

## O SOFRIMENTO PSICOSSOCIAL NA UNIVERSIDADE: OUVINDO ESTUDANTES EM TEMPOS DE CRISE

## THE PSYCHOSOCIAL SUFFERING IN UNIVERSITY: LISTENING TO STUDENTS IN TIMES OF CRISIS

## EL SUFRIMIENTO PSICOSOCIAL EN LA UNIVERSIDAD: ESCUCHANDO A LOS ESTUDIANTES EN TIEMPOS DE CRISIS

Heliane de Almeida Lins Leitão<sup>1</sup>  
Susane Vasconcelos Zanotti<sup>2</sup>  
Lucélia Maria Lima da Silva Gomes<sup>3</sup>  
Kyssia Marcelle Calheiros Santos<sup>4</sup>

### RESUMO

O artigo apresenta resultados de pesquisa realizada com estudantes universitários/as de uma universidade pública no primeiro ano da pandemia da COVID-19. Foi utilizado um questionário *on-line* contendo questões de identificação sociodemográfica, seguidas por uma escala do tipo *Likert*, abordando 4 dimensões da experiência dos/as estudantes: (1) pessoal/emocional; (2) interpessoal; (3) estudos/profissão; e (4) vida virtual. Participaram 206 estudantes de graduação, em sua maioria jovens, do gênero feminino, solteiros/as e com baixa renda familiar. Os dados revelaram inquietações, insegurança e ansiedade dos/as estudantes em relação ao presente, em contraste com confiança e esperança em relação ao futuro. Destaca-se a importância da rede de apoio representada por amigos/as e familiares como suporte emocional. As interações na vida virtual se mostraram importantes para a manutenção de laços afetivos e minimização dos efeitos do distanciamento social na pandemia, embora não sejam consideradas substitutas do contato presencial. Sentimentos de solidão foram frequentes, sugerindo efeitos subjetivos do isolamento compulsório, com possíveis repercussões para a saúde mental a longo prazo. O trabalho pretende contribuir com a reflexão acerca da saúde mental na vida universitária no período pós-pandêmico e com o planejamento de intervenções no espaço coletivo como condição de superação de seus impasses. Além disso, colabora com a discussão interdisciplinar que se impõe em tempos de crise, com repercussões para ações intersetoriais articuladas entre educação e saúde mental.

**Palavras-chave:** estudante universitário; saúde mental; pós-COVID-19.

### ABSTRACT

<sup>1</sup> Doutora em Psicologia com pós-doutorado em Psicologia (University of Kent, Reino Unido). Docente do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Alagoas. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9398-7657>. E-mail: heliane.leitao@ip.ufal.br.

<sup>2</sup> Doutora em Psicologia (UFRJ) com pós-doutorado no Laboratoire de Recherche en psychopathologie clinique: champs et pratiques spécifiques (Université Rennes 2). Docente do Programa de Pós-graduação em Psicologia do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Alagoas. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2695-5476>. E-mail: susane.zanotti@ip.ufal.br.

<sup>3</sup> Mestre em Psicologia (Universidade Federal de Alagoas). Psicóloga do Serviço de Psicologia Aplicada da Universidade Federal de Alagoas. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8932-6039>. E-mail: lucelia.silva@proest.ufal.br.

<sup>4</sup> Doutora em Psicologia Clínica (Universidade Católica de Pernambuco). Psicóloga do Serviço de Psicologia Aplicada da Universidade Federal de Alagoas. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2498-9696>. E-mail: kyssia.santos@ip.ufal.br.

The article presents results of research carried out with university students at a public university in the first year of the COVID-19 pandemic. An online questionnaire was used containing socio demographic questions, followed by a Likert-type scale, addressing 4 dimensions of the students' experience: (1) personal/emotional; (2) interpersonal; (3) studies/profession; and (4) virtual life. The participants were 206 undergraduate students, most of them young, female, single and with low family income. The data reveal students' worries, insecurity and anxiety in relation to the present, in contrast to confidence and hope in relation to the future. The importance of interpersonal networks represented by friends and family as emotional support is highlighted. Interactions in virtual life were important for maintaining emotional ties and minimizing the effects of social distancing during the pandemic, although they were not considered a substitute for in-person contact. Feelings of loneliness were frequent, suggesting subjective effects of compulsory isolation, with possible long-term repercussions for mental health. The work aims to contribute to debate on mental health in university life in the post-pandemic period and to planning collective interventions for overcoming impasses. Furthermore, it collaborates with the interdisciplinary discussion that is necessary in times of crisis, with repercussions for intersectoral actions articulated between education and mental health.

**Keywords:** university student; mental health; post-COVID-19.

### RESUMEN

El artículo presenta resultados de una investigación realizada con estudiantes universitarios de una universidad pública en el primer año de la pandemia COVID-19. Se utilizó un cuestionario en línea que contenía preguntas de identificación sociodemográfica, seguido de una escala tipo Likert, que abordaba 4 dimensiones de la experiencia de los estudiantes: (1) personal/emocional; (2) interpersonal; (3) estudios/profesión; y (4) vida virtual. Participaron 206 estudiantes de pregrado, la mayoría jóvenes, mujeres, solteros y con bajos ingresos familiares. Los datos revelaron preocupaciones, inseguridad y ansiedad de los estudiantes en relación con el presente, en contraste con la confianza y la esperanza en relación con el futuro. Se destaca la importancia de la red de apoyo representada por amigos y familiares como soporte emocional. Las interacciones en la vida virtual demostraron ser importantes para mantener los vínculos emocionales y minimizar los efectos del distanciamiento social durante la pandemia, aunque no se consideran un sustituto del contacto presencial. Los sentimientos de soledad fueron frecuentes, lo que sugiere efectos subjetivos del aislamiento obligatorio, con posibles repercusiones a largo plazo para la salud mental. El trabajo tiene como objetivo contribuir a la reflexión sobre la salud mental en la vida universitaria durante el período pospandemia y a planificar intervenciones colectivas para superar impases. Además, colabora con la discusión interdisciplinaria necesaria en tiempos de crisis, con repercusiones para acciones intersectoriales articuladas entre educación y salud mental.

**Palabras clave:** estudiante universitario; salud mental; post-COVID-19.

### INTRODUÇÃO

O ingresso na universidade, para muitos/as jovens, estabelece o início da formação profissional e inaugura uma experiência repleta de demandas e responsabilidades que frequentemente marcam a entrada dos/as estudantes na vida adulta. É um período que requer adaptação dos/das universitários/as em virtude das diferenças de exigências do ensino superior em relação ao ensino médio e dos desafios presentes nesse ambiente (Penha; Oliveira; Mendes, 2020). Desta feita, as demandas



decorrentes de um nível de ensino mais exigente se apresentam como “grandes desafios para os quais muitos jovens podem não estar preparados” (Almeida; Soares, p.19, 2003) tornando-os/as vulneráveis ao sofrimento psíquico e emocional. Além disso, geralmente os/as ingressantes são jovens e a entrada na universidade coincide com a transição da adolescência para a vida adulta, sendo a vida universitária marcada por imensas transformações pessoais, relacionais e sociais.

O sofrimento emocional entre estudantes universitários/as brasileiros/as vem ocupando importante lugar de pesquisa na literatura recente (Neves; Dalgalarondo, 2007; Lambert; Moreira; Castro, 2018; Henschel de Lima *et al.*, 2019). Estudos registraram uma alta prevalência de indicadores de sofrimento, tal como estresse, sobrecarga de atividades, ansiedade, insônia, pouco tempo de lazer (Penha; Oliveira; Mendes, 2020; Yosetake *et al.*, 2018), depressão (Penha; Oliveira; Mendes, 2020), ideação suicida (Penha; Oliveira; Mendes, 2020; Sahão; Kienen, 2021) e uso abusivo de bebidas alcoólicas (Cardoso *et al.*, 2015; Silva; Tucci, 2015; Pires *et al.*, 2020). Tais dados geram crescente preocupação com a comunidade estudantil e com a resultante demanda de assistência em saúde mental por parte dos/das universitários/as.

Segundo revisão integrativa realizada por Graner e Cerqueira (2019), estudos com universitários/as brasileiros/as revelaram altos percentuais de indicadores de sofrimento psíquico comum, caracterizados como mistos de depressão e ansiedade, descritos por sintomas como insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas. Destaca-se que as prevalências dos indicadores entre estudantes universitários/as foram superiores às encontradas na população em geral e entre adolescentes.

Tal cenário foi fortemente agravado com a emergência da pandemia global do vírus COVID-19 em 2020. Em decorrência das medidas protetivas contra a propagação do vírus, vários setores da sociedade foram afetados por regras de isolamento e distanciamento social, tendo as escolas e universidades suspendido suas atividades presenciais (Martins *et al.*, 2020).

Estudos demonstraram os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental da população em geral, os quais exigiram compreensão e criação de meios de intervenção a médio e longo prazo. Em relação aos/as estudantes universitários/as, foram apontados efeitos negativos na vida pessoal e experiência acadêmica, tais como sinais de estresse, ansiedade, angústia, incerteza, apatia e desânimo (Silva; Rosa, 2021;

Ferreira *et al.*, 2020; Maia; Dias, 2020; Martins *et al.*, 2020; Rodrigues *et al.*, 2020; Rocha *et al.*, 2021). Conforme Teodoro *et al.* (2021), a saúde mental do/a estudante universitário/a sofre impactos tanto de aspectos anteriores ao período pandêmico (a exemplo de doenças crônicas, fatores de personalidade e ideação suicida), como de aspectos subsequentes, como por exemplo o medo de ser infectado(a) e a vulnerabilidade socioeconômica. O cenário pandêmico explicitou e acentuou desigualdades sociais entre os estudantes que precisaram lidar com a quebra da rotina pessoal, incertezas com relação ao seguimento da trajetória acadêmica, além de preocupações com a própria saúde e de familiares (Silva; Rosa, 2021). Considerando o cenário sociocultural e a recente pandemia da COVID-19, faz-se necessário investigar e analisar seus efeitos nas experiências e saúde mental dos/as estudantes universitários/as na atualidade e a longo prazo.

A noção de sofrimento psicossocial indaga como fatores sociais, econômicos e culturais impactam a forma como as pessoas vivem e enfrentam as adversidades (Paiva; Garcia, 2022; Cianiato *et al.*, 2010). O sofrimento psicossocial pode ser compreendido como um mal-estar não inerente à vida social, mas resultante de negligências, desigualdades e violências sociais que afetam de modo particular as singularidades dos indivíduos (Paiva; Garcia, 2022). No contexto educacional, a perspectiva de sofrimento psicossocial destaca fatores como classe social, gênero, faixa etária, crenças, origem étnico-racial, entre outros, na produção de dificuldades na experiência escolar. A investigação do sofrimento psicossocial na educação refere-se ao impacto das experiências sociais e psicológicas adversas no desempenho acadêmico, bem-estar emocional e saúde mental dos estudantes, incluindo dificuldades de ensino-aprendizagem, nos relacionamentos interpessoais e emocionais, tais como baixa autoestima, estresse, ansiedade e depressão (Souza *et al.*, 2024; Nascimento *et al.*, 2020). No contexto da pandemia da COVID-19, a abordagem psicossocial do sofrimento na educação mostrou-se relevante e necessária, por discutir os impactos de uma adversidade coletiva atravessada por marcadores sociais de diferença e desigualdade entre os sujeitos (Paiva; Garcia, 2022; Nascimento *et al.*, 2020; Nascimento; Souza; Milhomem, 2020). Em contraste com abordagens focadas no indivíduo e no excesso de medicalização das experiências de mal-estar psíquico, a perspectiva psicossocial permite considerar a complexidade dos sofrimentos, podendo

produzir estratégias de intervenção não apenas individuais, mas coletivas, institucionais e de políticas públicas.

Assim sendo, o objetivo deste estudo foi conhecer e analisar a experiência de ser estudante em uma universidade pública de uma capital do Nordeste brasileiro, no contexto da pandemia da COVID-19. Como objetivos específicos, a pesquisa investigou a autopercepção dos/das estudantes no que concerne aos seus afetos, aos relacionamentos interpessoais, aos estudos e à vida virtual. A pesquisa pretendeu, ainda, identificar indicadores de sofrimento psíquico e promotores de saúde emocional, contribuindo com dados empíricos coletados junto aos/às estudantes durante o período pandêmico.

## METODOLOGIA

A pesquisa propõe uma abordagem quantitativa e qualitativa, incluindo questionário sociodemográfico, escala tipo *Likert* e questões abertas. No presente recorte dos resultados foram analisados e discutidos dados quantitativos obtidos com o questionário sociodemográfico e a escala. Trata-se de estudo transversal, realizado por meio de um questionário respondido por estudantes de diversos cursos de graduação de uma universidade pública da região Nordeste do Brasil.

### Caracterização dos participantes

Estudantes de graduação de várias áreas do conhecimento foram convidados/as a participar da pesquisa através de mensagens enviadas por *e-mail*. Os *e-mails* dos/as estudantes foram obtidos junto às coordenações dos cursos. O tamanho da amostra não foi definido previamente, sendo considerado um prazo para o envio das respostas.

Participaram deste estudo 206 discentes de graduação da referida Instituição de Ensino Superior (IES), sendo 39% matriculados em cursos da área de ciências humanas, 26% da área de ciências exatas, 21% da área de ciências da natureza e 14% da área da saúde.

### Instrumento

Foi construído um questionário *on-line* autoaplicável para investigar a experiência dos/das estudantes no contexto da pandemia. O questionário, elaborado e disponibilizado através do Formulário *Google*, solicitava dados sociodemográficos e questões sobre os impactos da pandemia. Em seguida, o questionário apresentava



questões numa escala do tipo *Likert*, de cinco pontos, elaborada com 40 itens distribuídos igualmente em quatro dimensões da experiência.

A escala *Likert* tem sido amplamente utilizada em pesquisas nas áreas das ciências humanas e sociais como um instrumento que permite medir quantitativamente variáveis qualitativas. Segundo Da Costa Júnior *et al.* (2024), a escala *Likert* é uma ferramenta relevante na investigação de dados qualitativos que necessitam de quantificação e mensuração, permitindo uma abordagem mais objetiva dos fenômenos sociais e uma maior compreensão de seus significados no contexto estudado. A escolha da escala tipo *Likert* no presente estudo se justifica como auxiliar na investigação de aspectos qualitativos, como anseios, percepções e atitudes dos/as participantes, que envolvem certo grau de subjetividade de difícil mensuração. O caráter numérico da escala permitiu a construção de dados objetivos, através do cálculo de percentuais, e a análise conceitual de questões específicas apresentadas nos enunciados.

A escala apresentou afirmações na primeira pessoa, elaboradas em torno de quatro eixos de investigação considerados relevantes aos objetivos do estudo: Dimensão Pessoal/Emocional (P); Dimensão Interpessoal (I); Dimensão Estudo/Profissão (E); Dimensão Vida Virtual (V). A definição dos temas das quatro dimensões foi parcialmente baseada no estudo de Guerreiro-Casanova e Polydoro (2010), onde as autoras adotaram a versão reduzida – QVA-r nacional (Granado *et al.*, 2005) adaptada do Questionário de Vivências Acadêmicas construído em Portugal (Almeida; Soares; Ferreira, 2002). As dimensões Pessoal/Emocional e Interpessoal foram nomeadas a partir do estudo de Guerreiro-Casanova e Polydoro (2010), enquanto a dimensão Estudo/Profissão foi parcialmente inspirada nas dimensões Carreira e Estudo descritas no referido estudo. A dimensão Vida Virtual foi criada para o presente estudo, considerando-se sua especial relevância no período da pandemia. É necessário destacar que, embora a escolha dos temas das dimensões tenha se apoiado na pesquisa de Guerreiro-Casanova e Polydoro (2010), todos os enunciados dos itens apresentados no formulário foram elaborados pelas autoras do presente estudo, considerando vivências da vida acadêmica mais referenciadas na literatura e resultados de um pré-teste.

Tomando como referência estudos que utilizam escalas *Likert* com cinco opções de respostas (por ex., Guerreiro-Casanova; Polydoro, 2010), os diversos itens foram elaborados de forma a permitir que pudessem ser avaliados em termos de sua presença, frequência ou intensidade. Assim, os/as participantes foram orientados/as a responder,

indicando como percebiam sua experiência pessoal em relação a cada item avaliado, escolhendo uma entre as cinco opções de resposta, tal como utilizado por Guerreiro-Casanova e Polydoro (2010), sendo: (1) nada a ver comigo; (2) pouco a ver comigo; (3) algumas vezes de acordo comigo; (4) bastante a ver comigo; (5) tudo a ver comigo. As Tabelas de 1 a 4, na seção de Resultados, apresentam os enunciados dos 40 itens.

### Procedimento

O estudo foi realizado no segundo semestre de 2020, durante o Período Letivo Excepcional (PLE) na instituição de ensino, caracterizado por matrícula facultativa e ensino remoto *online*.

O convite para participação no estudo foi enviado para os *e-mails* dos/as estudantes, com apresentação da pesquisa e o *link* para acesso ao formulário. Os/as participantes foram inicialmente apresentados ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), para obtenção de seu consentimento em participar da pesquisa, podendo, em seguida, acessar o formulário, responder às questões e enviar o resultado. Foram consideradas as respostas enviadas até dezembro de 2020.

### Análise de dados

A análise e discussão dos resultados foi realizada considerando-se os dados sociodemográficos dos/as participantes e as respostas à escala, as quais foram submetidas a análise quantitativa. Os dados foram analisados a partir do cômputo e comparação das percentagens de respostas em cada uma das alternativas, sejam questões de múltipla escolha ou as da escala. Optando por não focalizar nos resultados individuais dos/as participantes, a análise da escala considerou os percentuais das respostas aos temas específicos apresentados nos enunciados, verificando-se o grau de concordância do coletivo dos/as participantes em relação a cada dimensão avaliada.

### Considerações éticas

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos da IES a qual as autoras são filiadas (1CAAE: 28259320.3.0000.5013).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A seguir são apresentados os resultados obtidos na análise dos dados sociodemográficos e das respostas a cada uma das quatro dimensões da escala.

## Dados Sociodemográficos

Dos 206 participantes, 129 declararam ser do sexo feminino, 76 do sexo masculino e 1 do sexo não binário, observando-se uma predominância do gênero feminino (63%). Em relação à idade, 39 participantes tinham menos de 20 anos, 94 tinham entre 20 a 24 anos, 47 tinham entre 25 e 29 anos, e 26 tinham 30 anos ou mais, constatando-se uma prevalência de jovens com até 24 anos (65%). A maioria dos/das respondentes era solteira (85%), não tinha filhos (93%) e não trabalhava (64%).

Quanto à renda familiar, 37% possuíam renda de até 1 e  $\frac{1}{2}$  salário-mínimo, 35% entre 1 e  $\frac{1}{2}$  e 3 salários, 17% entre 3 e 6 salários e 11% acima de 6 salários. A baixa renda dos/as participantes era consistente com dados publicados no “Perfil socioeconômico e cultural dos/as estudantes da Universidade Federal de Alagoas” (Universidade Federal de Alagoas, 2020). Além disso, verificou-se que o contexto da pandemia gerou mudanças nas condições de trabalho, perda de emprego e de renda. Dos/das respondentes, 38% tiveram diminuição da renda familiar, 7% tiveram redução da carga horária com redução de salário e 2% perderam o emprego. Considerando a condição prévia de baixa renda, a porcentagem de estudantes que tiveram renda familiar diminuída nesse período foi relevante, estando em consonância com dados que mostraram que a maioria da população brasileira sofreu perda de renda em virtude da pandemia (Mello, 2020), com aprofundamento de processos de exclusão social (Anjos; Cardoso, 2022).

A inclusão digital é um aspecto importante para se analisar a experiência de inclusão social. O relatório que investiga os Impactos Primários e Secundários da COVID-19 pontuou que a *internet* se transformou num dos principais veículos para a continuidade do contato entre escolas e estudantes, em virtude das limitações às atividades presenciais (Silva; Rosa, 2021; Ferreira *et al.*, 2020). Por sua vez, o ensino remoto demandou ferramentas digitais e acesso à *internet*, colocando-se grandes desafios face à desigualdade social em vários países (Rodrigues *et al.*, 2020; Silva; Rosa, 2021; Paiva; Garcia, 2022). Entre os/as participantes do estudo, 83% tinham acesso à *internet* com *smartphone* e *notebook*, enquanto apenas 1% respondeu que não possuía *internet*. Embora tais resultados mostrassem que a maioria dos/das participantes tinha condições favoráveis para participação em encontros e aulas remotas, é provável que os/as respondentes ao questionário *online* fossem exatamente aqueles que tinham mais e melhor acesso aos equipamentos e *internet*.

A maioria dos/das estudantes (83%) declarou aderir aos cuidados de prevenção à COVID-19, consonante com achados de Martins *et al.* (2020) de que 93,5% dos/das universitários/as aderiram ao distanciamento social. Apesar disso, 46% dos/das participantes (ou algum familiar) contraiu COVID-19, dos quais 37% tiveram familiares que adoeceram gravemente e 21% perderam familiar ou pessoa próxima. Tais resultados preocupam, visto que estudo com estudantes sugeriu que conhecer alguém infectado pela COVID-19 aumentava o risco de ansiedade severa (Rodrigues *et al.*, 2020). Destaca-se o índice de mortes por COVID-19 de pessoas próximas dos/das estudantes (9,7% da amostra total), principalmente considerando-se que os formulários foram respondidos ao longo do último trimestre de 2020, quando os índices de morte pela COVID-19 eram mais baixos do que nos meses que se seguiram.

Outras perdas foram apontadas como consequência da pandemia: adiamento de planos importantes (40% dos/das participantes); perda de oportunidades profissionais (15%); perda de atividades de lazer/esportivas (27%); perda de relacionamento de amizade (11%); perda de relacionamento amoroso (3%). Tais dados apoiam afirmações de que a pandemia interrompeu a continuidade vivenciada no espaço/tempo, afetando os planos e rotinas das pessoas (Guizzo; Marcello; Müller, 2020; Verztman; Romão-Dias, 2020).

### Vivências na Dimensão Pessoal/Emocional: inquietações e esperança

A Tabela 1 apresenta os percentuais de respostas aos 10 itens da Dimensão Pessoal/Emocional da escala. Nas colunas estão o enunciado do item e os percentuais de respostas em cada um dos níveis de intensidade (Tudo a ver comigo; Bastante a ver comigo; Algumas vezes de acordo comigo; Pouco a ver comigo; Nada a ver comigo), com a maior percentagem destacada em negrito.

Tabela 1. Percentuais de Respostas por nível de intensidade de cada item da **Dimensão Pessoal/Emocional (P)** da escala, com maior percentagem destacada em negrito.

Enunciado	Percentuais (%) em cada nível de intensidade				
	Tudo	Bastante	Algumas vezes	Pouco	Nada
P.1. <i>Estou confiante de que vou ficar bem</i>	19	29	<b>37</b>	11	3
P.2. <i>Me sinto confuso/a e sem saber tomar decisões</i>	15	22	<b>38</b>	18	7
P.3. <i>Me sinto calmo/a quando faço coisas que gosto</i>	<b>49</b>	31	17	3	1
P.4. <i>Me sinto cansado/a e sem energia</i>	23	24	<b>38</b>	13	2
P.5. <i>Durmo bem e acordo bem-disposto/a</i>	4	19	<b>39</b>	20	17

P.6. <i>Choro com facilidade</i>	15	14	<b>24</b>	<b>24</b>	23
P.7. <i>Tenho projetos e sonhos pra o futuro</i>	<b>54</b>	26	13	5	2
P.8. <i>Fico angustiado/a na expectativa de receber uma notícia ruim</i>	17	17	<b>32</b>	19	15
P.9. <i>Me sinto bem com meu corpo</i>	6	<b>34</b>	31	17	12
P.10. <i>Me sinto triste e desanimado/a</i>	12	20	<b>42</b>	17	10

Fonte: As autoras, 2023.

Apesar das perdas, instabilidade e incertezas trazidas pela pandemia, os dados sugeriram que grande parte dos/as participantes (48%) mantinha uma perspectiva positiva em relação ao futuro (item P.1. ‘*Estou confiante de que vou ficar bem*’). Entretanto, a sensação de confusão e incerteza diante da tomada de decisões no presente era frequente (37%), mostrando a insegurança devido às fragilidades do momento pandêmico (P.2. ‘*Me sinto confuso/a e sem saber tomar decisões*’).

As respostas sugeriram uma alta incidência de cansaço e exaustão (47% concordavam bastante com o item P.4. ‘*Me sinto cansado/a e sem energia*’). Durante a pandemia, após uma sensação inicial de “desaceleração”, as pessoas relataram aumento do cansaço e sobrecarga de trabalho, pois as atividades profissionais somaram-se às atividades domésticas, o excesso de tela e a cobrança para manter a produtividade (Figueiredo, 2020; Gondar, 2020; Pereira *et al.*, 2020). Além disso, os intervalos na rotina do dia a dia, como passeios, atividades de lazer e conversas com os/as amigos/as foram suspensas em virtude da necessidade de distanciamento social.

Apenas 23% dos/das respondentes concordaram bastante com o item P.5, ‘*Durmo bem e acordo bem-disposto/a*’, indicando frequente perturbação do sono, a qual se relacionava com a sensação de cansaço relatada. Embora não prevalente, boa parte dos/das respondentes (29%) afirmou chorar com facilidade (P.6. ‘*Choro com facilidade*’).

A grande maioria dos/das estudantes (80%) tinha projetos e sonhos, indicando uma aposta otimista e esperançosa no futuro (P.7. ‘*Tenho projetos e sonhos pra o futuro*’), atitude que pode ser considerada típica entre pessoas jovens. Entretanto, as respostas encontradas chamam a atenção pela prevalência de esperança em relação ao futuro, em contraste com o contexto de insegurança e incertezas vividas naquele momento.

De acordo com os resultados, boa parte dos/das participantes afirmou sentir bastante satisfação com o próprio corpo (40%), enquanto outra parte estava insatisfeita (29%) (P.9 ‘*Me sinto bem com meu corpo*’). Considerando que a maioria das pessoas

que responderam ao questionário eram mulheres jovens, esse dado chamou a atenção, pois vive-se numa cultura que, predominantemente, impõe padrões rigorosos de beleza corporal feminina.

Verificou-se que a percentagem dos/as estudantes que se sentia frequentemente triste e desanimado/a (P.10. ‘*Me sinto triste e desanimado/a*’) foi considerável (32%), em consonância com o percentual que afirmou ‘*chorar com facilidade*’ (29%) e ‘*sentir-se angustiado com a expectativa de notícias ruins*’ (34%). Tais dados, associados a indicativos de cansaço, falta de energia e perturbações do sono, sugerem uma vulnerabilidade para estados ansiosos e depressivos. Estes resultados são consistentes com uma revisão integrativa da produção científica internacional (Torres *et al.*, 2021), segundo a qual a COVID-19 causou uma piora significativa na saúde mental de estudantes universitários em todo o mundo, principalmente no que se refere a sintomas de ansiedade e depressão.

Em síntese, na dimensão de experiências pessoais, destacou-se o contraste entre o momento vivido e as expectativas de futuro. Sobre o momento vivenciado durante a pandemia, os/as estudantes relataram tendência a se sentirem confusos/as, cansados/as, com sono frequentemente perturbado, usualmente angustiados/as por expectativas de notícias ruins, às vezes tristes. Em relação ao futuro, a maioria tinha projetos e sonhos e estava confiante de que ia ficar bem. Em suma, a experiência pessoal/emocional se caracterizou por sentimentos de insegurança e ansiedade em relação ao presente e ao futuro próximo, em contraste com confiança e esperança em relação ao futuro no longo prazo.

### **Vivências na Dimensão Interpessoal: rede de apoio e solidão**

A Tabela 2 apresenta os percentuais de respostas aos 10 itens da Dimensão Interpessoal da escala. Nas colunas estão o enunciado do item e os percentuais de respostas em cada um dos níveis de intensidade, com a maior percentagem destacada em negrito.

**Tabela 2. Percentuais de Respostas por nível de intensidade de cada item da Dimensão Interpessoal (I) da escala, com maior percentagem destacada em negrito.**

Enunciado	Percentuais (%) em cada nível de intensidade				
	Tudo	Bastante	Alguma s vezes	Pouco	Nada
I.1. <i>Gosto de estar com as pessoas</i>	19	32	<b>37</b>	9	3
I.2. <i>Sinto falta da minha família</i>	11	23	<b>29</b>	20	17



I.3. <i>Fiz novos amigos nessa fase de pandemia</i>	8	10	16	25	<b>42</b>
I.4. <i>Me sinto enclausurado/a por não poder sair</i>	11	13	<b>30</b>	25	22
I.5. <i>Sinto apoio e confiança nos/as professores/as</i>	3	11	<b>44</b>	20	21
I.6. <i>Perdi o contato com meus/minhas amigos/as</i>	7	14	<b>30</b>	<b>30</b>	19
I.7. <i>Tenho me divertido com meus amigos por meios virtuais</i>	10	19	<b>33</b>	19	19
I.8. <i>Me sinto seguro/a e feliz na convivência com minha família</i>	22	<b>30</b>	24	16	8
I.9. <i>Me sinto mal por ter que ficar o tempo todo com minha família</i>	6	7	<b>27</b>	<b>27</b>	33
I.10. <i>Me sinto solitário/a</i>	14	12	<b>36</b>	19	19

Fonte: As autoras, 2023.

Sendo o distanciamento social uma das principais medidas sanitárias adotadas durante a pandemia, as experiências de encontros presenciais, contato físico e compartilhamento de espaços públicos foram suprimidas ou drasticamente reduzidas. Considerando a grande relevância destas experiências para o bem-estar e saúde emocional das pessoas, é muito importante verificar como a dimensão relacional e social foi vivenciada pelos/as universitários/as nesse período.

Como esperado em nossa cultura, as respostas encontradas mostraram uma valoração muito positiva da vida social e presença de outras pessoas (I.1. ‘*Gosto de estar com as pessoas*’). A maioria dos/as estudantes (67%) afirma que não fez (ou fez poucas) novas amizades nesse período (I.3. ‘*Fiz novos amigos nessa fase de pandemia*’). A sensação de enclausuramento decorrente do distanciamento social foi informada por muitos participantes (I.4. ‘*Me sinto enclausurado/a por não poder sair*’): enquanto 24% responderam se sentir enclausurados bastante frequentemente, 30% afirmaram se sentir assim ocasionalmente, sendo este um tema relevante no contexto de estudos sobre saúde mental (Bosi; Alves, 2023).

No que se refere ao relacionamento com os/as professores/as, as respostas indicaram baixo índice de sentimentos de apoio e confiança experienciados pelos/as respondentes (I.5. ‘*Sinto apoio e confiança nos/as professores/as*’). Tais sentimentos podem influenciar negativamente o desempenho acadêmico, potencializando os sentimentos de cansaço, tristeza e desânimo relatados pelos/as estudantes.

Os dados mostraram que o campo das relações interpessoais de amizade foi parcialmente afetado na vida dos/das estudantes, com 21% de respostas indicando perda

de contato com os amigos (I.6. ‘*Perdi o contato com meus/minhas amigos/as*’). A possibilidade de interação entre amigos/as por meio virtual possivelmente contribuiu com a manutenção das amizades. As respostas mostraram, contudo, que essa comunicação era apenas moderada (29%) no campo da diversão com amigos (I.7. ‘*Tenho me divertido com meus amigos por meios virtuais*’), sugerindo que o uso do meio virtual para diversão era predominantemente solitário e/ou individual.

Em consequência da reclusão dos indivíduos no espaço doméstico durante a pandemia, houve uma intensificação da convivência intrafamiliar a qual pode produzir conflitos e situações de violência, mas também se constituir como ponto de apoio e resolução de problemas. As respostas da maioria dos/das participantes do estudo sugeriram a valoração da convivência familiar como fonte de bem-estar e segurança (itens I.8. ‘*Me sinto seguro/a e feliz na convivência com minha família*’ e I.9. ‘*Me sinto mal por ter que ficar o tempo todo com minha família*’).

Em síntese, durante o período da pandemia, as relações interpessoais com amigos/as foram preservadas e prevaleceram sentimentos de segurança e bem-estar no âmbito familiar. Este dado é bastante relevante, pois o apoio social e dos pais eram referidos como fatores de proteção para sofrimento psíquico entre estudantes universitários/as (Sahão; Kienen, 2021; Graner; Cerqueira, 2019).

Entretanto, ao lado de indicações de bem-estar nas relações interpessoais, o sentimento de solidão se revelava. Em resposta ao item I.10, ‘*Me sinto solitário/a*’, boa parte dos/das participantes afirmou se sentir solitário de vez em quando (36%), enquanto 26% informaram um sentimento frequente de solidão. A experiência de solidão, compreendida aqui enquanto intrínseca e constitutiva da subjetividade, é afetada pelo estilo de vida e vicissitudes da cultura (Ferrari, 2008; Azambuja, 2012). Nesse sentido, é relevante considerar os efeitos subjetivos do distanciamento social compulsório e a suspensão das atividades presenciais na universidade durante a pandemia, no que concerne sentimentos de vínculo e solidão nos/as estudantes, com repercussões para a saúde mental a médio e longo prazo (Macedo *et al.*, 2021; Zanotti; Dias; Leitão, 2023). Este tema leva, ainda, ao questionamento acerca da qualidade e potência das interações virtuais para atender as necessidades emocionais e relacionais dos/as jovens, na medida em que possam mitigar ou acentuar comportamentos de isolamento e sentimentos de solidão (Barbosa, 2013).

### Vivências na Dimensão Estudo/Profissão: dispersão e sobrecarga

A Tabela 3 apresenta os percentuais de respostas aos 10 itens da Dimensão Estudo/Profissão da escala. Nas colunas estão o enunciado do item e os percentuais de respostas em cada um dos níveis de intensidade, com a maior percentagem destacada em negrito.

Tabela 3. Percentuais de Respostas por nível de intensidade de cada item da **Dimensão Estudo / Profissão (E)** da escala, com maior percentagem destacada em negrito.

Enunciado	Percentuais (%) em cada nível de intensidade				
	Tudo	Bastante	Algumas vezes	Pouco	Nada
E.1. <i>Estou envolvido/a com cursos e atividades online fora da Universidade</i>	20	<b>27</b>	19	14	19
E.2. <i>Estou desanimado/a com a expectativa de retorno das atividades acadêmicas</i>	17	17	<b>24</b>	20	21
E.3. <i>Tenho boas expectativas quanto ao meu futuro acadêmico e profissional</i>	25	<b>28</b>	<b>28</b>	12	8
E.4. <i>Não consigo me concentrar e estabelecer uma rotina de leituras e estudo</i>	<b>31</b>	27	25	13	5
E.5. <i>Participo de atividades acadêmicas que não foram interrompidas durante a pandemia</i>	16	14	14	17	<b>40</b>
E.6. <i>Me sinto tenso/a com os estudos, principalmente com as incertezas quanto ao término do curso</i>	<b>31</b>	25	20	17	7
E.7. <i>Tenho estudado e aprendido mais do que em períodos regulares de aula</i>	8	8	29	18	<b>37</b>
E.8. <i>Me sinto sobrecarregado/a com o acúmulo de responsabilidades acadêmicas, familiares e domésticas</i>	28	24	<b>29</b>	12	8
E.9. <i>Estou aproveitando essa 'pausa' das aulas para reorganizar meus planos e prioridades de estudo</i>	11	16	24	<b>26</b>	23
E.10. <i>Tem sido difícil pra mim lidar com a falta da rotina e do ambiente universitário</i>	<b>26</b>	23	<b>26</b>	14	12

Fonte: As autoras, 2023.

A situação pandêmica afetou enormemente a vida acadêmica. A universidade suspendeu as atividades presenciais e, posteriormente, propôs o ensino na modalidade remota, mediado por tecnologias, tendo sido necessária a adaptação das práticas de ensino-aprendizagem. Vários desafios e dificuldades foram enfrentados, tais como garantir infraestrutura e disponibilidade de acesso a equipamentos e *internet* de qualidade para docentes, técnicos/as e discentes, mantendo a qualidade da prática de

ensino e aproveitamento dos/as estudantes (Deslandes; Coutinho, 2020; Pereira *et al.*, 2020; Ponte; Neves, 2020). Boa parte dos/das estudantes (47%) informou que estava bastante envolvida com cursos e atividades fora da universidade (E.1. ‘*Estou envolvido/a com cursos e atividades online fora da Universidade*’). Buscar atividades alternativas poderia ser uma estratégia saudável de manter-se ativo/a, mas poderia representar uma saída para aplacar a ansiedade gerada pelo vazio diante da interrupção do trabalho e a necessidade compulsória de manter-se produtivo em meio à crise.

Os resultados mostraram que 41% dos/as respondentes demonstraram expectativa positiva em relação ao retorno das atividades, enquanto 34% indicaram desânimo (E.2. ‘*Estou desanimado/a com a expectativa de retorno das atividades acadêmicas*’). É possível que o desânimo quanto ao retorno das atividades acadêmicas refletisse sentimentos de insegurança encontrados nas respostas à dimensão Pessoal/Emocional acima, assim como expectativas de dificuldades de aprendizagem por meios virtuais, efetivamente referidas nas respostas à dimensão Vida Virtual apresentada a seguir.

Apesar das dificuldades, a maioria dos/das participantes (53%) apontou expectativas positivas em relação ao futuro acadêmico e profissional (E.3. ‘*Tenho boas expectativas quanto ao meu futuro acadêmico e profissional*’), as quais foram consistentes com a indicação de projetos, sonhos e sentimentos de confiança no futuro, registrados nas respostas aos itens da dimensão Pessoal/Emocional. Tais dados reforçaram a afirmação de que, apesar das adversidades, os/as estudantes mantinham expectativas positivas em relação ao que estava por vir em suas vidas, num futuro a longo prazo.

A maioria dos/das respondentes (58%) relatou muita dificuldade de concentração e de estabelecer uma rotina de estudos e leituras (E.4. ‘*Não consigo me concentrar e estabelecer uma rotina de leituras e estudo*’), assim como a maioria (55%) reconheceu que estava estudando e aprendendo menos do que em períodos regulares de aula (E.7. ‘*Tenho estudado e aprendido mais do que em períodos regulares de aula*’). Os impactos socioeconômicos e emocionais do contexto pandêmico, associados às exigências de adaptação ao ensino remoto foram fatores que efetivamente contribuíram com tais dificuldades. Nessa mesma direção, verificou-se que uma minoria dos/as estudantes (30%) continuou participando sistematicamente de atividades acadêmicas não interrompidas durante a pandemia (E.5. ‘*Participo de atividades acadêmicas que*

*não foram interrompidas durante a pandemia*’) e que a maioria (56%) se sentia bastante tensa em relação aos estudos e às incertezas quanto ao término do curso (E.6. ‘*Me sinto tenso/a com os estudos, principalmente com as incertezas quanto ao término do curso*’).

A maioria dos/das participantes (52%) se queixou da sobrecarga de atividades e responsabilidades acadêmicas, familiares e domésticas (E.8. ‘*Me sinto sobre carregado/a com o acúmulo de responsabilidades acadêmicas, familiares e domésticas*’) as quais podem ter se intensificado na medida em que estavam ocorrendo concomitantemente no espaço do ambiente doméstico. Importante destacar que a queixa de sobrecarga foi mais frequente entre as mulheres, indicando diferenças de gênero no grupo estudado. Em resposta ao item E.8., a maioria das mulheres (60%) escolheu as opções “Tudo a ver comigo” (33%) e “Bastante a ver comigo” (27%), enquanto os escores dos homens se distribuíram equitativamente entre as alternativas. A histórica desigualdade de gênero na cultura tem sido documentada como importante fator de risco para a saúde emocional feminina, sendo as mulheres consideradas mais propensas a vivenciar sobrecarga de atividades, acumulando atribuições da vida escolar/profissional com tarefas no espaço doméstico (Araújo; Pinho; Almeida, 2005; Pinho; Araújo, 2012). Os impactos do acúmulo de responsabilidades da mulher universitária e a sobrecarga percebida foram discutidos em tempos de pandemia, ainda que também incidam sobre os homens (Bartmeyer; Salles Filho, 2020). A sobreposição de desigualdades de gênero às de classe social, levam a constatação de que as mulheres mais pobres, representadas no grupo estudado, são mais vulneráveis à sobrecarga de trabalho decorrente da pandemia (Sousa, 2021; Streit *et al.*, 2021; Paiva; Garcia, 2022).

Quase metade dos/das estudantes (49%) não considerava a interrupção de atividades presenciais como uma pausa favorável à reorganização da vida acadêmica (E.9. ‘*Estou aproveitando essa ‘pausa’ das aulas para reorganizar meus planos e prioridades de estudo*’), informando sentir muita dificuldade pela falta da rotina e do ambiente universitário (E.10. ‘*Tem sido difícil pra mim lidar com a falta da rotina e do ambiente universitário*’).

A gestão do tempo é considerada importante facilitadora da adaptação ao contexto acadêmico universitário (Sahão; Kienen, 2021). No que se refere à saúde mental, o estabelecimento de uma rotina organiza o mundo interno em relação à realidade externa, favorece a experiência de previsibilidade e continuidade temporal,

viabilizando o repouso e relaxamento da mente, necessários para atividades que demandam criatividade (Winnicott, 2000).

Em síntese, em relação aos estudos e vida acadêmica, os resultados corroboram a coexistência de insegurança no momento presente e otimismo quanto ao futuro. O contexto caótico da pandemia e as dificuldades na retomada de atividades acadêmicas interferiram na organização da rotina pessoal e concentração nos estudos. Estes achados se aproximam dos relatados por Marinho, Guazina e Zappe (2023), os quais registraram inseguranças dos/as estudantes quanto à qualidade da formação acadêmica durante o ensino remoto e otimismo com a retomada dos estudos presenciais. Os desafios na implantação e adesão ao ensino remoto na universidade trouxeram questões e dificuldades vivenciadas pelos/as estudantes, as quais serão discutidas a seguir.

### **Vivências na Dimensão Vida Virtual: conexão e desejo de presença**

A Tabela 4 apresenta os percentuais de respostas aos 10 itens da Dimensão Vida Virtual da escala. Nas colunas estão o enunciado do item e os percentuais de respostas em cada um dos níveis de intensidade, com a maior percentagem destacada em negrito.

**Tabela 4.** Percentuais de Respostas por nível de intensidade de cada item da **Dimensão Vida Virtual (V)** da escala, com maior percentagem destacada em negrito.

Enunciado	Percentuais (%) em cada nível de intensidade				
	Tudo	Bastante	Algumas vezes	Pouco	Nada
V.1. Prefiro relacionamentos virtuais do que presenciais	1	3	19	22	<b>53</b>
V.2. Sinto falta da presença física das pessoas em conversas virtuais	<b>38</b>	28	23	6	5
V.3. Me divirto acessando a internet	32	<b>34</b>	22	10	3
V.4. Me sinto bem em participar das redes sociais	10	26	<b>40</b>	16	8
V.5. Estudo e aprendo melhor através da internet e meios digitais	8	12	<b>33</b>	20	27
V.6. Me acho incapaz de estudar e aprender por meios virtuais	6	6	29	28	<b>32</b>
V.7. Fico irritado em mídias sociais e grupos de WhatsApp	15	15	<b>36</b>	17	17
V.8. Fiz novos amigos nas mídias sociais durante a pandemia	6	9	13	23	<b>49</b>
V.9. Gosto de conhecer pessoas através de aplicativos de encontro/relacionamento	1	4	13	15	<b>67</b>
V.10. Fico desconfiado/a e inseguro/a em encontros virtuais	11	14	<b>33</b>	24	17

Fonte: As autoras, 2023.

Com o distanciamento social como medida protetiva contra a COVID-19, a comunicação e interação entre pessoas passaram a ocorrer principalmente na modalidade virtual através da *internet*. A virtualidade, que antes recebia uma série de críticas quanto à substituição do encontro dos corpos ou mesmo aos 'estragos' na comunicação entre as pessoas, devido ao uso excessivo de aparelhos tecnológicos (Brodsky, 2016), ganhou novas nuances com a pandemia. O uso da tecnologia foi reinventado e o isolamento dos corpos, longe de significar o isolamento social, ampliou a dimensão da interação virtual.

As relações das pessoas com a experiência virtual são diferentes e diversas, a depender da forma e do contexto em que ocorrem, podendo caracterizar um uso saudável ou adoecido dos meios virtuais (Deslandes; Coutinho, 2020; Barbosa, 2013). De um jeito ou de outro, as respostas dos/as estudantes quanto à falta sentida da presença física das pessoas nas conversas virtuais evidenciam que “a imagem virtual nos faz esquecer o real do corpo” (Brodsky, 2016).

As percentagens de respostas mostraram que a grande maioria dos/as respondentes preferia relacionamentos presenciais e sentia falta da presença física das pessoas nos encontros virtuais (itens V.1. ‘*Prefiro relacionamentos virtuais do que presenciais*’ e V.2. ‘*Sinto falta da presença física das pessoas em conversas virtuais*’). Apesar da importância e crescimento das interações na modalidade remota durante o período mais crítico da pandemia, as respostas indicaram limitações no contato interpessoal nesse contexto, marcadamente a falta do encontro físico. Este foi um resultado esperado, especialmente na cultura brasileira, caracterizada pelo contato físico nas relações sociais, havendo sinais de sofrimento da população decorrente das medidas de isolamento (Bezerra *et al.*, 2020).

A maioria dos/das participantes (66%) indicou estar se divertindo através do acesso à internet (V.3. *Me divirto acessando a internet*), confirmando que o uso dos equipamentos tecnológicos e da *internet* se tornaram meios para atividades prazerosas, as quais amenizaram o mal-estar produzido pela pandemia. Aqui, vale lembrar das articulações possíveis no contexto dos jogos online e laço social com destaque na adolescência (Locatelli, 2020), mas também o modo como os/as jovens e os/as adultos/as têm dedicado boa parte do seu tempo a redes sociais e jogos virtuais.

O item sobre participação em redes sociais (V.4. *Me sinto bem em participar das redes sociais*), embora tenha apresentado respostas diversas, indicou que esta era uma

experiência agradável para parte dos/das participantes (36%), possivelmente por possibilitar momentos de interação social e descontração. Respostas sobre sentimentos de irritação na participação em redes sociais (V.7. *Fico irritado em mídias sociais e grupos de WhatsApp*) retrataram a diversidade de experiências nos relacionamentos remotos com grupos de pessoas, atraentes para uns e provocadores de frustração e estresse para outros. Dossal (2019) discute a vida em rede como uma nova modalidade entre o real e o virtual, na qual as redes sociais atualizam uma possibilidade de laço social. No entanto, “a presença em massa da internet e suas redes sociais é um fator que contribui para a expansão do alcance do Imaginário tanto quanto para as mutações na realização especular, bem como para o retorno do sujeito a uma posição narcísica frente a si mesmo e ao outro” (Pereira; Paravidini, 2022, p. 311).

Novas amizades através das mídias sociais durante a pandemia (V.8. *Fiz novos amigos nas mídias sociais durante a pandemia*) foi a realidade de uma minoria de respondentes (28%), indicando o uso das mídias sociais para outras formas de atividade que não a busca por novos/as amigos/as. Em consonância, as respostas indicaram que a grande maioria dos/das participantes (82%) não gostava de conhecer pessoas por aplicativos de relacionamento (V.9. *Gosto de conhecer pessoas através de aplicativos de encontro/relacionamento*). A alta percentagem de participantes que rejeitava totalmente conhecer pessoas por aplicativos de encontro/relacionamento (67%) podia ser parcialmente compreendida como decorrente da desconfiança e insegurança em relação a encontros virtuais, registradas por 25% dos respondentes (V.10. *Fico desconfiado/a e inseguro/a em encontros virtuais*).

De modo geral, as respostas indicaram que os/as participantes estavam conectados pela *internet*, seja para interação social ou para fins de trabalho e estudo. Embora a demanda de conexão virtual seja característica da vida contemporânea, no período da pandemia se verificou a intensificação de sua utilização especialmente entre jovens (Queiroz Dias, 2020), sendo seu uso abusivo relacionado ao aumento de sofrimento psíquico (Mota *et al.*, 2021; Silva *et al.*, 2024).

Em relação aos estudos na modalidade virtual, as respostas indicaram que a aprendizagem foi considerada possível pela maioria dos/das participantes (60% discordam do item V.6. ‘*Me acho incapaz de estudar e aprender por meios virtuais*’), embora não fosse percebida como a melhor forma para estudar e aprender (47% discordam do item V.5. ‘*Estudo e aprendo melhor através da internet e meios digitais*’).

Cansaço, falta de concentração e dispersão vêm sendo relatados por estudantes em pesquisas sobre ensino e aprendizagem remotos (Cunha; Silva; Silva, 2021; Appenzeller *et al.*, 2020). Uma dificuldade a considerar diz respeito à falta de infraestrutura das instituições de ensino e a baixa qualidade das ferramentas disponíveis aos/as estudantes para essa modalidade de ensino, como aponta Appenzeller *et al.* (2020).

Concluindo, destaca-se a importância do ambiente virtual acentuada no contexto da pandemia por proporcionar informação, interação social e entretenimento. Entretanto, é necessário destacar seus limites no que concerne a dimensão de experiências interpessoais e de ensino-aprendizagem, pois verifica-se a valorização e o desejo por interações presenciais e com a presença física. Para a maior parte dos/das participantes, embora atraente e potente, a vida virtual não substituía a convivência e a experiência acadêmica presenciais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo retrata vivências autorrelatadas por estudantes universitários/as durante o primeiro ano da pandemia de COVID-19, considerando suas possíveis repercussões para a saúde mental. A participação predominante de mulheres e estudantes com baixa renda familiar ressalta a importância de se levar em conta estes marcadores sociais na compreensão dos resultados encontrados.

A análise dos dados mostrou que o momento pandêmico se constituiu numa situação de crise caracterizada por rupturas com impactos nas várias dimensões investigadas, revelando sofrimentos emocionais, interpessoais e acadêmicos.

Em contraste com a insegurança emocional vivida na crise, a manutenção de expectativas positivas e esperanças em relação ao futuro destacam-se nas respostas dos/as estudantes. Estas podem representar estratégias necessárias para a adaptação e enfrentamento da crise, mas podem ter se apoiado em perspectivas idealizadas que não se concretizaram no período pós-pandêmico, as quais precisam ser investigadas no longo prazo.

A pesquisa corrobora a importância das redes relacionais para a saúde mental dos/as estudantes, especialmente representada por familiares e amigos/as. Por outro lado, evidencia o sofrimento associado ao isolamento e solidão acentuados durante o período pandêmico que podem se perpetuar na atualidade, especialmente num contexto

cultural que favorece o individualismo e a fragmentação dos laços afetivos (Rocha, 2012).

A vida acadêmica sofreu descontinuidades, as quais geraram queixas de dispersão mental, sobrecarga e cansaço. Possivelmente a posterior retomada das atividades escolares presenciais trouxe benefícios para os processos de aprendizagem e sociais. Entretanto, o acúmulo de perdas durante a crise e o ritmo acelerado imposto pelo calendário acadêmico pós-pandemia precisam ser investigados e analisados atualmente, considerando seus efeitos para a saúde mental dos/as universitários/as.

A realidade da experiência virtual se mostrou potente, mas impõe limites e desafios no que se refere ao trabalho e desempenho alcançados. Além disso, os dados corroboram evidências de que a tendência atual para uma conexão exagerada em redes sociais traz repercussões antagônicas para os modos de socialização e o estabelecimento de vínculos afetivos, ora favorecendo o contato interpessoal ora produzindo isolamento e solidão (Barbosa, 2013; Azambuja, 2012; Zanotti; Dias; Leitão, 2023).

Os dados relatados neste artigo apresentam limitações em seu alcance e generalizações. Ao resultarem da utilização de um questionário de autorrelato, se apoiam na percepção dos/as respondentes, podendo não revelar de modo preciso e aprofundado as experiências vividas pelos/as estudantes. É importante destacar possíveis limitações do instrumento, o qual foi elaborado especificamente para utilização no presente estudo. Embora fundamentada na literatura e testada previamente, a escala pode apresentar imprecisões e vieses semânticos ou quanto a pertinência e relevância dos conteúdos dos itens em relação às dimensões que se pretendeu investigar.

Os resultados, embora remetam ao grupo na universidade estudada, podem trazer elementos relevantes para investigação em outras instituições de ensino universitário. Novos estudos que focalizem em entrevistas e outras metodologias qualitativas poderão enriquecer os dados obtidos e evidenciar aspectos que não foram aqui contemplados.

Além disso, as repercussões de longo prazo da pandemia e seus efeitos psicológicos e na saúde mental dos/as estudantes universitários/as são ainda incertos, ressaltando-se a necessidade da continuidade e atualização dos estudos sobre o tema. De fato, há registros de impactos prolongados da pandemia na saúde mental da população. Estudo realizado no Brasil em 2022 (Lipp *et al.*, 2023), após o período de isolamento social, mostrou que a prevalência de *stress*, ansiedade, depressão e pânico foi mais baixa do que a registrada no auge da pandemia, em 2020. Entretanto, os autores verificaram

que os dados de ansiedade, depressão e pânico em 2022 ainda se encontravam muito acima de registros anteriores à pandemia, corroborando a necessidade de novas pesquisas.

A recente experiência da pandemia de COVID-19 é emblemática de uma situação de crise global e coletiva jamais vivenciada pela humanidade. O sofrimento psicossocial relatado pelos/as estudantes durante este período exemplifica o desamparo psíquico vivenciado numa situação de crise desencadeada pela associação de fatores biológicos e sociais que escancarou a fragilidade dos corpos, a finitude humana e os percalços da cultura. Os impactos e o potencial traumático de tal experiência não podem ser minimizados, podendo servir de indicadores da vulnerabilidade ao adoecimento emocional, assim como da capacidade de enfrentamento e sobrevivência psíquica das populações em situações extremas. Afinal, “a crise é também um momento crítico, um momento decisivo, um momento propício que nos força a localizarmo-nos e a decidir o além. Ela permite a invenção, paradoxalmente obriga-nos a ir para o que ainda não se conhece” (Ansermet, 2015, p.1).

Os dados aqui apresentados pretendem contribuir para a discussão interdisciplinar que se impõe em tempos de crise, com repercussões para ações intersetoriais articuladas entre educação e saúde mental.

Por fim, o estudo busca colaborar com a discussão sobre as vicissitudes da vida universitária, apresentando dados empíricos coletados num contexto regional pouco investigado. Destaca-se que a consulta a estudantes universitários/as corrobora uma perspectiva de pesquisa que realça o protagonismo dos/as jovens na construção de conhecimento sobre suas vivências e necessidades.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L.S.; SOARES, A.P. Os estudantes universitários: sucesso escolar e desenvolvimento psicossocial. In: MERCURI, E.; POLYDORO, A.J. (orgs.). **Estudante universitário: características e Experiências de Formação**. 1. ed. Taubaté: Cabral editora e livraria universitária, 2003, cap. 1, p.15-40.

ALMEIDA, L. S.; SOARES, A. P. C.; FERREIRA, J. A. G. Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r): avaliação do ajustamento dos estudantes universitários. **Avaliação Psicológica**, [S. l.], v.1, n.2, p. 81-93, 2002. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-04712002000200002](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712002000200002). Acesso em: 5 abr. 2025.

ANJOS, M. F. dos; CARDOSO, M. R. Social precariousness and exclusion during Covid-19: A psychoanalytic look. **Psicologia: teoria e prática**, São Paulo, v. 24, n. 2, ePTPSP13977, 2022 . DOI: <https://doi.org/10.5935/1980-6906/eptpsp13977.en>. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-36872022000200401&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872022000200401&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 13 abr. 2025.

ANSERMET, F. La crisis, entre el corte y el tiempo. In: Escuela Lacaniana de Psicoanálisis del Campo Freudiano. **Blog, Lazo AMP**. Barcelona, 7 jun. 2015. Disponível em: <http://crisis.jornadaselp.com/lazo-amp/la-crisis-entre-el-corte-y-el-tiempo/>. Acesso em: 14 ago. 2020.

APPENZELLER, S. *et al.* Novos Tempos, Novos Desafios: Estratégias para Equidade de Acesso ao Ensino Remoto Emergencial. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v.44, e155, p.1-6, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200420>. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-55022020000500201&tlang=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022020000500201&tlang=pt). Acesso em: 24 abr. 2021.

ARAÚJO, T. M.; PINHO, P. S.; ALMEIDA, M. M. G. Prevalência de transtornos mentais comuns em mulheres e sua relação com as características sociodemográficas e o trabalho doméstico. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v.5, n.3, p. 337–348, 2005. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1519-38292005000300010>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/6vSkSdfMXfDsWj9q9RFymcd/?lang=pt>. Acesso em: 24 abr. 2021.

AZAMBUJA, D. C. Solidão e pós-modernidade. **Idé**, São Paulo, v.35, n.54, p.73-79, 2012. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-31062012000100008](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-31062012000100008). Acesso em: 24 abr. 2021.

BARBOSA, M. K. Viver conectado, subjetividade no mundo contemporâneo. **Idé**, São Paulo, v.35, n.55, p.89-101, 2013. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-31062013000100008&ln\\_g=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-31062013000100008&ln_g=pt&nrm=iso). Acesso em: 15 jan. 2021.

BARTMEYER, S. M.; SALLES FILHO, N. A. O direito humano das mulheres à educação e a pandemia da COVID-19: uma análise da sobrecarga das estudantes da UEPG. **Revista Científica Educação**, Miracatu, v.4, n.8, p.1043-1060, 2020. Disponível em: <https://periodicosrefoc.com.br/jornal/index.php/2/article/view/41>. Acesso em: 15 jan. 2021.

BEZERRA, C. B. *et al.* Impacto psicossocial do isolamento durante pandemia de COVID-19 na população brasileira: análise transversal preliminar. **Saúde e sociedade**, São Paulo, v.29, n.4, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902020200412>. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902020000400311&tlang=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902020000400311&tlang=pt). Acesso em: 23 abr. 2021.

BRODSKY, G. Elogio de la virtualidade. **Virtualia**, Buenos Aires, n. 37, out. 2016. Disponível em: <https://www.revistavirtualia.com/articulos/835/invenciones/elogio-de-la-virtualidad>. Acesso em: 15 jan. 2021.

CANIATO, A. M. P.; CESNICK, C. C.; ARAÚJO, J. DA S. Subjetividades cumplices e o sofrimento psicossocial na contemporaneidade. **Psicologia & Sociedade**, [S. l.], v. 22, n. 2, p. 236–246, maio 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-71822010000200004>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/SrBnFKvvcSQzkhrKSp3G4cP/?lang=pt>. Acesso em: 5 abr. 2025.

CARDOSO, F. M. *et al.* Fatores associados à prática do binge drinking entre estudantes da área da saúde. **Revista CEFAC**, Campinas, v.17, p.475-484, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-021620158914>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rcefac/a/tqyznCVbBNtfv4GwHgMmgGD/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 15 jan. 2021.

CUNHA, L. F. F.; SILVA, A.S.; SILVA, A.P. O ensino remoto no Brasil em tempos de pandemia: diálogos acerca da qualidade e do direito e acesso à educação. **Revista Com Censo: Estudos Educacionais do Distrito Federal**, Brasília, v.7, n. 3, p. 27-37, ago. 2020. Disponível em: <http://www.periodicos.se.df.gov.br/index.php/comcenso/article/view/924>. Acesso em: 24 abr. 2021.

DA COSTA JÚNIOR, J. F. *et al.* Um estudo sobre o uso da escala de Likert na coleta de dados qualitativos e sua correlação com as ferramentas estatísticas. **Contribuciones a las ciencias sociales**, [S. l.], v. 17, n. 1, p. 360–376, 2024. DOI: 10.55905/revconv.17n.1-021. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/4009>. Acesso em: 5 abr. 2025.

DESSAL, G. **Inconsciente 3.0**: lo que hacemos com las tecnologías y lo que las tecnologías hacen con nosotros. Barcelona: Xoroi ediciones, 2019.

DESLANDES, S.F.; COUTINHO, T. O uso intensivo da internet por crianças e adolescentes no contexto da COVID-19 e os riscos para violências autoinflingidas. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.25, p.2479–2486, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.11472020>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/56TbmHfDsWJyK6DVJzjcHhp/?lang=pt#>. Acesso em: 24 abr. 2021.

FERRARI, I. F. A realidade social e os sujeitos solitários. **Ágora**, Rio de Janeiro, v.11, n.1, p.17-30, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1516-14982008000100002>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/agora/a/QDyvQzLPtWpYgxwJQCjtFKs/>. Acesso em: 24 abr. 2021.

FERREIRA, A. M. S. *et al.* COVimpact: pandemia COVID-19 nos estudantes do ensino superior da saúde. **Revista de Investigação & Inovação em Saúde**, Oliveira de Azeméis, v.3, n. 1, p. 7-16, 2020. DOI: <https://doi.org/10.37914/riis.v3i1.80>.

Disponível em: <https://riis.essnortecvp.pt/index.php/RIIS/article/view/80>. Acesso em: 26 mar. 2021.

FIGUEIREDO, L. C. A virtualidade do dispositivo de trabalho psicanalítico e o atendimento remoto: uma reflexão em três partes. **Cadernos de Psicanálise**, Rio de Janeiro, v.42, n. 42, p. 61-80, 2020. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1413-62952020000100005](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1413-62952020000100005). Acesso em: 24 abr. 2021.

GONDAR, J. Psicanálise online e elasticidade da técnica. **Cadernos de Psicanálise**, Rio de Janeiro, v.42 n. 42, p. 37-45, 2020. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-62952020000100003](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-62952020000100003). Acesso em: 26 mar. 2021.

GRANADO, J. I. F. *et al.* Integração acadêmica de estudantes universitários: contributos para a adaptação e validação do QVA-r no Brasil. **Psicologia e Educação**, Braga, v. 4, n. 2, p. 33-43, 2005. Disponível em: <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/12089>. Acesso em: 5 abr. 2025.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. de A. R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.24, p. 1327-1346, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/RLFrGpHpQKgkYpwXvHx3B3b/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 26 mar. 2021.

GUERREIRO-CASANOVA, D.; POLYDORO, S. Integração ao ensino superior: relações ao longo do primeiro ano de graduação. **Psicologia, Ensino & Formação**, São Paulo, v.1, n.2, p. 85-96, 2010. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2177-20612010000200008](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2177-20612010000200008). Acesso em: 24 abr. 2021.

GUIZZO, B.S.; MARCELLO, F.A.; MÜLLER, F. A reinvenção do cotidiano em tempos de pandemia. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v.46, e238077, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202046238077>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ep/a/ybM6TZ8MvPmdLN8HzqgFZKS/>. Acesso em: 26 mar. 2021.

HENSCHEL DE LIMA, C. *et al.* Saúde e sofrimento psíquico no contexto universitário à luz da teoria psicanalítica dos quatro discursos. **Humanidades & Inovação**, Palmas, v.6, n. 8, p. 09-22, 2019. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/1243>. Acesso em: 26 mar. 2021.

LAMBERT, A. dos S.; MOREIRA, L. K. R.; CASTRO, R. C. A. de M. Estado da Arte sobre adoecimento do estudante universitário brasileiro. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, [S. l.], v.8, n. 2, p. 31–36, 2018. DOI: 10.18378/rebes. v.8i2.5987. Disponível em: <https://www.gvaa.com.br/revista/index.php/REBES/article/view/5987>. Acesso em: 28 out. 2024.

LIPP, M. E. N. *et al.* Stress no Brasil 2022: a herança da pandemia da COVID-19. **Boletim - Academia Paulista de Psicologia**, São Paulo, v. 43, n. 104, p. 26-37,

2023. DOI: <https://doi.org/10.5935/2176-3038.20230004>. Disponível em:  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-711X2023000100026&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2023000100026&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 13 abr. 2025.

**LOCATELLI, R. S. Adolescência e laço social: articulações possíveis no contexto dos jogos on-line.** 2020. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Faculdade de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2020. Disponível em:  
[https://bib.pucminas.br/teses/Psicologia\\_RenataSartoriLocatelli\\_8451.pdf](https://bib.pucminas.br/teses/Psicologia_RenataSartoriLocatelli_8451.pdf). Acesso em: 26 mar. 2021.

**MACEDO, M. J. A. et al.** Reflexos da (in)capacidade de estar só em tempos de isolamento social na pandemia COVID-19. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, Porto Alegre, v.23, n.1, p. 249-258, 2021. Disponível em:  
<https://lume.ufrgs.br/handle/10183/231319>. Acesso em: 24 abr. 2024.

**MAIA, B. R.; DIAS, P. C.** Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v.37, p. e200067, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/k9KTBz398jqfvDLby3QjTHJ/?lang=pt>. Acesso em: 26 mar. 2021.

**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. **Educação e pesquisa**, São Paulo, v. 49, e267797, p. 1-18, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202349267797por>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ep/a/nmRkCL78HT5RZJYkB4pWKQS/?lang=pt>. Acesso em: 5 abr. 2025.

**MARTINS, A. B. T. et al.** Sentimento de angústia e isolamento social de universitários da área da saúde durante a pandemia da COVID-19. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, Fortaleza, v.33, 2020. DOI:  
<https://doi.org/10.5020/18061230.2020.11444>. Disponível em:  
<https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/11444>. Acesso em: 24 abr. 2021.

**MELLO, D.** Metade dos brasileiros teve renda afetada pela pandemia, diz pesquisa. **Agência Brasil**, São Paulo, 13 abr. 2020. Disponível em:  
<https://agenciabrasil.ebc.com.br/economia/noticia/2020-04/metade-dos-brasileiros-teve-renda-afetada-pela-pandemia-diz-pesquisa>. Acesso em: 26 mar. 2021.

**MOTA, D. et al.** Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.26, n.6, jun. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021266.44142020>. Disponível em:  
<https://www.scielo.br/j/csc/a/kZGncmhsthtskP463HNQ95s/#>. Acesso em: 26 jul. 2022.

**NASCIMENTO, L. R. do et al.** Psicologia e educação na promoção de bem-estar psicossocial em tempos de pandemia: relato de uma prática de extensão universitária. **Capim Dourado Diálogos em Extensão**, [S. l.], v. 3, n. 2, p. 47-69, 2020. DOI:  
<http://dx.doi.org/10.20873/uft.2595-7341.2020v3n2p47>. Disponível em:

<https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/capimdourado/article/view/9859>.  
Acesso em: 05 abr. 2025.

NASCIMENTO, L. R. do; DE SOUZA, J. M.; MILHOMEM, M. S. F. dos. Psicologia e educação no enfrentamento do sofrimento psicossocial no contexto educacional em tempos de pandemia. In: NASCIMENTO, L. R. do; MILHOMEM, M.S.F dos S. (Orgs).

**Experiências de extensão universitária no encontro da psicologia com a educação.** Palmas, EDUFT, 2020, cap 3, p. 39-61.

NEVES, M. C. C.; DALGALARONDO, P. Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v.56, n.4, p. 237- 244, 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0047-20852007000400001>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bpsiq/a/Bn3f9fZrc5KJC6SyDYpt7Wn/>. Acesso em: 07 mai. 2021.

PAIVA, V. S. F.; GARCIA, M. R. V. Sofrimento Psicossocial e Sexualidade em Tempos de Covid-19 e de Ataque aos Direitos Humanos. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, [S. l.], v. 22, n. 4, p. 1329–1350, 2022. DOI: 10.12957/epp.2022.71641. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/revispsi/article/view/71641>. Acesso em: 05 abr. 2025.

PENHA, J. R. L.; OLIVEIRA, C. C.; MENDES, A. V. S. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa. **Journal Health NPEPS**, Tangará da Serra, v.5, n. 1, p. 369-395, 2020. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3549>. Acesso em: 07 mai. 2021.

PIRES, I. T. M. *et al.* Uso de Álcool e outras Substâncias Psicoativas por Estudantes Universitários de Psicologia. **Psicologia: Ciência e Profissão**, São Paulo, v.40, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003191670>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/9svpjDvj66gJz7zWCCkfcWz/>. Acesso em: 07 mai. 2021.

PEREIRA, J. D.; PARAVIDINI, J. L. L. Os aspectos caóticos do imaginário no contemporâneo: As redes sociais e a Queda Livre. **Psicologia clínica**, Rio de Janeiro, v.34, n. 2, p. 311-331, 2022. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-56652022000200006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652022000200006&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 04 ago. 2024.

PEREIRA, M. *et al.* Isolados e conectados: atendimento psicossocial de crianças e seus familiares em tempo de distanciamento social. **Health Residencies Journal**, Brasília, v.1, n.2, p. 23-43, 2020. DOI: <https://doi.org/10.51723/hrj.v1i2.11>. Disponível em: <https://hrj.emnuvens.com.br/hrj/article/view/11>. Acesso em: 07 mai. 2021.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS. Pró-reitoria Estudantil. **Perfil socioeconômico e cultural dos(as) estudantes da Ufal**. Maceió: Edufal, 2020. *E-book*.

PINHO, P.S.; ARAÚJO, T. M. Associação entre sobrecarga doméstica e transtornos mentais comuns em mulheres. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v.15, n.3, p.560–572, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2012000300010>.

Disponível em:  
<https://www.scielo.br/j/rbepid/a/dxHcftTBL5b8P5YcXmwFwGG/?lang=pt>. Acesso em: 01 abr. 2021.

PONTE, V.; NEVES, F. Vírus, telas e crianças: entrelaçamentos em época de pandemia. **Simbiótica. Revista Eletrônica**, Vitória, v.7, n.1, p. 87-106, 2020. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=575963432015>. Acesso em: 07 mai. 2021.

QUEIROZ, G.; DIAS, M. Lazer em tempos de distanciamento social: impactos da pandemia de COVID-19 nas atividades de lazer de universitários na cidade de Macapá (AP). **LICERE**, Belo Horizonte, v.23, n.3, 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: 10 mai. 2022.

ROCHA, Z. de J. B. Violência contemporânea, novas formas de subjetivação e de sofrimento psíquico: desafios clínicos. **ALTER – Revista de Estudos Psicanalíticos**, Brasília, v.30, n.2, p. 55-66, 2012. Disponível em:  
[http://spbsb.org.br/site/images/Novo\\_Alter/2012\\_2/05Zeferino.pdf](http://spbsb.org.br/site/images/Novo_Alter/2012_2/05Zeferino.pdf). Acesso em: 05 jun. 2020.

ROCHA, A. C. *et al.* Reflexões sobre a quarentena: uma estratégia de acolhimento de discentes em um grupo de mentoring. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v.45, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.supl.1-20210181>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/fCDn6MrYfsjJ6j4jDZbLzGJ/>. Acesso em: 10 mai. 2022.

RODRIGUES, B. B. *et al.* Aprendendo com o Imprevisível: Saúde Mental dos Universitários e Educação Médica na Pandemia de Covid-19. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v.44, p. e149, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200404>. Disponível em:  
<https://www.scielo.br/j/rbem/a/kN9b4V5MJQtvyzTNBWsszs/>. Acesso em: 10 mai. 2022.

SAHÃO, F. T.; KIENEN, N. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. **Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v.25, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-35392021224238>. Disponível em:  
<https://www.scielo.br/j/pee/a/tdnsrZFwKyb53nvNZG79p9n/>. Acesso em: 10 mai. 2022.

SILVA, É. C.; TUCCI, A. M. Intervenção Breve para Redução do Consumo de Álcool e suas Consequências em Estudantes Universitários Brasileiros. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v.28, n. 4, p. 728–736, 2015. DOI:  
<https://doi.org/10.1590/1678-7153.201528410>. Disponível em:  
<https://www.scielo.br/j/prc/a/CSp5HHRbZxkySHjQZTNgTfs/>. Acesso em: 01 abr. 2021.

SILVA, F. V. M. *et al.* Tempo de uso de smartphones e fatores associados à saúde de estudantes universitários após distanciamento social durante a pandemia de COVID-19. **Cadernos de Educação Tecnologia e Sociedade**, [S. l.], v. 3, p. 939–953, 2024. DOI: 10.14571/brajets.v17.n3.939-953. Disponível em: <https://brajets.com/brajets/article/view/1233>. Acesso em: 13 abr. 2025.

SILVA, S. M.; ROSA, A. R. O impacto da covid-19 na saúde mental dos estudantes e o papel das instituições de ensino como fator de promoção e proteção. **Revista Prâksis**, Novo Hamburgo, v.2, p. 189-206, 2021. DOI: <https://doi.org/10.25112/rpr.v2i0.2446>. Disponível em: <https://periodicos.feevale.br/seer/index.php/revistapraksis/article/view/2446>. Acesso em: 10 mai. 2022.

SOUZA, M. E. A. Efeitos da pandemia de COVID-19 sobre as mulheres em situação de pobreza. **Publicatio UEPG: Ciências Sociais Aplicadas**, Ponta Grossa, v.29, p. 17, 2021. Disponível em: <https://revistas.uepg.br/index.php/sociais/article/view/17124>. Acesso em: 5 ago. 2023.

SOUZA, J. M. de *et al.* Adolescentes em situação de sofrimento no contexto escolar: O plantão psicológico em um colégio militar. **DOXA: Revista Brasileira de Psicologia e Educação**, Araraquara, v. 25, n. 00, p. e024011, 2024. DOI: 10.30715/doxa.v25i00.19657. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/doxa/article/view/19657>. Acesso em: 13 abr. 2025.

STREIT, A. C. S. e S *et al.* Pandemia da Covid-19: perspectiva feminina sobre o isolamento social. **Revista Psicologia e Saúde**, Campo Grande, v. 13, n. 2, p. 197-210, 2021. DOI: <https://doi.org/10.20435/pssa.v13i2.1090>. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2177-093X2021000200015&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2021000200015&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 13 abr. 2025.

TEODORO, M. L. M. *et al.* Saúde Mental em estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, Uberaba, v.9, n.2, p.372-382, 2021. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/4979/497969633003/497969633003.pdf>. Acesso em: 10 mai. 2022.

TORRES, A. G. *et al.* M. Covid-19 e saúde mental de universitários: revisão integrativa internacional. **Revista Psicologia e Saúde**, Campo Grande, v. 13, n. 4, p. 183-197, 2021. DOI: <https://doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1567>. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2177-093X2021000400014&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2021000400014&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 13 abr. 2025.

VERZTMAN, J.; ROMÃO-DIAS, D. Catástrofe, luto e esperança: o trabalho psicanalítico na pandemia de COVID-19. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, São Paulo, v.23, n.2, p. 269-290, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1415-4714.2020v23n2p269.7>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlpf/a/FCst676jKy6YVJdgwvDRMQB/>. Acesso em: 5 ago. 2023.

WINNICOTT, D. O uso de um objeto e relacionamento através de identificações. In: WINNICOTT, D. **O brincar e a realidade**. Rio de Janeiro: Imago, 2000, p. 139-151.

YOSETAKE, A. L. *et al.* Estresse percebido em graduandos de enfermagem. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, Ribeirão Preto, v.14, n. 2, p. 117-124, 2018. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.000336>. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/155638>. Acesso em: 10 mai. 2022.

ZANOTTI, S. V.; DIAS, L. A. A.; LEITÃO, H. L. Solidões na Universidade. In: ZANOTTI, S. V.; BASTOS, A. (org.). **Desigualdades e despatologização em tempos de pandemia**. Maceió: Edufal, 2023, Cap. 5. E-book.

Submetido em: 30/10/2024

Aceito em: 15/04/2025