

Análise da relação entre a ansiedade, estresse e depressão com a qualidade de vida de universitários durante o período pandêmico

Analysis of the relationship between anxiety, stress and depression with the quality of life of university students during the pandemic period

Análisis de la relación entre ansiedad, estrés y depresión con la calidad de vida de estudiantes universitarios durante el periodo de pandemia

Francisco Iuri da Silva Martins¹, Ana Livia Ângelo Sales¹, Ana Lydia Costa Franco¹, Antônia Antonieta Alves da Silva¹, Gabriel Alves Desiderio¹, José Aurelio de Almeida Martins¹, Matheus de Sousa Nobre¹, Vitória Kelly de Sousa Oliveira¹, Gilvan Ferreira Felipe¹, Jairo Domingos de Moraes¹.

RESUMO

Objetivo: Analisar a relação entre ansiedade, depressão e estresse com a qualidade de vida (QV) de acadêmicos de uma universidade de cooperação internacional da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB). **Métodos:** Trata-se de pesquisa com abordagem quantitativa do tipo exploratório-descritivo, com coleta de dados realizada por intermédio de questionários *online*, disponibilizados por *e-mail*. Adotou-se como critérios de inclusão: estar regularmente matriculado e apresentar idade superior a 18 anos. Não somente, foram excluídos da pesquisa os estudantes afastados por licença ou atestado médico durante a realização da coleta, assim como os instrumentos não respondidos em até 80%. **Resultados:** Participaram da pesquisa 169 discentes dos cursos de graduação, dos quais predominam as mulheres (56,8%), solteiras (66,9%), de 20 a 25 anos (64,5%), brasileiras (77,5%). Analisando a Qualidade de Vida, observou-se que os acadêmicos apresentaram um escore médio para Qualidade de Vida sendo os domínios capacidade funcional (72,15) e dor (61,69) com maiores médias, e já limitações por aspectos emocionais (29,38), limitações por aspectos físicos (40,82) e vitalidade (41,65) com as menores médias. **Conclusão:** Ao verificar a relação da QV com a ansiedade, depressão e estresse, percebeu-se a presença de relação significativamente negativa e estatisticamente significativa. Portanto, os alunos tiveram sua Qualidade de Vida prejudicada pela pandemia.

Palavras-chave: Qualidade de vida, Ansiedade, Estresse emocional, Depressão.

ABSTRACT

Objective: To analyze the relationship between anxiety, depression and stress with the quality of life of academics at an international cooperation university. **Methods:** This is research with a quantitative exploratory-descriptive approach, with data collection carried out through online questionnaires, made available by email. The following inclusion criteria were adopted: being regularly enrolled and being over 18 years old. Not only that, students on leave or medical leave during the collection were excluded from the research, as well as instruments that were not answered in up to 80%. **Results:** 169 undergraduate students participated in the research, the majority of whom were women (56.8%), single (66.9%), aged 20 to 25 (64.5%), Brazilian (77.5%). Analyzing Quality of Life, it was observed that students presented an average score for Quality of Life, with the domains functional capacity (72.15) and pain (61.69) having the highest averages, and limitations due to emotional aspects (29.38), limitations due to physical aspects (40.82) and vitality (41.65)

¹Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), Redenção – CE.

with the lowest averages. **Conclusion:** When verifying the relationship between QoL and anxiety, depression and stress, the presence of a significantly negative and statistically significant relationship was noted. Therefore, students had their Quality of Life affected by the pandemic.

Keywords: Quality of Life, Anxiety, Emotional stress, Depression.

RESUMEN

Objetivo: Analizar la relación entre ansiedad, depresión y estrés con la calidad de vida de académicos de una universidad de cooperación internacional. **Métodos:** Se trata de una investigación con enfoque cuantitativo exploratorio-descriptivo, con recolección de datos realizada a través de cuestionarios en línea, disponibles por correo electrónico. Se adoptaron los siguientes criterios de inclusión: estar matriculado regularmente y ser mayor de 18 años. No solo eso, fueron excluidos de la investigación los estudiantes que se encontraban en licencia o licencia médica durante la recolección, así como los instrumentos que no fueron respondidos hasta en un 80%. **Resultados:** Participaron de la investigación 169 estudiantes de graduación, la mayoría mujeres (56,8%), solteras (66,9%), edades entre 20 y 25 años (64,5%), brasileñas (77,5%). Al analizar la Calidad de Vida, se observó que los estudiantes presentaron un puntaje promedio en Calidad de Vida, siendo los dominios capacidad funcional (72,15) y dolor (61,69) los que tuvieron los promedios más altos, y limitaciones por aspectos emocionales (29,38), limitaciones por aspectos físicos (40,82) y vitalidad (41,65) con los promedios más bajos. **Conclusión:** Al verificar la relación entre CV y ansiedad, depresión y estrés, se observó la presencia de una relación significativamente negativa y estadísticamente significativa. Por lo tanto, los estudiantes vieron afectada su Calidad de Vida por la pandemia.

Palabras clave: Calidad de Vida, Ansiedad, Estrés emocional, Depresión.

INTRODUÇÃO

Em janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) alertou o mundo sobre a pandemia da COVID-19, doença infectocontagiosa que apresenta alta taxa de disseminação e letalidade. Assim, a OMS, como meio de postergar essa contaminação em massa, recomendou uma série de medidas preventivas, tais como o distanciamento social, uso de máscara, uso de álcool em gel, aulas remotas e entre outras, onde as relações humanas foram as fortemente impactadas devido ao aparecimento desse vírus (CIOTTI M, et al., 2020). Segundo Hoof EV (2020), o isolamento social foi um dos maiores experimentos psicológicos já visto pelo homem, uma vez que se colocou a prova sua capacidade de extrair sentido do sofrimento, desafiando, assim, indivíduos e sociedade. Nesse sentido, a literatura mostrou que a pandemia, de certo, teve impactos significativos a saúde mental dos indivíduos.

Em estudo realizado por Barros GMM, et al. (2021), inferiu-se que a maior parte dos estudantes do ensino superior relatam o acometimento de doenças mentais que podem estar atreladas à falta de interação social, pela consequência do distanciamento social, provocado pela COVID-19. Além disso, a mudança de metodologia educacional empregada durante esse período atípico, o Ensino a Distância, corroborou significativamente para este acometimento, pois além das inúmeras incertezas que foram levantadas no que tange a saúde dos mesmos e de seus familiares, os estudantes ainda foram sobrecarregados com essa metodologia de ensino, como foi apontado no estudo de Messiano JB, et al. (2021), sendo o sentimento de desgaste bastante expressivo.

A intensa incerteza frente a situações de crise impulsiona o medo, a preocupação e o pânico, efeitos estes que certamente agravaram-se no ápice do surto da COVID-19, cujo impacto da quarentena ao psicológico da população mundial foi amplo e pode ser longo, já sendo relatado que os níveis de ansiedade, estresse e depressão aumentaram na população após o início da pandemia, principalmente aos grupos considerados de risco, desse modo limitando a Qualidade de Vida (QV) dos indivíduos (OZAMIZ-ETXEBARRIA N, et al., 2020). Em complementaridade, em um estudo realizado por Maia BR e Dias PC (2020), percebeu-se que a pandemia também teve um efeito psicológico negativo na saúde dos estudantes, elevando os níveis de ansiedade, depressão e estresse.

Para se ter uma boa QV é necessário sentir-se seguro, produtivo e saudável. Contudo, estes aspectos durante a pandemia da COVID-19 foram vencidos, uma vez que, com a mudança na rotina desses estudantes e as desigualdades vivenciadas por eles, houve a diminuição dessa qualidade, tendo em vista a queda da produtividade no desenvolvimento de atividades acadêmicas no ambiente domiciliar, durante o ensino remoto, pela distinção nas condições de moradia, de recursos tecnológicos e mesmo de papéis sociais assumidos entre os diferentes gêneros (VOMMARO P, 2021). Para Ramos TH, et al. (2020), esses aspectos podem afetar a QV das pessoas, e as consequências dependem das características individuais e de como cada indivíduo percebe a sua QV.

Estudos sobre QV são indispensáveis no meio acadêmico, e existem muitos instrumentos de verificação que proporcionam a avaliação mais completa do seu impacto no cotidiano da vida dos investigados, como é o caso do *Medical Outcomes Study Form 36 (SF-36)* que organiza seus aspectos em oito conceitos-chave de saúde, sendo possível atribuir pontuações gerais sobre a saúde física e mental de uma população (CORDIER R, et al., 2018). De contraponto, ainda há poucos estudos na literatura nacional a respeito da QV de estudantes do ensino superior no período de pandemia, uma vez que os efeitos citados anteriormente têm influenciado no cotidiano de todos.

Nesse sentido, a relevância do presente estudo se justifica pela necessidade de se inferir a qualidade de vida assistida pelos acadêmicos, uma vez houve um aumento nos índices de problemas psicossociais no período pandêmico. Sendo assim, a sua contribuição será de grande importância para buscar preencher as lacunas sobre o comportamento estudantil diante de uma crise global, assim como no estudo de Maia BR e Dias PC (2020), buscando perceber se há a correlação entre ansiedade, estresse e depressão com a qualidade de vida, uma vez que em cenário pandêmico pode-se dizer que há uma exacerbação de sinais e sintomas relativos a desvios psiquiátricos, bem como a falta de habilidade para vivenciar situações de emergência que justificam tal fenômeno correlativo.

Mediante o exposto, objetivou-se analisar a relação entre a ansiedade, estresse e depressão com a qualidade de vida de acadêmicos de uma universidade de cooperação internacional, durante o período de pandemia da COVID-19.

MÉTODOS

Realizou-se estudo exploratório-descritivo, com abordagem quantitativa, através da coleta de dados que utilizou questionário eletrônico disponibilizado de dezembro de 2021 a março de 2022, aos discentes dos cursos de graduação presencial de uma universidade de cooperação internacional, no Ceará, instituição de ensino superior que recebe estudantes brasileiros e das nações que integram a Comunidade dos Países de Língua Portuguesa (CPLP).

No referido período a universidade encontrava-se de modo remoto, todavia já havia um prazo de retorno as atividades presenciais definida, neste caso em abril de 2022. Incluiu-se no estudo os estudantes que possuíam matrícula ativa, maior de 18 anos e que concordaram em participar do estudo assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) oriundos dos cursos com sede nos campi no Ceará. Foram excluídos do estudo os alunos que estivessem afastados por motivo de licença ou atestado médico e discentes que responderam menos de 80% das perguntas do instrumento de coleta de dados.

O quantitativo de estudantes foi definido a partir do cálculo amostral para população finita, considerando um nível de confiança de 95% e 5% de erro amostral, além de aplicar a técnica de amostragem estratificada para elevar o nível de confiança da pesquisa. Definiu-se um quantitativo de 350 alunos para participarem do estudo, todavia, desse quantitativo 169 discentes de todos os cursos presenciais dos campi Ceará da UNILAB integraram a amostra final. Os discentes foram notificados individualmente por *e-mail*, no formato lista oculta, previamente coletados junto à Diretoria de Registro e Controle Acadêmico (DRCA), sendo disponibilizado o convite à participação da pesquisa com o *link* do questionário, bem como do TCLE.

Vale ressaltar que o estudo seguiu as recomendações dos preceitos éticos da Resolução nº 466/2012 (BRASIL, 2012), do Conselho Nacional de Saúde e da Declaração de Helsinki, sendo aprovados pelo Comitê

de Ética e Pesquisa (CEP) da Universidade sob o parecer nº 5.148.754 e Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) nº 53128521.6.0000.5576. Ressalta-se que os estudantes foram informados sobre a natureza do estudo, objetivos, métodos e os benefícios esperados, assim como potenciais riscos e possíveis incômodos, no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Um questionário sociodemográfico foi utilizado para identificar a amostra, composto por 28 itens com questões objetivas sobre curso, semestre, Índice de Desenvolvimento Estudantil, município em que reside, nacionalidade, sexo, idade, estado civil, configuração familiar, raça e questões relacionadas a saúde e vida dos discentes. Para análise da QV dos estudantes do ensino superior da instituição, utilizou-se o *Medical Outcomes Study 36* itens (SF-36) que foi validado para o Brasil por Ciconelli RM, et al. (1999) e é composto por 36 questões divididas em oito domínios (capacidade funcional, aspecto físico, dor, estado geral de saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspecto emocional e saúde mental) que consideram os eventos ocorridos nas últimas quatro semanas. Para cada domínio, os escores foram padronizados mediante as orientações do Manual do SF-36 e transformados em uma escala de 0 a 100, onde mais próximos de 0 representa a pior qualidade de vida e já os escores próximos de 100 representam a melhor qualidade de vida em cada domínio.

Já para avaliar os níveis de ansiedade, estresse e depressão utilizou-se a Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21). Optou-se no estudo por utilizar a versão reduzida de 21 itens, adaptada para a população portuguesa por Ribeiro JLP, et al. (2004). Essa versão destina-se a 7 pontos para cada dimensão (ansiedade, depressão e stress) por meio de uma escala de Likert de 0 a 1 e que identifica o seu estado relativamente à sua última semana. A classificação dos escores mediante o grau de severidade foi realizada da seguinte forma: normal (depressão 0-9; ansiedade 0-7; estresse 0-14); leve (depressão 10-13; ansiedade 8-9; estresse 15-18); moderado (depressão 14-20; ansiedade 10-14; estresse 19-25); severo (depressão 21-27; ansiedade 15-19; estresse 26-33); muito severo (depressão ≥ 28 ; ansiedade ≥ 20 ; estresse ≥ 34) (VIGNOLA RCB e TUCCI AM, 2014).

Os dados foram armazenados em uma planilha do *Microsoft Excel®* 2019 e em seguida exportados para pacote estatístico *IBM - SPSS 22.0* onde foram submetidos a uma análise de normalidade e análise descritiva dos dados. Foi aplicado o teste de Kolmogorov-Smirnov, o que foi possível comprovar que os dados não apresentam distribuição normal (p -valor $> 0,05$). Para avaliação das correlações entre os escores do SF-36 e o estresse, ansiedade e depressão (EADS-21), foram aplicados o teste de correlação de Spearman ao nível de significância de 5%, da qual, segundo Conhen S, et al. (2003), a correlação apresenta-se do seguinte modo: fraco (0,1 a 0,3); moderado (0,3 a 0,5) e alto ($> 0,5$).

RESULTADOS

Participaram da pesquisa 169 discentes, dos quais, ao analisar seus aspectos sociodemográficos, verificou-se predomínio de mulheres (56,8%), solteiras (66,9%), com idade entre 20 a 25 anos (64,5%), brasileiras (77,5%), pardas (45,6%), praticantes de alguma religião (66,3%), residentes à domicílio fora da sede da Instituição de Ensino Superior (58%) e com uma autopercepção moderada sobre o estilo de vida (52,1%), conforme observado na **Tabela 1**.

Analisando a QV dos estudantes do ensino superior da UNILAB, no período de pandemia, observou-se que os acadêmicos apresentaram um escore médio para QV, sendo os domínios capacidade funcional (72,15) e dor (61,69), os quais obtiveram as melhores médias, e os domínios limitações por aspectos emocionais (29,38), limitações por aspectos físicos (40,82) e vitalidade (41,65), esses já obtiveram os piores resultados em relação aos demais (**Tabela 2**).

Já no tocante ao estresse, ansiedade e depressão, percebeu-se a partir da **Tabela 3**, no que se refere aos domínios do EADS-21, resultados elevados para todos os domínios cuja depressão foi descrita pelos estudantes como sendo o domínio mais apresentado.

A respeito da classificação dos domínios em graus de comprometimento (**Tabela 4**), pode-se observar que a categoria normal foi a que mais se apresentou, mas vale ressaltar os altos índices de severidade e muita severidade nos domínios depressão e ansiedade.

Tabela 1 – Aspectos sociodemográficos de universitários.

Variáveis	N	%
Idade		
Menos que 20 anos	15	8,9
Entre 20 a 25 anos	109	64,5
Entre 26 a 30 anos	20	11,8
Acima de 30 anos	25	14,8
Nacionalidade		
Brasileiro	131	77,5
Estrangeiro	38	22,5
Sexo		
Masculino	96	56,8
Feminino	73	43,2
Raça		
Branca	28	16,6
Parda	77	45,6
Indígena	5	3,0
Quilombola	1	0,6
Negra	58	34,3
Estado civil		
Solteiro	113	66,9
Casado/União estável	20	11,8
Namorando	33	19,5
Divorciado	3	1,8
Possui religião		
Sim	112	66,3
Não	57	33,7
Município de residência		
Município sede	71	42
Município fora da sede	98	58
Autopercepção sobre o estilo de vida		
Muito ruim	2	1,2
Ruim	17	10,1
Moderado	88	52,1
Boa	51	30,2
Muito boa	11	6,5

Fonte: Martins FIS, et al., 2024.

Tabela 2 – Média e desvio-padrão por domínio do SF-36.

Domínios	Média	Desvio-padrão
Capacidade Funcional	72,15	27,63
Limitações por aspectos físicos	40,82	40,79
Dor	61,69	23,83
Estado Geral	52,27	22,22
Vitalidade	41,65	20,54
Aspectos sociais	53,67	27,54
Limitações por aspectos emocionais	29,38	29,27
Saúde Mental	50,63	24,21

Fonte: Martins FIS, et al., 2024.

Tabela 3 – Distribuição das médias, desvio padrão, valores mínimos e máximos das dimensões estresse, ansiedade e depressão (EADS-21) de universitários.

Domínios	N	Média	±	Desvio padrão	Mínimo	Máximo
Estresse	169	7,63	±	5,32	0	20
Ansiedade	169	6,67	±	6,28	0	21
Depressão	169	8,87	±	6,34	0	21

Fonte: Martins FIS, et al., 2024.

Tabela 4 – Classificação dos domínios do EADS-21.

Domínio/Classificação	Normal		Leve		Moderado		Severo		Muito Severo	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Estresse	97	57,4	15	8,9	23	13,6	22	13,0	12	7,1
Ansiedade	70	41,4	13	7,7	26	15,4	37	21,9	23	13,6
Depressão	53	31,4	16	9,5	30	17,8	25	14,8	45	26,6

Fonte: Martins FIS, et al., 2024.

Verificando a correlação da QV com a ansiedade, depressão e estresse (**Tabela 5**), e notou-se globalmente a presença de correlação significativamente negativa (p -valor $< 0,01$), indicando que quanto maior a ansiedade, depressão e estresse, menor será os domínios da QV.

O estresse obteve correlação forte e significativamente negativa (p -valor $< 0,01$) com o domínio aspectos sociais. A ansiedade por sua vez apresentou correlação significativamente negativa (p -valor $< 0,01$) e moderada com os aspectos da QV, onde também os aspectos sociais demonstraram correlação mais forte com a ansiedade. Já a depressão apresentou alta correlação negativa significativa (p -valor $< 0,01$) com o domínio aspectos sociais ($\rho = - 0,543$) e com o domínio saúde mental ($\rho = - 0,544$).

Tabela 5 – Correlações entre os domínios do SF-36 com a ansiedade, depressão e estresse (EADS-21).

SF-36	EADS-21		
	Estresse	Ansiedade	Depressão
Capacidade funcional	- 0,326*	- 0,364*	- 0,329*
Limitações por aspectos físicos	- 0,292*	- 0,347*	- 0,308*
Dor	- 0,315*	- 0,384*	- 0,380*
Estado geral	- 0,337*	- 0,380*	- 0,339*
Vitalidade	- 0,445*	- 0,439*	- 0,483*
Aspectos sociais	- 0,495*	- 0,474*	- 0,543*
Limitações por aspectos	- 0,423*	- 0,373*	- 0,441*
Saúde mental	- 0,486*	- 0,470*	- 0,544*

Nota: * p -valor $< 0,01$ – Correlação de Spearman. Fonte: Martins FIS, et al., 2024.

DISCUSSÃO

O presente estudo buscou analisar a correlação entre a ansiedade, depressão e o estresse com a QV dos estudantes no contexto da pandemia da COVID-19 e os resultados mostraram o real impacto causado pelo vírus na vida dos universitários. Conforme os aspectos sociodemográficos, o presente estudo apresentou inicialmente uma predominância de mulheres solteiras, pardas com idade entre 20-25 anos, assemelhando-se aos achados de Silveira ALOA, et al. (2021), o que se pode correlacionar ao fato que este grupo apresenta uma maior prevalência entre o público universitário do país.

Pode-se observar ainda uma baixa avaliação no tocante às limitações por aspectos físicos e vitalidade, assemelhando-se ao estudo de Ribeiro BFL, et al. (2022), em que houve um aumento do sedentarismo e inatividade física durante a pandemia em estudantes universitários. A adoção de hábitos como esses estão ligadas a diversas enfermidades crônicas, chegando a causar morte prematura, visto que a carência de exercício físico acarreta doenças crônicas como obesidade, diabetes e cardiopatia, essas de grandes problemas na saúde pública (RODULFO JIA, 2019).

O estudo demonstrou ainda elevados níveis de estresse, ansiedade e depressão, na qual a depressão foi um dos transtornos mais representados, divergindo-se relativamente do estudo de Matias BS e Lima ES (2022), onde mostra que o cenário da grande crise favoreceu negativamente o crescimento de transtornos de ansiedade. No aspecto físico e mental, a saúde teve um grande impacto, ocasionando desequilíbrio mental e transmutações no comportamento humano, fatores esses que transparecem os índices do Transtorno de Ansiedade. No tocante ao grau de severidade dos transtornos do público assistido, o estudo mostrou que a

ansiedade e depressão foram os que obtiveram maiores índices, tal percepção se assemelha aos achados de Gundim VA, et al. (2020), na qual transparece que os indivíduos com estresse, ansiedade e outros transtornos estariam mais suscetíveis ao medo de adoecer, intensificando o grau de acometimento. Com a pandemia, os acadêmicos estariam vivendo uma nova realidade com efeitos intensos na vida normal e passando por alterações psicológicas advindas da imposição de medidas de biossegurança, pois para conter o vírus da COVID-19, fazia-se necessário uma reorganização social de caráter imediatista por parte da população.

Em relação a QV, o estudo indicou que com período da COVID-19 quanto maior a ansiedade, depressão e estresse, menor será a QV, coincidindo os achados de Marin GA, et al. (2021), que mostra que o confinamento por parte de estudantes universitários acarretou além da depressão um grande impacto no desenvolvimento estudantil, levando muitas vezes, a não adesão ao tratamento dos que já conviviam com a psicopatologia e afetando a QV. Ainda, a literatura aponta que os indivíduos antecedentes de depressão são os mais vulneráveis no período pandêmico (BARROS MBA, et al., 2020).

No tocante ao estresse, a presente literatura obteve forte correlação do estresse com os aspectos sociais, assemelhando-se aos vestígios encontrados por Praisner MS, et al. (2022) com graduandos de Odontologia, na qual o contexto feminino, os níveis de estresse são mais percebidos, sendo necessário o oferecimento de assistência psicológica de forma gratuita, pois as campanhas voltadas para as patologias mentais aumentam a procura, adesão, prevenção e tratamento. Além disso, a prevalência de transtornos mentais está diretamente associada à insatisfação com o desempenho acadêmico, o que se torna algo preocupante para a formação profissional.

A ansiedade apresentou correlação significativamente negativa e moderada, corroborando com a ideia de um trabalho feito por Musse FCC, et al. (2022), em que o Brasil se mostrou como um país com altos níveis de ansiedade e depressão durante a pandemia em associação com os índices de ideação suicida. Ainda, em uma pesquisa realizada no Chile por Contreras NL, et al. (2022), o efeito da COVID-19 por meio de seu confinamento, se relacionou além do gênero, com trabalhos de cuidados, fatores sociais e econômicos da administração de uma crise de saúde pública numa questão auto perceptiva.

Os dados demonstraram que os aspectos sociais possuíam forte correlação com a ansiedade, semelhante à ideia de Watte AP, et al. (2022), que ressalta que as ações de promoção à saúde voltadas para a QV e contexto biopsicossocial estão diretamente ligadas às condições de uma população fragilizada. Somado a isso, a manutenção de estilos de vida e redes de apoio através de tecnologias de informação e comunicação lidam com esse grupo de pessoas que são menos assistidas. Investir em políticas que garantam o bem-estar físico e mental de estudantes e acompanhamento impactam na vida do acadêmico positivamente, tornando melhor sua QV (FREITAS PHB, et al., 2022).

O presente estudo evidenciou que a depressão teve forte correlação com a saúde mental, assemelhando-se ao estudo de Santos JCSM (2022), na qual demonstrou que a saúde mental dos universitários foi prejudicada, apresentando um quantitativo elevado de universitários com diversos problemas clínicos de ansiedade, depressão e estresse. Além disso, os resultados em relação à saúde mental dos universitários demonstraram alta correlação com os aspectos sociais, em consonância aos achados de numa análise de Lopes FM, et al. (2022) com o público universitário, na qual demonstrou que a frequência de sintomas de Transtornos Mentais Comuns (TMC) foi alta acima de 40% do público pesquisado.

Existem diversos efeitos correlacionados com a pandemia mediante a reação dos estudantes e o cenário onde estariam inseridos. Na crise sanitária, apesar das plataformas digitais se mostrarem eficientes para a superação dos prejuízos de cunho pedagógico, estudar também sobre as limitações que afetam a vida do discente é primordial para entender impactos afetivos e sociais de como essas pessoas estariam inseridas e buscar o aprimoramento de atividades educativas (MENEZES SKO e FRANCISCO DJ, 2020).

Em suma, a presente literatura identificou que houve uma diminuição na QV dos acadêmicos universitários durante o período de pandemia. O estudo ainda lançou luz para outras questões sobre a QV no pós-pandemia, perfazendo os diferentes estágios que a COVID-19 trouxe de modo institucional. Assim, evidenciar os

resultados do presente estudo com outros achados científicos, predispõe traçar possíveis estratégias de políticas afirmativas no âmbito da saúde mental e QV de estudantes universitários, em especial, os de instituições de cunho internacional.

O estudo limitou-se quanto ao público-alvo de pessoas, uma vez que o quantitativo de estudantes respondentes foi menor em relação ao número previsto da amostra. Além disso, tendo em vista a redução dos índices de morbimortalidade relacionados à pandemia da COVID-19 por meio do retorno das atividades universitárias, com a realização de campanhas de vacinação e sem obrigatoriedade do uso de máscaras no ambiente educacional, é sugerível que haja a continuidade de estudos em saúde, a fim de se obter dados atualizados sobre o caminhar da QV e bem-estar no cenário acadêmico.

CONCLUSÃO

O presente estudo conclui que durante o período pandêmico, houve correlação entre os transtornos de ansiedade, estresse e depressão com a qualidade de vida dos estudantes universitários da Universidade, de modo a diminuí-la. Em suma, salienta-se que devem ser incitados estudos que busquem detalhar e investigar a temática em decorrência do período atípico da pandemia, a fim de entender os efeitos deletérios do estimado impacto somados aos diferentes transtornos presentes na atual literatura. Além disso, deve ser instigado a realização de metodologias por parte das Instituições de Ensino Superior que visem mitigar os efeitos causados pela pandemia da COVID-19 na vida dos estudantes, para que assim possam ser minimizados os impactos da quarentena ao psicológico dessa população.

AGRADECIMENTOS E FINANCIAMENTO

Agradecemos ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação de Iniciação Científica da Universidade, bem como a referida instituição, pelo financiamento da pesquisa. Ao Grupo de Pesquisa e Estudos em Saúde Pública pelos ensinamentos que permitiram o desenvolvimento do estudo.

REFERÊNCIAS

1. BARROS GMM, et al. Os impactos da Pandemia do COVID-19 na saúde mental dos estudantes. *Research, Society and Development*, 2021; 10(9): e47210918307.
2. BARROS MBA, et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 2020; 29(4).
3. CICONELLI RM, et al. Tradução para a língua portuguesa e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida SF-36 (Brasil SF-36). *Rev bras reumatol.*, 1999; 143-50.
4. CIOTTI M, et al. The COVID-19 Pandemic. *Critical Reviews in Clinical Laboratory Sciences*, 2020; 57(6): 365-88.
5. COHEN S, et al. Emotional Style and Susceptibility to the Common Cold. *Psychosomatic Medicine*. 2003; 65(4): 652-7.
6. CONTRERAS NL, et al. Impacto del confinamiento por la COVID-19 en la salud autopercebida en Chile según género. *Gaceta Sanitaria*, 2022; 36(6).
7. CORDIER R, et al. Evaluating the Longitudinal Item and Category Stability of the SF-36 Full and Summary Scales Using Rasch Analysis. *BioMed Research International*, 2018; 2018: 1-30.
8. FREITAS PHB, et al. Perfil de qualidade de vida e saúde mental de estudantes universitários da área da saúde. *Research, Society and Development*, 2022; 11(1): e35011125095.
9. GUNDIM VA, et al. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista Baiana de Enfermagem*, 2020; 35.
10. LOPES FM, et al. Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura. *Revista Psicologia em Pesquisa*, 2022; 16(1): 1-23.

11. MAIA BR e DIAS PC. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia*, 2020; 37.
12. MARIN GA, et al. Depressão e efeitos da COVID-19 em universitários. *InterAm J of Med Heal*, 2021; 4.
13. MATIAS BS e LIMA ES. Os transtornos de ansiedade durante a pandemia no Brasil. *Research, Society and Development*, 2022; 11(7): e35911730028.
14. MENEZES SKO e FRANCISCO DJ. Educação em tempos de pandemia: aspectos afetivos e sociais no processo de ensino e aprendizagem. *Rev Brasileira de Informática na Educação*, 2020; 28(0): 985-1012.
15. MESSIANO JB, et al. Efeitos da pandemia na saúde mental de acadêmicos de medicina do 1o ao 4o ano em faculdade do noroeste paulista. *CuidArte, Enferm.*, 2021; 43-52.
16. MUSSE FCC, et al. Violência mental: ansiedade e depressão durante a pandemia de COVID-19 no Brasil. *Saúde e Pesquisa*, 2022; 15(1): 1-17.
17. OZAMIZ-ETXEBARRIA N, et al. Stress, anxiety, and depression levels in the initial stage of the COVID-19 outbreak in a population sample in the northern Spain. *Cadernos de Saúde Pública*, 2020; 36(4).
18. PRAISNER MS, et al. Detecção dos dados de perfil psicológico dos acadêmicos do curso de odontologia de uma universidade pública no município de Ponta Grossa no Paraná. *Brazilian Journal of Development*, 2022; 8(6): 48267-87.
19. RAMOS TH, et al. O impacto da pandemia do novo coronavírus na qualidade de vida de estudantes de enfermagem. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, 2020; 10(0).
20. RIBEIRO BFL, et al. O impacto da pandemia da COVID-19 no comportamento sedentário e inatividade física em estudantes universitários: *Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício*, 2022; 21(1): 26-35.
21. RIBEIRO JLP, et al. Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *Psicol Saúde Do*, 2004; 5(1): 229-39.
22. RODULFO JIA. Sedentarismo, la enfermedad del siglo XXI. *Clínica e investigación en arteriosclerosis*, 2019; 31(5): 233-40.
23. SANTOS JCSM. Impacto da pandemia covid 19: estratégias de coping e problemas de saúde mental numa amostra de estudantes universitários. 2022; 47.
24. SILVEIRA ALOA, et al. Avaliação da qualidade de sono em estudantes de medicina de uma instituição de ensino superior de Teresina. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2021; 13(3): e6463.
25. HOOF EV. Lockdown is the world's biggest psychological experiment - and we will pay the price. *World Economic Forum*. 2020; 1.
26. VIGNOLA RCB, TUCCI AM. Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *Journal of Affective Disorders*, 2014; 155: 104-9.
27. VOMMARO P. O mundo em tempos de pandemia: certezas, dilemas e perspectivas. 2021; 12(2): 1095-115.
28. WATTE AP, et al. Ações de educação em saúde relacionadas ao contexto biopsicossocial e qualidade de vida de estudantes universitários em tempos da COVID-19: relato de experiência. *Research, Society and Development*, 2022; 11(7): e41611730267.