

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO**

**CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE**

**DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM**

**CRISLAYNE MARIA BERTO**

**LEILIANE MORAES DOS SANTOS SILVA**

**FATORES ASSOCIADOS AO SOFRIMENTO PSICOLÓGICO DE PÓS-GRADUANDOS NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Pernambuco, Campus Recife, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

**Orientador(a):** Jaqueline Galdino  
Albuquerque Perrelli

**Coorientador(a):** Elisete Maria Umbelino  
Alves Silva

**RECIFE**

**2024**

# **FATORES ASSOCIADOS AO SOFRIMENTO PSICOLÓGICO DE PÓS-GRADUANDOS NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19**

## **FACTORS ASSOCIATED WITH THE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF GRADUATE STUDENTS IN THE CONTEXT OF THE COVID-19 PANDEMIC**

Crislayne Maria Berto  
Universidade Federal de Pernambuco

Leiliane Moraes dos Santos Silva  
Universidade Federal de Pernambuco

Jaqueline Galdino Albuquerque Perrelli  
Universidade Federal de Pernambuco

Elisete Maria Umbelino Alves Silva  
Universidade Federal de Pernambuco

### **RESUMO**

Objetivo: analisar os fatores associados ao sofrimento psicológico de estudantes de pós-graduação. Método: estudo transversal com 102 pós-graduandos de uma universidade federal brasileira. A coleta de dados foi realizada por meio de um formulário online, no período de junho de 2021 a outubro de 2022. Utilizou-se a Escala de Estresse Psicológico de Kessler. Resultados: O uso de maconha nos últimos 30 dias foi associado a um aumento no sofrimento psicológico moderado, enquanto morar com alguém do grupo de risco para Covid-19 reduziu essa chance. Fatores como religião, ter filhos e satisfação com a coordenação do programa foram ligados a uma menor probabilidade de alto sofrimento. Em contraste, o consumo de álcool elevou significativamente o risco. Conclusões: Programas de Pós-Graduação precisam criar estratégias de suporte à saúde mental, promovendo ambientes acadêmicos acolhedores e saudáveis, e discutindo o uso de substâncias como álcool e maconha.

**Palavras-chave:** Educação de pós-graduação; estudantes; COVID-19; estresse psicológico

### **ABSTRACT**

Objective: to analyze the factors associated with the psychological suffering of postgraduate students. Method: cross-sectional study with 102 postgraduate students from a Brazilian federal university. Data collection was carried out using an online form, from June 2021 to October 2022. The Kessler Psychological Stress Scale was used. Results: Marijuana use in the last 30 days was associated with an increase in moderate psychological distress, while living with someone at risk for Covid-19 reduced this chance. Factors such as religion, having children and satisfaction with program coordination were linked to a lower likelihood of high distress. In contrast, alcohol consumption significantly elevated the risk. Conclusions: Postgraduate programs need to create strategies to support mental health, promoting welcoming and healthy academic environments, and discussing the use of substances such as alcohol and marijuana.

**Keywords:** Postgraduate education; students; COVID-19; Psychological stress

## 1 INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, na China, eclodiu uma crise de saúde pública de relevância mundial com o surgimento do SARS-CoV-2, agente causador de uma Síndrome Respiratória Aguda Grave, que em março de 2020 foi declarado pela OMS como responsável pela pandemia de COVID-19 (Gunnel *et al.*, 2020; Chang; Yuan; Wang, 2020). Frente a isso, medidas de contenção, como interrupção de atividades presenciais e distanciamento social, foram essenciais para controlar a transmissão.

Os sintomas iniciais da COVID-19 incluem febre alta, cansaço e tosse seca, podendo evoluir para perda de paladar/olfato e outros sintomas como dores e diarreia. Indivíduos com Síndrome Respiratória Aguda Grave têm um aumento na mortalidade, especialmente idosos e pessoas com comorbidades (Gunnel *et al.*, 2020). O contexto pandêmico exigiu estudos simultâneos sobre o quadro clínico e tratamento da doença.

A exposição constante a informações sobre a doença e mortes nas mídias sociais pode levar a sintomas de ansiedade e irritabilidade, elevando os níveis de cortisol devido ao estresse tóxico (Mahajan; Kapoor; Prabhakar, 2020). Observou-se também um aumento nas tentativas de suicídio e consumação do ato (Kawohl; Nordt, 2020; Sher, 2020).

Neste cenário, os estudantes de pós-graduação também foram impactados, especialmente aqueles próximos de concluir seus cursos. As mudanças na rotina acadêmica, dificuldades financeiras, medo de contaminação e o sofrimento psicológico afetaram significativamente a saúde mental desses estudantes, incluindo sintomas ansiosos, depressivos, estresse e pensamentos suicidas (Greef *et al.*, 2020).

O sofrimento psicológico tem sido um fenômeno marcante, evidenciado por quadros de ansiedade e depressão (Kessler *et al.*, 2003; Kessler *et al.*, 2010), que podem estar associados a alterações da alimentação, do sono, inatividade física e comportamento suicida (Michael *et al.*, 2020; Nagata *et al.*, 2020; Firth *et al.*, 2020). Estudos mostram maior prevalência de transtornos mentais entre universitários em comparação com a população geral, com sintomas de estresse, burnout, ansiedade e depressão sendo comuns (Peixoto; De Souza; Soares, 2022). A pandemia intensificou as experiências negativas relacionadas à saúde mental (Barros *et al.*, 2022).

Segundo autores, cerca de metade dos estudantes apresentaram sintomas de insegurança, medo e mudanças de humor como consequência da pandemia (Gunnel *et al.*, 2020). Os estudantes de saúde, em particular, devido à maior exposição ao vírus, mostraram maiores chances de sintomas de pânico, angústia, irritabilidade e burnout (Barros *et al.*, 2022).

Durante os meses pandêmicos, mais da metade dos estudantes relataram pensamentos de morte após o início do isolamento social, ressaltando a intensificação de transtornos mentais, incluindo comportamento suicida (Siqueira, 2020). Além dos transtornos psíquicos, essa população lidou com a doença ou morte de familiares, instabilidade financeira e adiamento do cronograma acadêmico, impactando negativamente os planos profissionais e a independência financeira (Gunnel *et al.*, 2020; Da Silva *et al.*, 2020).

Assim, a COVID-19 tem sido responsável por impactos negativos significativos na saúde mental da população, incluindo estudantes de pós-graduação. Surge, portanto, a proposta desta pesquisa focada no rastreamento de fatores associados ao sofrimento psicológico de pós-graduandos durante a pandemia. O objetivo do trabalho é analisar os fatores associados ao sofrimento psicológico de estudantes de pós-graduação. A hipótese é que o sofrimento psicológico dos pós-graduandos durante a pandemia de COVID-19 está associado a características sociodemográficas, acadêmicas e relacionadas à pandemia.

Pesquisas como esta são fundamentais para fomentar a discussão sobre a saúde mental deste público frente à pandemia, além de possibilitar a criação e implementação de estratégias para promover a saúde física e mental (Da Silva *et al.*, 2020).

## **2 MÉTODOS**

Trata-se de um estudo transversal, com abordagem quantitativa. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa com seres humanos, sob número do parecer 4.421.709. A população do estudo foi composta por estudantes de pós-graduação, maiores de 18 anos, regularmente matriculados em cursos de pós-graduação *stricto sensu* de uma Instituição Federal de Ensino Superior (IFES) brasileira. Para a estimativa da amostra, utilizou-se uma fórmula para estudos transversais com população infinita, proporção de ocorrência do fenômeno de 50,0% e erro amostral de 9,7%. Assim, a estimativa foi de 102 estudantes de pós-graduação.

Os participantes foram selecionados a partir dos seguintes critérios de inclusão: idade maior ou igual a 18 anos; homens e mulheres; estudantes de pós-graduação *stricto sensu* da área da saúde. Estudantes sem acesso à internet foram excluídos do estudo, uma vez que a pesquisa foi realizada de forma virtual, dada a pandemia por COVID-19.

A coleta de dados foi realizada por meio de formulário contendo as seguintes variáveis (Quadro 1): caracterização sociodemográfica, informações acadêmicas, informações sobre a pandemia por COVID-19 e avaliação do sofrimento mental por meio da Escala de Estresse Psicológico de Kessler (K10) (Kessler *et al.*, 2003; Kessler *et al.*, 2010).

A K10 foi proposta por Ronald C. Kessler como instrumento de rastreamento do sofrimento psicológico ou quanto à presença de morbidade psiquiátrica. A K10 é composta por dez itens respondidos em uma escala likert de cinco pontos. A duração temporal dos sintomas é marcada entre 0, “nunca” e 5, “o tempo todo” e a soma dos valores pode ser categorizada em 0-19 (sem sofrimento), 20-24 (sofrimento leve), 25-29 (sofrimento moderado) e 30-50 (sofrimento severo). Mesmo com esses valores de corte, é importante ressaltar que valores acima de 22 já representam risco elevado de sofrimento psicológico (Kessler *et al.*, 2003; Kessler *et al.*, 2010).

Quadro 1 – Variáveis de caracterização sociodemográfica, acadêmicas e informações sobre a pandemia por COVID-19. Recife, Brasil, 2024.

Variável	Forma de mensuração
Idade	Idade em anos
Gênero	Mulher Cis; Homem Cis; Mulher Trans; Homem Trans; Não binário; Outro; Prefiro não responder
Religião	Não tenho religião; Católica; Espírita; Umbanda/Candomblé; Evangélica/protestante; Outra
Renda familiar	Renda em reais
Estado civil	Casado(a); União Estável; Solteiro(a); Divorciado(a); Separado(a); Viúvo(a)
Possui filhos (as)	Sim/Não
Bolsista	Sim/Não
Mora com alguém do grupo de risco	Sim/Não
Sintoma da COVID	Sim/Não
Positivo para COVID	Sim/Não
Isolamento Social	Sim/Não
Uso de álcool nos últimos 12 meses	Sim/Não
<i>Binge drinking</i>	Sim/Não/Não informado
Uso de álcool antes da pandemia	Sim/Não/Não informado
Aumento do uso de álcool durante a pandemia	Sim/Não/Não informado
Aumento do uso de drogas durante a pandemia	Sim/Não
Uso de maconha nos últimos 12 meses	Sim/Não/Não informado
Uso de maconha nos últimos 30 dias	Sim/Não/Não informado
Uso de ansiolítico nos últimos 30 dias	Sim/Não
Uso de ansiolítico nos últimos 12 meses	Sim/Não
Uso de antidepressivo nos últimos 30 dias	Sim/Não
Uso de antidepressivo nos últimos 12 meses	Sim/Não
Relacionamento com o orientador(a)	Grau de satisfação: Muito satisfeito; Satisfeito; Indiferente; Pouco satisfeito; Muito insatisfeito
Relacionamento com o coordenador do Programa de pós-graduação	Grau de satisfação: Muito satisfeito; Satisfeito; Indiferente; Pouco satisfeito; Muito insatisfeito
Grau de cobrança com publicações	Muita cobrança; Cobrança razoável; Pouca cobrança; Nenhuma cobrança

Grau de cobrança para participação em atividades	Muita cobrança; Cobrança razoável; Pouca cobrança; Nenhuma cobrança
Grau de cobrança para participação em eventos	Muita cobrança; Cobrança razoável; Pouca cobrança; Nenhuma cobrança
Grau de cobrança por notas altas	Muita cobrança; Cobrança razoável; Pouca cobrança; Nenhuma cobrança
Nível de sofrimento psicológico	Sem sofrimento: 0-19 pontos; sofrimento leve: 20-24 pontos; moderado: 25 a 29 pontos; sofrimento severo: 30 a 50 pontos. Algum nível de sofrimento psicológico: pontuação maior do que 20.

Fonte: As autoras (2024).

A pesquisa foi realizada de forma virtual, a partir da plataforma de questionários Google Forms, e os dados foram coletados no período de junho de 2021 a outubro de 2022. Os participantes foram contatados via e-mail e redes sociais (Facebook, Instagram e WhatsApp). Após esse procedimento, os dados foram analisados por meio do pacote estatístico JASP, com a utilização de medidas descritivas e de frequências.

Os dados foram organizados em uma planilha do *software Excel* e analisados com o auxílio do pacote estatístico gratuito JASP, versão 0.18.1.0. Foram calculadas as medidas descritivas e de tendência central. Os níveis de sofrimento psicológico foram considerados como variáveis dependentes e as variáveis de caracterização sociodemográfica, acadêmicas e informações sobre a pandemia por COVID-19 foram as variáveis independentes. As associações foram verificadas por meio do teste de Qui-Quadrado de Pearson ou Exato de Fisher, a depender da distribuição dos dados, e das medidas de *Odds Ratio* (razão de chances) com seus respectivos Intervalos de Confiança de 95,0%. O nível de significância adotado foi de 5,0%. Os resultados estão apresentados em tabelas.

### 3 RESULTADOS

#### 3.1 Caracterização dos participantes

Os participantes apresentaram, em média, 31,21 anos e a faixa etária mais frequente foi 25 a 29 anos (n=46; 45,1%). O gênero mais referido foi mulher cisgênero (n=86; 84,3%). A maioria dos pós-graduandos segue alguma religião (n=70; 68,65), não tem filhos (n=82; 80,4%) e não é bolsista de pós-graduação (n=87; 85,3%). Aproximadamente 55,0% relataram não possui parceiro(a). A renda média foi R\$ 6.602,38. Outros detalhes podem ser consultados na tabela 1.

Tabela 1 – Características dos participantes quanto à idade, gênero, religião, estado civil, filhos, renda e recebimento de bolsa de pós-graduação (n=102). Recife, Pernambuco, Brasil, 2022

Variável	N	%	Estatísticas descritivas
Idade			Média = 31,21 anos ( $\pm 5,36$ )
20 a 24 anos	3	2,9	p<0,001*
25 a 29 anos	46	45,1	
30 a 34 anos	30	29,4	
35 a 39 anos	13	12,7	
40 a 44 anos	8	7,8	
Maior ou igual a 45 anos	2	2,1	
Gênero			
Mulher cis	86	84,3	
Homem cis	16	15,7	
Religião			
Não	32	31,4	
Sim	70	68,6	
Estado Civil			
Sem parceiro(a)	56	54,9	
Com parceiro(a)	46	45,1	
Possui de Filho(a)			
Não	82	80,4	
Sim	20	19,6	
Renda			Média = R\$ 6.602,38
Não informado	3	3,0	( $\pm$ R\$ 4.584,68) p<0,001*
Bolsista			
Não	87	85,3	
Sim	8	7,8	
Não informado	7	6,9	

Fonte: As autoras (2024).

\*Teste de normalidade (Kolmogorov – Smirnov)

Quanto ao contexto da pandemia da Covid-19 (Tabela 2), 89,2% (n=91) afirmaram residir com alguém do grupo de risco para essa patologia, 67,6% (n=69) referiram ter apresentado algum sintoma da Covid-19, 49,0% (n=50) testaram positivo e 81,3% (n=83) praticaram o isolamento social.

Tabela 2 – Características dos participantes quanto ao contexto da pandemia da Covid-19 (n=102). Recife, Pernambuco, Brasil, 2022

Variável	N	%
Mora com alguém do grupo de risco		
Não	11	10,8
Sim	91	89,2
Sintoma da COVID		
Não	33	32,4
Sim	69	67,6
Positivo para COVID		
Não	52	51,0
Sim	50	49,0
Isolamento Social		
Não	2	2,0
Sim	83	81,3
Não informado	17	16,7

Fonte: As autoras (2024).

A respeito do consumo de álcool, observou-se que 75,5% dos entrevistados (n=77) consumiram bebidas alcoólicas nos 12 meses anteriores à pesquisa. Percentual de 36,3% (n=37 pessoas) praticaram o *binge drinking*. Além disso, 69,6% (n=71) afirmaram ter utilizado bebida alcoólica antes da pandemia, enquanto 16,7% (n=17) relataram um aumento no uso dessa substância nesse período. Em relação ao uso de maconha, 10,8% (n=11) mencionaram o uso nos últimos 12 meses, e 3,9% (n=4) nos últimos 30 dias. O consumo de ansiolíticos foi reportado por 34,3% (n=35) dos entrevistados nos últimos 12 meses e por 28,4% (n=29) nos últimos 30 dias. Já o uso de antidepressivos mostrou percentuais menores, 18,6% (n=19) nos últimos 12 meses e 20,6% (n=21) nos últimos 30 dias. A tabela 3 apresenta maiores detalhes sobre o uso dessas substâncias.

Tabela 3 – Uso de álcool, maconha, ansiolíticos e antidepressivos por estudantes de pós-graduação no contexto da pandemia da Covid-19 (n=102). Recife, Pernambuco, Brasil, 2022

Variável	N	%
Uso de álcool nos últimos 12 meses		
Não	25	24,5
Sim	77	75,5
Binge drinking		
Não	56	54,9
Sim	37	36,3

Não informado	9	8,8
Uso de álcool antes da pandemia		
Não	30	29,4
Sim	71	69,6
Não informado	1	1,0
Aumento do uso de álcool durante a pandemia		
Não	74	72,5
Sim	17	16,7
Não informado	11	11,1
Uso de maconha nos últimos 12 meses		
Não	89	87,2
Sim	11	10,8
Não informado	2	2,0
Uso de maconha nos últimos 30 dias		
Não	95	93,1
Sim	4	3,9
Não informado	3	3,0
Uso de ansiolítico nos últimos 30 dias		
Não	73	71,6
Sim	29	28,4
Uso de ansiolítico nos últimos 12 meses		
Não	67	65,7
Sim	35	34,3
Uso de antidepressivo nos últimos 30 dias		
Não	83	81,4
Sim	19	18,6
Uso de antidepressivo nos últimos 12 meses		
Não	81	79,4
Sim	21	20,6

---

Fonte: As autoras (2024).

No contexto acadêmico de pós-graduação (Tabela 4), foram observados índices importantes de satisfação. Verificou-se que 52,9% (n=54) dos estudantes estão muito satisfeitos com a relação com os orientadores e 56,9% (n=58) estão satisfeitos com a relação com o Programa de Pós-Graduação (PPG). Quanto ao grau de cobrança, 63,7% (n=65) dos pós-graduandos afirmam receber uma cobrança razoável por publicações de trabalhos. Também foi

reportada uma cobrança razoável quanto à participação em atividades (53,9%; n=55) e em eventos (n=53; 52,0%). Diferentemente das outras variáveis, a cobrança por notas altas apresentou o menor índice, com apenas 32,3% (n=33) dos estudantes indicando nenhuma cobrança.

Tabela 4 – Caracterização da relação com o orientador, com a coordenação da pós-graduação e grau de cobrança na perspectiva dos estudantes de pós-graduação no contexto da pandemia da Covid-19 (n=102). Recife, Pernambuco, Brasil, 2022

<b>Variável</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Relação com o Orientador</b>		
Muito satisfeito	54	52,9
Satisfeito	34	33,3
Indiferente	7	6,9
Insatisfeito	6	5,9
Muito insatisfeito	1	0,9
<b>Relação com Coordenador do Programa de Pós-Graduação</b>		
Muito satisfeito	25	24,5
Satisfeito	58	56,9
Indiferente	11	10,8
Insatisfeito	5	4,9
Muito insatisfeito	3	2,9
<b>Grau de cobrança com publicações</b>		
Muita cobrança	16	15,7
Cobrança razoável	65	63,7
Pouca cobrança	14	13,7
Nenhuma cobrança	7	6,9
<b>Grau de cobrança para participação em atividades</b>		
Muita cobrança	15	14,7
Cobrança razoável	55	53,9
Pouca cobrança	25	24,5
Nenhuma cobrança	6	5,9
<b>Grau de cobrança para participação em eventos</b>		
Muita cobrança	8	7,8
Cobrança razoável	53	52,0
Pouca cobrança	29	28,4
Nenhuma cobrança	12	11,8
<b>Grau de cobrança por notas altas</b>		
Muita cobrança	9	8,9
Cobrança razoável	30	29,4
Pouca cobrança	30	29,4
Nenhuma cobrança	33	32,3

Fonte: As autoras (2024).

### 3.2 Sofrimento Psicológico

Quanto ao sofrimento psicológico (Tabela 5), a média de pontos foi 16,1. Somente 18,6% apresentaram baixo nível sofrimento, logo, observou-se elevado percentual de estudantes com sofrimento psicológico moderado a muito alto (82,4%; n=84).

Tabela 5 – Sofrimento psicológico dos estudantes de pós-graduação no contexto da pandemia da Covid-19 (n=102). Recife, Pernambuco, Brasil, 2022

Variável	N	%	Estatísticas descritivas
Nível de sofrimento psicológico			Média = 16,1 ( $\pm 10,1$ )
Baixo ou nenhum (10 a 15 pontos)	18	17,6	p<0,05*
Moderado (16 a 21 pontos)	19	18,6	
Alto (22 a 29 pontos)	19	18,6	
Muito alto (30 a 50 pontos)	11	10,8	

Fonte: As autoras (2024).

\*Teste de normalidade (Kolmogorov-Smirnov)

Não foram evidenciados fatores associados aos níveis baixo e muito alto de sofrimento psicológico. O uso de maconha nos últimos 30 dias aumentou as chances do moderado nível de sofrimento psicológico (p=0,004; OR: 14,813; IC 95%: 1,447 – 151,647) e morar com alguém do grupo de risco para a Covid-19 (p=0,016; OR: 0,218; IC 95%: 0,058 – 0,814) diminuiu a chance de ocorrência desse nível de sofrimento. As demais variáveis não estiveram associadas ao nível moderado de sofrimento psicológico (Tabela 6).

Tabela 6 – Relações entre o nível moderado de sofrimento psicológico e as características dos estudantes de pós-graduação no contexto da pandemia da Covid-19 (n=102). Recife, Pernambuco, Brasil, 2022

Variáveis	Moderado Sofrimento Psicológico		p-valor	OR (IC 95%)
	Sim	Não		
<b>Gênero</b>			p=0,989	1,010 (0,257 – 3,965)
Mulher Cis	16	70		
Homem Cis	3	13		
<b>Religião</b>			p=0,264	0,559 (0,200 – 1,562)
Sim	11	59		
Não	8	24		
<b>Companheiro(a)</b>			p=0,423	0,658 (0,236 – 1,838)
Sim	7	39		
Não	12	44		
<b>Filhos</b>			p=0,642	0,728 (0,190 – 2,790)

Sim	3	17		
Não	16	66		
<b>Morar com alguém do grupo de risco</b>			p=0,016	0,218 (0,058 – 0,814)
Sim	14	77		
Não	5	6		
<b>Sintomas de COVID-19</b>			p=0,643	0,782 (0,276 – 2,215)
Sim	12	57		
Não	7	26		
<b>Positivo para COVID-19</b>			p=0,239	0,543 (0,194 – 1,515)
Sim	7	43		
Não	12	40		
<b>Isolamento social</b>			p=0,225	0,203 (0,012 – 3,441)
Sim	14	69		
Não	1	1		
<b>Álcool nos últimos 12 meses</b>			p=0,427	0,643 (0,215 – 1,922)
Sim	13	64		
Não	6	19		
<b>Binge</b>			p=0,676	0,792 (0,265 – 2,367)
Sim	6	31		
Não	11	45		
<b>Bolsista</b>			p=0,648	1,479 (0,273 – 8,014)
Sim	2	6		
Não	16	71		
<b>Uso de maconha nos últimos 30 dias</b>			p=0,004	14,813 (1,447 – 151,647)
Sim	3	1		
Não	16	79		
<b>Uso de maconha nos últimos 12 meses</b>			p=0,458	1,711 (0,408 – 7,171)
Sim	3	8		
Não	16	73		
<b>Uso de álcool antes da pandemia</b>			p=0,843	0,897 (0,305 – 2,635)
Sim	13	58		
Não	6	24		
<b>Aumento do álcool na pandemia</b>			p=0,269	1,955 (0,587 – 6,510)
Sim	5	12		
Não	13	61		
<b>Aumento de drogas na pandemia</b>			p=0,475	0,795 (0,715 – 0,884)
Sim	0	2		
Não	18	70		
<b>Uso de ansiolíticos nos últimos 30 dias</b>			p=0,368	1,617 (0,565 – 4,631)
Sim	7	22		

Não	12	61		
<b>Uso de ansiolíticos nos últimos 12 meses</b>			p=0,797	1,146 (0,406 – 3,233)
Sim	7	28		
Não	12	55		
<b>Uso de antidepressivos nos últimos 30 dias</b>			p=0,340	1,760 (0,545 – 5,681)
Sim	5	14		
Não	14	69		
<b>Uso de antidepressivos nos últimos 12 meses</b>			p=0,956	1,035 (0,304 – 3,524)
Sim	4	17		
Não	15	66		
<b>Relação com o orientador</b>			p=0,772	1,227 (0,307 – 4,911)
Satisfeito	16	72		
Insatisfeito	3	11		
<b>Relação com o coordenador do PPG</b>			p=0,763	1,209 (0,351 – 4,163)
Satisfeito	15	68		
Insatisfeito	4	15		
<b>Grau de cobrança com publicações</b>			p=0,760	1,496 (0,470 – 4,759)
Com cobrança	18	77		
Sem cobrança	1	6		
<b>Grau de cobrança com participação em atividades</b>			p=0,939	0,918 (0,101 – 8,367)
Com cobrança	17	78		
Sem cobrança	1	5		
<b>Grau de cobrança com participação em eventos</b>			p=0,546	1,542 (0,375 – 6,340)
Com cobrança	16	74		
Sem cobrança	3	9		
<b>Grau de cobrança com notas altas</b>			p=0,936	0,957 (0,328 – 2,793)
Com cobrança	13	56		
Sem cobrança	6	27		

Fonte: As autoras (2024).

Quanto ao nível alto de sofrimento psicológico, as variáveis associadas foram religião (p=0,027; OR: 0,325; IC 95%: 0,117 – 0,904), ter filhos (p=0,017; OR: 0,768; IC 95%: 0,682 – 0,865), uso de álcool nos últimos 12 meses (p=0,031; OR: 7,322; IC 95%: 0,925 – 57,958), binge drinking (p=0,002; OR: 5,525; IC 95%: 1,767 – 17,272), uso de álcool antes da pandemia (p=0,042; OR: 4,407; 0,950 – 20,448) e estar satisfeito (a) com a relação com a coordenação do PPG (p<0,001; OR: 0,152; IC 95%: 0,050 – 0,465). Observa-se, portanto, que religião, ter

filho e satisfação com a coordenação do PPG foram fatores associados à menor chance de nível alto de sofrimento psicológico. Uso de álcool aumentou substancialmente a chance desse nível de sofrimento. Outros detalhes estão contidos na Tabela 7.

Tabela 7 – Relações entre o nível alto de sofrimento psicológico e as características dos estudantes de pós-graduação no contexto da pandemia da Covid-19 (n=102). Recife, Pernambuco, Brasil, 2022

Variáveis	Alto Sofrimento Psicológico		p-valor	OR (IC 95%)
	Sim	Não		
<b>Gênero</b>				
Mulher Cis	15	71	p=0,476	1,578 (0,447 – 5,569)
Homem Cis	4	12		
<b>Religião</b>				
Sim	9	61	p=0,027	0,325 (0,117 – 0,904)
Não	10	22		
<b>Companheiro(a)</b>				
Sim	8	38	p=0,071	0,861 (0,314 – 2,360)
Não	11	45		
<b>Filhos</b>				
Sim	0	20	p=0,021	0,768 (0,682 – 0,865)
Não	19	63		
<b>Morar com alguém do grupo de risco</b>				
Sim	17	74	p=0,968	1,034 (0,205 – 5,225)
Não	2	9		
<b>Sintomas de COVID-19</b>				
Sim	13	56	p=0,936	1,045 (0,358 – 3,048)
Não	6	27		
<b>Positivo para COVID-19</b>				
Sim	6	44	p=0,092	0,409 (0,142 – 1,180)
Não	13	39		
<b>Isolamento social</b>				
Sim	16	67	p=0,037	1,239 (1,115 – 1,376)
Não	0	2		
<b>Álcool nos últimos 12 meses</b>				
Sim	18	59	p=0,031	7,322 (0,925 – 57,958)
Não	1	24		
<b>Binge</b>				
Sim	13	24	p=0,002	5,525 (1,767 – 17,272)
Não	5	51		
<b>Bolsista</b>				
Sim	2	6	p=0,648	1,479 (0,273 – 8,014)
Não	16	71		
<b>Uso de maconha nos últimos 30 dias</b>				
Sim	1	3	p=0,535	1,646 (0,161 – 16,850)

Não	16	79		
<b>Uso de maconha nos últimos 12 meses</b>			p=0,396	1,850 (0,439 – 7,795)
Sim	3	8		
Não	15	74		
<b>Uso de álcool antes da pandemia</b>			p=0,042	4,407 (0,950 – 20,448)
Sim	17	54		
Não	2	28		
<b>Aumento do álcool na pandemia</b>			p=0,807	0,843 (0,214 – 3,316)
Sim	3	14		
Não	15	59		
<b>Aumento de drogas na pandemia</b>			p=0,362	4,176 (0,248 – 70,200)
Sim	1	1		
Não	17	71		
<b>Uso de ansiolíticos nos últimos 30 dias</b>			p=0,821	0,878 (0,285 – 2,707)
Sim	5	24		
Não	14	59		
<b>Uso de ansiolíticos nos últimos 12 meses</b>			p=0,797	1,146 (0,406 – 3,233)
Sim	7	28		
Não	12	55		
<b>Uso de antidepressivos nos últimos 30 dias</b>			p=0,763	1,209 (0,351 – 4,163)
Sim	4	15		
Não	15	68		
<b>Uso de antidepressivos nos últimos 12 meses</b>			p=0,189	2,092 (0,685 – 6,395)
Sim	6	15		
Não	13	68		
<b>Relação com o orientador</b>			p=0,077	2,937 (0,855 – 10,081)
Satisfeito	14	74		
Insatisfeito	5	9		
<b>Relação com o coordenador do PPG</b>			p<0,001	0,152 (0,050 – 0,465)
Satisfeito	10	73		
Insatisfeito	9	10		
<b>Grau de cobrança com publicações</b>			p=0,484	0,677 (0,177 – 2,583)
Com cobrança	17	78		
Sem cobrança	2	5		
<b>Grau de cobrança para participação em atividades</b>			p=0,890	0,856 (0,094 – 7,780)
Com cobrança	18	77		
Sem cobrança	1	5		

<b>Grau de cobrança para participação em eventos</b>			p=0,330	0,364 (0,044 – 3,003)
Com cobrança	18	72		
Sem cobrança	1	11		
<b>Grau de cobrança por notas altas</b>			p=0,243	0,497 (0,151 – 1,635)
Com cobrança	15	54		
Sem cobrança	4	29		

Fonte: As autoras (2024).

\*Teste exato de Fisher

Ao agrupar os níveis de sofrimento baixo, moderado, alto e muito alto em “algum nível de sofrimento” (Tabela 8), as variáveis associadas foram religião (p=0,002; OR: 0,180; IC 95%: 0,057 – 0,567), ter resultado positivo para Covid – 19 (p=0,043; OR: 0,424; IC 95%: 0,183 – 0,983), ser bolsista (p=0,047; OR: 0,621; IC 95%: 0,527 – 0,732), uso de ansiolíticos nos últimos 30 dias (p=0,022; OR: 3,349; IC 95%: 1,148 – 9,767), satisfação com a coordenação do PPG (p=0,015; OR: 0,178; IC 95%: 0,039 – 0,823). Apenas o uso de ansiolíticos nos últimos 30 dias aumentou a chance de ocorrência de algum nível de sofrimento.

Tabela 8 – Relações entre algum nível de sofrimento psicológico e as características dos estudantes de pós-graduação no contexto da pandemia da Covid-19 (n=102). Recife, Pernambuco, Brasil, 2022

Variáveis	Algum nível de sofrimento psicológico		p-valor	OR (IC 95%)
	Sim	Não		
<b>Gênero</b>	56	30	p=0,779	1,179 (0,375 – 3,709)
Mulher Cis	11	5		
Homem Cis				
<b>Religião</b>			p=0,002	0,180 (0,057 – 0,567)
Sim	39	31		
Não	28	4		
<b>Companheiro(a)</b>			p=0,353	0,678 (0,298 – 1,542)
Sim	28	18		
Não	39	17		
<b>Filhos</b>			p=0,262	0,567 (0,210 – 1,537)
Sim	6	14		
Não	12	70		
<b>Morar com alguém do grupo de risco</b>			p=0,233	0,391 (0,080 – 1,917)
Sim	58	33		
Não	9	2		
<b>Sintomas de COVID-19</b>			p=0,555	0,765 (0,314 – 1,863)
Sim	44	25		

Não	23	10		
<b>Positivo para COVID-19</b>			p=0,060	0,424 (0,183 – 0,983)
Sim	28	22		
Não	39	13		
<b>Isolamento social</b>			p=0,303	1,537 (1,313 – 1,800)
Sim	54	29		
Não	2	0		
<b>Álcool nos últimos 12 meses</b>			p=0,240	1,735 (0,688 – 4,377)
Sim	53	24		
Não	14	11		
<b>Binge</b>			p=0,096	2,168 (0,864 – 5,444)
Sim	28	9		
Não	33	23		
<b>Bolsista</b>			p=0,047*	0,621 (0,527 – 0,732)
Sim	8	0		
Não	54	33		
<b>Uso de maconha nos últimos 30 dias</b>			p=0,140	0,642 (0,553 – 0,746)
Sim	4	0		
Não	61	34		
<b>Uso de maconha nos últimos 12 meses</b>			p=0,065	5,893 (0,722 – 48,129)
Sim	10	1		
Não	56	33		
<b>Uso de álcool antes da pandemia</b>			p=0,678	1,208 (0,494 – 2,953)
Sim	48	23		
Não	19	11		
<b>Aumento do álcool na pandemia</b>			p=0,136	2,681 (0,706 – 10,174)
Sim	14	3		
Não	47	27		
<b>Aumento de drogas na pandemia</b>			p=0,336	0,682 (0,591 – 0,786)
Sim	2	0		
Não	60	28		
<b>Uso de ansiolíticos nos últimos 30 dias</b>			p=0,023	3,349 (1,148 – 9,767)
Sim	24	5		
Não	43	30		
<b>Uso de ansiolíticos nos últimos 12 meses</b>			p=0,186	1,832 (0,742 – 4,521)
Sim	26	9		
Não	41	26		
<b>Uso de antidepressivos nos últimos 30 dias</b>			p=0,059	3,346 (0,903 – 12,402)
Sim	16	3		
Não	51	32		

<b>Uso de antidepressivos nos últimos 12 meses</b>			p=0,098	2,635 (0,812 – 8,556)
Sim				
Não				
<b>Relação com o orientador</b>			p=0,274	2,095 (0,544 – 8,070)
Satisfeito	56	32		
Insatisfeito	11	3		
<b>Relação com o coordenador do PPG</b>			p=0,015	5,610 (1,215 – 25,900)
Satisfeito	50	33		
Insatisfeito	17	2		
<b>Grau de cobrança com publicações</b>			p=0,740	1,394 (0,488 – 3,985)
Com cobrança	62	33		
Sem cobrança	5	2		
<b>Grau de cobrança com participação em atividades</b>			p=0,340	2,787 (0,313 – 24,842)
Com cobrança	61	34		
Sem cobrança	5	1		
<b>Grau de cobrança com participação em eventos</b>			p=0,170	2,895 (0,598 – 14,019)
Com cobrança	57	33		
Sem cobrança	10	2		
<b>Grau de cobrança com notas altas</b>			p=0,763	0,875 (0,367 – 2,085)
Com cobrança	46	23		
Sem cobrança	21	12		

Fonte: As autoras (2024).

\*Teste exato de Fisher

#### 4 DISCUSSÃO

O estresse enfrentado pelos pós-graduandos tem sido reconhecido, há algum tempo, como um fator importante na compreensão da insatisfação acadêmica e profissional. Esse estresse reflete-se diretamente na diminuição do nível de produtividade, no aumento do absenteísmo e nos afastamentos por esgotamento físico e psicológico. Nota-se um incremento significativo desse fenômeno diante de eventos mundiais adversos, como a pandemia (Horta *et al.*, 2024).

As estratégias adotadas para interromper a transmissão comunitária do vírus, tais como o isolamento social, foram seguidas pela maior parte da população estudada neste trabalho (81,3%). De acordo com Schuch (2023), apesar de ser uma medida necessária, o isolamento social contribuiu para o aumento dos casos de depressão e ansiedade entre os pós-graduandos.

Este aumento deve-se ao fato de que esses indivíduos enfrentaram um estresse sem precedentes, sendo privados de suas rotinas diárias de trabalho, do auxílio de suas comunidades e do apoio de familiares e amigos (OPAS, 2022).

Conforme Neves et al. (2022), os riscos associados à COVID-19 podem levar ao desenvolvimento de estresse agudo, medo constante e pressão psicológica, fatores que intensificam a probabilidade de depressão. Paralelamente, o medo de infectar familiares é identificado como um fator predisponente a resultados adversos em saúde mental (Vale *et al.*, 2023). A pesquisa revelou que o perfil mais comum entre os estudantes com alto sofrimento psicológico é de mulheres jovens, achado que se alinha a outros estudos que apontam uma prevalência de estudantes jovens e do sexo feminino (Da Costa; Nebel, 2018; Viana; Souza, 2021). Adicionalmente, as mulheres são a maioria no ensino superior em geral e entre os doutores titulados anualmente (Da Costa; Nebel, 2018). Este perfil é relevante, considerando que muitos transtornos mentais são mais comuns nesta faixa etária e gênero. Conforme os resultados deste estudo, as mulheres representaram a maioria dos casos com algum grau de sofrimento psicológico, destacando a vulnerabilidade e a necessidade de políticas de saúde mental mais atentas a este grupo. No entanto, salienta-se que não houve associação do sofrimento psicológico com a variável gênero.

O alto percentual de estudantes com elevado nível de sofrimento psicológico é um achado frequente na literatura (Glatz *et al.*, 2022; Zotesso, 2021; Peixoto; De Souza; Soares, 2022). Em Glatz *et al.* (2022), a maioria dos pós-graduandos apresentou alta pontuação em exaustão emocional, despersonalização, baixa eficácia acadêmica e burnout, bem como níveis severos de depressão e ansiedade. As mulheres apresentaram níveis de estresse superiores, uma situação que pode estar relacionada ao histórico de dupla jornada de trabalho e responsabilidades com filhos e companheiros (Peixoto; De Souza; Soares, 2022).

A religião merece atenção especial, pois a maioria dos pós-graduandos não a possui. Embora haja poucos estudos sobre a relação entre religião e pós-graduação, quando mencionada, essa relação é geralmente fraca ou inexistente (Barros *et al.*, 2022). Observou-se menor probabilidade de alto sofrimento psicológico entre os pós-graduandos religiosos. A religiosidade está relacionada a melhores níveis de saúde mental, com maiores índices de satisfação de vida e menores de depressão e uso de substâncias (Moreira-Almeida; Neto; Koenig, 2006). O impacto positivo da religião se intensifica em situações de estresse, beneficiando especialmente os pós-graduandos, frequentemente submetidos a pressões intensas. A espiritualidade atua como um mecanismo de enfrentamento positivo em situações conflituosas (Monteiro *et al.*, 2020).

A predominância na amostra foi de pessoas sem parceiro, um perfil recorrente em diversos estudos (Barros *et al.*, 2022; Da Costa; Nebel, 2018; Viana; Souza, 2021). Muitos pós-graduandos não recebem bolsa, e a renda média foi de aproximadamente R\$ 6.000,00. O estudo de Viana e Souza (2021) revelou que a instabilidade financeira é frequentemente associada a maior sofrimento psicológico. Assim, a escassez de recursos financeiros surge como um fator crucial para o estresse dos estudantes, sobretudo aqueles sem bolsa ou emprego remunerado.

Cerca de 80% da amostra não tem filhos, e essa variável não mostrou associação com maiores chances de sofrimento psicológico, pelo contrário ter filhos diminuiu a chance de ocorrência desse fenômeno. Alguns estudos transversais sugeriram que ser mãe ou pai está associado a um melhor bem-estar mental, adultos que são pais ou mães apresentam menos sintomas depressivos ou experimentam mais felicidade (Aassve *et al.*, 2012; Helbig *et al.*, 2006). A parentalidade tem um efeito positivo sobre a saúde mental e sobre o bem-estar na meia idade adulta (Grundström *et al.*, 2023).

Aproximadamente 89% dos pós-graduandos residem com alguém do grupo de risco, e cerca de 49% tiveram resultado positivo para COVID-19. Essa população, por estar em ambientes com contato direto com o vírus, tem maior interação diária com a morte e o temor constante de infectar familiares (Corrêa *et al.*, 2022). Vale *et al.* (2023) apontam que pessoas que contraíram COVID-19 e convivem com portadores de doenças crônicas não transmissíveis apresentam níveis elevados de estresse, relacionados à insegurança sobre as condições de saúde, maior exposição ao vírus e ao grande fluxo de informações, muitas vezes insuficientes, divulgadas pela mídia. Apesar do que há descrito na literatura (Kisely *et al.*, 2020; Barros *et al.*, 2022; Vale *et al.* 2023.), neste estudo, morar com alguém do grupo de risco para a COVID-19 diminuiu a chance de ocorrência do nível moderado de sofrimento psicológico. Isso pode ser explicado devido ao fato de que em estudos anteriores, essa associação é identificada através de estudos longitudinais que permitem a análise da causalidade e a coleta de feedbacks ao longo de um determinado período. Os resultados deste estudo sugerem que variáveis relacionadas ao aumento do sofrimento psicológico e morar com pessoas com DCNT devem ser melhor investigadas em estudos futuros.

O consumo de álcool entre os estudantes foi elevado (75,5%), particularmente nos últimos 12 meses, com muitos praticando *binge drinking*. Pedrosa *et al.* (2011) destacam a prevalência do uso de álcool e do *binge drinking* entre estudantes, relacionando-o ao histórico familiar de etilismo e ao não uso de preservativos. O consumo de álcool foi associado a altos níveis de sofrimento psicológico e à probabilidade de transtornos mentais comuns, especialmente entre mulheres e usuários de maconha (Lucchese *et al.*, 2017). Este

comportamento também aumenta o risco de comportamentos sexuais perigosos (Boska *et al.*, 2017), evidenciando que o abuso do álcool afeta várias áreas da vida dos indivíduos.

Quanto ao uso de maconha, ela se destaca em relação a outras drogas, sendo mais usada do que ansiolíticos em algumas situações. A prevalência de ansiolíticos é maior entre mulheres (Dos Santos *et al.*, 2013), coincidindo com o fato de apenas 10% da amostra deste estudo utilizar maconha, com um perfil predominantemente feminino. O uso de maconha pelos pós-graduandos está associado a um aumento nas chances de sofrimento psicológico moderado. Embora o uso prevalente de cannabis possa reduzir temporariamente o estresse e o sofrimento psicológico, estudos apontam que seu uso prolongado e excessivo está vinculado a maiores chances de desenvolvimento de quadros ansiosos, depressivos e de ideação suicida (Pereira; Cardoso, 2015; Veloso *et al.*, 2019; Porfírio; Cordeiro, 2021).

O uso de ansiolíticos e antidepressivos entre os pós-graduandos foi elevado nos últimos 12 meses. Um estudo revelou que muitos estudantes começaram a utilizar esses medicamentos após ingressar no curso, relutando inicialmente devido a estigmas associados aos psicotrópicos. Apesar de reconhecerem a necessidade desses fármacos, os pós-graduandos expressaram o desejo de não depender deles (Dos Reis; Ragnini; Boehs, 2021). Esse aumento no uso de medicamentos é reflexo do crescimento de distúrbios mentais, mas a dependência química dessas substâncias pode gerar problemas adicionais de abuso, reforçando a importância de seguir as doses e durações de tratamento prescritas (Da Silva *et al.*, 2022).

Quanto à relação orientador-estudante, cerca de 52,9% dos participantes de um estudo relataram estar muito satisfeitos com essa interação durante a pandemia de COVID-19. A relação entre orientadores e pós-graduandos, nesse período desafiador, ultrapassa o aspecto didático/pedagógico, enfatizando a importância do acolhimento e suporte, especialmente devido às adaptações para reuniões virtuais e aulas remotas (van Tienoven *et al.*, 2022).

Os pós-graduandos relataram um nível significativo de satisfação (56,9%) com coordenação do Programa de Pós. Esta relação positiva com o programa emergiu como um fator crucial na redução do risco de sofrimento mental. No contexto da alta exigência dos programas de pós-graduação, especialmente no que tange à dedicação à pesquisa, a relação construtiva dos pós-graduandos com os docentes mostrou-se benéfica, melhorando a percepção de qualidade de vida (Glatz *et al.*, 2022).

Esta pesquisa também revelou elevado percentual de satisfação com o orientador (52,9%). Essa relação desempenha um papel fundamental no sucesso acadêmico e na pesquisa, conforme indicado por Peixoto, De Souza e Soares (2022). Destaca-se, portanto, a importância de uma relação harmoniosa entre estudantes e orientadores, o que pode ser decisivo para

encorajar os estudantes a perseverar em suas jornadas acadêmicas. Isso é especialmente relevante considerando que a extensa carga horária exigida já representa um fator de risco significativo para a saúde mental dos pós-graduandos. Adicionalmente, os autores citados identificaram a cobrança interna como uma variável associada ao adoecimento mental, ressaltando a necessidade de um equilíbrio entre as expectativas pessoais e as demandas acadêmicas.

Em relação à pressão por publicações e participação em eventos, os pós-graduandos relataram uma cobrança considerável por parte dos orientadores (63,7% e 52,0%, respectivamente). Moura e Cruz (2020) associam essa pressão ao comprometimento dos grandes centros acadêmicos com o combate à COVID-19. À medida que a comunidade acadêmica era motivada a encontrar soluções para a pandemia e seus desdobramentos, houve um aumento da carga de trabalho dos estudantes, mantendo suas atividades acadêmicas durante a pandemia, o que pode levar ao aumento do estresse percebido (Miranda *et al.*, 2022).

Moura *et al.* (2021) afirmam que o aumento da vulnerabilidade aos transtornos mentais, influenciado diretamente ou indiretamente pela COVID-19, afetou globalmente pessoas de diferentes estratos sociais, culturas e países, devido à instabilidade geral. Ter um resultado positivo para COVID-19 foi vinculado a algum nível de sofrimento psicológico na população estudada. A insegurança gerada pela instabilidade social e dos sistemas de saúde, os riscos de morbimortalidade e a perda de entes queridos contribuem para o aumento da tensão social, maiores níveis de estresse e sofrimento psicológico (Moura *et al.*, 2021; Neves *et al.*, 2022).

## **5 CONCLUSÃO**

O perfil dos estudantes de pós-graduação foi composto por mulheres jovens, sem religião, sem filhos e sem companheiro, com renda média de R\$ 6.000,00 e não recebimento de bolsa, convergindo com outros artigos encontrados na literatura atual. Não houve fatores associados aos níveis de baixo e muito alto sofrimento mental. Os fatores associados ao aumento do sofrimento mental foram uso de maconha nos últimos 30 dias, uso de ansiolíticos nos últimos 30 dias, testar positivo para COVID-19 e uso de álcool antes da pandemia ou nos últimos 12 meses. As variáveis associadas a menores níveis de ocorrência de sofrimento foram ter filhos, morar com alguém do grupo de risco, ter uma religião e nível de satisfação com a coordenação do PPG. O estudo apresenta limitações, incluindo a natureza transversal da pesquisa, que restringe as conclusões aos dados coletados no momento do estudo, podendo influenciar a não associação de variáveis relevantes com o sofrimento psicológico. Além disso,

a amostra de tamanho reduzido e a realização do estudo com pós-graduandos de uma única IFES limitam a generalização dos resultados.

As implicações deste estudo para a prática em saúde ressaltam a urgente necessidade de uma abordagem mais holística e proativa em relação à saúde mental dos estudantes de pós-graduação. É crucial desenvolver e implementar políticas e estratégias específicas nas instituições de ensino superior, visando não apenas a promoção da saúde mental, mas também a prevenção de sofrimento psicológico nessa população. Estas políticas devem incluir programas de conscientização, acesso facilitado a serviços de aconselhamento e psicoterapia, e a criação de uma cultura institucional que reconheça e apoie as necessidades de saúde mental dos estudantes. Além disso, é vital considerar os efeitos prolongados da pandemia de COVID-19, que vão além do período da crise sanitária em si. As instituições devem estar preparadas para lidar com o impacto contínuo dessa experiência, que pode incluir traumas, ansiedade prolongada e outras complicações psicológicas.

Este trabalho também visa fomentar futuras pesquisas sobre a saúde mental dos estudantes de pós-graduação, com um enfoque específico nas causas, características e consequências do sofrimento mental a longo prazo. Essas pesquisas devem explorar como o ambiente acadêmico de alto desempenho, combinado com as pressões únicas de um contexto pandêmico, afeta diversos aspectos da vida dos estudantes, como desempenho acadêmico, relacionamentos pessoais e profissionais, e bem-estar geral. Ademais, é importante investigar o papel das variáveis demográficas, como gênero, idade, situação socioeconômica e do contexto acadêmico na saúde mental dos pós-graduandos. A compreensão dessas nuances pode orientar a criação de intervenções mais personalizadas e eficazes. Finalmente, este estudo sublinha a importância de uma abordagem multisetorial para tratar as questões de saúde mental no ensino superior, envolvendo equipe multiprofissional, garantindo uma resposta abrangente e inclusiva às necessidades dos estudantes de pós-graduação.

## **REFERÊNCIAS**

AASSVE, A., GOISIS, A., & SIRONI, M. Happiness and Childbearing Across Europe. **Social Indicators Research**, 2012, 108(1), 65–86. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9866-x>. Acessado em: 28 de jan. 2024.

ANDREWS, G.; SLADE, T. Interpreting scores on the Kessler Psychological Distress Scale (K10). **Aust N Z J Public Health.**, v. 25, n.6, p. 494-497, 2001. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1467-842X.2001.tb00310.x>

BARROS, G.F.O. *et al.* Fatores associados a ansiedade, depressão e estresse em estudantes de Medicina na pandemia da Covid-19. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, 2022.

BERTOLOTE, J.M. *et al.* O papel da família na promoção de saúde mental. **Observatório Nacional da Família**. Coleção Família e Desenvolvimento Humano. vol. I, 2020.

BOSKA, G.A. *et al.* Vulnerabilidade para o comportamento sexual de risco em usuários de álcool e outras drogas. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, v. 13, n. 4, p. 189-195, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v13i4p189-195>. Acesso em 26 jan. 2024.

CARNEIRO, G. Casal do Recife são primeiros casos de coronavírus em Pernambuco. **Portal Folha PE**, 2020. Disponível em: <https://www.folhape.com.br/noticias/casal-do-recife-sao-primeiros-casos-de-coronavirus-em-pernambuco/133219/>. Acessado em: 15 de jan. 2024.

CHANG, J.; YUAN, Y.; WANG, D. Mental health status and its influencing factors among college students during the epidemic of COVID-19. Nan fang yi ke da xue xue bao= **Journal of Southern Medical University**, v. 40, n. 2, p. 171-176, 2020.

CORRÊA, R. P, et al. The perceptions of Brazilian postgraduate students about the impact of COVID-19 on their well-being and academic performance. **International Journal of Educational Research Open**, Volume 3, 2022, 100185, ISSN 2666-3740. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2022.100185>. Acessado em: 24. Jan de 2024.

DA COSTA, E. G.; NEBEL, L. O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. **Polis. Revista Latinoamericana**, n. 50, ago. 2018. Disponível em: <https://journals.openedition.org/polis/15816>. Acesso em 25 jan. 2024.

DA SILVA, M. Capitalismo, pós-graduação e adoecimento mental. **Metodologias e Aprendizado**, [S. l.], v. 5, pp. 1–14, 2022. DOI: 10.21166/metapre.v5i.2378. Disponível em: <https://publicacoes.ifc.edu.br/index.php/metapre/article/view/2378>. Acesso em 11 mai. 2022.

DA SILVA, B.R.M. *et al.* Perfil de Utilização de Medicamentos de pacientes atendidos pelo curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Psiquiatria e Saúde Mental com ênfase em Humanidades Médicas de universidade particular do município de Campo Grande- MS. **Atena Editora**, Tópicos Atuais em Saúde, abr. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.22533/at.ed.293220509>. Acesso em 26 jan. 2024.

DOS REIS, T.C.; RAGNINI, E.; BOEHS, S.T.. Sofrimento psíquico e uso de psicofármacos entre estudantes de Pós-Graduação. **Revista do Nufen: Phenomenology And Interdisciplinarity**, v. 13, n. 2, 2021.

FIRTH, Joseph et al. A meta-review of “lifestyle psychiatry”: the role of exercise, smoking, diet and sleep in the prevention and treatment of mental disorders. **World psychiatry**, v. 19, n. 3, p. 360-380, 2020.

GLATZ, E.T.M. *et al.* A saúde mental e o sofrimento psíquico de pós-graduandos: uma revisão de literatura em teses e dissertações. **Revista Educar Mais**, v. 6, p. 255-273, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.15536/reducarmais.6.2022.2719>. Acesso em 25 jan. 2024.

GUNNELL, D. *et al.* Suicide Risk and Prevention During the COVID-19 Pandemic. **Lancet Psychiatry**, v. 7, n. 6, p. 468-471, 2020.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. DE A. R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 4, p. 1327–1346, abr. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/RLFrGpHpQKgkYpwXvHx3B3b/#>. Acesso em: 28 jan. 2024.

GREFF, A. P. *et al.* Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: suicídio na pandemia COVID-19. **Centro de Estudos e Pesquisas em Emergências e Desastres em Saúde** (CEPEDES/Fiocruz), 2020.

GRUNDSTRÖM, J., KIVIRUUSU, O., KONTTINEN, H. *et al.* Reciprocal associations between parenthood and mental well-being – a prospective analysis from age 16 to 52 years. **Curr Psychol**, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04487-3>. Acessado em: 28 de jan. 2024.

HELBIG, S., *et al.* Is parenthood associated with mental health?: Findings from an epidemiological community survey. **Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology**, 2016 41(11), 889–896. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s00127-006-0113-8>. Acessado em: 28 de jan. 2024.

HORTA, R. L. *et al.* “Pegar” ou “passar ”: medos entre profissionais da linha de frente da COVID-19. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 71, n. 1, p. 24–31, jan. 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/F46C8gTm76457yyK7bMCvCs/abstract/?lang=pt#>. Acessado em: 24. Jan de 2024.

HORTA, R. L. *et al.* O estresse e a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19 em hospital geral. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, n. 1, p. 30–38, jan. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/3wN8kZGYJVd3B4tF6Wcctgs/abstract/?lang=pt#>. Acessado em 26 de jan. de 2024.

JUSTEN, A, *et al.* Projeto Covid-19. **Brasil. io**, 2022. Disponível em: <https://brasil.io/covid19/>. Acessado em 15 de jan. 2024.

KAWOHL, W.; NORDT, C. COVID-19, unemployment, and suicide. **Lancet Psychiatry**, v. 7, n. 5, p. 389-390, 2020.

KESSLER, R. C. *et al.* Screening for serious mental illness in the general population. **Arch.**

**Gen. Psychiatry**, v. 60, n.2, p.184-189, 2003. doi: 10.1001/archpsyc.60.2.184

KESSLER, R. C. *et al.* Screening for serious mental illness in the general population with the K6 screening scale: results from the WHO World Mental Health (WMH) survey initiative. **International Journal of Methods in Psychiatric Research**, v. 19, n. S1, p. 4-22, 2010. doi: 10.1002/mpr.310

KISELY, S. *et al.* Occurrence, prevention, and management of the psychological effects of emerging virus outbreaks on healthcare workers: rapid review and meta-analysis. **BMJ**, v. 369, 2020.

LUCCHESI, R. *et al.* Transtorno mental comum entre indivíduos que abusam de álcool e drogas: estudo transversal. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 26, 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072017004480015>. Acesso em 26 jan. 2024.

MAHAJAN, C.; KAPOOR, I.; PRABHAKAR, H. Psychological effects of Corona Virus Disease (COVID 19) on children of Health Care Workers. **Anesthesia & Analgesia**, 2020.

MICHAEL, Shannon L. *et al.* Physical activity, sedentary, and dietary behaviors associated with indicators of mental health and suicide risk. **Preventive medicine reports**, v. 19, p. 101153, 2020.

MIRANDA *et al.* Dificuldades, Preocupações e Estresse na Pós-Graduação. **Revista Gestão Universitária na América Latina – GUAL**, v.15, n.2, maio de 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/gual/article/view/83913>. Acessado em 26 de jan. de 2024.

MOREIRA-ALMEIDA, A.; NETO, F.L.; KOENIG, H. G. Religiosidade e saúde mental: uma revisão. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 28, p. 242-250, set. 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462006005000006>. Acesso em 25 jan. 2024.

MOURA, A. de C.; CRUZ, A. G. da. Ensino Superior E Produtividade Acadêmica Em Tempos De Pandemia. **Revista Interinstitucional Artes de Educar**, [S. l.], v. 6, p. 222–244, 2020. DOI: 10.12957/riae.2020.51813. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/riae/article/view/51813>. Acesso em: 28 jan. 2024

NAGATA, Jason M. *et al.* Food insecurity is associated with poorer mental health and sleep outcomes in young adults. **Journal of Adolescent Health**, v. 65, n. 6, p. 805-811, 2019.

NEVES, K. R. T *et al.* Impactos Da Covid-19 Na Saúde Mental De Estudantes De Pós-Graduação Da Área Da Saúde De Uma Universidade No Ceará, Brasil. **Infarma - Ciências Farmacêuticas**, [S.l.], v. 35, n. 1, p. 52-63, apr. 2023. ISSN 2318-9312. Disponível em: <<https://revistas.cff.org.br/?journal=infarma&page=article&op=view&path%5B%5D=3049>>. Acesso em: 24 jan. 2024.

OLIVEIRA, E. N. *et al.* Covid-19: Repercussions on the mental health of higher education students. **Saúde em Debate**, v. 46, n. spe1, p. 206–220, 2022. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/sdeb/a/gkbNJ5jkfrLWfH9cB4vFKHr/?lang=pt#>. Acessado em 28 de dez. 2023.

OMS afirma que COVID-19 é agora caracterizada como pandemia. **Pan American Health Organization**, 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/news/11-3-2020-who-characterizes-covid-19-pandemic>. Acessado em 15 de jan. 2024.

OPAS. Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo. **Pan American Health Organization**, 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em#:~:text=Uma%20das%20principais%20explica%C3%A7%C3%B5es%20para,e%20envolvimento%20em%20suas%20comunidades>. Acessado em 28 de jan. 2024.

PEIXOTO, M.T.; SOUZA, B.; SOARES, T.C. Interface entre estresse e produção do conhecimento: o adoecimento de pós-graduandos brasileiros. **Enciclopédia Biosfera**, v. 19, n. 40, jun. 2022. Disponível em: [https://doi.org/10.18677/EnciBio\\_2022B21](https://doi.org/10.18677/EnciBio_2022B21). Acesso em 26 jan. 2024.

PORFIRIO, J. C. C.; FREITAS, L. C. Uso Moderado de Cannabis em Universitários e Habilidades Sociais. **Estudo e Pesquisa em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 2, p. 768-785, 2021. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812021000200021&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812021000200021&lng=pt&nrm=iso). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.12957/epp.2021.61068>. Acessado em 28 jan. 2024.

RODRIGUES, V.B.; MADEIRA, M. Suporte social e saúde mental: revisão da literatura. 2009. **Revista da Faculdade de Ciências da Saúde. Porto: Edições Universidade Fernando Pessoa**. ISSN 1646-0480, p. 390-399, 2009.

SCORSOLINI-COMIN, F. et al. Mental health and coping strategies in graduate students in the COVID-19 pandemic. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 29, p. e3491, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/ZWnTbwWJgm76RhfBVYG5p9c/?lang=pt&format=pdf>. Acessado em 28 de jan. 2024.

SCHUCH, H. S. *et al.* Depression and anxiety among the University community during the Covid-19 pandemic: a study in Southern Brazil. **Anais da Academia Brasileira de Ciências**, v. 95, n. 1, p. e20220100, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/aabc/a/CxWMSycNhJnxRSbzmV5D6YF/?lang=en#>. Acessado em 28 de dez. 2023.

SIQUEIRA, A. M. Relatório Técnico Parcial do Monitoramento da Saúde Mental dos

estudantes da UFF no período de isolamento social em consequência da pandemia de Covid-19. **Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis**. Coordenação de Apoio Social Divisão de Atenção à Saúde do estudante. Serviço Assistencial em Psiquiatria. Niterói, Abr de 2020.

SHER, L. COVID-19, Anxiety, Sleep Disturbances and Suicide. **Sleep Med**, 70: 124, 2020.

VAN TIENOVEN, T. P. et al., Graduate students locked down? PhD students' satisfaction with supervision during the first and second COVID-19 lockdown in Belgium. **PLoS One.**, v.17, n.5, e0268923, 2022. doi: 10.1371/journal.pone.0268923. PMID: 35605012; PMCID: PMC9126403.

VALE, M.F. et al. Risk factors for the population's mental health amidst the COVID-19 pandemic. **Revista da Escola de Enfermagem USP**. 2023;57:e20220324. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reusp/a/8hcGJtsFM3ZvRC3bmXPH8BS/?format=pdf&lang=pt>. Acessado em: 28 de dez. 2023.

VELOSO, L. U. P. *et al.* Ideação suicida em universitários da área da saúde: prevalência e fatores associados. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 40, p. e20180144, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/JttXRNsGZJGqtG3b4NnBZHS/#>. Acessado em: 26. Jan de 2024.

VIANA, H.F.; SOUZA, F.S. Saúde mental na pós-graduação e a COVID-19: Um estudo com mestrandos e doutorandos de uma instituição pública federal de ensino. **Revista de Casos e Consultoria**, v. 12, n. 1, p. e25290, ISSN 2237-7417, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/25290/14302>. Acesso em 26 jan. 2024.

VIEIRA-SANTOS, J.; PAIVA, W.F.; MENDES-PEREIRA, CC. Percepções de estudantes universitários brasileiros sobre o impacto da pandemia de COVID-19 na rotina acadêmica. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 4, pág. e40411425083, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i4.25083. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/25083>. Acesso em: 28 jan. 2024.

ZOTESSO, M.C. Sofrimento psicológico em pós-graduandos: aspectos emocionais e comportamentais. **Tese** (Doutorado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – Faculdade de Ciências, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Bauru, jan. 2021.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos, inicialmente, a Deus, por estar incessantemente nos abençoando e fornecendo forças, especialmente nos instantes em que cogitamos a desistência. Foram

inúmeras as ocasiões. Contudo, se atingimos este marco, deve-se à Sua bondade para conosco e aos Seus planos, substancialmente mais grandiosos do que os nossos.

Expressamos nossa gratidão aos nossos pais e familiares, alicerces fundamentais, que, em todas as circunstâncias, demonstraram apoio e colaboração, seja sob aspectos materiais ou emocionais. A família constitui um esteio imprescindível em nossas trajetórias, sendo, frequentemente, nosso suporte exclusivo. Nesse núcleo, somos capazes de expressar nossas emoções sem receio de julgamentos, sendo acolhidos sem expectativas de retribuições e, fortalecidos por tal amor, logramos nos reerguer e retornar ao cenário de lutas. Portanto, seria inconcebível omiti-los deste reconhecimento.

Estendemos nossos agradecimentos aos nossos amigos, tanto aqueles de longa data quanto aos que foram revelados ao longo do percurso universitário. A amizade representa uma dádiva divina, e compartilhar a rotina acadêmica com verdadeiros companheiros alivia a carga, tornando-a mais suportável e viável de ser prosseguida.

Prestamos, ainda, nossa gratidão à orientadora, Jaqueline Perrelli, por sua companhia e direcionamento desde o advento de nossa vida acadêmica até sua conclusão. Os ensinamentos assimilados sob sua tutela ao longo deste percurso acadêmico são de valor inestimável para nossos projetos futuros.

Por fim, mas não menos importante, agradecemos mutuamente. Cada indivíduo encontra, no âmbito universitário, uma parceria que transcende a mera amizade, evoluindo para um vínculo comparável a um laço fraterno. Sem dúvida, a relação de amizade entre Crislayne e Leiliane excede essa descrição, superando os limites convencionais de uma amizade ordinária.