecer nº. 4.152.388.

Como critérios de inclusão, estabeleceu-se idade igual ou superior a 18 anos e matrícula ativa em algum curso superior no estado do Ceará. Ademais, buscou-se, também, identificar sinais e sintomas relacionados à saúde mental dos estudantes universitários, durante o isolamento social e quarentena, exigidos pela crise sanitária imposta pela pandemia do novo coronavírus.

Nesse sentido, diante do cenário atípico, com a obrigatoriedade do isolamento social e o encerramento das aulas presenciais, a identificação e abordagem dos participantes aconteceu nas redes sociais, em que Facebook, Instagram e Twitter compreenderam as bases iniciais de contato com o público-alvo do estudo. A técnica de coleta de dados utilizada foi a de Bola de Neve, a qual, conforme Flick (2009), assemelha-se à tática de um bom repórter que rastreia as ‘pistas’ de uma pessoa para outra. Inicialmente, o pesquisador especifica as características que os membros da amostra deverão ter, e, após isso, identifica uma pessoa ou um grupo de pessoas congruentes aos dados necessários. Além dessa estratégia inicial de identificação e abordagem, enviou-se mensagem para as instituições de ensino superior do Ceará, informando sobre a pesquisa e solicitando apoio na divulgação entre os estudantes. Assim, a coleta de dados ocorreu de 6 de julho a 10 de setembro de 2020.

A amostra, por seu tempo, constituiu-se por 3.691 estudantes que recebiam o link do instrumento construído na plataforma *Google Forms*, o qual foi composto pelo perfil sociodemográfico e situacional em

relação à pandemia e ao isolamento social, e pelo *Mental Health Inventory* (MHI), desenvolvido para investigação epidemiológica por vários investigadores, no âmbito do *Health Insurance Study* da *Rand Corporation*, que tem como escopo avaliar a saúde mental na população em geral ou específica em uma perspectiva bidimensional, incluindo aspectos positivos e negativos (Ribeiro, 2011).

Em termos de coleta de dados, utilizou-se um instrumento que, na etapa final, apresentava três questões abertas, nas quais os participantes poderiam expressar-se, escrevendo respostas em espaço sem limites de caracteres. A pergunta “*Deseja contar algo mais sobre sua saúde mental neste período de isolamento social?*” foi a que apresentou respostas mais significativas e com conteúdo importante, relacionado à situação de saúde mental dos estudantes. Alguns sentiram-se à vontade para contextualizar de forma detalhada a situação, pois, naquele momento, o mundo vivenciava o período de *lockdown*, definido como suspensão total das atividades não essenciais, com restrição de circulação de pessoas (Ministério da Saúde, 2020).

O estado do Ceará, em específico, no tempo em questão, seguia a determinação expedida pelo Ministério da Saúde - Conselho Nacional de Saúde – CNS, a partir da Recomendação n.º 036, de 11 de maio de 2020, com orientações para implementação de medidas de suspensão total de atividades (*lockdown*), nos municípios com ocorrência acelerada de novos casos de COVID-19 e taxa de ocupação dos serviços atingindo níveis críticos (Ministério da Saúde, 2020).

Desse modo, o acesso ao estudo aconteceu exatamente nesse momento mais crítico, em que os estudantes do Ceará tiveram mudanças importantes nas atividades estudantis, como suspensão do calendário letivo, novas metodologias de ensino e uso de tecnologias digitais. Essa situação amplia o cenário de apreensão e ansiedade em relação a um futuro acadêmico e profissional, que estava em curso, podendo configurar-se em um gatilho para desequilibrar a saúde mental do público em debate. Nesse cenário, a pergunta “*Deseja contar algo mais sobre sua saúde mental neste período de isolamento social?*” foi muito valorizada pelos integrantes deste estudo.

Ainda nessa perspectiva, devido à importância e ao conteúdo diretamente relacionado aos problemas de saúde mental que surgiram

durante a pandemia, em virtude do isolamento social, elegeu-se como tópico as respostas relacionadas a este aspecto para melhor compreensão da situação de saúde mental vivenciada por esses estudantes. Informa-se que dos 3.691 participantes do estudo em questão, 136 responderam à pergunta, contextualizando-a de forma abrangente. Destes, selecionaram-se 73 casos, em que a essência do teor identificado se tratava de sinais e sintomas com a presença de problemas de saúde mental. E para a análise dos depoimentos inclui-se apenas os que retratavam algum problema de saúde mental, tendo como material essas respostas. Enfatiza-se, contudo, que, para garantir o anonimato dos estudantes, criou-se codificação para cada um deles, utilizando-se das iniciais EES para estudante de ensino superior, acompanhado do número cardinal, com a seguinte representação: EES1, EES2, EES3 e, assim, sucessivamente.

Por fim, para organização das informações, seguiram-se as orientações de Minayo (2014), com as seguintes etapas: a) pré-análise: o material foi explorado por meio da ordenação das repostas, constituindo-se no corpus tecnicamente trabalhado no presente artigo; b) classificação das informações: realizou-se a leitura horizontal e exaustiva dos textos e a construção das categorias empíricas, bem como a leitura transversal de cada subconjunto da totalidade dos dados; e c) análise final: constituiu-se a síntese da análise das informações, utilizando-se das categorias temáticas, possibilitando, assim, a compreensão da situação de saúde mental desses estudantes durante a pandemia do novo coronavírus. A partir dessa análise, emergiram quatro categorias temáticas, a saber: acirramento dos sintomas e agravamento dos transtornos; descoberta de um transtorno mental; sofrimento e automedicação; e ideação e tentativa de suicídio.

2. “NÃO VOU NADA BEM”: DIZEM OS ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

Conforme o Guia de Saúde Mental Pós-Pandemia de COVID-19, no Brasil, o aumento dos sintomas psíquicos e dos transtornos mentais durante a pandemia pode ocorrer por diversas causas. Dentre elas, pode-se destacar a ação direta do vírus no sistema nervoso central; as experiências traumáticas associadas à infecção ou morte de pessoas

próximas durante a pandemia; o estresse induzido pela mudança na rotina, devido às medidas de distanciamento social ou pelas consequências econômicas, no cotidiano de trabalho ou nas relações afetivas; e, por fim, a interrupção de tratamento por dificuldades de acesso. Ressalta-se, ainda, que esses fenômenos não são independentes, ou seja, um indivíduo pode ter sido exposto a várias dessas situações ao mesmo tempo, o que aumenta o risco para desenvolver ou agravar transtornos mentais existentes (Conselho Federal de Enfermagem, 2020).

No presente estudo, os estudantes do ensino superior revelaram acirramento dos sintomas relacionados aos problemas de saúde mental. Na análise inicial dos relatos, percebeu-se a repetição de algumas palavras e expressões, sobretudo, ansiedade, depressão, cansaço, desânimo e alterações de humor e no sono. Associado a esses termos, relacionados diretamente ao âmbito da saúde, observa-se, ainda, a presença constante da palavra quarentena, denotando, desta forma, a ligação entre aqueles e este, como se pode depreender a partir da nuvem de palavras observada na figura a seguir, a qual foi propositalmente construída em formato alusivo ao de uma máscara de proteção, para demonstrar a conexão descrita (Figura 1).

Destaca-se, a seguir, a categoria temática, em que estão apresentadas algumas características do agravamento dos quadros de transtornos mentais durante a pandemia.

desânimo, dores de cabeça e dificuldade para respirar”.
(EES21)

As falas revelaram potencial indicativo de transtorno mental preexistente, ou seja, antes da pandemia já terem sido diagnosticados com algum tipo de doença mental. Observa-se a importância do estudo em identificar a existência de um agravamento de alguns sinais e sintomas, desencadeando um quadro agudo desses transtornos mentais.

Nessa perspectiva, o estudo com objetivo de analisar a frequência de tristeza, nervosismo e alterações do sono durante a pandemia da COVID-19, no Brasil, identificou os segmentos demográficos mais afetados, os principais resultados apontam que os adultos jovens apresentaram maior prevalência de sintomas negativos de saúde mental, no decorrer da pandemia, frente aos participantes com idades mais avançadas (Barros et al., 2020).

Ainda nesse sentido, outro estudo, com intuito de levantar a prevalência de estresse, depressão, crises de pânico e ansiedade em 3.223 brasileiros adultos, constatou que 60% das pessoas se autodiagnosticaram com estresse; 57,5% com ansiedade; e 14% com síndrome do pânico, semelhantes aos achados do presente estudo, no tocante à análise quantitativa dos resultados (Lipp & Lipp, 2020).

No início da pandemia, o isolamento social necessário provocou os maiores estragos no campo emocional. A privação de hábitos de lazer e convivência social gerou aumento nos níveis de ansiedade e distúrbios do sono, pontos cruciais para o adequado controle da maioria dos problemas psiquiátricos. Esse cenário pode ter sido responsável pelo acirramento dos sintomas em pessoas com diagnóstico de transtorno mental.

Isso aconteceu com os estudantes desta pesquisa e revelou os resultados de outros dois estudos, os quais indicaram que mais de 20% dos portadores de transtorno mental indicaram piora de sintomas, em consequência da pandemia. Esses fatores motivaram os especialistas a constatar aumento significativo pela procura dos serviços de saúde mental (Torales et al., 2020; Zhou et al., 2020).

2.2. A descoberta de um transtorno mental

“Obtive transtornos de ansiedade. Que me levaram a ter insônia e estou em tratamento com o uso de paroxetina para ansiedade.

Podem ser considerados desesperador, ficar sem comer, dormir e impaciente, é horrível". (EES60)

"Piorou muito, tanto que foi diagnosticado que eu estou em crise depressiva novamente, e as aulas no início e a falta das aulas nesses dois últimos meses me deixou muito pior. Estou melhor, pois estou fazendo terapia, mas espero que as coisas melhorem, apesar de eu não ter tanta esperança". (EES34)

"Infelizmente, descobri minha ansiedade nesse período, por conta de uma tentativa de homicídio próximo a minha casa, vai fazer três meses que tomo remédios controlados, e o fato de estar sempre em casa com a mesma rotina todos os dias dificulta um pouco esse processo de cura, mas com fé em Deus isso tudo vai passar". (EES27)

Essas falas, por sua vez, refletem contexto global, fenômeno similar em outros estudos. Na China, por exemplo, onde a pandemia originou-se, percebeu-se que 16,5% da população geral apresentava sintomas depressivos moderados a severos, enquanto 28,8% da população apresentou sintomas ansiosos moderados a severos, nos estádios iniciais. As taxas de transtornos depressivo e ansiedade, por sua vez, foram maiores na faixa etária mais jovem, com idade entre 21 e 40 anos. Nos Estados Unidos, quando a pandemia se disseminou, estudo com 5.400 pessoas estimou que 30,9% dos adultos apresentavam sintomas ansiosos ou depressivos associados à ocorrência da pandemia (Ahmed et al., 2020; Czeisler et al., 2020; Wang et al., 2020).

Em crises e catástrofes sanitárias, como esta que o mundo vivencia, é necessário pensar no cuidado para todos. Contudo, especial atenção deve ser dedicada para as pessoas que já apresentavam diagnóstico de transtorno mental antes da pandemia, pois estas podem estar com maior risco de agravamento do quadro. Em investigação com indivíduos com transtornos alimentares, identificou-se agravo em 37,5% dos casos, tendo como principal fator o aumento dos sintomas de ansiedade em 56,2% dos pacientes (Fernández-Aranda et al., 2020).

A análise das falas corrobora achados presentes no estudo de Faro et al. (2020), que indica que esta pandemia pode se tornar uma catástrofe em saúde mental, a qual somente não se consolida na íntegra, neste

momento, porque o evento ainda está em curso e há diferentes estágios da pandemia em diferentes países (e mesmo dentro de cada país). Neste sentido, apenas poderão ser mensurados os efeitos no pós-pandemia. Portanto, esforços imediatos devem ser empregados, em todos os níveis e pelas mais diversas áreas de conhecimento, a fim de minimizar resultados ainda mais negativos na saúde mental da população, em especial das pessoas que eram portadoras de algum tipo de doença mental.

2.3. O sofrimento e a automedicação

“Comecei a ter enxaquecas, insônia, passei a tomar remédio para dormir, comecei a ter espasmos musculares nos olhos e mãos, cólicas fortes, dores na barriga, palpitações e ataques de pânico ao sair de casa”. (EES23)

“Tomei remédio para ansiedade pela primeira vez quando me contaminei com o coronavírus”. (EES51)

“Comecei a tomar fluoxetina para ansiedade e depois clonazepam para dormir. Só desta forma estou conseguindo sobreviver”. (EES12)

Quanto à automedicação, a Organização Mundial da Saúde a define como a seleção e utilização de medicamentos para o tratamento de sintomas ou doenças reconhecidas, sem consultar um médico. Também inclui o uso ou a reutilização de medicamentos previamente prescritos, ou não; a compra direta de medicamentos prescritos sem consulta; e o uso irracional de medicamentos de venda livre (World Health Organization, 1998).

Os relatos denotam o uso de medicamentos como forma de cuidado fortemente associado aos sintomas que agravaram as condições de saúde mental. Observou-se que a automedicação foi um dos comportamentos adotados por alguns estudantes para resoluções de sinais e sintomas que surgiram durante a pandemia. De acordo com Melo et al. (2021), estudos identificam o aumento das vendas de medicamentos, sugerindo o potencial consumo, durante a fase mais crítica da pandemia no Brasil. Assim, pode-se supor que pelo menos parte desse excesso de consumo tenha acontecido pela automedicação, visto que no Brasil 79% das pessoas com mais de 16 anos admitem tomar medicamentos sem

prescrição médica. Essa situação deve ser considerada preocupação global, especialmente durante a pandemia da COVID-19, uma vez que, apesar do potencial para facilitar melhores cuidados de saúde com custos reduzidos de medicamentos de prescrição, a inadequada ingestão de medicamentos pode resultar em diagnóstico incorreto, efeitos adversos graves, interações medicamentosas, dependência de drogas e resistência microbiana (Malik et al., 2020).

O cenário pandêmico, com as alterações na rotina, o medo do vírus e as incertezas em relação ao controle da situação, podem ter impacto na saúde mental, com possibilidades de desequilíbrio. Nessa situação, o estresse pode funcionar como gatilho, mesmo para uma pessoa que nunca teve transtorno mental, além do fato de que, associado a outros fatores, como risco de doenças, problemas econômicos, confinamento, abuso de álcool e solidão, ele funciona como estímulo ao sistema nervoso central, o qual pode não reagir adequadamente e desencadear, principalmente, sintomas de depressão ou de transtornos de ansiedade (Conselho Federal de Enfermagem, 2020). Nesta perspectiva, a COVID-19 tem causado sofrimento psicológico à população, devido às restrições impostas pelo isolamento social, ao medo da doença e às consequências destes fatores, sendo a automutilação uma das manifestações mais frequentes (Nascimento & Maia, 2021).

Estudo de revisão sobre os impactos psicológicos durante a quarentena constatou a presença de efeitos psicológicos negativos, incluindo sintomas de estresse pós-traumático, confusão e raiva. Os estressores incluíram quarentena mais longa, medo de infecção, frustração, tédio, suprimentos e informações inadequados, perda financeira e estigma (Brooks et al., 2020). Assim, há que se considerar também que a pandemia e os aspectos relacionados a ela interferem de forma significativa na vida acadêmica e na saúde física e mental de estudantes e familiares, causando efeitos negativos à saúde mental (Gundim et al., 2020).

Os indivíduos que se envolvem em comportamentos autolesivos, geralmente, apresentam a expectativa de encontrar o alívio de um sentimento negativo ou estado cognitivo para resolver dificuldade interpessoal e induzir estado emocional positivo. Essa atitude demonstra momento de sofrimento psíquico, com tendência a se tornar repetitiva e,

mesmo não tendo intenção primária suicida, possui repercussões negativas para a saúde e a vida (Lima et al., 2021).

Diante disso, é possível atestar que o sofrimento psíquico foi uma das principais sintomatologias que emergiram com a COVID-19 e os respectivos desdobramentos, sendo que, para os estudantes do ensino superior, as consequências podem ser estimadas a partir dos resultados apresentados neste estudo e mediante a consideração do contexto destes, visto que, durante a pandemia, as instituições de ensino superior decidiram suspender as aulas presenciais e evacuar os alunos, em resposta às crescentes preocupações em torno da COVID-19. Para alguns especialistas na área, essa ação pode gerar consequências psicológicas negativas entre os estudantes universitários, a exemplo da experimentação, por muitas vezes, de emoções negativas, compostas durante o “fechamento” das escolas. Outrossim, alguns alunos, que acham o campus acolhedor, nutrem sentimentos intensos, como frustração, ansiedade e traição, ao passo que outros podem lutar contra a solidão e o isolamento, enquanto resguardam-se, devido ao desligamento de amigos e parceiros. Isso agrava os sintomas psicológicos e aumenta o risco de suicídio e abuso de substâncias em alguns estudantes (Zhai & Du, 2020).

2.4. Ideação e tentativa de suicídio

“Nessa quarentena, fiquei sem acompanhamento psicológico e medicamentoso e pensei em me matar várias vezes e até tentei algumas vezes, duas para ser exato. Estou me sentindo próximo de uma crise depressiva novamente e penso em retomar a psicoterapia e com a psiquiatria, mas, ao mesmo tempo, me sinto sem energia para isso”. (EES44)

“Minhas crises de ansiedade se tornaram constantes, não estou conseguindo me alimentar direito, sempre acabo absorvendo problema de outras pessoas para mim, me estresso com maior facilidade, tenho insônia, me sinto sempre indisposta e com muitas dores pelo corpo. Tentei suicídio e fui socorrida pela minha companheira, atualmente, estou fazendo uso de remédios controlados”. (EES22)

“Estou sendo acompanhada pela minha psiquiatra e meu psicólogo, mas tem sido difícil, ao ponto de pensar em suicídio, muitas vezes, por não conseguir realizar nada que eu devo, me sentir inútil, como se minha presença não fosse mais necessário e que eu sou apenas um peso morto na vida dos que me rodeiam”. (EES72)

Mediante a avaliação cuidadosa desses relatos, torna-se possível perceber, por vezes, a presença, associação e repetição das etapas mal-estar mental, como visto nas falas exemplificadas, ultrapassou a esfera mental, mostrando-se, também, sob a forma de sintomas físicos, busca por ajuda (psicológica e/ou medicamentosa) e ideação/tentativa de suicídio. Isso denota o intenso adoecimento mental que se tem desenrolado e acompanhado no curso pandêmico, assemelhando-se, de certa forma, a uma outra pandemia, a qual, contudo, ocorre de maneira silenciosa, em termos de manifestação de sinais e sintomas, e de debates acerca do assunto, mas não menos significativa, como pode-se depreender a partir da Figura 2.

Na análise, percebeu-se que alguns estudantes tiveram ideação suicida, enquanto outros, além da ideação, tentaram cometer suicídio. É o que demonstra a contextualização das falas que permite também saber como essas situações aconteceram.

Diante disso, faz-se importante enfatizar que os impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental podem compreender desde reações normais e esperadas de estresse agudo, por conta das adaptações à nova rotina, até agravos mais profundos no sofrimento psíquico (Greff & et al., 2020). Em crises e catástrofes, as estatísticas apontam o aumento dos casos de tentativas e suicídios, sendo que, no que concerne ao comportamento suicida, tem-se um continuum de autoagressões que envolve ideação, ameaças, tentativas e atos suicidas, em que o suicídio se apresenta como um dos desfechos, o mais grave, o mais crítico e o mais identificado pela área da saúde (World Health Organization, 2014).

estar relacionado a diferentes fatores, como isolamento, medo, desesperança, solidão, acesso reduzido ao suporte comunitário e religioso/espiritual, dificuldade de acesso ao tratamento em saúde mental, doenças e problemas de saúde, suicídios de familiares, conhecidos ou profissionais de saúde (Reger et al., 2020).

Ainda nessa perspectiva, em estudo de revisão, os resultados apontaram que, durante uma pandemia, o risco de suicídio é exacerbado e que, entre os possíveis fatores de risco para o suicídio em momentos assim, destaca-se a discriminação que muitos doentes sofrem, além da questão financeira (Soares, 2021).

Dessa maneira, ao considerar esse panorama que a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) fez alerta, no dia 10/09/2020, de que a pandemia da COVID-19 pode aumentar os fatores de risco para suicídio, estimulando, deste modo, as pessoas a falarem abertamente e de forma responsável sobre o assunto. A ideia é que, mesmo com o distanciamento social, as pessoas permaneçam conectadas com familiares e amigos, e aprendam a identificar os sinais de alerta (Pan American Health Organization, 2020).

Nesse sentido, não é impossível que se faça o seguinte questionamento: o que leva um indivíduo a pensar em tirar a própria vida e, em alguns casos, efetivar o ato? Para Nascimento e Maia (2021), o comportamento suicida possui abordagem multifatorial, já que diversos fatores estão envolvidos no desenvolvimento ou na exacerbação dos quadros. O estudo desenvolvido demonstrou que devido ao aumento de preditores, como a presença de transtorno psiquiátrico associado, isolamento social, desemprego, uso de álcool, violência doméstica, estigma social, notícias negativas, doenças neurológicas, transtornos do sono, acesso restrito a serviços de saúde e outros, houve aumento proporcional nas taxas de comportamento suicida, durante e após o cenário atual.

Isso posto, é possível afirmar que o contexto pandêmico pode ter causado adoecimento em muitos estudantes, com possibilidades reais de sofrimento psíquico. Em estudo, com objetivo de evidenciar e compreender os reflexos psicossociais, especialmente a depressão, em virtude da doença e do cenário pandêmico, os principais resultados apontaram elevação dos índices de depressão entre estudantes

universitários, bem como falta de adesão ao tratamento dos que já possuíam a doença. O isolamento, o sedentarismo, o maior número de horas na frente do computador ou celular, a piora da alimentação e a frustração dos estudantes diante da realidade acadêmica estão relacionados ao aumento dos quadros depressivos (Algazal Marin et al., 2021).

Importante lembrar que a compreensão de uma situação de stress implica que se considere, não apenas os fatores de stress ali revelados. De um modo geral, em situações estressantes não incidem apenas um único fator mas sim um fator central e outros decorrentes daquele ou independentes mas concomitantes (Costa, et al.,2008).

Por fim, outra pesquisa reforça os motivos do comportamento suicida durante a pandemia na população geral. Entre as causas, destacam-se o isolamento social, a vulnerabilidade econômica, o aumento do medo, a redução de atividades físicas e a exacerbação do uso de álcool. Esses fatores de risco para depressão, ansiedade e outros transtornos intensificam o risco de suicídio (Schuck et al., 2020).

Este estudo possui limitações, tendo em vista apresentar abordagem qualitativa, cujos achados obtidos resultam de autorrelato, o que pode favorecer a existência de viés de memória e informação. Entretanto, como forma de minimizar o risco de viés, o tratamento inicial de resultados estabeleceu o perfil de participantes do estudo associado à amostra para análise qualitativa, assim como o cuidado metodológico na análise do material.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os achados do presente estudo denotaram produção significativa para compreensão da problemática pelos participantes, envolvendo a saúde física, mais em específico, os efeitos nocivos na saúde mental. As quatro categorias temáticas que emergiram: acirramento dos sintomas e agravamento dos transtornos; descoberta de um transtorno mental; sofrimento e automedicação; e ideação e tentativa de suicídio, foram contextualizadas com as falas, as quais possibilitaram a compreensão dos principais problemas vivenciados pelos estudantes durante a pandemia, sobretudo durante a fase mais crítica ou *lockdown*.

Enfatiza-se que atenção à saúde mental, para se tornar adequada, implica reconhecer as diferenças entre os grupos populacionais e as necessidades. Dessa forma, no caso das Instituições de Ensino Superior, é necessário não somente reconhecer esse contexto, como também identificar o impacto psicossocial e as repercussões que a pandemia provocou na comunidade acadêmica, além de intervir, mediante ações que considerem a conjunção vivenciada, principalmente pelo grupo estudado.

FONTES E BIBLIOGRAFIA

- Ahmed, M. Z., Ahmed, O., Aibao, Z., Hanbin, S., Siyu, L., & Ahmad, A. (2020). Epidemic of COVID-19 in China and associated psychological problems. *Asian Journal of Psychiatry*, 51. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102092>
- Algazal Marin, G., Caetano, I. R. de A., Bianchin, J. M., & Cavicchioli, F. L. (2021). Depressão e efeitos da Covid-19 em universitários. *InterAmerican Journal of Medicine and Health*, 4. <https://doi.org/10.31005/iajmh.v4i.187>
- Barros, M. B. de A., Lima, M. G., Malta, D. C., Szwarcwald, C. L., Azevedo, R. C. S. de, Romero, D., Souza Júnior, P. R. B. de, Azevedo, L. O., Machado, Í. E., Damacena, G. N., Gomes, C. S., Werneck, A. de O., Silva, D. R. P. da, Pina, M. de F. de, & Gracie, R. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29(4). <https://doi.org/10.1590/s1679-49742020000400018>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227). [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Conselho Federal de Enfermagem. (2020). *Guia de saúde mental pós-pandemia no Brasil, 2020* (Conselho Federal de Enfermagem, Ed.). Conselho Federal de Enfermagem. <http://biblioteca.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2020/12/Guia-de-saude-mental-pos-pandemia-no-Brasil.pdf>

- Costa, B., Lopes, F., Neves, M., & Pereira, P. A. (2008). Os níveis de stress dos alunos de licenciatura, da UCP – Viseu. *Gestão E Desenvolvimento*, (15-16), 43-68.
<https://doi.org/10.7559/gestaoedesenvolvimento.2008.122>
- Costa, N. R., Jatobá, A., Bellas, H., & Carvalho, P. V. R. (2020). *As medidas de enfrentamento à pandemia da Covid-19 no Brasil na percepção da população atuante nas mídias sociais*. Fundação Oswaldo Cruz.
http://www.cee.fiocruz.br/sites/default/files/Relat%C3%B3rio_Pesq_percep_Covid-19_CEE_Vers%C3%A3o_FINAL_15_04_2020.pdf
- Czeisler, M. É., Lane, R. I., Petrosky, E., Wiley, J. F., Christensen, A., Njai, R., Weaver, M. D., Robbins, R., Facer-Childs, E. R., Barger, L. K., Czeisler, C. A., Howard, M. E., & Rajaratnam, S. M. W. (2020). Mental health, substance use, and suicidal ideation during the COVID-19 pandemic — United States, June 24–30, 2020. *MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report*, 69(32).
<https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6932a1>
- Faro, A., Bahiano, M. de A., Nakano, T. de C., Reis, C., Silva, B. F. P. da, & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37.
<https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>
- Fernández-Aranda, F., Casas, M., Claes, L., Bryan, D. C., Favaro, A., Granero, R., Gudiol, C., Jiménez-Murcia, S., Karwautz, A., le Grange, D., Menchón, J. M., Tchanturia, K., & Treasure, J. (2020). COVID-19 and implications for eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 28(3). <https://doi.org/10.1002/erv.2738>
- Flick, U. (2009). *Introdução à pesquisa qualitativa*. Artmed.
- Fundação Oswaldo Cruz. (2020). *Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19* (Fundação Oswaldo Cruz, Ed.). Fundação Oswaldo Cruz.
<https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%C3%BAde-Mental-e-Aten%C3%A7%C3%A3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomenda%C3%A7%C3%B5es-gerais.pdf>
- G1. (2021). *Brasil tem maior índice de universitários que declaram ter saúde mental afetada na pandemia, diz pesquisa*.
<https://g1.globo.com/educacao/noticia/2021/02/26/brasil-tem-maior-indice-de-universitarios-que-declaram-ter-saude-mental-afetada-na-pandemia-diz-pesquisa.ghtml>

- Greff, A. P., & et al. (2020). *Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: suicídio na pandemia COVID-19* (A. P. Greff & et al., Eds.). Fundação Oswaldo Cruz.
https://www.fiocruzbrasil.br/fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/05/cartilha_prevencaosuicidio.pdf
- Gundim, V. A., Encarnação, J. P. da, Santos, F. C., Santos, J. E. dos, Vasconcellos, E. A., & Souza, R. C. de. (2020). Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista Baiana de Enfermagem*35, . <https://doi.org/10.18471/rbe.v35.37293>
- Lima, D. dos S., Oliveira, E. N., França, S. da S., Sobrinho, N. V., Santos, L. A., & Prado, F. A. (2021). Automutilação e seus fatores determinantes: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 10(9). <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i9.18155>
- Lipp, M. E. N., & Lipp, L. M. N. (2020). Stress e transtornos mentais durante a pandemia da COVID-19 no Brasil. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*, 40(99), 180–191.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2020000200003&lng=pt&nrm=iso
- Malik, M., Tahir, M. J., Jabbar, R., Ahmed, A., & Hussain, R. (2020). Self-medication during Covid-19 pandemic: challenges and opportunities. *Drugs & Therapy Perspectives*, 36(12).
<https://doi.org/10.1007/s40267-020-00785-z>
- Melo, J. R. R., Duarte, E. C., Moraes, M. V. de, Fleck, K., & Arrais, P. S. D. (2021). Automedicação e uso indiscriminado de medicamentos durante a pandemia da COVID-19. *Cadernos de Saúde Pública*, 37(4). <https://doi.org/10.1590/0102-311x00053221>
- Minayo, M. C. S. (2014). *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde* (14th ed.). Hucitec.
- Ministério da Saúde (BR). (2020). *Boletim Epidemiológico* 7 (06/04/2020). Ministério da Saúde.
<https://antigo.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/06/2020-04-06-BE7-Boletim-Especial-do-COE-Atualizacao-da-Avaliacao-de-Risco.pdf>
- Nascimento, A. B., & Maia, J. L. F. (2021). Comportamento suicida na pandemia por COVID-19: Panorama geral. *Research, Society and Development*, 10(5). <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i5.15923>
- Oliveira, E. N. (2020). Saúde Mental durante a pandemia do novo coronavírus: algumas reflexões necessárias. *Research, Society and Development*, 9(8). <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i8.5478>

- Pan American Health Organization. (2020). *Pandemia de COVID-19 aumenta fatores de risco para suicídio*. Pan American Health Organization. <https://www.paho.org/pt/noticias/10-9-2020-pandemia-covid-19-aumenta-fatores-risco-para-suicidio>
- Qian, M., Wu, Q., Wu, P., Hou, Z., Liang, Y., Cowling, B. J., & Yu, H. (2020). Anxiety levels, precautionary behaviours and public perceptions during the early phase of the COVID-19 outbreak in China: a population-based cross-sectional survey. *BMJ Open*, *10*(10). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-040910>
- Reger, M. A., Stanley, I. H., & Joiner, T. E. (2020). Suicide mortality and coronavirus disease 2019—A perfect storm? *JAMA Psychiatry*, *77*(11). <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2020.1060>
- Ribeiro, J. L. P. (2011). *Inventário de saúde mental*. Placebo.
- Schuck, F. W., Weber, G. M. F., Schaefer, C. K., Reinheimer, M. W., & Rockenbach, D. M. (2020). The influence of the COVID-19 pandemic on suicide risk. *Brazilian Journal of Health Review*, *3*(5). <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n5-194>
- Soares, R. J. de O. (2021). COVID-19 and psychosocial risks: a warning about suicide. *Brazilian Journal of Health Review*, *4*(1). <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n1-151>
- Torales, J., O'Higgins, M., Castaldelli-Maia, J. M., & Ventriglio, A. (2020). The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, *66*(4). <https://doi.org/10.1177/0020764020915212>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- World Health Organization. (1998). *The role of the pharmacist in self-care and self-medication: report of the 4th WHO Consultative Group on the role of the pharmacist, The Hague, The Netherlands, 26-28 August 1998*. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/65860>
- World Health Organization. (2014). *Preventing suicide: a global imperative*. World Health Organization. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/131056/1/9789241564779_eng.pdf?ua=1&ua=1

- Zhai, Y., & Du, X. (2020). Addressing collegiate mental health amid COVID-19 pandemic. *Psychiatry Research*, 288. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113003>
- Zhou, J., Liu, L., Xue, P., Yang, X., & Tang, X. (2020). Mental health response to the COVID-19 outbreak in China. *American Journal of Psychiatry*, 177(7). <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2020.20030304>

Creative Commons Attribution License | This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY). The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms.