



FACULDADE DA REGIÃO SISALEIRA – FARESI

BACHARELADO EM ENFERMAGEM

ÉMILY DE SANTANA FERREIRA

**OS IMPACTOS DA PANDEMIA DA COVID-19 SOBRE A SAÚDE MENTAL DOS
ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE ENFERMAGEM**

Conceição do Coité – BA

2021

ÉMILY DE SANTANA FERREIRA

**OS IMPACTOS DA PANDEMIA DA COVID-19 SOBRE A SAÚDE MENTAL DOS
ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE ENFERMAGEM**

Artigo científico apresentado à disciplina TCC II,
a Faculdade da Região Sisaleira – FARESI,
como trabalho de conclusão do curso
Bacharelado em Enfermagem.

Orientador: Jailson Vieira Machado.

Conceição do Coité – BA

2021

Ficha Catalográfica elaborada por:
Joselia Grácia de Cerqueira Souza – CRB-Ba. 1837

F368i Ferreira, Émily de Santana

Os impactos da pandemia da covid-19 sobre a saúde mental dos estudantes universitários do curso de enfermagem./ Émily de Santana Ferreira.- Conceição do Coité (Ba.), FARESI, 2021.

16 fls.

Referências: fl. 12-16

Artigo científico apresentado à disciplina TCC II, a Faculdade da Região Sisaleira – FARESI, como trabalho de conclusão do curso Bacharelado em Enfermagem.

Orientador: Jailson Vieira Machado.

1. Ansiedade. 2. Depressão. 3. Enfermagem . 4. Estresse. 5. Saúde mental. I.Título.

CDD : 158.1

OS IMPACTOS DA PANDEMIA DA COVID-19 SOBRE A SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE ENFERMAGEM

Émily de Santana Ferreira¹

Jailson Vieira Machado²

RESUMO

A ansiedade tem sido nas últimas décadas um problema de saúde mental prevalente nos estudantes do ensino superior, uma vez que, a academia tem gerado expectativas e frustrações. Com o surgimento da pandemia da COVID-19 o campo da educação tem sido bastante influenciado, conseqüentemente impactando na vida acadêmica de muitos estudantes, principalmente em sua saúde mental. O presente artigo tem por título, os impactos da pandemia da covid-19 sobre a saúde mental dos estudantes universitários do curso de enfermagem. A coleta de dados foi realizada por meio de pesquisas bibliográficas, os artigos selecionados trouxeram abordagens de grande relevância para o tema. Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter qualitativa, descritiva e exploratória, com o objetivo de analisar o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental de estudantes universitários do curso de enfermagem identificando sinais de ansiedade, estresse e depressão, e apresentando atitudes de enfrentamento. As doenças mentais constituem um problema de saúde pública, onde necessitam de investimentos e ações que visem a qualidade de vida da população.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade. Depressão. Enfermagem. Estresse. Saúde mental.

ABSTRACT

Anxiety has been in recent decades a prevalent mental health problem in higher education students, since, academia has generated expectations and frustrations. With the emergence of the covid-19 pandemic the field of education has been greatly influenced, consequently impacting the academic life of many students, especially on their mental health. The present article is entitled, the impacts of the covid-19 pandemic on the mental health of undergraduate nursing students. The data collection was carried out through bibliographic, and the selected articles brought approaches of great relevance to the theme. This is a qualitative, descriptive and exploratory literature review, with the objective of analyzing the impact of the covid-19 pandemic on the mental health of undergraduate nursing students, identifying signs of anxiety, stress and depression, and presenting coping attitudes. Mental diseases are a public health problem, requiring investments and actions aimed at quality of life for the population.

KEY WORDS: Anxiety. Depression. Nursing. Stress. Mental health.

1. INTRODUÇÃO

O coronavírus SARS-coV-2, são vírus que causam infecções e geralmente

¹ Graduanda do curso de Enfermagem.

² Orientador.

se encontram em humanos(mamíferos) e aves, ocasionando a doença da COVID-19. Detectado na China em dezembro de 2019 na cidade de Wuhan, o vírus se propagou em janeiro de 2020 ao Japão e Estados Unidos, e a partir de então atingiu outros países gerando uma emergência internacional. (LANA *et al.*, 2020)

A doença afeta principalmente o sistema respiratório, sendo transmitida por contato próximo e gotículas do indivíduo infectado a pessoas saudáveis. Atualmente, além dos sinais clássicos de uma gripe, apresenta distúrbios em outros sistemas como cardiovascular, neurológico e gastrointestinal. Tem sido desafiador para a saúde pública minimizar os impactos gerados pela pandemia, já que a propagação do vírus é rápida e fácil. Ainda que medidas de contenção sejam tomadas é necessário a mobilização de toda a população para controle do vírus. (RODRIGUES & SILVA, 2020)

No contexto acadêmico a pandemia gerou dificuldades maiores do que se é esperado pelos estudantes, é notório que um calouro ou até mesmo veterano de universidade presencial espera por horas de estudo, trabalhos em curto prazo ou apresentações de seminário, o qual, já causa em alguns medo e ansiedade. Mas com as mudanças exigidas pela situação atual um modelo novo de ensino foi implementado, o remoto, que mais tarde se tornou híbrido. Essa mudança de cenário corroborou para o aumento de doenças mentais, principalmente estresse, ansiedade e depressão nos estudantes universitários. (BARROS, M. S. P. & WILHELM, F. A. 2020)

No campo da saúde o impacto maior se concentrou nos profissionais que trabalham na linha de frente do combate e tratamento da doença, gerando altos riscos de origem biológica e psicológica. O medo de uma futura infecção causa ansiedade nestes profissionais que já lidam com muitas situações de estresse e longas jornadas de trabalho, acarretando assim, para o desenvolvimento de problemas mentais demasiadamente severos. (RODRIGUES & SILVA, 2020)

O presente trabalho tem como objetivo analisar o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental de estudantes universitários do curso de enfermagem, identificando sinais de ansiedade, estresse e depressão, apresentando atitudes de enfrentamento.

2. JUSTIFICATIVA

Segundo Loureiro e Freitas (2020), a ansiedade tem sido nas últimas décadas um problema de saúde mental prevalente nos estudantes do ensino superior, uma vez que, a academia tem gerado expectativas e frustrações. Com o surgimento da pandemia da COVID-19 o campo da educação tem sido bastante influenciado, consequentemente impactando na vida acadêmica de muitos estudantes, principalmente em sua saúde mental.

Estudos apontam que os impactos psicológicos vão de moderados a severos, com prevalência no sexo feminino, ainda que os homens se preocupem mais com o cenário de possível crise econômica.

A limitada oferta de pesquisas acadêmicas a respeito dos impactos da pandemia da COVID-19 sobre a saúde mental dos estudantes universitários do curso de enfermagem, viabilizou a elaboração do projeto de pesquisa no tema, por se tratar de um assunto atual e emergente.

O trabalho justifica-se pelo interesse pessoal, advinda das mudanças impostas pela situação pandêmica atual. Além de sua relevância social, em mostrar a importância da atenção aos sinais psicológicos apresentados pelos estudantes, principalmente diante do período pandêmico.

3. METODOLOGIA

O estudo trata-se de uma pesquisa de caráter descritivo e exploratório, a qual Gil (2017, p 33) considera como, “objetivo de descrever características de determinada população ou fenômeno, e ter como propósito proporcionar maior familiaridade com o problema, tornando-o explícito”. Realizado inicialmente com pesquisas bibliográficas por artigos em base de dados Scielo, FioCruz, Cadernos de Saúde Pública e Journal of Nursing and Health, Biblioteca Virtual de Saúde, Revista de Enfermagem, Pan American Health Organization (PAHO), Revista Psicologia em Saúde e Revista Cogitare Enfermagem, analisando os impactos da COVID-19 na saúde mental dos estudantes universitários do curso de enfermagem. Os descritores utilizados para a pesquisa foram: ansiedade, depressão, universitários, enfermagem e COVID-19. A seleção dos artigos foi baseada no ano de publicação e relevância do tema, foram incluídos 28 artigos

na integra, que abordavam o assunto proposto e excluídos 55 artigos escritos antes de 2010, ou que não correspondia a temática esperada.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste capítulo serão discutidos os principais achados deste estudo, começando pelos conceitos básicos sobre ansiedade, depressão e estresse, como estes interferem na vida acadêmica, a influência da pandemia sobre a saúde mental dos estudantes de enfermagem e as estratégias de enfrentamento. Apresentando abordagens e ideias de importantes autores sobre o assunto proposto nesta pesquisa, mostrando sua contribuição científica na construção de conceitos e pensamentos motivadores de ação, quanto a tomada de atitude em determinadas situações corriqueiras.

4.1 ABORDANDO A ANSIEDADE

Todos experimentam da ansiedade que causa diversas sensações desagradáveis, “[...]cefaleia, perspiração, palpitações, aperto no peito, leve desconforto estomacal e inquietação, indicada por uma incapacidade de ficar sentado ou em pé por muito tempo”. Estas sensações variam de acordo com cada indivíduo e suas particularidades. (SADOCK, SADOCK & RUIZ, 2017)

A ansiedade e o medo são sinais de alerta que indicam ameaça, despertando um estado de vigilância que representa a resposta adaptativa humana, há aumento da atividade somática e autônoma, controladas pelo sistema nervoso simpático e parassimpático. Os transtornos de ansiedade prejudicam a vida do indivíduo, afetando suas atividades laborais e principalmente suas faculdades mentais, diminuindo assim, sua produtividade. (COSTA *et al.*, 2019)

A ansiedade fisiológica se difere da patológica pelos sintomas e duração, a normal é de curta duração e se caracteriza pelo momento, já a patológica tem sintomas derivados de outras condições psiquiátricas como depressão. Essa avaliação deve ser minuciosa para detecção do grau de ansiedade e suas possíveis consequências no indivíduo, indicando o melhor tratamento. (FILHO, O. C. S & SILVA, M. P., 2013)

De acordo com a Organização Pan-Americana de Saúde, distúrbios relacionados a ansiedade afetavam cerca 9,3% da população. E com o advento

da pandemia estes números aumentaram drasticamente, devido ao isolamento, luto, e perda de renda atrelada a interrupção dos serviços de saúde mental. (OPAS, 2017)

4.2 CONCEITUANDO A DEPRESSÃO

O Guia de Referência Rápida (2013), define a depressão como “[...] uma inescapável tristeza da vida, desencadeada por perdas, desapontamentos ou isolamento social”. O guia ainda aponta duas vertentes, a primeira que pode levar a uma experiência necessária de reflexão e autoexame já a segunda pode ser devastadora, de comprometimento funcional e física podendo ser fatal. (GUIA DE REFERÊNCIA RÁPIDA, 2013)

Tornou-se um grande problema de saúde pública, onde afeta pessoas de todas as classes sociais e faixa etária, apesar de ser relacionada as transformações sociais e de sentimentos sua prevalência não é determinada para gêneros ou etnias, pois ela está intimamente relacionada a mente, suas particularidades e aos processos transformadores do ser humano. (MENDES, E. D.; VIANA, T. C. & BARA, OLIVIER, 2010)

A depressão interfere na qualidade de vida, uma vez que causa perda de interesse e prazer nas atividades cotidianas, altera o peso e sono, diminui a energia, gera dificuldade no pensar e agir além de ocasionar sentimento de culpa e pensamentos de morte. (LOPEZ, M. R. A. *et al.*, 2011)

4.3 Definição de estresse

O estresse é um acometimento complexo resultante de acontecimentos perturbadores, gerador de tensão e sintomas orgânicos. Valle (2011), define o estresse como:

Um processo de adaptação do indivíduo às demandas internas e externas, representadas por diversas contingências do cotidiano e pela interpretação das demandas externas, que ocorre em processos cognitivos individuais, com diferentes respostas. (VALLE, 2011, p. 42)

Na sociedade atual o indivíduo é forçado a desenvolver sua capacidade de adaptação de forma abrupta, já que as situações estressoras estão por todo lado, nas exigências do trabalho e da vida pessoal, no trânsito, principalmente nas

dificuldades financeiras. Essas situações causam desgastes emocionais, afetando o estresse e posteriormente a depressão. (CAMARGO, V. C. V; CALAIS, S. L. & SARTORI, M. M.P. 2015)

4.4 OS REFLEXOS DA PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

O ingresso na universidade nem sempre pode significar uma estabilidade para o estudante, pois acarreta preocupações, insegurança, dúvidas e ansiedade. Antes da pandemia do coronavírus os estudantes já lidavam com os desafios da vida acadêmica, acúmulo de exigências, além de contingências pessoais e contextuais. Com as mudanças impostas pela atual situação pandêmica, agregou-se a essa lista a crise econômica e de saúde pública, trazendo consigo desconforto, medo, incertezas, desmotivação e falhas de enfrentamento. (OSSE & COSTA, 2011)

Diante de tudo isso, houve a necessidade de adaptação ao novo método de ensino, antes presencial, para adequação ao cenário global. O método de ensino online apesar de ser utilizado em algumas universidades não supre totalmente as carências expostas pelos estudantes acadêmicos, e apresenta desvantagens principalmente em relação a instabilidade dos provedores de internet banda larga e dificuldade de acesso à rede wireless. (MARTINS, R. X., 2020)

Estar em casa, em um ambiente confortável desfavorece o aluno em partes, pois estes se sentem tão relaxados que favorece o sono e desânimo, implicando assim, na absorção do conhecimento. A não participação efetiva nas aulas também pode desfavorecer a aquisição de conhecimento, por não se posicionar nos assuntos apresentados pelo docente, o aluno tende a mostrar desinteresse, podendo influenciar na metodologia aplicada de forma positiva, com melhora na aplicação das temáticas e/ou negativa, desmotivando quem está do outro lado da tela, afetando o ensino. (RIBEIRO, B. M. S. S; BOLONHEZI, C. S. S.; SCORSOLINI-COMIN. F., 2021)

Os estudantes do curso de enfermagem já se deparam com situações de tensão desde a entrada na universidade, tendo em conta a grande responsabilidade de um profissional da área, ainda cedo veem as lutas e dificuldades enfrentadas pela classe. Com o surgimento da pandemia da COVID-

19, tornou-se mais notório a garra e dedicação dos enfermeiros que sempre estiveram na linha de frente no combate, tratamento de doenças e proteção à saúde. (FRANZOI, M. A. H. & CAUDURO, F. L. F., 2020). O Brasil foi um dos países com maior número de profissionais da saúde infectados pelo vírus. Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde na região das Américas há o maior número de profissionais da saúde infectados no mundo e que ninguém sofreu de forma mais aguda os efeitos da pandemia como o grupo que compõe a força tarefa da saúde. (OPAS, 2020)

Mirada et al. (2020), garante que o governo precisa se compreender a importância dos profissionais de saúde e valorizá-los:

Embora medidas preventivas sejam tomadas, os profissionais de saúde vivenciam situações sem precedentes, tendo que tomar decisões difíceis que podem ocasionar agravos psicológicos a longo prazo, causados por danos morais. Assim, é vital que os governantes e gestores reconheçam o valor desses profissionais e os tratem com humanidade, garantindo sua segurança e saúde. (MIRANDA, *et al.* 2019, p. 5)

Com todo protagonismo manifestado pelos profissionais de enfermagem, surge nos estudantes em contra partida sentimento de satisfação e medo, pelas vitórias alcançadas e zelo ao serviço, e medo do que está por vir, das noites em claro sem saber do amanhã ou até mesmo como se encontrará seus familiares. Todos esses sentimentos desordenados podem gerar uma grande confusão mental, onde não há o domínio dos pensamentos atrelada a apresentação de sintomas ansiosos, ocasionando angustia e desespero. (MIRANDA, *et al.* 2019)

Diante disso, faz-se necessário apresentar atitudes de enfrentamento e superação da ansiedade, contribuindo para o bom desempenho das atividades laborais e acadêmicas. O foco no essencial, na meta é imprescindível para superação dos problemas enfrentados, organizar por prioridades as responsabilidades, não sofrer por antecedência são algumas ações. Assim como o apoio familiar, que é indispensável no combate a ansiedade, estresse e depressão.

Muitos estudantes não se percebem vulneráveis na sua saúde mental, e rejeitam tratamento psicológico, mas é importante salientar que as universidades

dispõem de psicólogos para acompanhamentos e possível alívio de estresse e tensão causadas pela vida acadêmica. É preciso partir de cada indivíduo a disposição de buscar ajuda. (ARIÑO, D. O. & BARDAGI, M. P., 2018)

Compreende-se que o período pandêmico e a mudança do estilo de ensino foram consideravelmente responsáveis pelo aumento dos casos de ansiedade em estudantes do ensino superior, principalmente do curso de enfermagem. Pois, devido a necessidade de se adequar aos protocolos, as universidades suspenderam atividades de aula prática, visitas de campo e experiências técnicas sem previsão de retorno. (RIBEIRO, B. M. S. S.; BOLONHEZI, C. S. S.; SCORSOLINI-COMIN. F., 2021)

Dessa forma, há uma cobrança maior de si e questionamentos acerca do futuro profissional, da atuação no campo, das decisões responsáveis em relação a vida de outras pessoas e esses questionamentos inseridos na situação atual se tornam mais fortes e assustadores. Tonhom, Moraes e Pinheiro (2021), defendem que as práticas e experiências devem ser implantadas desde o início da atividade acadêmica, promovendo o aprendizado e a destreza das ações, conforme apresentado a baixo.

A inserção do estudante desde o início de sua formação nos cenários de prática profissional promove a ruptura do paradigma de que a aprendizagem teórica deve preceder a prática. Desta forma, considerando a diversidade de experiências profissionais que esta inserção pode desencadear é importante verificar como os professores e estudantes vislumbram este modelo de formação de enfermeiros. (TONHOM; MORAIS & PINHEIRO, 2016, p. 2)

É sabido que as aulas teóricas são de grande importância para o conhecimento dos procedimentos de enfermagem e como realiza-los, mas a experiência de fazê-lo garante muito mais segurança ao aluno/profissional e eficiência no resultado. Devido a essa realidade o medo do que virá assombra veemente as faculdades mentais de um futuro enfermeiro.

De acordo com o estudo de Gundim *et al.* (2021), ficou perceptível que uma grande parte da academia sofreu impactos com mudanças advindas da pandemia, principalmente no desenvolvimento psíquico e emocional, exacerbando alguns sentimentos e emoções.

[...]Cerca de 15,1% dos estudantes consideraram sentir-se significativamente mais preocupados durante o período pandêmico quando em referência ao período normal, e 38,5% declarou “sentir-

se com medo”. Outras formas de apresentação do sofrimento psíquico apresentadas foram: sentimentos de falta de conforto, preocupação, inquietação, sentimento de não saber o que fazer, sentir que a vida não tinha sentido ou sentir-se quase a entrar em pânico. (GUNDIM, *etal.* 2021, p. 9)

Diante do exposto, faz-se necessário a busca de atitudes que auxiliem no enfrentamento da ansiedade e do medo, favorecendo o aprendizado e as experiências vividas nesse período pandêmico, fortalecendo os vínculos existentes e contribuindo para uma boa adaptação na sociedade.

4.5 Estratégias de enfrentamento

Enfrentar os próprios problemas nem sempre costuma ser fácil, muito pelo contrário, ainda mais quando estes estão relacionados ao psíquico, desordem de pensamentos e emoções confusas. Com base nisso, há algumas estratégias de enfrentamento, essas estratégias são conhecidas internacionalmente como *coping*, utilizadas para adaptação às circunstâncias adversas. Elas possuem o potencial de impacto positivo ou negativo na saúde mental do indivíduo, modificando a evolução do estresse, evitando a ocasião estressora. (DIAS, E. N. & PAIS-RIBEIRO, J. L., 2019) A estratégia de *coping*, é baseada no confronto e resoluções de problemas, e quanto menor for o nível de estresse mais satisfatório será o resultado, ela também tem bases no suporte social, enfatizando o apoio familiar e de amigos para uma boa resolução dos problemas. Quando se diz respeito a parte negacionista, há estudos que apontam ser uma forma de fuga da realidade, impedindo o fortalecimento da resiliência. (OLIVEIRA, C. T. *et al.*, 2014)

Segundo Tomás (2015), “a espiritualidade é um aspeto integrativo e interativo da vida do sujeito, que tem altos e baixos de acordo com o que acontece noutras esferas da sua vida, podendo constituir-se como uma fonte de saúde e bem-estar”. Contudo, a religiosidade/espiritualidade também se caracteriza como uma estratégia de enfrentamento de ansiedade, estresse e depressão, uma vez que leva o indivíduo a se apegar em algo divino ao dedicar seus pensamentos e ações, afastando assim sentimentos de desespero e solidão.

Nem sempre a religiosidade e espiritualidade andarão juntas, porém sua

busca garante benefícios a saúde, como a vivência de hábitos, onde favorece a promoção à saúde, no cuidado com a alimentação, comportamentos e restrições. (HENNING- GERONASSO; MORE, 2015)

A autoeficácia também interfere na saúde mental do acadêmico, mas pode ser utilizado como estratégia de superação. Ariño e Bardagi afirmam isso quando dizem:

É possível pensar na autoeficácia como um processo que funciona como mediador da relação de *coping* e o processo de saúde. Sendo que, possuir níveis satisfatórios de autoeficácia interfere nas estratégias empregadas para enfrentamento dos estressores acadêmicos vivenciados neste período, podendo gerar uma melhora na qualidade de vida e nos demais aspectos de saúde. (ARIÑO & BARDAGI, 2018, p. 45)

Portanto é possível afirmar que além dos fatores individuais há situações adversas que podem influenciar na saúde mental dos estudantes universitários, e sua percepção de bem-estar atrelado ao apoio familiar e profissional faz toda diferença na recuperação da saúde.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

As doenças mentais constituem um problema de saúde pública, onde necessitam de investimentos e ações que visem a promoção da saúde e a qualidade de vida da população. É sabido que as ações de promoção e prevenção garantem um suporte ao indivíduo no autocuidado e no cuidado ao próximo, colaborando para a manutenção saúde.

Apesar dos esforços municipais, estaduais e federal o campo da saúde mental ainda precisa de muita atenção, de um olhar atento as fragilidades da população em geral, mas também das particularidades de cada indivíduo, no contato aos recursos oferecidos de suporte e proteção.

Contudo, fica evidente a necessidade desse apoio mesmo com as campanhas anuais do setembro amarelo, onde faz voltar o olhar para a importância da saúde mental, há ainda uma maior necessidade de atenção e auxílio a população em geral principalmente aqueles que enfrentam maiores pressões psicológicas, seja no trabalho, em casa, nas universidades e escolas ou nas ruas.

Também se faz imprescindível o próprio olhar para si, reconhecendo suas fraquezas e capacidades, buscando ajuda e abrindo-se ao acolhimento de quem a oferece. São atitudes que podem fazer toda diferença no enfrentamento de situações adversas, para superação do estresse, ansiedade e depressão.

REFERÊNCIAS

- ARIÑO, D. O. & BARDAGI, M. P. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v 12, nº3, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa/article/view/23791>. Acesso em: 28/10/2021 às 21:30.
- AUGUSTO, F. DA S. T. *et al.* Transtorno de ansiedade entre estudantes de enfermagem. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. Ano 04, Ed. 11, Vol. 02, São Paulo, 2019. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/estudantes-de-enfermagem>. Acesso em: 13/09/2020 às 18:49.
- BARROS, M. S. P.; WILHELM, F. A. Estratégias de enfrentamento do estresse utilizadas por jovens universitários no norte do país. **Revista de iniciação científica**, Itapetininga, v. 7, n.1, p. 100-117, jan./mar., 2020. Disponível em: <https://periodicos.itp.ifsp.edu.br/index.php/IC/article/view/1567>. Acesso em: 09/12/2010 às 21:15 horas.
- CAMARGO, V. C. V; CALAIS, S. L. & SARTORI, M. M. P. Estresse, depressão e percepção de suporte familiar em estudantes de educação profissionalizante. **Revista Estudos de Psicologia**, vol. 32, nº 4, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/4zpRpprHFw3rNw4G3fTr3wp/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 01/11/2021 às 21:12.
- COSTA, C. O.; BRANCO, J. C.; VIEIRA, I. S.; SOUZA, L. D. M.; SILVA, R. A. **Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos**. Rio Grande do Sul, junho de 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852019000200092. Acesso em: 22/09/2020 às 18:49.
- DIAS, E. N. & PAIS-RIBEIRO, J. L. O Modelo de Coping de Folkman e Lazarus: Aspectos Históricos e Conceituais. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 11, n. 2, maio/ago. Campo Grande – MS, 2019. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsaude/v11n2/v11n2a05.pdf>. Acesso em 01/11/2021 às 18:53.
- FILHO, O. C. S & SILVA, M. P. **Transtornos de ansiedade em adolescentes: considerações para a pediatria e hebiatria**. Arca – FioCruz. Rio de Janeiro

2013. Disponível em:

<https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/8411/1/Transtornos%20de%20ansiedad e.pdf>. Acesso em: 12/10/2021 às 12:07.

FRANZOI, M. A. H; CAUDURO, F. L. F. Atuação de estudantes de enfermagem na pandemia de COVID-19. **Revista Cogitare Enfermagem**. Brasília, 2020.

Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.73491>. Acesso em: 12/10/2021 às 13:40.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. Ed. – São Paulo, Atlas, 2017. Disponível em: <https://docero.com.br/doc/nc0cesv>.

GUIA DE REFERÊNCIA RÁPIDA. **Depressão: Tratamento e acompanhamento de adultos com depressão (incluindo pessoas portadoras de doenças crônicas)**. Superintendência de Atenção Primária, 1ª edição. Rio de Janeiro, 2013. Disponível em: file:///C:/Users/%C3%89mily%20Ferreira/Downloads/APS_depressao_revisado_graf.pdf. Acesso em: 08/11/2021 às 16:08.

GUNDIM, V. A. *et al.* Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, v 35. Ilheus, Bahia, 2021. Disponível em:

<https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/37293>. Acesso em 12/10/2021 às 14:48.

HENNING-GERONASSO, M. C.; MORÉ, C. L. O. O. Influência da Religiosidade/Espiritualidade no Contexto Psicoterapêutico. **Revista Psicologia: Ciência e Profissão** v 35, nº 3. Brasília, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/ZYpkcHTjNccSTsH6TH7R5Sn/?lang=pt>. Acesso em: 01/11/2021 às 20:46.

LANA, R. M.; COELHO, F. C.; GOMES, M. F. C.; CRUZ, O. G.; BASTOS, L. S.; VILLELA, D. A. M.; CODEÇO, C. T. **Emergência do novo coronavírus (SARS-CoV-2) e o papel de uma vigilância nacional em saúde oportuna e efetiva**.

Cadernos de Saúde Pública. Rio de Janeiro, 2020. Disponível em:

https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2020000300301. Acesso em: 23/09/2020 às 16:50.

LOPEZ, M. R. A. *et al.* Depressão e qualidade de vida em jovens de 18 a 24 anos no sul do Brasil. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, vol. 33, nº 2.

2011. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rprs/a/HjPQnyGq9c4p8qsMxWCTnrS/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 08/11/2021 às 15:23.

LOUREIRO, L. M. & FREITAS, P. M. Efetividade do programa de primeiros socorros em saúde mental em estudantes de enfermagem. **Revista de Enfermagem, Referência 2020**, Série V, nº1: e19078 pp. 1 – 10 DOI: 10.12707/RIV19078. Portugal, 2020. Disponível em:

http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-02832020000100007. Acesso em: 22/09/2020 às 18:40.

MAIA, B. R. & DIAS, P. C. **Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19**. Campinas, 2020. Disponível em: scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2020000100504&script=sci_arttext. Acesso em: 22/09/2020 às 17:29.

MANUAL DE TRABALHOS ACADÊMICOS FARESI. p. 10-20. Disponível em: <https://faresi.edu.br/manual-de-trabalho-academico/>. Acesso em: 05/09/2020 às 19:43.

MARTINS, R. X. A COVID-19 e o fim da educação a distância: um ensaio. **Revista de Educação a Distância**, v 7, nº 1. Minas Gerais, 2020. Disponível em: <https://www.aunirede.org.br/revista/index.php/emrede/article/view/620>. Acesso em: 12/10/2021 às 13:17.

MENDES, E. D.; VIANA, T. C. & BARA, OLIVIER. Melancolia e Depressão: Um Estudo Psicanalítico. **Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa**. Out-Dez 2014, Vol. 30 n. 4. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/SZNKctRm7tcwQrPw37DZD4n/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 08/11/2021 às 15:14.

MIRANDA, F. M. A.; SANTANA, L. L.; PIZZOLATO, A. C.; SAQUIS, L. M. M. Condições de trabalho e os impactos na saúde dos profissionais de Enfermagem frente a covid-19. **Revista Cogitare Enfermagem**, v 25. Paraná, 2020. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/72702>. Acesso em: 07/07/2020 às 14:46.

OLIVEIRA, C. T., CARLOTTO, R. C., VASCONCELOS, S. J. L., & DIAS, A. C. G. Adaptação Acadêmica e *Coping* em Estudantes Universitários Brasileiros: Uma Revisão de Literatura. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**. Porto Alegre – RS, 2014, Vol. 15. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902014000200008. Acesso em: 28/10/2021 às 21:32.

OPAS BRASIL. **Cerca de 570 mil profissionais de saúde se infectaram e 2,5 mil morreram por COVID-19 nas Américas**. Brasília, 2020. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6270:c-erca-de-570-mil-profissionais-de-saude-se-infectaram-e-2-5-mil-morreram-por-covid-19-nas-americas&Itemid=812#:~:text=%22Nossos%20dados%20mostram%20que%20q%20uase,desta%20pandemia%20n%C3%A3o%20tem%20precedentes. Acesso em: 09/12/2020 às 20:42.

OPAS BRASIL. **Aumenta o número de pessoas com depressão no mundo**. Brasília, 2020. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5354:aumenta-o-numero-de-pessoas-com-depressao-no-mundo&Itemid=839. Acesso em: 24/11/2020 às 21:22.

OSSE, C. M. C.; COSTA, I. I. **Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília**. Campinas, março de 2011. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2011000100012&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 02/11/2020 às 15:00.

RIBEIRO, B. M. S. S.; BOLONHEZI, C. S. S.; SCORSOLINI-COMIN. F. Dificuldades educacionais dos estudantes de enfermagem durante a pandemia da COVID-19: um relato de experiência. **Revista de enfermagem da UFPI**, v 10, nº 1. Paraná, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufpi.br/index.php/reufpi/article/view/814>. Acesso em: 12/10/2021 às 13:01.

RODRIGUES, N. H.; SILVA, L. G. A. Gestão da pandemia Coronavírus em um hospital: relato de experiência profissional. **Journal of Nursing and Health**, v 10, nº 4. Rio Grande do Sul, 2020. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/05/1095608/2-gestao-da-pandemia-coronavirus-em-um-hospital-relato-de-expe_r8ZHcz8.pdf. Acesso em: 07/07/2020 às 14:45.

SADOCK, B. J.; SADOCK, V. A.; RUIZ, P. Compêndio de psiquiatria. Ciência do comportamento e psiquiatria clínica. **Artmed**, Porto Alegre, ed. 11, p. 387, 2017.

TOMÁS, CARLA FONSCECA. Estratégias de coping religioso: a espiritualidade como factor promotor de saúde e bem-estar. **Revista de Psicologia INFAD**, v 2, nº 1. Espanha, 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851784048.pdf>. Acesso em: 01/11/2021 às 20:38.

TONHOM, S. F. R.; MORAES, M. A. A. & PINHEIRO, O. L. Formação de enfermeiros centrada na prática profissional: percepção de estudantes e professores. **Revista Gaúcha de Enfermagem** 2016 dez; v. 37, nº 4 :e63782. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/5Mv39yJbv4hwc8CY7bRfPnQ/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 12/10/2021 às 14:52.

VALLE, LUIZA ELENA L. RIBEIRO DO. **Estresse e distúrbios do sono no desempenho de professores: saúde mental no trabalho**. São Paulo, 2011. Disponível em: https://teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47134/tde-22072011-104245/publico/valle_do.pdf. Acesso em 08/11/2021 às 15:42.