

**EFEITOS DA PANDEMIA SOBRE A SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES BRASILEIROS**  
**EFFECTS OF THE PANDEMIC ON THE MENTAL HEALTH OF BRAZILIAN STUDENTS**

ISSN: 2674-662X. DOI: 10.29327/2334916.18.1-4

Francineuda Gomes Rolim <sup>1</sup>**RESUMO**

Devido a pandemia de Covid 19 as atividades pedagógicas começaram a acontecer através de plataformas virtuais, mídias digitais e ambientes virtuais de aprendizagem. A instituição do ensino remoto com necessidade de rápida adaptação a uma nova realidade, somadas aos fatores estressores do período pandêmico, vem gerando agravos a saúde mental e emocional dos discentes em todo país. Nesse contexto surge o seguinte questionamento: quais os impactos da pandemia de Covid 19 sobre a saúde mental dos alunos? O presente trabalho tem por objetivo analisar as principais repercussões do período pandêmico sobre a saúde mental dos estudantes brasileiros. Trata-se de revisão integrativa da literatura, a qual foi feita pelas seguintes etapas: elaboração dos critérios de inclusão e exclusão dos artigos; busca e seleção das literaturas em bases de dados e periódicos; análise e categorização dos artigos incluídos; avaliação dos estudos selecionados; interpretação e discussão dos dados; apresentação da síntese do estudo. Evidenciou-se que as principais repercussões do período pandêmico sobre a saúde mental dos estudantes, são: sentimento de medo, frustração, ansiedade, depressão, angústia, tristeza, estresse emocional, mudança de humor e alterações do sono. As repercussões da pandemia afetam negativamente a saúde das pessoas, provocando na população estudantil agravos que podem levar ao comprometimento cognitivo, e afetar sua aprendizagem.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde Mental; Ensino Remoto; Covid 19; Alunos.**ABSTRACT**

Due to the Covid 19 pandemic, pedagogical activities began to take place through virtual platforms, digital media and virtual learning spaces. The institution of remote education, in need of quick adaptation to a new reality, added to the stressors of the pandemic period, has been generating problems for the mental and emotional health of students across the country. In this context, the following question arises: what are the impacts of the Covid 19 pandemic on student's mental health? This paper aims to analyze the main repercussions of the pandemic period on the mental health of Brazilian students. It is an integrative review of literature, which was carried out by the following steps: elaboration of the inclusion and exclusion criteria of the articles; search and selection of literature in databases and journals; analysis and categorization of the articles included; evaluation of selected studies; interpretation and discussion of data; presentation of the study summary. It was evident that the main repercussions of the pandemic period on the mental health of students are: feelings of fear, frustration, anxiety, depression, anguish, sadness, emotional stress, mood changes and sleep disorders. The repercussions of the pandemic negatively affect people's health, causing harm to the student population that can lead to cognitive impairment and affect their learning.

**KEYWORDS:** Mental health; Remote Teaching; Covid 19; Students.

---

Licenciatura Plena e Geografia e em Pedagogia pela Universidade Federal da Paraíba – UFPB. Mestranda pela ACU - Absolute Christian University. **E-MAIL:** francineudagr@hotmail.com. **CURRÍCULO LATTES:** lattes.cnpq.br/4545166098080969.

## INTRODUÇÃO

Com o advento da pandemia causada pelo vírus Sars-CoV-2, conhecido como Coronavírus, e suas variantes, os alunos de diferentes níveis educacionais passaram a participar de suas aulas por meio do ensino remoto. Assim, a sala de aula incorporou dispositivos eletrônicos, como celulares e notebooks, gerando impactos no processo de ensino e aprendizagem (ORELLANA et al., 2021).

As atividades pedagógicas desse período ocorreram e continuam a ocorrer por meio de plataformas virtuais, mídias digitais e ambientes virtuais de aprendizagem. O ensino remoto foi implementado para manter o calendário acadêmico e minimizar prejuízos no ambiente educacional (SANTOS; SILVA; BELMONT, 2021).

As medidas de isolamento e distanciamento social impostas pela pandemia resultaram em prejuízos para o processo de ensino e aprendizagem, além de agravos à saúde física e mental da sociedade. A rápida adaptação ao novo formato de ensino remoto, aliada aos estressores do período pandêmico, tem causado impactos na saúde mental e emocional dos estudantes em todo o país (CIPRIANO; ALMEIDA, 2020).

O ensino remoto limitou as interações sociais e interpessoais dos alunos, facilitando o surgimento de fragilidades psicológicas. Destaca-se que a privação da liberdade e o isolamento de familiares e amigos são fatores de risco significativos para o desenvolvimento de enfermidades mentais, especialmente quando associados ao receio iminente de contaminação (SIQUEIRA; 2020; DUTRA; CARVALHO, 2020).

Diante desse contexto, surge a seguinte indagação: quais são os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos alunos?

Considerando o exposto, é de suma importância mitigar os efeitos adversos da quarentena na saúde mental dos alunos, uma vez que a transição abrupta da sala de aula física para o ambiente virtual impediu uma

adaptação adequada desse público estudantil. Este estudo visa analisar as principais repercussões da pandemia de Covid-19 na saúde mental dos estudantes brasileiros, contribuindo para uma compreensão mais aprofundada dessa problemática e para esclarecer dúvidas relacionadas aos problemas de ordem mental que afetam os estudantes.

## METODOLOGIA

Este estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura, que busca investigar as principais repercussões do período pandêmico na saúde mental dos estudantes brasileiros. Segundo Koche (2011), a análise integrativa é uma forma de pesquisa que possibilita a construção de uma investigação detalhada para que o pesquisador possa, em um momento oportuno, agrupar e avaliar determinados conceitos e evidências.

A construção dessa pesquisa seguiu as seguintes etapas: identificação do tema; elaboração dos critérios de inclusão e exclusão dos artigos; busca e seleção da literatura em bases de dados e periódicos; análise e categorização dos artigos incluídos; avaliação dos estudos selecionados; interpretação e discussão dos dados; apresentação da síntese do estudo (MARCONI; LAKATOS, 2003).

A busca e levantamento dos artigos foram realizados nas seguintes bases de dados eletrônicas de periódicos: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Google Acadêmico. A busca e seleção dos estudos ocorreram durante o mês de maio de 2021, e a coleta da amostra foi realizada a partir dos descritores "Saúde mental", "Ensino remoto", "Covid 19" e "Alunos" no idioma português.

Foram adotados os seguintes critérios de inclusão: publicações que abordassem sobre os impactos da pandemia de COVID 19 sobre a saúde mental de

estudantes, artigos originais em língua portuguesa, inglesa e espanhola, disponíveis na íntegra e publicados nos últimos dois anos. Os critérios de exclusão foram: estudo incompletos e artigos que não abordassem de forma clara o tema em questão.

Foram totalizados nesta pesquisa 432 artigos, os quais foram localizados nas bases de dados acima listadas. Ao ler os títulos, constatou-se que 265 se repetiam nas diferentes bases, desta forma 167 foram selecionados para análise. Aplicados os critérios de inclusão e exclusão, 157 foram descartados e obteve-se uma amostra final de dez artigos que se adequavam na temática levantada. Finalizada esta etapa, aplicou-se a análise dos dados, bem como apresentação dos achados com discussão pertinente acerca do material encontrado nos estudos com base na literatura.

A partir dos estudos analisados, foi possível entender melhor e construir reflexões acerca dos impactos da pandemia de COVID-19 sobre a saúde mental dos discentes brasileiros. Segundos os autores em questão, entre as principais repercussões do período pandêmico sobre a saúde mental desses sujeitos, destacam-se: sentimento de medo, frustração, ansiedade, depressão, angústia, tristeza, estresse emocional, mudança de humor e alterações do sono.

Todos os autores enfatizaram que a pandemia de COVID-19 provocou mudanças significativas na rotina de todos os brasileiros, fato este que desencadeou e amplificou problemas de natureza psicológica. Segundos os autores, a instalação do isolamento social, a adoção de diversas medidas restritivas, as quais objetivam diminuir a velocidade de propagação da doença, geraram impactos sobre as relações interpessoais, o que favorece o surgimento de transtornos psicológicos.

Salin et al., (2020) Aydogdu, (2020) destacaram que a saúde mental dos estudantes, no decorrer de uma pandemia, pode ser afetada de variadas formas. Alterações de humor e de padrões de comportamento podem ser notados mediante sentimentos de medo, tristeza, raiva, ansiedade, dificuldades para dormir,

estresse, entre outros. Para os autores essas alterações decorrem de diversas causas, como por exemplo: adoecimento e perda de parentes e/ou amigos em decorrência da doença, afastamento do ambiente físico de ensino, falta de momentos de lazer e dificuldades financeiras.

Para Silveira; Soccol; Santos (2021), Maia; Dias (2020) e Salin et al., (2020) a pandemia impôs a toda população significativa mudanças nas formas de se conviver em sociedade. O sistema educacional teve que se adaptar rapidamente há uma nova realidade, isso devido à impossibilidade de realização e aulas presenciais, as quais passaram ser executadas de forma remota através de plataformas digitais. Essa mudança fez com que professores e alunos tivessem que se adaptar aos métodos de ensino digital, o que traz um grande fardo para ambas as partes. Isso porque, devido à enorme desigualdade socioeconômica, muitos sujeitos não conseguem se adaptar ou mesmo utilizar ferramentas digitais.

Para Aydogdu (2020) Silva; Rosa (2021) Silveira; Soccol; Santos (2021) a pandemia desencadeia maiores desconfortos emocionais e elevam o risco de surgimento de doenças mentais. Para os autores, sujeitos em condições de vulnerabilidades, como, por exemplo, aqueles com baixo nível socioeconômico, são ainda mais afetados por tais agravos.

Cipriano; Almeida (2020) traz ainda que as dificuldades no acesso à internet de qualidade, a carência de capacitação acerca das plataformas digitais tanto de professores como alunos, encontram-se ligados de forma direta aos agravos emocionais de docentes e discentes.

Ramos et al., (2020) e Silva; Rosa (2021) são enfáticos ao referir que os prejuízos no processo de aprendizagem provocados pelo fechamento das instituições de ensino são claros e incontestáveis e prejudicam o desenvolvimento cognitivo e intelectual dos alunos

No entanto, Alves (2020) frisa que é preciso lembrar que a impossibilidade de aulas presenciais ocorre

devido a instituição de medidas de isolamento, tendo em vista que a circulação e aglomeração de pessoas facilita o processo de transmissão da doença, e por consequência aumentar o número de contaminados e mortos.

É imprescindível desenvolver e fomentar políticas públicas voltadas para promoção educação em saúde, acolhimento, escuta e cuidado, objetivando assim a prevenção de patologias e a manutenção de uma saúde tanto física como mental dos sujeitos, especialmente de crianças e adolescentes (MANGUEIRA et al., 2020).

Segundo Silva; Rosa (2021) as escolas devem dispor de recursos que reduzam as desigualdades e promovam a participação e aprendizagem de todos os alunos. Por meio do desenvolvimento da autonomia e da interação com propostas, atividades e recursos didáticos, a escola deve manter uma conexão com os alunos e a família, promovendo espaços de escuta e diálogo e valorizando a sugestão cooperativa de ensino e aprendizagem, etc.

Entende-se que a atual conjuntura é marcada por grandes desafios que precisam de uma ação conjunta e coletiva dos mais variados atores da sociedade. O período pandêmico desencadeia uma série de agravos, não somente a saúde física das pessoas contaminadas, mas também impactando negativamente a saúde mental dos sujeitos que se veem na imposição de evitar ao máximo o contato social e adotar rapidamente novas posturas e atitudes.

Diante a atual conjuntura, é imperativo o desenvolvimento de ações conjuntas que sejam capazes de promover melhores condições de saúde e minimizem os agravos. Escola, poder público, comunidade e alunos precisam destinar esforços conjuntos para enfrentar e superar os problemas advindos dessa situação.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreende-se que o isolamento, o distanciamento social e outras medidas são essenciais para o controle da infecção por COVID-19. No entanto, é imperativo

investigar e direcionar esforços para minimizar os impactos na saúde mental da população, especialmente daquelas consideradas mais vulneráveis.

As repercussões da pandemia têm efeitos negativos na saúde das pessoas, provocando agravos na população estudantil que podem levar ao comprometimento cognitivo e prejudicar a aprendizagem. Garantir a acessibilidade ao ensino remoto de maneira justa e igualitária, além de reduzir as desigualdades, destaca-se como fundamental para o bom andamento do processo educacional.

Instituições educacionais, a população em geral e o poder público devem estar empenhados em formular recomendações e iniciativas para promover e proteger a vida, a saúde e o bem-estar de todos os alunos. Além disso, é crucial identificar e minimizar os impactos psicológicos e as dificuldades de aprendizagem causadas pela pandemia

### REFERÊNCIAS

ALVES, L. Educação remota: entre a ilusão e a realidade. **Interfaces Científicas-Educação**, v. 8, n. 3, p. 348-365, 2020.

AYDOGDU, A.L.F. Saúde mental das crianças durante a pandemia causada pelo novo coronavírus: revisão integrativa/Children's mental health during the pandemic caused by the new coronavirus: integrative review/Salud mental de los niños durante la pandemia causada por el nuevo coronavirus: revisión integradora. **JOURNAL HEALTH NPEPS**, v. 5, n. 2, 2020.

CIPRIANO, J.A.; ALMEIDA, L. C. S. Educação em tempos de pandemia: análises e implicações na saúde mental do professor e aluno. **Revista CONEDU (Anais VII CONEDU)**. Recuperado de [https://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2020/TRABALHO\\_EV140\\_MD1\\_SA18\\_ID6098\\_31082020204042.pdf](https://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2020/TRABALHO_EV140_MD1_SA18_ID6098_31082020204042.pdf), 2020.

DA 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 Práxis**, v. 2, p. 189-206, 2021.

DA SILVEIRA, A.; SOCCOL, K.L.S.; DOS SANTOS, N.O. Crianças e adolescentes com necessidades especiais de saúde: desafios profissionais na pandemia. **Revista Espaço Ciência & Saúde**, v. 9, n. 1, p. 15-26, 2021.

DUTRA, J.L.C.; CARVALHO, N.C.C.; SARAIVA, T.A.A. Os efeitos da pandemia de COVID-19 na saúde mental das crianças. **Pedagogia em Ação**, v. 13, n. 1, p. 293-301, 2020.

KOCHE, J.C. **Fundamentos de metodologia científica: teoria da ciência e iniciação à pesquisa**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

LEMOS, L.M.R.; DA SILVA SARLO, A.L. Efeitos da alfabetização aplicada no ensino remoto durante a pandemia de covid-19: uma revisão literária. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 2, p. e5981-e5981, 2021.

MAIA, B.R.; DIAS, P.C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

MANGUEIRA, L.F.B et al. Saúde mental das crianças e adolescentes em tempos de pandemia: uma revisão narrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 11, p. e4919-e4919, 2020.

MARCONI, M.A.; LAKATOS, E.M. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed.-São Paulo: Atlas, 2003.

ORELLANA J.D.Y et al, Excesso de mortes durante a pandemia de COVID-19: subnotificação e desigualdades regionais no Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio De Janeiro, v. 37, n. 1, p. e00259120, jan. 2021.

RAMOS, L.S et al. A saúde mental do aluno prejudicada pelos métodos didáticos aplicados no isolamento social: um exame bibliográfico. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 59, p. e4237-e4237, 2020.

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**, v. 44, 2020.

SALIN, A.B et al. Sentimentos desenvolvidos pelos alunos do último ano do curso de enfermagem relacionado à COVID-19.

SANTOS, G.M.R.F.; SILVA, M.E.; BELMONTE, B,R. COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 21, p. 237-243, 2021.

SIQUEIRA, A.M. Relatório técnico parcial do monitoramento da saúde mental dos estudantes da UFF no período de isolamento social em consequência da pandemia de Covid-19. 2020.