

Efeitos do Ensino a Distância (EaD) na saúde mental de estudantes de medicina de uma faculdade privada de Belo Horizonte durante a pandemia da COVID-19

The effect of distance learning on the mental health of medicine students at a private college in Belo Horizonte during the COVID-19 pandemic

El efecto del aprendizaje a distancia en la salud mental de los estudiantes de medicina en una universidad privada en Belo Horizonte durante la pandemia de COVID-19

DOI:10.34119/bjhrv7n2-470

Originals received: 03/29/2024

Acceptance for publication: 04/19/2024

Helena Campoli Reggiani

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais (FCMMG)

Endereço: Belo Horizonte - Minas Gerais, Brasil

E-mail: Helena.reggiani@hotmail.com

Isadora Pinheiro Felix

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais (FCMMG)

Endereço: Belo Horizonte - Minas Gerais, Brasil

E-mail: isadorapineirof@hotmail.com

Marayra Inês França Coury

Mestre em Ensino e Saúde

Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais (FCMMG)

Endereço: Belo Horizonte - Minas Gerais, Brasil

E-mail: Marayra_fc@hotmail.com

César Teixeira Castilho

Doutor em Ciências do Esporte, da Motricidade e do Movimento Humano

Instituição: Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)

Endereço: Belo Horizonte - Minas Gerais, Brasil

E-mail: castestcesarster@gmail.com

RESUMO

A formação médica está repleta de fatores estressores, incluindo a intensa competição do vestibular e o compromisso de ensino a longo prazo voltado para o propósito primário de salvar vidas. Durante a pandemia da COVID-19, o estresse diário se intensificou consideravelmente, impulsionado pelas incertezas em relação ao futuro em face dessa doença, além da transição do ensino presencial para o ensino a distância (EAD). Avaliar as implicações do ensino a distância (EAD) para a saúde mental de estudantes do curso de medicina de uma faculdade privada de Belo Horizonte. Trata-se de um estudo observacional analítico de caráter transversal, por meio

de um formulário eletrônico que visa investigar a saúde mental em acadêmicos de medicina. O questionário foi respondido por 388 estudantes matriculados na instituição. Destes, 357 responderam que a pandemia impactou em sua saúde mental. De acordo com 85% deles, o fator agravante para isto foi a diminuição das relações interpessoais. Apesar de 254 estudantes terem se sentido mais tensos, nervosos e preocupados, apenas 171 procuraram apoio psicológico e psiquiátrico. Ademais, 75 estudantes desenvolveram um novo transtorno mental durante a pandemia, enquanto que 109 tiveram um transtorno pré-existente agravado. O isolamento social e a incerteza em relação ao futuro tiveram um impacto significativo na saúde mental dos estudantes durante a pandemia da COVID-19. Adicionalmente, a ausência de suporte psicológico, combinada com o aumento da carga de trabalho devido ao ensino a distância (EAD), agravou essa situação, resultando em consequências adversas para a qualidade de vida.

Palavras-chave: estudantes de medicina, infecções por Coronavírus, saúde mental.

ABSTRACT

Medical education is filled with stress-inducing factors, including the intense competition of the entrance exam and the long-term commitment focused on the primary purpose of saving lives. During the COVID-19 pandemic, daily stress significantly intensified, driven by uncertainties about the future in the face of this disease, as well as the transition from in-person education to distance learning (EAD). To evaluate the implications of distance learning for the mental health of students at a private college in Belo Horizonte. This is a cross-sectional analytical observational study, using an electronic form that aims to investigate the mental health of medical students. The questionnaire was answered by 388 students enrolled in the institution. It was evidenced that 357 answered that the pandemic had an impact on their mental health. According to 87% of them, the aggravating factor for this was the decrease in interpersonal relationships. Although 254 students felt more tense, nervous and worried, only 171 sought psychological and psychiatric support. Furthermore, 75 students developed a new mental disorder during the pandemic, while 109 had an aggravated pre-existing disorder. Social isolation and uncertainty about the future had a significant impact on the mental health of students during the COVID-19 pandemic. Additionally, the lack of psychological support, combined with the increased workload due to remote learning (EAD), exacerbated this situation, resulting in adverse consequences for the quality of life.

Keywords: medical students, Coronavirus, mental health.

RESUMEN

La formación médica está llena de factores estresantes, incluida la intensa competencia del examen de ingreso y el compromiso a largo plazo con la enseñanza orientada al propósito primario de salvar vidas. Durante la pandemia de COVID-19, el estrés diario se intensificó considerablemente, impulsado por las incertidumbres sobre el futuro frente a esta enfermedad, además de la transición de la enseñanza presencial a la enseñanza a distancia (EAD). Evaluar las implicaciones de la enseñanza a distancia (EAD) para la salud mental de los estudiantes de medicina de una universidad privada en Belo Horizonte. Se trata de un estudio observacional analítico de carácter transversal, a través de un formulario electrónico que busca investigar la salud mental en estudiantes de medicina. Resultados: El cuestionario fue respondido por 388 estudiantes matriculados en la institución. De estos, 357 respondieron que la pandemia impactó en su salud mental. Según el 85% de ellos, el factor que más contribuyó a esto fue la disminución de las relaciones interpersonales. Aunque 254 estudiantes se sintieron más tensos, nerviosos y preocupados, solo 171 buscaron apoyo psicológico y psiquiátrico. Además, 75 estudiantes desarrollaron un nuevo trastorno mental durante la pandemia, mientras que 109

vieron agravado un trastorno preexistente. El aislamiento social y la incertidumbre sobre el futuro tuvieron un impacto significativo en la salud mental de los estudiantes de medicina de la universidad privada de Belo Horizonte durante la pandemia de COVID-19. La transición abrupta al aprendizaje a distancia se percibió como un factor estresante adicional. La mayoría de los estudiantes reportaron que la disminución de las relaciones interpersonales fue uno de los principales factores agravantes para su salud mental. A pesar de que muchos experimentaron síntomas de ansiedad y estrés, una proporción significativa no buscó apoyo psicológico o psiquiátrico. Además, un número sustancial de estudiantes desarrolló nuevos trastornos mentales o vio agravados sus trastornos preexistentes durante este período. Estos resultados destacan la necesidad de intervenciones dirigidas a la salud mental de los estudiantes de medicina, especialmente en tiempos de crisis como la pandemia de COVID-19. Se deben implementar y fomentar medidas de apoyo psicológico y psiquiátrico para mitigar los impactos negativos en la salud mental de estos estudiantes.

Palabras clave: estudiantes de medicina, Coronavirus, salud mental.

1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define saúde mental como “um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade” (GAINO et al., 2018). O campo médico tem sido objeto de estudos devido à singularidade da profissão e ao nível de comprometimento manifesto de sua saúde mental. Desde o momento inicial da trajetória acadêmica, diversos fatores têm se destacado como fontes de estresse, tais como a natureza altamente competitiva do processo seletivo de admissão, a distinta abordagem metodológica empregada em comparação ao ensino pré-universitário e a extensão temporal do programa curricular fundamental, que, em conformidade com os princípios tradicionais delineados por Flexner, retarda a exposição do discente ao contato prático com o paciente, possivelmente culminando em desilusões, bem como a intensidade do cronograma de rodízios clínicos e o momento crucial da definição da especialização.

A construção social da profissão médica como uma atividade nobre destinada a salvar vidas, uma vocação dedicada à doação, ou uma carreira de sucesso frequentemente impõe pressões e expectativas que podem ser contraditórias e distantes da realidade, resultando em sentimentos de frustração. O estudo sinaliza a existência de uma toxicidade na cultura médica provocada por um estresse crônico no exercício da profissão ao exigir uma excelência nas práticas e uma adoção de conhecimentos infalíveis. Por conta disso, médicos e estudantes de medicina têm apresentado taxas mais elevadas de sofrimento psíquico, esgotamento, doença

mental diagnosticada, ideação suicida e tentativa de suicídio em relação à população em geral (CONCEIÇÃO et al., 2019).

Essa situação tem se agravado devido a pandemia da COVID-19. Esta é uma síndrome respiratória causada pelo novo coronavírus, que foi primeiramente detectado na cidade de Wuhan, na China, em 2019. Ela se propagou pelos cinco continentes e aumentou exponencialmente a taxa de mortalidade em diversos países. Por causa das drásticas consequências, o isolamento social foi a alternativa encontrada pelos agentes de saúde pública de diversas nações para diminuir a transmissão. A quarentena tornou-se fundamental para atenuar o contágio. O pressuposto de manter as pessoas sem contato com outras pessoas busca diminuir a probabilidade de contaminação e, conseqüentemente, a procura por serviços de saúde e o número de óbitos. Trata-se de uma medida usada há muitos anos para evitar a disseminação de doenças contagiosas. Apesar dos benefícios reputados, em função da contenção da doença, a quarentena implica, muitas vezes, a vivência de situações desagradáveis que podem ocasionar impactos na saúde mental dos envolvidos. Alguns estressores na quarentena são: necessidade de afastamento de amigos e familiares, incerteza quanto ao tempo de distanciamento, tédio, medo e outros. Em estudos realizados em situações pandêmicas, como é o caso da COVID-19 e da SARS, constatou-se que alguns transtornos mentais comuns podem ser desencadeados pela quarentena, a exemplo dos transtornos de ansiedade e depressão e indícios de aumento do comportamento suicida (FARO et al., 2020).

A extensão das medidas de distanciamento físico entre indivíduos requer a transição do ensino presencial para o modelo remoto (GUSSO et al., 2020). Nesse contexto, a ausência de interações entre os estudantes, o aumento da carga horária das aulas para acomodar o currículo de forma virtual e as preocupações quanto ao futuro do país têm demonstrado impactos adversos na saúde mental dos estudantes, especialmente aqueles matriculados em cursos de medicina, que já são conhecidos por enfrentar um programa educacional rigoroso repleto de situações potencialmente estressantes (OLIVEIRA; ARAUJO, 2024).

Em meio a inúmeros problemas, a educação deverá ser uma potencializadora da esperança humana, capaz de continuar auxiliando a modificação de condutas, sempre para o bem da sociedade, em busca da construção de sujeitos melhores. Uma crise sanitária é superada, também, por uma educação de maior qualidade. Os instrumentos tecnológicos são ferramentas capazes de auxiliar a população e diminuir as distâncias (PASINI; CARVALHO; ALMEIDA, 2020).

Todavia, na literatura e em instituições de ensino superior observa-se ainda que o problema é subestimado, uma vez que a gravidade dos transtornos mentais pode afetar a vida e

obnubilar o futuro dessas pessoas, e os impactos subjetivos à sua vida não podem ser dimensionados nem comparados. Resta compreendê-los no âmbito das relações humanas, buscando eliminá-los em prol da melhor qualidade de vida dos formandos em medicina e futuros pacientes (NEPONUCENO; SOUZA; NEVES, 2019). Ressalta-se que essa realidade é, muitas vezes, desconsiderada até pelos órgãos sanitários nacionais e internacionais em suas publicações sobre a pandemia (GARRIDO; RODRIGUES, 2020).

Haja vista as ponderações acima apresentadas, o presente trabalho se propõe a analisar as implicações do ensino a distância (EAD) na saúde mental de estudantes de medicina de uma faculdade privada de Belo Horizonte durante a pandemia da COVID-19.

2 METODOLOGIA

2.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO

Trata-se de um estudo observacional analítico de caráter transversal sobre o perfil epidemiológico dos acadêmicos de medicina de uma faculdade privada de Belo Horizonte com enfoque na saúde mental durante o Ensino a Distância (EAD), no contexto específico da pandemia da COVID-19. Os dados foram coletados pela aplicação de um questionário sob a forma de formulário eletrônico, que foi enviado por aplicativo de mensagens instantâneas a grupos de estudantes de diversos períodos do curso. Esses dados foram tabulados e analisados, para que pudessem ser avaliados e discutidos.

2.2 AMOSTRA

A amostra foi constituída inteiramente por acadêmicos do curso de medicina de uma faculdade privada de Belo Horizonte. Foi realizado o cálculo amostral para avaliar a saúde mental dos estudantes através da fórmula (BOLFARINE; BUSSAD, 2004):

$$n = \frac{(z_{\alpha/2})^2 \hat{p}(1 - \hat{p})}{E^2}$$

Na fórmula, representa o nível de significância; z : quantil da distribuição Normal Padrão referente ao nível de significância; p : proporção estimada; E : erro máximo permitido.

Considerando 5% de significância, 5% de erro e uma abordagem conservadora para p (que a considera como 50%), o tamanho amostral é de 385 participantes.

Os critérios de inclusão para participação da pesquisa foram: ser graduando do curso de medicina de uma faculdade privada de Belo Horizonte e possuir idade igual ou superior a 18 anos. Os critérios de exclusão foram: a não conformidade com ambos critérios de inclusão e não ter aderido ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

2.3 INSTRUMENTOS

O questionário realizado foi baseado no Teste SRQ-20, que é a versão de 20 itens do SRQ-30 para rastreamento de transtornos mentais não-psicóticos. O questionário foi aplicado no período de dezembro de 2022 a janeiro de 2023. As respostas são do tipo sim/não. Cada resposta afirmativa pontua com o valor 1 para compor o escore final por meio do somatório destes

valores. Os escores obtidos estão relacionados com a probabilidade de presença de transtorno não-psicótico, variando de 0 (nenhuma probabilidade) a 20 (extrema probabilidade) (GONÇALVES; STEIN; KAPCZINSKI, 2008).

Os dados foram coletados por meio de um questionário online (Google Forms) composto por 18 perguntas, sendo 3 (três) perguntas abertas e 15 (quinze) fechadas (com exceção daquelas que contêm a opção “outro”, em que o participante cita a sua alternativa, a qual não havia sido expressa anteriormente).

2.4 PROCEDIMENTOS

O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) da instituição segundo 61160922.0.0000.5134. A coleta de dados foi realizada conforme concordância ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os princípios éticos foram respeitados e estão de acordo com a Resolução 466/12, do Conselho Nacional de Saúde.

Os questionários foram aplicados aos participantes sob o formato de formulários eletrônicos online. O questionário que foi elaborado foi adaptado na íntegra para a plataforma Google Forms, que é uma ferramenta de gerenciamento de pesquisa da empresa Google. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, bem como o link do formulário final, foram enviados por aplicativos de mensagens instantâneas para grupos de estudantes de diversos períodos do curso de medicina de uma faculdade privada de Belo Horizonte.

2.5 ANÁLISE ESTATÍSTICA

As respostas foram obtidas e representadas pela plataforma Google Forms, a qual mostrou os números absolutos e os gráficos. Os resultados foram repassados para planilhas do Microsoft Excel, com o intuito de que os dados pudessem ser melhor visualizados.

As variáveis categóricas foram apresentadas como frequências absolutas e relativas e as variáveis numéricas, como média \pm desvio-padrão. Para avaliar associações entre variáveis categóricas foi utilizado o teste Qui-quadrado ou o teste Exato de Fisher. Foi utilizado nível de significância de 5% e os dados foram analisados no software R versão 4.0.3.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram coletadas, no total, 389 respostas ao questionário. Foi realizada uma análise descritiva e combinada das variáveis. A tabela a seguir evidencia as variáveis codificadas para serem utilizadas no decorrer das análises.

Tabela 1- Variáveis avaliadas no estudo com respectivos códigos

Códigos	Variáveis
Q1	1-Você é do curso de medicina desta faculdade privada de Belo Horizonte?
Q2	2-Em qual ciclo da faculdade você está?
Q3	3- Qual o seu sexo?
Q4	4-Qual a sua idade? Escreva abaixo.
Q5	5-Você acredita que a pandemia impactou na sua saúde mental?
Q6	6-Se a pergunta da resposta anterior for sim, qual seria o motivo? Selecione todos aqueles que...
Q7	7-Se a resposta da pergunta 5 for não, escreva abaixo o motivo.
Q8	8-Depois o início da pandemia, está se sentindo mais tenso, nervoso e preocupado?
Q9	9-Iniciou/ retomou tratamentos psicológicos/ psiquiátricos durante esse período?
Q10	10-Como você classificaria a qualidade do seu sono a noite?
Q11	11-Você acredita que o EAD tenha impactado na sua saúde mental?
Q12	12- Se a resposta da pergunta anterior for sim, qual seria o motivo? Selecione o que...
Q13	13- Se a resposta da pergunta 11 for não, qual seria o motivo? Escreva-o abaixo.
Q14	14- O que você tem feito para se distrair durante esse período? Selecione as opções que achar...
Q15	15- Você já tinha algum transtorno mental antes da pandemia?
Q16	16- Se a resposta da pergunta anterior for não, você desenvolveu algum durante a pandemia?
Q17	17- Se a resposta da pergunta 15 for sim, esse transtorno se agravou durante a pandemia?
Q18	18- Se você teve algum transtorno mental, qual foi? Selecione os que achar mais...

Fonte: Elaborado pelos autores

Na tabela 2 está apresentada a análise descritiva das variáveis Q1, Q2, Q3 e Q4. Dos 389 respondentes, cerca de 388 (99,77%) são alunos matriculados na instituição e 1 (0,3%) não são alunos matriculados na instituição. Observou-se ainda que 262 (67%) dos respondentes

cursum o ciclo clínico, 101 (26%) cursam o internato e 26 (6,7%) cursam o ciclo básico na instituição. Dentre os respondentes, cerca de 278 (72%) são alunos do sexo feminino e 108 (28%) são respondentes do sexo masculino. Observou-se que a idade mediânica observada foi de 22 anos com o primeiro quartil igual a 21 anos e terceiro quartil igual a 23 anos.

Tabela 2 - Análise Descritiva das Variáveis Q1-Q4

Característica	N = 389
Q1	
Sim	388 (100%)
Não	1 (0.3%)
Q2	
Clínico	262 (67%)
Internato	101 (26%)
Básico	26 (6.7%)
Q3	
Feminino	278 (72%)
Masculino	108 (28%)
Q4	
	22.00 (21.00, 23.00)

Fonte: Elaborado pelos autores

Ademais, para avaliar os resultados obtidos, a variável Q5 (5-Você acredita que a pandemia impactou na sua saúde mental?) foi associada com as demais variáveis de interesse. Utilizou-se o teste exato de Fisher e o teste de qui-quadrado de independência nas variáveis de interesse. Os resultados encontram-se na tabela 3 abaixo.

Tabela 3: Associação entre variável Q5 e demais variáveis

Características	Total, N = 389	Não, N = 32	Sim, N = 357	Valor p
Q6 - Diminuição das relações interpessoais				0.024
Sim	303 (84%)	0 (0%)	303 (85%)	
Não	56 (16%)	2 (100%)	54 (15%)	
Q6 - Incerteza sobre o futuro				0.018
Sim	264 (74%)	0 (0%)	264 (74%)	
Não	95 (26%)	2 (100%)	93 (26%)	
Q6 - Medo de infecção pela doença				0
Não	210 (58%)	2 (100%)	208 (58%)	2
Sim	149 (42%)	0 (0%)	149 (42%)	

Q6 - Sobrecarga de conteúdo				0
				.
				2
Não	213 (59%)	2 (100%)	211 (59%)	
Sim	146 (41%)	0 (0%)	146 (41%)	
Q6 - Outro				0.006
Não	330 (92%)	0 (0%)	330 (92%)	
Sim	29 (8.1%)	2 (100%)	27 (7.6%)	
Q8				<0.001
Sim	258 (66%)	4 (13%)	254 (71%)	
Não	131 (34%)	28 (88%)	103 (29%)	
Q9				<0.001
Não	216 (56%)	30 (94%)	186 (52%)	
Sim	173 (44%)	2 (6.3%)	171 (48%)	
Q10				0.002
Boa	152 (39%)	13 (41%)	139 (39%)	
Regular	110 (28%)	2 (6.3%)	108 (30%)	
ótima	83 (21%)	14 (44%)	69 (19%)	
Ruim	44 (11%)	3 (9.4%)	41 (11%)	

Fonte: Elaborado pelos autores

Observou-se que a variável Q5 (5-Você acredita que a pandemia impactou na sua saúde mental?) apresenta associação entre as variáveis (Q6 - Diminuição das relações interpessoais), (Q6 - Incerteza sobre o futuro), (Q6 - Outro), (Q8-Após o início da pandemia, está sentindo-se mais tenso, nervoso e preocupado?), (Q9-Iniciou/ retomou tratamentos psicológicos/ psiquiátricos durante esse período?) e (Q10-Como você classificaria a qualidade do seu sono a noite?) indicando associações estatisticamente significativas ao nível de 0,05 de significância.

Dentre as causas de impacto da pandemia na saúde mental, a diminuição das relações interpessoais e a incerteza sobre o futuro foram as mais significativas. Durante a pandemia, 258 estudantes estavam se sentindo mais tensos, nervosos e preocupados, sendo esta uma variante de relevância significativa (p valor < 0.001). Apesar disso, 216 estudantes não iniciaram ou

retomaram tratamentos psicológicos ou psiquiátricos. Já a noite de sono desses estudantes não foi afetada, visto que a maioria apresentou sono considerado bom.

Associado a isso, para ampliar os resultados obtidos, foi realizado o cruzamento entre a variável (Q11-Você acredita que o EAD tenha impactado na sua saúde mental?) e as principais variáveis de interesse. A tabela 4 a seguir ilustra esses dados.

Tabela 4 - Associação entre variável Q11 e demais variáveis.

Características	Total, N = 389	Não, N = 61	Sim, N = 328	Val or P
12 - Aumento da demanda				0.008
Sim	184 (54%)	3 (20%)	181 (55%)	
Não	159 (46%)	12 (80%)	147 (45%)	
12 - Diminuição do contato entre prof. E colegas				<0.001
Sim	274 (80%)	2 (13%)	272 (83%)	
Não	69 (20%)	13 (87%)	56 (17%)	
12 – Outros				<0.001
Não	297 (87%)	4 (27%)	293 (89%)	
Sim	46 (13%)	11 (73%)	35 (11%)	
14 - Assistir Filmes e Séries				0.15
Sim	330 (85%)	48 (79%)	282 (86%)	
Não	59 (15%)	13 (21%)	46 (14%)	
14 - Interação com a família				0.3
Sim	270 (69%)	46 (75%)	224 (68%)	
Não	119 (31%)	15 (25%)	104 (32%)	
14 - Atividade Física				0.6
Sim	277 (71%)	45 (74%)	232 (71%)	
Não	112 (29%)	16 (26%)	96 (29%)	
14 – Outro				<0.001
Não	328 (84%)	42 (69%)	286 (87%)	
Sim	61 (16%)	19 (31%)	42 (13%)	
Q15				0.026
Não	258 (66%)	48 (79%)	210 (64%)	
Sim	131 (34%)	13 (21%)	118 (36%)	
Q16				0.003
Não	204 (72%)	43 (90%)	161 (68%)	

Sim	80 (28%)	5 (10%)	75 (32%)	
Q17				0.009
Sim	118 (54%)	9 (31%)	109 (57%)	
Não	102 (46%)	20 (69%)	82 (43%)	
18 - Crise de ansiedade				0.060
Não	133 (62%)	18 (82%)	115 (59%)	
Sim	83 (38%)	4 (18%)	79 (41%)	
18 - Crise pânico				>0.9
Não	185 (86%)	19 (86%)	166 (86%)	
Sim	31 (14%)	3 (14%)	28 (14%)	
18 - Outro				0.3
Não	147 (68%)	13 (59%)	134 (69%)	
Sim	69 (32%)	9 (41%)	60 (31%)	

Fonte: Elaborado pelos autores

A tabela 4 apresenta o cruzamento entre a variável (Q11-Você acredita que o EAD tenha impactado na sua saúde mental?) e as principais variáveis de interesse, havendo associações estatisticamente significativas entre as variáveis (Q12 - Aumento da demanda), (Q12 - Diminuição do contato entre prof. e colegas), (Q12 - Outros), (Q14 - Outro) e (Q15- Você já tinha algum transtorno mental antes da pandemia?), (Q16- Se a resposta de pergunta anterior for não, você desenvolveu algum durante a pandemia?), (Q17- Se a resposta da pergunta 15 for sim, esse transtorno se agravou durante a pandemia?), (Q18 - Distúrbio sono) ao nível de 0,05 de significância.

Para aqueles estudantes que o EAD impactou a saúde mental, os principais fatores para isso foram aumento da demanda e a falta de contato entre professores e colegas. Transtornos mentais já acometiam 36% dos estudantes antes da pandemia e foram agravados em 57% durante 2020. Todavia, 32% desenvolveram transtorno mental somente após a pandemia. Dentre os transtornos mentais citados, o distúrbio do sono foi o que apresentou maior significância estatística. Entretanto, “crise de ansiedade” e “crise de pânico” também foram transtornos mentais evidenciados durante a pandemia da COVID-19.

A pandemia da COVID-19, causada pela síndrome respiratória aguda grave, trouxe riscos físicos, assim como desafios psicológicos para o mundo inteiro. Indivíduos em quarentena são vulneráveis a complicações psiquiátricas por vários motivos: distância social e ausência ou limitação de comunicação interpessoal; neste contexto, a depressão e a ansiedade tem maior probabilidade de ocorrer e piorar. Além disso, intervenções psicossociais oportunas podem não ser possíveis (VICTORIA et al. 2021).

Essas informações são condizentes com os resultados desse artigo, pois a diminuição das relações interpessoais foi considerada pelos estudantes como a variável de maior impacto na saúde mental durante a pandemia. Embora as medidas de isolamento social tenham se mostrado eficazes para achatar a curva epidêmica, elas resultaram em mudanças radicais nas práticas sociais e assistenciais. Essas novas políticas fizeram com que os pacientes e seus familiares sofressem com a doença em isolamento e separação familiar, até mesmo em momentos desafiadores e únicos, como eventos de fim de vida (DELGADO, 2022). O isolamento social associado à quarentena pode ser o catalisador para muitos transtornos mentais e transtornos de saúde, mesmo em pessoas que eram previamente saudáveis mentalmente, como foi evidenciado no estudo (PANAGIOTIS et al, 2021).

A incerteza sobre o futuro foi o segundo fator causador de distúrbios na sanidade mental dos acadêmicos. Estudantes universitários fazem parte da população vulnerável a desenvolver problemas de saúde mental por inúmeras razões, uma das quais é a incerteza e o potencial efeito negativo no progresso acadêmico (VICTORIA et al. 2021). Uma vez que vivenciavam um cenário de sobrecarga do estudo, do emprego, das grandes mudanças de vida e preocupados com a pandemia da COVID- 19, os universitários estavam propensos a emoções negativas e transtornos diversos (MAO et al., 2021). Estudantes de medicina necessitam de vigilância e atenção, pois espera-se que eles tenham uma compreensão mais profunda da doença, o que pode deixá-los mais ansiosos durante o período de quarentena (MORIN et al., 2021).

Os achados atuais indicam taxas muito altas de insônia clínica, ansiedade e depressão durante a primeira onda da pandemia de COVID-19. No que diz respeito aos potenciais contribuintes para a insônia, a ocorrência de eventos estressantes da vida está entre os fatores precipitantes mais proeminentes associados ao novo aparecimento de distúrbios do sono. No contexto da pandemia de COVID-19, estresse com a saúde e medo de contrair COVID-19, preocupações com finanças e emprego, confinamento e isolamento social contribuíram para a insônia (MORIN et al., 2021). Contudo, na pesquisa realizada, apenas 11% dos estudantes de medicina que tiveram sua saúde mental impactada pela pandemia, classificaram sua qualidade do sono como ruim.

É plausível que a resposta imediata ao estresse associada ao anúncio do confinamento obrigatório tenha aumentado o risco de distúrbios do sono, que se seguiu por pessoas ajustando suas rotinas ao confinamento (ALSOUFI et al., 2020). Desse modo, a adaptação ao contexto da pandemia pode ter sido o motivo pelo qual esses estudantes não apresentaram alterações do sono.

A pandemia e o bloqueio do COVID-19 trouxeram uma sensação de medo e ansiedade em todo o mundo (YUAN et al., 2022). O questionário acima realizado corrobora com essa afirmação, já que 71% dos estudantes impactados começaram a se sentir mais tensos, nervosos e preocupados durante a pandemia. Porém, 52% destes não iniciaram ou retomaram tratamento psicológico ou psiquiátrico. Isso pode ser explicado por uma latência no reconhecimento de problemas de saúde mental, à medida que as preocupações com a infecção física e suas sequelas tornam-se mais evidentes (DING et al., 2023).

Para 329 estudantes dentre os 388 que responderam ao questionário, o ensino a distância (EAD) impactou a saúde mental. A aprendizagem digital em estudos médicos pode trazer riscos significativos para os estudantes. Foi evidenciado que não apenas a saúde mental se deteriorou, mas igualmente o cinismo atingiu níveis aumentados. Ademais, a exposição a telas de computador e smartphone está associada a uma infinidade de sintomatologia relacionada ao estresse. Estes podem causar deficiências psicológicas, cognitivas ou musculoesqueléticas e podem afetar a qualidade de vida e a função diária do indivíduo (MHEIDLY; FARES; FARES, 2020).

Em consonância aos dados apresentados, na pesquisa realizada, 55% dos estudantes de medicina da faculdade privada de Belo Horizonte afetados pela pandemia destacaram o aumento da demanda pelo EAD como um dos principais fatores de impacto na saúde mental.

A transição para este ambiente de aprendizagem requer treinamento de professores e alunos no uso de tecnologias, bem como a disponibilidade de equipamentos adequados. Ambientes virtuais podem ser criados ou usados para recriar salas de aula, que incluem meios de comunicação direta entre o professor e o aluno (MHEIDLY; FARES; FARES, 2020). Todavia, para 83% dos estudantes, isso não foi possível, o que afetou a relação entre professores e alunos e foi o principal motivo pelo qual o EAD impacta a saúde mental. É imperativo que o suporte psicossocial seja fornecido e instituições de ensino superior e os estudantes sejam monitorados quanto a frequência e gravidade desses problemas (PACHECO et al., 2017).

4 CONCLUSÃO

Portanto, o ensino a distância (EAD) demonstrou um impacto substancial na saúde mental dos estudantes de medicina da faculdade privada de Belo Horizonte durante a pandemia da COVID-19. Entre as principais causas identificadas, destacam-se o aumento da sobrecarga de trabalho e a diminuição da interação entre professores e alunos como fatores preponderantes.

É relevante observar que, embora muitos estudantes tenham relatado sentir-se mais tensos, nervosos e preocupados, a busca por auxílio psicológico e psiquiátrico não foi expressiva, possivelmente contribuindo para a persistência das crises de ansiedade entre esses estudantes.

Consequentemente, enfatiza-se a necessidade de uma investigação mais aprofundada dos transtornos mentais em acadêmicos de Medicina. Além disso, é de suma importância que, no ambiente acadêmico, sejam promovidas rodas de discussão e debates voltados à saúde mental dos estudantes, com o objetivo de mitigar ou prevenir transtornos mentais. Os resultados desta pesquisa sugerem a possibilidade de desenvolver estratégias destinadas a atenuar os impactos negativos decorrentes da pandemia da COVID-19 na vida dos acadêmicos de medicina. Entretanto, ressalta-se a necessidade de condução de estudos adicionais, a fim de compreender de maneira mais abrangente as implicações da pandemia na saúde mental dos indivíduos.

REFERÊNCIAS

1. GAINO, Loraine Vivian et al. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo*. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drug. (Ed. port.)**, Ribeirão Preto, v. 14, n. 2, p. 108-116, 2018. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762018000200007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 11 abr. 2024. <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.149449>.
2. CONCEIÇÃO, L. DE S. et al. Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)**, v. 24, n. 3, p. 785–802, set. 2019.
3. FARO, A. et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, p. e200074, 2020.
4. GUSSO, H. L. et al. ENSINO SUPERIOR EM TEMPOS DE PANDEMIA: DIRETRIZES À GESTÃO UNIVERSITÁRIA. **Educação & Sociedade**, v. 41, p. e238957, 2020.
5. OLIVEIRA, M. F. de; ARAUJO, L. M. B. Saúde mental do estudante de medicina/ Mental health of the medicine student. **Brazilian Journal of Development, [S. l.]**, v. 5, n. 11, p. 23440–23452, 2019. DOI: 10.34117/bjdv5n11-058. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/4375>. Acesso em: 12 abr. 2024.
6. PASINI, Carlos; CARVALHO, Elvio; ALMEIDA, Lucy. A educação híbrida em tempos de pandemia: algumas considerações. **Observatório socioeconômico da COVID-19**, 2020.
7. NEPONUCENO, H. DE J.; SOUZA, B. D. M.; NEVES, N. M. B. C.. Transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. **Revista Bioética**, v. 27, n. 3, p. 465–470, jul. 2019.
8. GARRIDO, Rodrigo; RODRIGUES, Rafael. Restrição de contato social e saúde mental na pandemia: possíveis impactos das condicionantes sociais. **J Health Biol Sci. [Internet]**, 8(1):1-9, 2020. Disponível em: <https://unichristus.homologacao.emnuvens.com.br/jhbs/article/view/3325>.
9. BOLFARINE, Heleno; BUSSAD, Wilton. **Elementos de Amostragem**, 2004.
10. GONÇALVES, D. M.; STEIN, A. T.; KAPCZINSKI, F.. Avaliação de desempenho do Self-Reporting Questionnaire como instrumento de rastreamento psiquiátrico: um estudo comparativo com o Structured Clinical Interview for DSM-IV-TR. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 24, n. 2, p. 380–390, fev. 2008.
11. VICTORIA, JH et al. Factors associated with mental health in Peruvian medical students during the COVID-19 pandemic: a multicentre quantitative study, **Revista Colombiana de Psiquiatria**, 2021.

12. DELGADO, Maria. Chapter 4 - COVID-19: A family's perspective, COVID-19 Pandemic, Elsevier, Pages 41-51, 2022.
13. PANAGIOTIS, Zis et al. Medical Studies during the COVID-19 Pandemic: The Impact of Digital Learning on Medical Students' Burnout and Mental Health. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18, 349, 2021.
14. MAO, Jin et al. Impact of the COVID-19 pandemic on the mental health and learning of college and university students: a protocol of systematic review and meta-analysis *BMJ Open*, 2021;
15. MORIN, Charles et al. Insomnia, anxiety, and depression during the COVID-19 pandemic: an international collaborative study. *Sleep Med.* Nov; 87:38-45, 2021.
16. ALSOUFI, Ahmed et al. Impact of the COVID-19 pandemic on medical education: Medical students' knowledge, attitudes, and practices regarding electronic learning. *PLoS One.* 2020 Nov 25;15(11):e0242905. doi: 10.1371/journal.pone.0242905. PMID: 33237962; PMCID: PMC7688124.
17. YUAN, Kai et al. A systematic review and meta-analysis on prevalence of and risk factors associated with depression, anxiety and insomnia in infectious diseases, including COVID-19: a call to action. *Mol Psychiatry.* 2022 Aug;27(8):3214- 3222. doi: 10.1038/s41380-022-01638-z. Epub 2022 Jun 6. PMID: 35668158; PMCID: PMC9168354.
18. DING, Qinglan et al. A mixed-methods approach to understand university students' perceived impact of returning to class during COVID-19 on their mental and general health. *PLoS One.* 2023 Jan 3;18(1):e0279813.
19. MHEIDLY, Nour; FARES, Mohamed, FARES, Jawad. Coping With Stress and Burnout Associated With Telecommunication and Online Learning. *Front Public Health.* 2020 Nov 11;8:574969. doi: 10.3389/fpubh.2020.574969. PMID: 33262967; PMCID: PMC7686031.
20. PACHECO, J. P. et al.. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 39, n. 4, p. 369–378, out. 2017.