



COINTER PDVS 2020

II CONGRESSO INTERNACIONAL DAS CIÊNCIAS DA SAÚDE
Edição 100% virtual | 02 a 05 de dezembro

ANSIEDADE E ESTRESSE EM TEMPOS DE PANDEMIA: UMA ANÁLISE A PARTIR DOS RELATOS DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

ANSIEDAD Y ESTRÉS EN TIEMPOS DE PANDEMIA: ANÁLISIS DE LOS INFORMES DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

ANXIETY AND STRESS IN PANDEMIC TIMES: AN ANALYSIS FROM THE UNIVERSITY STUDENTS 'REPORTS

Apresentação: Pôster

Alexssandra Katherine da Silva Correia¹; Evellyn Millene Alves Camelo²; Thayane Camille Ferreira de Melo³; Evelyn Karen da Silva Oliveira⁴; Tatiana de Paula Santana da Silva⁵

INTRODUÇÃO

Desde o início da pandemia diversas mudanças ocorreram na sociedade, instituições foram fechadas, serviços foram suspensos, medidas rígidas de isolamento foram decretadas, além disso, os serviços de saúde foram reforçados e a população foi constantemente informada sobre os riscos e formas de prevenção da COVID-19.

Tantas mudanças e a adoção de novos comportamentos e dinâmicas tem preocupado a comunidade científica, sobretudo os profissionais que atuam na área de saúde mental, uma vez que as medidas rígidas podem repercutir em mudanças de humor e comportamento.

Particularmente os estudantes tiveram um dos maiores impactos durante a disseminação da pandemia, as aulas foram inicialmente suspensas e na retomada das atividades, as ações desenvolvidas pelas instituições de ensino não correspondiam com as necessidades e/ou expectativas dos jovens.

Pensando nos temas acima mencionados, o presente estudo tem como objetivo descrever sintomas de estresse e ansiedade entre universitários durante o período inicial da quarentena realizada para auxiliar na contenção da pandemia por COVID-19.

¹ Fonoaudiologia, Centro Universitário Unisãomiguel, alexssandrakatherine@gmail.com

² Fonoaudiologia, Centro Universitário Unisãomiguel, evellynmillenea@gmail.com

³ Fonoaudiologia, Centro Universitário Unisãomiguel, thay.anecamille@hotmail.com

⁴ Fonoaudiologia, Centro Universitário Unisãomiguel, evelynkaren144@gmail.com

⁵ Doutora em Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento, Centro Universitário Unisãomiguel, tatianapss2@gmail.com

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) é uma infecção respiratória provocada pelo Coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave 2 (SARS-CoV-2). A doença foi identificada em dezembro de 2019, depois de surto de pneumonia de causa idiopática, envolvendo casos de pessoas que tinham em comum o Mercado Atacadista de Frutos do Mar de Wuhan, e definida, até então, como uma epidemia. (SIFUENTES-RODRÍGUEZ; PALACIOS-REYES, 2020)

Em 11 de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a COVID19 como uma pandemia. Nesta situação, o status da doença se modificou, pela alta taxa de transmissão do vírus e sua propagação em nível mundial, possuindo letalidade média por volta de 5%, os primeiros casos de humanos contaminados pelo vírus foram isolados pela primeira vez em 1937. (OMS, 2020)

Existem outros tipos mais comuns do vírus que infectam humanos ao longo da vida, principalmente as crianças que são mais propensas a se infectar, como o alpha coronavírus, 229E e NL63 e beta coronavírus OC43, HKU1. Porém, foi somente em 1965 que o vírus foi descrito como coronavírus, em decorrência do perfil na microscopia, parecendo uma coroa. (SCHUCHMANN, 2020)

Neste cenário da pandemia de COVID-19, convém salientar que devido ao rápido avanço da doença e o excesso de informações disponíveis (algumas vezes discordantes) se torna um âmbito favorável para alterações comportamentais impulsionadoras de adoecimento psicológico, que podem gerar consequências graves na Saúde Mental (SM) do indivíduo (LIMA et al., 2020).

Estudos sobre o impacto da pandemia na saúde mental ainda são escassos, visto que a doença ainda é recente, porém já avistamos repercussões consideravelmente negativas. No decorrer da epidemia de Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS, sigla em inglês) que é causada por um outro tipo de coronavírus, houveram implicações psicológicas resultantes da doença. Em contrapartida, os profissionais de saúde relataram medo de contrair a doença e, ainda, transmiti-la para seus familiares, além do sofrimento de afastamento do seu lar e, sobretudo, dos seus parentes.

Segundo a OMS, a saúde mental é determinada por fatores socioeconômicos, biológicos e ambientais e é uma parte integrante da saúde. De acordo com estudo realizado com discentes do Ensino Superior, na qual, objetivava a confrontação dos níveis de perturbação psicológica desses alunos em dois períodos diferentes, pré pandêmico e no decurso da pandemia, os autores relataram que os resultados confirmaram aumento

significativo dos efeitos deletérios a saúde mental, a saber, ansiedade, depressão e estresse. (ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS, 2016)

O homem, por necessidade, se relaciona com o outro desde os primórdios da raça humana. Segundo Mello e Texeira (2012), o indivíduo constrói-se de forma individual a partir da interação com terceiros, para formação de novos conceitos pessoais e grupais. Com o surgimento do surto de COVID-19, a OMS recomendou o isolamento social como estratégia mais eficiente para evitar contaminação e mortes, visto não haver tratamento comprovadamente eficaz até o momento. (JÚNIOR et al., 2020).

Quando a sociabilidade e o contato foi colocado em questão em detrimento de uma situação emergencial de saúde pública internacional, foi preciso uma adaptação do estilo de vida de todos até o presente momento. (RIBEIRO et al., 2020).

A ansiedade e a depressão são consideradas as doenças do século, agravou-se durante a pandemia devido ao isolamento e à incerteza a respeito das medidas saneadoras da doença que ainda são inexistentes. Um estudo por pesquisadores do Reino Unido nos apresenta o impacto da pandemia no aumento da ansiedade e depressão devido à alta exposição de notícias a respeito do contágio ou até mesmo pelo sentimento de solidão enfrentado por estar dentro de casa em tempo integral (RUBIN, WESSELY, 2020).

Estudiosos chineses ainda nos trazem a ligação direta da crescente dos números para os quadros psicológicos abordados com a quantidade de tempo de isolamento estabelecido para cada região, principalmente em indivíduos entre 14 e 21 anos, informação que corrobora com o objetivo do presente estudo (WANG, et al. 2020).

METODOLOGIA

O referido projeto recebeu aprovação do comitê de ética (parecer nº 4.076.216). O estudo do tipo transversal, foi realizado em um Centro Universitário Pernambucano, situado na cidade do Recife, no curso de Fonoaudiologia.

A amostra do estudo foi constituída de todos os estudantes devidamente matriculados em todos os períodos do curso de Fonoaudiologia. Foram incluídos os alunos que apresentaram frequência mínima de 75% em cada disciplina cursada e que haviam realizado pelo menos um processo avaliativo por disciplina cursada. Foram excluídos os estudantes afastados das aulas/disciplinas por questões de problemas de saúde que se recusaram a concordar com os termos da pesquisa, ou que não assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

Para coleta das informações foi construído pelos pesquisadores um instrumento eletrônico através do serviço de criação de formulários eletrônicos (Google formulário),

ANSIEDADE E ESTRESSE EM TEMPOS DE PANDEMIA

dividido em 2 sessões. A primeira relacionada aos dados sociodemográficos e a segunda relacionada investigação dos sintomas de estresse, ansiedade e humor durante o período de isolamento social. Todas as perguntas eram fechadas e de múltipla escolha.

Participaram dessa pesquisa 77 voluntários, estudantes universitários da instituição investigada, predominantemente pessoas do sexo feminino, com idades variando entre 18 e 43 anos. Esses indivíduos responderam um questionário referente ao processo de ensino e aprendizagem durante o enfrentamento da pandemia por COVID-19.

Dos resultados rastreio dos Sintomas de Estresse e ansiedade Escala Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20) dos estudantes decorrentes da pandemia. O SRQ-20 é a versão de 20 itens do SRQ-30 para rastreamento de transtornos mentais não-psicóticos. As respostas são do tipo sim/não. (GONCALVES, 2008).

O referido formulário foi encaminhado por mala direta (e-mail) para os alunos mediante parceira com os representantes de turma de cada período do curso, que se responsabilizaram em encaminhar o link de acesso ao formulário. Para a análise dos dados foi criado um banco de dados no Microsoft Excel 2010. Em seguida, as informações colhidas foram tabuladas e analisadas segundo técnica estatística descritiva.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pandemia do novo coronavírus (COVID-19) é a maior emergência de saúde pública que a comunidade internacional enfrenta em décadas. Em situações de pandemia, o número de pessoas psicologicamente afetadas costuma ser maior que o de pessoas acometidas pela infecção, sendo estimado que um terço a metade da população possa apresentar consequências psicológicas e psiquiátricas caso não recebam cuidados adequados (CEPEDES, 2020; ORNELL et al., 2020). Revisão de estudos sobre situações de quarentena apontou alta prevalência de efeitos psicológicos negativos, especialmente humor rebaixado e irritabilidade, ao lado de raiva, medo e insônia, muitas vezes de longa duração (BROOKS et al., 2000).

Contudo, dado o caráter inédito do distanciamento e isolamento sociais simultâneos de milhões de pessoas, o impacto da atual pandemia pode ser ainda maior, levando à hipótese de “pandemia de medo e estresse” (ORNELL et al., 2020). Apesar de os primeiros artigos e relatos começarem a surgir (disponíveis para consulta em páginas como o COVID-19 Resource Centre do The Lancet), ainda há escassez de papers avaliando, de modo metodologicamente adequado, seus efeitos psicossociais nos diferentes países e grupos sociais.

Constatou-se a prevalência de sintomas de estresse em 73,4% dos respondentes,

ansiedade em 74,7%, e insônia em 52%, ratificando assim, a fundamentação teórica que relata os indicadores mais comuns de estresse e ansiedade são de ordem: física (como dor de cabeça, aumento dos batimentos cardíacos, problemas de alimentação e de sono, úlceras, exaustão física); emocional (tristeza, nervosismo, raiva, culpa, preocupação excessiva, perda de vontade e humor deprimido); comportamentais (irritabilidade, distanciamento, abuso de substâncias, violência); cognitivo (a perda de memória, dificuldade de concentração, dificuldade de tomar decisões). (ALDWIN, 2009; COMPAS et al., 2001; LAZARUS & FOLKMAN, 1984).

Os resultados obtidos no presente estudo, confirmam a presença de perturbação psicológica (sintomas de ansiedade e estresse) entre os estudantes universitários durante o período de isolamento social. Além disso os achados vão ao encontro de outros estudos internacionais que analisaram o efeito psicológico da COVID-19 e de outras pandemias (WANG et al., 2020; WEISS, MURDOCH, 2020).

Dessa forma estima-se que algumas medidas possam ter contribuído para a presença desses sintomas, como a discussão que se colocou socialmente a propósito das medidas de confinamento, podem ter contribuído para o aumento das pontuações médias, tais questões parecem ter gerado níveis de ansiedade, depressão e estresse entre os estudantes universitários, mesmo se sabendo que este não seria um grupo de maior risco em termos de letalidade (WANG et al., 2020; WEISS, MURDOCH, 2020).

CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo revelaram índices altos de sintomas de estresse e ansiedade entre os estudantes, o que pode ter sido intensificado pela necessidade de isolamento social durante a pandemia, nesse sentido torna-se importante a avaliação contínua desses aspectos entre os estudantes com vistas a redução dos transtornos psiquiátricos nessa parcela populacional visando a promoção da saúde mental.

REFERÊNCIAS

- ALDWIN, C. M. **Stress, coping and development: An integrative perspective**. 2 nd ed. New York: The Guilford Press. 2009.
- BROOKS, S. K., et al. **The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence**. The Lancet, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020.
- CENTRO DE ESTUDOS E PESQUISAS EM EMERGÊNCIAS E DESASTRES EM SAÚDE; FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Saúde mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: Recomendações gerais**. Brasília, 2020.

ANSIEDADE E ESTRESSE EM TEMPOS DE PANDEMIA

COMPAS, B. E. et al. **Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research.** Psychological Bulletin, v. 127(1), p. 87–127, 2001.

GONCALVES, D. M.; STEIN, A. T.; KAPCZINSKI, F. et al. **Stress, appraisal and coping.** New York: Springer Publishing Company, 1984.

JÚNIOR, P. G. L.; PAIANO, R.; COSTA, A. S. **Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes.** Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. v. 25, 2020.

LAZARUS, R. S; FOLKMAN, S. **Stress, appraisal and coping.** New York: Springer Publishing Company, 1984.

LIMA, C. K. T. et al. **The emotional impact of Coronavirus 2019 - nCoV (new Coronavirus disease).** In Psychiatry Research. v. 287(1), p 1–2, 2020.

MELLO, E. F. F; TEIXEIRA, A. C. A interação social descrita por Vygotsky e a sua possível ligação com a aprendizagem colaborativa através das tecnologias de rede. **In Seminário de Pesquisa em Educação da Região Sul.** Caxias do Sul, RS. 2012.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Saúde mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: Recomendações gerais.** Brasília, 2020.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. **Saúde mental depende de bem-estar físico e social, diz OMS em dia mundial.** Disponível em: < <https://nacoesunidas.org/saude-mental-depender-de-bem-estar-fisico-e-social-diz-oms-em-dia-mundial/>>. Acesso em: 10 set 2020.

ORNELL, F. et al. **“Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies.** Braz. J. Psychiatry, São Paulo. v. 42, n. 3, 2020.

RIBEIRO, E. G. et al. **Saúde Mental na Perspectiva do Enfrentamento à COVID -19: Manejo das Consequências Relacionadas ao Isolamento Social.** Revista Enfermagem e Saúde Coletiva. v. 5, n. 1, 2020.

RUBIN, G. J; WESSELY, S. **The psychological effects of quarantining a city.** Disponível em: < <https://www.bmj.com/content/368/bmj.m313>>. Acesso em: 07 set 2020.

SANTANA, V. V. R. S. et al. **Alterações psicológicas durante o isolamento social na pandemia de COVID-19: revisão integrativa.** REFACS. v. 8, 2020.

SCHUCHMANN, A. Z. et al. **Isolamento social vertical X Isolamento social horizontal: os dilemas sanitários e sociais no enfrentamento da pandemia de COVID-19.** Brazilian Journal of Health Review, v. 3(2), p. 3556–3576, 2020.

SIFUENTES-RODRÍGUEZ, E.; PALACIOS-REYES, D. **COVID-19: The outbreak caused by a new coronavirus.** Bol Med Hosp Infant Mex, v. 77(2), p. 47–53, 2020.

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**

CORREIA A. K. S, et al.

China. International Journal of Environmental Research and Public Health, v. 17(5), p. 1729, 2020.

WEISS, P; MURDOCH, D. R. **Clinical course and mortality risk of severe COVID-19.** The Lancet, v. 395(1022), p. 1014-1015, 2020.