

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA JÚLIO DE MESQUITA FILHO - UNESP
Faculdade de Ciências
Programa de Pós-graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem

LUCIANA ZANELATO DA SILVA

**PANDEMIA, SAÚDE E RESILIÊNCIA: PERCEPÇÕES DO IMPACTO
DA COVID-19 EM INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR**

BAURU

2024

LUCIANA ZANELATO DA SILVA

**PANDEMIA, SAÚDE E RESILIÊNCIA: PERCEPÇÕES DO IMPACTO
DA COVID-19 EM INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR**

Tese apresentada como requisito à obtenção do título de Doutora à Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho - Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem da Faculdade de Ciências, linha de pesquisa Desenvolvimento: Comportamento e Saúde, sob a orientação da Prof.^a Dr.^a Sandra Leal Calais.

BAURU

2024

S586p

Silva, Luciana Zanelato da

Pandemia, saúde e resiliência : percepções do impacto da covid-19 em instituição de ensino superior / Luciana Zanelato da Silva. -- Bauru, 2024

148 p.

Tese (doutorado) - Universidade Estadual Paulista (UNESP), Faculdade de Ciências, Bauru

Orientadora: Sandra Leal Calais

1. Covid-19. 2. Ensino superior. 3. Saúde mental. 4. Resiliência psicológica. 5. Ensino online. I. Título.

ATA DA DEFESA PÚBLICA DA TESE DE DOUTORADO DE LUCIANA ZANELATO DA SILVA, DISCENTE DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA DO DESENVOLVIMENTO E APRENDIZAGEM, DA FACULDADE DE CIÊNCIAS - CÂMPUS DE BAURU.

Aos 18 dias do mês de janeiro do ano de 2024, às 14:00 horas, no(a) Anfiteatro da Seção Técnica de Pós-graduação da Faculdade de Ciências (Unesp/Campus de Bauru), realizou-se a defesa de TESE DE DOUTORADO de LUCIANA ZANELATO DA SILVA, intitulada **Pandemia, saúde e resiliência: percepções do impacto da Covid-19 em instituição de ensino superior**. A Comissão Examinadora foi constituída pelos seguintes membros: Profa. Dra SANDRA LEAL CALAIS (Participação Presencial) do(a) Departamento de Psicologia / Universidade Estadual Paulista, Profa. Dra. TATIANA DE CÁSSIA RAMOS NETTO (Participação Presencial) do(a) Departamento de Psicologia / Unisagrado, Profa. Dra. SANDRA REGINA GIMENIZ PASCHOAL (Participação Virtual) do(a) Departamento de Fonoaudiologia / Universidade Estadual Paulista, Profa. Dra. KETILIN MAYRA PEDRO (Participação Presencial) do(a) Departamento de Psicologia / Universidade Federal de São Carlos. Após a exposição pela doutoranda e arguição pelos membros da Comissão Examinadora que participaram do ato, de forma presencial e/ou virtual, a discente recebeu o conceito final: Aprovada . Nada mais havendo, foi lavrada a presente ata, que após lida e aprovada, foi assinada pelo(a) Presidente(a) da Comissão Examinadora.

Profa. Dra SANDRA LEAL CALAIS

Dedico este trabalho à comunidade acadêmica que além da formação educacional de profissionais e de cidadãos, cuidam e lutam incessantemente pela pesquisa, ensino e extensão universitária.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, pelas bênçãos que Ele me concede diariamente, pela força que me sustenta em seguir em frente com os meus sonhos e nunca desistir apesar das dificuldades ou obstáculos que encontramos pelo caminho.

Ao Flávio (meu marido e companheiro de vida), pelo carinho e compreensão durante essa etapa acadêmica tão importante, assim como pelo apoio e parceria no cotidiano e nos cuidados com nossas filhas Letícia e Laura, nossa caçula que veio em tempos de pandemia e de doutorado, quantos desafios em dar conta de tudo e de todos, na missão de equilibrar todos os “pratos”, e cuidando para que nenhum desses caíssem, compreendidos aqui como os papéis assumidos de esposa, mãe, filha, tia, amiga, docente, coordenadora de curso e consultora em gestão de pessoas, pois apesar de muitas renúncias nesse período, o afeto de vocês foi meu combustível para continuar rumo a concretização do meu sonho em ser doutora em Psicologia.

Às minhas filhas tão queridas, que me proporcionam diariamente estar em contato com tanto amor incondicional, me permitindo olhar para o mundo a partir de suas percepções e experiências tão alegres, espontâneas, criativas e leves. Além disso, me ensinam que as coisas mais valiosas estão nos pequenos detalhes e nos gestos de amor. E, que apesar de dias difíceis, a vida nos mostra o caminho para a resiliência, apontando que o amanhã pode ser melhor ... e que no final dá tudo certo, pois sempre aprendemos algo.

À minha mãe Maria das Graças e à minha sogra Cidinha por tanto afeto, cuidado e terem por algum período abdicado de suas rotinas para se juntar a nossa rotina tão complexa, sendo nosso “porto seguro” e rede de apoio tão importante. Meu eterno agradecimento e reconhecimento.

A todos os demais familiares, pelo incentivo, apoio e compreensão nos momentos de ausências e de muita correria.

À Profa. Dra. Sandra Leal Calais, por me acompanhar em minha trajetória acadêmica e científica desde o Mestrado e por construirmos os caminhos dessa tese, oportunizando essa conquista. Meus sinceros agradecimentos, acompanhados por muito afeto, admiração e amizade.

À Profa. Dra. Ketilin Mayra Pedro, à Profa. Dra. Tatiana de Cássia Ramos Netto e à Profa. Dra. Sandra Regina Gimenez-Paschoal por aceitarem tão prontamente o convite em participar da banca examinadora, trazendo contribuições importantes sobre a temática estudada.

Aos queridos professores de Psicologia e às alunas Alexia Rino e Luana Vieira, por todo auxílio na elaboração e validação dos instrumentos, bem como na coleta de dados. Como foi prazeroso compartilhar esse momento com vocês, tornando os desafios mais leves.

Ao Prof. Dr. Hugo Cardoso, à Profa. Dra. Mayra Moraes Grava e ao Bruno Lima que auxiliaram com os testes estatísticos, muito obrigada pela parceria.

À Profa. Dra. Valéria Biondo e Profa. Dra. Leila Felipini, pelo auxílio na revisão ortográfica, gramatical e traduções, assim como a bibliotecária, Ana Paula Lopes, pelas orientações, esclarecimentos e ajustes quanto às normas da ABNT.

À UNESP e ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem, incluindo o corpo técnico de docentes por compartilhar tantos conhecimentos e mediar a construção do saber científico, aos servidores por serem tão prestativos quando necessitamos, em especial a secretária Thamires.

À Instituição de Ensino Superior de Ensino participante do estudo, bem como os docentes, alunos e colaboradores que contribuíram com seus relatos para a construção dessa tese e compreensão de um momento tão desafiador marcado pelo contexto da pandemia da Covid-19. Minha eterna gratidão!

A todos os meus amigos e amigas do trabalho e da vida (que não daria para especificar todos os nomes aqui, pela lista imensa) por sempre me incentivarem nesse sonho, por tantas vezes serem refúgio e alívio em meio às dificuldades, se fazendo presentes mesmo nessa correria infinita.

Aos meus queridos alunos(as) e estagiários(as) por tanta troca de experiência, pela convivência que concretiza e que me dá evidências diárias da realização de um grande sonho profissional em ser professora universitária. Amo muito a minha carreira acadêmica, e ela só faz sentido com vocês.

O presente trabalho foi realizado com o apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de financiamento 001.

ZANELATO-SILVA, L. **Pandemia, saúde e resiliência:** percepções do impacto da Covid-19 em Instituição de Ensino Superior. 2024, 148f. Tese (Doutorado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – UNESP, Faculdade de Ciências, Bauru, 2024.

RESUMO GERAL

A pandemia ocasionada pela Covid-19 provocou profundas alterações na rotina laboral e educacional das Instituições de Ensino Superior - IES, devido ao distanciamento social imposto e a migração do ensino presencial para o remoto. Considera-se que em momentos de adversidades como os vivenciados no período da pandemia e pós-pandemia podem ser ativados processos adaptativos, denominados *coping* e resiliência, os quais auxiliam no enfrentamento e na superação do sofrimento emocional. Tendo em vista tal cenário, foi desenvolvida uma pesquisa cujo objetivo principal foi analisar os impactos da Covid-19 em uma IES paulista e privada. Consiste em um estudo com delineamento misto, de caráter documental, exploratório-descritivo, correlacional, de abordagem quantitativa e qualitativa, transversal e amostra por conveniência, o qual resultou em quatro estudos. Os dados obtidos foram analisados por meio de testes estatísticos, utilizando o *software* SPSS versão 25 e o *Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires* (IRaMuTeQ). Para tanto, buscou-se, por meio do Estudo 1, analisar e comparar os impactos da Covid-19 a partir das percepções dos membros da comunidade acadêmica, no que se refere à saúde física e emocional, estratégias e suportes. Os resultados alcançados por meio da amostra por conveniência composta por 206 discentes, 115 docentes e 82 técnicos indicaram que os universitários mostraram maior vulnerabilidade frente aos efeitos pandêmicos. No Estudo 2, teve-se como proposta identificar os impactos da educação remota, no processo de ensino-aprendizagem, considerando os recursos tecnológicos, a interação professor-aluno, a adaptação e o engajamento acadêmico. A partir da percepção dos mesmos participantes discentes e docentes do Estudo 1, ficou evidente que todas as variáveis em questão tiveram impactos advindos do ensino remoto, com maior destaque para a interação professor-aluno e as dificuldades encontradas no processo de avaliação de conteúdos e mensuração do aprendizado do aluno. Quanto ao Estudo 3, objetivou-se avaliar e correlacionar os indicadores de depressão, ansiedade e estresse com o fator resiliência, por meio de duas escalas validadas, DASS-21 e Resiliência CD-RISC-25, aplicadas em 55 docentes e 57 técnicos-administrativos durante a pandemia. O Estudo 4 foi semelhante ao 3, porém as escalas foram aplicadas em 418 universitários, no regresso às aulas presenciais. Em ambos os estudos houve alterações nos níveis de estresse, ansiedade e depressão, assim como correlação positiva entre eles. Também se constatou que quanto maiores os prejuízos para a saúde emocional, menores os percentuais de resiliência. Complementarmente ao Estudo 4, os estudantes responderam um questionário sobre os desafios do retorno presencial, sinalizando um misto de sentimentos tanto positivos como negativos, relacionados à dificuldade em manter a atenção nas aulas, ansiedade e medo do contágio da Covid-19, preocupação com as atividades avaliativas, dificuldade em conciliar demandas, assim como alívio e entusiasmo com a nova rotina. Dessa forma, os estudos pretenderam contribuir para melhor compreensão da temática e dos impactos da Covid-19 no Ensino Superior durante e após a pandemia, além de oferecer maior respaldo quanto ao planejamento de ações de cuidados relacionados à saúde física e emocional, possibilitando o desenvolvimento de repertórios comportamentais resilientes. Em adição, propiciar reflexões sobre as novas possibilidades pedagógicas e metodológicas com a imersão das tecnologias digitais de informação e comunicação no âmbito educacional.

Palavras-chave: Covid-19. Ensino Superior. Saúde Mental. Resiliência Psicológica. Ensino *online*.

ZANELATO-SILVA, L **Pandemic, health and resilience: perceptions of the impact of Covid-19 on a Higher Education Institution.** 2024, 148f. Thesis (Doctorate in Development and Learning Psychology) – UNESP, Faculty of Science, Bauru, 2024.

GENERAL ABSTRACT

The pandemic caused by COVID-19 has led to profound changes in the work and educational routine of higher education institutions (HEIs) due to the social distancing imposed and the migration from face-to-face to remote teaching. In times of adversity, such as those experienced during the pandemic and post-pandemic periods, adaptive processes called coping and resilience can be activated, helping people to deal with and overcome emotional suffering. In this scenario, we conducted a study whose main objective was to analyze the impact of COVID-19 on a private HEI in São Paulo. This was a mixed-design study of documentary, exploratory, and correlational nature, with a quantitative and qualitative, cross-sectional approach and a convenience sample, which resulted in four studies. The data obtained were analyzed using statistical tests with SPSS software version 25 and the R Interface for the Multidimensional Analysis of Texts and Questionnaires (IRaMuTeQ). Thus, study 1 aimed to analyze and compare the impacts of COVID-19 on the perceptions of the members of the educational institution, especially regarding physical and emotional health, support, and habits adopted. The results obtained from a convenience sample of 206 students, 115 teachers, and 82 technical staff indicated that university students were more vulnerable to the effects of the pandemic. Study 2 identified the impact of the remote modality on the teaching-learning process, considering technological resources, professor-student interaction, adaptation, and academic engagement. From the perceptions of the same student and professor participants as in Study 1, it was clear that the variables in question were impacted by remote teaching. The greatest emphasis was on professor-student interaction and the difficulties encountered in assessing content and measuring student learning. Study 3 aimed to evaluate and correlate indicators of depression, anxiety, and stress with the resilience factor using two validated scales: the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21) and the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) (25 items), which were applied to 55 professors and 57 administrative technicians during the pandemic. Study 4 was similar to Study 3, but the scales were applied to 418 undergraduate students who had just returned to face-to-face classes. Both studies showed alterations in the levels of stress, anxiety, and depression. In addition, there was a positive correlation among them. It was also found that the greater the harm to emotional health, the lower the percentage of resilience. In addition to Study 4, the students answered a questionnaire about the challenges of returning in person, indicating a mixture of positive and negative feelings related to the difficulty in maintaining attention in classes, anxiety and fear of COVID-19 contagion, concern about assessment activities, difficulty in reconciling demands, and relief and enthusiasm with the new routine. In this context, the studies aimed to contribute to a better understanding of the issue and the impacts of COVID-19 in higher education during and after the pandemic, as well as offer greater support for planning care actions related to physical and emotional health, enabling the development of resilient behavioral repertoires. In addition, it will provide reflections on new pedagogical and methodological possibilities with the immersion of digital information and communication technologies in the educational sphere.

Keywords: COVID-19. Higher Education. Mental Health. Psychological Resilience. Remote teaching.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ANVISA - Agência Nacional de Vigilância Sanitária

CHD - Classificação Hierarquia Descendente

CONASS - Conselho Nacional de Secretários de Saúde

EaD - Ensino a distância

ERE - Ensino remoto emergencial

FIOCRUZ - Fundação Osvaldo Cruz

IC – Iniciação Científica

IES - Instituição de Ensino Superior

OIT - Organização Internacional do Trabalho

OMS - Organização Mundial da Saúde

OPAS - Organização Pan-Americana de Saúde

TDIC - Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

INTRODUÇÃO GERAL.....	19
Figura 1 - Percentuais de casos de óbitos e pessoas infectadas pela Covid-19 entre 2020 e 2023.....	20
Figura 2 – Etapas da construção dos estudos.....	26
ESTUDO 1.....	30
Tabela 1 – Dados percentuais sobre os impactos da Covid-19, perdas e busca por ajuda profissional em colaboradores, docentes e discentes.....	37
Tabela 2 – Análise estatística dos percentuais de variâncias das médias (ANOVA) relacionadas à saúde física e emocional / hábitos adotados durante a pandemia em técnicos-administrativos, docentes e discentes.....	38
Tabela 3 – Percentuais do rastreamento de sintomas físicos em técnicos-administrativos, docentes e discentes.....	39
Tabela 4 – Percentuais do rastreamento de sintomas emocionais em técnicos-administrativos, docentes e discentes.....	40
Tabela 5 – Percentuais do rastreamento das estratégias / hábitos adotados na pandemia em técnicos-administrativos, docentes e discentes.....	41
Tabela 6 – Percentuais da análise estatística ANOVA quanto à percepção das demandas e apoio familiar em técnicos-administrativos, docentes e discentes.....	42
Tabela 7 – Percentuais da análise estatística ANOVA quanto à percepção dos aspectos institucionais em técnicos-administrativos, docentes e discentes.....	43
ESTUDO 2.....	59
Tabela 1 – Percentuais quanto a percepção de docentes e discentes em relação ao ensino remoto, estrutura e recursos tecnológicos.....	65
Tabela 2 – Percentuais quanto a percepção de docentes e discentes em relação ao ensino remoto, interação/relacionamento professor-aluno.....	66
Tabela 3– Principais dificuldades do aluno em abrir a câmera durante a aula síncrona de acordo com a percepção dos docentes e discentes.....	67
Tabela 4 – Percentuais quanto a percepção de docentes e discentes em relação ao ensino remoto, processos avaliativos e práticas pedagógicas.....	68
Tabela 5 - Ensino Remoto e percepções dos discentes sobre as estratégias de estudo / processos avaliativos e práticas pedagógicas.....	69

Tabela 6 – Percepções dos docentes e discentes quanto ao ensino remoto: adaptação e engajamento e experiência.....70

ESTUDO 3.....81

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica dos grupos de técnicos e docentes.....88

Tabela 2 – Percentuais da frequência de respostas para depressão, estresse e ansiedade a partir da Escala DASS-21 em grupo de técnicos e docentes.....89

Tabela 3 – Análise estatística *Test-t* entre os grupos de técnicos-administrativos e docentes quanto a saúde emocional e resiliência.....90

Tabela 4 – Dados em quartis da Escala de Resiliência CD-RISC-25 em técnicos (n=57) e docentes (n=55).....90

Tabela 5 – Coeficiente de correlação de Pearson entre os escores da Escala DASS-21 e a Escala de Resiliência (CD-RISC-25) do grupo de técnicos (n=57).....91

Tabela 6 – Coeficiente de correlação de Pearson entre os escores da Escala DASS-21 e a Escala de Resiliência (CD-RISC-25) do grupo de docentes (n=55).....91

ESTUDO 4103

Tabela 1 – Características sociodemográficas dos universitários (n= 418).....113

Tabela 2 – Percentuais dos níveis da Escala DASS-21 em universitários (n=418).....114

Tabela 3 – Análise estatística descritiva da Escala DASS-21 em universitários (n = 418).....114

Tabela 4 – Análise estatística descritiva da Escala de Resiliência CD-RISC-25 (Brasil) em universitários (n=48).....115

Tabela 5 – Dados em quartis da Escala de Resiliência CD-RISC-25 em universitários (n=418).....116

Tabela 6 – Coeficiente de correlação de Pearson entre os escores da Escala DASS-21 e a Escala de Resiliência (CD-RISC-25) em universitários n=418.....117

Figura 1 – Análise da nuvem de palavras quanto as experiências dos universitários em relação do retorno presencial (n=368).....118

Figura 2 – Análise de similitude do corpus completo sobre as experiências dos universitários em relação do retorno presencial (n=368).....119

Figura 3 – Dendrograma das classes da CHD de acordo com as respostas dos universitários (n =368).....120

Figura 4 – Análise de similitude da palavra “adaptar”.....121

Figura 5 – Análise de similitude da palavra “conciliar”.....	123
Figura 6 – Análise de similitude da palavra “dificuldade”.....	125
Figura 7 - Análise de similitude da palavra “máscara”.....	127
Figura 8 – Análise de similitude da palavra “ansiedade”.....	128
Quadro 1 – Descrição de relatos dos universitários referente a Classe 1.....	122
Quadro 2 – Descrição de relatos dos universitários referente a Classe 2.....	124
Quadro 3 – Descrição de relatos dos universitários referente a Classe 3.....	126
Quadro 4 – Descrição de relatos dos universitários referente a Classe 4.....	127
Quadro 5 – Descrição de relatos dos universitários referente a Classe 5.....	129

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO GERAL	19
1.1 APRESENTAÇÃO GERAL DA COMPILAÇÃO DOS ESTUDOS.....	24
REFERÊNCIAS.....	26
ESTUDO 1 - ESTUDO COMPARATIVO EM UMA COMUNIDADE ACADÊMICA: SAÚDE, ESTRATÉGIAS E REDES DE APOIO EM PERÍODO PANDÊMICO	30
RESUMO	30
ABSTRACT	30
1 INTRODUÇÃO	31
2 MÉTODO	34
2.1 PARTICIPANTES.....	34
2.2 INSTRUMENTOS.....	35
2.3 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS	35
2.4 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DE DADOS	36
3 RESULTADOS	36
3.1 SAÚDE FÍSICA E EMOCIONAL X ESTRATÉGIAS E HÁBITOS ADOTADOS.....	37
3.2 DEMANDAS E SUPORTE FAMILIAR.....	41
3.3 PERCEPÇÕES SOBRE OS ASPECTOS INSTITUCIONAIS.....	42
4 DISCUSSÃO	43
4.1 SAÚDE FÍSICA E EMOCIONAL X ESTRATÉGIAS E HÁBITOS ADOTADOS.....	43
4.2 DEMANDAS E SUPORTE FAMILIAR.....	46
4.3 PERCEPÇÕES SOBRE OS ASPECTOS INSTITUCIONAIS.....	46
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	48
REFERÊNCIAS	49
APÊNDICE A	56
ESTUDO 2 - ENSINO REMOTO EM CONTEXTO DE PANDEMIA: PERCEPÇÕES DE DOCENTES E DISCENTES UNIVERSITÁRIOS	59
RESUMO	59
ABSTRACT	59

1 INTRODUÇÃO.....	60
2 MÉTODO.....	62
2.1 PARTICIPANTES.....	63
2.2 INSTRUMENTOS.....	63
2.3 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS	63
2.4 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DE DADOS	64
3 RESULTADOS.....	65
3.1 ENSINO REMOTO: ESTRUTURA E RECURSOS TECNOLÓGICOS.....	65
3.2 ENSINO REMOTO: INTERAÇÃO/RELACIONAMENTO PROFESSOR-ALUNO.....	66
3.3 ENSINO REMOTO: PROCESSOS AVALIATIVOS E PRÁTICAS PEDAGÓGICAS.....	68
3.4 ENSINO REMOTO: ADAPTAÇÃO, ENGAJAMENTO, SOBRECARGA E EXPERIÊNCIA.....	70
4 DISCUSSÃO.....	71
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	75
REFERÊNCIAS.....	76
ESTUDO 3 - TRABALHO, INDICADORES DE SAÚDE EMOCIONAL E RESILIÊNCIA: ESTUDO CORRELACIONAL EM CONTEXTO PANDÊMICO.....	81
RESUMO	81
ABSTRACT.....	81
1 INTRODUÇÃO.....	82
2 MÉTODO.....	85
2.1 PARTICIPANTES.....	85
2.2 INSTRUMENTOS.....	86
2.3 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS	87
2.4 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DE DADOS	87
3 RESULTADOS.....	88
4 DISCUSSÃO.....	92
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	94
REFERÊNCIAS.....	95
ANEXO A	100

ANEXO B	101
ESTUDO 4 - SAÚDE EMOCIONAL, RESILIÊNCIA E ENFRENTAMENTO NO RETORNO PRESENCIAL PÓS-PANDEMIA EM UNIVERSITÁRIOS.....	103
RESUMO	103
ABSTRACT.....	104
1 INTRODUÇÃO.....	105
2 MÉTODO.....	109
2.1 PARTICIPANTES.....	109
2.2 INSTRUMENTOS.....	109
2.3 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS	110
2.4 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DE DADOS	111
3 RESULTADOS.....	112
3.1 CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS DOS UNIVERSITÁRIOS...112	
3.2 INDICADORES DE SAÚDE EMOCIONAL EM UNIVERSITÁRIOS / DASS- 21.....	114
3.3 INDICADORES DE RESILIÊNCIA EM UNIVERSITÁRIOS.....	115
3.4 CORRELAÇÃO ENTRE DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS, ESCALA DASS-21 E ESCALA CD-RISC-25.....	116
3.5 ANÁLISE DAS EXPERIÊNCIAS DOS UNIVERSITÁRIOS COM O RETORNO AO ENSINO PRESENCIAL (IRAMUTEQ).....	117
4 DISCUSSÃO.....	129
4.1 INDICADORES DE SAÚDE EMOCIONAL E RESILIÊNCIA EM UNIVERSITÁRIOS.....	129
4.2 ANÁLISE DAS EXPERIÊNCIAS DOS UNIVERSITÁRIOS COM O RETORNO AO ENSINO PRESENCIAL.....	131
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	133
REFERÊNCIAS.....	134
ANEXO A	142
ANEXO B	143
CONCLUSÕES GERAIS DOS ESTUDOS.....	145

APRESENTAÇÃO

Meu interesse pela ciência de forma mais específica iniciou em 2002, no meu terceiro ano do curso de Psicologia, quando submeti um projeto de iniciação científica (IC) sobre “Comportamento de risco e fatores estressantes em motoristas de ônibus urbano”. No decorrer deste estudo, surgiu em mim o desejo em ser docente universitária na própria Instituição de Ensino em que eu estudava, assim como chegar até o doutorado em Psicologia. Com o propósito de iniciar minha carreira acadêmica, ingressei em 2006 no programa de Pós-graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem na UNESP, Bauru/SP, cuja dissertação de mestrado teve como foco o desenvolvimento de um programa de manejo de estresse, *coping* e resiliência em motoristas de ônibus urbano, dando continuidade na IC. Em 2007, antes mesmo de finalizar o mestrado, fui contratada como docente do curso de Psicologia, na mesma Universidade onde fiz minha graduação. Imaginem minha felicidade com a realização desse sonho e colhendo os primeiros frutos!

Em 2018 me preparei para o processo seletivo para o doutorado, sendo aprovada em primeiro lugar (sentimento de realização e gratidão). Novamente fui dar mais um passo com o estudo intitulado “Motoristas de transporte urbano e de cargas: estudo sobre resiliência, vulnerabilidade ao estresse, eventos de vida, suporte familiar e qualidade de vida”. Porém, a vida é repleta de desafios, e um bombardeio de notícias anunciava a chegada da Covid-19, quando presenciamos de forma abrupta o fechamento das Instituições Educacionais, sendo o distanciamento social algo necessário para proteger a comunidade acadêmica, período permeado por muito medo do contágio, insegurança profissional pela possível migração para o ensino remoto, adaptação a uma nova rotina “enclausurada” no ambiente doméstico e dúvidas sobre a sobrevivência humana.

Além disso, nesse período estava no sétimo mês de gestação, esperando a chegada da segunda filha e buscando alternativas para continuidade no ensino de forma remota com poucos recursos tecnológicos ainda. Uma semana antes de entrar em licença maternidade, tivemos treinamento de como utilizar a Plataforma *Microsoft Teams* nas aulas remotas, contudo, esperançosa que no meu retorno, tudo tivesse voltado ao “normal”.

Como uma expectadora fui presenciando nos grupos do *whatsapp*, a rotina dos meus colegas professores, a implantação do *Teams* e todos os desafios do ensino remoto. Porém, quando retornei pude experienciar de forma tardia essa nova realidade. Precisei rever conteúdos, práticas pedagógicas, provas e trabalhos, lidar com os recursos tecnológicos e o maior impacto foi na interação professor-aluno mediada pelo virtual, pelas participações dos

alunos no *chat*, participações nos áudios/voz, algumas câmeras abertas e a maioria fechada. Como assim? Cadê a interação professor-aluno? Estou dando aula para quem? Tal situação me deixou muito intrigada em relação aos inúmeros porquês, para quê e como poderíamos aprender com tudo isso.

Além do trabalho docente, foi muito desafiador conciliar as demandas da família e do doutorado, inclusive retomar as aulas do doutorado de forma também remota. E, para complementar os desafios por conta da pandemia e restrição social, não foi possível dar continuidade no projeto de doutorado com os motoristas. A coleta de dados precisava ser realizada presencialmente, em virtude da aplicação de testes psicológicos e escalas, como também pelo fato de os motoristas apresentarem dificuldades em lidar com tecnologia e terem acesso à *internet* para responderem os instrumentos de forma *online*.

Enfim, como em tudo na vida precisamos de uma dose de resiliência para superar os obstáculos e encontrar soluções assertivas, recebi um convite de uma Instituição de Ensino Superior para que eu elaborasse uma pesquisa de clima organizacional voltada para os professores e analisasse os impactos da pandemia na saúde emocional e física para um possível retorno às aulas presenciais. Daí surgiu um imenso interesse em me aprofundar sobre a temática em questão, buscando compreender os impactos tanto na saúde emocional e física como nos processos de ensino-aprendizagem (já que estava imersa nessa realidade).

Na ocasião, pesquisando nas bases de dados científicas para elaborar o questionário de pesquisa de clima para os docentes, percebi que existiam mais pesquisas relacionadas aos profissionais e alunos da área da saúde por serem linha de frente no combate da Covid-19. Havia poucos estudos que abordassem de forma ampla os impactos da pandemia em Instituições de Ensino Superior (IES) a partir da percepção de seus próprios agentes, que são os professores, alunos e equipes de apoio acadêmico. Dessa forma, solicitei anuência da IES para que eu pudesse utilizar o banco de dados da pesquisa sobre Covid-19 na tese do meu doutorado, ampliando a proposta para os outros membros da comunidade universitária, e assim surgiram tais investigações.

Portanto, espera-se com esse estudo poder contribuir com importantes reflexões sobre os impactos da pandemia e do ensino remoto no ensino superior, tanto na saúde emocional como nos processos de ensino-aprendizagens. E ainda servir como insumos para ações que promovam saúde emocional, bem-estar, autocuidado e resiliência, assim como subsidiar outras pesquisas e fazer uma releitura das contribuições do ensino remoto após o período pandêmico.

1 INTRODUÇÃO GERAL

A pandemia do novo coronavírus denominado Síndrome Respiratória Aguda Grave do Coronavírus 2 (SARS-CoV-2), responsável por causar a doença Covid-19, foi inicialmente divulgada em 31 de dezembro de 2019 pela Organização Mundial da Saúde (OMS), a qual alertou sobre vários casos de pneumonia na cidade de Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China. Em 30 de janeiro de 2020, a OMS declarou que a Covid-19 constituía uma emergência de saúde pública de importância internacional, devido ao alto índice de contágio e crescente número de óbitos (OPAS/OMS, 2020).

A partir disso, muitas ações foram divulgadas pelas mídias em geral, como adoção de vários decretos, medidas provisórias econômicas, políticas, sociais e sanitárias, principalmente uso de máscaras, higienização das mãos e de produtos, distanciamento social, obrigatoriedade no fechamento de empresas, comércios, bem como escolas e universidades, ou seja, apenas o comércio considerado essencial como supermercados, farmácias, entre outros, foram mantidos abertos. Todas as ações adotadas buscaram a redução da propagação do vírus e a prevenção do colapso do sistema de saúde.

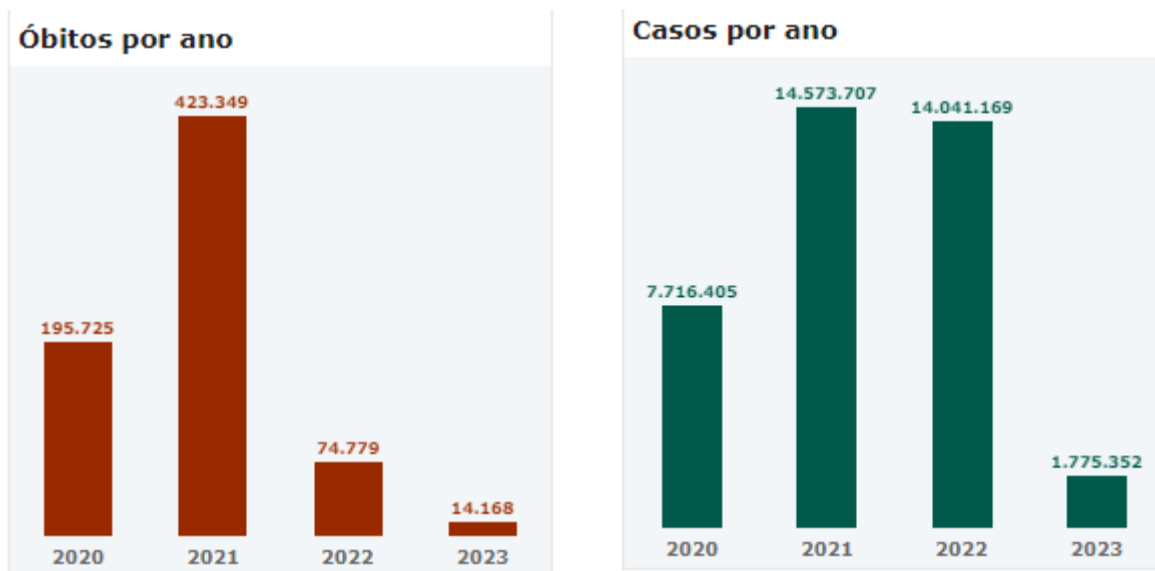
Vale salientar que, ao longo desses últimos quatro anos, muito se discutiu quanto ao tratamento da Covid-19, em que cientistas do mundo todo se dedicaram a estudar possíveis medicações, tratamentos ou medidas de imunização contra o novo vírus, centrando seus esforços na produção de uma vacina eficaz e que ao mesmo tempo se demonstrasse segura para que, de forma gradual, a população pudesse retornar as suas atividades cotidianas (Freitas; Oliveira; Maciel, 2021; Oliveira; Silveira, 2021). No Brasil, no dia 17 de janeiro de 2021, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA liberou o uso emergencial de duas vacinas, CoronaVac e Oxford/AstraZeneca (Castro, 2021), trazendo certo alívio à população brasileira. No decorrer desses anos, cada vez mais os laboratórios farmacêuticos foram aperfeiçoando as vacinas para garantir a imunidade contra a Covid-19.

Com esses avanços e eficácia da vacinação, a OMS em 05 de maio de 2023 decretou o fim da pandemia, apesar disso, a Covid-19 ainda se faz presente na população mundial, porém com menores impactos (OPAS/OMS, 2023). De acordo com a nota informativa referente ao mês de dezembro de 2023, divulgada pelo Conselho Nacional de Secretários da Saúde - CONASS, o Brasil tem um acumulado de 708.021 mortes e mais de 38 milhões de casos de Covid-19 desde o surgimento da pandemia em 2020. Quanto aos novos casos no Brasil, foram identificadas 28.222 pessoas infectadas pela Covid-19 e 232 mortes, dados registrados em 12 de dezembro de 2023, o que corresponde à semana epidemiológica 48 de 2023 (CONASS,

2023), dado que as consequências e efeitos de um evento dessa magnitude podem perdurar por anos, seja no âmbito educacional, social, econômico, laboral ou pessoal.

Fica evidente nos gráficos abaixo a significativa redução de casos de óbitos e pessoas infectadas pela Covid-19 em 2023, mostrando a eficácia das vacinas (CONASS, 2023), além do que a OMS declarou que a Covid-19 poderá ser considerada similar a uma gripe sazonal, com menor impacto para a população em geral (Ghaouri, 2023). Contudo, se faz ainda necessário seguir as recomendações das autoridades de saúde quanto à continuidade da dose de reforço da vacina, em especial ao grupo de risco (OPAS/OMS, 2023).

Figura 1 – Percentuais de casos de óbitos e pessoas infectadas pela Covid-19 entre 2020 e 2023



Fonte: www.conass.org.br/painelconasscovid19. Acesso em 12 dez. 2023.

Retomando ao âmbito educacional, o contexto emergido no início da pandemia fez com que os gestores das faculdades e universidades públicas e privadas tivessem que colocar em práticas as normativas descritas pela Portaria nº 345/2020 do Ministério da Educação, que autorizou, em caráter emergencial, a substituição do ensino presencial por aulas que utilizem Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação (TDIC), dentro da modalidade de ensino remoto ou à distância (Brasil; Ministério da Educação, 2020), buscando assim, proteger e prevenir a proliferação do novo coronavírus nas Instituições Educacionais.

Em decorrência disso, vários estudos científicos nacionais e internacionais buscaram e ainda buscam compreender os impactos do ensino remoto e da pandemia na saúde emocional de discentes e docentes universitários durante a pandemia (Marinho; Guazina; Zappe, 2023; Santos; Silva; Belmonte, 2021; Silva *et al.*, 2020; Torales; O'Higgins; Castaldelli-Maia;

Ventriglio, 2020; Wang *et al.*, 2020), incluindo servidores públicos e corpo técnico administrativo das IES privadas (Barreto, 2021; Lima, 2022; Souza, 2020; Zibetti; Fritsch Felippen; Serralta; Yung Delbem, 2024), porém este último em menor proporção de pesquisas, havendo importantes lacunas, o que justifica a necessidade de mais investigação científica, considerando todos os membros envolvidos na comunidade acadêmica.

Dentre esses estudos, verificou-se uma certa unanimidade entre os autores no sentido de identificarem, em professores e estudantes universitários, que a modalidade de ensino remoto ocasionou danos à saúde emocional como: depressão, ansiedade, estresse, transtorno de humor, síndrome de *burnout*, entre outros, devido ao manuseio com novas tecnologias digitais da informação e comunicação, adaptação a novas práticas pedagógicas, sobrecarga de atividades, conciliar trabalho, estudo e família, dificuldade na interação professor-aluno, além dos próprios desafios do contexto pandêmico na vida pessoal e na mudança de rotina (Odriozola-González; Planchuelo-Gómez; Luis-García, 2020; Santos, 2020; Santos; Silva; Belmonte, 2021; Silva *et al.*, 2020; Sunde, 2022b; Wang, *et al.*, 2020).

Outro ponto que merece atenção apresentado por Souza (2020) é que a iminência do cenário da pandemia Covid-19 também ampliou questões sobre as precarizações e relações do trabalho, os desafios advindos do *home office* ou ainda teletrabalho, a dificuldade em conciliar e manejar trabalho e família, aprender a gerenciar o tempo, organizar o ambiente de trabalho, administrar as próprias atividades laborais e entrega dos resultados à empresa. Peixoto, Vasconcelos e Bentivi (2020) complementaram que as alterações estruturais, psicossociais e pessoais ocasionadas pelo modelo *home office* podem corroborar com a exaustão profissional. Além desses agravantes, os trabalhadores tiveram que enfrentar o medo da contaminação e do rompimento do trabalho ocasionado pelo desemprego e crises econômicas.

Uma pesquisa realizada por Barreto (2021) com 890 participantes, a maioria técnicos administrativos e docentes da Universidade Federal de Goiás, e outra desenvolvida por Lima (2022) com 69 servidores da Universidade Federal de São Paulo, identificaram que houve uma relação de impacto entre a pandemia de Covid-19 e a saúde mental dos servidores da universidade, devido à adoção do trabalho remoto, aumento da carga horária de trabalho, percepção de estresse, ansiedade e depressão, assim como a redução dos níveis de atividade física, configurando como catalisador de adoecimento desses profissionais.

Diante disso, Van Hoof (2020) afirmou que o confinamento imposto pela Covid-19 foi descrito como o maior experimento psicológico do mundo. Lima (2020, p. 6) menciona que a pandemia trouxe à prova “a capacidade humana de extrair sentido do sofrimento e desafiando

indivíduos e sociedade, no Brasil e em todo o planeta, a promoverem formas de coesão que amortecem o impacto de experiências-limite na vida mental”.

Com a chegada da vacinação contra a Covid-19, gradativamente empresas, instituições sociais, comércio, igrejas, entretenimento de forma geral, foram retornando suas atividades, porém no âmbito educacional houve um retorno mais tardio em comparação às outras áreas. É válido salientar que da mesma forma que durante a pandemia houve uma profunda mudança na rotina da comunidade acadêmica, o retorno às aulas presenciais também foi desafiador, requerendo enfrentamento, mudança e adaptação a uma nova rotina, e mais uma vez as universidades públicas e privadas precisaram se readaptar ao período denominado pós-pandemia.

Machado *et al.* (2022) e Sunde (2022a) apontaram que na literatura nacional e internacional há poucos estudos que abordam sobre os impactos na saúde emocional no ambiente acadêmico com o retorno presencial. Mas, sabe-se que por envolver novamente processos adaptativos frente a um novo contexto, espera-se tanto sentimentos positivos e de alívio com a retomada das atividades acadêmicas, como também pode desencadear ou ser “gatilhos” para sentimentos negativos pelo medo e insegurança quanto à transmissão da Covid-19, adaptação a uma nova rotina, depois de dois anos frequentando as aulas remotas, e novamente acarretando impactos na saúde psicológica dos universitários.

Contudo, tais situações de risco e condições adversas, entendidas aqui como o contexto da pandemia e pós-pandemia da Covid-19, têm despertado o interesse de pesquisadores por investigar além dos impactos da pandemia, a compreensão de como as pessoas enfrentam as adversidades e os desafios presentes em seu cotidiano. A este fenômeno dá-se o nome de *coping* ou estratégia de enfrentamento, considerado como esforços cognitivos e comportamentais que o indivíduo utiliza para manejar situações adversas, de ameaça ou desafio, tendo como propósito reduzir ou eliminar os desconfortos psicofisiológicos causados pelo evento estressor (Lazarus; Folkman, 1986).

Outro fenômeno que vem sendo discutido na literatura se refere à resiliência, que pode ser compreendida, segundo Trombeta e Guzzo (2002), Zanelato e Calais (2010), como a capacidade do ser humano em lidar e superar as adversidades impostas, indo além do *coping*, ativando fatores protetivos como assertividade, empatia, autoeficácia, suporte social, laboral e familiar, capacidade de transpor as experiências negativas dentro de um contexto de aprendizagem, os quais contribuem para a redução dos efeitos ou consequências negativas, podendo esse processo resultar em adaptação positiva, amadurecimento e bem-estar.

Entretanto, caso isso não ocorra, há possibilidade de desencadeamento de doenças físicas e emocionais, que no caso da pandemia e seus desdobramentos, por si só são importantes agentes estressores ou fatores de risco. Tais condições podem se agravar ainda mais em pessoas pertencentes a um grupo de risco da Covid-19, também aquelas que possuem condição vulnerável como a existência de transtorno psicológico, ou ainda que estão em período maior de distanciamento social.

Nesse sentido, Lasmar e Ronzani (2009) referem ser fundamental o investimento em pesquisas que englobem as temáticas da resiliência, na perspectiva da promoção da saúde, enfatizando os aspectos saudáveis dos indivíduos ou grupos. Considerando os autores citados, pode-se dizer que mesmo com os desafios impostos pela pandemia, é possível rebaixar a menores impactos negativos na saúde emocional no segmento educacional, caso haja condições favoráveis para execução do trabalho e do ensino remoto, buscando ajustes e intervenções que propiciem o desenvolvimento da resiliência no âmbito educacional e laboral.

A partir desse cenário, o presente estudo pretendeu analisar os impactos da pandemia da Covid-19 em uma IES, em todos seus níveis, desde o corpo técnico-administrativo (colaboradores), bem como docentes e discentes, no que se refere à saúde emocional e física, principais estratégias e comportamentos resilientes que têm sido utilizados no enfrentamento dos fatores estressores que de alguma forma aliviam as tensões laborais e educacionais durante a pandemia, além de apontar os suportes familiares e institucionais recebidos. Adicionalmente ao exposto, teve como proposta investigar as implicações do ensino remoto no processo de aprendizagem, interação professor-aluno, identificando suas vantagens e desvantagens, considerando a percepção de professores e alunos. Também analisar os impactos na saúde emocional e resiliência, a partir de escalas validadas, buscando correlacionar as duas variáveis de estudo, tendo em vista os grupos de trabalhadores da instituição durante a pandemia e o grupo de discentes avaliado após o retorno presencial às aulas, buscando compreender suas experiências e enfrentamentos acadêmicos.

Por conseguinte, tem-se como hipótese que as experiências individuais com o ensino ou trabalho remoto, assim como o contexto da pandemia associados aos fatores de risco podem ter afetado mais a saúde física e emocional dos universitários, quando comparado com os docentes e técnicos-administrativos. Além disso, espera-se correlação entre a saúde emocional e resiliência, ou seja, quanto maior os níveis de estresse, depressão e ansiedade, menor seriam os percentuais de resiliência. Outra hipótese é de que as adaptações ao ensino remoto podem ter causado dificuldades nas interações professor-aluno, nos processos de ensino-aprendizagem e

na saúde emocional dos envolvidos. Espera-se que os sentimentos positivos dos discentes tenham maior prevalência com o retorno ao ensino presencial.

Por outro lado, apesar de todos os desafios advindos da pandemia, o avanço tecnológico pode ter possibilitado o alcance de novas metodologias e recursos digitais, encurtando espaços e tempos. Portanto, considerando que a Educação é um setor de extrema importância para a sociedade, é fundamental refletir sobre a formação de profissionais que sejam capazes de desenvolver competências técnicas, digitais e comportamentais, como também estarem preparados para atuar e intervir em situações similares como a pandemia da Covid-19 ou outros desafios e contextos emergenciais que possam surgir.

1.1 APRESENTAÇÃO GERAL DA COMPILAÇÃO DOS ESTUDOS

Participaram deste estudo membros de uma IES privada, localizada no estado de São Paulo, a qual possui 38 cursos de graduação de diferentes áreas do conhecimento como: Exatas, Sociais, Saúde e Humanas, numa população total de 4.686 pessoas, distribuídos entre 4.400 discentes, 182 docentes e 104 técnicos-administrativos, sendo que todos foram convidados a participar da pesquisa.

Para tratar destes assuntos mencionados na introdução, esta tese foi dividida em quatro estudos, descritos em forma de artigos. Mediante anuência da IES, foram cedidos para a presente pesquisa dois documentos institucionais que se referem ao questionário de pesquisa de clima organizacional aplicado em 115 docentes e 82 técnicos-administrativos, no período de maio e setembro de 2021, o qual versou sobre a percepção dos impactos da pandemia na saúde física e emocional, hábitos adotados durante a pandemia, suportes recebidos da família e da instituição. Além dessas questões, os docentes também responderam sobre a sua percepção em relação ao ensino remoto, impactos no processo de aprendizagem do aluno, vantagens e desvantagens, entre outros.

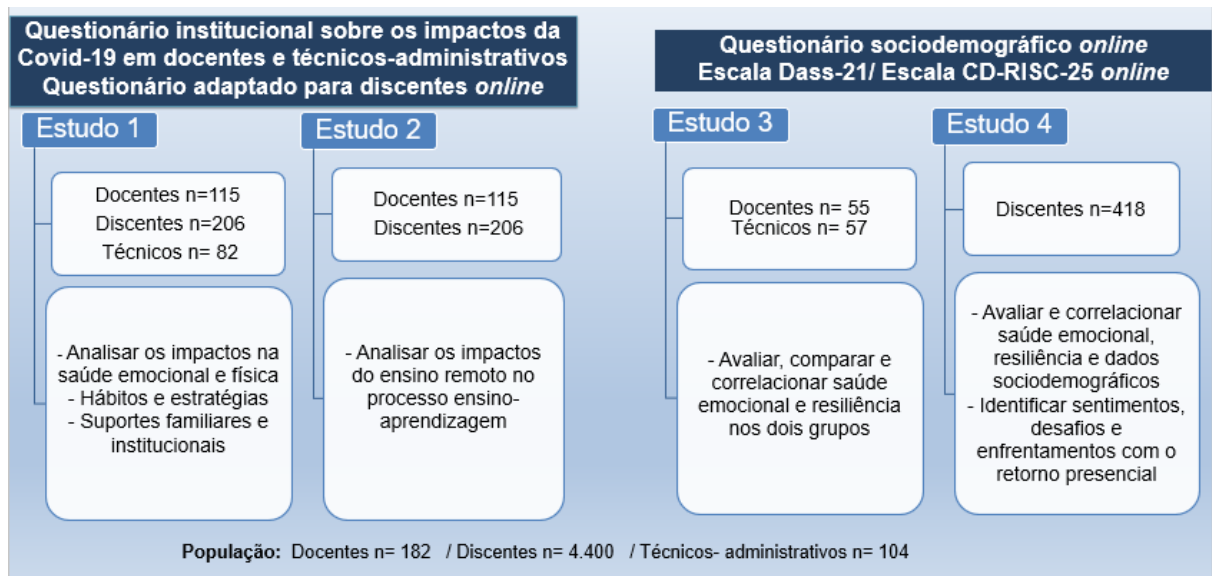
Com o propósito de complementar esta parte do estudo, foi elaborado e aplicado um questionário de clima acadêmico em 216 discentes, entre final de outubro e início de novembro de 2021, com base nos questionários institucionais mencionados acima. Após o término da aplicação da pesquisa com os estudantes, os dados das três amostras (docentes, discentes e técnicos) foram analisados e organizados em dois estudos (1 e 2). O **Estudo 1**, denominado “Estudo comparativo em uma comunidade acadêmica: saúde, estratégias e redes de apoio em período pandêmico”, concentrou-se na comparação dos impactos da Covid-19 sobre a saúde emocional e física, como também hábitos/estratégias e suportes familiares e institucionais nos

três grupos em questão, durante o período da pandemia. Enquanto o **Estudo 2**, intitulado “Ensino remoto em contexto de pandemia: percepções de docentes e discentes universitários”, abordou sobre os impactos do ensino remoto na perspectiva dos dois públicos investigados, no que se refere à tecnologia, relação professor-aluno, processo de ensino-aprendizagem, desempenho acadêmico, aspectos motivacionais e de engajamento, entre outros.

Dando sequência ao estudo em questão foi aplicado um questionário sociodemográfico, a Escala DASS-21 e Escala de Resiliência RISC-CD-25 em 57 colaboradores e 55 docentes que se dispuseram a participar do estudo, aplicados em novembro de 2021, tendo como objetivo avaliar, comparar e correlacionar saúde emocional e resiliência, compondo desse modo, o **Estudo 3** que tratou sobre “Trabalho, indicadores de saúde emocional e resiliência: estudo correlacional em contexto pandêmico”. Esses mesmos instrumentos do Estudo 3 foram aplicados em 418 discentes, porém, no retorno presencial às aulas (entre final de fevereiro e início de março de 2022), com o acréscimo de uma pergunta disparadora: “Nos conte sobre sua experiência com o retorno ao ensino presencial (seus sentimentos e/ou sintomas emocionais, suas dificuldades e/ou desafios). Como enfrentou ou está enfrentando esse momento?” Os dados coletados destes estudantes fizeram parte do **Estudo 4** sobre “Saúde emocional, resiliência e enfrentamento no retorno presencial pós-pandemia em universitários” com o intuito de analisar os impactos do retorno ao ensino presencial na saúde emocional dos graduandos e correlacionar com a variável resiliência. Também buscou identificar os sentimentos e sintomas emocionais, possíveis dificuldades e desafios e como estavam enfrentando o retorno presencial. Para melhor exemplificar consta na Figura 2 as etapas da construção dos 4 estudos.

A presente pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética (Parecer N° 5.065.691 e CAAE 52667921.5.0000.5502), respeitando a resolução 466/12 da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa, sobre a realização de pesquisas com seres humanos. O estudo contou com a participação de duas estagiárias do quinto ano do curso de Psicologia para auxiliarem na revisão dos questionários, inserção dos formulários na plataforma *Google Forms* e organização dos dados do estudo.

Figura 2 – Etapas da construção dos estudos



Fonte: Elaborado pelas autoras.

REFERÊNCIAS

- BARRETO, B. C. **Saúde mental em tempos de pandemia:** um programa de comunicação interna de atenção à saúde do servidor da Universidade Federal de Goiás. 2021. 104 f. Dissertação (Mestrado em Administração Pública em Rede Nacional) - Universidade Federal de Goiás, Aparecida de Goiânia, 2021. Disponível em: <https://repositorio.bc.ufg.br/tede/items/58b882fb-486e-4f74-8439-5d1c3d58fd47>. Acesso em 10 abr. 2023.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Portaria nº 345, de 19 de março de 2020.** Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-345-de-19-de-marco-de-2020248881422?inheritRedirect=true&redirect=%2Fweb%2Fguest%2Fsearch%3FqSearch%3DPortaria%2520345%2520de%252019%2520de%2520mar%25C3%25A7o%2520de%25202020>. Acesso em 18 abr. 2021.
- CASTRO, R. Vacinas contra a Covid-19: o fim da pandemia? **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 1, p. 1-5, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/m4PGYb7TPWgCS3X8wMSXHtc/?lang=pt>. Acesso em: 28 jul. 2021.
- CONASS (CONSELHO NACIONAL DE SECRETÁRIOS DE SAÚDE). **Painel nacional:** Covid-19. Disponível em <https://www.conass.org.br/painelconasscovid19/>. Acesso em 12 dez. 2023.
- FREITAS, M. B. A.; OLIVEIRA, M. S.; MACIEL, I. M. E. Adesão à vacina contra a Covid 19 pela comunidade acadêmica do Unifunec. **Unifunec Ciências da Saúde e Biológicas**, [s. l.], v. 4, n. 7, p. 1-14, 2021. Disponível em: <https://seer.unifunec.edu.br/index.php/rfce/article/view/4838>. Acesso em: 28 jul. 2021.

GHAOURI, O. E. **OMS pode reduzir o nível de alerta máximo para covid-19 ainda este ano.** Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/radioagencia-nacional/saude/audio/2023-03/oms-pode-reduzir-o-nivel-de-alerta-maximo-para-covid-ainda-este-ano>, 2023. Acesso em: 02 de abr. 2023.

LASMAR, M. M. O.; RONZANI T. M. Qualidade de vida e resiliência: uma interface com a promoção da saúde, **Revista de APS**, v. 12, n. 3, p. 339-350, jul/set. 2009. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/14171>. Acesso em: 26 abr. 2021.

LAZARUS, R. S.; FOLKMAN, S. **Estrés y procesos cognitivos**. Barcelona: Martinez Roca, 1986.

LIMA, A. C. B. **Impactos do teletrabalho nos servidores da Universidade Federal de São Paulo durante a pandemia da Covid-19.** 2022. 61 f. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Fisioterapia) - Instituto de Saúde e Sociedade, Universidade Federal de São Paulo, Santos, 2022. Disponível em: <https://repositorio.unifesp.br/handle/11600/62837>. Acesso em: 21 mar. 2023.

LIMA, R. C. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro v. 30, n. 2, jul. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/s0103-73312020300214> . Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312020000200313&tlng=pt. Acesso em: 26 abr. 2021.

MACHADO, I.; CUSTÓDIO, L.; LOURENÇO, R.; MANTOVANI, A. Ansiedade e depressão em universitários no retorno à presencialidade das aulas após a pandemia por covid-19. **ETIC - Encontro de Iniciação Científica, Presidente Prudente** v.18, n.18, 2022. Disponível em: <http://intertemas.toledoprudente.edu.br/index.php/ETIC/article/view/9508/67651393>. Acesso em: 04 abr. 2023.

MARINHO, J. da R.; GUAZINA, F. M. N.; ZAPPE, J. G. Experiências de ser estudante universitário em tempos de pandemia: mudanças, adaptações e perspectivas compartilhadas. **Educ. Pesqui.**, São Paulo, v. 49, e267797, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ep/a/nmRkCL78HT5RZJYkB4pWKQS/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 21 dez. 2023.

ODRIOZOLA-GONZÁLEZ, P.; PLANCHUELO-GÓMEZ Á, I. M. J., LUIS-GARCÍA, R. Psychological effects of the covid-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university. **Psychiatry Res.**, v. 290, n.113108, ago. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113108>. Disponível em: [Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university - PubMed \(nih.gov\)](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/348113108/). Acesso em: 03 abr. 2023.

OLIVEIRA, A. G.; SILVEIRA, D. Vacinas contra a Covid-19: tecnologias e análise técnica de composição e implicações na imunização. **Infarma - Ciências Farmacêuticas**, [s. l.], v. 33, p. 103-105, 2021. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/352860889_Vacinas_contra_a_Covid-19_tecnologias_e_analise_tecnica_de_composicao_e_implicacoes_na_imunizacao_Covid19

[vaccines technologies and technical analysis of composition and implications for immunization](#). Acesso em: 28 jul. 2021.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE; ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Histórico da pandemia de COVID-19**, 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>. Acesso em: 28 nov. 2022.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE; ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **OMS declara fim da Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional referente à COVID-19**, 2023. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/5-5-2023-oms-declara-fim-da-emergencia-saude-publica-importancia-internacional-referente>. Acesso em: 20 jun. 2023.

PEIXOTO, A. L. A.; VASCONSELOS, E. F.; BENTIVI, D.R.C. Covid-19 e os desafios postos à atuação profissional em Psicologia Organizacional e do Trabalho: uma análise de experiências de psicólogos gestores. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 40, p. 1-18, dez. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003244195>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932020000100657&script=sci_arttext. Acesso em: 26 abr. 2021.

SANTOS, G. M. R. F.; SILVA, M. E.; BELMONTE, B. R. COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 21, Supl. 1, fev. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202100s100013>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1519-38292021000100237&script=sci_arttext&lng=pt. Acesso em: 26 abr. 2021.

SANTOS, H. M. R. Os desafios de educar através da Zoom em contexto de pandemia: investigando as experiências e perspectivas dos docentes portugueses. **Praxis Educativa**, v.15, p. 1-17, ago. 2020. DOI: [10.5212/PraxEduc.v.15.15805.091](https://doi.org/10.5212/PraxEduc.v.15.15805.091). Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/343451836_Os_desafios_de_educar_atraves_da_Zoom_em_contexto_de_pandemia_investigando_as_experiencias_e_perspetivas_dos_docentes_portugueses. Acesso em: 26 abr. 2021.

SILVA, A. F. *et al.* Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia. **Physis: revista de saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, jul. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/s0103-73312020300216>. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312020000200315&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 19 abr. 2021.

SOUZA, O. D. As dimensões da precarização do trabalho em face da pandemia de Covid-19. **Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 19, p. 1-15, out. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-so100311>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-77462021000100501. Acesso em: 26 abr. 2021.

SUNDE, R. M. Saúde Mental da comunidade universitária na pós-pandemia: desafios e perspectivas. **PSI UNISC**, v.6, n.2, p. 124-138. 2022a. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/psi/article/view/17131>. Acesso em: 02 mai. 2023.

SUNDE, R. M. Efeitos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos universitários: caso de estudantes da Universidade Rovuma, Moçambique. **Cadernos Ibero-Americanos de Direito Sanitário**, [S. l.], v. 11, n. 2, p. 88–102. 2022b. DOI: [10.17566/ciads.v11i2.869](https://doi.org/10.17566/ciads.v11i2.869). Disponível em: <https://www.cadernos.prodisa.fiocruz.br/index.php/cadernos/article/view/869>. Acesso em: 20 dez. 2023.

TORALES, J.; O’HIGGINS, M.; CASTALDELLI- MAIA, J. M.; VENTRIGLIO, A. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. **Int J Soc Psychiatry**, v. 66, n. 4, p.317-320, jun. 2020. DOI: [10.1177/0020764020915212](https://doi.org/10.1177/0020764020915212). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32233719/>. Acesso em: 26 abr. 2021.

TROMBETA, L. H. A. P.; GUZZO, R. S. L. **Enfrentando o cotidiano adverso**: estudo sobre resiliência em adolescentes. Campinas, SP: Alínea, 2002.

VAN HOOFF, E. **Lockdown is the world's biggest psychological experiment - and we will pay the price, 2020**. Disponível em: <https://www.weforum.org/agenda/2020/04/this-is-the-psychological-side-of-the-covid-19-pandemic-that-were-ignoring/>. Acesso em: 25 abr. 2021.

ZANELATO, L. S.; CALAIS, S. L. Manejo de estresse, *coping* e resiliência em motorista de ônibus urbano. In: VALLE, T. G. M.; MELCHIORI, L. E. **Saúde e desenvolvimento humano**. São Paulo: Editora Cultura Acadêmica, 2010, p. 210-236. Disponível em: <https://books.scielo.org/id/sb6rs/pdf/valle-9788579831195-12.pdf>. Acesso em: 28 nov. 2021.

ZIBETTI, M.; FRITSCH FELIPPESEN, M. L.; SERRALTA, F.; YUNG DELBEM, H. Estratégias de coping e resiliência em trabalhadores de uma instituição de ensino superior durante a pandemia de covid-19. **Psicologia Argumento**, [S. l.], v. 42, n. 116, 2024. DOI: 10.7213/psicolargum.42.116.AO10. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/30931>. Acesso em: 27 mar. 2024.

WANG, C. *et al.* 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 Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 5, p. 1-25, mar. 2020. DOI: 10.3390/ijerph17051729. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32155789/>. Acesso em: 26 abr. 2021.

ESTUDO 1 - ESTUDO COMPARATIVO EM UMA COMUNIDADE ACADÊMICA: SAÚDE, ESTRATÉGIAS E REDES DE APOIO EM PERÍODO PANDÊMICO

RESUMO

A pandemia ocasionada pelo vírus Covid-19 provocou profundas alterações na rotina da população de forma geral. Além do medo do contágio, perda de familiares, aumento do desemprego, colapso no sistema de saúde, receios com relação ao futuro e nova modalidade de trabalho como o *home office*. No âmbito educacional, foi implantado o ensino remoto emergencial visando proteger a comunidade acadêmica. Desse modo, o presente estudo teve como objetivo analisar e comparar os impactos do período pandêmico em uma comunidade acadêmica com relação às percepções sobre saúde emocional e física, hábitos, estratégias e redes de apoio. A amostra por conveniência contou com 206 discentes, 115 docentes e 82 técnicos-administrativos pertencentes a uma Instituição de Ensino Superior privada. Trata-se de um estudo exploratório-descritivo, transversal e de abordagem quantitativa. A coleta de dados ocorreu a partir da aplicação de um questionário *online* disponibilizado no *google forms* e na própria plataforma digital da referida Instituição. As análises foram realizadas por meio do emprego do teste estatístico ANOVA para comparar as variâncias amostrais entre os grupos. Dos resultados, destacaram-se que os discentes demonstraram maior vulnerabilidade quanto aos impactos em sua saúde física e emocional, assim como percentual menor quanto à percepção de redes de apoio, mas, em contrapartida, uma frequência maior na busca de hábitos e estratégias de enfrentamento. Considera-se que tais achados poderão auxiliar na compreensão dos impactos advindos do cenário pandêmico, nos diferentes membros da comunidade acadêmica, assim como no planejamento de ações e políticas institucionais que visem promover o bem-estar físico e emocional diante de mudanças constantes no âmbito educacional.

Palavras-chave: Covid-19. Ensino Superior. Saúde mental. Estratégias. Apoio psicossocial.

ABSTRACT

The pandemic caused by the COVID-19 virus has caused profound changes in the routine of the population in general. In addition to the fear of contamination, loss of family members, increased unemployment, collapse in the health system, fears about the future, and new types of work such as the home office. Emergency remote teaching has been implemented in the educational field to protect the academic community. This study aimed to analyze and compare the impact of the pandemic on an academic community in terms of perceptions of emotional and physical health, habits, strategies, and support networks. The convenience sample comprised 206 students, 115 professors, and 82 technical and administrative staff from a private higher education institution. This exploratory-descriptive, cross-sectional study used a quantitative approach. We collected data using an online questionnaire on Google forms and the institution's digital platform. Analyses were performed using the ANOVA statistical test to compare sample variances between the groups. Results showed that students were more vulnerable regarding the impact on their physical and emotional health and had a lower percentage of perceived support networks. However, they were more likely to seek out coping habits and strategies. These findings may help to understand the impacts of the pandemic scenario on different members of the academic community, as well as in planning institutional actions and policies aimed at promoting physical and emotional well-being when faced with constant changes in the educational sphere.

Keywords: Covid-19. University education. Mental health. Strategies. Psychosocial support.

1 INTRODUÇÃO

A pandemia da Covid-19, vivenciada de forma mais intensa nos anos 2020 e 2021, foi reconhecida pela OMS como uma doença respiratória com alto índice de disseminação e mortalidade causada pelo coronavírus SARS-COV-2, considerada como uma ameaça à saúde pública com abrangência internacional (WHO, 2020a; OPAS, 2020). As principais orientações dadas pela OMS para a prevenção e controle do contágio incluíam o uso de máscaras, higienização das mãos com álcool em gel, confinamento domiciliar, distanciamento físico, além da detecção precoce dos infectados, como forma de tentar diminuir ou cessar a transmissão do vírus (WHO, 2020b).

Diante do cenário de rápida proliferação do vírus no Brasil, em 22/03/2020 o governador do Estado de São Paulo aprovou o decreto N° 64.881, como forma de tentar conter a crescente propagação do coronavírus e preservar a saúde pública. Esse decreto implementou a quarentena no Estado de São Paulo, e entrou em vigor a partir de 24/03/2020, quando foram suspensas as atividades e os serviços considerados não essenciais, como forma de evitar a contaminação ou disseminação do vírus, seguindo a recomendação para a população se manter em casa (Brasil, Governo do Estado de São Paulo, 2020). Além disso, no âmbito educacional, a Portaria n° 345 de 19/03/2020 do Ministério da Educação, autorizou a migração do ensino presencial para o ensino remoto ou à distância desde a Educação Infantil ao Ensino Superior, enquanto durasse a pandemia do novo coronavírus (Brasil, Ministério da Educação, 2020). De acordo com a Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura - UNESCO (2020), a quarentena resultou no fechamento de escolas e universidades em todo o mundo, afetando mais de 90% dos estudantes.

Dessa forma, as adaptações educacionais e laborais advindas do ensino remoto, provocaram inúmeros desafios à comunidade acadêmica em conciliar demandas do trabalho, da família e do estudo; aulas remotas; aumento do ritmo do trabalho ou passar mais horas estudando; dificuldade na organização e gestão do tempo; falta de recursos adequados para a realização das atividades como computador, mobílias e conexão com *internet*. Em alguns casos, os desafios foram a ausência de treinamento para utilizar as tecnologias de comunicação e informação como *Zoom*, *Google Meet*, *Teams*, *Kahoot*, *Trello*, entre outras plataformas que permitem a realização de reuniões virtuais e/ou aulas remotas, aplicação de metodologias ativas e organização de métodos de trabalho (Francisco *et al.*, 2021; Santos; Silva; Belmonte, 2021).

Sendo assim, o aumento da visibilidade para a modalidade do ensino remoto e o teletrabalho ou ainda trabalho remoto, incentivou vários pesquisadores brasileiros e

estrangeiros a estudarem os impactos da pandemia na saúde física, como as tensões e as dores no corpo ocasionadas pela postura inadequada frente ao computador, sobrecarga de atividades, alterações no padrão do sono, hábitos alimentares, redução de atividade física, entre outros (Dumith *et al.*, 2022; Guimarães *et al.*, 2022, Lima, 2022; Soares, 2021), além dos efeitos negativos na saúde emocional da comunidade acadêmica pelo crescente aumento dos índices de estresse, depressão e ansiedade, medo de adoecer, insegurança, angústia, luto e frustração (Ribeiro *et al.*, 2021; Santos; Silva; Belmonte, 2022; Ziere *et al.*, 2021). Tais sintomas também foram vivenciados por profissionais que precisaram adaptar sua rotina ao trabalho remoto (Vebber; Borges, 2022).

Dentre os membros da comunidade acadêmica, os universitários foram os apontados como os mais vulneráveis em relação ao maior impacto na saúde emocional. Foram notórias queixas sobre falta de concentração nas aulas *online*, preocupação com o desempenho acadêmico e futuro profissional, frustração, adaptações quanto às estratégias de estudo, entre outros (Gundim *et al.*, 2020; Kaparounaki *et al.*, 2020; Maia; Dias, 2020; Morales; Lopez, 2020; Nunes, 2021; Teodoro *et al.*, 2020; Ziere *et al.*, 2021).

Quanto aos docentes universitários, Santos, Silva e Belmonte (2021) realizaram uma revisão bibliográfica no idioma português, inglês e espanhol, analisando 11 publicações, que apontaram a precarização do ofício do docente, o aumento da carga horária, do ritmo e da diversidade de trabalho em decorrência do ensino remoto e sem remuneração adicional, impactando não somente nas dimensões laborais, financeiras e sociais, como também na saúde emocional. Contudo, Baptista (2019), antes mesmo da pandemia, apontava que a profissão de docente ocupa a segunda área com mais doenças laborais e a probabilidade de desencadear depressão e ansiedade é duas vezes maior quando comparada às outras profissões, devido ao contexto educacional, no qual o professor está inserido.

Ademais, quanto a outros estudos que envolvem a temática teletrabalho no contexto de pandemia, nota-se que houve mudanças significativas na vida dos trabalhadores, principalmente por ter que compartilhar e conciliar num mesmo espaço e tempo, demandas domésticas, familiares e laborais. Porém, tais vivências podem ser experimentadas de diferentes formas, a depender das circunstâncias vivenciadas na esfera produtiva e reprodutiva de cada pessoa, como gênero, estado civil, presença ou ausência de filhos, ou ainda pais idosos, tipo de cargo, entre outros (Araújo; Lua, 2021).

Entretanto, de forma bastante resumida sobre o assunto, grande parte dos achados científicos sobre o trabalho remoto versa sobre discussões entre os aspectos positivos e negativos, ou seja, vantagens e desvantagens dessa modalidade de trabalho. Além disso, Vebber

e Borges (2022) reafirmaram que existem poucos estudos no Brasil voltados para análise dos impactos do teletrabalho na saúde emocional dos trabalhadores, percebe-se ainda, que há mais estudos envolvendo servidores públicos do que em técnicos administrativos de instituições educacionais privadas.

Outro aspecto relevante evidenciado nos estudos de Lopes e Lunardi (2022) e Zagati (2022), desenvolvidos com servidores de universidades, se referem aos aspectos positivos do trabalho remoto, fazendo menção à flexibilidade no horário de trabalho, redução do tempo e de gastos com transporte. Além disso, os técnicos-administrativos mencionaram maior concentração para o desempenho do trabalho, redução de interrupções durante o trabalho remoto, maior contato com os familiares, assim como intenção de continuidade de uso do teletrabalho, mesmo após a pandemia. Em síntese, as vantagens de se trabalhar de forma remota se sobressaíram quanto às desvantagens.

Ademais diante da configuração pandêmica apresentada e os diversos desafios impostos à comunidade acadêmica, as pesquisas de Montenegro, Queiroz e Dias (2020) e de Lima (2022) apontaram, de forma geral, a necessidade de busca de recursos e estratégias de enfrentamento diante das adversidades, sendo que os achados científicos constataram o aumento de atividades que envolvem acesso à *internet*, ler, ouvir música, assistir série ou filmes e praticar atividade física. Nesse sentido, também é válido acrescentar a importância das redes de apoio sociais, familiares e institucionais na redução de riscos à saúde emocional e física no período pandêmico (Jantara *et al.*, 2021).

Em pesquisas em bases científicas, observa-se que há poucos estudos que envolvam a comunidade acadêmica como um todo. No entanto, foi encontrada a pesquisa empírica de Ribeiro *et al.* (2021), os quais pesquisaram sobre os efeitos da Covid-19 na saúde mental em 586 pessoas pertencentes a Universidade Federal de Ciência da Saúde de Porto Alegre, dentre eles docentes, discentes de graduação e pós, servidores, estagiários e bolsistas, porém não foi realizado um estudo comparando os diferentes públicos.

Há de se destacar também, o estudo de revisão integrativa de Ribeiro *et al.* (2023) sobre os impactos e efeitos psicológicos da pandemia da Covid-19 na atividade universitária. Dessa maneira, observa-se lacunas na literatura que tenham como proposta estudar os efeitos da Covid-19 na saúde emocional e física na comunidade acadêmica envolvendo todos os membros, um dos motivos que justifica a presente pesquisa, além das contribuições em subsidiar programas institucionais visando o bem-estar acadêmico.

Diante do exposto, a proposta desse estudo foi analisar e comparar os impactos na saúde emocional e física, considerando o corpo técnico-administrativo, docentes e discentes

pertencentes a uma IES privada. Além disso, buscou-se identificar os hábitos e estratégias adotadas durante o período pandêmico, somados aos suportes ou redes de apoio familiar e institucional, e se haviam diferenças de percepções das variáveis estudadas entre os três grupos envolvidos. Tendo em vista, a literatura pesquisada, teve-se como hipótese que devido ao menor período de distanciamento social, o grupo de técnicos-administrativos possivelmente teriam menores impactos em sua saúde física e emocional. Enquanto os discentes teriam maiores prejuízos à sua condição de saúde, e menor repertório de estratégias e hábitos adotados, assim como as redes de apoio familiar e institucional.

Com este estudo esperou-se contribuir com as universidades no sentido de conscientizá-las da importância do estabelecimento de políticas institucionais que visem a implantação de programas voltados para a saúde emocional e desenvolvimento de estratégias de enfrentamento assertivas para todos os membros da comunidade acadêmica. Além de possibilitar a ampliação do tema e compreensão do contexto pandêmico no âmbito educacional e científico.

2 MÉTODO

Tratou-se de um estudo com delineamento misto, de cunho exploratório-descritivo, comparativo, com análises documentais, amostragem por conveniência e abordagem quantitativa. Para Gil (2002) e Silva *et al.* (2009), a pesquisa de caráter documental é elaborada a partir de materiais ou dados que não receberam tratamento analítico, os quais expressam de alguma forma o modo de ser, viver e compreender um determinado acontecimento.

Além disso, essa pesquisa pode ser definida como exploratória-descritiva, a qual busca fazer o levantamento de informações e descrição das características de determinado grupo ou fenômeno, assim como relacionar determinadas variáveis. Quanto à abordagem, ou seja, forma de analisar os dados, se caracteriza como quantitativa, pois quantifica os dados e opiniões mediante o emprego de recursos técnicos estatísticos (Gil, 2002; Gonçalves, 2014).

2.1 Participantes

Contou-se com uma amostra não probabilística de 403 membros pertencentes a uma IES privada localizada no estado de São Paulo, a qual possui 38 cursos de graduação de diferentes áreas Exatas, Sociais, Saúde e Humanas, numa população total de 4.686 pessoas. Para tanto, participaram 82 pessoas que compõem o corpo técnico-administrativo, 115 docentes e 206 discentes, tendo como único critério de inclusão possuir vínculo com a Instituição e critérios de

exclusão todos que responderam de forma incompleta, ou que se encontrassem em licença maternidade, afastados ou de férias e menores de 18 anos.

2.2 Instrumentos

2.4.1 Questionário sobre “Percepções dos impactos da pandemia na saúde física e emocional em Instituição de Ensino Superior”

O instrumento possui três eixos temáticos, totalizando 20 questões objetivas, distribuídas em: a) Aspectos pessoais: saúde física e emocional, estratégias e/ou hábitos adotados; b) Demandas e Suporte Familiar e c) Aspectos Institucionais, tendo como seis opções de respostas tipo *likert*, sendo (1) discordo totalmente, (2) discordo, (3) tendo a discordar, (4) tendo a concordar, (5) concordo e (6) concordo totalmente (APÊNDICE A).

2.3 Procedimentos de Coleta de Dados

Primeiramente foi solicitada permissão à IES, conforme termo de aquiescência apresentado ao comitê de ética, autorizando o desenvolvimento da pesquisa, aplicação de questionários com os discentes universitários, bem como a utilização dos dados documentais referentes ao questionário de saúde física e emocional, hábitos e estratégias adotadas no enfrentamento da pandemia, bem como rede de apoio familiar e institucional, os quais foram aplicados pela IES em plataforma digital própria, no segundo semestre 2021, sendo que, em nenhum momento os participantes foram identificados, garantindo o sigilo.

Mediante anuência da IES, a proposta de pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa - CEP com seres humanos (Parecer nº 5.065.691 e CAAE 52667921.5.0000.5502). Tal procedimento seguiu as diretrizes do Conselho Nacional de Saúde, da Resolução N° 466/2012, para pesquisas envolvendo seres humanos.

A Parte 1 do estudo consistiu na análise documental dos dados da pesquisa com docentes e colaboradores mencionados acima. Há que se destacar que a pesquisadora foi convidada a fazer parte da elaboração do questionário, bem como contou com juízes compostos por professores e alunos do curso da Psicologia que auxiliaram na validação do instrumento e indicações de ajustes necessários. Na sequência deu-se prosseguimento na Parte 2, sendo que as informações sobre o estudo foram enviadas por *e-mail* pelo setor de comunicação da própria Instituição participante para os discentes (seguindo as proposições da Lei de Proteção de Dados), bem como foi encaminhado pelo *WhatsApp* aos coordenadores de curso para que

repassassem aos representantes de curso até chegar a todos os alunos da IES. Esse tipo de metodologia também é conhecido como bola de neve virtual.

Os participantes que aceitaram o convite precisaram concordar e assinalar a opção “aceito participar”, do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que continha esclarecimentos sobre os objetivos da pesquisa, condições de aplicação e questões éticas. Então acessaram o questionário que foi disponibilizado por um *link* no *Google Forms*. Caso desistissem de participar, apenas deveria fechar a página no navegador.

Após aceite digital, os alunos tiveram acesso ao questionário, o mesmo aplicado em docentes e colaboradores da IES, porém com alguns ajustes de termos, sendo que o respondente deveria assinalar com (X) na resposta que mais correspondesse a sua percepção e o tempo de resposta foi aproximadamente de 10 a 15 minutos, e por fim, clicar “enviar questionário”. A aplicação com os discentes ocorreu no segundo semestre 2021, a participação deles ocorreu de forma voluntária e, para minimizar qualquer desconforto e manter a privacidade, o questionário apresentou caráter anônimo. Dessa forma, após o envio do questionário não foi possível excluí-lo do banco de dados.

2.4 Procedimentos de Análise de Dados

Os dados coletados foram agrupados e organizados via *Microsoft Excel*, bem como a análise dos dados foi com base no *software* estatístico *Statistical Package for Social Sciences - SPSS*, versão 25, sendo realizada estatística descritiva com análise de percentual das variáveis estudadas, sendo elas, saúde emocional, física, estratégias e redes de apoio. Na sequência, foi realizada análise de variância (ANOVA), teste estatístico para comparar as variâncias entre as médias ou medianas de diferentes grupos (técnicos-administrativos, docentes e discentes). Todas as análises foram realizadas ao nível de 5% de significância (Cozby, 2003).

3 RESULTADOS

Os resultados obtidos no presente estudo se referem a coleta de dados em três grupos de participantes, sendo: técnicos-administrativos (n=82), docentes (n=115) e discentes (n=206). Os dados foram subdivididos em três categorias: 1) saúde física e emocional x hábitos adotados durante a pandemia, 2) demandas e suporte familiar e 3) aspectos institucionais.

3.1 Saúde Física e Emocional x Estratégias e Hábitos adotados

Os dados da Tabela 1 indicaram que os três grupos possuem muitas similaridades quanto às médias das respostas sobre o impacto da Covid-19, sendo a média de percentual de respostas, de 27,35% para o grupo de técnicos, 32,30% para docentes e 33,91% para discentes.

Tabela 1 – Dados percentuais sobre os impactos da Covid-19, perdas e busca por ajuda profissional em colaboradores, docentes e discentes

DURANTE O PERÍODO DA PANDEMIA	TÉCNICOS-ADMINISTRATIVOS n= 82	DOCENTES n= 115	DISCENTES n= 206
1. Testou positivo para a Covid-19	15,85%	11,30%	19,42%
2. Sofreu perdas pessoais e afetivas (morte de entes queridos pela Covid-19)	29,27%	37,39%	33,50%
3. Sua família sofreu perdas financeiras (desemprego da esposa, marido ou filhos) pela Covid-19	35,37%	37,39%	30,58%
4. Houve hospitalização de familiares por conta da Covid-19	31,71%	34,78%	39,32%
5. Procurou ajuda psicológica por algum motivo pessoal ou profissional	21,95%	26,96%	45,63%
6. Procurou ajuda médica por algum sintoma físico ou psíquico	37,80%	48,70%	50,49%
7. Foi diagnosticado(a) com alguma doença física ou psíquica	19,51%	29,57%	18,45%
MÉDIA POR GRUPO	27,35%	32,30%	33,91%

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Notou-se baixo índice de participantes infectados pela Covid-19, com percentual menor que 20% da amostra nos três grupos. A frequência maior de respostas se refere a busca por ajuda médica em docentes e discentes e, quanto a ajuda psicológica, houve maior predominância no grupo de alunos. Por outro lado, os professores tiveram maior incidência no diagnóstico com alguma doença física ou psíquica com 29,57%. Quanto a hospitalização de familiares, perdas pessoais, afetivas ou financeiras tiveram índice abaixo de 40% nos três grupos.

Os dados indicados na Tabela 2 mostraram as análises realizadas por meio do teste estatístico ANOVA, os quais apontaram os percentuais das variâncias das médias relacionadas aos fatores sobre saúde emocional, física e adoção de hábitos e estratégias durante o período pandêmico.

Tabela 2 – Análise estatística dos percentuais de variâncias das médias (ANOVA) relacionadas à saúde física e emocional/hábitos adotados durante a pandemia em técnicos-administrativos, docentes e discentes

FATORES AVALIADORES	PARTICIPANTES	MÉDIA	ANOVA (F)	P
1. Comparando sua saúde física antes e durante a pandemia, você considera: ruim, regular, bom ou ótimo	Técnicos-administrativos	2,70	35,038	*,000
	Docentes	3,28		
	Discentes	3,88		
2. Comparando sua saúde emocional antes e durante a pandemia, você considera: ruim, regular, bom ou ótimo	Técnicos-administrativos	2,15	56,403	*,000
	Docentes	2,92		
	Discentes	3,61		
3. Sintomas Físicos	Técnicos-administrativos	2,64	37,150	*,021
	Docentes	4,64		
	Discentes	6,01		
4. Sintomas Emocionais	Técnicos-administrativos	2,74	74,813	*,000
	Docentes	4,08		
	Discentes	7,58		
5. Estratégias/Hábitos adotados para reduzir sintomas físicos e emocionais	Técnicos-administrativos	4,86	3,898	*,000
	Docentes	5,39		
	Discentes	5,78		

Nota: * p<0,05

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Foi possível constatar que o grupo de discentes teve maior impacto em sua saúde física (3,88) e emocional (3,61) de acordo com suas percepções de antes e durante a pandemia, na sequência os professores e com menor média, os técnicos-administrativos. Apesar da percepção maior dos graduandos quanto aos sintomas físicos (6,01) e emocionais (7,58) notou-se que eles acionaram com maior frequência a adoção de estratégias e hábitos (5,78), geralmente utilizadas como ações protetivas com o intuito de reduzir tais impactos.

De acordo com a Tabela 3, pôde-se identificar os principais sintomas físicos evidenciados nos três grupos pesquisados.

Tabela 3 – Percentuais do rastreamento de sintomas físicos em técnicos-administrativos, docentes e discentes

SINTOMAS FÍSICOS	TÉCNICOS- ADMINISTRATIVOS N= 82 %	DOCENTES N= 115 %	DISCENTES N= 206 %
Cansaço físico / tensão muscular	43,90	60,00	78,10
Dores de coluna	23,17	38,26	61,20
Dores no pescoço, ombros e braços	21,95	46,08	56,70
Dores de cabeça	20,73	45,21	65,20
Alteração no padrão de sono	28,05	45,22	71,10
Alteração nos hábitos alimentares	24,39	39,12	56,20
Fadiga nos olhos	7,32	53,20	49,56
Dificuldade de concentração / memorização	23,17	38,26	72,60
Nenhuma das alternativas	32,93	13,04	1,00

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Dentre os principais sintomas físicos, observou-se que o cansaço físico e tensão muscular foi o de maior frequência nos três grupos, discentes (78,10%), docentes (60%) e técnicos (43,90%). Os sintomas de dores no corpo como: coluna, pescoço, ombros e braços, dores de cabeça, assim como alteração do sono e hábitos alimentares foram os que mais se destacaram no grupo dos técnicos-administrativos, porém com percentuais abaixo de 30%. No grupo de professores, houve predomínio dos mesmos sintomas dos técnicos, porém com porcentagens abaixo de 50, além da fadiga nos olhos (53,20%).

Os discentes apresentaram percentuais maiores que os docentes em quase todos os sintomas, além da maioria dos alunos (72,60%) ter apontado dificuldade de concentração e memorização. Outro dado relevante refere-se que 32,93% dos colaboradores mencionaram que nenhum dos sintomas foi percebido durante o período pandêmico, podendo estar relacionado a médias mais baixas quanto ao impacto na saúde.

Quanto aos resultados distribuídos na Tabela 4, foi evidenciado que os discentes apresentaram escores maiores em todos os sintomas avaliados sobre saúde emocional. Mesmo o fator com menor frequência (17,40%) associados a ideias ou pensamentos suicidas identificados em universitários, torna-se importante devida a gravidade e significativo impacto na vida das pessoas envolvidas.

Tabela 4 – Percentuais do rastreamento de sintomas emocionais em técnicos-administrativos, docentes e discentes

SINTOMAS EMOCIONAIS	TÉCNICOS- ADMINISTRATIVOS N= 82 %	DOCENTES N= 115 %	DISCENTES N= 206 %
Cansaço mental / Fadiga	39,02	70,43	76,10
Ansiedade	50,00	60,00	82,10
Estresse	34,15	42,61	80,10
Depressão	4,88	5,22	27,90
Alteração de humor	26,83	40,00	67,20
Sobrecarga de atividades	21,95	55,65	57,20
Angústia	19,51	38,26	63,70
Medo	15,85	34,78	45,30
Tristeza	15,85	25,22	55,20
Desesperança / Desamparo	8,54	15,65	43,30
Esgotamento profissional/ acadêmico	14,63	33,91	73,60
Baixa autoestima	13,41	19,13	54,70
Choro frequente	9,76	8,70	30,30
Pensamentos ou ideias suicidas	1,22	1,74	17,40
Nenhuma das alternativas	19,51	11,30	1,00

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Dos sintomas emocionais investigados ficou nítido que no grupo de colaboradores, a ansiedade foi o de maior predominância com percentuais de 50%. Entre os professores, destacaram-se sintomas de cansaço mental ou fadiga, ansiedade e sobrecarga de atividades. Enquanto nos discentes houve prevalência dos sintomas de ansiedade, estresse, esgotamento acadêmico, alteração de humor e angústia.

Os dados da Tabela 5 retrataram sobre as estratégias e hábitos adotados durante a pandemia entre os membros da comunidade acadêmica.

Tabela 5 – Percentuais do rastreamento das estratégias / hábitos adotados na pandemia em técnicos-administrativos, docentes e discentes

ESTRATÉGIAS/ HÁBITOS ADOTADOS NA PANDEMIA	TÉCNICOS- ADMINISTRATIVOS N= 82 %	DOCENTES N= 115 %	DISCENTES N= 206 %
Assistir série ou filme	43,90	57,39	67,20
Ouvir música	47,56	40,00	67,60
Atividade física	42,68	53,91	44,60
Espiritualidade	45,12	51,30	28,90
Passeio ao ar livre / Natureza	41,46	33,04	37,70
Alimentação saudável	40,24	39,13	27,50
Apoio de familiares	34,15	39,13	43,60
Apoio de amigos / colegas	21,95	24,35	43,60
Profissionais da saúde	16,51	27,83	28,90
Uso de medicamentos	15,85	18,26	29,90
Meditação / relaxamento	9,76	22,61	19,60
Culinária	15,85	18,26	27,00
Redes sociais	23,17	32,17	40,20
Cuidados estéticos	8,54	11,30	23,50
Artesanatos	6,10	6,96	13,20
Nenhuma das alternativas	4,88	2,61	0,50

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Os percentuais abrangidos na Tabela 5 constataram que assistir série ou filme, ouvir música e praticar atividade física tiveram maior preferência nos grupos pesquisados. O fator espiritualidade prevaleceu no grupo de docentes e técnicos-administrativos, contudo, os discentes buscaram com maior frequência apoio de familiares e amigos, maior uso das redes sociais e medicamentos.

3.2 Demandas e Suporte Familiar durante a pandemia da Covid-19

As análises estatísticas obtidas para averiguar possíveis impactos da Covid-19, demandas e rede de apoio familiar apontaram diferenças significativas nas médias entre os grupos, conforme apresentado na Tabela 6.

Tabela 6 – Percentuais da análise estatística ANOVA quanto à percepção das demandas e apoio familiar em técnicos-administrativos, docentes e discentes

FATORES AVALIADORES	PARTICIPANTES	MÉDIA	ANOVA (F)	P
Tem conseguido conciliar demandas da família com as da universidade	Técnicos-administrativos	4,94	19,105	*,000
	Docentes	4,14		
	Discentes	3,78		
Posso contar com o apoio/suporte familiar	Técnicos-administrativos	5,53	13,083	*,000
	Docentes	5,46		
	Discentes	4,91		

Nota: * p<0,05

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Os resultados comprovaram que o grupo de colaboradores obteve médias mais altas tanto em conseguir conciliar demandas da família com as da universidade/trabalho (4,94), como também puderam contar com o apoio e suporte familiar (5,53). Na sequência foi o grupo de professores e, com menor média, o grupo de alunos.

3.3 Percepções sobre os aspectos institucionais durante o período da pandemia

No que se refere aos resultados demonstrados na Tabela 7, confirmaram que o item avaliado sobre sentir vontade em abandonar os estudos ou o trabalho teve maior frequência em discentes (3,80) e menor em colaboradores (2,07).

Tabela 7 – Percentuais da análise estatística ANOVA quanto à percepção dos aspectos institucionais em técnicos-administrativos, docentes e discentes

FATORES AVALIADORES	PARTICIPANTES	MÉDIA	ANOVA (F)	P
Sentiu vontade de abandonar o curso ou o trabalho durante o período pandêmico	Técnicos-administrativos	2,07	36,636	*,000
	Docentes	2,32		
	Discentes	3,80		
Você conhece a missão, visão e valores da Instituição de Ensino	Técnicos-administrativos	5,47	58,084	*,000
	Docentes	5,61		
	Discentes	4,32		
Sente orgulho em estudar ou trabalhar nessa Instituição	Técnicos-administrativos	5,46	34,521	*,000
	Docentes	5,76		
	Discentes	4,85		
As informações e políticas institucionais para contenção da Covid-19 na Instituição são claras, objetivas e eficientes.	Técnicos-administrativos	5,51	34,099	*,000
	Docentes	5,66		
	Discentes	4,78		
Posso contar com o suporte e apoio da Instituição.	Colaboradores	4,84	17,278	*,000
	Docentes	5,25		
	Discentes	4,38		

Nota: * p<0,05

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Em todos os outros fatores avaliados como cultura, pertencimento, informações sobre políticas institucionais quanto a contenção da Covid-19 e suporte institucional, o grupo de professores universitários apresentou média maior, assim como os discentes indicaram percentuais menores.

4 DISCUSSÃO

4.1 Saúde Física e Emocional x Estratégias e hábitos adotados

Considerando os objetivos propostos que foi analisar e comparar as percepções dos impactos da Covid-19 em uma comunidade acadêmica, os dados obtidos evidenciaram sofrimento por perdas pessoais, afetivas, financeiras, hospitalização de familiares, bem como resultando em prejuízos para a saúde física e emocional da população investigada, sendo que tais achados científicos corroboram com a pesquisa de Ribeiro *et al.* (2021), os quais investigaram os membros de uma universidade federal e constataram que os sentimentos mais prevalentes foram impotência, angústia, medo de perder familiares, irritabilidade e tristeza.

Nessa mesma direção, um estudo de revisão integrativa realizado por Ribeiro *et al.* (2023) também mostrou resultados semelhantes, atribuindo tais agravamentos à saúde emocional, fatores relacionados com o distanciamento social prolongado, mudanças advindas do ensino remoto, crise econômica e incertezas quanto ao futuro profissional.

Ainda sobre os impactos da pandemia, depreende-se que houve maior prevalência em relação ao sofrimento emocional do que o físico, assim como maior incidência no grupo de discentes e menor em colaboradores. Tal achado pode estar relacionado ao tempo de distanciamento social entre os grupos, uma vez que discentes e docentes seguiram o modelo de ensino remoto por dois anos consecutivos, enquanto os técnicos-administrativos adotaram o modelo híbrido. Além disso, Akat e Karatas (2020) comentaram que os jovens universitários apesar de não pertencerem ao grupo de risco, se mostraram altamente vulneráveis psicologicamente pelo contexto pandêmico, apresentando altos níveis de ansiedade, estresse, depressão, medo e angústia, devido ao distanciamento social e acesso constante às redes sociais e informações distorcidas.

Dentre os principais sintomas físicos apresentados nesse estudo, houve predominância de tensão muscular, dores na coluna, costas, ombros, cabeça, fadiga nos olhos nos três grupos investigados, o que é possível ter uma relação direta pela postura corporal e tempo maior frente às telas do computador e celular por conta do ensino e trabalho remoto, dados também confirmados no estudo Guimarães *et al.* (2022), Lima (2022) e Soares (2021). Tais autores reforçaram a necessidade de as IES investirem em recursos de trabalhos apropriados, bem como orientações ergonômicas para o trabalho remoto.

Quanto aos estudantes universitários verificou-se que há poucas pesquisas que envolvem relatos de sintomas ou doenças físicas em universitários durante a pandemia. Dentre os estudos encontrados percebeu-se que os objetivos estão mais voltados para a prática de atividade física em universitários e apontamentos de que houve uma redução dessa prática durante a pandemia, o qual consideram como fator importante na regulação da saúde física e emocional dos universitários (Dumith *et al.*, 2022; Francisco *et al.*, 2021; Guimarães *et al.*, 2022; Santos, *et al.* 2022).

No que se refere a prevalência dos sintomas emocionais na comunidade acadêmica investigada, é unânime na literatura nacional e internacional evidências de que a migração do ensino presencial para o ensino remoto de forma abrupta afetou tanto docentes como discentes, podendo ocasionar efeitos negativos para a saúde emocional, como sentimentos de medo, estresse, ansiedade, depressão, luto, raiva, culpa, e desamparo diante da incerteza, vistos como respostas emocionais comuns em contextos de emergência (Gundim *et al.*, 2021; Gutiérrez

Garcia *et al.* 2021; Maia, Dias, 2020; Santos *et al.*, 2022; Santos; Silva; Belmonte, 2021; Teixeira; Dahl, 2020; Ribeiro *et al.* 2021).

No âmbito laboral, Zagati (2022) identificou em pesquisa realizada com 975 técnicos-administrativos, que a maioria percebeu o trabalho remoto como uma possibilidade a ser incorporada em seu cotidiano profissional. Complementar ao estudo citado, alguns pesquisadores com Araújo (2020), Araújo e Lua (2021), Lopes e Lunardi, (2022), Vebber e Borges (2022), apontaram em seus estudos que o teletrabalho proporciona maior autonomia no trabalho, flexibilidade nos horários, diminuição do estresse, maior interação com a família, melhoria na qualidade de vida pessoal, assim como sensação de menor exposição ao Covid-19, à violência urbana e ao trânsito.

Portanto, de forma geral, identificou-se que tais vantagens do trabalho remoto parecem justificar ou estar relacionadas com níveis menores de sintomas físicos e emocionais em técnicos-administrativos. Em contrapartida, verificou-se que o ensino remoto, o distanciamento social e seus desdobramentos, tanto para discentes como docentes, presume-se ter ocasionado em mais desvantagens, refletindo na saúde emocional e prejuízos na qualidade de vida.

Em decorrência do contexto pandêmico e os impactos na saúde física e emocional, a população investigada foi questionada quanto à adoção de estratégias e hábitos durante a pandemia para atenuar tais efeitos, constatou-se que nos três grupos pesquisados houve maior percentual em assistir série ou filme, ouvir música e praticar atividade física. Esses dados são semelhantes ao estudo de Clemente e Stoppa (2020); Montenegro, Queiroz e Dias (2020), Ribeiro *et al.* (2020) e Zibetti; Fritsch Felippen; Serralta; Yung Delbem (2024), os quais reforçaram que a quarentena despertou várias vivências relacionadas ao ambiente virtual e doméstico, e ainda acrescentaram ter sido positiva a capacidade de as pessoas reinventarem momentos de lazer.

Outro achado científico se refere aos universitários, os quais tiveram maior comprometimento em sua condição de saúde física e emocional e, ao mesmo tempo, precisaram utilizar mais recursos para atenuar os efeitos ou sintomas ocasionados pelo impacto da Covid-19. No caso específico do presente estudo, pareceu que pessoas mais jovens tenderam a apresentar menores níveis de resiliência comparadas aos adultos. Assim como encontrado no estudo de Dias *et al.* (2024) com graduandos, o qual evidenciou que as idades menores de 20 anos obtiveram níveis baixos de resiliência, sendo nas idades de 26 até maiores de 30 anos, moderadamente alta. Questiona-se se na fase inicial do processo de resiliência, ou seja, diante do enfrentamento de fatores que envolvem riscos para a saúde emocional, mais recursos

protetivos são buscados e em qual momento do processo de resiliência os fatores de proteção se consolidam, o que merecem outros estudos.

4.2 Demandas e Suporte Familiar

Os dados obtidos sobre demandas e suporte familiar podem ser confirmados com o estudo de Silva e Ximenes (2022) realizado com estudantes de nível superior, o qual obteve como resultado que quanto menor é o suporte social, maior é a probabilidade do desencadeamento de doenças psicológicas. Do mesmo modo, Lopes (2021) em sua pesquisa com 385 alunos da Universidade de Coimbra, os resultados evidenciaram a influência do suporte social familiar como fator de proteção na ansiedade, depressão e estresse. Prime, Wade e Browne (2020) ressaltaram sobre o papel preponderante da família na redução dos impactos ocasionados pelo contexto pandêmico. Em outras palavras, quanto mais o aluno perceber o apoio e suporte em suas relações sociais, considerando a família, amigos, colegas, docentes e instituições, mais ainda poderá aumentar concomitantemente a satisfação com a vida, sentimento de bem-estar e melhorias nos níveis de saúde emocional.

Ademais, em estudo semelhante desenvolvido por Jantara *et al.* (2021), que investigaram a percepção do apoio social em período de pandemia em 147 graduandos de enfermagem, notou-se que as variáveis estudadas como depressão, ansiedade, estresse e ideação suicida estiveram associadas à fragilidade nas redes sociais, ou seja, baixa percepção do apoio social pelos participantes. No entanto, os resultados indicaram que, com o contexto pandêmico, houve mudanças na dinâmica das redes de apoio, pois muitos estudantes voltaram a morar com a família, outros ainda se distanciaram dos colegas e professores, exigindo, de alguma forma, a reorganização dessas redes de apoio social.

4.3 Percepções sobre os aspectos institucionais

Quanto às percepções sobre os aspectos institucionais, constatou-se que os discentes apresentaram maior percentual quanto à vontade em abandonar o curso, dados também encontrados por Pimentel *et al.* (2023) em estudo com 124 universitários peruanos e identificaram a presença de risco moderado de abandono universitário em 58,9% da amostra, sendo a maioria mulheres. Dentre os fatores de risco de abandono, destacaram-se a situação socioeconômica da família, fator pessoal vinculado à falta de motivação e o fator acadêmico.

Além disso, Rodrigues (2022) discutiu sobre o engajamento acadêmico de universitários, que tem relação com as perspectivas futuras de carreira profissional, aspirações pessoais, envolvimento afetivo e experiências positivas acadêmicas, bem como a conquista do aprendizado e alcance de seus objetivos proporcionam a sensação de satisfação e bem-estar, consequentemente proporcionando maior engajamento. Heringer (2022) complementou que o conceito de engajamento estudantil deve também estar permeado pelo compromisso da instituição em promover meios para viabilizar este engajamento, em diferentes dimensões como pedagógica, acadêmica e social.

De maneira geral, os dados sobre os aspectos institucionais foram mais evidenciados no grupo de docentes, seguidos dos técnicos-administrativos e discentes. É fundamental reforçar que as percepções positivas quanto à IES podem estar relacionadas ao fato de que mesmo antes da pandemia a Instituição pesquisada havia adotado a plataforma *Microsoft Moodle* para o planejamento das aulas, bem como oferecia constantes capacitações para a utilização de metodologias ativas, sala de aula invertida, e contava com setores que davam suporte pedagógico e de inclusão aos discentes e docentes, bem como suporte psicológico destinado à comunidade acadêmica.

Com o cenário pandêmico, também houve investimentos em capacitações para a utilização da plataforma digital, bem como de outras ferramentas digitais de informação e comunicação, somadas às várias *lives* abordando sobre saúde emocional, ergonomia, estratégias de estudo e constantes reuniões de acompanhamento, ou seja, a IES demonstrou interesse em apoiar a comunidade acadêmica. Dados semelhantes com o presente estudo foram encontrados na pesquisa de Silva *et al.* (2022), no qual a maioria dos docentes universitários demonstrou concordância quanto às políticas institucionais no período pandêmico.

Na maioria dos estudos que abordam a saúde emocional na comunidade acadêmica, é comum o discurso do papel das IES como promotoras de suporte social e inúmeras recomendações para que as universidades disponibilizem atenção especial às estratégias de cuidados preventivos, avaliativos e de monitoramento ao sofrimento psicológico. Para que também desenvolvam ações voltadas para a promoção da qualidade de vida, estratégias de enfrentamento, comportamentos resilientes com o intuito de atenuar os efeitos na saúde emocional desencadeado pelo contexto da pandemia e pós-pandemia. Implantem programas continuados para atender e acompanhar a saúde da comunidade, por meio de parceria com serviços especializados com profissionais da saúde e criação de núcleos de apoio psicopedagógico destinado ao acolhimento e intervenções com os membros da comunidade

acadêmica (Rodrigues; Barbosa; Tonete, 2022; Rosendo, *et. al.* 2022; Sunde, 2022; Texeira; Dahl, 2020).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

No presente estudo, foi possível constatar que os universitários apresentaram maiores prejuízos em sua condição física e emocional, assim como os outros fatores aqui avaliados, quando comparados com o grupo de docentes e técnicos. Isso pode justificar a necessidade de os estudantes precisarem adotar mais hábitos e estratégias de enfrentamento, possivelmente com o intuito de atenuar os efeitos causados pelos agentes estressores pandêmicos. Paralelo a isso, pode-se evidenciar maior frequência de respostas dos graduandos em abandonar os estudos, conciliar demandas da família com as do trabalho/universidade, apoio familiar e institucional, o que sinaliza sua vulnerabilidade psicológica.

Dessa forma, apontou-se dados pertinentes para a compreensão e investigação de aspectos relacionados à saúde física e emocional, mostrando que apesar das estratégias de enfrentamento, do suporte familiar e institucional oferecido à comunidade acadêmica, o contexto da pandemia por si só é um potente desencadeador de sofrimento emocional pela vivência surreal e de impacto mundial. Cabe mencionar que no ambiente acadêmico, mesmo antes e pós-pandemia, os impactos na saúde emocional se faziam e se fazem presentes pelos constantes desafios educacionais.

Considerando ainda, a transição do Ensino Médio para o Ensino Superior, o que exige dos universitários várias adaptações pedagógicas e de socialização, sobrecarga de atividades, ansiedade com provas e com o desempenho acadêmico. Além de que o término da graduação, muitas vezes provoca insegurança quanto a inserção no mercado de trabalho e às competências adquiridas, o que conduzirá a novas adaptações. Sendo assim, destaca-se a necessidade de uma capacitação específica para os profissionais da Educação (docentes e técnicos) que são membros que perduram e transitam por mais tempo nas IES para que possam servir de apoio e acolhimento aos estudantes durante a jornada universitária.

Conclui-se que esse estudo contribuiu para uma melhor compreensão da temática e dos impactos da pandemia vivenciados entre os membros da comunidade acadêmica, assim como é indispensável, no contexto atual, a implantação de forma mais precisa de políticas e programas institucionais voltados para a saúde física e emocional, organização de jornadas sobre saúde emocional. Incluindo discussões sobre ergonomia, incentivo às práticas de

atividades físicas e implantação de núcleos de apoio psicopedagógico, visando o bem-estar dos envolvidos.

Adicionalmente a isso, a pandemia trouxe às IES novos desafios relacionados com a inovação tecnológica que impactaram em questões pedagógicas e laborais, como, por exemplo maior visibilidade da Educação à Distância (EaD), ensino híbrido, disseminação do conhecimento de forma mais rápida, plataformas digitais mais interativas, buscando atender ao novo perfil do estudante, que está em constante conexão com o mundo virtual.

Apesar das importantes apreciações desse estudo, ainda são necessárias novas pesquisas na área que possam aprofundar a temática em questão, buscando dados que permitam discutir sobre os diversos fatores estressores acarretados pelo ambiente acadêmico em diferentes públicos, bem como relacioná-los a dados sociodemográficos como idade, escolaridade, gênero, curso, atividade física, hábitos alimentares, qualidade do sono, espiritualidade, entre outros. Sugere-se também estudos comparativos entre universidades públicas e privadas, assim como pesquisas longitudinais para avaliar o efeito pós-pandemia na comunidade acadêmica, ou que abordem sobre a estruturação de programas avaliativos, preventivos e interventivos, assim como a sua eficácia na redução aos danos psicológicos e promoção da saúde emocional diante de mudanças constantes no âmbito educacional.

REFERÊNCIAS

AKAT, M.; KARATAS, K. Psychological Effects of COVID-19 Pandemic on Society and Its Reflections on Education. **Turkish Studies**, v. 15, n. 4, p. 1-13, 2020. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44336>. Acesso em: 18 nov. 2023.

ARAÚJO, T. M.; LUA, I. O trabalho mudou-se para casa: trabalho remoto no contexto da pandemia de COVID-19. Ensaio / Dossiê COVID-19 e Saúde do Trabalhador, **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, [s. l.], v. 46. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/2317-6369000030720>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/LQnfJLrjgrSDKkTNyVfgnQy/>. Acesso em: 02 de abr. 2023.

ARAÚJO, T. S. **Universidade em tempos de pandemia**: um estudo sobre os impactos da adoção do teletrabalho na percepção de servidores públicos. 2020. Dissertação (Mestrado Profissional em Gestão de Processos Institucionais) - Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2020. Disponível em: https://repositorio.ufrn.br/bitstream/123456789/31778/1/Universidatedempospandemia_Araujo_2020.pdf. Acesso em: 10 mar. 2022.

BAPTISTA, M. N.; SOARES, T. F. P.; RAAD, A. J.; SANTOS, L. M. Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, Brasília, [s. l.], v. 19, n. 1, p. 564-570, jun. 2019. DOI:

<http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.1.15417>. Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572019000100008&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 09 abr. 2023.

BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Portaria nº 345, de 19 de março de 2020**. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-345-de-19-de-marco-de-2020-248881422?inheritRedirect=true&redirect=%2Fweb%2Fguest%2Fsearch%3FqSearch%3DPoortaria%2520345%2520de%252019%2520de%2520mar%25C3%25A7o%2520de%25202020>. Acesso em: 18 abr. 2021.

BRASIL. GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO. **SP contra o novo coronavírus: tudo sobre a quarentena**. Disponível em: [Quarentena | Governo do Estado de São Paulo \(saopaulo.sp.gov.br\)](http://saopaulo.sp.gov.br). Acesso em: 26 mar. 2023.

CLEMENTE, A. C. F.; STOPPA, E. A. Lazer doméstico em tempos de pandemia da covid-19. **LICERE** - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer, Belo Horizonte, v.23, n.3, p. 460–484, set. 2020. DOI: doi.org/10.35699/2447-6218.2020.2552446 0. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25524/19933>. Acesso em: 18 mar. 2023.

COZBY, P. C. **Métodos de pesquisa em ciências do comportamento**. São Paulo, Atlas, 2003.

DIAS, A. C. F.; ALVES, A. C. S.; PENHA, J. R. L.; BRITO, I. A. M. P.; XAVIER, T. L.; OLIVEIRA, C. C.; SILVA, H. E. O.; SOUSA, R. B.; SILVEIRA, M. R. S. D.; DAMASCENO, M. M. S. Resilience among higher education students in mandatory preventive social distance during the Covid-19 pandemic. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 11, n. 10, p. e402111033098, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i10.33098. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/33098>. Acesso em: 3 mar. 2024.

DUMITH, S. C.; VIERO, V. S. F.; ALEXANDRINO, E. G.; SILVA, L. C. B.; TASSITANO, R. M.; DEMENECH, L. M. Pandemia de COVID-19 e inatividade física em estudantes universitários brasileiros: um estudo multicêntrico. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [s. l.], v. 27, p. 1–9. 2022. DOI: 10.12820/rbafs.27e0258. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14775>. Acesso em: 3 abr. 2023.

FRANCISCO, L. P. L.; FERNANDES, C. B.; VIO, N. L.; PASCOAL, I. O.; FEIJÓ, M. R.; CAMARGO, M. L. Impactos da pandemia no estudo e dinâmica de vida de universitários brasileiros. **Conjecturas**, [s. l.], v. 21, n. 4, p. 376–395, out./dez. 2021. Disponível em: <http://conjecturas.org/index.php/edicoes/article/view/196>. Acesso em: 7 abr. 2023.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002. 208p.

GONÇALVES, H. A. **Manual de metodologia da pesquisa científica**. São Paulo: Avercamp, 2005. 144p.

GUIMARÃES, B.; SILVA, T.; MUNHOZ, D.; LANDIVAR, P. Riscos ergonômicos e sintomas musculoesqueléticos em técnicos administrativos do Instituto Federal Catarinense

durante o teletrabalho na pandemia da COVID-19. **Fisioterapia e Pesquisa**, [s. l.], v.29, n.3, p. 278-283. 2022. DOI: 10.1590/1809-2950/22010829032022PT. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fp/a/FkzfdGq4vBRGFWDxJMsDVsm/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 02 abr. 2023.

GUNDIM, V. A.; ENCARNAÇÃO, J. P.; SANTOS, F. C.; SANTOS, J. E.; VASCONCELLOS, E. A.; SOUZA, R. C. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, [s. l.], v.35. 2021. DOI 10.18471/rbe.v35.37293. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/37293/23470>. Acesso em: 25 mar. 2023.

GUTIÉRREZ GARCÍA, R. A.; AMADOR LICONA, N.; SÁNCHEZ RUIZ, A.; FERNÁNDEZ REYES, P. L. Psychological distress, sanitary measures and health status in student's university. **Nova Scientia**, [s. l.], v.13, n.especial. 2021. DOI: <https://doi.org/10.21640/ns.v13ie.2602>. Disponível em: <http://novascientia.delasalle.edu.mx/ojs/index.php/Nova/article/view/2602/1018>. Acesso em: 25 mar. 2023.

HERINGER, R. Desafios inéditos de acesso e permanência no ensino superior durante a pandemia de Covid-19. *In: Impactos da Pandemia de Covid-19 no Ensino Superior: Tendências e Desafios. Caderno de Pesquisa NEPP*, Campinas, n. 92, p. 43 -51, jul. 2022. Disponível em: <https://www.nepp.unicamp.br/biblioteca/periodicos/issue/download/182/CadPesqNEPP92>. Acesso em: 15 abr. 2023.

JANTARA, R. D.; ABREU, D. P. G.; SANTANA, L. L.; PIEXAK, D. R.; OLIVEIRA, S. M. Redes sociais e apoio social em estudantes de enfermagem durante a pandemia covid-19: estudo transversal. **Psico**, Rio Grande do Sul, v.52, n.3. 2021. DOI: <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2021.3.39894> . Disponível em <https://www-periodicos-capes-gov-br.ezl.periodicos.capes.gov.br/index.php/buscaador-primo.html>. Acesso em: 20 mar. 2023.

KAPAROUNAKI, C. K. *et al.* University students' mental health amidst the COVID-19 quarantine in Greece. **Psychiatry Research**, [s. l.], v. 290, ago. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113111>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S016517812031413X>. Acesso em: 26 abr. 2021.

LIMA, A. C. B. **Impactos do teletrabalho nos servidores da Universidade Federal de São Paulo durante a pandemia da Covid-19**. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) - Instituto de Saúde e Sociedade, Universidade Federal de São Paulo, Santos, 2022. Disponível em <https://repositorio.unifesp.br/handle/11600/62837>. Acesso em: 23 mar. 2023.

LOPES, A. L. R.; LUNARDI, G. L. Adoção do teletrabalho em instituições de ensino durante a pandemia da Covid-19: um estudo realizado com os servidores técnico-administrativos da Universidade Federal do Rio Grande – FURG. **Revista de Gestão e Secretariado**, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 26-54, maio/ago. 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.7769/gesec.v13i2.1282>.

Disponível em: <https://revistagesec.org.br/secretariado/article/view/1282/580>. Acesso em: 02 abr. 2023.

LOPES, I. Q. **A influência do funcionamento familiar, do suporte social e de variáveis associadas à COVID-19 na saúde mental de estudantes universitários**. 2021. Dissertação (Mestrado Integrado em Psicologia) - Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, [s. l.], 2021. Disponível em: <https://estudogeral.uc.pt/handle/10316/96501>. Acesso em: 30 jan. 2022.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia** (Campinas), [S. l.], v. 37, 18 mai. 2020. Disponível em: <http://www.scielo.br/j/estpsi/a/k9KTBz398jqfvDLby3QjTHJ/?lang=pt>. Acesso em: 28 jul. 2021.

MORALES, V.; LOPEZ, Y. A. F. Impactos da pandemia na vida acadêmica dos estudantes universitários. **Revista Angolana de Extensão Universitária**, [s. l.], v. 2, n. 2, p. 53-67, jul. 2020. Disponível em: <https://www.portalpensador.com/index.php/RAEU-BENGO/article/view/205>. Acesso em: 19 abr. 2023.

MONTENEGRO, G. M.; QUEIROZ, B. S.; DIAS, M. C. (2020). Lazer em Tempos de Distanciamento Social: Impactos da Pandemia de Covid-19 nas Atividades de Lazer de Universitários na Cidade de Macapá (AP). **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, Belo Horizonte, v.23, n.3, p.1–26. 2020. DOI: <https://doi.org/10.35699/2447-6218.2020.24785>. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/24785>. Acesso em: 09 abr. 2023.

NUNES, R. C. Um olhar sobre a evasão de estudantes universitários durante os estudos remotos provocados pela pandemia do COVID-19. **Research, Society and Development**, [s. l.], v. 10, n.3, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i3.13022>. Disponível em: <https://www.rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/13022> . Acesso em: 19 abr. 2023.

UNESCO. ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A EDUCAÇÃO, A CIÊNCIA E A CULTURA. **A Comissão Futuros da Educação da UNESCO apela ao planejamento antecipado contra o aumento das desigualdades após a COVID-19**. Disponível em: <https://www.unesco.org/pt/articles/comissao-futuros-da-educacao-da-unesco-apela-ao-planejamento-antecipado-contr-o-aumento-das>. Acesso em: 28 jan. 2023.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **Histórico da pandemia de COVID-19**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>. Acesso em: 28 nov. 2022.

PIMENTEL, Y. R.; PARICAHUA, E. W. P.; PARICAHUA, A. K.P.; BORDA, W. Q. Factores de riesgo de deserción universitaria durante la pandemia de COVID-19. **Revista Polo del Conocimiento**, [s. l.] v. 8, n. 3, p. 2121-2132, mar. 2023. DOI: 10.23857/pc.v8i3. Disponível em: <https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/5389/13237#>. Acesso em: 15 abr. 2023.

PRIME, H.; WADE, M.; BROWNE, D. T. Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. **American Psychologist**, v. 75, n. 5, p. 631–643, 2020 <https://doi.org/10.1037/amp0000660>. Acesso em: 19 nov. 2023.

RIBEIRO, D. B.; PRADO, J. N. S.; TRINDADE, L. E. S.; SANTOS, D. S.; NEVES, J. S.; OLIVEIRA, G. A.; RIBEIRO, M. R.; BITENCOURT, G. M. S.; RIBEIRO, T. C.; FONTOURA, M. F. Mental health and quality of life of university professors. **Research, Society and Development**, [s. l.], v. 11, n. 15. 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i15.37193. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/37193>. Acesso em: 7 abr. 2023.

RIBEIRO, L. S.; BRAGÉ, E. G.; RAMOS, D. B.; FIALHO, I. R.; VINHOLES, D. B.; LACCHINI, A. J. B. Efeitos da pandemia de COVID-19 na saúde mental de uma comunidade acadêmica. **Acta Paul Enferm.**, v. 34, eAPE03423, jun., 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/MK9sk5bjx8BqFNsFqMpXs5z/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 03 set. 2023.

RIBEIRO, O. C. F.; SANTANA, G. J.; TENGAN, E. Y. M.; SILVA, L. W. M.; NICOLAS, E. A. Os Impactos da Pandemia da Covid-19 no Lazer de Adultos e Idosos. **LICERE - Revista Do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer, Belo Horizonte**, v. 23 n. 3, p. 391-428. 2020. DOI: <https://doi.org/10.35699/2447-6218.2020.25456>. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/25456>. Acesso em: 18 mar. 2023.

RIBEIRO, Y. P.; SILVA J. F. A.; BARBOSA, A. S.; PACHECO, M. R.; DERGANM. R. A.; SILVA, J. B. C.; MAGALHÃES, A. C. C.; HENRIQUE, A. V. N.; SANTOS, V. Q. DOS; RIBEIRO, N. A. B. Impactos e efeitos psicológicos da pandemia da COVID-19 na atividade universitária. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 4, p. e12266, 27 abr. 2023. <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/12266/7432>. Acesso em 10 nov. 2023.

RODRIGUES, C. C. **O engajamento acadêmico de estudantes de ensino superior privado**. 2022. Dissertação (Mestrado em Educação: Psicologia da Educação) - Programa de Estudos Pós-Graduados em Educação: Psicologia da Educação da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2022. Disponível em: <https://repositorio.pucsp.br/handle/handle/30879>. Acesso em: 07 abr. 2023.

RODRIGUES, T. C. M. M.; BARBOSA, G. C.; TONETE, V. L. P. Enfrentamento do sofrimento psíquico de estudantes no contexto universitário: uma revisão integrativa. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, [s. l.], v. 10, n. 3, p. 590-607, jul./set. 2022. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/revistaelectronica/index.php/refacs/article/view/5718/6389>. Acesso em: 15 abr. 2023.

ROSENDO, L. S.; MEIRELES, A. L.; CARDOSO, C. S.; BANDEIRA, M. B.; PAULA, W.; BARROSO, S. M. Relação entre perfil, hábitos, vivências acadêmicas e resiliência de universitários. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [s. l.], n. 42, p. 1-16. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003242788>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/VvjrfjGQvhssGWFT7gXCFMy/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 abr. 2023.

SANTOS, A. P. R.; SOUZA, J. N. V. A.; SILVA, B. R. V. S.; COSTA, E. C.; OLIVEIRA, M. C. P. O.; AQUINO, J. M.; SANTOS, M. A. M.; BARROS, M. V. G.; SILVA, L. M. P.; CORREIA JUNIOR, M. A. V. Impacto da Covid-19 na saúde mental, qualidade de vida e nível de atividade física em universitários. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [s. l.], v. 27, p. 1–10. 2022. DOI: 10.12820/rbafs.27e0266. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14810>. Acesso em: 3 abr. 2023.

SANTOS; G. M. R. F.; SILVA, M. E.; BELMONTE, B. R. Covid-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. **Revista Brasileiro Saúde Materno Infantil**, [s. l.], v.21, supl 1, fev. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202100S100013>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/b3TVbVHcCZRxkVZPFPK6PHF/?lang=pt>. Acesso em: 25 mar. 2023.

SILVA, A. M. S.; XIMENES, V. M. Discussões sobre Saúde Mental e Suporte Social entre estudantes universitários. **Revista Ciências Humanas**, [s. l.], v. 15, n. 1, 2022. DOI: 10.32813/2179-1120.2022. Disponível em: <https://www.rchunitau.com.br/index.php/rch/article/view/850>. Acesso em: 7 abr. 2023.

SILVA, I. B.; PIMENTA, A. A.; NASCIMENTO, M.; LIMA, T. M. G.; AGUIAR, T. S.; RIBEIRO, R. M.; ALBUQUERQUE, A. T. Teaching work and impact the pandemic in mental health. **Research, Society and Development**, [s. l.], v. 11, n. 10. 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i10.33200. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/33200>. Acesso em: 7 abr. 2023.

SILVA, L. R. C; DAMACENO, A. D.; MARTINS, M. C. R.; SOBRAL, K. M.; FARIAS, I. M. S. Pesquisa documental: alternativa investigativa na formação docente. **Anais IX Congresso Nacional de Educação – EDUCERE e III Encontro Sul Brasileiro de Psicopedagogia**. Paraná: PUCPR, p. 4554 -4566, 2009. Disponível em: https://educere.bruc.com.br/cd2009/pdf/3124_1712.pdf. Acesso em: 11 set. 2021.

SOARES, L. A. **Impactos da pandemia e ensino remoto na saúde mental e física do corpo docente de uma instituição de ensino superior**: um estudo de caso. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Engenharia de Produção) - Universidade Federal Rural do Semi-Árido, Angicos, Rio Grande do Norte, 2021. Disponível em: https://repositorio.ufersa.edu.br/bitstream/prefix/7985/1/LarissaAS_MONO.pdf. Acesso em: 02 abr. 2023.

SUNDE, R. M. Saúde Mental da comunidade universitária na pós-pandemia: desafios e perspectivas. **PSI UNISC**, v.6, n.2, p. 124-138, 2022. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/psi/article/view/17131>. Acesso em: 3 set. 2023.

TEODORO, M. L. M.; ALVARES-TEODORO, J.; PEIXOTO, C. B.; PEREIRA, E. G.; DINIZ, M. L. N.; FREITAS, S. K. P.; RIBEIRO, P.C. C.; GOMES, C. M. A.; MANSUR-ALVES, M. Saúde mental em estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, [s. l.], v. 9, n.2, p. 372-382. 2021. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/refacs/article/view/5409/pdf>. Acesso em: 20 jan. 2022.

TEXEIRA M. R.; DAHL, C. M. Recriando cotidianos possíveis: construção de estratégias de apoio entre docentes e estudantes de graduação em Terapia Ocupacional em tempos de pandemia. **Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional**, [s. l.], v. 4, n. 3, p. 509-518. 2020. DOI. <https://doi.org/10.47222/2526-3544.rbto34425>. Disponível em: <https://revistas.ufrj.br/index.php/ribto/article/view/34425>. Acesso em: 25 mar. 2023.

VEBBER, T.; BORGES, S. Impactos do teletrabalho na saúde mental do trabalhador: **Revista sobre Excelência em Gestão e Qualidade**, [s. l.], v. 3, n. 2, p. 1-17, jan. 2022. Disponível em: <http://www.fismaead.edu.br/seer/index.php/jemq/article/view/35/15>. Acesso em: 02 abr. 2023.

ZAGATI, S. S. **Trabalho remoto**: análise sobre as características e percepções de técnicos administrativos atuantes durante a pandemia do novo coronavírus. 2022. Dissertação (Mestrado em Profissional em Administração Pública) - Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, 2022. Disponível em: <http://bdtd.uftm.edu.br/bitstream/123456789/1254>. Acesso em: 02 abr. 2023.

ZIBETTI, M.; FRITSCH FELIPPESEN, M. L.; SERRALTA, F.; YUNG DELBEM, H. Estratégias de coping e resiliência em trabalhadores de uma instituição de ensino superior durante a pandemia de covid-19. **Psicologia Argumento**, [S. l.], v. 42, n. 116, 2024. DOI: 10.7213/psicolargum.42.116.AO10. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/30931>. Acesso em: 27 mar. 2024.

ZIERE, M. S.; ALBUQUERQUE, L. P.; SÉRVULO, K. B. L. M.; SILVA, A. F. S. Impacts of using digital platforms for university students' learning during the COVID-19 pandemic. **Research, Society and Development**, [s. l.], v. 10, n. 12, 2021. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i12.20688> Disponível em: [Impacts of using digital platforms for university students' learning during the COVID-19 pandemic | Research, Society and Development \(rsdjournal.org\)](https://doi.org/10.33448/rsd-v10i12.20688). Acesso em: 19 abr. 2023.

WORLD HUMAN ORGANIZATION [WHO]. **Origin of SARS-CoV-2**. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332197/WHO-2019-nCoV-FAQ-Virus_origin-2020.1-eng.pdf. Acesso em: 10 set. 2020a.

WORLD HUMAN ORGANIZATION [WHO]. **Coronavirus disease (COVID-19)**. Disponível em: https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1. Acesso em: 10 set. 2020b.

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO SOBRE SAÚDE FÍSICA E EMOCIONAL EM CONTEXTO DE PANDEMIA

Prezado(a) Professor(a), Colaborador (a), Aluno (a)

A presença da pandemia persiste há mais de um ano, e com isso muitas mudanças ocorreram no processo ensino-aprendizagem, e foram necessários ajustes, adaptações, reinvenções que impactaram também no ofício e na rotina do(a) professor(a). Portanto, elaborou-se este questionário de pesquisa de clima organizacional com o objetivo de conhecer sua percepção sobre todo esse contexto e seus impactos na docência/ no trabalho/ nos estudos e no processo ensino-aprendizagem.

Trata-se de um documento sigiloso, onde você não será identificado(a), para que fique mais à vontade para expressar a sua opinião. A instituição quer ouvi-lo(a) para levantar demandas com o intuito de elaborar um plano interventivo ou preventivo a fim de atenuar os possíveis impactos advindos da pandemia na saúde mental dos docentes e análise de possíveis novas estratégias para o ensino remoto, sendo assim é importante que seja sincero(a), desde já agradecemos sua valiosa contribuição e colaboração.

Sempre responda ao questionário assinalando a resposta que melhor represente a sua opinião.

CATEGORIA 1. ASPECTOS PESSOAIS, FÍSICOS E EMOCIONAIS

DURANTE O PERÍODO DA PANDEMIA	Não	Sim	Pretendo buscar ajuda
	1	2	3
1. Testou positivo para a COVID-19			
2. Sofreu perdas pessoais e afetivas (morte de entes queridos pela COVID)			
3. Sua família sofreu perdas financeiras (desemprego da esposa, marido ou filhos) pela COVID			
4. Houve hospitalização de familiares por conta da COVID			
5. Procurou ajuda psicológica por algum motivo pessoal ou profissional			
6. Procurou ajuda médica por algum sintoma físico ou psíquico			
7. Foi diagnosticado(a) com alguma doença física ou psíquica			
8. Se sim, qual a doença?			

Legenda:

Neste caso, quadro em cinza significa espaço nulo, apenas os quadros em branco estavam disponíveis para serem assinalados no *google forms*.

SÁUDE FÍSICA E EMOCIONAL	Ruim	Regular	Estável	Bom	Ótimo
	1	2	3	4	5
1. Comparando seu estado de saúde física antes e depois da pandemia, você CONSIDERA:					
2. Comparando seu estado de saúde psíquica antes e depois da pandemia, você CONSIDERA:					

Identifique nas duas tabelas abaixo alguns sentimentos / sintomas emocionais e físicos que você tem vivenciado devido ao impacto da pandemia na sua vida e no seu trabalho

QUESTIONÁRIO DE SINTOMAS FÍSICOS		
<input type="checkbox"/> Cansaço físico e tensão muscular	<input type="checkbox"/> Alteração na pressão arterial	<input type="checkbox"/> Palpitação
<input type="checkbox"/> Fadiga nos olhos	<input type="checkbox"/> Alteração nos hábitos alimentares	<input type="checkbox"/> Alteração na pressão arterial
<input type="checkbox"/> Fadiga nos ouvidos	<input type="checkbox"/> Alteração no padrão do sono	<input type="checkbox"/> Alteração no diabetes
<input type="checkbox"/> Dores na coluna	<input type="checkbox"/> Dificuldade de concentração e memorização	<input type="checkbox"/> Problemas dermatológicos
<input type="checkbox"/> Dores no pescoço, braços e ombros	<input type="checkbox"/> Sensação de falta de ar	<input type="checkbox"/> Dores no estômago
<input type="checkbox"/> Dores de cabeça	<input type="checkbox"/> Sudorese	
<input type="checkbox"/> Outros. Descreva:		

QUESTIONÁRIO DE SENTIMENTOS E SINTOMAS EMOCIONAIS		
<input type="checkbox"/> Fadiga / Cansaço mental	<input type="checkbox"/> Esgotamento Profissional	<input type="checkbox"/> Baixa autoestima
<input type="checkbox"/> Angústia	<input type="checkbox"/> Medo	<input type="checkbox"/> Pensamentos ou desejos suicidas
<input type="checkbox"/> Tristeza	<input type="checkbox"/> Irritabilidade / Nervosismo	<input type="checkbox"/> Sobrecarga de atividades
<input type="checkbox"/> Estresse	<input type="checkbox"/> Desesperança / Desamparo	<input type="checkbox"/> Depressão
<input type="checkbox"/> Ansiedade	<input type="checkbox"/> Vontade de abandonar o trabalho / estudos	<input type="checkbox"/> Choro frequente
<input type="checkbox"/> Outros. Descreva:		

Identifique e assinale abaixo práticas / hábitos adotados durante a pandemia e que você tem utilizado para aliviar os sintomas físicos ou psicológicos

PRÁTICAS E HÁBITOS ADOTADOS DURANTE A PANDEMIA		
<input type="checkbox"/> Meditação / Relaxamento	<input type="checkbox"/> Busca por apoio de colegas do trabalho	<input type="checkbox"/> Artesanatos
<input type="checkbox"/> Atividade física	<input type="checkbox"/> Buscar orientação com profissional da saúde	<input type="checkbox"/> Cuidados estéticos
<input type="checkbox"/> Alimentação saudável	<input type="checkbox"/> Espiritualidade	<input type="checkbox"/> Passeio ao ar livre / contato com a natureza
<input type="checkbox"/> Uso de medicamentos	<input type="checkbox"/> Redes sociais	<input type="checkbox"/> Culinária
<input type="checkbox"/> Buscar apoio de amigos	<input type="checkbox"/> Ouvir música	<input type="checkbox"/> Buscar apoio de familiares
<input type="checkbox"/> Assistir série ou filme		
<input type="checkbox"/> Outros:		

CATEGORIA 2: ASPECTOS FAMILIARES

ASPECTOS FAMILIARES	Discordo totalmente	Discordo	Tendo a discordar	Tendo a concordar	Concordo	Concordo totalmente	Não tenho opinião
	1	2	3	4	5	6	0
1. Tem conseguido conciliar demandas da família com o trabalho / curso							
2. Posso contar com o apoio da minha família							

CATEGORIA 3: ASPECTOS INSTITUCIONAIS

ASPECTOS INSTITUCIONAIS	Discordo totalmente	Discordo	Tendo a discordar	Tendo a concordar	Concordo	Concordo totalmente	Não tenho opinião
	1	2	3	4	5	6	0
1. Senti vontade de abandonar a docência durante o período pandêmico							
2. Você conhece a missão, visão e valores da instituição, bem como os objetivos institucionais a serem alcançados							
3. Sente orgulho em trabalhar / estudar na instituição							
4. As informações e políticas institucionais para contenção do coronavírus (COVID-19) na instituição são claras, objetivas e eficientes							
5. Posso contar com o suporte e apoio da instituição							

ESTUDO 2 - ENSINO REMOTO EM CONTEXTO DE PANDEMIA: PERCEPÇÕES DE DOCENTES E DISCENTES UNIVERSITÁRIOS

RESUMO

A implantação do ensino remoto emergencial, advinda do contexto pandêmico, como uma forma de dar continuidade ao ano letivo, trouxe vários desafios para a educação. Dentro dessa perspectiva, a presente pesquisa objetivou identificar e descrever as percepções de docentes e discentes universitários quanto ao ensino remoto durante o período da pandemia no que se refere à estrutura e aos recursos tecnológicos, interação entre professor-aluno, processo de ensino-aprendizagem, adaptação e engajamento acadêmico. Trata-se de um estudo exploratório e descritivo, com amostra não probabilística composta por 115 docentes e 216 discentes pertencentes a uma Instituição de Ensino Superior privada. Os dados analisados quantitativamente apontaram que a estrutura e os recursos tecnológicos atenderam às necessidades das aulas remotas, embora tenham citado dificuldade com conexão da internet. Constatou-se que o ensino remoto trouxe implicações significativas para o processo ensino-aprendizagem, devido à pouca interação entre aluno e professor e à dificuldade em identificar o perfil da turma e mensurar o desempenho acadêmico. Foi possível identificar que os discentes estão mais adaptados do que engajados ao ensino remoto. Os participantes indicaram sobrecarga de atividades, embora os percentuais sobre a experiência com as aulas *online* tenham prevalecido de forma satisfatória. No entanto, considera-se que a vivência com o ensino remoto no contexto atual potencializou o uso de tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC), salientou sobre a importância da interação social no processo de ensino-aprendizagem, o qual despertou para novas práticas pedagógicas e ampliou o oferecimento de cursos na modalidade de ensino a distância, assim como híbrida, diversificando a forma de ensinar e aprender. Ressalta-se que, independentemente da modalidade de ensino, não se pode perder de vista o compromisso com a qualidade da educação universitária e a formação de profissionais preparados para enfrentar os desafios constantes, impostos no âmbito educacional e no cotidiano.

Palavras-chave: Covid-19. Ensino Superior. Tecnologia da informação e comunicação. Ensino *Online*.

ABSTRACT

As a way of continuing the school year due to the pandemic context, the implementation of emergency remote teaching has brought several challenges to education. Within this perspective, this research aimed to identify and describe the perceptions of university teachers and students regarding remote teaching during the pandemic period in terms of structure and technological resources, teacher-student interaction, the teaching-learning process, adaptation, and academic engagement. This exploratory and descriptive study has a non-probabilistic sample of 115 professors and 216 undergraduate students from a private higher education institution. The data analyzed quantitatively showed that the structure and technological resources met the needs of remote classes, although there were difficulties with the internet connection. The data showed that remote teaching had significant implications for teaching and learning due to the lack of interaction between students and professors and the difficulty in

identifying the class profile and measuring academic performance. It was possible to identify that students are more adapted than engaged with remote teaching. They pointed to an overload of activities, although the percentages of the experience with online classes were satisfactory. However, the experience with distance education in the current context has enhanced the use of information and communication technologies (ICT), highlighted the importance of social interaction in the teaching-learning process, awakened to new pedagogical practices, and expanded the offer of courses in the distance learning modality, as well as in hybrid form, diversifying the way of teaching and learning. Regardless of the type of teaching, we must not lose sight of our commitment to the quality of university education and the training of professionals prepared to face the constant challenges imposed in the educational sphere and everyday life.

Keywords: Covid-19, University education. Information and communication technology. Online teaching.

1 INTRODUÇÃO

É perceptível que o cenário da pandemia de Covid-19 acelerou a permeabilidade da tecnologia na educação, pois com o avanço do vírus, as aulas presenciais foram suspensas visando garantir a segurança da comunidade acadêmica e evitar a propagação do vírus. Sendo assim, o ensino remoto emergencial (ERE) foi visto como solução temporária na tentativa de dar continuidade ao processo educacional. Essa mudança repentina tornou a educação um grande desafio, tanto para alunos quanto para os professores, permeando temáticas desde aptidão com recursos tecnológicos, assim como impactos no processo ensino-aprendizagem e na saúde física e emocional (Portes; Portes, 2021; Quadros; Rodrigues; Orzechowski, 2022).

Por mais que, antes da pandemia, o ensino à distância fosse familiar no âmbito educacional, sendo também mediado pelas TDIC, ele ocorria em contexto e público específicos, de forma planejada e estruturada. diferentemente do que ocorreu com o ERE, o qual foi ofertado de modo abrupto e improvisado, evidenciando o despreparo e a falta de conhecimento na gestão dos processos pedagógicos (Hodges *et al.*, 2020).

Adicionalmente a isso, o ERE também apontou para situações precárias de oferecimento e acesso ao ensino remoto, mais presentes ainda em escolas e universidades públicas. Vale salientar ainda, a falta de recursos tecnológicos adequados e acesso à *internet* de qualidade tanto por parte dos alunos como dos professores que, muitas vezes, precisaram adquiri-los com seus próprios recursos financeiros, somados ainda ao ambiente doméstico que nem sempre oferece condições propícias para estudos e atividades acadêmicas (Haddad Ferreira; Barbosa, 2020; Portes; Portes, 2021; Quadros; Rodrigues; Orzechowski, 2022). Ademais, Araújo *et al.* (2020)

constatarem em seus achados científicos que os docentes que tinham pouca habilidade digital tiveram um maior percentual de estresse.

Outra questão pertinente se refere às repercussões significativas do ensino remoto nos processos educacionais, no qual os professores precisaram rever suas práticas pedagógicas e os alunos buscarem novas estratégias de estudo, conseqüentemente o processo avaliativo precisou ser adaptado à educação *online* (Bortolin; Nauroski, 2022; Ovens, Philpot; Bennett, 2022). Ainda dentro desse panorama, Godber e Atkins (2021), Pereira, Stein e Souza (2022) salientaram sobre a dificuldade de interação social entre professor-aluno, pelo fato de os estudantes não participarem de forma ativa nas aulas remotas, e na maioria das vezes não abrirem as câmeras, restringindo sua participação pelo *chat* ou áudio. A fragilidade e ruptura desses vínculos com os alunos, despertaram nos docentes sentimentos de solidão, impotência, dúvida e estranhamento quanto a sua identidade profissional.

Pelo exposto por Rossi, Bittencourt e Marquezan (2021, p. 6), “a docência é uma atividade feita essencialmente de relações professor/aluno, aluno/conteúdo, professor/instituição, instituição/aluno”. Entretanto, o contexto pandêmico impossibilitou maior proximidade entre os membros da comunidade acadêmica. Nessa mesma compreensão, Masetto (2012) e Sônego (2015) reforçaram que tais relações constituem o centro do processo educativo, contribuindo para uma formação educacional de qualidade. Por outro lado, Ferreira; Branchi e Sugahara (2020) mencionaram que as atividades que envolvem ensino remoto propiciaram aprendizado para docentes e discentes, sendo que grande parte dos alunos demonstrou ser compreensivo, parceiro e engajado com os novos desafios educacionais.

Diante de todos os impactos tecnológicos e pedagógicos advindos do ensino remoto, a literatura nacional e internacional é unânime quanto às repercussões negativas na saúde emocional da comunidade acadêmica, ocasionando quadros de estresse, depressão, ansiedade, sobrecarga de atividade, angústia, incertezas quanto ao futuro profissional (Maia; Dias, 2020; Mozzato; Sgarbossa; Mozzato, 2021, Ziere *et al.*, 2021), assim como exigiu esforços no processo de adaptação acadêmica (Pereira, *et al.*, 2022), além de comprometer o engajamento dos universitários (Pontes Júnior e Almeida, 2021; Vieira, Charlot e Charlot, 2023).

Sobre engajamento acadêmico, compreende-se como compromisso e envolvimento do estudante em relação às atividades universitárias, podendo ser influenciado por vários fatores, um deles possui correlação com as próprias experiências, comportamentos e meio social em que vivia o aluno, ou seja, antes mesmo de ingressar na universidade.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo principal deste estudo foi analisar os impactos do retorno às aulas presenciais em universitários no período pós-pandemia, no que se refere à saúde emocional, resiliência e suas correlações, bem como compreender a experiência e adaptação dos universitários dentro desse contexto. Diante dos resultados apresentados, conclui-se que há evidências em relação aos agravos à saúde emocional dos universitários e sua correlação com a variável resiliência.

Além disso, pôde-se perceber que o regresso ao ensino presencial foi marcado por um misto de emoções, desde sentimentos positivos de entusiasmo e de recomeço, como também de sentimentos negativos relacionados à ansiedade e medo da contaminação da Covid-19. Identificou-se também receios quanto ao desempenho acadêmico com as provas presenciais e dificuldade em conciliar trabalho, faculdade, estudos e deslocamentos. Dessa forma, destaca-se a necessidade de olhar para a saúde emocional dos estudantes universitários e para os processos de adaptação às mudanças ocasionadas tanto no ensino remoto como no retorno ao ensino presencial, sinalizando vulnerabilidade e sofrimento emocional entre os universitários.

Considerando a literatura discutida no presente estudo, ficou claro que o contexto acadêmico e seus desdobramentos podem ser um importante desencadeador de vários sintomas como estresse, depressão e ansiedade, tanto no período antes da pandemia, quanto durante e pós pandemia. Tais achados poderão subsidiar ações em contextos pós-pandemia e manejos para lidar com situações futuras de adversidades, tendo em vista que a educação está em processo contínuo de mudanças e desafios.

Outro fator importante se refere ao investimento em programas preventivos e interventivos, bem como ampliação das redes de apoio institucionais que possam acolher o sofrimento dos universitários. E ainda, o desenvolvimento e promoção da resiliência frente a vários cenários adversos relacionados ao âmbito acadêmico como, por exemplo, adaptações e ajustes advindos da transição do ensino médio para o ensino superior, término do curso de graduação, incertezas quanto à carreira profissional e inserção no mercado de trabalho, dificuldade em conciliar demandas familiares, laborais e acadêmicas, entre outros.

Adicionalmente a isso, também se faz necessária a implantação de núcleos de suporte psicopedagógico com o intuito de mapear as dificuldades dos universitários, acompanhar e orientar os alunos quanto às estratégias de estudo, gerenciamento do tempo e prioridades, procrastinação, desenvolvimento de habilidades sociais no ambiente acadêmico, assim como efetivas inclusões sociais e acadêmicas. Essas medidas possibilitarão que os alunos desenvolvam comportamentos resilientes para enfrentarem e superarem tais condições,

reduzindo os riscos e agravos à saúde emocional, o que também pode interferir nos processos de aprendizagens e de socialização.

Outra consideração relevante diz respeito ao legado deixado pela implantação do ensino remoto ocorrida de forma emergencial durante a pandemia, despontando caminhos para a educação híbrida que se torna cada vez mais presente nas Instituições de Ensino Superior. De acordo com Novais, Costa e Cabau (2020), o ensino híbrido deve ser fundamento em análises críticas dos pilares que consolidam as práticas pedagógicas, buscando somar com práticas de estudos em que o aluno possa ser o protagonista do processo de aprendizagem, acessando e explorando o ambiente virtual por meio das TDIC, propiciando ao estudante assistir a vídeos, rever conteúdos, buscar conhecimento complementares, visitar laboratórios virtuais, entre outros.

Apesar das contribuições deste estudo no âmbito científico, sugere-se como ampliações para futuras pesquisas, investigar saúde emocional, resiliência e desempenho acadêmico, bem como realizar pesquisas interventivas com essa população. Outra sugestão se refere a estudos longitudinais para determinar quais fatores podem estar agindo como determinantes de risco ou de proteção para a saúde emocional dos universitários, uma vez que vários estudos comprovaram que antes, durante e após a pandemia o sofrimento emocional no âmbito acadêmico persiste, havendo necessidade de implantação de políticas educacionais que promovam o bem-estar psicofisiológico dos universitários.

REFERÊNCIAS

- ABURN, G.; GOTT, M.; HOARE, K. What is resilience? An Integrative Review of the empirical literature. **Journal of Advanced Nursing**, v. 72, n. 5, p. 980–1000, 7 jan. 2016. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/289970511_What_is_resilience_An_Integrative_Review_of_the_empirical_literature. Acesso em: 05 fev. 2022.
- ARIÑO, D. O.; BARDAGI, M. P. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 12, n. 3, 28 dez. 2018. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psipesq/v12n3/05.pdf>. Acesso em: 19 jan. 2022.
- BRASIL, MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Ministério da Saúde recomenda vacinação de adolescentes a partir de 15 de setembro**, 2021a. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2021-1/setembro/ministerio-da-saude-recomenda-vacinacao-de-adolescentes-a-partir-de-15-de-setembro>. Acesso em: 10 abr. 2023.
- BRASIL, MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Resolução CNE/CP Nº 2, de 5 de agosto de 2021**, 2021b. Disponível em:

http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=199151-rcp002-21&category_slug=agosto-2021-pdf&Itemid=30192. Acesso em: 10 abr. 2023.

CALLEGARI-JACQUES, S. M. **Bioestatística: princípios e aplicações**. Artmed Editora, 2009.

CAMARGO, B. V.; JUSTO, A. M. IRAMUTEQ: um software gratuito para análise de dados textuais. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto, v. 21, n. 2, p. 513-518, dez. 2013. DOI: <http://dx.doi.org/10.9788/TP2013.2-16>. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2013000200016&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 10 ago. 2023.

CASTRO, V. R. Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. **Revista gestão em foco**, v. 9, n. 1, p. 380-401, 2017. Disponível em: https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/043_saude_mental.pdf. Acesso em: 19 nov. 2023.

CELESTINO, A. K. S.; SANTOS, C. B.; SANTOS, T. S.; SANTOS, V. S. The use of active methodologies in remote teaching during the COVID-19 pandemic. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 15, p. e406111537337, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i15.37337. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/37337>. Acesso em: 17 abr. 2023.

CERCHIARI, E. A. N.; CAETANO, D.; FACCENDA, O. Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. **Estudos de Psicologia** (Natal), v. 10, n. 3, p. 413–420, dez. 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/gScqTGYW6XWJXyndtMtb4nN/abstract/?lang=pt>. Acesso em 17 abr. 2023.

COSTA, Y. H. S.; SANTANA, W. S.; MAXIMIANO-BARRETO, M. A.; FERMOSELI, A. F. O. Análise de variáveis antecedentes e consequentes que favorecem o ensino-aprendizagem de universitários com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade. **Interfaces Científicas - Educação**, [S. l.], v. 11, n. 3, p. 354–369, 2022. DOI: 10.17564/2316-3828.2022v11n3p354-369. Disponível em: <https://periodicosgrupotiradentes.emnuvens.com.br/educacao/article/view/8138>. Acesso em: 3 nov. 2023.

COZBY, P. C. **Métodos de pesquisa em ciências do comportamento**. São Paulo, Atlas, 2003.

DIAS, A. C. G. *et al.* Dificuldades percebidas na transição para a universidade. **Rev. bras. orientac. prof**, Florianópolis, v. 20, n. 1, p. 19-30, jun. 2019. Disponível em <http://dx.doi.org/10.26707/1984-7270/2019v20n1p19>. Acesso em: 04 nov. 2023.

DUMITH, S. C.; VIERO, V. S. F.; ALEXANDRINO, E. G.; SILVA, L. C. B.; TASSITANO, R. M.; DEMENECH, L. M. Pandemia de COVID-19 e inatividade física em estudantes universitários brasileiros: um estudo multicêntrico: Covid-19 y inactividad física en universitários. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [s. l.], v. 27, p. 1–9. 2022.

DOI: 10.12820/rbafs.27e0258. Disponível em:
<https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14775>. Acesso em: 3 abr. 2023.

FELIPPE, T. O.; SPANIOL, C. M.; SILVA, L. A.; CALABRIA, A. C.; FERREIRA, G.; CARVALHO, N. L.; MORETTI, M.; BELLINATI, N. V. C. Medical student stress during the COVID-19 pandemic. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 9, p. e58310918372, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i9.18372. Disponível em:
<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/18372>. Acesso em: 23 abr. 2023.

FIGUEIREDO FILHO, D. B.; SILVA JÚNIOR, J. A. Desvendando os Mistérios do Coeficiente de Correlação de Pearson (r). **Revista Política Hoje**, v. 18, n. 1, p. 115-146, 2009. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/politica hoje/article/view/3852>. Acesso em: 15 ago. 2022.

FRANCISCO, L. P. L.; FERNANDES, C. B.; VIO, N. L.; PASCOAL, I. O.; FEIJÓ, M. R.; CAMARGO, M. L. Impactos da pandemia no estudo e dinâmica de vida de universitários brasileiros. **Conjecturas**, [s. l.], v. 21, n. 4, p. 376–395, out./dez. 2021. Disponível em:
<http://conjecturas.org/index.php/edicoes/article/view/196>. Acesso em: 7 abr. 2023.

ESTRADA-ARAOZ, E. G.; GALLEGOS RAMOS, N. A.; PARICAHUA PERALTA, J. N. Estado emocional de los estudiantes universitarios al retorno a las clases presenciales. **Gaceta Médica de Caracas**, [S. l.], v. 131, n. 2, 2023. Disponível em:
http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_gmc/article/view/26687. Acesso em: 4 nov. 2023.

FREITAS, E. D. O.; SILVA, N. R. D.; SILVA, R. M. D.; SOUTO, V. T.; PINNO, C.; SIQUEIRA, D. F. D. Autoavaliação de estudantes universitários sobre seu desempenho acadêmico durante a pandemia da COVID-19. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 43, 2022. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/rgenf/article/view/125739/85400>. Acesso em: 30 nov. 2023.

GOMES, F. P. **Curso de estatística experimental**. 13. ed. Piracicaba: Nobel, 1990.

GUNDIM, V. A.; ENCARNAÇÃO, J. P.; SANTOS, F. C.; SANTOS, J. E.; VASCONCELLOS, E. A.; SOUZA, R. C. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, [s. l.], v. 35, 2021. DOI 10.18471/rbe.v35.37293. Disponível em:
<https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/37293/23470>. Acesso em: 25 mar. 2023.

JANTARA, R. D.; ABREU, D. P. G.; SANTANA, L. L.; PIEXAK, D. R.; OLIVEIRA, S. M. Redes sociais e apoio social em estudantes de enfermagem durante a pandemia covid-19: estudo transversal. **Psico**, Rio Grande do Sul, v.52, n.3. 2021. DOI:
<https://doi.org/10.15448/1980-8623.2021.3.39894> . Disponível em <https://www-periodicos-capes-gov-br.ezl.periodicos.capes.gov.br/index.php/busca dor-prim o.html>. Acesso em: 20 mar. 2023.

LOPES A. R., NIHEI O. K. Depression, anxiety and stress symptoms in Brazilian university students during the COVID-19 pandemic: Predictors and association with life satisfaction, psychological well-being and coping strategies. **PLoS One**, v. 16, n. 10, 13. oct., e0258493, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34644347/>. Acesso em: 04 nov. 2023.

MACHADO, I.; CUSTÓDIO, L.; LOURENÇO, R.; MANTOVANI, A. Ansiedade e depressão em universitários no retorno à presencialidade das aulas após a pandemia por covid-19. In: **ETIC-Encontro de Iniciação Científica**, v.18, n.18. 2022. ISSN 21-76-8498. Disponível em: <http://intertemas.toledoprudente.edu.br/index.php/ETIC/article/view/9508>. Acesso em: 02 nov. 2023.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia** (Campinas), [S. l.], v. 37, 18 maio 2020. Disponível em: <http://www.scielo.br/j/estpsi/a/k9KTBz398jqfvDLby3QjTHJ/?lang=pt>. Acesso em: 28 jul. 2021.

MARTINS, B. G. *et al.* Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse: propriedades psicométricas e prevalência das afetividades. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, n. 1, p. 32–41, mar. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/SZ4xmWDdkxwzPbSYJfdyV5c/>. Acesso em: 10 nov. 2022.

MENDES, T. **Saúde mental e estratégias de coping de estudantes de medicina durante a pandemia da covid-19 (SARS-CoV-2) e do distanciamento social**. 2021. 60 f. Dissertação (Mestrado) – Pós-graduação em saúde, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.

MORALES, V.; LOPEZ, Y. A. F. Impactos da pandemia na vida acadêmica dos estudantes universitários. **Revista Angolana de Extensão Universitária**, [s. l.], v.2, n.2, p.53-67, jul. 2020. Disponível em: <https://www.portalpensador.com/index.php/RAEU-BENGO/article/view/205>. Acesso em: 19 abr. 2023.

NKUMU, H. L.; MARTINS, J. V.; ARAÚJO, L. V. P. do N.; MARINHO, P. S.; CRUZ, R. N.; OLINDA, R. T.; DIAS, T. S. Pós-pandemia da covid-19, volta às aulas presenciais: avaliação da saúde mental dos estudantes universitários. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 9, n. 1, p. 670–675, 2023. DOI: 10.51891/rease.v9i1.8287. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/8287>. Acesso em: 03 nov. 2023.

NOVAIS, I. A. M.; COSTA, M. L. F.; CABAU, N. C. F. Ensino Híbrido: um processo contínuo de gestão de sala de aula. **Polyphonía**, v. 31 n. 2, jul.-dez.,2020. Disponível em <https://revistas.ufg.br/sv/article/view/67103/35930>. Acesso em: 05 dez. 2022.

NOGUEIRA-MARTINS, L. A.; NOGUEIRA- MARTINS, M. C. F. Saúde mental e qualidade de vida de estudantes universitários. **Revista Psicologia**, Diversidade e Saúde, v. 7, n. 3, p. 334, 3 set. 2018. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/2086>. Acesso em: 22 abr. 2023.

NUNES, R. C. Um olhar sobre a evasão de estudantes universitários durante os estudos remotos provocados pela pandemia do COVID-19. **Research, Society and Development**, [s. l.], v. 10, n.3, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i3.13022>. Disponível em: <https://www.rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/13022> . Acesso em: 19 abr. 2023.

OCAMPO-EYZAGUIRRE, D.; CORREA-REYNAGA, A. M. Situación emocional y resiliencia de estudiantes universitarios, pos-pandemia de la COVID-19. Norte de Potosí,

Bolivia. **Sociedad & Tecnología**, [S. l.], v. 6, n. 1, p. 17–32, 2022. DOI: 10.51247/st.v6i1.322. Disponível em: <https://institutojubones.edu.ec/ojs/index.php/societec/article/view/322>. Acesso em: 10 abr. 2023.

PALOMERA-CHÁVEZ, A.; HERRERO, M.; TAPIAS, N. E. C.; JUÁREZ-RODRÍGUEZ, P.; DÍAZ, C. R. B.; HERNÁNDEZ-RIVAS, M. I.; DEL CARMEN LLANTÁ ABREU, M.; MONTENEGRO, L. L.; MEDA-LARA, R. M.; MORENO-JIMÉNEZ, B. Impacto psicológico de la pandemia COVID-19 en cinco países de Latinoamérica. **Revista Latino-Americana de Psicología**, v. 53, n. 1, p. 83-93, 2021. Disponível em http://revistalatinoamericanadepsicologia.konradlorenz.edu.co/wp-content/uploads/2021/09/09_RLP_53_21021_Impacto_pandemia.pdf. Acesso em: 18 abr. 2023.

PEINADO, J.; VIANNA, F. R. P. M.; MENEGHETTI, F. K. A perspectiva de Retorno dos Alunos de uma Universidade Pública às Aulas Presenciais no Pós Pandemia. **Revista Brasileira de Política e Administração da Educação** - Periódico científico editado pela ANPAE, [S. l.], v. 38, n. 00, 2022. DOI: 10.21573/vol38n002022.121497. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/rbpae/article/view/121497>. Acesso em: 2 nov. 2023.

PEREIRA, E. L. F.; PEREIRA, C. O.; ESTRELA, Y. C. A.; RIBEIRO, C. R.; REZENDE, A. C. C.; TOLEDO, M. A.; BEZERRA, A. L. D.; SUARÉZ, L. A. B.; SOUZA, J. H.; SOUSA, M. N. A. Estresse, depressão e a relação com o “coping” em acadêmicos de medicina. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 55, p. e4077, 20 ago. 2020. <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/4077/2505>. Disponível em: 17 dez. 2023.

PIMENTEL, Y. R.; PARICAHUA, E. W. P.; PARICAHUA, A. K.P.; BORDA, W. Q. Factores de riesgo de deserción universitariadurante la pandemia de COVID-19. **Revista Polo del Conocimiento**, [s. l.] v. 8, n. 3, p. 2121-2132, mar. 2023. DOI: 10.23857/pc.v8i3. Disponível em: <https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/5389/13237#>. Acesso em: 15 abr. 2023.

POSADA-BERNAL, S.; CASTANEDA-CANTILLO, A. E.; DE SOUZA MARTINS, M. Resiliência, estilos de vida e gestão do tempo em jovens universitários na Colômbia, diante da pandemia COVID-19. **Motricidades: Revista da Sociedade de Pesquisa Qualitativa em Motricidade Humana**, [S. l.], v. 5, n. 2, p. 196–212. 2021. DOI: 10.29181/2594-6463-2021-v5-n2-p196-212. Disponível em: <https://www.motricidades.org/journal/index.php/journal/article/view/2594-6463-2021-v5-n2-p196-212>. Acesso em: 9 abr. 2023.

RAPOSO, M. C. F.; CORDEIRO, G. M.; DA SILVA FARIAS, M. L. Como evoluíram os níveis de estresse e ansiedade em docentes e discentes universitários durante a pandemia da COVID-19: um estudo transversal repetido. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 8, n. 5, p. 36122-36131. 2022. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/47839/pdf>. Acesso em: 17 nov. 2023.

REIVICH, K.; GILLHAM, J. E.; CHAPLIN, T. M.; SELIGMAN, M. E. From helplessness to optimism: The role of resilience in treating and preventing depression in youth. In: Goldstein, S.; Brooks, R. B. (eds.). *Handbook of Resilience in Children*, New York, NY: Springer Science and Business Media, pp. 201-214, 2013. Disponível em: https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4_12. Acesso em 10 dez. 2023.

SANTOS, J. S.; SILVA, C. D.; OLIVEIRA, A. M. N.; MOTA, M. S.; CADAVAL, P. M. Políticas de educação na pandemia da covid-19: ensino remoto e retorno presencial na perspectiva de universitários. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, Boa Vista, v. 14, n. 40, p. 203–219, 2023. DOI: 10.5281/zenodo.7807352. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/1121>. Acesso em: 3 nov. 2023.

SARRIÀ, A.; GUARDIÀ, J.; FREIXA, M. **Introducción a la estadística en Psicología**. Barcelona: Ediciones de la Universidad de Barcelona. 1999.

SHIM, T. E.; LEE, S. Y. College students' experience of emergency remote teaching due to COVID-19. **Children and Youth Services Review**, v. 119, 2020. Disponível em <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7550861/>. Acesso em: 10 set. 2023.

SILVA, A. C. O.; SOUSA, S. A.; MENEZES, J. B. F. O ensino remoto na percepção discente: desafios e benefícios. **Dialogia**: São Paulo, n. 36, p. 298-315, set./dez., 2020. Dossiê O (Re)inventar da Educação em Tempos de Pandemia. <https://doi.org/10.5585/dialogia.n36.18383>. Disponível em <https://periodicos.uninove.br/dialogia/article/view/18383/8717>. Acesso em: 17 abr. 2023.

SILVA, A. M. S.; XIMENES, V. M. Discussões sobre Saúde Mental e Suporte Social entre estudantes universitários. **Revista Ciências Humanas**, [s. l.], v. 15, n. 1. 2022. DOI: 10.32813/2179-1120. 2022. Disponível em: <https://www.rchunitau.com.br/index.php/rch/article/view/850>. Acesso em: 7 abr. 2023.

SILVA, R. R.; SILVA, S. P. Processos educacionais não presenciais: perspectivas das formas de ensinar e de aprender na atualidade. **Educação e Pesquisa**, v. 49, p. e251906, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ep/a/CC7XKz8XzTfgS7HxMdMJfgR/?format=html&lang=pt#>. Acesso em: 27 dez. 2023.

SOLANO, J. P. C.; BRACHER, E. S. B.; FAISAL-CURY, A.; ASHMAWI, H. A.; CARMONA, M. J. C.; NETO, F. L.; VIEIRA, J. E. Factor structure and psychometric properties of the Connor-Davidson Resilience Scale among Brazilian adult patients. **São Paulo Med. J.**, v.134, n.5. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/spmj/a/cftW7c6xBpKC8d6VYnh8gSf/?format=pdf&lang=en>. Acesso em 14 nov. 2023.

SOTO RODRÍGUEZ, I.; ZUÑIGA BLANCO, A. Depresión, ansiedad y estrés de universitarios en tiempos de COVID-19: Uso de escala DASS-21. **Espíritu Emprendedor TES**, [S. l.], v. 5, n. 3, p. 45–61, 2021. DOI: 10.33970/eetes.v5.n3.2021.263. Disponível em: <https://www.espirituempredortest.com/index.php/revista/article/view/263>. Acesso em: 3 abr. 2023.

STUDENT. The Probable Error of a Mean, **Biometrika**, v. 6, n.1, pp.1-25, 1908. Disponível em: <http://www.dcsociety.net/Student-t-1908.pdf>. Acesso em: 10 jan.2022.

SUNDE, R. M. Saúde Mental da comunidade universitária na pós-pandemia: desafios e perspectivas. **PSI UNISC**, v.6, n.2, p. 124-138. 2022. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/psi/article/view/17131>. Acesso em: 15 abr. 2023.

TEIXEIRA, R. A.; TERÇARIOL, A. A. L.; MELARE, D.; MAFRA, J. O (Re)inventar da Educação em Tempos de Pandemia. Editorial. **Dialogia**, São Paulo, n. 36, p. 1-2, set./dez. 2020. DOI: <https://doi.org/10.5585/dialogia.n36.18989>. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/347892625_O_Reinventar_da_Educacao_em_Tempos_de_Pandemia. Acesso em: 26 abr. 2021.

TEODORO, M. L. M.; ALVARES-TEODORO, J.; PEIXOTO, C. B.; PEREIRA, E. G.; DINIZ, M. L. N.; FREITAS, S. K. P.; RIBEIRO, P.C. C.; GOMES, C. M. A.; MANSUR-ALVES, M. Saúde mental em estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, [s. l.], v. 9, n.2, p. 372-382. 2021.

VEGA INTRIAGO, J. O.; BORRERO PINARGOTE, C. L.; CEDEÑO MENDOZA, E. M. Niveles de resiliencia y la presencia de síntomas depresivos en los estudiantes universitarios. **Revista Ecuatoriana de Psicología**, [S. l.], v. 4, n. 9, p. 134–142, 2021. DOI: 10.33996/repsi.v4i9.58. Disponível em: <https://www.repsi.org/index.php/repsi/article/view/66>. Acesso em: 28 dez. 2023.

VIDAL CONTI, J.; MUNTANER-MAS, A.; PALOU SAMPOL, P. Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. **Contextos Educativos. Revista de Educación**, [S. l.], n. 22, p. 181–195, 2018. DOI: 10.18172/con.3369. Disponível em: <https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/contextos/article/view/3369>. Acesso em: 4 nov. 2023.

VIEIRA-SANTOS, J.; PAIVA, W. F.; MENDES-PEREIRA, C. C. Perceptions of Brazilian university students on the impact of the COVID-19 pandemic on academic routine. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 4, 2022.

VIEIRA, T. C.; SILVA, R. M.; MARTINS, K. M. M.; FERREIRA, M. V. R.; NEVES, W. C. Associação entre nível de estresse acadêmico e resiliência em estudantes da área de saúde. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, p. 407–416, 10 jul. 2022. Disponível em: <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/930/857>. Acesso em: 14 abr. 2022.

VIGNOLIA, R. C.; TUCCI A. M. Adaptation and validation of the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS) to Brazilian Portuguese. **J Affect Disord**. 2014. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032713007738?via%3Dihub>. Acesso em: 13 mai. 2021.

VIZOSO-GÓMEZ, C.; ARIAS-GUNDÍN, O. Resiliencia, optimismo y burnout académico en estudiantes universitarios. **European Journal of Education and Psychology**, v. 11, n. 1, p. 47, 26 mar. 2018. Disponível em: <https://revistas.uautonoma.cl/index.php/ejep/article/view/984>. Acesso em: 14 nov. 2021.

ZANELATO, L.S; CALAIS, S. L. Manejo de estresse, coping e resiliência em motorista de ônibus urbano. In: VALLE, T. G. M; MELCHIORI, L. E (orgs.). **Saúde e desenvolvimento humano**. São Paulo: Editora Cultura Acadêmica, p. 210 a 236, 2010. Disponível em: <https://static.scielo.org/scielobooks/sb6rs/pdf/valle-9788579831195.pdf>. Acesso em 20 dez. 2022.

ZIERER, M. S.; ALBUQUERQUE, L. P.; SÉRVULO, K. B. L. M.; SILVA, A. F. S. Impacts of using digital platforms for university students' learning during the COVID-19 pandemic. **Research, Society and Development**, [s. l.], v.10, n.12. 2021. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i12.20688> Disponível em: [Impacts of using digital platforms for university students' learning during the COVID-19 pandemic | Research, Society and Development \(rsdjournal.org\)](https://doi.org/10.33448/rsd-v10i12.20688) . Acesso em: 19 abr. 2023.

WHILLANS, A.; GIURGE, L. M.; MACCHIA, L.; YEMISCIGIL, A. Why a Covid-19 World Feels Both Tiring and Hopeful for College Students. **Harvard Business Review**, agost. 2020. Disponível em: <https://hbr.org/2020/08/why-a-covid-19-world-feels-both-tiring-and-hopeful-for-college-students>. Acesso em: 12 fev. 2023

YUNES, M. A. M.; SZIMANSKI, H. Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas. In: Tavares, J. (org.). **Resiliência e educação**. São Paulo: Cortez, p. 13-42, 2001.

ANEXO A – ESCALA DASS-21 versão em português por Martins, B. G.; Silva, W. R.; Marôco, J.; Campos, J. A. D. B (2019).

Indicar o grau em que experimentou cada um dos sintomas descritos nos itens abaixo durante a última semana (semana anterior).

Item		Opções de resposta			
		Não se aplicou de maneira alguma	Aplicou-se em algum grau, ou por algum tempo	Aplicou-se em um grau considerável ou por uma boa parte de tempo	Aplicou-se muito, ou na maioria do tempo
1	Tive dificuldade em acalmar-me				
2	Estava consciente que minha boca estava seca				
3	Parecia não conseguir ter nenhum sentimento positivo				
4	Senti dificuldade em respirar (ex. respiração excessivamente rápida, falta de ar, na ausência de esforço físico)				
5	Tive dificuldade em tomar iniciativa para fazer as coisas				
6	Tive a tendência de agir de forma exagerada a situações				
7	Senti tremores (ex. nas mãos)				
8	Senti que estava geralmente muito nervoso				
9	Preocupei-me com situações em que eu pudesse entrar em pânico e parecesse ridículo (a)				
10	Senti que não tinha nada a esperar do futuro				
11	Senti que estava agitado				
12	Tive dificuldade em relaxar				
13	Senti-me desanimado e deprimido				
14	Fui intolerante com as coisas que me impediam de continuar o que eu estava fazendo				
15	Senti que ia entrar em pânico				
16	Não consegui me entusiasmar com nada				
17	Senti que não tinha muito valor como pessoa				
18	Senti que estava sensível				
19	Eu estava consciente do funcionamento/batimento do meu coração na ausência de esforço físico (ex. sensação de aumento da frequência cardíaca, disritmia cardíaca)				
20	Senti-me assustado sem ter uma boa razão				
21	Senti que a vida estava sem sentido				

ANEXO B - Escala de Resiliência de Connor-Davidson para o Brasil-25 BRASIL (CD-RISC-25 BRASIL)

*Quanto as afirmações abaixo são verdadeiras para você, pensando no **mês passado**?*

Se algumas dessas situações não ocorreram no mês passado, responda como você acha que teria se sentido se elas tivessem ocorrido.

Itens		Opções de respostas				
		Nem um pouco verdadeiro (0)	Raramente verdadeiro (1)	Às vezes verdadeiro (2)	Frequentemente verdadeiro (3)	Quase sempre verdadeiro (4)
1.	Eu consigo me adaptar quando mudanças acontecem.					
2.	Eu tenho pelo menos um relacionamento próximo e seguro com alguém que me ajuda quando estou nervoso.					
3.	Quando meus problemas não têm uma solução clara, às vezes Deus ou o destino podem ajudar.					
4.	Eu consigo lidar com qualquer problema que acontece comigo.					
5.	Os sucessos do passado me dão confiança para enfrentar novos desafios e dificuldades.					
6.	Eu tento ver o lado humorístico das coisas quando estou com problemas.					
7.	Ter que lidar com situações estressantes me faz sentir mais forte.					
8.	Eu costumo me recuperar bem de uma doença, acidentes e outras dificuldades.					
9.	Eu acredito que a maioria das coisas boas ou ruins acontecem por alguma razão.					
10.	Eu me esforço ao máximo, não importa qual seja o resultado.					
11.	Eu acredito que posso atingir meus objetivos mesmo quando há obstáculos.					
12.	Mesmo quando tudo parece sem esperanças, eu não desisto.					
13.	Nos momentos difíceis ou de crise, eu sei onde procurar ajuda.					

(Continuação) - Escala de Resiliência de Connor-Davidson para o Brasil-25 BRASIL (CD-RISC-25 BRASIL)

Itens		Opções de respostas				
		Nem um pouco verdadeiro (0)	Raramente verdadeiro (1)	Às vezes verdadeiro (2)	Frequentemente verdadeiro (3)	Quase sempre verdadeiro (4)
14.	Fico concentrado e penso com clareza quando estou sob pressão.					
15.	Eu prefiro assumir a liderança para resolver problemas, em vez de deixar os outros tomarem as decisões.					
16.	Eu não desanimo facilmente com os fracassos.					
17.	Eu me considero uma pessoa forte quando tenho que lidar com desafios e dificuldades da vida.					
18.	Se for necessário, eu consigo tomar decisões difíceis e desagradáveis que afetem outras pessoas.					
19.	Eu consigo lidar com sentimentos desagradáveis ou dolorosos como tristeza, medo e raiva.					
20.	Ao lidar com os problemas da vida, eu às vezes sigo minha intuição, sem saber por quê.					
21.	Eu sei onde quero chegar na vida.					
22.	Eu sinto que tenho controle sobre minha vida.					
23.	Eu gosto de desafios.					
24.	Eu me esforço para atingir meus objetivos, não importa que obstáculos eu encontre pelo caminho.					
25.	Eu tenho orgulho das minhas conquistas.					

CONCLUSÕES GERAIS DOS ESTUDOS

O propósito principal do estudo versou em analisar os impactos da pandemia e pós-pandemia da Covid-19 em uma Instituição de Ensino Superior privada, abrangendo e dando visibilidade a todos os membros de sua comunidade acadêmica. Apesar de vários estudos científicos abordarem sobre os impactos da Covid-19 em universidades, pode-se considerar o ineditismo desse trabalho por conta de ser um estudo comparativo entre três grupos diferentes (técnicos-administrativos, docentes e discentes), pela escassez de pesquisas que abordam sobre saúde emocional e física em profissionais técnicos-administrativos inseridos em universidades privadas quando comparado a servidores públicos, bem como poucos estudos que discutem sobre a saúde emocional e resiliência no retorno presencial em universitários dentro do contexto pós-pandemia.

O Estudo 1 analisou os impactos da pandemia em uma comunidade acadêmica, evidenciando que os discentes podem ser considerados como um grupo que apresentou maior vulnerabilidade emocional e física em relação aos outros membros pesquisados. Foram os que mais buscaram recursos, hábitos ou estratégias para atenuar os desconfortos ocasionados pela pandemia da Covid-19, assim como os dados apontaram uma menor percepção de rede de apoio familiar e institucional.

Em relação ao Estudo 2, o qual teve como foco identificar os impactos do ensino remoto no processo de ensino-aprendizagem, a partir da percepção de docentes e discentes, os resultados apontaram consistência em relação à literatura nacional e internacional. Destacou-se a dificuldade dos professores e alunos estabelecerem vínculos e interações sociais em virtude das câmeras fechadas durante o ensino remoto. Dessa forma, repercutindo na dificuldade de os docentes avaliarem o perfil do aluno e desempenho acadêmico, bem como de o aluno perceber seu próprio processo de aprendizagem. Houve aumento de sobrecarga de atividades acadêmicas, percepção de maior adaptação ao ensino remoto do que engajamento acadêmico dos estudantes. A estrutura e recursos tecnológicos atenderam às necessidades das aulas remotas, embora tenham citado dificuldade com conexão da *internet* e necessidade de investimento financeiros por parte dos alunos e professores. Entretanto, de modo geral, a experiência com o ensino remoto foi percebida de forma positiva em ambos os públicos.

No que se refere ao Estudo 3, destinado a avaliar docentes e técnicos-administrativos quanto à saúde emocional e resiliência por meio de escalas validadas, foram observadas alterações nas variáveis ansiedade, estresse, depressão nos dois grupos. O fator depressão teve significância estatística quanto a sua maior intensidade no grupo de professores. Presenciou-se

correlação positiva entre os fatores relacionados à saúde emocional, da mesma forma que eles estiveram também correlacionados com a variável resiliência, porém de forma negativa e inversa. Sendo assim, quanto maiores são os prejuízos na saúde emocional, menores os percentuais de resiliência.

O Estudo 4 teve por participantes os universitários com os mesmos instrumentos do Estudo 3. No entanto, foi feito no período referente ao retorno às aulas presenciais. Neste grupo, houve maiores alterações na ansiedade, estresse e depressão, com esta última se apresentando com maior correlação negativa inversa com a resiliência.

Contribuições adicionais do Estudo 4 incluíram relatos dos universitários sobre temas relacionados ao retorno às aulas presenciais, notando-se um misto de sentimentos tanto positivos como negativos, prevalecendo a ansiedade e medo do contágio da Covid-19, preocupações com as avaliações presenciais e desempenho acadêmico, assim como alívio e entusiasmo com a retomada presencial. Além disso, dificuldades em relação a prestar atenção nas aulas tanto de forma presencial como remota, em conciliar e estabelecer nova rotina de deslocamentos e gerenciamento do tempo, principalmente para os estudantes que trabalham, fazem estágio e/ou ainda residem em outra cidade.

Considerando os dados obtidos nos quatro estudos, será sempre importante atuar junto aos três segmentos estudados. Entretanto, acredita-se que intensificar atuação com docentes e técnicos, que são o corpo mais permanente das instituições de ensino privadas, e das públicas igualmente, de modo a auxiliá-los e prepará-los para ajudarem na atuação com os discentes, que são mais transitórios, poderia potencializar ainda mais as intervenções.

Ademais, abrem-se caminhos para duas frentes de discussões: a primeira voltada para a necessidade de as IES implantarem políticas institucionais que visem o bem-estar acadêmico, promoção da saúde emocional e desenvolvimento de repertórios comportamentais resilientes por meio de ações preventivas, avaliativas, interventivas, de maneira interdisciplinar, contínua e inclusiva diante de contextos adversos e desafiadores vivenciados no âmbito educacional pela comunidade acadêmica. A segunda frente diz respeito ao avanço ocasionado pelas TDIC para mediar o ensino remoto emergencial durante o período pandêmico, mostrando a importância do planejamento das ações, formulação de objetivos e metas a serem alcançadas. Em outras palavras, o processo de ensino-aprendizagem requer organização de conteúdos, investimento institucional e financeiro em recursos tecnológicos para utilização das plataformas digitais da informação e comunicação, ser apoiadas em políticas públicas governamentais e educacionais que garantam os direitos de acesso ao ensino de qualidade, à rede de *internet*, plataformas

digitais, computadores, *notebooks*, *tablets*, entre outros. Além da importância da preparação técnica e formação continuada para manejos com as TDIC para alunos e professores.

É inegável o legado que o contexto pandêmico, ensino remoto e avanços tecnológicos deixaram para a Educação como um todo, podendo-se dizer inclusive que causou uma revolução educacional. Foi dada maior visibilidade ao EaD, ensino híbrido, ampliação de novas metodologias de ensino mediado pelas TDIC, encurtando espaços, tempo, se ajustando e se adaptando ao contexto atual do perfil do aluno e exigências digitais no mercado de trabalho.

Portanto, não é possível voltar-se para trás pelas inúmeras transformações ocasionadas e novas trilhas educativas. Mas é imprescindível que seja visto como uma construção de novos saberes pedagógicos e metodológicos, pautados na valorização das bases educacionais do passado que são funcionais e aplicáveis ainda hoje, na vivência de experiências positivas e efetivas no contexto atual, assim como na busca por novos pilares da Educação para o futuro. No entanto, deve-se cuidar para que o processo educativo não se torne uma mera “plataformização do ensino”, como já mencionado. Envolto num mercado de negócios educacionais regido por grandes empresas de tecnologias que visam apenas lucros, tem-se que tomar cuidado para não se abortar a construção de uma formação integral do aluno dentro das dimensões técnicas, humanas, profissionais, éticas, críticas e sociais, proporcionando o bem comum da humanidade.

Há que se destacar ainda, que as principais limitações dos estudos parecem estar relacionadas à impossibilidade de generalização dos dados, por tratar-se de uma amostra limitada a uma IES privada, sendo possível haver outras informações ou dados não abordados até então. Além disso, foi necessário prorrogar a data do preenchimento do questionário disponibilizado de forma *online* pelo *Google Forms* pela baixa adesão, especialmente dos alunos, quando comparados com a amostra total.

Os dados coletados por meio de escalas validadas foram escolhidos tendo como base a possibilidade em ser aplicado de forma *online*. Na área da Psicologia existem outros instrumentos psicológicos que medem as variáveis em estudo, porém, nem todos eram possíveis de serem respondidos remotamente. Especificamente a Escala CD-RISC-25, a qual mensura resiliência, não foram encontrados na literatura parâmetros normativos em relação a níveis leves, moderados e altos. Dessa forma, foi necessário realizar teste estatístico e identificar o quartil a partir da amostra pesquisada.

Apesar desses pontos limitantes, conclui-se que o presente trabalho se destacou pelas variedades dos estudos, dos públicos envolvidos, dos instrumentos aplicados, da utilização de diferentes métodos de análises de dados, trazendo um estudo de caso de uma IES privada com

suas peculiaridades e preocupação com a qualidade de ensino, atenta a novas metodologias de ensino mesmo antes da pandemia, a qual demonstrou cuidado com a comunidade acadêmica, interesse e agilidade em oferecer as TDIC no período pandêmico para que as aulas *online* acontecessem com qualidade e o mais breve possível, proporcionando capacitações técnicas para o manejo das mesmas. No decorrer desses últimos anos, a Instituição estudada expandiu com a oferta de cursos EaD e atualmente se mobiliza para a implantação de novas TDIC, buscando se aprimorar diante das mudanças contínuas que impactam no contexto educacional.

Deste trabalho desenvolvido foi possível semear e colher alguns frutos no Estágio Obrigatório de Psicologia Organizacional e do Trabalho, nos quais os estagiários do 5º ano de Psicologia desenvolveram dois projetos de acolhimento e orientação profissional para alunos do 1º e 4º ano do curso de Psicologia, assim como a aplicação das escalas DASS-21 e CD-RISC-25 para levantamento de dados sobre saúde emocional, que novamente confirmaram níveis elevados de alterações na saúde emocional destes universitários.

Para o público do 1º ano foi elaborado um manual para calouros com as principais informações sobre a vida acadêmica, assim como foram realizados plantões de esclarecimentos de dúvidas, visita à Clínica de Psicologia, além da realização de três encontros com os estudantes, sendo um presencial sobre procedimentos para o estágio não obrigatório e dois remotos sobre oportunidades e serviços oferecidos pela IES, como participações em projetos de extensão universitária, iniciação científica e monitorias, e o outro sobre discussões referentes à saúde emocional no contexto acadêmico e promoção da resiliência, além da elaboração e disponibilidade de um informativo dando dicas sobre a temática. Com os alunos do 4º ano também foram oferecidos plantões de esclarecimentos de dúvidas, rodas de conversa sobre o gerenciamento das atividades acadêmicas, assim como informações sobre a escolha das abordagens teóricas para o estágio clínico e os campos de atuação dos estágios especiais, contribuindo dessa forma para sua inserção profissional.

Há intenção de se expandir tais projetos para outros cursos de graduação, bem como vale ressaltar ainda que a IES possui uma disciplina específica ofertada para o desenvolvimento de habilidades sociais e acadêmicas que compõe a grade curricular de todos os cursos, na qual foi sugerida a inserção do tópico “Saúde emocional e vida universitária”, a fim de contribuir com o bem-estar acadêmico de forma integral.

Conclui-se que os registros desses importantes fatos históricos contribuíram para uma melhor compreensão dos impactos da Covid-19 na Educação Superior, seus desdobramentos, repercussões e visibilidade para novas trilhas educacionais e tecnológicas.