

IMPACTOS DA PANDEMIA DO COVID 19 NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DO CURSO DE PEDAGOGIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO

Gabriela Dias Cavalcanti¹

Mayara Marina da Silva²

Jaileila De Araújo Menezes³

RESUMO

O presente artigo aborda, em uma perspectiva crítica, os impactos da pandemia de COVID 19 na saúde mental de estudantes do curso de Pedagogia - turno noturno - da Universidade Federal de Pernambuco. A análise problematiza dificuldades, manejos e superações possíveis das dificuldades impostas para estudantes com perfil de trabalhadores/trabalhadoras e marcados também por especificidades de gênero como a maternidade que agudizam as vivências de desigualdades sociais. Esse estudo, qualitativo e de abordagem exploratória, foi realizado através da aplicação de um questionário semiaberto com um grupo de 10 estudantes, sendo 5 homens e 5 mulheres. Os resultados evidenciaram a importância do cuidado, em uma perspectiva psicossocial, na vida e na formação do estudante - principalmente em momentos de fragilidade como a pandemia - e a urgência de políticas públicas contínuas que articulem educação e saúde mental.

Palavras Chaves: Pandemia, Saúde mental, Universidade.

1.INTRODUÇÃO

Durante o ano de 2020 a humanidade sofreu com a chegada da pandemia do COVID - 19, doença provocada pelo vírus SARS - CoV - 2. Com o vírus se espalhando cada vez mais rápido, existiam poucas informações para combate da doença e medidas preventivas foram tomadas para proteger a população desse vírus que se espalhou rapidamente e fez inúmeras vítimas em todo o mundo. Dentro dessas medidas de prevenção para evitar o contágio e proliferação do vírus estão o distanciamento social, a quarentena e o lockdown.

Diversos segmentos da sociedade tiveram seu sistema organizacional atingido pela necessidade de parar completamente com suas atividades presenciais por um longo período de

¹ Concluinte de Pedagogia – Centro de Educação – UFPE. gabriela.diasc@ufpe.br

² Concluinte de Pedagogia – Centro de Educação – UFPE. mayara.marina@ufpe.br

³ Professora do Departamento de Psicologia, Inclusão e Educação – Centro de Educação – UFPE. jaileila.santos@ufpe.br

tempo. As instituições de ensino, como as universidades, sofreram diretamente nesse processo, uma vez que são responsáveis pelo recebimento de milhares de pessoas.

Com as novas exigências sanitárias de distanciamento social, tornou-se impossível a continuidade do ensino presencial naquele momento. Diante desta situação, o Governo Federal publicou a portaria de nº 343 de 17 de março de 2020, que autorizou a substituição das aulas dos cursos presenciais do Ensino Superior por meios remotos de ensino durante a pandemia de COVID-19. A Portaria delega às instituições a disponibilização de plataformas digitais para acompanhamento das disciplinas pelos alunos, bem como autoriza a suspensão de aulas com posterior substituição, caso as Universidades façam essa opção (BRASIL, 2020). O Conselho Nacional de Educação (CNE), de forma a apoiar e legalizar a utilização do ensino remoto, lançou um parecer de reorganização do calendário escolar e a possibilidade de cômputo de atividades não presenciais para fins de cumprimento da carga horária mínima anual, em razão da pandemia no mês de Abril de 2020. O parecer foi homologado pelo Ministério da Educação, em maio de 2020.

Neste contexto, as universidades de todo país tiveram que embarcar no ensino remoto, algo desconhecido por muitas das instituições. Barreto, Oliveira e Cunha (2020) já abordaram que não só no Brasil, mas no mundo inteiro se tornou necessário aprender tecnologias educacionais para lidar com esse grande imprevisto de forma a não prejudicar os processos educativos. A expectativa era de que as pessoas conseguissem se adaptar rápido a uma mudança de rotina com o mínimo de impacto sócio emocional.

De acordo com Zanon, Rosin, & Teixeira (2014) os estudantes que ingressam na universidade de forma presencial deparam-se com uma nova realidade a qual exige toda uma nova adaptação de rotina universitária. A transição do ensino médio para a vida acadêmica é uma autoafirmação e começo de um desenvolvimento e história profissional, momento esse que exige bastante da vida do estudante que está passando por um processo de ampliação psíquica para lidar com as novas demandas sociais.

No entanto, é comum perceber muitos estudantes ingressantes em universidades com relatos de dificuldades, por ser um período que pode tornar mais evidente problemas pessoais, acadêmicos e financeiros. O conjunto de incertezas e inseguranças que rondam a vida da juventude, principalmente dos grupos historicamente subalternizados, aliado a um cenário de insegurança sanitária advindo com a pandemia repercutiu em níveis de estresse, medo e ansiedade dos estudantes nos mais diferentes contextos de escolarização.

A presente pesquisa debruça-se sobre a realidade de estudantes do curso de pedagogia que conforme dados do Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes (ENADE, 2005) atendem historicamente a um perfil de estudante-trabalhador.

A partir dessas constatações, a maioria dos estudantes que precisam trabalhar têm necessidade de estudar pelo horário da noite. O indivíduo chega no horário de estudos na faculdade com a carga de um dia todo de trabalho, acumulando uma realidade de poucas horas de descanso, o que por si só já tem significativa repercussão em seus processos de aprendizagens (capacidade de atenção e concentração).

Outra questão a ser pontuada é o recorte de gênero do corpo discente de pedagogia. Segundo um levantamento feito pelo INEP em relação ao ensino superior, a pedagogia se destaca pela prevalência quase total de estudantes mulheres, o levantamento mostra de forma geral que o número de mulheres matriculadas nos cursos de Pedagogia no Brasil é de 660.917, enquanto os homens é um total de 53.428, um número bem inferior ao sexo feminino (INEP, 2017). A pesquisa também sinaliza que a maioria dos estudantes que cursam pedagogia são predominantes das classes mais baixas.

É importante refletir que frente a essa situação de grave crise econômica, política e sanitária, as pessoas mais atingidas são as de menores rendas e em condições economicamente desfavoráveis, o que sinaliza para o aumento ainda mais da desigualdade social no país durante a pandemia.

Como estamos tratando do contexto de uma universidade pública federal, temos ainda que considerar o processo de democratização do acesso, pautado nas políticas afirmativas de cotas, que faz com que o corpo acadêmico reúna grande diversidade social, econômica e cultural. Isso faz com que, em um momento de grande mobilização e transformação social como a crise de saúde pública por causa da pandemia, as ações e a produção do conhecimento sejam mais coerentes e dialógicas com as diferentes realidades da população.

Na realidade do curso de pedagogia da UFPE tem-se a oferta da formação como licenciatura nos turnos matutino, vespertino e noturno com duração de 5 anos (10 períodos). Formando profissionais para atuar no ensino, organizações e gestores dos sistemas educacionais escolares ou não escolares. Também atua para a área de conhecimento científico e tecnológico no campo educacional, tendo a docência como base obrigatória de sua formação e identidade profissional.

O curso possui as disciplinas teóricas que vão ao longo do processo articulando com as disciplinas práticas (Estágios). Dessa forma, Rocha (2008) apresenta que a formação tem possibilitado ao/à estudante durante a sua trajetória na universidade o desenvolvimento de um

processo reflexivo através da socialização, do registro e das intervenções realizadas por professores/as formadores/as do Curso de Pedagogia, em especial a partir do planejamento, da vivência e da avaliação das intervenções pedagógicas realizadas durante o curso, que são os momentos de regência.

Com relação ao perfil de estudantes matriculados no turno da noite podemos afirmar uma quantidade significativa de pessoas com idades mais avançadas, muitos estudantes trabalhadores ou que possuem uma rotina diária composta por diversas atividades durante o dia. Outra observação feita é a quantidade de mulheres que são mães, dessa forma, precisam se desdobrar ainda com responsabilidades maternas. Diante disso, percebe-se que ao final do dia, esses estudantes chegam para assistir às aulas com exaustão, sono e cansaço.

Durante o período pandêmico a universidade federal de Pernambuco junto ao centro de educação (CE) mobilizou algumas estratégias para lidar com o cenário e as demandas da pandemia, podemos citar o projeto “#FicouDiciadoCE”, uma estratégia que surgiu durante o período pandêmico e visou mobilizar o coletivo de estudantes, docentes e técnicos do centro durante o distanciamento social causado pela pandemia. O objetivo do projeto foi abarcar atividades de apoio, envolvimento, estudo, criatividade e solidariedade. Outra ação que podemos citar é o Laboratório de Acolhimento, projeto que envolve vários docentes do centro de educação e que visa a escuta acolhedora de demandas emergenciais para encaminhamento à rede de cuidado e atenção psicológica em equipamentos de saúde mental na UFPE e para além dela.

Era de se esperar que os vários desafios impostos pela pandemia tivessem um rebatimento em termos de evasão, repetência e várias dificuldades de aprendizagem para o corpo discente. Muitos especialistas já anunciavam uma onda pandêmica de problemas relativos ao sofrimento psíquico em toda a população, mas com incidência mais severa sobre determinados grupos sociais.

Nesse sentido, nossa pesquisa tem como objetivo geral analisar os principais impactos causados na saúde mental dos estudantes do turno da noite de pedagogia na Universidade Federal de Pernambuco devido ao contexto de pandemia causada pela COVID 19 e saúde pública. E como objetivos específicos: Identificar queixas e sintomas de sofrimento psíquico desenvolvidos pelos estudantes durante a pandemia; Analisar situações comprometedoras da saúde mental e dos processos de aprendizagem de estudantes desenvolvidas em contexto de pandemia; Conhecer as estratégias desenvolvidas pelos estudantes para diminuir os agravos causados pela pandemia em sua saúde mental.

Optamos por dividir nossa fundamentação teórica em dois eixos: O cenário epidêmico e os desafios do ensino remoto e saúde mental universitária. Autores como Dias (2016) e Cordeiro (2020) contribuem para entender sobre mudanças e as novas adaptações que aparecem em nossas vidas, como também a ideia do mundo digital como forma de comunicação, interação e trabalho. Vizzoto (2017) e Nogueira (2017) ajudam a entender sobre as demandas e exigências da vida universitária, e o que isso causa na vida e na saúde mental dos estudantes que ingressam na universidade.

Em seguida, na metodologia, caracterizamos o campo de pesquisa e a abordagem escolhida. Logo após, analisamos os dados do questionário, o qual buscamos conversar e refletir junto aos nossos objetivos específicos e fundamentação teórica. Por fim, apresentamos as considerações finais da pesquisa com os dados já analisados.

2.FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 CENÁRIO PANDÊMICO E OS DESAFIOS DO ENSINO REMOTO

No final de fevereiro de 2020 o Brasil identificou o primeiro caso de contaminação pelo novo coronavírus no país. Enquanto a Europa já registrava centenas de casos de covid-19. Ao longo dos dias, os números crescentes de infectados pelo vírus SARS-COV-2 e as primeiras mortes foram aparecendo e gerando aflição em toda população.

O impacto causado pela pandemia do coronavírus impôs drásticas mudanças na rotina da população mundial. Diversas áreas foram atingidas por essas ações, entre elas, a Educação. Logo após a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarar pandemia de coronavírus, o Ministério da Educação passou a definir critérios para a prevenção ao contágio do COVID-19 nas escolas e universidades.

O desafio fundamental da educação brasileira passou a ser a adequação ao novo cenário imposto pela pandemia. Uma das medidas tomadas foi a inclusão do ensino remoto nas universidades como alternativa à interrupção das atividades presenciais. O Ministério da Educação do Brasil (MEC), por meio da portaria Nº 343, de 17 de março de 2020, autorizou a utilização de aulas online nas várias modalidades de ensino, com o dever das instituições a reorganização dos calendários e da dinâmica de dias letivos.

No início acreditava-se que a pandemia fosse breve e pudéssemos voltar à normalidade no mês seguinte, no entanto, a realidade se estendeu mais do que esperávamos e às escolas e universidades de todo o país tiveram que organizar seus calendários e suas aulas diante de uma realidade de tantas incertezas e preocupações.

Todo esse cenário fez com que os professores, gestores, funcionários e os estudantes precisassem se reinventar e se adaptar, buscando soluções para atender às novas necessidades que iriam passar. Cordeiro (2020) afirma que aprender a se adaptar às mudanças são desafios encontrados em meio ao isolamento social e aos efeitos da pandemia na educação do país. Os educadores e estudantes tiveram que buscar estratégias para conseguir ministrar aulas e assistir à distância através do ensino remoto com auxílio de plataformas online.

Compreender que o cenário pandêmico vivenciado gerou impactos não só na área da saúde, mas questões que expõe um pouco sobre a história do nosso país é importante para perceber que estamos diante de uma questão interseccional, em que as variáveis de classe são fundamentais para se entender o distanciamento que acaba sendo não apenas social, mas que também é um distanciamento no que diz respeito à chances de vida e apropriação de bens (SOUZA, 2003).

A educação em formato online pressupõe que todos estejam conectados e integrados, mas é difícil mensurar o quanto, de fato, esses estudantes têm ou conseguem ter o acesso. Um em cada quatro brasileiros não têm acesso à internet, representando cerca de 46 milhões de pessoas, conforme a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua - Tecnologia da Informação e Comunicação (Pnad Contínua TIC), de 2018, divulgada pelo IBGE. A pesquisa também concluiu que os estudantes de instituições privadas estão mais preparados para acessar materiais e plataformas online do que os estudantes de ensino público. Por isso, percebe-se que a educação remota junto a pandemia traz um cenário ainda maior de desigualdade social e dificuldade para as classes sociais mais baixas.

Dessa forma, surgem alguns desafios e dificuldades a serem enfrentados, como a falta dos meios tecnológicos nas casas de muitas famílias brasileiras, também como o acesso limitado ou inexistente de internet, uso e manuseio dos meios tecnológicos por parte dos profissionais da educação e dos estudantes, a manutenção, a falta de infraestrutura e materiais necessários para atender a esses profissionais e estudantes.

O formato de aula remota de acordo com CORDEIRO (2020), também traz aos estudantes uma carga de estresse muito maior do que aquele já presente no ensino presencial, pois o desafio vai além de aprender e se adaptar às novas demandas tecnológicas, está presente também no atual ambiente de estudos que se torna a própria casa, tendo muitas interferências externas.

Além disso, podemos refletir que com o ensino remoto a desigualdade de gênero agudiza a precariedade das condições de vida das mulheres, sobrecarregadas por uma jornada de trabalho incessante. De acordo com Melo (2020), para muitas mulheres, a possibilidade de

trabalhar em casa se apresenta como uma forma de conciliar trabalho e família, diferente dos homens, a modalidade é associada ao trabalho com mais conforto e mais produtividade. Quando falamos do gênero feminino, a situação ainda se intensifica, pois a responsabilização pela manutenção da ordem doméstica e a falsa conciliação entre o trabalho produtivo e reprodutivo são questões que aumentaram com a pandemia e a chegada do home office. A justaposição entre atividades domésticas e de trabalho junto com a criação dos filhos são demandas sensíveis que acompanham as mulheres por muito tempo.

Por isso, essa sobreposição de funções, associada à falta de apoio na maioria dos lares, intensifica os malefícios da sobrecarga de atividades, podendo trazer transtornos mentais e problemas na saúde física da mulher trabalhadora. Afetando diretamente no seu desempenho e rotina de trabalho.

Mediante ao que foi dito, na Universidade Federal de Pernambuco, após 5 meses sem aulas desde o início do isolamento social, iniciou-se as atividades on-line com um período letivo suplementar denominado 2020.3. Esse período foi disponibilizado para os estudantes que tivessem interesse e condições de acessar as aulas on-line, sendo necessário confirmar a disponibilidade dos recursos necessários. Diante dessa novidade a universidade também tomou iniciativa de pensar e aplicar projetos como “Revid UFPE” de inclusão digital como rede de apoio e acompanhamento de estudantes em situação de vulnerabilidade com materiais de auxílio e estratégias de estudo.

A partir da implementação dessa modalidade de ensino, que não se tratava de um novo método mas sim de um método antes pouco utilizado, como já citado, foram muitos os desafios encontrados pelos estudantes e docentes. O semestre de 2020.3 também serviu para colocar em prática o que havia sido pensado e organizado para esse período remoto e analisar as estratégias que dariam certo e o que precisaria mudar para os próximos semestres.

A carga horária foi reduzida de acordo com cada instituição, suas disciplinas e seus professores. Além disso, a duração dos semestres também foi reduzida de seis para três meses. No curso de pedagogia durante o semestre facultativo e emergencial, ficou a critério dos professores oferecer ou não suas disciplinas, com vagas reduzidas e limitação de turnos e turmas.

Apesar do tempo para concretizar um plano de ação e as burocracias de recursos e de movimentos de oposição ao ensino remoto, foi uma alternativa que proporcionou a continuidade das atividades mesmo no contexto de isolamento social.

3.2 SAÚDE MENTAL UNIVERSITÁRIA

Falar sobre a saúde dos estudantes universitários pressupõe analisar questões como motivação, adaptação, relações, interação social e outras, como higiene e segurança nas instituições de ensino superior. Qualquer mudança dos exemplos citados pode desencadear um conjunto de eventos de ordem psicológica, como estresse, ansiedade, fobia social, depressão. Podendo acarretar no insucesso escolar ou dificuldades para o indivíduo no desempenho das responsabilidades acadêmicas e a resposta às demandas típicas desse nível de ensino, criando também problemas com motivação e expectativa em relação ao curso escolhido.

A saúde mental é uma questão que por muito tempo foi vista como um tabu, e tomou maior visibilidade com o passar do tempo. Vivendo em eras tecnológicas nos encontramos principalmente expostos a realidades criadas em redes sociais. Na mesma proporção que a internet ajudou a aumentar a circulação de informações, também é uma rede que mexe com os pensamentos e saúde mental da sociedade.

Além disso, vivemos em uma sociedade do imediatismo, tornando cada vez mais comum ver jovens e adultos da nova geração sendo diagnosticados com transtornos mentais. Se antes buscar ajuda psicológica era um assunto que poderia causar constrangimento, hoje a procura tem se tornado frequente.

Em relação aos estudantes e a vida universitária, é comum a ocorrência de transtornos mentais que são desenvolvidos pelo fato da vida acadêmica ser uma fase de mudanças complexas, marcada por cobranças e incertezas. Maltoni et al. (2019), revela a partir de estudos realizados com universitários entre 20 a 30 anos que no mundo contemporâneo, esse é um público que sofre pressão para conciliar suas responsabilidades pessoais, sociais e acadêmicas.

O estudante que ingressa na universidade se depara com uma nova realidade, um mundo novo, desconhecido, ameaçador. A vida universitária pode significar para muitos jovens a saída de casa, o desligamento ou afastamento com a família e a aproximação de atividades diferentes daquelas praticadas durante a vida escolar, ou seja, todos esses fatos acarretaram em mudanças no estilo de vida, no modelo acadêmico e no modo de viver adotados pelo estudante. (VIZZOTTO et al, 2017).

Essa transição conta com as novas relações afetivas, os conflitos entre avaliações de aprendizagens, dever e lazer, horas de estudos, locomoção, a relação de poder, a cobrança da carreira profissional, as preocupações com os ganhos econômicos, as relações pessoais fora da universidade, entre outros. Todos esses fatores podem levar ao sofrimento psicológico, afetando a saúde mental e trazendo transtorno aos estudantes.

Outro fato importante é que no cenário brasileiro, observa-se que existe um contingente alto de pessoas que além dos estudos, precisam trabalhar porque não têm condições financeiras de dedicar-se somente à vida acadêmica e o trabalho se torna um complemento essencial para a realização do crescimento educacional do indivíduo. Podemos perceber durante as pesquisas que a maioria dos estudantes que precisam conciliar estudo e trabalho são obrigados a ingressar na universidade no período noturno.

Carrano (2002) concluiu que o perfil do estudante universitário que precisa conciliar atividade profissional e estudo é marcada por desgaste físico e mental, atrasos, impossibilidade de realizar pesquisas e estudos antes das aulas, falta de tempo e excesso de cansaço, alimentar-se adequadamente, realizar atividades extras, conseguir manter o foco, entre outras. Essas dificuldades podem trazer prejuízos na formação acadêmica dessas pessoas, porque afeta aspectos físicos, educacionais e emocionais, além de reduzir o nível de motivação do estudante diante do processo de aprendizagem e aumentar o nível de estresse diário (TERRIBILI, 2009).

Dito isto, é importante todo o apoio, ajuda e amparo dos meios educacionais e criações de políticas públicas para auxiliar nessa etapa e seguir adiante de forma positiva. Um ambiente de aprendizagem acolhedor é um direito essencial para o bom desenvolvimento do seu aprendizado e também para que o estudante consiga se manter dentro da universidade.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o conceito de transtorno mental é um padrão psicológico que costuma estar associado a uma incapacidade ou a um mal-estar na vida do ser humano. É importante destacar que uma doença mental é uma mudança ou alteração nos processos cognitivos e afetivos do desenvolvimento que pode resultar em perturbações para o raciocínio, do comportamento e da adaptação de várias condições de vida.

Podemos perceber aspectos relacionados à vida acadêmica e transtornos mentais através de diversos estudos que apontam uma prevalência alta e crescente de transtornos mentais entre universitários, prevendo que cerca de 15 a 25% dos universitários irão apresentar em algum momento da sua vida na graduação algum transtorno mental até concluir a sua formação (VASCONCELOS et al., 2015)

No ambiente acadêmico, a alteração no modo de pensar e humor são comuns. (MONTEIRO et al., 2007) afirma que os estudantes universitários passam por momentos de mudança, desenvolvimento, frustração, crescimento, temores e angústias. Assim, o ambiente que contribuiria na edificação do conhecimento e seria a base para as suas experiências de formação profissional se torna, por vezes, o desencadeador de distúrbios patológicos, quando ocorre uma exacerbação da problemática do estresse acadêmico dos estudantes.

Dessa forma, com a saúde mental afetada acarreta também na falta de interesse e consequentemente mau desempenho nas atividades acadêmicas. É um sentimento psicológico no qual os estudantes se sentem vulneráveis. “Estudar a saúde mental em estudantes do ensino superior é particularmente importante numa época em que se verifica um aumento dos problemas de saúde mental nas sociedades contemporâneas em geral” (Nogueira,2017, p.30). Diante disso, além de todas as questões citadas, o conhecimento sobre a existência do surto da COVID 19 e todas as suas consequências constitui uma experiência ainda mais negativa que pode desencadear efeitos maiores na saúde mental e física do ser humano.

Outro ponto importante a ser considerado, é a categoria gênero, que tem sido incorporada cada vez mais para compreender melhor o panorama da saúde mental e suas desigualdades. Burin (2012) realiza estudos e pesquisas que mostram como os papéis de gênero afetam os modos de adoecimento feminino, em destaque, a maternidade, o papel conjugal, o duplo papel de demandas domésticas e trabalho/estudo e todas as condições opressivas vividas no cotidiano feminino.

O gênero se mostra de forma dinâmica, recompondo-se e mudando de acordo com os valores e as estruturas sociais (Tavares 2014). Por isso, mudam as condições de existência de homens e mulheres, suas formas de “estar no mundo” e, consequentemente, os riscos e impactos à sua saúde mental.

Por fim, o ambiente acadêmico pode se tornar difícil e estressante se não há condições necessárias que favoreçam o processo de ensino-aprendizagem, acolhimento, normas que permitam o desenvolvimento saudável de socialização e uma comunicação acessível entre alunos, professores e a sociedade.

É importante ficar atento e analisar as demandas desses estudantes universitários com a chegada da pandemia e os principais impactos causados na saúde mental dos mesmos. Dando importância também nas questões sociais, econômicas, de classe e de gênero. Principalmente quando se trata de estudantes-trabalhadores, mães e donas de casa que precisam se desdobrar para conseguir dar conta de tantas atividades referentes à vida adulta e acadêmica.

4.METODOLOGIA

Para realização deste estudo, realizamos uma pesquisa qualitativa de caráter exploratória que segundo Gil (2002, p.41) "proporciona maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a constituir hipóteses". Para isso, na primeira parte realizamos um levantamento bibliográfico a respeito da pandemia e das doenças mentais,

desafios e superações que atingem os estudantes durante a graduação, visando um aprofundamento e conhecimento do assunto para servir de parâmetro para a execução da pesquisa de campo.

Na segunda parte utilizamos como instrumento de pesquisa um questionário semiaberto na plataforma do google forms. É uma ferramenta virtual que facilita o processo de coleta de dados, que possibilita a resposta em seu tempo livre ou quando se sentirem à vontade, sem precisar revelar a identificação.

O questionário, de acordo com Gil (2011), pode ser definido “como a técnica de investigação composta por um número mais ou menos elevado de questões apresentadas por escrito às pessoas, tendo por objetivo o conhecimento de opiniões, crenças, sentimentos, interesses, expectativas, situações vivenciadas etc”. Dessa forma, é uma técnica que servirá para coletar as informações da realidade, com intuito de escuta e coleta a partir dos relatos trazidos pelos estudantes.

Para a coleta de dados, construímos no total 10 perguntas, sendo 3 de múltipla escolha e 7 abertas. As questões de múltipla escolha abarcavam acerca da idade, turno e período. As outras 7 abertas incluíam indagações sobre demandas pessoais e profissionais, filhos(as), sentimentos gerais com a notícia de suspensão das aulas, a adaptação com a chegada da pandemia e do ensino remoto, o isolamento social e efeitos positivos e negativos de forma geral durante o período de pandemia. Também procuramos entender as estratégias utilizadas para superar tais sentimentos e inquietações durante todo esse contexto.

Para participar do questionário semiaberto, obteve-se um grupo de 10 estudantes do curso de pedagogia a partir do 5º período em diante, da Universidade Federal de Pernambuco. O número escolhido de estudantes permitiria dividir entre 5 homens e 5 mulheres, escolha que se dá pelo interesse de analisar e refletir acerca das diferenças e desigualdades de gênero referentes aos transtornos mentais. Os participantes do estudo possuem idades entre 22 a 44 anos. A escolha dos estudantes matriculados a partir do 5º período em diante é devido ao ingresso na graduação de forma presencial antes da pandemia e que posteriormente vivenciaram a transposição para o ensino remoto, com a chegada da COVID 19 e o isolamento social. Outro ponto é ter em vista, como afirma Carrano (2002) que os estudantes do turno da noite tendem a sofrer maiores dificuldades por precisar, na maioria dos casos, conciliar o trabalho em tempo integral ou doméstico com a carga horária universitária.

A seleção dos 10 participantes entrevistados vieram através de estudantes que atendiam aos requisitos propostos para a entrevista, dessa forma, conseguimos ter um controle do número de indivíduos exato durante o processo de coleta de dados.

É importante ressaltar que no curso de pedagogia onde prevalece o gênero feminino, observamos principalmente as estudantes mulheres, que em sociedade já precisam se dividir para desempenhar vários papéis, além do trabalho fora e doméstico. Em especial as mulheres que são mães e universitárias, pois estas têm de lidar com a rotina de maternidade, o que torna sua vivência repleta de desafios sociais. Após o nascimento do filho, muitas mulheres encontram a exaustão física e emocional, e no caso das estudantes universitárias acabam se ausentando das aulas por um certo período e depois não conseguem mais retomar as atividades acadêmicas (Gonçalves et al 2018)

Mediante ao que foi dito, por fim, analisamos o conteúdo com as respostas obtidas na entrevista por meio de uma tabulação, categorizando os dados, e dessa forma, conseguimos alcançar uma visão geral e individual para analisar os pontos, as semelhanças e divergências, inquietações e estratégias adotadas por cada um.

5. ANÁLISE DE DADOS E INTERPRETAÇÃO DE RESULTADOS

Com intuito de analisar e interpretar os principais desafios, dificuldades e estratégias em relação a saúde mental no contexto pandêmico de um grupo de estudantes de pedagogia da UFPE composto por 5 homens e 5 mulheres que estudam no horário da noite, com idades entre 22 a 44 anos, aproximamo-nos de seus relatos e informações através de um questionário semiaberto na plataforma do google forms.

Durante a pesquisa, percebemos que são indivíduos que já chegam na universidade com uma exaustão, 9 dos 10 estudantes que participaram do questionário realizam alguma atividade de trabalho fora da universidade. Um resultado já esperado, de acordo com Castro (2013), visto que o curso de pedagogia é composto por jovens que em sua maioria vêm de classes sociais baixas e precisam trabalhar enquanto estudam para complementar a renda da casa.

O meio acadêmico e tudo que proporciona a vida adulta é um momento de muita vulnerabilidade e mudança na vida dos estudantes da universidade e conseqüentemente gera os primeiros sinais de alteração psíquica (Schlossberg, Waters, & Goodman, 1995). Este é um período marcado por etapas que são fundamentais e decisivas no futuro do ser humano, no qual ele precisará lidar com muitas situações desafiadoras.

Diante disso, com a chegada da pandemia devido ao vírus da COVID 19 e a interrupção do semestre letivo na universidade, buscamos entender a partir dessa paralisação os principais desafios e estratégias que esses estudantes vivenciaram durante esse período. Através das escritas, percebemos que os indivíduos se sentiram confortáveis em seus relatos.

Partimos da ideia de utilizar como representação a ideia de estudante 1, estudante 2, etc. Vejamos na tabela a seguir:

Estudante 1	Idade: 29 anos	Gênero: Masculino
Estudante 2	Idade: 28 anos	Gênero: Feminino
Estudante 3	Idade: 44 anos	Gênero: Feminino
Estudante 4	Idade: 32 anos	Gênero: Masculino
Estudante 5	Idade: 27 anos	Gênero: Masculino
Estudante 6	Idade: 29 anos	Gênero: Feminino
Estudante 7	Idade: 29 anos	Gênero: Masculino
Estudante 8	Idade: 24 anos	Gênero: Masculino
Estudante 9	Idade: 31 anos	Gênero: Feminino
Estudante 10	Idade: 22 anos	Gênero: Feminino

O embasamento do referencial teórico deste artigo relata a dificuldade que os estudantes passam após iniciar uma vida acadêmica universitária, devido a diversos sentimentos. Compreende-se que com a chegada do período pandêmico foram observadas alterações no bem-estar psíquico de estudantes universitários. Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020) salienta que certas medidas impostas à população de forma inesperada resultaram em uma reorganização social abrupta, logo, uma das diversas consequências mostra-se refletida na saúde mental da população em geral e de estudantes universitários.

Na nossa análise, em geral, percebemos que todos os estudantes que participaram do questionário relataram sentimentos ruins com o contexto da pandemia e isolamento social. Na escrita da estudante 2, podemos perceber momentos difíceis quanto ao dia exato que recebeu a notícia de suspensão das aulas, ela diz *“Lembro que foi bastante chocante pra mim, isso nunca tinha acontecido, converso com meus pais, meus tios, avós e eles nunca vivenciaram isso aqui no Brasil. Eu realmente tive muito medo, me senti vulnerável a toda essa situação. Quando a UFPE notificou a paralisação eu pensei ‘e agora?’ ”*. Percebemos na fala, como a pandemia pegou todos de surpresa, principalmente as pessoas que possuem algum tipo de compromisso e rotina de estudos e trabalho, quando de repente, se viram tendo que parar tudo sem nenhum aviso prévio.

Ainda sobre o dia da notícia sobre a suspensão das aulas o estudante 1 diz *“Fiquei sabendo pelas redes sociais da UFPE. De início, me senti aliviado por estarmos enfrentando um vírus novo e que, sobretudo, não tínhamos nenhum conhecimento sobre. Era a forma mais eficaz de nos protegermos. Mas, posteriormente, me veio a sensação de que iríamos perder muito tempo e, por consequência disso, ficar estagnados com relação a graduação, fora o medo e a insegurança sobre meu futuro”*.

Percebe-se também que de início, a incerteza da própria universidade sobre a criação ou não de possíveis estratégias relacionadas a retomada de atividades causaram o sentimento de insegurança, medo e ansiedade nos estudantes, a medida que não se sabe sobre seus estudos e o reflexo que isso causará no seu futuro.

Preocupação com o futuro e incerteza são os sentimentos mais citados em decorrência do anúncio de suspensão das aulas. O cenário pandêmico em si já se mostrou um local de incertezas pois não se tinha noção de como seria dali em diante, se a rotina voltaria ou não ao normal. É comum que tal realidade leva as pessoas a pensar em suas questões individuais trazendo insegurança e medo, ou em alguns casos levando a possíveis crises de ansiedade.

É importante ressaltar também que uma das principais dificuldades de adaptação à nova rotina durante o isolamento social e consequentemente as aulas remotas está no tempo de tela em frente as ferramentas digitais, muitos relatos revelam dificuldades e incômodo em se manter muitas horas concentrado a esse tipo de formato. De acordo com o estudante 5 *“Foi muito difícil conseguir um ritmo ou lidar com a conexão de internet que, na maioria das vezes, não era boa o suficiente para acompanhar todas as aulas. Apesar de me cansar menos com relação a locomoção (tendo em vista que era tudo feito de casa mesmo), me senti muito mais cansado por passar horas em frente a tela. Difícilmente eu conseguia me concentrar por completo.”*

Percebemos o quanto se tornou cansativo e menos produtivo para os estudantes,, até porque abre possibilidades de estar fazendo outras coisas ao mesmo tempo, o que acaba prejudicando o rendimento dos estudos e atividades acadêmicas. Um dos estudantes (4) revelou que acompanhava as aulas através do celular trabalhando como uber durante a pandemia porque estava passando por dificuldades financeiras em casa e não podia deixar de trabalhar e nem de estudar.

Para aqueles que trabalham ou possuem outra atividade além dos estudos, precisam dividir ainda mais o seu tempo. Estes estudantes costumam sentir mais fadiga e sonolência, o que dificulta o seu aprendizado. Eles também possuem atividades que incluem trabalhos acadêmicos, monitorias, atividades extracurriculares e projetos, o que acaba limitando seu

tempo para lazer e por vezes provocando um esgotamento mental. A estudante 6 revelou que trabalha durante o dia todo na justiça do trabalho, elaborando despachos e analisando petições. Ela diz que ao chegar em casa pelo horário da noite, só pensa em descansar, porém precisa acompanhar as demandas da vida acadêmica, e com as aulas remotas, tudo se tornou ainda mais cansativo. Diz *“Meu rendimento acadêmico com a pandemia piorou bastante. Fiquei mais impaciente, com menos "saco" de ler textos grandes e de participar de aulas longas e maçantes. O remoto é muito cansativo. Eu chegava do trabalho cansada e tinha que ficar olhando pra tela do computador durante horas e acompanhando pessoas falando de forma superficial”*.

Conciliar o dia a dia de trabalho com a vida acadêmica torna-se um desafio durante a formação profissional, que pode impactar no desempenho acadêmico desses estudantes. Durante a pandemia, os estudantes demonstraram dificuldade de foco com as telas e o ambiente das aulas ser a própria casa.

Quando pensamos nos trabalhadores-estudantes que são responsáveis pela renda familiar, as demandas dos serviços domésticos e as mulheres que são mães solo e precisam se dedicar aos filhos essa dificuldade se torna ainda mais evidente.

Durante a coleta de dados com os estudantes em questão, nenhum participante homem declarou ter filhos, já as participantes mulheres, entre as 5 entrevistadas, 4 são mães. Sobre a adaptação do formato online das aulas, a estudante 3 declarou: *“Pra mim foi bom apenas em relação a não precisar deixar meu filho com outras pessoas e ter mais essa preocupação durante a minha rotina. Mas em relação às aulas mesmo foram ruim porque eu não consegui me concentrar, meu filho pede e precisa muito de atenção principalmente quando eu to em casa. E eu não consigo negar isso pra ele. Eu amo meu trabalho e meu curso, mas eu que faço tudo sozinha na minha vida e em casa. Às vezes eu me sinto cansada”*.

As estudantes-mães, citam a vantagem de estar perto dos seus filhos nos momentos de aulas on-line, pois dessa forma não precisaria deixar seus filhos com terceiros. Em contrapartida também são citadas as desvantagens de estar perto dos filhos nesse momento, trazendo como pontos divergentes o barulho e a atenção dividida entre as aulas e demandas maternas.

Segundo Melo, Considera & Di Sabbato (2007), as mulheres ficam a maior parte do tempo com seus pensamentos em seus lares, com um grande esforço de tentar fazer com que ambos (trabalho e estudos) sejam bem desempenhados. Não podemos esquecer que muitas famílias atuais são constituídas apenas pela mãe e seus filhos, sem a presença de uma figura

paterna. Nestes casos, o peso da responsabilidade pode ser ainda maior, pois toda as decisões em relação aos filhos cabe exclusivamente à mulher.

As estudantes-mães que precisam conciliar demandas da maternidade com a acadêmica necessitam de uma rede de apoio social e afetiva que funcione e que não tenham que adoecer para poder realizar os seus anseios profissionais. O cuidado é um trabalho que deve ser compartilhado por todos, para não precisar estar sempre seguindo no limite entre o adoecimento físico e mental. Uma vida digna e plena deveria ser efetivamente direito de todos e todas.

Diante disso, a estudante 3 ainda completa ao responder sobre como a pandemia da COVID 19 afetou na sua saúde mental *“Ainda tem um porém, porque além de me preocupar em pegar a doença, eu tenho alguém no mundo que é como se fosse outra metade de mim, o meu filho, minha preocupação era em dobro foi momentos de muita tensão e medo, eu tinha que ter o cuidado em dobro porque criança não consegue entender a dimensão do que estava acontecendo, e eu precisava tomar os cuidados por ele. Sou eu e ele sempre”*.

Um estudo realizado pela Rev Interinst Bras Ter Ocup. (2020) revela que diante da calamidade de saúde pública é normal que as pessoas sintam medo de adoecer ou morrer, e é provável que apresentarão sentimentos de desamparo fazendo com que as emoções negativas fiquem mais evidentes e vulneráveis durante esse período. Durante a coleta de dados deste presente estudo, percebemos que o medo de perder um familiar ou amigo próximo esteve presente em todos os relatos como principal preocupação durante o contexto da COVID 19.

Os resultados indicaram também que as estudantes que se identificaram como mulheres apresentaram maior índice de sentimentos negativos, tais como medo, preocupação, desânimo e irritação, de pensamentos e comportamentos de mais apreensão que os homens. As mulheres em seus relatos tiveram mais dificuldades de se adaptar a rotina da covid 19 e também foram as que mais sofreram com a chegada da pandemia. Sobre os impactos que a pandemia trouxe, o participante 4 diz: *"Eu fiquei um pouco apreensivo com as notícias. Porém eu conseguia me manter firme e com pensamentos positivos."* e continua *“Na pandemia eu consegui ganhar melhor do que eu ganhava trabalhando com uber. Acredito que as pessoas estavam solicitando mais para evitar os transportes públicos”*.

Vale salientar que não é que os homens não sentiram a pandemia e nem tiveram a saúde mental atingida, mas a atual pesquisa mostra que as mulheres em geral se afetaram mais, sentiram de forma mais intensa. No qual os sintomas psíquicos colhidos nas respostas foram maiores no grupo das mulheres.

Isso pode ser explicado culturalmente falando, desde muitos anos, os homens são levados a um bloqueio de manifestação e expressão dos seus sentimentos e afetos. Tal impacto cultural pode ter sido um dos motivos que mostram no preenchimento das respostas pelos estudantes do sexo masculino. Desde cedo os homens são ensinados a não chorar, não sofrer e não reclamar. A não mostrar suas dores e temores. A eles, cabe o peso da masculinidade carregada de códigos culturais. Por isso, dificilmente externam alguns tipos de sentimentos pessoais, em particular os sentimentos que denotam fragilidade, insegurança, medo e tristeza, na qual esse tipo de emoções são representadas por uma vulnerabilidade e é algo que eles não querem demonstrar.

De acordo com as respostas dos estudantes, o que chamou atenção foi que apenas 1 estudante frequentava algum tipo de terapia antes da pandemia. Durante o contexto pandêmico houve um aumento no interesse desses estudantes, porém apenas 2 entrevistados conseguiram frequentar o apoio psicológico. Relatos como falta de tempo, apoio público e dinheiro estavam presentes em quase todas as respostas. Um dos estudantes (8) diz *“Eu procurei um serviço grátis, mas não consegui, depois deixei pra lá. É muito procurado, a demanda é muito grande, fica difícil conseguir. Acho que o Brasil ainda tem muito o que melhorar em questão de priorizar a saúde mental da população e que é algo importantíssimo para evoluirmos e nos sentimos bem durante o nosso dia a dia. estarmos bem conosco faz uma diferença enorme no nosso desempenho em atividades profissionais e acadêmicas. Mas no mundo que vivemos, só fica com a saúde em dia quem possui o capital para isso e pode ser acompanhado pelos melhores profissionais do país”*

Procurar o apoio de um psicólogo é algo entendido como crucial para manter a saúde mental em dia. Mas, mesmo com a alta de casos de depressão, ansiedade, insônia e outros males durante a pandemia do coronavírus, esse recurso ainda é pouco utilizado pelo brasileiro, seja por falta de tempo, seja por falta de estratégias e vagas para atender as camadas populares. Segundo o psicanalista Kupermann (2019) o Brasil é um país que não dá tanta prioridade quando se trata no cuidado mental da população.

A importância do cuidado na vida e na formação do estudante se torna essencial. É fundamental que políticas públicas de saúde sejam colocadas em pauta. Após a pandemia, cada vez mais a saúde e educação precisam estar articuladas, haja vista situações de sofrimento mental, violência, bullying em instituições de ensino. É importante que essas articulações ocorram desde instituições de ensino escolares. O Senado Federal aprovou a implementação da Lei nº 13.935/2019 que dispõe sobre a prestação de serviços da Psicologia e do Serviço Social nas redes públicas de educação básica. Na prática, essa articulação é

essencial para ter acesso às crianças e ofertar os cuidados necessários diante das demandas individuais de cada um.

Diante disso, o tratamento terapêutico realizado por um psicólogo traz incontáveis benefícios para a saúde mental, permitindo uma vida mais leve, saudável e positiva em todos os âmbitos. O estudante tem a oportunidade de se conhecer internamente e conhecer suas fraquezas, dores e dessa forma, junto ao profissional encontrar a melhor forma de superar todas essas questões.

Cuidar da mente é tão importante quanto cuidar do corpo; e equilibrar pensamentos, desejos, frustrações e emoções é viver bem consigo mesmo e com a sociedade de um modo geral. Durante a pandemia, o estudante 1 buscou terapia e relata o quanto lhe ajudou a se sentir melhor *“tenho realizado atendimento psicológico desde a pandemia e isso veio me ajudando de uma forma inexplicável. Me sinto muito bem, não sei se conseguiria dar conta se não fosse a terapia.”* E ainda completa ao responder que mensagem deixaria ao seu Eu da pós-pandemia *“Vamos lutar pelos nossos direitos de ter acompanhamentos psicológicos de qualidade e gratuito. A terapia muda a minha vida todos os dias, aconselho a todos fazerem. É muito bom. é necessário, para todos nós, ainda mais em momentos de vulnerabilidade e crise. E principalmente tenham paciência, pensem positivo, vai dar tudo certo.”*

O relato traz consigo um apelo para o estado sobre a importância de desenvolver estratégias gratuitas e eficazes para o acompanhamento de terapias e questões referentes à saúde mental. Também faz necessário alertar o quanto a terapia pode transformar e melhorar os nossos sentimentos negativos em relação aos acontecimentos da vida. Hoje, é possível perceber a diferença que esse estudante (1) consegue enxergar a vida e as inquietações que a pandemia trouxe para o mundo. Não é uma obrigação estar em processo psicoterápico em nenhuma fase da vida, mas sim importante, pois a psicoterapia pode nos auxiliar em muitos assuntos que sozinhos, sem ajuda profissional, talvez não consigamos lidar.

Mediante ao que foi dito, é necessário, porém, o desenvolvimento cada vez maior de estratégias de intervenção em saúde mental para serem disponibilizados e facilitados para a população por parte do estado; Intervenções que busquem novas políticas públicas para a população e treinamentos para os profissionais de saúde sobre intervenções mais eficazes de tratamento psicológico e psiquiátrico voltado ao cenário de um país que viveu uma pandemia. atendimentos on-line precisam ser facilitados, aplicativos que possibilitem de forma remota, gerenciar consultas e administrar o acesso ao atendimento dos grupos afetados pela pandemia.

Por fim, para além do tratamento psicoterápico considerar a pertinência de políticas públicas e sociais que garantam dignidade e evite o adoecimento da população, É importante

também a criação de projetos e estratégias dentro do ambiente acadêmico que reúnam e acolham diversas estudantes-mães, a fim de dialogar e trabalhar estratégias de forma flexível que permita um bom desenvolvimento acadêmico de todas. E dessa forma, trabalhar e pensar nas dimensões pública, social, coletiva e individual no enfrentamento de agravos sociais, como a pandemia e todos os desafios que ela nos colocou.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A sociedade está em constante e contínua transformação, e em consequência as relações humanas acompanham essas mudanças, dessa forma precisa-se estar sempre se adequando às novas demandas e possibilidades, que muitas vezes, acontecem e estão fora do controle do ser humano. Com a chegada da COVID 19, a universidade se desdobrou para que as aulas pudessem ser retomadas de forma remota, as providências, mesmo que demoradas, foram tomadas e foi oferecido suporte para alunos que tivessem dificuldade de acesso às aulas. Mas não foi pensado de forma abrangente um suporte que estivesse disponível e buscasse atender a questão psicológica dos estudantes.

Podemos perceber durante esse estudo, a grande quantidade de estudantes entrevistados que não conseguiram ou não buscaram ajuda psicológica durante a pandemia. Entre algumas justificativas, as demandas de trabalho e necessidade de sustento, falta de oportunidades e de tempo.

Por outro lado, a falta de políticas públicas pelo qual devem disponibilizar e especializar mais profissionais, atendimentos e cuidados para estudantes universitários de forma gratuita se torna um dos motivos de termos uma população de classes mais baixas que não conseguem ter acompanhamento psicológico mesmo tendo que lidar com tantas dificuldades. Vale salientar que o acesso aos cuidados em saúde mental é um direito humano fundamental de todos os brasileiros, previsto na Constituição Federal pela lei federal n. 10.216/2001, que assegura o bem-estar mental, integridade psíquica e pleno desenvolvimento intelectual e emocional.

Outra consideração importante a ser destacada é uma avaliação contínua da universidade, por meio de pesquisas e consultas, acerca das questões relacionadas a saúde mental dos estudantes, a fim ter consciência da situação de seus estudantes e promover discussões e medidas que protejam e acolham a comunidade acadêmica evitando e diminuindo possíveis adoecimentos mental.

Os sentimentos e emoções se não forem cuidados e processados de uma maneira correta, podem desencadear cenários de dificuldade para o ser humano, especificamente do grupo em questão, estudantes de universidade, pedagogos em formação.

Como estudantes em formação, também nos identificamos com os relatos trazidos durante a coleta de dados. Ao decorrer das aulas remotas na pandemia tivemos dificuldade em nos adaptar ao novo método e sentimos o peso do que foi ser estudantes numa época de grandes mudanças e adaptações repentinas. Tivemos nossa saúde psicológica afetada de tal maneira que foi necessário buscar apoio psicológico.

Mesmo sendo uma estudante que contava com bolsa de permanência acadêmica, não foi fácil conseguir atendimento psicológico, sempre com grandes filas de espera, e poucos profissionais a disposição para atender os estudantes.

Antes do período pandêmico também lidamos com adversidades da vida acadêmica, sendo estudantes que sentiam falta de apoio na comunidade, além de notar tamanha falta de informação e acolhimento que acomete a universidade. Incontáveis vezes nos sentimos perdidas na vida acadêmica, buscando entre nós mesmas respostas, soluções e apoio.

Um ambiente acolhedor se torna essencial para um bom desenvolvimento acadêmico e também para que o indivíduo consiga se manter dentro da universidade, com todas as demandas existentes na vida do ser humano. É preciso se atentar na acolhida dos alunos, oferecendo o máximo de informações sobre a universidade e sobre como podem encontrar dentro dela o apoio necessário para a permanência, para que não haja espaço para sentimentos de abandono.

Melhorar os recursos que já estão disponíveis na universidade também se torna uma opção para que consiga oferecer o apoio necessário e acolher a demanda de estudantes, que é um grande número. Se o número de pessoas que necessitam desse atendimento cresce, é necessário que esse atendimento também seja expandido.

É evidente que a maioria dos estudantes sentiram psicologicamente os impactos da pandemia, com sintomas de medo, ansiedade, depressão, e até crises de pânico. E mesmo com tratamentos, esses sintomas podem deixar sequelas e aparecerem pós pandemia. Por isso, a necessidade de um apoio maior de investimento contínuo em políticas públicas desde cedo, nas instituições escolares, com atenção à saúde integral e à intersectorialidade entre Saúde e Educação, interagindo na construção de uma rede de cuidado, atenção fortalecida e bem-viver para todos.

7.REFERÊNCIAS

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.** Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, n. 53, p. 39, 18 mar. 2020.

Barreto, J. da S. ., Amorim, M. R. O. R. M. ., & Cunha, C. da . (2020). **A PANDEMIA DA COVID-19 E OS IMPACTOS NA EDUCAÇÃO.** Revista JRG De Estudos Acadêmicos, 3(7), 792–805. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4361693>.

Burin, M. (2012), **Género y salud mental: construcción de la subjetividad femenina y masculina.** Clase sobre género y salud mental, dictada en mayo de 2010 en la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires.

CARRANO, Paulo César Rodrigues. Jovens universitários. In: SPOSITO, Marília P. (Coord.) **Juventude e escolarização (1980-1998).** Brasília: INEP, 2002, p. 135-155

CORDEIRO, Karolina Maria de Araújo. **O Impacto da Pandemia na Educação: A Utilização da Tecnologia como Ferramenta de Ensino.** 2020.

CORREIA, M. J. **Sobre a Maternidade. Análise Psicológica.** Vol. 16, n. 3, 1998, p. 365-371.

DIAS, C. **A análise do discurso digital: um campo de questões.** Revista Eletrônica de Estudos do Discurso e do Corpo – REDISCO, Vitória da Conquista, v. 10, n. 2, p. 8-20, jul.-dez.2016.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** São Paulo: Atlas, 2002).
GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 6. ed.São Paulo: Atlas, 2011.

GONÇALVES, Josiane Peres; TERNOVOE, Janaina dos Santos. **Desafios Vivenciados por Mulheres Universitárias de Mato Grosso do Sul, que são Mães, Profissionais e Donas de Casa.** Revista Latino-Americana de Geografia e Gênero. Ponta Grossa, v. 8, n. 2, ago-dez, 2017, p. 116-142.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE. **Apresentação dos resultados do PNAD Contínua 2018.** Rio de Janeiro: IBGE, 2019b.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISA – INEP. **Relatório síntese Enade 2005.**

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA (INEP) **Sinopse Estatística da Educação Superior 2017.** Brasília: Inep, 2018.

Kupermann, D (2019). **Por que Ferenczi?** São Paulo: Zagodoni.

MALTONI, J.; PALMA, P. DE C.; NEUFELD, C. B. **Sintomas ansiosos e depressivos em universitários brasileiros.** *Psico*, v. 50, n. 1, p. e29213, 8 maio 2019.

Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). **Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19.** *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200067. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>.

Melo, H. P.; Considera, C. M.; Di Sabbato, A. **Os afazeres domésticos contam.** *Economia e Sociedade*, v. 16, n. 3, 2007, p. 435-454.

MELO, Hildete Pereira De. **A vida das mulheres em tempos de pandemia.** 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Lei n.º 10216, de 06 de abril de 2001. **Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental.** *Lex-Legislação em Saúde Mental 1990-2004*, Brasília, 5.

MONTEIRO, C. F. de S.; FREITAS, J. F. de M.; RIBEIRO, A. A. P. **Estresse no Cotidiano dos Alunos de Enfermagem da UFPI.** *Escola Anna Nery Revista Enfermagem*, v. 1, n. 11, p. 66 – 72. 2007

Nogueira, M. J. C. (2017). **Saúde mental em estudantes do ensino superior: factores protectores e factores de risco.** (Tese de doutoramento). Universidade de Lisboa. Lisboa.

Pan LC, Lopes RE. **Políticas de ensino superior e a graduação em Terapia Ocupacional nas Instituições Federais de Ensino Superior no Brasil.** *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar*. 2016;24(3):457–468. doi:10.4322/0104-4931.ctoao0704

Pesquisa nacional por amostra de domicílios: PNAD: microdados. Rio de Janeiro: IBGE, 2018. CD ROM.

ROCHA, D; SOUZA, P; VIEIRA, A. **Vivências da maternidade durante a graduação: uma revisão sistemática.** V. 13 n. 25 (2019): jan./abr.2019. *Revista cocar: programa de pós-graduação em educação*. 3 de fev de 2019.

Schlossberg, N. K., Waters, E. B., & Goodman, J. (1995). **Counseling adults in transition: Linking practice with theory (2nd ed.).** New York: Spring.

SOUZA, Celina. **Estado do campo da pesquisa em políticas públicas.** *Revista Brasileira de Ciências Sociais*, São Paulo: v. 18, n. 51, p. 15-20, 2003a.

Tavares M, Zancan L, Rocha MR. **Promoção da Saúde e Desenvolvimento Social. Curso de Especialização.** Guia do Aluno. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2014.

TERRIBILI FILHO, Armando. **Ensino superior noturno: problemas, perspectivas e propostas.** Marília: FUNDEPE, 2009.

Vasconcelos, T. C., Dias, B. R. T., Andrade, L. R., Melo, G. F., Barbosa, L., & Souza, E. (2015). **Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina.** Revista Brasileira de Educação Médica, 39 (1), 135-142.

VIZZOTTO, Marília Martins; JESUS, Saul Neves de; MARTINS, Alda Calé. **Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários.** Rev. Psicol. Saúde, Campo Grande, v. 9, n. 1, p. 59-73, abr. 2017.

Zanon, C., Rosin, A. B., & Teixeira, M. A. P. (2014). **Bem-estar Subjetivo, Personalidade e Vivências Acadêmicas em Estudantes Universitários.** Interação Em Psicologia, 18(1). <https://doi.org/10.5380/psi.v18i1.27634>.