

Capítulo 15 - DOI:10.55232/1084002015

IMPACTOS DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DOS ACADÊMICOS DE PSICOLOGIA: ANSIEDADE E DEPRESSÃO

Luíza Bernardes Agostinho, Taynara Mendes Porto Pessim, Ernani de Souza Guimarães Júnior, Roberta Ribeiro de Carvalho

RESUMO: A rápida disseminação do novo Coronavírus no cenário global e a adoção das medidas de distanciamento social acarretaram o surgimento ou a regressão de quadros clínicos de transtornos de ansiedade e depressão em grande proporção no Brasil. Buscou-se analisar os impactos da COVID-19 na saúde mental dos estudantes de Psicologia, com ênfase nos transtornos de ansiedade e depressão. Utilizou-se um estudo qualitativo, básico, exploratório e de levantamento, realizado por meio de um questionário semiestruturado eletrônico e disponibilizado nas redes sociais. Dos 86 participantes, 77,9% eram mulheres e 72,4% tinham idade entre 17 e 25 anos. 56,0% dos respondentes encontrou prejuízos na saúde mental acarretados pelo distanciamento social e 42,9% acredita que seu desempenho acadêmico foi muito prejudicado pelo período pandêmico. Destaca-se os índices de manifestação de sintomas ansiosos (57,1%) e depressivos (31,0%) durante a pandemia. Na amostra 45,3% possuíam diagnóstico de ansiedade e/ou depressão anterior ao início da pandemia e 59,5% estava fazendo psicoterapia no momento em que o questionário foi aplicado. Destaca-se que 61,6% dos estudantes acredita que as aulas online foram fator determinante para a manifestação de sintomas ansiosos e/ou depressivos. O consumo de ansiolíticos e/ou antidepressivos esteve presente na rotina de 18,7% dos participantes, sendo que 37,5% dos usuários iniciou o consumo durante a pandemia. Constata-se a importância dos cuidados com a saúde mental em momentos de distanciamento social, bem como da elaboração de estratégias de enfrentamento da COVID-19, a fim de minimizar o sofrimento psíquico e prevenir o adoecimento mental por parte dos estudantes de Psicologia.

Palavras-chave: Ansiedade. Depressão. COVID-19. Estudantes de Psicologia.

INTRODUÇÃO

Este trabalho analisa os impactos da pandemia do vírus SARS-CoV-2 na saúde mental dos estudantes universitários do curso de Psicologia, em relação ao uso de psicofármacos para transtornos de ansiedade e/ou depressão durante a ocorrência da COVID-19. A questão que norteia o estudo é se os graduandos em Psicologia constituem um público potencial para os transtornos de ansiedade e depressão, e, conseqüentemente, para o uso de psicofármacos no tratamento de tais perturbações psíquicas em cenário da COVID-19.

Tal abordagem se justifica pelo fato de que, após a detecção da COVID-19, em 2019, na China, a disseminação do vírus causador desta doença ocorreu de forma acelerada entre os países, transformando a esfera global em um cenário de pandemia (BRASIL, 2020a). Adotou-se, então, medidas de isolamento e distanciamento social, que, no Brasil, passaram a vigorar a partir de março de 2020. Estas causaram a interrupção do contato social e das aglomerações por um longo período, incluindo alterações na forma de organização do trabalho e estudo, o que gerou em muitos dos cidadãos os sentimentos de inconstância e incerteza, agravando ou gerando quadros clínicos de ansiedade e depressão. Deve-se considerar também que há uma predisposição maior ao desenvolvimento desses quadros em universitários, pela natureza das atividades e cobranças a que tal público está sujeito.

As evidências apresentadas apontam a necessidade de enfoque para as conseqüências da pandemia no grupo específico de estudantes universitários da área da saúde, nesse caso, graduandos do curso de psicologia, uma vez que demonstram vulnerabilidade psicológica e apresentam indícios de consumo exacerbado de psicotrópicos, principalmente para ansiedade e depressão. Essa pesquisa poderá apontar caminhos para que se pense sobre a relação entre o período de distanciamento social, advindo da pandemia da COVID-19, e a saúde mental dos alunos do curso de Psicologia, considerando-se os possíveis prejuízos acarretados a estes.

O estudo pode, também, facilitar a identificação da ocorrência de transtornos de ansiedade e depressão e as taxas de consumo de recursos medicamentosos na população, visando promover assistência psicossocial à essa população, a fim de minimizar os impactos do período pandêmico, e mitigar também os prejuízos no âmbito estudantil. Essa temática possui grande relevância, porém poucos estudos direcionados à população de acadêmicos de psicologia, o que justifica a produção deste trabalho.

Parte-se da hipótese que devido aos prejuízos trazidos pelas consequências das doenças causadas pelo novo Coronavírus no cenário mundial, incluindo danos à saúde mental, o número de universitários que apresentaram sintomas de ansiedade e/ou depressão aumentou, pela natureza de sua condição e também pelos novos métodos de ensino e necessidade da educação remota. Em razão disso, este público passou a demandar o uso de psicofármacos para ansiedade e/ou depressão, ou alterações nas prescrições médicas já existentes (para os que faziam uso), tanto em relação à quantidade de doses diárias quanto ao tipo de medicamento.

Nesse contexto, esse trabalho tem por objetivo principal avaliar os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos estudantes do curso de Psicologia, com ênfase nos transtornos de ansiedade e depressão, bem como no consumo de psicofármacos destinados a estes transtornos psicológicos.

O trabalho está organizado em cinco partes, sendo a primeira essa introdução. A segunda seção faz um resgate teórico sobre a COVID 19, os transtornos de ansiedade e depressão e a condição de suscetibilidade de universitários a tais contextos. A terceira parte apresenta a metodologia utilizada para realização do trabalho. Na sequência são apresentados os resultados e discussões, terminando com as considerações finais do trabalho.

CONTEXTUALIZAÇÃO TEÓRICA

COVID-19 e os transtornos de ansiedade e depressão

Segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, 2020a), os coronavírus são uma família de vírus que podem ser encontrados em diversas espécies de animais, como morcegos, gado, gatos. Em dezembro de 2019, detectou-se a infecção de pacientes, na China, por um novo coronavírus, o SARS-CoV-2, que foi responsável por causar a doença induzida pelo COVID-19, disseminada através da transmissão pessoa a pessoa, podendo ocasionar consequências fatais (COLIZZI et al., 2020). Considerando-se o aumento em larga escala de pacientes infectados nos países a uma escala mundial, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a pandemia de COVID-19 e a doença adquiriu o status de emergência de saúde pública internacional (OPAS, 2020b).

Em março de 2020, decretou-se, no Brasil, a adoção de medidas protetivas para a população, enfatizando-se o distanciamento social (OLIVEIRA; DRESCH, 2021). Tendo em vista as determinações empregadas, unidas ao medo das pessoas de contrair a infecção e de estar sujeitos à morte por ela, houve uma preocupação com a saúde mental da população, principalmente em relação aos impactos emocionais advindos desta. A inconstância e incerteza relacionadas a tal contexto e as mudanças nas relações interpessoais vivenciadas pela população podem ser fatores de risco para a saúde mental daqueles que enfrentam o período pandêmico (FARO et al., 2020; SCHMIDT et al., 2020).

Esse cenário levou a uma preocupação com o número de pessoas que poderiam desenvolver sintomas de ansiedade e de depressão, e com aqueles que já possuíam tais transtornos e que poderiam apresentar regressões no quadro clínico, em razão da probabilidade de estarem mais vulneráveis devido ao momento de pandemia (LIMA et al., 2020b).

A ansiedade é um estado de humor negativo orientado para o futuro, caracterizado por sintomas corporais de apreensão, pela impossibilidade de prever ou controlar os eventos que estão por vir, e de tensão física (BARLOW; DURAND, 2011, p. 132). Ela é transformada em uma condição patológica quando passa a manifestar-se frequentemente e em momentos indevidos, de modo tão intenso e duradouro que afeta as atividades normais e cotidianas do sujeito. Em relação aos transtornos de saúde mental, os transtornos ansiosos são os mais frequentes, e podem atingir cerca de 15% das pessoas (BARNHILL, 2020).

Já a depressão, considerada como o mal do século XXI pela OMS, e é definida como uma doença psiquiátrica crônica, que apresenta como característica principal a tristeza profunda, recorrente e que parece não haver fim. Alguns dos termos utilizados para descrever esse tipo de humor são desmoralização e desolamento (IOC/FIOCRUZ, 2015). A causa exata dos transtornos depressivos ainda é desconhecida, todavia as pesquisas apontam para a influência de uma atuação conjunta entre fatores genéticos e ambientais. Os sintomas dessa condição patológica podem variar em relação a gravidade, frequência e duração. Alguns deles são: tristeza profunda e desânimo, desinteresse por todos ou quase todos os aspectos da vida, falta de sono, irritabilidade e silêncio. Nos casos mais graves, identifica-se também o esgotamento e a falta de sentido para viver, o que pode acarretar ideações e tentativas de suicídio (JARDIM, 2011; OPAS, 2020a).

Discussões sobre a condição dos universitários, saúde mental e COVID-19

Em uma consideração geral acerca da sociedade brasileira, afirma-se que a saúde psíquica da população foi impactada negativamente pelo SARS-CoV-2, acarretando medo e insegurança, fato que pode ser potencializado em razão da carência de um tratamento efetivo e eficaz e da divulgação de informações falsas sobre a COVID-19 (ORNELL et al., 2020). Moreira et al. (2020b) dissertam sobre outros impactos da infecção causada pelo novo Coronavírus: estresse, ansiedade, depressão, insônia, solidão, sentimento de desamparo e ideias suicidas.

Em relação aos estudantes universitários, é possível que os índices de depressão e principalmente ansiedade sejam mais alarmantes que na população em geral, posto que nos últimos documentou-se o aumento da prevalência e da magnitude dos problemas psíquicos em tal público (SILVEIRA et al., 2011). Padovani et al. (2014) afirmam que universitários, devido à exposição a diversos fatores estressores, apresentam-se em estágio de grande vulnerabilidade psicológica.

Os discentes que apresentam síndrome depressiva, muitas vezes possuem também menor repertório de habilidades sociais (BOLSONI-SILVA; GUERRA, 2014). Dessa forma, podem manifestar com maior frequência, sintomas de ansiedade e insegurança diante do ambiente universitário. Carlotto, Nakamura e Câmara (2006) apresentam indícios teóricos e práticos de que estagiários da área da saúde, em proporção considerável, constituam um grupo de risco para os transtornos psicológicos no início da atividade prática. Assim, colige-se que graduandos podem estar mais vulneráveis ao sofrimento psicológico e ao estresse, em função da pandemia, caso já apresentem problemas prévios relacionados à saúde mental (SHIGEMURA et al., 2020).

Tavolacci et al. (2018), citado por Pandossio et al. (2020), relata que os alunos dos cursos de graduação da área da saúde, por efeito do contato com múltiplos estressores (como, por exemplo, as expectativas de sucesso e as exigências de alto desempenho acadêmico, além da realização de estágios longos e exaustivos, com a responsabilidade por atender pacientes) podem desenvolver problemas relacionados a saúde mental com alto prevalence, quando

comparados aos estudantes das demais áreas. Aponta-se, desse modo, uma vulnerabilidade prévia em relação a problemas referentes à saúde psíquica dos estudantes universitários da área de saúde, com destaque para a ocorrência dos transtornos de ansiedade e depressão. Esta afirmativa pode repercutir em elevados índices de medicamentos psicofarmacológicos como método de tratamento para tais problemáticas.

Outro fator responsável por impactar a vida dos estudantes de forma substancial foi a mudança na rotina de estudos em função das aulas remotas. Após o decreto de pandemia da COVID-19 houve a paralisação das aulas presenciais. Nessa circunstância, fez-se necessário pensar em um novo formato de vida, dado que a impossibilidade da realização das aulas presenciais demandou a elaboração de novas estratégias para a continuação dos semestres letivos nas universidades, atendendo as diferenças entre as instituições públicas e privadas (TORRES; ALVES; COSTA, 2020). Com a emergência de novos caminhos para a educação superior em um cenário brasileiro de pandemia, em março de 2020 o Ministério da Educação publicou a portaria 343, a qual “Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus – COVID-19” (BRASIL, 2020b).

Desse modo, foi necessário que os estudantes universitários adaptassem sua rotina diária para que pudessem aderir ao ensino online (alguns de modo remoto, outros de forma híbrida ou assíncrona). Este processo de habituação trouxe múltiplos desafios, tanto para os alunos quanto para os professores. Além das dificuldades de adaptação às plataformas digitais de ensino e do cansaço advindo do tempo despendido em frente a uma tela de computador, Moreira et al. (2020a, p. 6288) destacam que “[...] o sistema de educação à distância, síncrono ou híbrido, inviabiliza o processo de aprendizagem de todas as camadas da sociedade [...]”. Os autores discorrem também sobre esta modalidade de ensino afetar as interações sociais, levando em conta que o ambiente presencial de ensino é favorável para a aquisição de conhecimentos teóricos em adição ao desenvolvimento de relações interpessoais, que possibilitam ao discente adquirir conhecimentos que apenas o contato físico é capaz de oferecer.

Torres, Alves e Costa (2020) apontam que a urgência de adaptação das aulas para o meio digital não pode desconsiderar o aumento da vulnerabilidade de grande parte dos graduandos. O processo de ensino e aprendizagem não deve ser mais prejudicial quanto esse

momento de pandemia, de forma a interromper a possibilidade de conclusão da graduação de indivíduos que não conseguem acompanhar as aulas e atividades, por falta de recursos tecnológicos, mas também por falta de recursos financeiros para o próprio sustento, e de equilíbrio emocional e cognitivo.

Por fim, se faz necessária a discussão acerca do alto consumo de psicofármacos na sociedade brasileira e do aumento de sua utilização durante o período de pandemia. No país com a maior prevalência de depressão e ansiedade da América Latina, com taxas de 5,8% e 9,3%, respectivamente (OMS, 2017), encontra-se um consumo exacerbado de psicofármacos, o que está se tornando um problema de saúde pública (CÂMARA; ROCHA; BALTEIRO, 2011).

Uma das justificativas para esse consumo excessivo, como apontam Oliveira et al. (2021), a partir de revisão literária, é o aumento do número de diagnósticos de transtornos psiquiátricos na população em geral. Isso sem contar com a inserção de novos psicofármacos no mercado farmacêutico e novas indicações terapêuticas para aqueles já existentes. Observa-se uma prescrição exacerbada de medicamentos, principalmente para diagnósticos de depressão, o que é, muitas vezes, responsável pela patologização e medicalização de problemas sociais e econômicos, uma vez que há prescrição médica para sofrimentos psíquicos que estão relacionados a estas condições (BEZERRA et al., 2014).

Em relação aos estudantes universitários de Psicologia, o uso indiscriminado de psicofármacos para ansiedade e depressão está associado a grande acessibilidade a tais medicamentos. Esse uso medicamentoso incorreto, quando aliado a situações de estresse, ansiedade e outras situações problemáticas, pode acarretar alterações cognitivas, motoras e dependência (CÂMARA; ROCHA; BALTEIRO, 2011).

Faz-se necessária também a exposição de dados acerca do aumento da utilização de psicofármacos para ansiedade e depressão durante a ocorrência da pandemia da COVID-19. Nesse sentido, o comparativo entre o número de vendas de psicofármacos no período de janeiro à junho de 2019 e no mesmo período em 2020, constatou um crescimento de 13,84% nas vendas de antidepressivos e estabilizadores de humor, usados nos casos de transtornos afetivos, como depressão, distímia e transtorno afetivo bipolar (CONSELHO FEDERAL DE FARMÁCIA, 2020). Os dados mais recentes já apontam para um aumento de 17% na venda

de tais medicamentos no Brasil, comparando-se as vendas durante o ano todo em 2019 e 2020 (AMÉRICO, 2021).

A venda de ansiolíticos também apresentou um aumento significativo em 2020, crescendo em 40% nos ansiolíticos naturais. Houve, do mesmo modo, um acréscimo de 15% nas vendas de ansiolíticos que atuam no sistema nervoso central (SNC) na primeira quinzena do mês de maio de 2020, no Rio de Janeiro, em comparação com o mesmo período em 2019 (VALÉCIO, 2020).

Um dos perigos desse crescimento de vendas de medicação durante a pandemia, segundo levantamento realizado pela Folha de Pernambuco, em parceria com os conselhos de Farmácia, é que esses dados são uma demonstração da influência do medo sobre o hábito da população brasileira de uso indiscriminado de medicamentos e automedicação. Com isso, destaca-se uma pesquisa realizada pelo CFF durante o período de ocorrência da pandemia do COVID-19, na qual 77% dos brasileiros declararam já ter feito uso de medicações por conta própria. Assim, deve-se pensar sobre a função do medicamento na cultura contemporânea (VALÉCIO, 2020).

METODOLOGIA

O presente trabalho é uma pesquisa básica, no que tange à sua natureza, não prevendo uma aplicação prática direta de suas constatações. Em relação aos objetivos, é uma pesquisa exploratória, buscando maior aproximação com o problema, procurando deixá-lo mais evidente e apresentando hipóteses a serem validadas. Já no que se refere aos procedimentos metodológicos, caracteriza-se como uma pesquisa de levantamento, pois objetiva a obtenção de dados e informações acerca de atributos e convicções da população definida para o estudo (GERHARDT; SILVEIRA 2009).

Para a coleta de dados utilizou-se um questionário virtual semiestruturado, elaborado por meio da plataforma Google Forms e divulgado através das redes sociais (Facebook, Twitter e Whatsapp), após a aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos do Centro Universitário do Sul de Minas – Unis/MG, CAAE nº: 45513621.3.0000.5111. O formulário aceitou respostas durante o mês de maio de 2021.

A população-alvo envolve estudantes universitários de Psicologia de diferentes instituições de ensino, especialmente da região sul de Minas Gerais. A amostra foi realizada de modo não-probabilístico tipo bola de neve e totalizou 86 participantes. Os critérios de inclusão utilizados foram: ser estudante da graduação de Psicologia, regularmente matriculado em qualquer instituição de ensino, de qualquer período, de todos os gêneros, que aceitasse participar voluntariamente da pesquisa, mediante a assinatura eletrônica do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Os dados quantitativos coletados foram analisados por meio de estatísticas descritivas e análises multivariadas, utilizando-se do software SPSS21. Já os dados qualitativos foram analisados por meio das técnicas de análise de conteúdo e interpretação estatística, segundo orientações de Bardin (1977).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

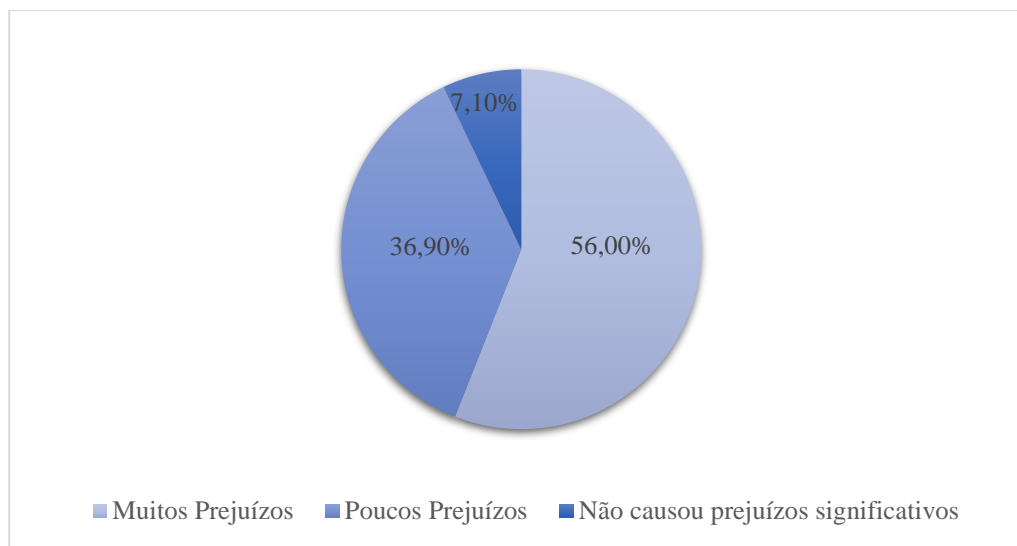
O questionário aplicado foi composto por 18 perguntas, divididas em cinco seções, responsáveis por avaliar: (a) características sociodemográficas; (b) autoavaliação acerca dos prejuízos acarretados pelo COVID-19 em diversos âmbitos da vida; (c) participação no processo de psicoterapia; (d) possível desenvolvimento ou agravamento de sintomas ou quadros clínicos de ansiedade e/ou depressão durante o período de pandemia; (e) indagações sobre o uso de psicotrópicos para os transtornos de ansiedade e depressão.

No primeiro seccionamento, foram avaliadas características como gênero, idade, instituição de ensino na qual os estudantes estão matriculados e o semestre que estão cursando na graduação. A maioria dos estudantes identificava-se como mulheres (77,9%, n=67) e 74,4% (n=64) tinha idade ente 17 e 25 anos. Quanto a instituição de ensino, 41,9% (n=36) estava matriculado na Universidade José do Rosário Vellano (UNIFENAS), 30,2% (n=26) no Centro Universitário do Sul de Minas (UNIS – MG) e 20,9% (n=18) na Universidade Positivo. 43,0% (n=37) dos graduandos em Psicologia estavam cursando o 5º ou 6º semestre e 26,7% (n=23) cursando o 7º ou o 8º semestre.

A interface seguinte avaliou as percepções dos estudantes universitários do curso de Psicologia acerca dos efeitos da pandemia. No primeiro questionamento, 55,3% (n=47) dos acadêmicos afirmou que o distanciamento social provocou muitos prejuízos à sua saúde

mental, enquanto 36,5% (n=31) identificou a ocorrência de poucos prejuízos. Os demais participantes (n=7) não identificaram prejuízos significativos na saúde mental acarretados pelo distanciamento social. Esses percentuais são evidenciados na Figura 1.

Figura 1: Identificação de prejuízos à saúde mental dos estudantes devido ao distanciamento social.

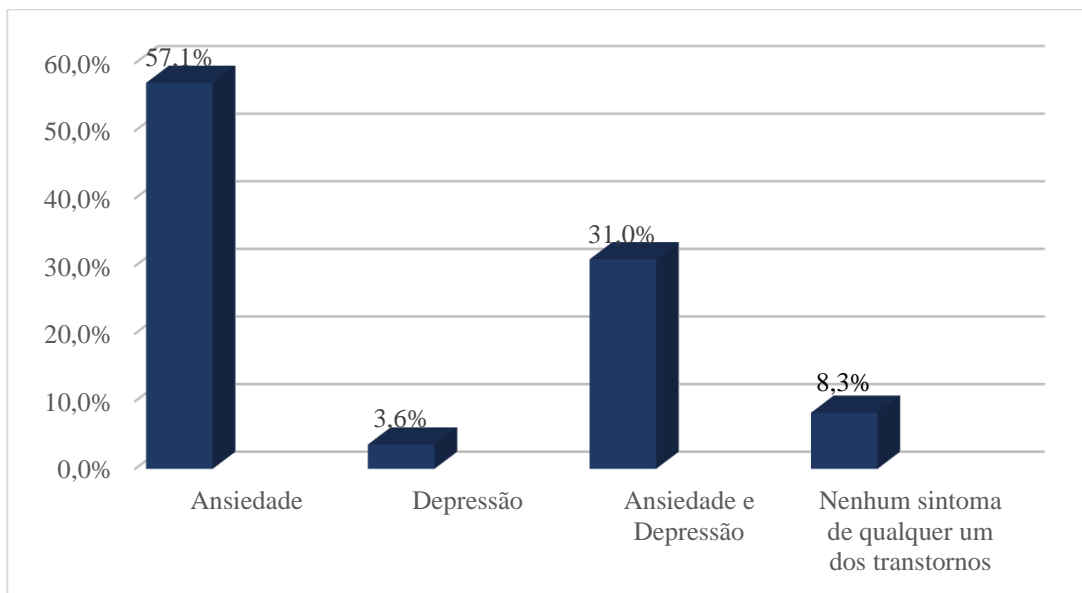


Fonte: Dados da pesquisa aplicada em 2021.

A indagação seguinte visou identificar a compreensão dos estudantes sobre seu desempenho acadêmico nas disciplinas curriculares do curso de Psicologia durante a pandemia da COVID-19. Entre os respondentes, 42,9% acredita que seu desempenho foi muito prejudicado; 41,7% afirma que foi um pouco prejudicado, mas não muito; 8,3% não identificou prejuízos, pelo contrário, encontraram melhorias na performance acadêmica e 7,1% assinala que seu desenvolvimento permaneceu como era antes da pandemia.

Questionou-se também se os universitários apresentaram algum sintoma de ansiedade e/ou depressão durante a pandemia da COVID-19. Em relação à ansiedade, 57,1% identificaram sintomas deste transtorno; 3,6% apresentou sintomas apenas de depressão; 31,0% assinalou a manifestação de sintomas tanto de ansiedade quanto de depressão e 8,3% não apresentou sintomas de nenhum dos transtornos. Esses registros são apresentados na Figura 2.

Figura 2: Manifestação dos sintomas de ansiedade e depressão pelos acadêmicos de Psicologia.



Fonte: Dados da pesquisa aplicada em 2021.

Os dados obtidos com essa pesquisa, quando relacionados a outros estudos com públicos diferentes, apresentam similaridades e divergências. Goularte et al. (2021), em uma pesquisa realizada na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), evidencia que 80% dos cidadãos brasileiros tornou-se mais ansioso durante a ocorrência da pandemia, enquanto 68% reportou sintomas de depressão. Outro estudo, protagonizado pela UERJ, direcionado ao comportamento dos brasileiros durante o período de distanciamento social, constatou-se um aumento de 90% nos casos de depressão na população desde o início da quarentena, ao mesmo tempo que as ocorrências de ansiedade e estresse aumentaram cerca de 80% neste período (Gameiro, 2020). Nesse sentido, identifica-se uma ocorrência, em proporções significativamente menores, de ansiedade e depressão, na população de estudantes universitários de Psicologia, mas ainda se registram quantitativos altos de prevalência.

Em sequência, buscou-se verificar se os participantes da pesquisa possuíam um diagnóstico de transtornos ansiosos e/ou depressivos prévio ao início pandemia da COVID-19. Constatou-se que 21,5% dos estudantes tiveram diagnóstico prévio de ansiedade, 10,7% de depressão, 13,1% de ambos os transtornos e 54,7% dos respondentes não apresentou

diagnósticos de nenhum dos transtornos em qualquer momento da vida no período pré-pandêmico.

No que diz respeito às percepções dos universitários sobre os efeitos da pandemia em sua rotina diária, os principais impactos identificados foram: dificuldade de concentração nas atividades online (78,6%); medo de contrair a COVID-19 e transmitir a alguém (77,4%); aumento do estresse (75,0%); uso excessivo da tecnologia (73,8%) e falta de forças para executar as tarefas diárias, desmotivação (73,8%). Os dados estão representados na Tabela 1, incluindo outras manifestações comportamentais.

Tabela 1: Estatísticas descritivas para as percepções dos participantes sobre os efeitos da pandemia.

Comportamento	Porcentagem (%)
Dificuldade de Concentração nas atividades online	78,6%
Medo de contrair a Covid-19 e transmitir a alguém	77,4%
Aumento do estresse	75,0%
Uso excessivo da tecnologia	73,8%
Falta de forças para executar as tarefas diárias, desmotivação	73,8%
Alteração no sono (sonolência excessiva ou insônia)	69,0%
Medo de que algum familiar ou amigo próximo morra	64,3%
Irritabilidade	63,1%
Preocupações excessivas	60,7%
Prejuízos no rendimento/produktividade nas tarefas cotidianas	59,5%
Tristeza e desânimo	58,3%
Problemas relacionados à autoestima	56,0%
Sentimentos de vazio, medo, insegurança	56,0%
Prejuízos nos hábitos alimentares e/ou alterações no peso	53,6%
Sentimentos constantes de solidão, incerteza e inconstância	52,4%
Cansaço constante e perda de energia	51,2%
Inquietação ou sensação de estar sempre “nervoso”	47,6%
Sedentarismo	47,6%

Perda do interesse pelas atividades que antes lhe causavam prazer	44,0%
Dificuldade de concentração para tomar decisões	40,5%
Vontade de deixar o curso de psicologia	40,5%
Prejuízos nas relações familiares/sociais e comunicação com estes	39,3%
Angústia constante e sem causa aparente	35,7%
Falta de ar, dores musculares e dor de cabeça	28,6%
Medo de morrer	22,6%
Alteração na libido/desejo sexual	21,4%
Consumo em maior quantidade de álcool e/ou drogas	19,0%
Outros	3,6%

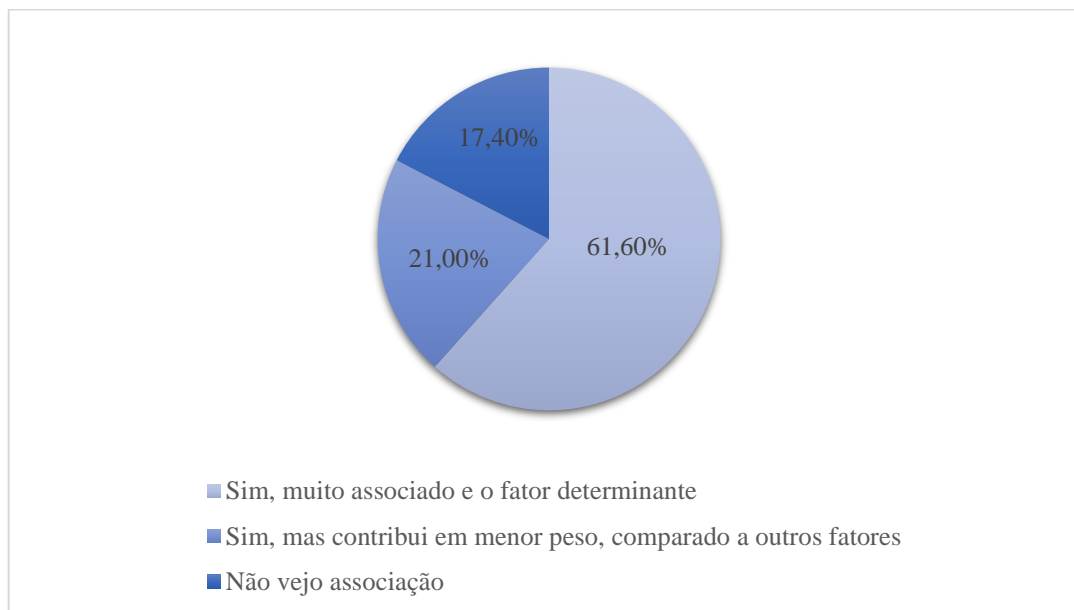
Fonte: Dados da pesquisa aplicada em 2021.

Por fim, 59,50% dos acadêmicos de psicologia afirmaram estar fazendo psicoterapia no momento em que o questionário foi aplicado. Considerando-se os resultados obtidos com tal pergunta, abriu-se um terceiro segmento, sendo este destinado apenas aos 40,5% dos participantes, que não estavam fazendo psicoterapia atualmente. O primeiro dado coletado buscou identificar se esses alunos já haviam feito psicoterapia em algum momento da vida, e os resultados evidenciaram que 77,8% fez psicoterapia. Todos os respondentes (100%) dessa seção afirmaram sentir necessidade de fazer psicoterapia.

A seção seguinte avaliou o modo como os sintomas de ansiedade e/ou depressão se apresentaram na vida dos estudantes, com questões referentes à mudança na forma de ensino, à adoção de estratégias de enfrentamento da pandemia do SARS-CoV-2 e ao possível uso medicamentoso para os transtornos de ansiedade e/ou depressão.

Os estudantes foram interrogados acerca da possibilidade da suspensão das aulas presenciais e sua continuação através da modalidade remota estar relacionada ao surgimento ou à intensificação de sintomas de ansiedade e/ou depressão. Dentre os respondentes, 61,6% acredita que as aulas online estão muito associadas e apresentam-se como fator determinante para a manifestação dos sintomas dos transtornos citados; 21,0% encontra correlação entre as variáveis, mas as aulas remotas contribuíram em menor peso, comparadas a outros fatores; 17,4% não identifica associação entre as aulas por meios digitais e os sintomas de ansiedade/depressão (Figura 3).

Figura 3: Percepção dos universitários sobre a relação entre as aulas online e a ocorrência de sintomas ansiosos ou depressivos.



Fonte: Dados da pesquisa aplicada em 2021.

No que tange o aspecto dos psicotrópicos, 3,5% dos acadêmicos utiliza medicamentos para ansiedade atualmente; 1,2% para depressão; 14,0% tanto para ansiedade quanto para depressão e 81,3% não utiliza nenhum tipo de ansiolítico ou antidepressivo.

Adentrando-se o campo dos medicamentos, aqueles que têm a propriedade de atuar quase que exclusivamente sobre a ansiedade e tensão, os diminuindo ou abolindo, sem afetar em demasia as funções psíquicas e motoras do sujeito, são denominados ansiolíticos, conforme o Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas (CEBRID).

Já tratando-se dos antidepressivos, devido a etiologia da depressão ainda permanecer incerta, Moreno, Moreno e Soares (1999) registram a ausência de explicação cabal e adequada sobre o funcionamento de tais fármacos, e, por isso, são utilizadas hipóteses a fim de compreender seu mecanismo de ação. Eles possuem como função a normalização do fluxo de neurotransmissores, moléculas responsáveis pelo impulso nervoso de um neurônio para o outro (COLTRI, 2019).

Quando comparadas as porcentagens de uso de ansiolíticos e antidepressivos desse estudo com a revisão bibliográfica de Américo (2021), que aponta a venda de quase cem mil

caixas de antidepressivos e controladores de humor no Brasil no ano de 2020, identifica-se uma contraposição entre os dados, uma vez que a proporção dos estudantes de psicologia que fazem o uso de tais psicotrópicos (18,70%) é relativamente pequena.

O questionário foi encerrado para os participantes que não utilizam psicofármacos para ansiedade e/ou depressão. Aqueles que afirmaram usar recursos medicamentosos para esses transtornos foram convidados a responder a mais uma seção de perguntas, relacionadas à origem de uso, possíveis alterações tanto na dosagem quanto no próprio medicamento, e ao psicofármaco empregado.

Tratando-se do período de início de uso de ansiolíticos e/ou antidepressivos, 62,5% dos respondentes desta seção já os utilizavam antes da pandemia da COVID-19, enquanto o restante da população passou a usá-los durante o período pandêmico (37,5%). Durante a pandemia houve alteração no medicamento utilizado por 18,8% dos participantes, enquanto que 6,3% teve alteração de dosagem em algum momento fora da pandemia. Quase 75,0% dos respondentes não necessitaram de alterações no tipo de medicamento, tampouco da dosagem deste. Todos os voluntários afirmaram que a origem do uso medicamentoso foi a partir de prescrição médica. Em última análise, os psicofármacos utilizados foram Donaren, Fluoxetina e Sertralina (20,0%), Mirtazapina, Lítio, Concerta e Frontal (13,3%), Daforin, Zoloft, Citalopram, Elifore, Pondera, Zetron XL, Bupopriion e Desvelanfaxina (6,7%)

Nesse sentido, os dados coletados apontam que 37,5% dos participantes iniciaram o uso de ansiolíticos e/ou antidepressivos durante o período da pandemia, o que representa uma porcentagem significativa. Com isso, identifica-se uma correlação de tais informações com os resultados das demais pesquisas nesse eixo temático (AMÉRICO, 2021; CONSELHO FEDERAL DE FARMÁCIA, 2020; VALÉCIO, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo demonstrou elevadas taxas de sofrimento psíquico nos estudantes universitários do curso de Psicologia durante a pandemia da COVID-19. Os dados evidenciam expressivos índices de ocorrência ou agravamento de quadros clínicos dos transtornos de ansiedade e depressão. Já a quantidade de estudantes que passaram a fazer o uso de ansiolíticos e/ou antidepressivos no período de disseminação do novo Coronavírus,

impulsiona à reflexão sobre um consumo prudente de recursos medicamentosos por parte dos graduandos em Psicologia.

Identifica-se que os graduandos em Psicologia constituem um público potencial para os transtornos ansiosos e depressivos, contudo não se pode afirmar que também compõem uma população iminente para o uso de psicofármacos numa esfera pandêmica. Há que se observar a compreensão de um fator de risco para a ocorrência de tais transtornos, que está associado ao gênero dos participantes, uma vez que as pessoas que se identificam como mulheres assinalaram uma percepção significativamente maior dos impactos do período de distanciamento social.

O cenário pandêmico na esfera universitária produziu como principais consequências para os estudantes de Psicologia dificuldades de concentração nas atividades online e prejuízos no desempenho nas disciplinas curriculares; aumento do estresse; falta de forças para executar as tarefas diárias, desmotivação; vontade de deixar o curso de Psicologia. Diante do exposto, urge discussões a respeito da saúde psíquica desses estudantes, com objetivo de promover assistência psicossocial à essa população, a fim de minimizar os impactos do período de disseminação do vírus SARS-CoV-2, e, assim, mitigar também os prejuízos no âmbito estudantil. Nota-se a necessidade em promover à saúde a partir de recursos que assegurem uma educação digital que seja motivadora e que compreenda as necessidades apresentadas pelos discentes.

Algumas limitações de estudo encontradas durante a realização dessa pesquisa foram a carência de pesquisas relacionadas à ocorrência de transtornos ansiosos e depressivos durante a pandemia do COVID-19 em populações específicas de estudantes universitários e a limitação da amostra respondente do questionário. Reforça-se a importância da pesquisa com grupos delimitados de estudantes dos diversos cursos de graduação, para além da Psicologia, para que se compreenda o modo pelo qual os universitários de diferentes áreas estão enfrentando este período de pandemia. Os resultados desse estudo podem viabilizar elementos importantes para a promoção de ações preventivas e de enfrentamento no que tange a presença de sintomas de sofrimento psíquico nos graduandos em Psicologia durante o contexto de COVID-19.

Acrescenta-se que torna-se importante realizar a pesquisa novamente em momento de retorno às aulas presenciais, para verificar se tais efeitos na saúde mental de fato estão associados ao período de distanciamento social ou se poderiam ser atribuídos a outros fatores.

Há também a necessidade de se refletir sobre a subjetividade nos dias atuais, e, para isso, compreende-se a importância de se considerar o cenário pandêmico e o modo como este tem afetado a sociedade. A dúvida no que tange o sentido da vida pode desempenhar um papel importante no estabelecimento e na manutenção de um quadro depressivo, e aponta o “vazio existencial” como uma nova demanda da contemporaneidade, tal como já colocado por Viktor Frankl (2015).

REFERÊNCIAS

AMÉRICO, Tiago. Venda de antidepressivos cresce 17% durante a pandemia no Brasil. CNN, 2021. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/venda-de-antidepressivos-cresce-17-durante-pandemia-no-brasil/>. Acesso em: 28 abr. 2021.

BARDIN, Laurence. Análise de conteúdo. Lisboa: edições, 70, 225, 1977.

BARLOW, David H.; DURAND, V. Mark. Psicopatologia: uma abordagem integrada. Cengage Learning, 2011.

BARNHILL, John Warren. Considerações gerais sobre transtornos de ansiedade, 2020. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt/casa/dist%C3%BArbios-de-sa%C3%BAde-mental/ansiedade-e-transtornos-relacionados-ao-estresse/considera%C3%A7%C3%B5es-gerais-sobre-transtornos-de-ansiedade>. Acesso em: 10 mar. 2021.

BEZERRA, Indara Cavalcante et al. " Fui lá no posto e o doutor me mandou foi pra cá": processo de medicalização e (des) caminhos para o cuidado em saúde mental na Atenção Primária. Interface-Comunicação, Saúde, Educação, v. 18, p. 61-74, 2014.

BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; GUERRA, Bárbara Trevizan. O impacto da depressão para as interações sociais de universitários. Estudos e pesquisas em psicologia, v. 14, n. 2, p. 429-452, 2014.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução 466/12. Trata de pesquisas em seres humanos e atualiza a resolução 196, 2012. [Internet]. *Diário Oficial da União*. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso em: 07 abr. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Sobre a doença, 2020a. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/o-que-e-o-coronavirus>. Acesso em: 8 mar. 2021.

BRASIL. Portaria No 343, de 17 de março de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus – COVID-19, 2020b. Brasília, DF.

CÂMARA, Hugo; ROCHA, Clara; BALTEIRO, Jorge. Grau de conhecimento e consumo de psicofármacos dos alunos da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, v. 29, n. 2, p. 173-179, 2011.

CARLOTTO, Mary Sandra; NAKAMURA, Antonieta Pepe; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área. *Psico*, v. 37, n. 1, 2006.

CENTRO BRASILEIRO DE INFORMAÇÕES SOBRE DORGAS PSICOTRÓPICAS (CEBRID). Tranquilizantes ou Ansiolíticos. Departamento de Psicobiologia, Escola Paulista de Medicina, Universidade Federal de São Paulo, Rua Botucatu 862, 1º andar, 04023-062 São Paulo, SP, Brasil.

COLIZZI, Marco et al. Medically unexplained symptoms in the times of COVID-19 pandemic: a case-report. *Brain, behavior, & immunity-health*, v. 5, p. 100073, 2020.

COLTRI, Flávia. Antidepressivos não criam estado de felicidade. *Jornal da USP*, 2019. Disponível em: <https://jornal.usp.br/atualidades/antidepressivos-nao-criam-estado-de-felicidade/>. Acesso em: 28 abr. 2021.

CONSELHO FEDERAL DE FARMÁCIA. Venda de medicamentos psiquiátricos cresce na pandemia, 2020. Disponível em: <http://covid19.cff.org.br/venda-de-medicamentos-psi-quiatricos-cresce-na-pandemia/>. Acesso em: 28 abr. 2021.

FARO, André et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de psicologia (Campinas)*, v. 37, 2020.

FRANKL, Viktor E. O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar a razão de viver. *É realizações*, 2015.

GAMEIRO, Nathália. Depressão, ansiedade e estresse aumentam durante a pandemia. *Fiocruz Brasília*, 2020. Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/depressao-ansiedade-e-estresse-aumentam-durante-a-pandemia/>. Acesso em: 29 mar. 2021.

GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. Métodos de pesquisa. coordenado pela Universidade Aberta do Brasil–UAB/UFRGS e pelo Curso de Graduação Tecnológica–Planejamento e Gestão para o Desenvolvimento Rural da SEAD/UFRGS. Porto alegre: Editora da UFRGS, v. 2, n. 0, p. 0, 2009. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/cursopgdr/downloadsSerie/derad005.pdf>. Acesso em: 21 mar. 2021.

GOULARTE, Jeferson Ferraz et al. COVID-19 and mental health in Brazil: Psychiatric symptoms in the general population. *Journal of psychiatric research*, v. 132, p. 32-37, 2021.

IOC/FIOCRUZ. Fiocruz, IBRO e Sociedade Max-Planck promovem curso sobre depressão no IOC, 2015. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/fiocruz-ibro-e-sociedade-max-planck-promovem-curso-sobre-depressao-no-ioc>. Acesso em: 10 mar. 2021.

JARDIM, Sílvia. Depressão e trabalho: ruptura de laço social. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 36, p. 84-92, 2011.

LIMA, Carlos Kennedy Tavares et al. The emotional impact of Coronavirus 2019-nCoV (new Coronavirus disease). *Psychiatry research*, v. 287, p. 112915, 2020.

MOREIRA, Wanderson Carneiro et al. Intervenções em saúde mental em tempos de COVID-19: scoping review. 2020.

MORENO, Ricardo Alberto; MORENO, Doris Hupfeld; SOARES, Márcia Britto de Macedo. Psicofarmacologia de antidepressivos. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 21, p. 24-40, 1999.

OLIVEIRA, Júlia Raso Ferreira de et al. Descrição do consumo de psicofármacos na atenção primária à saúde de Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, p. e00060520, 2021.

OLIVEIRA, Kelly; DRESCH, Daniel. Primeiro caso de covid-19 no Brasil completa um ano, 2021. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2021-02/primeiro-caso-de-covid-19-no-brasil-completa-um-ano>. Acesso em: 8 mar. 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE-OMS. Depression and other common mental disorders: global health estimates, 2017 [Internet]. *Geneva*: WHO. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf;jsessionid=0D5A8AED2ABA861553D3BE1FE75E2F4B?sequence=1>. Acesso em: 30 mar. 2021.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE-OPAS. Depressão, 2020a. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>. Acesso em: 10 mar. 2021.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE-OPAS. OMS declara emergência de saúde pública de importância internacional por surto de novo coronavírus, 2020b. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/news/30-1-2020-who-declares-public-health-emergency-novel-coronavirus>. Acesso em: 8 mar. 2021.

ORNELL, Felipe et al. “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 42, p. 232-235, 2020.

PELEGRINI, Marta Regueira Fonseca. O abuso de medicamentos psicotrópicos na contemporaneidade. *Psicologia: ciência e profissão*, v. 23, p. 38-41, 2003.

PADOVANI, Ricardo da Costa et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Revista brasileira de terapias cognitivas*, v. 10, n. 1, p. 02-10, 2014.

PANDOSSIO, J.E. et al. Uso de medicamentos psicotrópicos por universitários da área da saúde no contexto da COVID-19, 2020. Disponível em: <http://repositoriocovid19.unb.br/repositorio-projetos/uso-de-medicamentos-psicotropicos-por-universitarios-da-area-de-saude-no-contexto-da-covid-19/>. Acesso em: 8 mar. 2021.

SCHMIDT, Beatriz et al. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). *Estudos de Psicologia (campinas)*, v. 37, 2020.

SILVEIRA, Celeste et al. SAÚDE MENTAL EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR. *Acta Médica Portuguesa*, v. 24, 2011.

SHIGEMURA, Jun et al. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. *Psychiatry and clinical neurosciences*, v. 74, n. 4, p. 281, 2020.

TORRES, Ana Catarina Moura et al. Educação e Saúde: reflexões sobre o contexto universitário em tempos de COVID-19. 2020.

VALÉCIO, Marcelo de. COVID-19 aumenta venda de ansiolíticos, medicamentos para insônia e vitaminas, 2020. Disponível em: <https://ictq.com.br/varejo-farmaceutico/1552-covid-19-aumenta-venda-de-ansioliticos-medicamentos-para-insonia-e-vitaminas>. Acesso em: 28 abr. 2021.
