

Transtornos Mentais Comuns e rotina acadêmica na graduação em Enfermagem: impactos da pandemia de COVID-19

Common Mental Disorders and academic routine in Nursing graduation: impacts of the COVID-19 pandemic

Trastornos Mentales Comunes y rutina académica en el pregrado en Enfermería: impactos de la pandemia del COVID-19

Vivian Andrade Gundim¹, concetualizaçã; metodologia e redação do racunho original;
<https://orcid.org/0000-0003-3067-3516>

Jhonatta Pereira da Encarnação², investigação e redação do racunho original;
<https://orcid.org/0000-0002-5331-3866>

Shauan Kevem Rocha Fontes², investigação e redação do rascunho original;
<https://orcid.org/0000-0002-0755-321X>

Aline Araújo Freitas Silva³, redação; <https://orcid.org/0000-0002-1357-9192>

Vanessa Thamyris Carvalho dos Santos⁴, redação; <https://orcid.org/0000-0001-9707-891X>

Rozemere Cardoso de Souza⁴, concetualização; supervisão e redação;
<https://orcid.org/0000-0003-2705-1556>

¹Mestranda em Ciências da saúde, Universidade Estadual de Santa Cruz, Brasil.

²Graduando em Enfermagem, Universidade Estadual de Santa Cruz, Brasil.

³ Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Estadual de Santa Cruz, Brasil.

⁴ Docente do curso de Enfermagem da Universidade Estadual de Santa Cruz, Brasil.

Autor de Correspondência:

Vivian Andrade Gundim, vivianandradeg98@gmail.com

Resumo

Contexto: Transtornos Mentais Comuns (TMC) causam intenso sofrimento psíquico, perda da qualidade de vida e problemas sociais, sendo frequentes entre estudantes universitários.

Objetivo: Investigar a prevalência de TMC entre estudantes de Enfermagem em relação a aspectos sociodemográficos, acadêmicos e da pandemia da COVID-19, e descrever formas de alívio/ manejo em saúde mental na percepção desses estudantes.

Métodos: Estudo descritivo, quantitativo, realizado com estudantes da graduação em Enfermagem de uma universidade do sul da Bahia, Brasil. Os dados foram coletados a partir de questionário eletrônico, que incluía o *Self Reporting Questionnaire-20* (SRQ-20). Nas análises de associações, calculou-se a Razão de Prevalência (RP) com Intervalo de Confiança (IC) de 95%. O nível de significância utilizado foi $p < 0,05$.

Resultados: Participaram do estudo 146 estudantes, com média de idade de 23,6 anos. A prevalência de TMC foi de 68,5% e esteve associada a sexo feminino, raça autodeclarada indígena, histórico de trancamento, reprovação em disciplina e situação irregular no curso, e ao sentimento de incapacidade em relação ao futuro devido à pandemia da COVID-19. Observou-se que 67,1% dos estudantes utilizava alguma forma de manejo em saúde mental, e percebiam como terapêuticos, dentre outras estratégias, apoio psicológico, psicofármacos e musicoterapia.

Conclusões: O estudo evidenciou alta prevalência de TMC entre os estudantes, no contexto da pandemia, e descreve formas de manejo da saúde mental de (possíveis) uso dos mesmos, podendo servir como subsídio para a elaboração de estratégias de prevenção de sofrimento psíquico e promoção da saúde mental por parte das universidades.

Palavras-Chave: Transtorno mental; Estresse psicológico; Estudantes de Enfermagem; Coronavírus.

Abstract

Context: Common Mental Disorders (CMD) cause intense psychological distress, loss of quality of life and social problems, being frequent among university students.

Objective: To investigate the prevalence of CMD among nursing students in relation to sociodemographic, academic and COVID-19 pandemic aspects, and to describe forms of relief/management in mental health in these students' perception.

Methods: Descriptive, quantitative study carried out with undergraduate nursing students from a university in southern Bahia, Brazil. Data were collected from an electronic questionnaire, which included the Self Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20). In the association analyses, the Prevalence Ratio (PR) with a Confidence Interval (CI) of 95% was calculated. The level of significance used was $p < 0.05$.

Results: 146 students participated in the study, with a mean age of 23.6 years. The prevalence of CMD was 68.5% and was associated with female gender, self-declared indigenous race, history of confinement, failure in discipline and irregular status in the course, and a feeling of incapacity for the future due to the COVID-19 pandemic. It was observed that 67.1% of the students used some form of mental health management,

and they perceived psychological support, psychotropic drugs and music therapy as therapeutic, among other strategies.

Conclusions: The study evidenced a high prevalence of CMD among students, in the context of the pandemic, and describes forms of mental health management of (possible) use of them, which can serve as a subsidy for the elaboration of strategies for the prevention of psychological distress and promotion of mental health by universities.

Keywords: Mental disorder; Psychological stress; Nursing Students; Coronavirus.

Resumen

Contexto: Los Trastornos Mentales Comunes (TMC) provocan angustia psicológica intensa, pérdida de calidad de vida y problemas sociales, siendo frecuentes entre los estudiantes universitarios.

Objetivo: Investigar la prevalencia de TMC en estudiantes de enfermería en relación a aspectos sociodemográficos, académicos y pandémicos de COVID-19, y describir formas de alivio / manejo en salud mental en la percepción de estos estudiantes.

Métodos: Estudio descriptivo cuantitativo realizado con estudiantes de pregrado en enfermería de una universidad del sur de Bahía, Brasil. Los datos se obtuvieron de un cuestionario electrónico, que incluía el Self Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20). En los análisis de asociación se calculó la Razón de Prevalencia (PR) con un Intervalo de Confianza (IC) del 95%. El nivel de significancia utilizado fue $p < 0,05$.

Resultados: 146 estudiantes participaron en el estudio, con una edad media de 23,6 años. La prevalencia de CMD fue de 68,5% y se asoció con género femenino, raza autóctona autodeclarada, antecedente de encierro, falta de disciplina y situación irregular en el curso, y sentimiento de incapacidad para el futuro por la pandemia de COVID-19. Se observó que el 67,1% de los estudiantes utilizó alguna forma de manejo de la salud mental, y percibieron el apoyo psicológico, los psicofármacos y la musicoterapia como terapéuticas, entre otras estrategias.

Conclusiones: El estudio evidenció una alta prevalencia de TMC entre los estudiantes, en el contexto de la pandemia, y describe formas de manejo en salud mental del (posible) uso de los mismos, que pueden servir como subsidio para la elaboración de estrategias para la prevención de angustia psicológica y promoción de la salud mental por parte de las universidades.

Palabras Clave: Trastorno mental; Estrés psicológico; Estudiantes de enfermería; Coronavirus.

Recibido a 30/11/2021. Aceptado a 31/01/2022

Introdução

A expressão Transtornos Mentais Comuns (TMC) foi criada por Goldberg & Huxley, em 1992, e se refere a sintomas como insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas. Destaca-se que os transtornos podem causar enorme sofrimento e, posteriormente, estar associados à incapacidade e ao absenteísmo no trabalho (Lima & Dimenstein, 2019).

Dentre os diversos públicos que estão mais vulneráveis ao desenvolvimento de TMC, destacam-se os estudantes universitários, pois atravessam uma fase, relativamente longa, de vulnerabilidade psicológica (Graner e Cerqueira, 2019). Lopes, Freitas, Alves & Medeiros (2019) descrevem uma série de desafios que podem ser impostos ao estudante ao adentrar a universidade, como, por exemplo, o estabelecimento de novos vínculos afetivos, a mudança na metodologia de estudo, a autonomia no processo de construção de novos saberes e, para uma expressiva parcela desses jovens, o distanciamento da família e de amigos.

O estudante, comumente, se sente pressionado e confuso, adquirindo algumas vezes como resultado falta de motivação para estudar, dificuldade de concentração, baixo desempenho acadêmico, reprovação, trancamento de disciplinas e com isso, evasão. Ressaltando que as vivências acadêmicas estão diretamente relacionadas à qualidade de adaptação do estudante à universidade e à rotina acadêmica, fatores esses que influenciam em seu bem-estar biopsicossocial (Almeida, Soares & Ferreira, 2002).

Os estudantes da área da saúde experimentam altos níveis de estresse, alterações psicológicas e fisiológicas, manifestações essas que acometem em maior proporção os graduandos de enfermagem (Carleto, Moura, Santos e Pedrosa, 2018). Desde a formação acadêmica, o estudante de enfermagem se depara com situações que exigem tomar decisões importantes no cuidado ao paciente, a insegurança e a ansiedade, decorrentes desse processo, podem desencadear ou piorar sintomas de estresse.

Em estudos brasileiros, a prevalência de TMC em estudantes universitários varia entre 17% e 35% (Santos, Alves, Goldbaum, Cesar e Gianini, 2020). Em outro estudo realizado com estudantes de Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior de Minas Gerais obteve-se rastreamento positivo para TMC com um percentual de 43,5% (Carleto *et al.*, 2018).

Não obstante, em dezembro de 2019, começou em Wuhan, na China, a epidemia de COVID-19, sendo considerada pandemia pela Organização Mundial de Saúde em 11 de março de 2020, pois se tornava grave problema de saúde pública em países do mundo, inclusive o Brasil. (Phelan, Katz & Gostin, 2020; World Health Organization, 2020). Frente a isso, restrição e isolamento social foram recomendados como medidas de prevenção da infecção, com implicações na saúde mental da população, entre outros, medo e pânico diante da crise sanitária atual, distanciamento de amigos e família, e restrição do toque (Ferreira & Barbosa, 2020).

O isolamento também afetou a educação, pois muitos estudantes acabam por enfrentar, além do que já vivenciam com os aspectos da rotina acadêmica, ansiedade e

pânico devido às inúmeras implicações para os cursos, como tarefas e seminários adiados, atraso da possibilidade de colação de grau, além da adaptação às novas metodologias de ensino remoto (Araújo, Lima, Cidade, Nobre & Neto, 2020; Wang *et al.*, 2020).

No Brasil, ainda são poucas as produções científicas sobre TMC entre estudantes de Enfermagem, sendo o período pandêmico ainda mais um desafio ao estudo do tema. Desse modo, o presente artigo pretende contribuir com subsídios para a indicação de meios de apoio estudantil, promotores da formação em saúde sem interrupções, de autonomia e de estilo de vida saudável. Assim, objetivou-se, neste estudo, investigar a prevalência de TMC entre estudantes de Enfermagem em relação a aspectos sociodemográficos, acadêmicos e da pandemia da COVID-19, e descrever formas de alívio/ manejo em saúde mental na percepção desses estudantes.

Método

Estudo descritivo, de abordagem quantitativa, que constitui recorte de uma pesquisa sobre sofrimento psíquico e vivências acadêmicas na formação em saúde. Participou deste estudo uma amostra representativa de 146 estudantes do curso de enfermagem, superior ao tamanho de 143, calculado mediante amostragem estratificada simples por curso, para uma população de 493 estudantes, sendo 235 de Medicina e 258 de Enfermagem (SECREGE, 2020). Os cálculos foram realizados através da plataforma *SurveyMonkey*, disponibilizada gratuitamente online, com nível de significância correspondente a 95% e margem de erro de 5%.

Foram excluídos da amostra, estudantes com idade inferior a 18 anos ou que estivessem cursando o 1º período do curso, devido ao adiamento do ingresso dos estudantes na universidade de modo presencial, no período da pandemia, em que ocorreu a coleta de dados. Foram excluídos também aqueles em situação de licença, afastamento ou trancamento do curso no período da coleta de dados.

Os estudantes foram convidados a participar da pesquisa, por meio de seu endereço eletrônico disponibilizado pela universidade, e de redes sociais, como *Whatsapp*, *Instagram* e *Facebook*. Também foram informados quanto ao instrumento da pesquisa e dos aspectos éticos da sua participação livre e consentida. A coleta de dados foi realizada entre os meses de setembro a novembro de 2020, através de um questionário autoaplicável, respondido por meio da Plataforma *Google Forms*.

O questionário foi composto por 5 blocos de questões, relacionadas aos seguintes dados: características sociodemográficas (sexo, idade, filiação e situação conjugal, entre outros); dados de perfil e da rotina acadêmica (ano/ semestre cursados, idade de ingresso na universidade, regularidade no curso, carga horária, entre outros); dados da saúde mental, que incluía a identificação do desfecho deste estudo – TMC – através da escala “*Self Reporting Questionnaire 20*” (SRQ-20); e questões acerca da pandemia da COVID-19 (doença autorreferida, sentimento de ansiedade e estresse e de incapacidade, dentre outras); e questões sobre estratégias de alívio/ manejo do sofrimento psíquico.

O SRQ 20 tem sido instrumento bastante utilizado para avaliar TMC na população geral. Foi validado no Brasil por Mari e Williams em 1986. A escala é composta de 20 questões com respostas de sim/não. O escore de corte definido para classificação de suspeita de TMC foi considerado, neste estudo, maior ou igual a sete respostas positivas para ambos os sexos. Sendo este o ponto de corte com melhor desempenho quanto à especificidade e sensibilidade de acordo com o estudo realizado por Santos, Araújo, Sousa Pinho e Silva (2010).

Os dados foram analisados mediante estatística descritiva, com frequência relativa e absoluta para as variáveis categóricas e média e desvio padrão para as contínuas. A razão de prevalência (RP) e o intervalo de confiança 95% (IC95%) foram calculados para as variáveis independentes relacionadas. O nível de significância foi de $p < 0,05$. Toda a análise foi realizada por meio do *Software Stata* (Stat Corp, versão 12.0) e do *Microsoft Excel* para tabulação.

Este estudo cumpriu as diretrizes regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos, e teve o projeto mais amplo aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da instituição, conforme CAAE nº 03159318.4.0000.5526.

Resultados

Participaram do estudo 146 graduandos em Enfermagem, com média de idade de 23,7 anos ($DP \pm 6,25$). A prevalência de TMC foi de 68,5%. A maior proporção dos estudantes era do sexo feminino (78,8%), não possuía companheiro (91,3%), nem filhos (89,1%) e se autodeclararam de cor parda (41,3%) e negra (41,3%). Identificou-se associação de TMC com as variáveis sociodemográficas significativamente maior entre estudantes do sexo feminino ($RP = 1,75$ [$IC_{95\%} 1,01-3,12$]), e que se autodeclararam indígenas ($RP = 1,40$ [$IC_{95\%} 1,20 - 1,63$]) (**Tabela 1**).

Tabela 1- Razão de prevalência (RP) e intervalo de confiança 95% (IC95%) dos transtornos mentais comuns de acordo com as características sociodemográficas dos estudantes de Enfermagem de uma IES do Sul da Bahia, Brasil. 2020.

	TMC -		TMC +		RP (IC95%)	Valor de p
	N	%	N	%		
Sexo						
Feminino	36	78,3	93	93,0	1,75 (1,01-3,12)	0,04
Masculino	10	21,7	7	7,0	1	
Estado civil						
Com companheiro (a)	4	8,7	13	13,0	1,13 (0,84 – 1,52)	0,39

Sem companheiro (a)	42	91,3	87	87,0	1	
Filiação						
Não tem filhos	41	89,1	92	92,0	1	
Tem filhos	5	10,9	8	8,0	0,88 (0,57 – 1,38)	0,57
Etnia						
Pardo	19	41,3	47	47,0	1	
Negro	19	41,3	29	29,0	0,85 (0,64 – 1,12)	0,24
Branco	6	13,0	19	19,0	1,07 (0,81 – 1,39)	0,64
Indígena	1	2,2	3	3,0	1,40 (1,20 – 1,63)	<0,01
Amarela	1	2,2	0	0	1,05 (0,58 – 1,89)	0,86
Não sabe	0	0	1	1,0	-	-

TMC - = Ausência de TMC; TMC + = Presença de TMC

Quanto aos dados acadêmicos, destacam-se: média de idade de entrada dos participantes na universidade foi de 20,38 anos (DP±5,91); estudantes, em sua maioria, afirmaram permanecer por mais de 7 horas/dia (86,0%) na universidade, consideravam a carga horária do curso ruim (43,0%) e a rotina acadêmica como estressante (91,1%), e sentiam-se pressionados por si mesmos (78,0%).

Na **Tabela 2**, verificou-se associação de TMC estatisticamente significativa entre estudantes com histórico de: trancamento do curso (RP= 1,26 [IC95% 1,01 – 1,56]), por motivo de saúde (RP=1,37 IC95%1,10 – 1,72), reprovação em alguma disciplina (RP= 1,37 [IC95%1,03 – 1,80]) e situação irregular (RP=1,47 [IC95% 1,13 – 1,91]).

Tabela 2 – Razão de prevalência e intervalo de confiança 95% dos transtornos mentais comuns dos estudantes de Enfermagem de uma IES do Sul da Bahia, segundo dados de perfil e rotina acadêmica. 2020.

	TMC -		TMC +		RP (IC95%)	Valor de p
	N	%	N	%		
Trancamento de matrícula						
Não trancaram	41	89,1	77	77,0	1	
Trancaram	5	10,9	23	23,0	1,26 (1,01 – 1,56)	0,04
Motivo do trancamento						
Não se APLICA	40	87,0	79	79,0	1	
Impedimento de saúde	1	2,2	10	10,0	1,37 (1,10 – 1,72)	<0,01

financeiros/trabalho	2	4,3	6	6,0	1,13 (0,74 – 1,72)	0,57
OUTROS	3	6,5	5	5,0	0,94 (0,54 – 1,63)	0,83
Já foram reprovados						
Não	22	47,8	27	27,0	1	
Sim	24	52,2	73	73,0	1,37 (1,03 – 1,80)	0,03
Regularidade no curso						
Regular	27	58,7	31	31,0	1	
Não regular	19	41,3	69	69,0	1,47 (1,13 – 1,91)	<0,01
Tempo de permanência na universidade/dia						
3 a 6 horas	6	13,0	14	14,0	1	
7 ou mais horas	40	87,0	86	86,0	0,97 (0,71 – 1,33)	0,87
Opinião acerca da carga horária do curso						
Não tem	1	2,2	2	2,0	1	
Aceitável/boa	14	30,4	26	26,0	0,97 (0,42 – 2,24)	0,95
Péssima	11	23,9	29	29,0	1,09 (0,47 – 2,48)	0,84
Ruim	20	43,5	43	43,0	1,02 (0,45 – 2,32)	0,95
Sente-se pressionado						
Não	3	6,5	4	4,0	1	
Sim, por mim mesmo	37	80,5	78	78,0	1,19 (0,62 – 2,28)	0,61
Sim, por outras pessoas	2	4,3	9	9,0	1,43 (0,71 – 2,89)	0,32
Sim, por um ou ambos	4	8,7	9	9,0	1,21 (0,58 – 2,54)	0,61

No que diz respeito às questões referentes à pandemia da COVID-19 (**Tabela 3**), a ocorrência de TMC foi maior entre estudantes que referiram diagnóstico da doença entre seus familiares (37,0%), consideravam a pandemia e o isolamento social como tendo impactos negativos à saúde mental (69,0), percebiam aumento de ansiedade nesse período (89,0), e que afirmavam sentirem-se preocupados (85,0%) e incapazes com relação ao futuro (41,0%). Contudo, apenas o sentimento de incapacidade apresentou associação estaticamente significativa em relação ao TMC (RP= 2,04 [IC95%1,59 – 2,62]).

Tabela 3- Impactos decorrentes da pandemia de COVID-19 à saúde mental de estudantes de Enfermagem de uma IES no Sul da Bahia, Brasil. 2020.

	TMC -		TMC +		RP (IC95%)	Valor de p
	N	%	N	%		
Foi acometido pela doença?						
Não	13	28,3	33	33,0	1	

Familiar	20	43,4	37	37,0	0,90 (0,69 – 1,18)	0,46
Amigo(s) próximo(s)	9	19,6	19	19,0	0,94 (0,69 – 1,29)	0,73
Eu mesmo(a)	4	8,7	11	11,0	1,02 (0,71 – 1,45)	0,90
A pandemia e o isolamento social impactaram sua saúde mental?						
Não	9	19,6	8	8,0	1	
Sim	25	54,3	69	69,0	1,55 (0,93 – 2,62)	0,09
Talvez	12	26,1	23	23,0	1,39 (0,79 – 2,44)	0,24
Tem percebido aumento da ansiedade nesse período?						
Não	6	13,0	3	3,0	1	
Sim	32	69,6	86	86,0	2,18 (0,86 – 5,56)	0,10
Talvez	8	17,4	11	11,0	1,73 (0,63 – 4,74)	0,28
Sente-se preocupado com o futuro?						
Não	3	6,5	5	5,0	1	
Sim	37	80,5	85	85,0	1,11 (0,64 – 1,93)	0,69
Talvez	6	13,0	10	10,0	1,01 (0,52 – 1,93)	0,98
Sente-se incapaz?						
Não	36	78,3	33	33,0	1	
Sim	1	2,2	41	41,0	2,04 (1,59 – 2,62)	<0,01
Talvez	9	19,6	26	26,0	1,55 (1,13 – 2,12)	<0,01

No que concerne aos aspectos/sentimentos negativos advindos da pandemia, os estudantes apontaram sentimentos de: ansiedade, nervosismo e/ou desespero, desesperança, estresse, tristeza profunda, solidão, desânimo e/ou sentimento de fraqueza, dificuldades no convívio familiar e pensamentos recorrentes de morte. Eles também foram questionados acerca da existência de aspectos positivos decorrentes da pandemia de COVID-19 e do isolamento social, 63,7% dos estudantes afirmaram reconhecer benefícios como: autoconhecimento, valorização da vida, proximidade das relações com familiares, terem recebido algum tipo de benefício financeiro, a realização de atividades voltadas para a espiritualidade, as atividades remotas, a oportunidade de conhecer pessoas de lugares distantes e terem recebido apoio psicológico.

A Tabela 4 apresenta as frequências de respostas aos domínios do SRQ 20. A frequência mais alta foi para o grupo do “humor depressivo/ansioso”, com 78,77% com sentimentos de nervosismo, tensão ou preocupação. Esse grupo e o de “decréscimo de energia vital” tiveram a maioria dos itens com frequências de respostas igual ou acima de 50,00%. Quando comparados, sintomas de ansiedade foram mais frequentes em relação aos sintomas depressivos. No grupo de “sintomas somáticos”, o principal sintoma foi “dorme mal” (58,9%), e no grupo de “Pensamentos depressivos”, ressaltase total de 16 estudantes (11,0%) com ideação suicida.

Tabela 4- Distribuição dos grupos de sintomas de TMC referidos pelos estudantes de Enfermagem, de acordo com o SRQ-20.

Grupos de sintomas psiquiátricos menores	TMC +		TMC -	
	N	%	N	%
Decréscimo de energia vital				
Tem dificuldade de pensar com clareza	67	45,9%	79	54,1%
Tem/encontra dificuldades para realizar com satisfação suas atividades	75	51,4%	71	48,6%
Tem dificuldade para tomar decisões	89	61,0%	57	39,0%
Tem dificuldade no serviço (seu trabalho é penoso/causa sofrimento)	22	15,1%	124	84,9%
Sente-se cansado (a) o tempo todo	73	50,0%	73	50,0%
Cansa-se com facilidade	81	55,5%	65	44,5%

Pensamentos depressivos				
É incapaz de desempenhar um papel útil em sua vida	20	13,7%	126	86,3%
Tem perdido o interesse pelas coisas	57	39,0%	89	61,0%
Sente-se uma pessoa inútil, sem préstimo	33	22,6%	113	77,4%
Tem tido ideias de acabar com a vida	16	11,0%	130	89,0%
Humor depressivo/ansioso				
Sente-se nervoso(a), tenso(a) ou preocupado(a)	115	78,8%	31	21,2%
Assusta-se com facilidade	83	56,9%	63	43,1%
Tem se sentido triste ultimamente	73	50,0%	73	50,0%
Tem chorado mais do que de costume	51	34,9%	95	65,1%
Sintomas somáticos				
Tem dores de cabeça frequentes	69	47,3%	77	52,7%
Tem falta de apetite	47	32,2%	99	67,8%
Dorme mal	86	58,9%	60	41,1%
Tem má digestão	46	31,5%	100	68,5%
Tem sensações desagradáveis no estômago	61	41,8%	85	58,2%

O uso de estratégias para redução/manejo do sofrimento psíquico foi utilizado por 67,1% dos estudantes. Contudo, apenas 4,1% afirmaram fazer terapia ou buscarem apoio psicológico especializado. Ao serem questionados acerca do interesse em receber apoio psicossocial de maneira remota, 28,1% deles manifestaram esse interesse. Na percepção dos estudantes, são estratégias de promoção da saúde mental: musicoterapia, medicamentos e/ou drogas psicoativas, espiritualidade, festas, encontrar amigos, fazer meditação, buscar dormir mais, assistir séries e realizar atividades físicas.

Discussão

Os resultados deste estudo mostram alta prevalência de TMC, especialmente de sintomas de ansiedade, entre os estudantes de Enfermagem, no contexto da pandemia e de adaptação dos alunos a uma nova rotina acadêmica, na qual as aulas passaram a ser ministradas de maneira remota, através das plataformas digitais. Tratando-se da IES em questão, foi oferecido um trimestre excepcional, as disciplinas foram ofertadas de maneira opcional, mantendo a carga horária condensada em 55 dias letivos.

Neste estudo, os aspectos sociodemográficos associados ao TMC refletem condições de vulnerabilidade do sexo feminino ao sofrimento psíquico que se acentuaram na pandemia característica da predominância do sexo feminino na enfermagem devido ao trabalho dedicado aos cuidados (Oliveira, Zeitoune, e Gallasch, 2020). A dominação do sexo feminino na enfermagem pode ter relação com questões históricas e culturais, pois no passado existia a noção popularmente difundida de que a profissão não era masculina (Dal’Bosco, Floriano, Skupien, Arcaro, Martins e Anselmo, 2020).

Os estudantes indígenas também apresentarem maior prevalência para o desenvolvimento de TMC, pois sofrem com estereótipos, sentimentos de culpa e incapacidade no ambiente acadêmico. Especialmente no Brasil, a população indígena apresenta maior risco para suicídio, devido aos baixos indicadores de bem estar, desintegração das famílias, vulnerabilidade social e falta de sentido de vida e futuro, o que demanda parcerias entre comunidades indígenas, serviços de saúde e universidades para construção de políticas e estratégias de cuidado em saúde mental direcionadas a esse público (Souza, Oiveira, Alvares-Teodoro & Teodoro, 2020).

Houve associação entre TMC e a reprovação em alguma disciplina e situação irregular no curso. Os estudantes que não têm reprovação em disciplina possuem melhor percepção de bem-estar psicológico e físico, além de um melhor relacionamento com os colegas de turma (Oliveira- Silva, Aredes, & Galdino-Júnior, 2021). Dificuldades na adaptação acadêmica estão relacionadas à ocorrência de transtornos psicológicos, como ansiedade e depressão em estudantes de enfermagem (Carleto, Moura, Santos & Pedrosa, 2018) e as questões psicológicas também aumentam o risco de reprovação dos estudantes (Tung, Lo, Ho, Tam, 2018).

O trancamento de disciplinas é uma realidade que se acentuou ainda mais na pandemia entre os estudantes. Estudo realizado em uma instituição de ensino superior demonstrou que os motivos para o trancamento dos estudantes são: dificuldades financeiras e de conciliar estudos e trabalho; e, ainda, problemas com perseguição, assédio, bullying, ou preconceito (Andifes, 2019). Com a pandemia, os estudantes tiveram que lidar com a falta de recursos e equipamentos apropriados para o estudo, além da crise econômica instalada no país que comprometeu as condições de moradia, saúde e emprego das famílias (Rosa, Santos & Gonçalves, 2021).

Com a pandemia da COVID 19, as preocupações com os atrasos acadêmicos e as mudanças nas atividades diárias de estudo devido ao ensino remoto, somadas aos aspectos econômicos e às notícias vinculadas ao contexto de pandemia podem ter

contribuído para o aumento do sofrimento psíquico em estudantes (Gundim *et al.*, 2020).

O sentimento de incapacidade com relação ao futuro dos estudantes está relacionado ao fato de verem adiada a conclusão da sua formação, principalmente devido à suspensão das atividades práticas do curso de enfermagem por tempo indeterminado, além disso a angústia por não saber se estão preparados para o mercado de trabalho (Araújo, Novais, Martins, e Braga) e a apreensão quanto a rotina desestabilizada com o acontecimento da pandemia pela COVID-19. (Visentini, Barbosa, Silva, Pinho, e Oliveira, 2021)

Interessante destacar que a pandemia pode também ter exacerbado entre os estudantes de Enfermagem, além da ansiedade inerente ao processo de adaptação à universidade, os sentimentos de angústia decorrentes da ocorrência de uma nova doença de proporções mundiais. Fatores como a interrupção de aulas práticas e estágios curriculares, bem como a realização de atividades de maneira remota, resultam em preocupações para os estudantes, a exemplo de: acesso à internet, dificuldades na adaptação ao novo método de aprendizagem, quebra da rotina acadêmica pregressa, afastamento de amigos e colegas e preocupação com o atraso de atividades (Gundim *et al.*, 2020).

Estudos anteriores à pandemia registravam alta prevalência de TMC entre os estudantes de graduação em saúde, com percentuais de 43,5% em estudantes de Enfermagem e 58,8% em estudantes de Medicina (Carleto *et al.*, 2018; Aragão *et al.*, 2017). No Brasil, rastreamento realizado entre os estudantes de Enfermagem obteve percentuais aproximados de TMC entre 35,0% e 55,0% (Oliveira *et al.*, 2020). Comparados esses valores ao encontrado neste estudo, evidencia-se prevalência superior ao dos outros estudos nacionais, podendo-se atribuir uma exacerbação do sofrimento psíquico desses estudantes, relacionada aos impactos à saúde mental causados pela pandemia de COVID-19 e o isolamento social.

No que diz respeito aos domínios do SRQ-20, identificou-se nas frequências elevadas para o humor depressivo e ansioso que os sintomas de ansiedade eram maiores, comparados aos sintomas depressivos

No que diz respeito aos mecanismos de alívio do estresse, os estudantes apontaram diversos mecanismos que utilizam como manejo do sofrimento psíquico. Não obstante, evidenciou-se que os estudantes apesar de compreenderem o estresse a que são expostos, procuram meios de alívio alternativos em detrimento de um apoio psicológico especializado, inclusive quando apoio foi oferecido durante a pesquisa.

Estudo tem apontado algumas estratégias de promoção da saúde mental que podem ser utilizadas nessa pandemia como: acolhimento grupal, o que inclui as práticas complementares e integrativas, suporte emocional aos estudantes que se encontram em sofrimento ou apresentem sintomas de ansiedade, estresse, medo e angústia (Teixeira & Dahl, 2020). Práticas como atividade física, medicação e relaxamento, bem como utilizar algumas estratégias como evitar ler ou assistir notícias que causem angústia podem contribuir para promoção de saúde mental.

Conclusão

Por fim, ressalta-se que foi identificada alta prevalência de TMC entre os estudantes de Enfermagem, maiores que os encontrados em outros estudos nacionais realizados antes do período pandêmico, o que faz refletir acerca dos impactos que a pandemia e o isolamento social podem ter implicado à saúde mental desses estudantes.

A prevalência de TMC foi maior em estudantes do sexo feminino e de raça autodeclarada indígena, o que nos chama a atenção para o desenvolvimento de estratégias de promoção de saúde mental mais direcionadas a esses grupos.

Foram apontados pelos estudantes fatores relacionados à rotina acadêmica como possíveis causadores de sofrimento psíquico, como histórico de trancamento, reprovação em disciplina e situação irregular no curso. A rotina do estudante de enfermagem desvela aspectos ainda mais impactantes no que diz respeito às atividades que serão exercidas no futuro, sendo relevante ressaltar que há grande preocupação com relação à conclusão do curso e o peso da profissão, e a pandemia aumentou ainda mais o sentimento de incapacidade em relação ao futuro acadêmico.

Ressalta-se aqui, a relevância de que estudos como este continuem sendo realizados, visto que o novo coronavírus, a pandemia e o isolamento social são temáticas recentes e emergentes, fazendo-se necessária a identificação dos impactos à saúde mental de estudantes de enfermagem em âmbito nacional. Propõe-se também, a realização de estudos de correlação, para que se identifique a associação estatística entre os fatores estressores aqui citados e os sintomas depressivos e ansiosos existentes, bem como estudos qualitativos, a fim de valorizar o estudo de aspectos subjetivos relacionados aos impactos causados e às formas de apresentação do sofrimento psíquico e do cuidado da vida saudável entre esses. A limitação do estudo foi a não realização de pré-teste para questões referentes à rotina acadêmica e da pandemia.

Implicações para a Prática Clínica

Frente ao que foi aqui discutido, torna-se cada vez maior a necessidade de implementar estratégias de promoção da saúde mental com os estudantes de enfermagem no contexto das universidades, pois, compreende-se que a formação profissional deva ser produtora de humanização, ou seja, produtora de vida, possibilidades e esperança, e não de adoecimento e de impactos negativos à saúde mental de seus estudantes.

Este estudo pode servir como subsídios para a elaboração de estratégias de manejo e prevenção do sofrimento psíquico entre os estudantes de enfermagem, pois revela estratégias utilizadas pelos estudantes para lidar com o sofrimento mental. Propõe-se que a análise desses resultados permita identificar o que os estudantes relataram como fatores estressores, refletindo assim em mecanismos preventivos e tentativas de redução desses fatores.

Referências Bibliográficas

Almeida, L. S., Soares, A. P., Ferreira, J. A. (2002). *Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r): Avaliação do ajustamento dos estudantes universitários [Academic Experiences Questionnaire (AEQ-r): Assessment of college students adjustment]*. Avaliação Psicológica, 1(2), 81-93. Recuperado de <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/12074>.

Andifes (2019). Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Estudantis. V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos(as) graduandos(as) das IFES – 2018. Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior. Recuperado de <https://bit.ly/3x5uXGK>

Aragão, J., Casiraghi, B., Mota, E., Abrahão, M., Almeida, T., Baylão, A., Araújo, P. (2017). *Saúde mental em estudantes de medicina*. Revista de estudos e investigación em psicologia y educación, extra(14), A14-039. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.14.2267>

Araújo, F. J. O., Lima, L. S. A., Cidade, P. I. M., Nobre, C. B., Neto, M. L. R. (2020). *Impact of sars-Cov-2 and its reverberation in global higher education and mental health*. Psychiatry Research, 288(112977). <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112977>

Araújo, O., Novais, R., Martins, F., & Braga F. Saúde mental dos estudantes de enfermagem durante a pandemia COVID-19. São Paulo: Rev Recien. 2021; 11(36):3-11

Carleto, C. T., Moura, R. C. D., Santos, V. S., Pedrosa, L. A. K. (2018). *Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem*. Revista Eletrônica de Enfermagem, 20(1). <https://doi.org/10.5216/ree.v20.43888>

Dal’Bosco, E.B., Floriano, L.S.M., Skupien, S.V., Arcaro, G., Martins, A.R., Anselmo, A.C.C. (2020). *A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional*. Revista Brasileira de Enfermagem, 73(2). <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0434>

Ferreira, M.G., Barbosa, E.I. (2020). *Antagonismo do isolamento: o distanciamento que protege e vulnerabiliza frente ao contexto de pandemia*. Health Residencies Journal- HRJ, 1(3), 1-5. <https://doi.org/10.51723/hrj.v1i3.36>

Goldberg, D., Huxley, P. *Common mental disorders: a bio-social model*. 1st ed. London: Tavistock/Routledge; 1992. 194p

Graner, K.M., Cerqueira, A.T.A.R. *Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados* Ciênc. saúde colet. 24 (4) • Abr 2019 • <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>

Gundim, V. A., Encarnação, J. P., Santos, F. C., Santos, J. E., Vasconcellos, E. A., Souza, R. C. (2020). *Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de covid-19*. Revista baiana de enfermagem, 35, 1-14. <http://dx.doi.org/10.18471/rbe.v35.37293>

- Lima, A. I. O., Dimenstein, M. (2019). *Transtornos Mentais Comuns entre Trabalhadores do Sistema Prisional*. *Psicologia em Pesquisa*, 13(1), 53-63. <https://dx.doi.org/10.24879/2018001200300478>
- Lopes, L. S., Freitas, L. M. S. M., Alves, S. M., Medeiros, M. O. (2019). *Estudo sobre a qualidade de vida dos estudantes da universidade federal de Rondonópolis, MT utilizando dados comportamentais*. *Revista Biodiversidade*, 18(2), 28-47. Recuperado em <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/biodiversidade/article/view/8694>
- Oliveira, E. B., Zeitoune, R. C. G., Gallasch, C. H., Júnior, E. F. P., Silva, A. V., Souza, T. C. (2020). *Common mental disorders in nursing students of the professionalizing cycle*. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(1), 1-6. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0154>
- Oliveira, G., Aredes, N.D.A. e Galdino, H.J. *Analysis of the factors related to academic disapproval in the education of nurses: A mixed-method study*. *Revista Latino-Americana de Enfermagem* [online]. 2021, v. 29 [Acessado 7 Janeiro 2022] , e3411. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1518-8345.4458.3411>>. Epub 12 Abr 2021. ISSN 1518-8345. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.4458.3411>.
- Phelan, A. L., Katz, R., Gostin, L. O. (2020). *The Novel Coronavirus Originating in Wuhan, China: Challenges for global health governance*. *Jama*, 323(8), 709-710. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.1097>
- Rosa, C.M., Santos, F.F.T., Gonçalves, A.M. (2021). Los efectos de la pandemia de la COVID-19 en la permanencia en la educación superior. El escenario de una universidad federal brasileña. *Revista Iberoamericana De Educación*, 86(2), 61-76. <https://doi.org/10.35362/rie8624409>
- Santos, G. B. V., Alves, M. C. G. P., Goldbaum, M., Cesar, C. L. G., Gianini, R. J. (2020). *Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em moradores da área urbana de São Paulo, Brasil*. *Caderno de Saúde Pública*, 35(11), 1-10. <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00236318>
- Santos, K. O. B., de Araújo, T. M., de Sousa Pinho, P., & Silva, A. C. C. (2010). *Avaliação de um instrumento de mensuração de morbidade psíquica: estudo de validação do Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20)*. *Revista Baiana de Saúde Pública*, 34(3), 544-544.
- Souza R.S.B., Oliveira, J.C., Alvares-Teodoro, J., Teodoro, M.L.M. (2020). *Suicídio e povos indígenas brasileiros: revisão sistemática*. *Revista Panamericana de Saúde Pública*, 44:e58. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2020.58>
- Teixeira, M.R., Dahl, C.M (2020). *Recriando cotidianos possíveis: construção de estratégias de apoio entre docentes e estudantes de graduação em terapia ocupacional em tempos de pandemia*. *Interinstitucional Brazilian Journal of Occupational Therapy*, 4(3), 509-518. <https://doi.org/10.47222/2526-3544.rbto34425>
- Tung, Y.J., Lo, K.K.H., Ho, R.C.M., Tam, W.S.W. (2018). *Prevalence of depression among nursing students: A systematic review and meta-analysis*. *Nurse Education Today*, 63:119-29. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.01.009>

Visentini, B.P., Barbosa, G.C., Silva, J.C.M.C., Pinho, P.H., Oliveira, M.A.F. A experiência do distanciamento social dos estudantes de enfermagem durante a pandemia da COVID-19. *Rev. Eletr. Enferm.*;23. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fen/article/view/68264>

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., Ho, R. C. (2020). *Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China*. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1729-2020. <http://doi.org/10.3390/ijerph17051729>

World Health Organization. *Q & A on coronaviruses*. Recuperado de: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses> (acessado em 10/Fev/2020). <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>