

## INDICATIVOS DE ANSIEDADE, DEPRESSÃO E ESTRESSE EM UNIVERSITÁRIOS SUDOESTINOS QUE TIVERAM EXPERIÊNCIA COM INFEÇÃO PELO CORONAVÍRUS (COVID-19)

*Anxiety, Depression and Stress in sudoestino univesity students who had experience  
with contamination by Coronavirus (COVID-19)*

Thaís Cristina Gutstein Nazar/UNIPAR- Brasil  
Karine Adrielle Zuffo/ UNIPAR- Brasil  
Raquel Tonello/ UNIPAR- Brasil

**RESUMO:** A pandemia mundial causada pelo Coronavírus e declarada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em março de 2020 contaminou e interferiu fortemente o contexto social, inclusive, afetando diretamente a vida de milhares de universitários. As sequelas deixadas pelo vírus atingiram tanto a saúde física como psicológica. Devido a grande relevância do tema, este trabalho de pesquisa de campo objetivou analisar os indicativos de ansiedade, depressão e estresse entre estudantes universitários. Participaram do estudo 42 universitários sudoestinos que foram infectados pela COVID-19 no período pandêmico, sendo que entre os participantes, 81% afirmaram ser do gênero feminino e 83,34% com faixa etária entre 18 a 31 anos. Aplicou-se como instrumentos da pesquisa, um questionário sócioeconômico, a Escala de Ansiedade e Depressão (HAD), a Escala de Estresse Percebido (EPS 10) e um questionário para compreender a experiência da infecção pela COVID-19 e o impacto sobre a vida e os estudos destes acadêmicos. Os resultados apontaram que a COVID-19, na percepção dos entrevistados, implicou na piora da saúde mental, da ansiedade, da depressão e do estresse. Intervenções psicológicas fazem-se necessárias neste campo, assim como novos estudos sobre o tema com outras amostras. Além disso, aponta-se a importância da psicoterapia para amenizar ou até mesmo extinguir os sintomas, melhorando a qualidade de vida dos universitários que tiveram a experiência da contaminação.

**Palavras-chave:** COVID-19. Psicologia. Universitários.

**ABSTRACT:** The global pandemic declared by the World Health Organization (WHO) in March 2020, caused by the COVID-19 virus, has contaminated and strongly interfered with the social context, including the lives of thousands of university students. The sequelae left by the virus affected both physical and psychological health. Due to the great relevance of the theme, this field research work aimed to analyze the indicators of anxiety, depression and stress among university students. Forty-two Southwestern university students who were infected by COVID-19 during the pandemic period participated in the study, and among the participants, 81% said they were female and 83.34% were aged between 18 and 31 years. A socio-economic questionnaire, the Anxiety and Depression Scale (HAD) and the Perceived Stress Scale (EPS 10) and a questionnaire to understand the COVID-19 infection experience and the impact on their life and studies were applied as a research instrument. The results showed that COVID-19 implied a worsening in the mental health of infected university students in their perception, as well as worsening anxiety, depression and stress. Psychological interventions are needed in this field, as well as new studies on the subject with other samples. In addition, the importance

of psychotherapy to alleviate or even extinguish symptoms is pointed out, improving the quality of life of university students who have had the experience of contamination.

**Keywords:** COVID-19. Psychology. University.

---

## **1. INTRODUÇÃO**

O Coronavírus, um fenômeno mundial e causador da COVID-19, apareceu e contaminou, de forma rápida, milhares de pessoas, alastrando-se por outros países, atingindo o mundo todo, fazendo com que a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarasse pandemia, devido ao alto índice de contaminação.

No final do ano de 2019, em Wuhan, na China, originou-se a epidemia de COVID-19, caracterizado como um grande problema de saúde pública (PHELAN et al., 2020). Já em janeiro de 2020, a OMS declarou este surto como emergência de saúde pública com consequências internacionais, e em 11 de março do mesmo ano, a OMS declarou a COVID-19 como uma pandemia. Até o final de agosto de 2021 foram identificados 217 milhões de casos confirmados no mundo, sendo de 4,51 milhões de óbitos. No Brasil, até o mesmo período, foram notificados 20.752.281 casos confirmados e 579.574 óbitos (MENG; HUA e BIAN; OMS, 2020; BRASIL, 2021; DASA, 2021).

A China, por ser o primeiro país que identificou o vírus e adotou a quarentena e o isolamento social como medidas protetivas à disseminação, indicou, por meio de estudos, que há possíveis consequências psicológicas do confinamento em massa. Os resultados mostraram maior índice de ansiedade, depressão, uso nocivo de álcool e menor bem-estar mental do que os índices usuais (AHMED et al., 2020).

Como em outras pandemias vivenciadas pelo mundo, a contenção foi adotada como a melhor medida de prevenção a propagação do vírus. Algumas localidades, direcionadas por seus órgãos governamentais, adotaram decretos e medidas de contenção à COVID-19, que previam o isolamento, até mesmo forçado, e o fechamento de comércios e de órgãos públicos por horário determinado. Muitas pessoas foram contaminadas pelo vírus, chegando inclusive a complicações letais.

Apesar de todo o esforço da comunidade científica, pouco se sabe sobre o vírus. Qual o melhor diagnóstico, como se dá a propagação, qual é o tratamento mais eficiente, informações sobre a cura, sobre os sintomas e as sequelas e, dentre elas, as

*Indicativos de Ansiedade, Depressão e Estresse em Universitários Sudoestinos que Tiveram Experiência com Infecção pelo Coronavírus (Covid-19)*

causadas na saúde mental. Tantas mortes, isolamentos, mudanças na forma de viver, distâncias, incertezas, muitos acometidos, resultaram em pessoas com comprometimento da saúde física e também psicológica, como medo, estresse, revolta, sofrimento, angústia, ansiedade, depressão, compulsão, tristeza, desesperança, luto.

Os jovens e estudantes, em especial, tiveram as suas aulas canceladas e mudadas para a modalidade remota, em sua grande maioria e por diversas vezes, e ainda precisaram se adequar a esta rotina incerta. Estes precisaram se adaptar, pois estavam acostumados a uma rotina de frequência de aulas presenciais e atividades extracurriculares, convivência com os colegas, sanar dúvidas sobre o conteúdo próximo aos profissionais da educação, em uma cultura em que a modalidade presencial sempre prevaleceu. Neste contexto, sentem-se desamparados, sozinhos assistindo às aulas pela tela de seus celulares e outros meios eletrônicos, afetando os planos, os sonhos destes estudantes.

As adaptações a esta nova realidade consequente da pandemia do Coronavírus Disease 2019 (COVID-19) e de suas complicações, trouxe à população mundial a intensificação de sentimentos, e na maioria das vezes, de sentimentos negativos de dor, de luto, de tristeza, de incerteza, de desespero, de ansiedade, de depressão, de pânico, de fobia, dentre outros. No entanto, parece que os já infectados com o vírus que conseguiram vencê-lo apresentam sequelas pós-COVID, podendo sê-las físicas, cognitivas e emocionais, proporcionais à gravidade em que foram afetados.

A pandemia de coronavírus SARS-Cov2 interrompeu as atividades presenciais de 91% dos estudantes no mundo (UNESCO, 2020). Grande parte dos universitários questionados afirmam que as suas atividades universitárias se mantêm remotas e híbridas, poucos deles estão na modalidade presencial. No Brasil, antes da pandemia, já havia a possibilidade de que cursos de graduação presenciais fossem compostos por atividades desenvolvidas na modalidade Educação a Distância (EaD), sendo que o limite máximo de carga horária para atividades nesta modalidade era de 40% sobre a composição total de atividades nos cursos (BRASIL, 2019). Considerando o contexto de pandemia da COVID-19, houve a necessidade de mudanças com relação à prática de atividades não presenciais por meios digitais e o limite de carga horária.

O grupo escolhido como amostra de pesquisa deste trabalho foram os universitários, grupo composto em sua maioria por pessoas jovens que, apesar de estarem em isolamento, com aulas na modalidade remota ou em caráter híbrido, convivem com

os familiares, colegas de trabalho e estão suscetíveis à contaminação. Sendo de relevância para a comunidade científica, diante desta nova patologia, que estudos sejam realizados, por amostras, em pequenas ou grandes escalas, a fim de agregar conhecimento para pesquisas futuras. Assim como é importante para a sociedade que se saiba as consequências para a saúde mental, para que se possa tratar ou ao menos saber lidar com elas.

Os universitários são uma parte da população de grande relevância, considerando que esses são os futuros profissionais, cientistas, estão na faixa etária de maior produtividade e que são e serão responsáveis pela criação de uma nova geração. Neste contexto, dá-se a importância de se analisar como estão os universitários que foram acometidos pelo vírus pandêmico quanto à saúde psicológica, principalmente, no que se refere à ansiedade, depressão e estresse, pois é de conhecimento que em desequilíbrio estes afetam a vida como um todo do sujeito.

Nesse sentido, tendo em vista as mudanças nos padrões de vida da população mundial e, conseqüentemente, no cotidiano dos acadêmicos, questionou-se, neste estudo, acerca dos impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos estudantes universitários, e quais os mecanismos capazes de minimizar e/ou evitar possíveis sofrimentos e/ou transtornos psíquicos nessa população (GUNDIM et al., 2021).

Neste contexto, o objetivo deste estudo é analisar os níveis de ansiedade, de depressão e de estresse em estudantes universitários sudoestinos que tiveram experiência com a contaminação com o Coronavírus Disease 2019 (COVID-19), descrevendo as mudanças cotidianas impostas pela pandemia e a sua percepção sobre a saúde psicológica; citando a vivência dos universitários brasileiros durante a pandemia e o índice de contaminação nesta amostra.

## **2. MATERIAL E MÉTODO**

O presente estudo seguiu os parâmetros éticos de pesquisas com seres humanos conforme a Resolução 466/2012, pelo CAAE 93703418.4.0000.0109, sendo aprovado pelo Parecer de número 4.875.861. O trabalho apresenta delineamento de pesquisa exploratória, qualitativa e quantitativa, ainda de caráter informativo (BRASIL, 2012).

### **2.2 Participantes**

## *Indicativos de Ansiedade, Depressão e Estresse em Universitários Sudoestinos que Tiveram Experiência com Infecção pelo Coronavírus (Covid-19)*

Universitários que foram contaminados pelo Coronavírus, da região Sudoeste do estado do Paraná, participantes de grupos e redes sociais, independente de curso, ou universidades, pública ou privada; que atenderam os critérios de inclusão: maioria, assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, de forma voluntária e aceite em participar. Foram excluídos os universitários que não responderam ao questionário ou não aceitaram participar.

### **2.3 Instrumentos**

*Questionário sociodemográfico:* elaborado pelas autoras contendo 08 questões, no intuito de coletar informações gerais sobre a amostra de universitários que se dispuseram a responder o questionário. Dentre os dados foram incluídas características como gênero, idade, local de residência, instituição de ensino, com quem mora, aspectos psicológicos e hábitos de vida.

*Escala de nível de ansiedade e depressão – Escala HAD – A* Avaliação do Nível de Ansiedade e Depressão (Zigmond & Snaith, 1983) foi aplicada com o intuito de identificar sintomas de ansiedade e de depressão em pacientes de hospitais clínicos não psiquiátricos. A Escala HAD possui 14 questões, as ímpares referem-se aos sintomas de ansiedade (HAD-A) e as pares aos sintomas de depressão (HAD-D), em seu *score* as alternativas de cada questão são conferidas em 0, 1, 2 ou 3 pontos, somados e usados como pontos de corte. Os resultados apontam indicativos para a ansiedade (HAD-A) e depressão (HAD-D) e apresenta prevalência de 0 a 7 pontos (improvável), 8 a 11 (possível-questionável) e 12 a 21 (provável) (TOTI; BASTOS; RODRIGUES, 2018).

*Escala de estresse percebido - ESP-10 (COHEN et al., 1988): EPS-10 - Escala de Percepção de Estresse 10 (COHEN, KAMARCK, MERMELSTEIN, 1983).* Esta escala conta com 10 itens com perguntas de sentimentos e pensamentos, avaliando o grau com que o indivíduo avalia os níveis de estresse em sua vida (SILVA et al., 2018). Os escores podem ser comparados com a tabela normativa da população americana (COHEN, 1983). Quanto maior for a pontuação, maior será a percepção de estresse (REIS, 2005).

*Vivência como estudante infectado pela COVID-19:* O formulário foi composto por 20 questões elaboradas pelas pesquisadoras a partir de percepções acerca da vivência da infecção pela COVID-19 e relação com o contexto universitários.

### **2.4 Procedimentos**

A etapa inicial do estudo foi uma revisão de literatura conforme temática de pesquisa, seguida pela confecção dos instrumentos de pesquisa. A partir de então o estudo foi divulgado em grupos e redes informando aos usuários que a aplicação era voluntária, qual era a finalidade e que haveria o sigilo mediante a assinatura de consentimento da pesquisa. A próxima etapa foi a análise e a discussão dos resultados.

A divulgação da pesquisa foi realizada em ambiente on-line, em grupos e redes sociais, abrangendo estudantes de universidades particulares e públicas do Sudoeste do Paraná, podendo os participantes residirem em cidades do Paraná ou regiões vizinhas.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A amostra deste estudo foi composta por 42 respondentes, sendo 81,00% mulheres, com predominância do estado civil solteiro (66,70%) e faixa etária entre 18 e 30 anos (83,34%). Esse perfil corrobora as estatísticas do INEP (2018) e IBGE (2019), que apontam o universitário brasileiro médio como majoritariamente feminino, jovem e estudante de instituições privadas (PEDUZZI, 2020). Sobre a configuração familiar, 33,30% residem com os pais e 28,70% com cônjuges ou noivos, sendo que 83,30% não possuem filhos. O teste Shapiro-Wilk revelou valores significativos para estresse, ansiedade e depressão, justificando o uso de testes não paramétricos para as análises subsequentes.

Esta pesquisa objetivou evidenciar as consequências da COVID-19 em universitários sudoestinos do estado do Paraná, quanto à saúde mental (ansiedade, depressão e estresse), pois apesar de pouco se saber sobre o novo Coronavírus, estudos apontam possíveis sequelas físicas e psicológicas. Analisando os resultados obtidos em questionários aplicados na amostra que atenderam aos requisitos, pode-se observar a saúde dos acadêmicos que testaram positivo para o vírus. De acordo com o Instituto Nacional de Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira – INEP (2018), Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2019) e Instituto Samesp (2020), constatou-se que o perfil dos universitários brasileiros é formado, em sua maioria, por pessoas brancas, do sexo feminino, com idade entre 19 e 24 anos, estudantes em instituições privadas, no período noturno, com ensino médio em escolas públicas, residentes com os pais e trabalhadores por necessidade para auxiliar na renda familiar, com remuneração de até dois salários mínimos (PEDUZZI, 2020). O perfil dos universitários que responderam

*Indicativos de Ansiedade, Depressão e Estresse em Universitários Sudoestinos que Tiveram Experiência com Infecção pelo Coronavírus (Covid-19)*

aos questionários desta pesquisa não foi contrário às estatísticas dos institutos citados, já que dos 42 participantes, a maioria afirmou ser do gênero feminino, com faixa etária entre 20 a 30 anos, sem filhos, estudantes de instituições privadas, solteiros, residentes com os pais em cidades do Paraná. Expuseram, ainda, que fazem uso de medicamentos para dormir 28, 2% da amostra.

Assim, o Conselho Nacional de Educação (CNE) emitiu orientações para a reorganização dos calendários escolares, realização de atividades pedagógicas não presenciais, considerando as atividades na carga horária do ano letivo (BRASIL, 2020). Particularmente, quanto ao Ensino Superior, considerando-se as normas que regulam o ensino remoto, o parecer dá ênfase à adoção de atividades por meios digitais e ao uso de ambientes virtuais de aprendizagem como forma de substituir as atividades presenciais, viabilizando a continuidade do ensino durante a pandemia.

Quanto à rotina acadêmica, 78,55% estavam na modalidade remota e 78,60% em rede privada. Durante a infecção, 42,90% necessitaram de afastamento total das atividades, 31% parcial e 26,10% mantiveram a rotina. Sobre a adaptação institucional, 40,50% declararam-se parcialmente satisfeitos e 37,50% insatisfeitos. Embora 47,60% classifiquem o ensino como ótimo, a divisão de opiniões reflete o que Martins e Moço (2009) discutem sobre a modalidade a distância: estudantes mais jovens podem não ter atingido a maturidade e o planejamento necessários para o rigor que o ensino remoto impõe, gerando desgastes adaptativos.

Os meses de contaminação variaram de março de 2020 a maio de 2021, com picos em maio de 2021 (19%) e fevereiro de 2021 (14,30%). Em conformidade com o cenário de sobrecarga do SUS (CONASEMS, 2020), 42,90% dos participantes precisaram pagar pelo próprio teste. Apesar de 88,10% não terem sido hospitalizados, um dado alarmante é que 78,60% afirmaram possuir sequelas pós-COVID (físicas, cognitivas ou psicológicas). Conforme Moura et al. (2021), mesmo em casos leves, cerca de dois terços dos indivíduos mantêm sintomas persistentes após 60 dias, o que caracteriza a complexidade clínica da doença.

Os níveis de saúde mental sofreram alterações drásticas após a infecção. A percepção de "muita ansiedade" saltou de 9,52% (pré-COVID) para 45,24% (pós-COVID). O estresse elevado subiu de 9,52% para 54,76%, e a percepção de muita depressão de 11,90% para 35,71%. Pela Escala HAD, identificou-se quadros prováveis de ansiedade em 28,57% e de depressão em 26,19%. Segundo Xiang et al. (2020),

pacientes com confirmação de COVID-19 experienciam medo da morte e solidão, sentimentos que podem evoluir para transtornos psicológicos graves. O medo de contaminar familiares, relatado por 73,80% dos participantes cujos parentes também testaram positivo, funciona como um gatilho para culpa e tristeza, elevando o estresse (STROEBE et al., 2007).

A análise de correlação de Spearman revelou que o gênero correlacionou-se significativamente com o estresse ( $\rho = 0,322$ ;  $p = 0,038$ ), ansiedade ( $\rho = 0,365$ ;  $p = 0,018$ ) e depressão ( $\rho = 0,325$ ;  $p = 0,036$ ). Isso ratifica achados de Wang et al. (2020), que indicam que o impacto psicológico negativo da pandemia é consistentemente maior em mulheres e estudantes. Além disso, o número de filhos correlacionou-se positivamente com o estresse ( $\rho = 0,336$ ;  $p = 0,030$ ), sugerindo que a responsabilidade familiar em tempos de crise sanitária é um fator agravante.

Pela escala EPS-10, a pontuação de estresse variou de 4 a 36, com alta frequência em scores elevados (21 a 33). Mais de 30% dos universitários relataram não controlar a irritação e 28% sentem que os problemas acumularam de forma insolúvel. Shigemura et al. (2020) explicam que o isolamento e a incerteza diante de uma doença desconhecida desestabilizam a autoconfiança. Curiosamente, não houve correlação entre as variáveis de saúde mental e as modalidades de estudo ou tipo de instituição. Hipotetiza-se que a preocupação com o contexto social amplo e a sobrevivência biológica (PEREIRA et al., 2020) sobrepõe-se às questões pedagógicas no momento da infecção.

Por fim, a necessidade de pagar pelo teste correlacionou-se com a ansiedade prévia ( $\rho = 0,358$ ;  $p = 0,020$ ) e estresse antes da COVID-19 ( $\rho = 0,417$ ;  $p = 0,006$ ). Isso demonstra que a vulnerabilidade socioeconômica e a insegurança quanto ao suporte do sistema de saúde (BANERJEE, 2020) são preditores de sofrimento psíquico, intensificando quadros de ansiedade e depressão que já vinham sendo gestados no contexto pandêmico.

## **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Conforme o objetivo do presente estudo de analisar indicativos quanto aos níveis de ansiedade, de depressão e de estresse em estudantes universitários sudoestinos que tiveram experiência com a contaminação com a Coronavírus Disease 2019 (COVID-19), foi possível observar, para a amostra pesquisada, o aumento significativo conforme

a percepção dos participantes, o que corrobora com outros estudos científicos anteriormente realizados.

Em dados obtidos pela escala HAD, que avaliou os níveis de ansiedade e de depressão após a contaminação pelo vírus, grande parte citou se sentir contrariada, tensa, preocupada; mais da metade dos questionados demonstrou estar desgostosa, com menor bom humor, mais lenta em suas atividades, sensação ruim de medo, frio na barriga, sensação ruim no estômago, diminuída da autoestima, menos esperançosa e animada; metade dos universitários percebeu não conseguir relaxar ou sentir prazer, e relatou sensação de pânico.

Já para a escala EPS-10, que visa avaliar o estresse do indivíduo, foram constatados dados elevados de estresse, de acordo com as respostas que apontaram baixa tolerância à frustração, sensação de incapacidade em controlar a própria vida e de darem conta de seus afazeres, nervosos ou estressados, além da baixa autoconfiança apresentada por grande parte dos universitários. Mais de 30% disseram não controlar a irritação com frequência e ficarem bravos devido a perda de controle das situações cotidianas, ainda mais da metade confirmaram não sentirem a vida sob controle, e 28% perceberam os seus problemas acumularem de tal forma que não conseguem resolver.

Apesar disso, os achados no presente estudo não relacionaram as condições de ensino (remotas, EAD, híbridas) às variáveis de saúde mental. Sabe-se que os fatores externos, como as mudanças cotidianas pela pandemia originada pela COVID-19, afetaram o estado da saúde mental da população, como dos universitários, que em sua maioria são jovens em fase ativa da vida social, acadêmica, com expectativas de planos. A pandemia e as suas intercorrências modificaram estas vivências de tal maneira que trouxe incertezas, medo, ansiedade, frustrações, dentre outros sentimentos para os universitários. A situação é ainda mais agravante para os contaminados pela COVID-19 que, mesmo ainda havendo poucos estudos sobre o recente vírus, já foi constatado que as sequelas vão além de físicas, mas também as psicológicas, como constatado nesta pesquisa, em que houve relevante alta no índice de ansiedade, depressão e estresse quando comparados o antes e o após a contaminação pelo Coronavírus. Os dados apontam para a importância em haver mais estudos relativos às consequências do vírus na saúde mental visando a melhoria da qualidade de vida dos acometidos.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AHMED, Md Zahir; AHMAED, Oli; AIBAO, Zhou; HANBIN, Sang; SIYU, Liu; AHMAD, Akabaruddin. Epidemic of COVID-19 in China and Associated Psychological Problems. **Asian J Psych** 2020; v. 51, n.102092.

ANDRADE, Ricardo. **Estudos trazem relatos de sequelas psicológicas após infecção por Covid-19**. Rede CoVida. Disponível em: <https://redecovida.org/2020/10/26/estudos-trazem-relatos-de-sequelas-psicologicas-apos-contaminacao-de-covid-19>. Acesso em: 01 de agosto de 2021.

ARAÚJO, Francisco Jonathan de Oliveira; de LIMA, Ligia Samara Abrantes; CIDADE, Pedro Ivo Martins; NOBRE, Camila Bezerra; ROLIM NETO, Modesto Leite. Impact of Sars-CoV-2 and its reverberation in global higher education and mental health. **Psychiatry Res.** 2020; v.288, p.1-2.

BORTEL, Tine Van; BASNAYAKE, Anoma; WURIE, Fatou.; JAMBAI, Musu; KOROMA, Alimamy Sultan; MUANA, Andrew T.; HANN, Katrina; EATON, Julian; MARTIN, Steven; NELLUMS, Laura B. Effets psychosociaux d'une flambée de maladie à virus ebola aux échelles individuelle, communautaire et international. **Bull World Health Organ**, 2016, v.94, n.3, p.210–214.

BOTEGA, Neury J.; BIO, Márcia R.; ZOMIGNANI, Maria Adriana; GARCIA Jr., Celso; PEREIRA, Walter A.B. Transtornos do humor em enfermaria de clínica médica e validação de escala de medida (HAD) de ansiedade e depressão. **Rev. Saúde Pública**, 1995; 29:355-363.

BURKI, Talha Khan. COVID-19: consequences for higher education. **Lancet Oncol.** 2020; v.21, n.6, p.758.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. RESOLUÇÃO Nº 466, DE 12 DE DEZEMBRO DE 2012. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso em: 30 de agosto de 2021.

BRASIL. Ministério da Educação. Gabinete do Ministro. Portaria n. 2.117, de 06 de dezembro de 2019. Dispõe sobre a oferta de carga horária na modalidade de Ensino a Distância - EaD em cursos de graduação presenciais ofertados por Instituições de Educação Superior - IES pertencentes ao Sistema Federal de Ensino. **Diário Oficial da União**, ed. 239, seção 1, Brasília, DF, p. 131, 11 dez. 2019. Disponível em: <http://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-2.117-de-6-de-dezembro-de-2019-232670913>. Acesso em: 12 de julho de 21.

BRASIL. Atos do Poder Executivo. Medida Provisória n. 934, de 01 de abril de 2020. Estabelece normas excepcionais sobre o ano letivo da educação básica e do Ensino Superior decorrentes das medidas para enfrentamento da situação de emergência de saúde pública de que trata a Lei n. 13.979, de 6 de fevereiro de 2020. **Diário Oficial da União**, ed. 63-A, seção 1, Brasília, DF, p. 1,01 abr. 2020. Disponível em:

*Indicativos de Ansiedade, Depressão e Estresse em Universitários Sudoestinos que Tiveram Experiência com Infecção pelo Coronavírus (Covid-19)*

<http://www.in.gov.br/en/web/dou/-/medida-provisoria-n-934-de-1-de-abril-de-2020-250710591>. Acesso em: 12 de julho de 21.

BRASIL. Secretaria de Vigilância em Saúde. Ministério da Saúde. DATASUS. **Painel Coronavírus**. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br>. Acesso em: 31 de agosto de 2021.

BROOKS, Samantha K.; WEBSTER, Rebecca K.; SMITH, Louise E.; WOODLAND, Lisa; WESSELY, Simon; GREENBERG, Neil; et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**. 2020, v.395, p.912-20.

COHEN, Sheldon; KARMACK, Tom; MERMELSTEIN, Robin. A global measure of perceived stress. **Journal of Health and Social Behavior**, 1983, v.24, n.4, p.385-396.

COHEN, Sheldon; WILLIAMSOM, Gail M. Perceived stress in a probability sample of United States. In S. Spacapan e S. Oskamp (Eds.), **The Social Psychology of Health: Claremont Symposium on applied social psychology**. Newbury Park, CA: Sage, 1988.

Conselho Nacional de Secretarias Municipais de Saúde – CONASEMS. **Reconhecer a importância do SUS é o primeiro passo contra a pandemia #DefendaoSUS**. Disponível em: <https://www.conasems.org.br/reconhecer-a-importancia-do-sus-e-o-primeiro-passo-contr-a-pandemia-defendaosus>. Acesso em: 12 de julho de 21.

DASA Analytics. **Dados Covid-19**. Disponível em: <https://dadoscoronavirus.dasa.com.br>. Acesso em: 31 de agosto de 2021.

GUNDIM, Viviane Andrade; ENCARNAÇÃO, Jhonatta Pereira da; SANTOS, Flávia Costa; SANTOS, Josenaide Engracia dos; VASCONCELLOS, Erika Antunes; SOUZA, Rozemere Cardoso de. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Rev. baiana enferm.** 2021. v. 35, e37293.

HOSSAIN, Md Mahbub; SULTANA, Abida; PUROHIT, Neetu. Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: a systematic umbrella review of the global evidence. **Epidemiol Health**. 2020, v.42, p.1-11.

LACERDA, Nicolle. **Ansiedade e depressão estão entre sequelas psicológicas da COVID-19, diz estudo**. 2020. CNN. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/2021/06/16/ansiedade-e-depressao-estao-entre-sequelas-psicologicas-da-covid-19-diz-estudo>. Acesso em: 02 de agosto de 2021.

LIU, Shuai; YANG, Lulu; ZHANG, Chenxi; XIANG, Yu-Tao; LIU, Zhongchun; HU, Shaohua; ZHANG, Bin. Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. **Lancet Psychiatry**. 2020; v.7, n.4, p.17-18.

MARTINS, Ana Rita; MOÇO, Anderson. Vale a pena entrar nessa? **Revista Nova Escola**. Nº 227. São Paulo, Nov. 2009.

MENEZES, Maira. **Artigo analisa os impactos da COVID-19 na saúde mental**. Fundação Oswaldo Cruz. 2020. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/artigo-analisa-os-impactos-da-covid-19-na-saude-mental>. Acesso em: 02 de agosto de 2021.

MENG, Lingzhong; HUA, Fang; BIAN, Zhuan. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Emerging and Future Challenges for Dental and Oral Medicine. **J Dent Res**. 2020; v. 99, n. 5, p. 481-7.

MEO, Sultan Ayobud; ABUKHALAF, Abdulelah Adnan; ALOMAR, Ali Abidullah; SATTAR Kamran; KLONOFF, David C. COVID-19 pandemic: impact of quarantine on medical students' mental wellbeing and learning behaviors. **Pak J Med Sci**. 2020, v.36, n.4, p. 43-48.

MOURA, Diogo Lino; DIAS, Ana; FARINHA, Pedro Martins; FARINHA, José Maria; CORDEIRO, Carlos Robalo. Sequelas da COVID-19. Evidência atual. **Rev. Medicina Desportiva informa**, 2021; v.12, n.3, p.8-11.

PEDUZZI, Pedro. Mapa do ensino superior aponta maioria feminina e branca. Educação. **Agência Brasil**. 2020. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/educacao/noticia/2020-05/mapa-do-ensino-superior-aponta-para-maioria-feminina-e-branca>. Acesso em: 11 de julho de 21.

PEREIRA, Giulia. **Pesquisa observa sequelas psicológicas três meses após contaminação por COVID-19**. 2020. CNN. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/2020/08/19/pesquisa-observa-sequelas-psicologicas-tres-meses-apos-contaminacao-por-covid-19>. Acesso em: 02 de agosto de 2021.

PEREIRA, Renata Martins da Silva; SELVATI, Flávia de Souza; RAMOS, Karina de Souza; TEIXEIRA, Lohany Gomes Ferreira; CONCEIÇÃO, Mariana Vieira. Vivência de estudantes universitários em tempos de pandemia da COVID-19. **Revista Práxis**, v. 12, n. 1, dezembro, 2020.

PHELAN, Alexandra L.; KARTZ, Rebecca; GOSTIN, Lawrence O. The Novel Coronavirus Originating in Wuhan, China: Challenges for Global Health Governance. **Jama**. 2020; v. 323, n. 8, p. 709-10.

RAMIREZ-ORTIZ, Jairo; CASTRO-QUINTERO, Diego; LERMA-CÓRDOBA, Carmen; YELA-CEBALLOS, Francisco; ESCOBAR-CÓRDOBA, Franklin. **Consecuencias de la pandemia COVID-19 en la Salud Mental asociadas al aislamiento social**. SciELO Preprints, 2020, v.1, p.1-21.

REIS, Rodrigo Siqueira. **Comportamentos de Risco à Saúde e Percepção de Estresse dos Professores Universitários das IFES do Sul do Brasil**. Tese (Doutorado em Engenharia de Produção) – Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, UFSC, Florianópolis. 2005. 134f.

*Indicativos de Ansiedade, Depressão e Estresse em Universitários Sudoestinos que Tiveram Experiência com Infecção pelo Coronavírus (Covid-19)*

REMOR, Eduardo. Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS). **Spanish Journal of Psychology**, 2006, v.9, n.1, p.86-93.

RODRIGUES, Bráulio Brandão; CARDOSO, Rhaissa Rosa de Jesus; PERES, Caio Henrique Rezio; MARQUES, Fábio Ferreira. Aprendendo com o Imprevisível: Saúde Mental dos Universitários e Educação Médica na Pandemia de COVID-19. **Rev. bras. educ. med.** 44 (Suppl 01), 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200404>. Acesso em: 12 de julho de 21.

REARDON, Sara. Ebola's mental-health wounds linger in Africa. **Nature**. 2015, v.519, p.13-4.

SHIGEMURA, Jun; URSANO, Robert J.; MORGANSTEIN, Joshua C.; KUROSAWA, Mie; BENEDEK, David M. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: mental health consequences and target populations. **Psychiatry Clin Neurosci**. 2020.

SILVA, Lucas Neiva; SCHMIDT, Beatriz; CREPALDI, Maria Aparecida; BOLZE, Simone Dill Azeredo; DEMENECH, Lauro Miranda. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia** (Campinas), 2020, 37.

STROEBE, Margaret; SCHUT, Henk; STREBE, Wolfgang. **Health outcomes of bereavement**. *Lancet*, 2007, v.370, n.9603, p. 1960–1973.

TAQUET, Maxime; LUCIANO, Sierra; GEDDES, John R.; HARRISON, Paul J. Associações bidirecionais entre Covid-19 e transtorno psiquiátrico: estudo de 62.354 casos de COVID-19. **MedRxiv** 2020. Disponível em: <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.08.14.20175190v1>. Acesso em: 03 de agosto de 2021.

TOTI, Thamires Gomes; BASTOS, Felipe Antônio; RODRIGUES, Phillipe. Fatores associados à ansiedade e depressão em estudantes universitários do curso de educação física. **Revista Saúde Física & Mental**, 2018, v.8, p.2.

UNESCO - UNITED NATIONS EDUCATIONAL, SCIENTIFIC AND CULTURAL ORGANISATION] COVID-19. **Educational disruption and response**. Paris: Unesco, 30 Julho de 2020. Disponível em: <http://www.iiep.unesco.org/en/covid-19-educational-disruption-and-response-13363>. Acesso em: 13 de julho de 21.

XIANG, Yu-Tao; YANG, Yuan; LI, Wen; ZHANG, Ling; ZHANG, Qing; CHEUNG, Teris; NG, Chee H. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. **Lancet Psych** 2020, v. 7, n.3, p.228-229.

WANG, Yixuan; WANG, Yuyi; CHEN, Yan; QIN, Qingsong. Unique epidemiological and clinical features of the emerging 2019 novel coronavirus pneumonia (COVID-19) implicate special control measures, 2020. **J Med Virol**.

ZIGMOND, Anthony S.; SNAITH Ray Philip. The hospital anxiety and depression scale. *Acta Psychiat. Scand.*, v. 67, p.361-70, 1983.

---

### **Credenciais da/os autora/es**

Thais Cristina Gutstein Nazar. Professora na Universidade Paranaense (UNIPAR), coordenadora do curso de Pós Graduação em Terapia Analítico Comportamental (UNIPAR)- Campus Francisco Beltrão; Mestre na área de Psicologia pela Universidade Tuiuti do Paraná (UTP), 2012; Doutora no Programa de Pós Graduação em Educação-PPGE na Universidade Federal do Paraná (UFPR) (2018). ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5612-7068> E-mail: [thaiscg@prof.unipar.br](mailto:thaiscg@prof.unipar.br).

**Endereço para correspondência:** Thais Cristina Gutstein. Rua, n., Bairro, CEP, Francisco Beltrão/Paraná. E-mail: [thaiscg@prof.unipar.br](mailto:thaiscg@prof.unipar.br).

Karine Adrielle Zuffo. Graduanda na Universidade Paranaense (UNIPAR). E-mail: [karine.zuffo@edu.unipar.br](mailto:karine.zuffo@edu.unipar.br).

**Endereço para correspondência:** Karine Adrielle Zuffo. Rua Ameixeira, n.76, Bairro São Cristóvão, CEP 85601-356, Francisco Beltrão/Paraná. E-mail: [karine.zuffo@edu.unipar.br](mailto:karine.zuffo@edu.unipar.br).

Raquel Tonello. Graduanda na Universidade Paranaense (UNIPAR). E-mail: [r.tonello@edu.unipar.br](mailto:r.tonello@edu.unipar.br).

**Endereço para correspondência:** Raquel Tonello. Rua Tiradentes, n. 35, Bairro Cristo Rei, CEP 85602-090, Francisco Beltrão/Paraná. E-mail: [r.tonello@edu.unipar.br](mailto:r.tonello@edu.unipar.br).

**Recebido:** 11/11/2021.

**Aceito:** 14/12/2021.