

SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO VIVENCIADOS POR ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM NA PANDEMIA DA COVID-19

Stephanie Ribeiro¹, Flávia Batista Portugal², Kallen Dettmann Wandekoken²

Resumo: A pandemia instaurou um contexto de incertezas e era esperado que promovesse a sensação de impotência e tristeza, com repercussões negativas na saúde mental da população geral e dos estudantes universitários. O objetivo deste artigo foi, então, conhecer a prevalência de sintomas sugestivos de ansiedade e depressão entre os estudantes de um curso de Enfermagem na pandemia da COVID-19 e identificar fatores associados. Para tanto, realizou-se um estudo transversal, abrangendo estudantes do curso de Enfermagem em uma instituição de ensino superior localizada na região sudeste do Brasil. Durante o período entre junho e julho de 2020, os estudantes responderam a um questionário on-line semiestruturado, englobando informações sociodemográficas, status de saúde, trajetória acadêmica e histórico de infecção por SARS-CoV-2. Paralelamente, os instrumentos Self-Reporting Questionnaire e Hospital Anxiety and Depression Scale foram empregados. A análise dos dados foi conduzida utilizando o software Statistical Package for the Social Sciences, versão 22. Os participantes majoritários da pesquisa foram do sexo feminino (89,3%) e demonstraram indícios sugestivos de ansiedade (77%) e depressão (83,1%). Ademais, 63,5% relataram adoecimento psíquico anterior, enquanto 50,7% enfrentavam adoecimento psíquico atual. Quanto à infecção pelo novo coronavírus, 6,1% dos estudantes informaram ter sido afetados. Foi identificada, ainda, uma associação significativa entre sintomas indicativos de ansiedade e episódio anterior de adoecimento psíquico ($p = 0,042$; OR = 0,38). Isso implica que tal histórico pode ser considerado um fator de proteção, sugerindo que a aplicação de estratégias de enfrentamento utilizadas previamente poderia ser uma ferramenta positiva para lidar com os desafios emocionais atuais.

Palavras-chave: saúde mental; estudantes de enfermagem; pandemia.

1 Enfermeira. Mestranda pela Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Escola Paulista de Enfermagem da Universidade Federal de São Paulo. São Paulo/SP, Brasil.

2 Enfermeira. Docente no curso de graduação em Enfermagem e Obstetrícia da Universidade Federal do Espírito Santo. Vitória/ES, Brasil.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental não se limita apenas à ausência de doença; engloba também a habilidade de lidar com as demandas cotidianas de forma saudável, permitindo que os indivíduos pensem, sintam e interajam de maneira equilibrada. Para alcançar um estado de saúde integral, é crucial integrar os aspectos físicos, mentais e sociais de cada pessoa (OPAS, 2016).

Portanto, os elementos que impactam a saúde mental podem envolver fatores sociais, psicológicos e biológicos. Dentro do âmbito social, destacam-se desafios como dificuldades socioeconômicas, mudanças sociais súbitas, discriminação, exclusão social, más condições de trabalho, exposição a situações de violência, problemas de saúde física e adoção de hábitos de vida não saudáveis (OMS, 2018).

Entre as questões em saúde mental se destaca a ansiedade, sendo essa um mecanismo fisiológico que estimula a ação do indivíduo. Contudo, ao se apresentar de modo excessivo ou em períodos inoportunos, esse recurso torna-se patológico afetando o indivíduo em seu funcionamento psicossocial. São preocupações disseminadas, intensas e angustiantes, acompanhadas por manifestações físicas, como inquietação, fadiga, dificuldade em concentrar, irritabilidade, tensão muscular e perturbação do sono (APA, 2014).

Nesse ponto, também se destacam os sintomas depressivos que, conforme exacerbação e prolongamento, podem ser evidenciados pela persistência de humor triste, apatia, perturbação do sono, fadiga, redução de energia, sensação de desvalia ou culpa e dificuldade de raciocínio, concentração e tomada de decisão. Além disso, o indivíduo pode apresentar capacidade prejudicada para realização das atividades diária, refletindo em sofrimento ou prejuízo à vida social (APA, 2014).

Neste contexto, ao refletir sobre as demandas frequentes em saúde mental se faz necessário apontar os estudantes universitários, já que segundo Leão *et al.* (2018) e Pinheiro *et al.* (2020), trata-se de um grupo social com elevada prevalência de transtornos mentais em relação à população geral, particularmente nos cursos da área da saúde. De acordo com a Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior - ANDIFES (2019), um estudo com os graduandos do ensino superior federal brasileiro evidenciou que 63,6% destes apresentavam sintomas de ansiedade, 22,9% de tristeza persistente, 32,7% de insônia ou alterações no sono e 45,6% de desânimo ou desmotivação.

Dentre os aspectos sociais que influênciam a saúde mental dos estudantes universitários, as mudanças relacionadas ao ingresso na faculdade são significativas, uma vez que se trata de uma experiência potencialmente estressora associada a questões de autonomia, responsabilidade, suporte social e demandas acadêmicas de estudo (SAHÃO; KIENEN, 2021; WHO, 2018).

Além disso, momentos de emergência/crise podem promover grandes mudanças sociais, gerando problemas de ordem individual e coletiva, além de propiciarem o agravamento dos problemas pré-existentes, de modo a serem propulsores para problemas de saúde mental (IASC, 2007). No que se refere a emergências epidemiológicas, é estimado perturbações na saúde mental de um terço a metade dos indivíduos, em caso de ausência de intervenção (FIOCRUZ, 2020). Nesse ponto, no início de 2020 o mundo vivenciou uma emergência epidemiológica, mediante a circulação de uma nova cepa de coronavírus zoonótico denominado de SARS-CoV-2, causador da doença COVID-19 que tem uma manifestação clínica respiratória e de caráter infeccioso (LIU *et al.*, 2020; OPAS, 2020). Por sua rápida propagação em cenário mundial, logo a Organização Mundial da Saúde determinou emergência de saúde pública de importância internacional e a instauração da pandemia (OPAS, 2020).

A pandemia se configura por um contexto de incertezas, estimulando o estado de alerta frequente na população e, em razão disso, é esperado que indivíduos que vivenciam esse acontecimento sejam acometidos de sensação de impotência, angústia, tristeza e irritabilidade (OPAS, 2020). Prontamente há estudos que indicam as repercussões negativas na saúde mental da população geral e dos estudantes universitários durante a vigência da pandemia pelo novo coronavírus, com aumento de sintomas ansiosos e depressivos (MOREIRA *et al.*, 2020; WANG *et al.*, 2020; CAO *et al.*, 2020; MAIA *et al.*, 2020; ODRIOZOLA-GONZÁLEZ *et al.*, 2020; SAVITSKY *et al.*, 2020; SON *et al.*, 2020).

Para tanto, esta pesquisa se propôs a conhecer a prevalência de sintomas sugestivos de ansiedade e depressão entre os estudantes de um curso de Enfermagem na pandemia da COVID-19 e identificar fatores associados.

2 MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, do tipo observacional descritivo-analítico, com abordagem quantitativa, desenvolvido em uma Instituição de Ensino Superior Pública do Espírito Santo. O estudo transversal foi utilizado por permitir em um único momento de observação coletar variáveis para caracterização de uma amostra determinada (MEDRONHO *et al.*, 2009).

A população do estudo foi composta pelos estudantes de Enfermagem de todos os períodos, na qual foram incluídos os graduandos com idade igual ou superior a 18 anos, devidamente matriculados no ano de 2020. No momento da pesquisa, haviam 240 estudantes matriculados no curso em questão. Para tanto, adotou-se como critério o cálculo de amostra no *software* Epi Info, com nível de confiança de 95%, precisão de 5% e prevalência de 50%, resultando em 148 estudantes.

A sensibilização dos estudantes foi realizada via online, com convites enviados pelo colegiado do curso e divulgação da pesquisa e seus objetivos em mídias sociais do centro acadêmico livre de Enfermagem. O link dos

questionários foi enviado aos acadêmicos, acompanhado do termo de consentimento para preenchimento conjunto, por meio do e-mail institucional, visto a suspensão das atividades presenciais. A coleta dos dados foi realizada no período de 3 semanas, de 29 de junho a 10 de julho de 2020. Os estudantes preencheram um questionário online semi-estruturado que contemplava questões como informações sociodemográficas, situação de saúde, formação acadêmica, infecção por SARS-CoV-2, entre outras.

A fim de aferir transtorno mental comum (TMC) foi utilizado o *Self-Reporting Questionnaire - SRQ-20*, que é um instrumento de rastreamento de auto-resposta (sim/não), de fácil compreensão e rápida aplicação (5 a 10 minutos), seu resultado permite apenas uma suspeita de caso de morbidade mental de transtornos do humor, de ansiedade e somatização. A avaliação é somatória e os escores obtidos podem ser interpretados de forma qualitativa ou quantitativa que variam de 0 (nenhuma probabilidade) a 20 (extrema probabilidade) para presença de TMC. Seu ponto de corte é 7/8 para ambos os sexos, de modo que se considera escore 8 ou mais como caso suspeito de transtorno do humor, de ansiedade e de somatização; e de 7 ou menos como casos não suspeitos (GONÇALVES, STEIN, KAPCZINSKI, 2008).

Para aferir sinais e sintomas de ansiedade e depressão foi utilizado o *Hospital Anxiety and Depression Scale - HADS*, que contém 14 itens pontuados de 0 a 3, desenvolvida por Zigmond e Snaith para a avaliação de sintomas ansiosos e depressivos em pacientes internados com condições médicas diversas, sendo também muito útil como instrumento de avaliação de populações não clínicas, como amostras populacionais e pacientes de outras especialidades médicas. A subescala de ansiedade (HADS-A) mensura sintomas inespecíficos de ansiedade em sete itens, e os outros sete que avaliam a depressão (HADS-D) (BOTEGA *et al.*, 1995).

Os dados foram analisados por meio do *software Social Package Statistical Science* versão 22. Foi realizada análise descritiva dos dados, apresentando os resultados por frequências absolutas e relativas e medidas de tendência central. Para associar as variáveis sociodemográficas, acadêmicas e de condições de saúde com os sintomas sugestivos de ansiedade e depressão, utilizou-se o teste qui-quadrado de Person ou exato de Fisher, conforme seus pressupostos, aplicando o *Odds Ratio* (OR) como medida de tamanho de efeito para cada associação. O nível de significância adotado foi de 5% ($p \leq 0,05$).

Para realização deste estudo foram seguidas todas as exigências éticas que regem as pesquisas com seres humanos estabelecidas pela Resolução nº 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde (CNS, 2013). A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com CAAE 30847420.6.0000.5060 e parecer nº 4.029.745. Além disso, todos os participantes concordaram e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE.

3 RESULTADOS

A população estudada foi composta por 148 acadêmicos de Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior Pública do estado do Espírito Santo, com os dados expressos nas tabelas a seguir.

De acordo com a Tabela 1, a maioria dos participantes da pesquisa era do sexo feminino (89,3%), mantinham os estudos como única atividade de ocupação (89,9%) e residiam no mesmo município da universidade em Vitória (39,2%), seguido pelos municípios de Vila Velha (19,6%) e Serra (17,6%). Quanto a moradia, apenas 4,7% residiam sozinhos e 28,4% precisaram mudar de residência após o início da graduação. Em relação a religião, a maioria referiu possuir uma crença (80,4%) com participação em atividades religiosas de uma a três vezes na semana (42,6%), seguido pela não participação (35,1%).

Tabela 1 - Dados sociodemográficos dos acadêmicos de Enfermagem, Vitória, ES, Brasil, 2020.

VARIÁVEL	N	%
Gênero		
Feminino	132	89,2
Masculino	16	10,8
Ocupação		
Sim	15	10,1
Não	133	89,9
Religião		
Sim	119	80,4
Não	29	19,6
Atividades religiosas		
1 vez na semana	22	14,9
Mais de 1 vez na semana	32	21,6
2 a 3 vezes por semana	9	6,1
Algumas vezes no ano	29	19,6
1 vez no ano	4	2,7
Nenhuma vez	52	35,1
Município		
Vitória	58	39,2
Cariacica	15	10,1
Serra	26	17,6
Vila Velha	29	19,6
Viana	2	1,4
Outro	18	12,2
Reside sozinho		
Sim	7	4,7
Não	141	95,3
Precisou mudar de residência		
Sim	42	28,4
Não	106	71,6

Fonte: Elaboração própria.

Em relação aos dados de condições de saúde (Tabela 2), a maioria dos estudantes apresentaram sintomas sugestivos para ansiedade (77%) e depressão (83,1%), além de relatarem a presença de adoecimento psíquico anterior (63,5%) e atual (50,7%). A minoria fazia uso de medicação (29,7%) e possuía problema físico crônico (9,5%). O uso de álcool foi confirmado por mais da metade dos graduandos (53,4%), sendo referido por uma pequena parte o uso de cigarro (6,1%). A respeito da infecção pelo novo coronavírus, apenas 6,1% dos estudantes haviam sido acometidos pela doença e 39,9% dos seus familiares contraíram a infecção – dados esses relacionados ao ano de 2020.

Tabela 2 - Dados de saúde relatados por acadêmicos de Enfermagem, Vitória, ES, Brasil, 2020.

VARIÁVEL	N	%
Sintomas sugestivos de ansiedade		
Sim	114	77
Não	34	23
Sintomas sugestivos de depressão		
Sim	123	83,1
Não	25	16,9
Adoecimento psíquico anterior		
Sim	94	63,5
Não	53	35,8
Adoecimento psíquico atual		
Sim	75	50,7
Não	73	49,3
Problema físico crônico		
Sim	14	9,5
Não	134	90,5
Uso de medicamento		
Sim	44	29,7
Não	104	70,3
Uso de bebida alcoólica		
Sim	79	53,4
Não	69	46,6
Uso de cigarro		
Sim	9	6,1
Não	139	93,9
Infecção por COVID-19		
Sim	9	6,1
Não	139	93,9
Familiar com COVID-19		
Sim	59	39,9
Não	89	60,1

Fonte: Elaboração própria.

Os estudantes respondentes da pesquisa em sua maioria estavam no sexto (16,9%), oitavo (12,8%) e terceiro (12,2%) semestre do curso de graduação em Enfermagem, com mais da metade entre o terceiro e quarto ano do curso (50,6%). Quanto a satisfação com o curso, a maioria dos graduandos se identificava como satisfeito (56,1%) e muito satisfeito (33,8%), além de realizar atividade extracurricular (62,8%) na universidade, conforme a Tabela 3. Relativo a outras formações, para 83,8% esta é a primeira qualificação e profissionalização.

Tabela 3 - Dados referente a formação acadêmica relatados por acadêmicos de Enfermagem, Vitória, ES, Brasil, 2020.

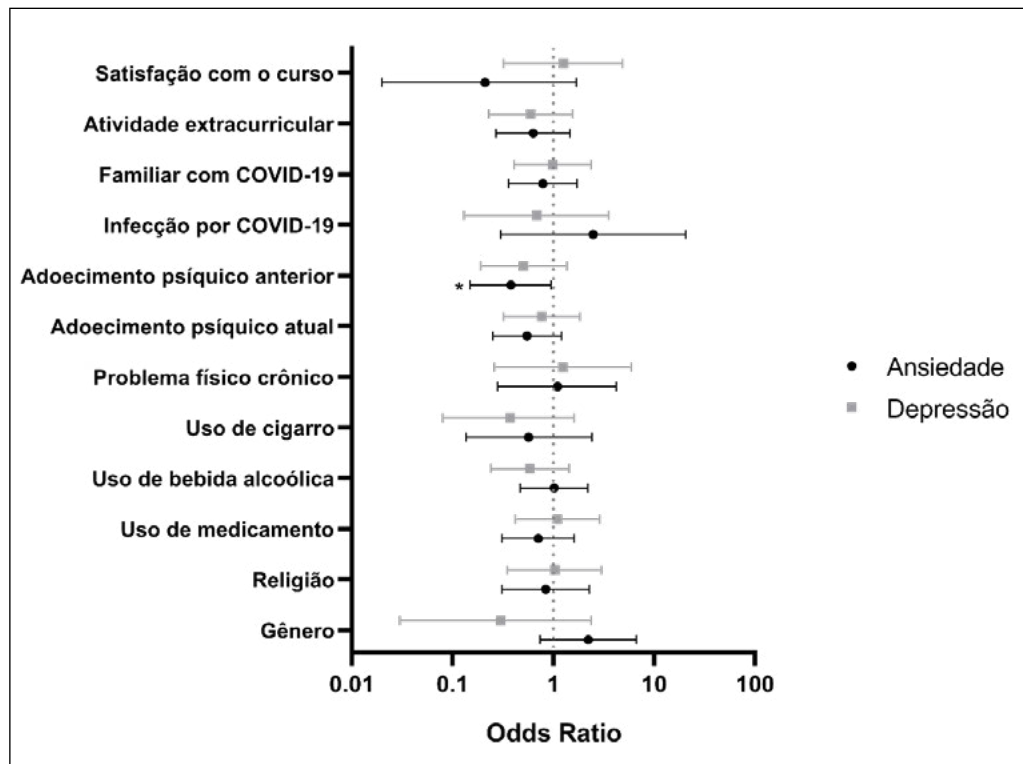
VARIÁVEL	N	%
Período		
Primeiro	15	10,1
Segundo	15	10,1
Terceiro	18	12,2
Quarto	16	10,8
Quinto	15	10,1
Sexto	25	16,9
Sétimo	16	10,8
Oitavo	18	12,8
Desperiodizado	9	6,1
Satisfação com o curso		
Muito satisfeito	50	33,8
Satisfeito	83	56,1
Pouco satisfeito	12	8,1
Insatisfeito	3	2
Atividade extracurricular		
Sim	93	62,8
Não	55	37,2
Outra formação		
Sim	24	16,2
Não	124	83,8

Fonte: Elaboração própria.

Quanto as associações realizadas, conforme a Figura 1, entre os sintomas sugestivos de ansiedade e depressão com as variáveis de gênero, religião, satisfação com o curso, atividade extracurricular, familiar com COVID-19, infecção por COVID-19, adoecimento psíquico anterior e atual, problema físico crônico, uso de cigarro, uso de bebida alcoólica e uso de medicamento, foi verificada significância estatística apenas para ansiedade associada ao adoecimento psíquico anterior ($p = 0,042$). Mediante ao *Odds Ratio* desta variável (OR = 0,38), com intervalo de confiança de 95% entre 0,15 a 0,95, foi

possível identificar uma associação significativa entre sintomas indicativos de ansiedade e episódio anterior de adoecimento psíquico.

Figura 1 - Associação das variáveis sociodemográficas, de saúde e de formação acadêmica com os sintomas sugestivos de ansiedade e de depressão em acadêmicos de Enfermagem, Vitória, ES, Brasil, 2020.



Fonte: Elaboração própria.

Legenda: a significância estatística é observada quando a barra de erro não ultrapassa a linha segmentada do OR = 1, ou seja, quando permanece em apenas um dos lados do *forest plot*, sendo que menor do que 1 é considerado fator protetor e maior do que 1 é considerado fator de risco (WAGNER; CALLEGARI-JACQUES, 1998). Na figura, a variável significativa está destacada pelo asterisco (*) ao lado de sua barra de erro.

4 DISCUSSÃO

A capacidade de enfrentamento em saúde mental pode ser comprometida diante das pressões do dia a dia e seus desencadeadores, resultando em adoecimento psíquico e situações associadas a transtornos mentais (OPAS, 2016; OMS, 2018). Segundo a Organização Mundial da Saúde – OMS (2017) estima-se que no Brasil a prevalência de ansiedade na população seja de 9,3%, taxa essa notavelmente maior que a representada pela população mundial, com

3,6%. No que se refere a depressão, a prevalência na população brasileira é de 5,8%, já na mundial é um pouco menos, com 4,4%.

Em momentos de emergências de saúde pública, a saúde mental de toda sociedade pode ser impactada negativamente, com um comprometimento maior dos estudantes universitários (WANG, ZHAO, 2020; CAO *et al.*, 2020). Nesse contexto, a pesquisa realizada aponta que os sintomas de ansiedade e depressão estavam presentes nos estudantes de graduação de Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior do sudeste do Brasil no primeiro ano da pandemia da COVID-19 – dados esses apresentados no item resultados. Assim, cabe destacar que em estudos que verificaram a prevalência da ansiedade e da depressão na comunidade acadêmica, encontrou-se uma proporção ainda maior do que a taxa estimada para o Brasil pela OMS (LEÃO *et al.*, 2018; PINHEIRO *et al.*, 2020).

Sobre a presença de adoecimento psíquico nos graduandos em Enfermagem, obteve-se um retorno positivo de 50,7%, o que representa uma diminuição em relação a indagação acerca de adoecimento psíquico progressivo, no qual foi existente para 63,5%. Contudo, para ambos achados as estimativas ainda permanecem em maior proporção em relação a população brasileira e mundial.

Na mesma Instituição de Ensino Superior em que foi realizado o presente estudo, foi identificado que 15,3% dos acadêmicos de medicina tinham histórico de tratamento psiquiátrico medicamentoso e 31,9% já haviam feito tratamento psicoterapêutico (FIOROTTI *et al.*, 2010). Ainda, em uma pesquisa realizada em Portugal com universitários atendidos em um serviço de psiquiatria, foi verificado que 47,8% destes estudantes apresentavam patologia psiquiátrica prévia (SILVEIRA *et al.*, 2011). Tais achados corroboram e evidenciam um cenário preocupante vivenciado pelos estudantes universitários, que necessita de intervenções imediatas, visando melhorias institucionais, estruturais e interpessoais.

Quanto à depressão, em um levantamento acerca dos sintomas comuns em estudantes da área da saúde, foi identificado que 23,6% apresentavam sintomas entre grave e moderado, assim como em um estudo abordando apenas os graduandos de Enfermagem, com prevalência de sintomas de depressão entre moderado e grave de 25,3% (BRESOLIN *et al.*, 2020; PINHEIRO *et al.*, 2020). Referente à ansiedade, foi possível observar em universitários de cursos da saúde uma taxa de prevalência de 36,1% (LEÃO *et al.*, 2018).

Todavia, a prevalência encontrada no presente estudo para os sintomas sugestivos de depressão (83,1%) e ansiedade (77%) nos estudantes de Enfermagem foram superiores, posicionando-se acima, em medida discrepante das estimativas. Ressalta-se que o período da coleta de dados foi no primeiro ano da pandemia do novo coronavírus e das determinações de enfrentamento da doença, como as restrições e isolamento social, etiqueta respiratória e diversas mudanças do cotidiano.

Em consequência, a pandemia repercutiu de modo negativo na saúde mental da população geral e dos enfermeiros atuantes no combate ao COVID-19 no Brasil (MOREIRA *et al.*, 2020; SANTOS *et al.*, 2021). Além disso, na China, Portugal, Espanha, Israel e Estados Unidos foram identificadas sérias perturbações em relação à saúde mental dos estudantes universitários durante esse período (WANG, ZHAO, 2020; CAO *et al.*, 2020; MAIA, DIAS, 2020; ODRIOZOLA-GONZÁLEZ *et al.*, 2020; SAVITSKY *et al.*, 2020; SON *et al.*, 2020).

No meio do mês de junho, período em que a pesquisa foi encaminhada aos discentes do curso de Enfermagem, de acordo com o painel geral do Ministério da Saúde, o Brasil apresentava 1.966.748 casos acumulados e 39.924 casos novos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Já no Espírito Santo, de acordo com o Governo do Estado, os casos confirmados eram acima de 37 mil, sendo só a região metropolitana abrangendo mais de 15 mil casos (SESA, 2021).

Dentro da amostra estudada, 6,1% haviam contraído a infecção nesse período e 39,9% tiveram seus familiares acometidos pela doença. Analisando esses dados, se observa que na população adulta da Irlanda, foi identificada significância estatística para associação de ansiedade ou depressão com infecção/suspeita de COVID-19 no próprio indivíduo ou em um familiar (HYLAND *et al.*, 2020). Tal como para estudantes universitários, que a confirmação de infecção por COVID-19 em parente ou conhecido foi um fator de risco para ansiedade em pesquisa de Cao *et al.* (2020). No entanto, ambos estudos divergem aos resultados encontrados nesta pesquisa, no qual não foram identificadas associações significantes para a infecção própria nem para o familiar infectado, podendo estar relacionados ao baixa número de infecção dos estudantes de Enfermagem até a data da coleta dos dados.

Importante destacar que foi identificada a associação significativa entre sintomas indicativos de ansiedade e episódio anterior de adoecimento psíquico. Sugere-se, então, que este seja um fator de proteção, indicando que a adoção de estratégias de enfrentamento prévias pode ser um recurso positivo ao lidar com desafios emocionais atuais. Durante o período de pandemia e distanciamento social, a maioria dos estudantes nesta amostra (91,2%) mencionou ter recorrido a diferentes formas de enfrentamento. Entre as estratégias utilizadas, destacam-se a prática de atividade física, leitura e música (PORTUGAL *et al.*, 2021).

Além disso, conforme abordado por Portugal *et al.* (2021), situações que envolvem estímulos estressores frequentemente levam ao desenvolvimento de mecanismos de enfrentamento. Esses mecanismos têm a tendência de favorecer a saúde mental, especialmente quando acompanhados por orientação e apoio profissional. Nesse sentido, o 'Guia de saúde mental pós-pandemia no Brasil' ressalta que a manutenção do bem-estar físico, mental, emocional, espiritual e social está intrinsecamente ligada a essas estratégias de enfrentamento individuais, as quais desempenham um papel fundamental tanto na vida diária quanto durante períodos de mudança de rotina. Logo, receber orientações sobre esses recursos representa uma estratégia para promover a saúde e está

associado à importância de cultivar hábitos saudáveis de sono, alimentação e atividade física, participar de atividades de lazer como a leitura e assistir a filmes, bem como estabelecer uma rede de apoio (ROHDE *et al.*, 2020).

Por fim, importante mencionar que o estudo em questão apresenta como limitação a necessidade do uso de ferramentas virtuais para coleta dos dados, devido ao distanciamento social e suspensão das atividades no *campus*, restringindo as respostas apenas aos estudantes que dispunham de acesso à internet.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudantes de graduação de Enfermagem apresentaram alta prevalência de sintomas sugestivos de ansiedade e depressão que emergiram ao vivenciarem a pandemia da COVID-19. Além disso, foi observado que experiências anteriores de adoecimento psíquico podem desempenhar um papel de proteção contra o surgimento de novos sintomas de ansiedade. Isso sugere que estratégias de enfrentamento que funcionaram no passado podem constituir uma abordagem eficaz para lidar com os desafios emocionais que estamos enfrentando no presente.

Cabe salientar a importância das Instituições de Ensino Superior atentarem para essa problemática e proporcionarem uma vivência acadêmica saudável, intervindo por meio de promoção da saúde mental e de estratégias de enfrentamento dos seus graduandos frente às demandas acadêmicas e sociais.

REFERÊNCIAS

ANDIFES (Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior). **V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos (as) Graduandos (as) das IFES - 2018**. Brasília, 2019. Disponível em: <https://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2019/05/V-Pesquisa-Nacional-de-Perfil-Socioeconomico-e-Cultural-dos-as-Graduandos-as-das-IFES-2018.pdf>.

APA (American Psychiatric Association). **Manual de Diagnóstico e Estatística de Distúrbios Mentais DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 5 ed. 2014.

BRESOLIN, J. Z.; DALMOLIN, G. L.; VASCONCELLOS, S. J. L.; BARLEM, E. L. D.; ANDOLHE, R.; MAGNAGO, T. S. B. S. Depressive symptoms among healthcare undergraduate students. **Rev. Latino-Am. Enfermagem** 2020; 28:1-10.

BOTEGA, N. J.; BIO, M. R.; ZOMIGNANI, M. A.; GARCIA JUNIOR, C.; PEREIRA, W. A. B. Transtornos do humor em enfermagem de clínica médica e validação de escala de medida (HAD) de ansiedade e depressão. **Rev Saude Publica**, 29(5):359-363; 1995.

CAO, W.; FANG, Z.; HOU, G.; HAN, M.; XU, X.; DONG, J.; ZHENG, J. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. **Psychiatry Research** 2020 mar;(287):1-5.

CNS (Conselho Nacional de Saúde). Resolução n. 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília, **Diário Oficial da União**, Brasília, 13 jun. 2013, Seção 1, p. 59-62.

FIOCRUZ (Fundação Oswaldo Cruz). **Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: Recomendações Gerais**. Ministério da Saúde: Fiocruz; 2020.

FIOROTTI, K. P.; ROSSONI, R. R.; BORGES, L. H.; MIRANDA, A. E. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **J Bras Psiquiatr**. 2010 fev;59(1):17-23.

GONÇALVES, D. M.; STEIN, A. T.; KAPCZINSKI, F. Avaliação de desempenho do Self-Reporting Questionnaire como instrumento de rastreamento psiquiátrico: um estudo comparativo com o Structured Clinical Interview for DSM-IV-TR. **Cad. Saúde Pública** 2008;24(2):380-390.

HYLAND, P.; SHEVLIN, M.; MCBRIDE, O.; MURPHY, J.; KARATZIAS, T.; BENTALL, R. P.; MARTINEZ, A.; VALLIÈRES, F. Anxiety and depression in the Republic of Ireland during the COVID-19 pandemic. **Acta Psychiatr Scand**. 2020 Sep;142(3):249-256.

IASC (Inter-Agency Standing Committee). **Diretrizes do IASC sobre saúde mental e apoio psicossocial em emergências humanitárias**. Genebra: IASC; 2007.

LEÃO, A. M.; GOMES, I. P.; FERREIRA, M. J. M.; CAVALCANTI, L. P. G. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. **Rev. bras. educ. med.** 2018;42(4):55-65.

LIU, Y.; GAYLE, A. A.; WILDER-SMITH, A.; ROCKLÖY, J. The reproductive number of COVID-19 is higher compared to SARS coronavirus. **Journal of Travel Medicine** 2020 mar;27(2):1-4.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estud. psicol.** 2020 may;(37):1-8.

MEDRONHO, R. de A. *et al.* **Epidemiologia**. São Paulo: Atheneu, 2009.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Painel Coronavírus**. Brasília: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: <<https://covid.saude.gov.br/>> Acesso em: 10 mar 2021.

MOREIRA, W. C.; SOUSA, A. R.; NÓBREGA, M. P. S. S. Mental illness in the general population and health professionals during COVID-19: a scoping review. **Texto & Contexto Enfermagem** 2020 sept;(29):1-17.

ODRIOZOLA-GONZÁLEZ, P.; PLANCHUELO-GÓMEZ, A.; IRURTIA, M. J.; LUIS-GARCÍA, R. Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university. **Psychiatry Res**. 2020 Aug;(290):1-8.

OPAS (Organização Pan-Americana da Saúde). **Histórico da pandemia de COVID-19.** OPAS, 2020. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>> Acesso em: 03 abr 2021.

OPAS (Organização Pan-Americana da Saúde). **OPAS/OMS apoia governos no objetivo de fortalecer e promover a saúde mental da população.** OPAS, 2016. Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5263:opas-oms-apoia-governos-no-objetivo-de-fortalecer-e-promover-a-saude-mental-da-populacao&Itemid=839> Acesso em: 03 abr 2021.

PINHEIRO, J. M. G.; MACEDO, A. B. T.; ANTONIOLLI, L.; DORNELLES, T. M.; TAVARES, J. P.; SOUZA, S. B. C. Qualidade de vida, sintomas depressivos e psiquiátricos menores em estudantes de enfermagem. **Rev Bras Enferm.** 2020 jul;73(Suppl 1):1-8.

PORTUGAL, F. B.; WANDEKOKEN, K. D.; SOUZA, R. S.; SOUZA, E. R.; RODRIGUES, L. N. Distanciamento social e COVID-19: estratégias adotadas por estudantes de enfermagem. **SMAD Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** 2021 Jun; 17(2):7-15.

ROHDE, L. A. *et al.* **Guia de Saúde Mental Pós-Pandemia no Brasil.** Instituto de Ciências Integradas, 2020.

SAHÃO, F. T.; KIENEN, N. Adaptação e Saúde Mental do Estudante Universitário: Revisão Sistemática da Literatura. **Psicol. Esc. Educ.** 2021, v. 25.

SANTOS, K. M. R.; GALVÃO, M. H. R.; GOMES, S. M.; SOUZA, T. A.; MEDEIROS, A. A.; BARBOSA, I. R. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da Covid-19. **Esc. Anna. Nery** 2021;25 (spe):1-15.

SAVITSKY, B.; FINDLING, Y.; ERELI, A.; HENDEL, T. Anxiety and coping strategies among nursing students during the covid-19 pandemic. **Nurse Educ Pract.** 2020 Jul;(46):1-7.

SESA (Secretaria de Estado da Saúde do Espírito Santo). **Painel COVID-19 - Estado do Espírito Santo.** Governo do Estado do Espírito Santo. Disponível em: <<https://coronavirus.es.gov.br/painel-covid-19-es>> Acesso em 10 mar 2021.

SILVEIRA, C.; NORTON, A.; BRANDÃO, I.; ROMA-TORRES, A. Saúde mental em estudantes universitários: experiência da consulta de psiquiatria do Centro **Hospitalar** São João. **Acta Med Port** 2011; 24(S2): 247-256.

SON, C.; HEGDE, S.; SMITH, A.; WANG, X.; SASANGO HAR, F. Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: interview survey study. **J Med Internet Res.** 2020 Sep; 22(9):1-14.

WAGNER, M. B.; CALLEGARI-JACQUES, S. M. Medidas de associação em estudos epidemiológicos: risco relativo e odds ratio. **Jornal de pediatria.** Rio de Janeiro. Vol. 74, no. 3 (1998), p. 247-251., 1998.

WANG, C.; ZHAO, H. The Impact of COVID-19 on Anxiety in Chinese University Students. **Frontiers In Psychology** 2020 may;(11):1-8.

WHO (World Health Organization). **Depression and other common mental disorders**: global health estimates. Geneva: WHO, 2017.

WHO (World Health Organization). **Mental health**: strengthening our response. WHO, 2018 Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>> Acesso em: 03 abr 2021.