

Impactos Pós-pandemia da COVID-19 na Saúde Mental da Comunidade Universitária

Post-Pandemic Impacts of COVID-19 on the Mental Health of the University Community

Impactos Postpandemia de la COVID-19 en la Salud Mental de la Comunidad Universitaria

Amanda Pelegrini Rodrigues¹, Amanda Vitória Lima Ribeiro², Drielly Lima Valle Folha Salvador³

RESUMO

O presente estudo oferece uma análise dos sintomas de saúde mental após a pandemia de COVID-19 na comunidade universitária. O objetivo foi investigar a ocorrência de transtornos mentais entre os membros dessa comunidade, avaliando seu impacto na vida acadêmica e os possíveis fatores associados. O estudo adotou uma abordagem transversal qualitativa-quantitativa, por meio de um levantamento (survey). Participaram da pesquisa membros da comunidade universitária dos municípios de Maringá e Paranavaí, Paraná, no período pós-pandemia. Os dados foram coletados nos meses de agosto e setembro, por meio de um questionário hospedado na plataforma Google Forms® e, posteriormente, analisados utilizando software estatístico, incluindo estatísticas descritivas e análise de associação entre variáveis. Entre os resultados, destaca-se que 77,8% dos participantes relataram ansiedade, 22,2% mencionaram transtorno de atenção e 15,6% indicaram depressão como sintomas de saúde mental pós-COVID-19. Possuir alguma comorbidade ($OR= 4,48$) ou ter sintomas prolongados da COVID-19 ($OR= 5,13$), estiveram associados a um maior risco de desenvolver transtornos mentais após a fase aguda da doença. Pressão por desempenho acadêmico e incerteza sobre o futuro acadêmico/profissional foram as principais fontes de estresse e ansiedade na comunidade universitária. Conclui-se que os fatores de risco, principalmente relacionados a características socioeconômicas e demográficas, juntamente com comorbidades pré-existentes, desempenham um papel significativo na ocorrência de transtornos mentais nesse contexto.

Palavras-chave: Comunidade universitária, COVID-19, Fatores de risco, Saúde mental, Transtornos mentais.

ABSTRACT

The present study provides an analysis of mental health symptoms following the COVID-19 pandemic in the university community. The objective was to investigate the occurrence of mental disorders among members of this community, evaluating their impact on academic life and possible associated factors. The study adopted a qualitative-quantitative cross-sectional approach through a survey. The participants were members of the university community involved in activities in the cities of Maringá and Paranavaí in the post-pandemic period. Data were collected through a comprehensive questionnaire hosted on the Google Forms® platform and subsequently analyzed using statistical software, including descriptive statistics and association analysis between variables. Among the results, it is highlighted that 77.8% of participants reported anxiety, 22.2% mentioned attention disorder and 15.6% indicated depression as post-COVID-19 mental health symptoms. Pressure for academic performance and uncertainty about the academic/professional future were the main sources of stress and anxiety in the university community. It is concluded that risk factors, mainly related to socioeconomic and demographic characteristics, together with pre-existing comorbidities, play a significant role in the occurrence of mental disorders in this context.

Keywords: University community, COVID-19, Risk factors, Mental health, Mental disorders.

¹ Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Paraná (UNESPAR) - Campus de Paranavaí. E-mail: amandpelegrini123@gmail.com.

² Graduada em Enfermagem pela Universidade Estadual do Paraná (UNESPAR) - Campus de Paranavaí.

³ Doutora em Enfermagem pela Universidade Estadual de Maringá-Uem-Pr.

RESUMEN

El presente estudio ofrece un análisis de los síntomas de salud mental en la comunidad universitaria tras la pandemia de COVID-19. El objetivo fue investigar la ocurrencia de trastornos mentales entre los miembros de dicha comunidad, evaluando su impacto en la vida académica y los posibles factores asociados. Se adoptó un enfoque transversal cualitativo-cuantitativo mediante una encuesta. Participaron miembros de la comunidad universitaria de los municipios de Maringá y Paranavaí, Paraná, en el período pospandemia. Los datos se recopilaron en los meses de agosto y septiembre mediante un cuestionario alojado en la plataforma Google Forms® y posteriormente fueron analizados con software estadístico, incluyendo estadísticas descriptivas y análisis de asociación entre variables. Entre los resultados, se destaca que el 77,8% de los participantes reportaron ansiedad, el 22,2% mencionaron trastornos de atención y el 15,6% indicaron depresión como síntomas de salud mental pos-COVID-19. Tener alguna comorbilidad (OR = 4,48) o presentar síntomas prolongados de COVID-19 (OR = 5,13) estuvo asociado a un mayor riesgo de desarrollar trastornos mentales después de la fase aguda de la enfermedad. La presión por el rendimiento académico y la incertidumbre sobre el futuro académico/profesional fueron las principales fuentes de estrés y ansiedad en la comunidad universitaria. Se concluye que los factores de riesgo, especialmente los relacionados con características socioeconómicas y demográficas, junto con comorbilidades preexistentes, desempeñan un papel significativo en la ocurrencia de trastornos mentales en este contexto.

Palabras clave: Comunidad universitaria, COVID-19, Factores de riesgo, Salud mental, Trastornos mentales.

INTRODUÇÃO

A COVID-19 é uma doença causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global. O SARS CoV-2 é responsável por desencadear uma infecção respiratória aguda que, pode variar desde uma infecção assintomática, até um grande dano alveolar irreversível. A primeira manifestação da doença ocorreu na cidade de Wuhan, província de Hubei, China, em dezembro de 2019¹.

A pandemia da COVID-19, declarada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) em 11 de março de 2020, destaca-se como um dos maiores desafios sanitários em escala global. Com isso, foram necessárias medidas imediatas de prevenção, orientadas pela OMS, para evitar a disseminação da doença, como o uso de máscara, higienização das mãos e o distanciamento social².

Nesse contexto, a quarentena preventiva gerou uma grande perturbação psicossocial em vários setores sociais (saúde, educação, lazer, entre outros). Sabe-se que, o isolamento social foi importante para a proteção da saúde da população, minimizando a disseminação e o contágio da doença. Entretanto, observa-se que o distanciamento refletiu em sintomas de doenças psiquiátricas em grande parte da população³.

É sabido que uma quarentena, principalmente como a decorrente da COVID-19, de milhares de pessoas ao mesmo tempo e sem tempo determinado, está associada a aspectos negativos na resiliência da saúde mental. Passados cerca de três anos da quarentena, verificou-se um aumento expressivo no risco para o aparecimento de abuso de substâncias, sintomas psicopatológicos, designadamente, humor deprimido, irritabilidade, ansiedade, medo, raiva, insónia, sintomas relacionados ao estresse pós-traumático e depressão⁴.

Desse modo, acredita-se que o surgimento desses sintomas, possa estar relacionado com o receio de contrair uma doença potencialmente fatal, dificuldades econômicas decorrentes da pandemia e também o alto risco de desemprego, resultando em um agravamento da saúde mental da população^{3,5}.

Assim como em outros setores, os sistemas educacionais também necessitaram se adaptar aos ajustes decorrentes da pandemia pela COVID-19 incluindo as universidades. A utilização do ensino remoto, a suspensão das aulas presenciais e a dificuldade de manter o contato, mesmo à distância, foram alguns dos fatores que afetaram negativamente a saúde física, emocional e mental da comunidade acadêmica⁶.

Deste modo, o presente estudo teve como objetivo investigar a ocorrência de transtornos mentais, relatados pelos membros da comunidade universitária após a pandemia da COVID-19, reflexos na vida acadêmica e possíveis fatores associados.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, quali-quantitativo, do tipo *survey*. Este estudo faz parte de um macroprojeto desenvolvido na Universidade Estadual do Paraná – Campus sede de Paranavaí, intitulado Monitoramento da COVID-19 e síndrome pós-COVID-19 no ambiente universitário: estudo MONITORACOVID, cujo objetivo é identificar a prevalência de sinais e sintomas agudos e tardios da COVID-19 e fatores associados na comunidade acadêmica.

Membros de qualquer comunidade universitária, incluindo estudantes de graduação, pós-graduação, docentes e funcionários que estejam atualmente vinculados às atividades na universidade no período pós-pandemia.

Foram consideradas válidas as participações de estudantes, docentes ou funcionários que possuem vínculo ativo com uma universidade pública ou privada, com idade igual ou superior a 18 anos, que tiveram a COVID-19 e que atualmente tenham retomado suas atividades universitárias após a pandemia.

Foram excluídos os formulários de indivíduos que não são membros atuais de alguma comunidade universitária, com idade inferior a 18 anos, que não tiveram a COVID-19 e que não forneceram informações adequadas ou completas nas respostas do questionário.

Os dados foram coletados por meio de um questionário estruturado, com perguntas relacionadas aos sintomas de saúde mental, experiências pós-pandemia, estratégias de enfrentamento e percepções sobre o papel da universidade. O instrumento de coleta de dados foi desenvolvido na plataforma do Google Forms®, permitindo que os participantes acessassem o questionário por meio de seus próprios dispositivos, como telefones celulares, *tablets*, notebooks ou computadores.

Foram coletados dados:

- **Demográficos:** idade, sexo, raça/cor, escolaridade, renda mensal, relação com a universidade, ocupação e estado civil.
- **Relacionados à saúde:** condição de saúde geral autodeclarada, peso corporal, estatura, consumo de álcool e tabaco, uso de medicamentos contínuos, condições médicas pré-existentes, ter tido ou não a infecção pela COVID-19, sintomas agudos e tardios, histórico de internamento pela infecção, histórico de vacinação e persistência de sintomas.
- **Relacionados à saúde mental:** desenvolvimento de transtornos mentais, quais sintomas

apresentou.

- **Percepções relacionadas às atividades acadêmicas:** segurança em ter atividades presenciais pós-pandemia; fontes de estresse ou ansiedade no ambiente universitário.

Para análise qualitativa, levantou-se a seguintes questões de resposta aberta:

- Na sua opinião, como a universidade poderia fornecer um ambiente mais favorável ao bem-estar e à resiliência dos estudantes, professores e funcionários no pós-pandemia?

O link para o questionário, juntamente com um convite para participação, foi compartilhado em diversas plataformas, incluindo redes sociais, e-mails e aplicativos de mensagens instantâneas, visando alcançar um público mais amplo. Esse link permitia o acesso ao questionário *online* para os membros da comunidade universitária, possibilitando que respondessem às perguntas de forma conveniente e anônima.

Os dados foram organizados e analisados por meio de planilhas nos softwares Microsoft Excel® 2016 e Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 21.0. Utilizou-se estatística descritiva, com frequências absolutas e relativas, para apresentar os resultados por meio de gráficos e tabelas. Além disso, a associação entre as variáveis foi verificada.

Para verificar a normalidade das variáveis quantitativas contínuas, como idade, peso, estatura e índice de massa corporal (IMC) – calculado com as informações fornecidas, aplicou-se o teste de Kolmogorov-Smirnov. Considerando a não normalidade dos dados, optou-se por testes não paramétricos para as análises.

Foram empregadas medidas descritivas de tendência central, como a mediana e o intervalo interquartil (IQR), que é a diferença entre o terceiro quartil (Q3) e o primeiro quartil (Q1), proporcionando uma medida da dispersão dos dados, excluindo valores extremos que possam influenciar o intervalo.

Para verificar a associação entre as variáveis independentes, como sexo, IMC elevado, uso de medicação contínua, presença de comorbidades, hospitalização e sintomas persistentes desde a fase aguda, com a variável dependente – desenvolvimento de transtornos mentais – foi aplicado o teste de Qui-Quadrado (χ^2), considerando um *p*-valor < 0,05 como significativo.

Nos casos de associação significativa, foi calculado o Coeficiente de Contingência (CC) para avaliar a força da associação (leve, moderada ou forte). Além disso, foi verificada a Razão de Chances (OR) associada a cada variável independente categórica.

A interpretação da Razão de Chances (OR) segue a lógica: OR = 1 indica ausência de associação; OR > 1 implica aumento da chance de ocorrência da variável dependente em comparação com a categoria de referência da variável independente; OR < 1 indica redução da chance de ocorrência da variável dependente em comparação com a categoria de referência da variável independente.

Os potenciais participantes foram devidamente informados sobre os objetivos do estudo e convidados a participar, concordando por meio da assinatura eletrônica do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) no início do formulário de coleta de dados *online*. Apenas após o consentimento por meio do TCLE é que os participantes tinham acesso às perguntas do questionário.

Todas as práticas éticas, conforme estabelecido pela Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de

Saúde, foram estritamente respeitadas no desenvolvimento deste estudo. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual do Paraná (CEP), sob o parecer nº 6.321.099.

RESULTADOS

Foram obtidos 132 formulários de respondentes de diferentes comunidades acadêmicas. Do total, dois participantes foram excluídos por não atenderem ao critério de idade mínima para participação e outros 32 por não terem tido a COVID-19, resultando em 98 participações válidas.

A maioria dos participantes era composta por estudantes de graduação (94, 96%), predominantemente vinculados a universidades públicas (67, 68,4%). Do total, a maioria era do sexo feminino (81, 82,7%), com idade mediana de 21 anos (60%), e identificavam-se como raça/cor branca (55, 56,1%).

No que diz respeito ao estado civil, a maioria estava solteira (83, 84,7%). Quanto à ocupação, a maioria dos participantes estava empregada (39, 39,8%), e a renda de grande parte deles variava entre 1 a 2 salários mínimos (R\$ 1.321,00 a R\$ 2.640,00) (39, 39,8%). Todos os participantes eram residentes na área urbana (Tabela 1).

Tabela 1 – Características socioeconômicas e demográficas dos participantes que tiveram a COVID-19. Paranavaí/Pr, 2025.

Características	n = 98
Idade	21,0 (20, 23)¹
Sexo	
Feminino	81 (82,7%)
Masculino	17 (17,3%)
Raça/Cor	
Amarela	3 (3,1%)
Branca	55 (56,1%)
Parda	31 (31,6%)
Preta	9 (9,2%)
Escolaridade	
Superior completo	13 (13,3%)
Médio completo/Superior incompleto (cursando)	85 (86,7%)
Estado civil	
Amasiado (a)	2 (2,0%)
Casado (a)	11 (11,3%)
Divorciado (a)	1 (1,0%)
Solteiro (a)	83 (84,7%)
Viúvo (a)	1 (1,0%)
Ocupação	
Estudante	32 (32,7%)
Estudante com bolsa de estudos	26 (26,5 %)
Empregado (a)	39 (39,8%)

Características	n = 98
Desempregado (a)	1 (1,0%)
Renda mensal	
Menos de 1 salário mínimo (até R\$ 1.320,00)	31 (31,6%)
1 a 2 salários mínimos (R\$ 1.321,00 a R\$ 2.640,00)	39 (39,8%)
2 a 3 salários mínimos (R\$ 2.641,00 a R\$ 3.960,00)	5 (5,1%)
3 a 5 salários mínimos (R\$ 3.961,00 a R\$ 6.600,00)	6 (6,1%)
Mais de 5 salários mínimos (acima de R\$ 6.600,00)	5 (5,1%)
Preferiu não responder	12 (12,2%)
Relação com a universidade	
Estudante de graduação	94 (96,0%)
Estudante de pós-graduação	2 (2,0 %)
Docente	2 (2,0%)
Universidade vinculada	
Unespar	67 (68,4%)
Outra	31 (31,6%)

Legenda: n: frequência absoluta; %: frequência relativa. ¹Mediana (IQR).

Fonte: as autoras (2025).

Em relação ao estado de saúde, a maioria dos participantes (73, 74,5%) avaliou seu estado de saúde de forma positiva. Entretanto, 41 (41,8%) estavam acima do peso antes e após a infecção pela COVID-19, conforme relataram sobre sua condição antropométrica.

Cerca de metade dos participantes estava fazendo uso de alguma medicação contínua. Além disso, 55 (56,1%) relataram ter pelo menos uma comorbidade, 25 (19,2%) eram tabagistas e 83 (63,8%) consumiam bebidas alcoólicas regularmente (Tabela 2).

Tabela 2 – Características de saúde e da infecção aguda dos participantes que tiveram a COVID-19. Paranavaí/Pr, 2025.

Características	n = 98
Estado de saúde autorreferido	
Boa	44 (44,9%)
Muito boa	21 (21,4%)
Excelente	8 (8,2%)
Regular	22 (22,4%)
Ruim	3 (3,1%)
IMC¹	24,0 (21,7, 27,9)²
Classificação IMC	
Baixo peso	4 (4,1%)
Eutrófico	53 (54,1%)
Sobrepeso	25 (25,5%)
Obesidade grau I	10 (10,2%)
Obesidade grau II	6 (6,1%)

Características	n = 98
Faz uso de medicação contínua	
Sim	50 (51,0%)
Não	48 (49,0%)
Possui alguma comorbidade	
Sim	55 (56,1%)
Não	43 (43,9%)
Tabagista	
Sim	25 (19,2%)
Não	105 (80,8%)
Consume bebidas alcoólicas regularmente	
Sim	83 (63,8%)
Não	47 (36,2%)
Gravidade da doença na fase aguda	
Assintomático	2 (2,%)
Sintomas leves	41 (41,8%)
Sintomas moderados	42 (42,9%)
Sintomas graves	3 (3,1%)
Necessitou de hospitalização	
Sim	4 (4,1%)
Não	94 (95,9%)
Resolução completa dos sintomas	
Sim	66 (67,3%)
Não	32 (32,7%)
Apresentou sintomas pós-COVID-19?	
Sim	61 (62,2%)
Não	37 (37,8%)
Desenvolveu algum transtorno mental?	
Sim	45 (45,9%)
Não	53 (54,1%)

Legenda: n: frequência absoluta; %: frequência relativa. ¹Conforme estatura e massa corporal referidos.

²Mediana (IQR).

Fonte: as autoras (2025).

Todos os participantes receberam vacinação, com o esquema completo. Em relação à infecção aguda pela COVID-19, 45 (46%) participantes apresentaram sintomas moderados a graves. Apenas quatro deles foram hospitalizados, sendo que nenhum necessitou de cuidados em unidade de terapia intensiva (UTI). Além disso, os sintomas não foram completamente resolvidos para 32 (32,7%) pessoas (Tabela 3).

Tabela 3 – Prevalência de transtornos mentais pós-COVID-19 e fatores relacionados ao âmbito acadêmico. Paranavaí/Pr, 2025.

Qual (is)?	n = 45
Ansiedade	35 (77,8%)

Transtorno de atenção	10 (22,2%)
Depressão	7 (15,6%)
Síndrome do pânico	3 (6,7%)
Transtorno de adaptação	2 (4,4%)
Transtorno obsessivo compulsivo (TOC)	1 (2,2%)
Transtorno de estresse pós-traumático (TEPT)	1 (2,2%)

Acredita que as medidas de prevenção adotadas pela sua universidade foram eficazes para minimizar complicações pela COVID-19?

n = 98

Sim	76 (77,6%)
Não	22 (22,4%)

Sente-se seguro nas atividades presenciais pós-pandemia?

Sim	75 (76,6%)
Parcialmente	22 (22,4%)
Não	1 (1,0%)

Quais situações têm sido fontes de estresse ou ansiedade para você no ambiente universitário após a pandemia?

Pressão por desempenho acadêmico	64 (65,3%)
Incerteza sobre o futuro acadêmico/profissional	60 (61,2%)
Preocupação com a saúde própria ou de familiares	28 (28,6%)
Isolamento social ou solidão	12 (12,2%)
Sobrecarga de trabalho acadêmico	12 (12,2%)

Legenda: n: frequência absoluta; %: frequência relativa. ¹Mediana (IQR).

Fonte: as autoras (2025).

A prevalência de transtornos mentais autorrelatados pós-COVID-19 foi de 45,9%. Ansiedade (35, 77,8%), transtorno de atenção (10, 22,2%) e depressão (7, 15,6%) foram os sintomas relatados mais prevalentes.

Não foi encontrada associação significativa entre sexo, IMC elevado, uso de medicação contínua ou necessidade de hospitalização e o desenvolvimento de transtornos mentais pós-COVID-19 ($p>0,05$) (Tabela 4). No entanto, observou-se uma associação significativa entre a presença de comorbidades ou sintomas persistentes desde a fase aguda da doença e o desenvolvimento de transtornos mentais.

Cerca de um quarto dos participantes expressaram sentir-se inseguros com relação às atividades presenciais após a pandemia. Diferentes fontes de estresse foram relatadas, principalmente relacionadas ao ambiente universitário, destacando-se a pressão por desempenho acadêmico (64, 65,3%) e a incerteza sobre o futuro acadêmico/profissional (60, 61,2%).

Tabela 4 –Associação e chance de ocorrência entre variáveis independentes e o desenvolvimento de transtornos mentais comuns. Paraná/Pr, 2025.

Variável	p-valor (<0,05) ¹	OR	IC
Sexo	0,334	0,58	0,198 – 1,740
IMC elevado	0,086	2,03	0,899 – 4,594

Variável	p-valor (<0,05) ¹	OR	IC
Uso de medicação contínua	0,697	0,85	0,386 – 1,892
Presença de comorbidades	0,001*	4,48 [†]	1,807 – 11,107
Hospitalização	0,417	2,24	0,301 – 16,699
Sintomas persistentes da fase aguda	0,000*	5,13 [†]	1,86 – 14,14

Legenda: ¹Qui-Quadrado (χ^2), OR: razão de chances; IC: intervalo de confiança, *associação estatisticamente significativa, [†]Razão de chances.

Fonte: as autoras (2025).

Indivíduos que tinham alguma comorbidade quando adquiriram a COVID-19, apresentaram 4,48 vezes mais chances desenvolver um transtorno mental após a fase aguda da doença, enquanto indivíduos com sintomas persistentes após a fase aguda, tiveram 5,13 vezes mais chances de experimentar o desfecho. Ambas variáveis apresentaram associação moderada com o desfecho analisado (CC = 0,320; 0,319).

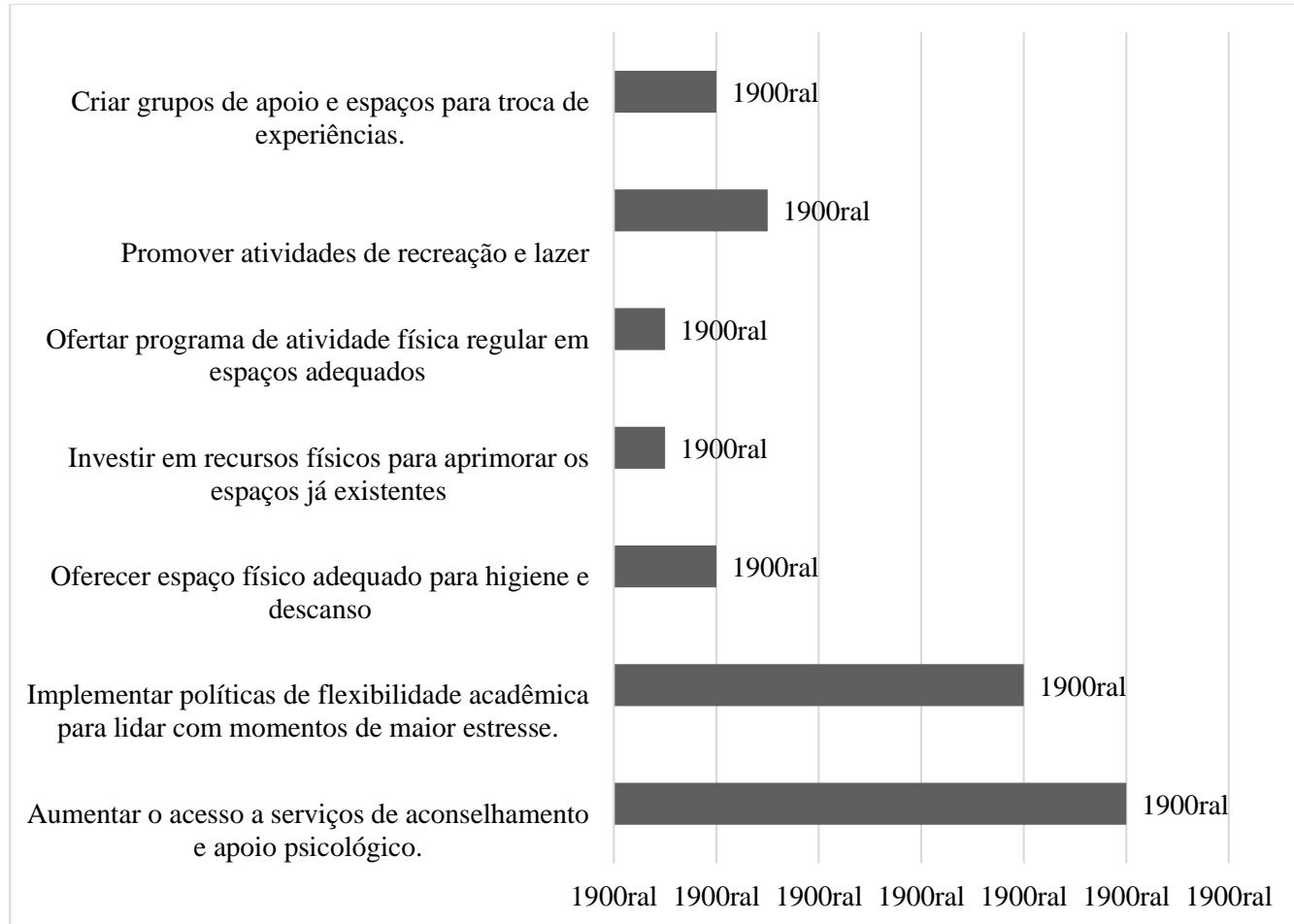
Em relação ao IMC elevado, embora o p-valor seja 0,086, indicando uma associação ligeiramente abaixo do nível de significância, a OR de 2,03 (IC: 0,899 - 4,594) sugere que indivíduos com IMC elevado têm mais que o dobro da chance de desenvolver transtornos mentais em comparação com aqueles sem IMC elevado.

No entanto, evidenciou-se associações significativas para variáveis cruciais. A presença de comorbidades (p-valor<0,001) indica forte associação com o desenvolvimento de transtornos mentais. A OR de 4,48 (IC: 1,807 - 11,107) sugere que os participantes com comorbidades têm uma probabilidade quase cinco vezes maior de desenvolver transtornos mentais em relação aos que não possuem comorbidades.

Da mesma forma, a presença de sintomas persistentes da fase aguda, também revela uma associação altamente significativa (p-valor<0,000). A OR de 5,13 (IC: 1,86 - 14,14) indica que os participantes que experimentam sintomas persistentes da fase aguda têm uma probabilidade mais de cinco vezes maior de desenvolver transtornos mentais comparados aos que não têm esses sintomas.

Quando questionados sobre como a universidade poderia fornecer um ambiente favorável ao bem-estar e à resiliência dos estudantes, professores e funcionários no contexto pós-pandemia, foram obtidas 27 respostas. A maioria delas sugeriu a importância da oferta de apoio psicológico, espaços físicos adequados e atividades que promovam a convivência, o compartilhamento de experiências, o lazer e a prática de atividades físicas (Gráfico 1).

Gráfico 1 – Opinião dos participantes sobre possíveis contribuições da universidade para um ambiente mais favorável ao bem-estar e à resiliência da comunidade acadêmica. Paranavaí/Pr, 2025.



Fonte: as autoras (2025).

Ressalta-se que, em comparação com o período durante a pandemia, os participantes avaliam de forma positiva seu bem-estar emocional no momento atual. No entanto, a transição para o pós-pandemia não foi isenta de desafios, e a maioria relatou dificuldades em se adaptar às mudanças nas abordagens de ensino e aprendizagem, como aulas híbridas, flexibilidade nos horários e a combinação de atividades presenciais e *online*.

Alguns participantes destacaram a importância de abordagens sensíveis para aqueles que enfrentam dificuldades de adaptação pós-pandemia, reconhecendo a variedade de situações pessoais e emocionais que podem influenciar o bem-estar, como no exemplo:

[...] Acredito que a sobrecarga e o estresse que o isolamento trouxe, tanto pelo fato de se estar estudando sozinho, como de tudo que houve nesse período (familiares falecidos, notícias ruins, desenvolvimento econômico e etc.) influenciou muito o psicológico de todos os acadêmico.

Também em:

[...] apoio a todo o corpo docente, alunos e funcionários e uma abordagem mais específica para aqueles que ainda tem dificuldade de adaptação pós pandemia, uma vez que algumas pessoas não se sentem bem para mostrar a todos os problemas.

Atividades que envolvam momentos de descontração além das atividades acadêmicas tradicionais também foram citadas, como verificado em:

Poderiam haver programas de extensão de saúde mental e física, ter um dia no mês algum tipo de festival cultural, gincanas, com lazer e arte para todos.

DISCUSSÃO

Diversos fatores de risco estão correlacionados com o desenvolvimento de complicações pós-COVID-19, especialmente sintomas de saúde mental. Entre esses fatores, destacam-se o sexo feminino, faixa etária mais jovem, menor renda e a presença de alguma comorbidade. Essas variáveis, aqui apresentadas, estão alinhadas com estudos da literatura, que as associam à manifestação de sintomas psicológicos após a COVID-19⁷.

A prevalência de transtornos mentais encontrada neste estudo foi de 45,8% entre os participantes que tiveram COVID-19. Isso significa que uma proporção significativa, aproximadamente metade, relataram a presença de sintomas de ansiedade, transtorno de atenção, depressão, síndrome do pânico, transtorno de adaptação, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) ou transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) após a infecção por COVID-19⁸.

Revisões que investigaram as complicações de saúde física e mental após a COVID-19 também observaram índices significativos de TEPT, ansiedade e depressão. Assim como neste estudo, esses aspectos foram particularmente associados ao sexo feminino, ressaltando a necessidade de intervenções voltadas a este público^{9,11}.

É relevante ressaltar que a maioria dos participantes avaliou seu estado de saúde de forma positiva. No entanto, uma proporção significativa estava acima do peso. Trata-se de um fator importante de atenção, visto que o sobrepeso e obesidade estiveram associados a complicações graves e sintomas prolongados da COVID-19, além de estarem relacionados ao desenvolvimento de transtornos mentais¹².

Essa relação pode estar ligada ao fato de que a inflamação sistêmica provocada pela COVID-19, a deposição de citocinas no tecido adiposo e a sinalização de outras proteínas podem desempenhar um papel na neuroinflamação e nos desequilíbrios neuroquímicos implicados nos transtornos mentais¹².

O presente estudo explorou a associação entre variáveis como sexo, IMC, presença de comorbidades, hospitalização e sintomas persistentes da fase aguda com o desenvolvimento de transtornos mentais pós-COVID-19. Foi encontrada uma associação significativa entre a presença de comorbidades e sintomas persistentes com o desenvolvimento desses transtornos.

Pacientes com sintomas persistentes da COVID-19 experimentam uma gama de sintomas, abrangendo tanto aspectos físicos quanto mentais/psicológicos. Além das já conhecidas manifestações de ansiedade, depressão e TEPT, revisões apontam para a ocorrência de sintomas como amnésia, névoa cerebral, distúrbios

do sono, palpitações e pensamentos de automutilação e suicídio^{9,13}.

Indivíduos que continuam a vivenciar sintomas da doença após a fase aguda frequentemente desenvolvem alterações mentais a longo prazo, muitas vezes associadas a modificações no sistema nervoso central resultantes de preocupações excessivas e inflamação sistêmica^{13,14}.

A literatura destaca a inter-relação entre a presença de comorbidades e o desenvolvimento de complicações após a COVID-19, devido à capacidade do vírus de afetar quase todos os sistemas do corpo. Isso coloca as pessoas com problemas de saúde preexistentes ou sistemas imunológicos comprometidos em maior risco de complicações tanto físicas quanto mentais, com impactos significativos no diagnóstico, tratamento e progressão da doença¹⁵. Além disso, evidências sugerem uma relação entre infecções virais, presença de doenças crônicas e o desenvolvimento de problemas de saúde mental, mesmo entre adultos jovens¹⁶⁻¹⁹.

Os participantes do estudo apontaram diversas situações que acreditam ter contribuído para o agravamento de suas condições de saúde mental, incluindo pressão por desempenho acadêmico, incerteza em relação ao futuro acadêmico/profissional, preocupações com a saúde própria ou de familiares, isolamento social ou solidão e sobrecarga de trabalho acadêmico. Esses fatores, corroborados por estudos anteriores, destacam a necessidade de aprimorar o suporte psicológico no ambiente acadêmico^{20,21}.

Diante desses desafios, os participantes foram consultados sobre sugestões para aprimorar o ambiente acadêmico visando promover o bem-estar e a resiliência na comunidade universitária. Como resultado, eles expressaram a importância de ampliar o acesso aos serviços de aconselhamento e apoio psicológico.

Um destaque importante, dentre as estratégias para lidar com a problemática, é a iniciativa governamental, por meio da Portaria Nº 492 de 23 de março de 2020, chamada "O Brasil Conta Comigo," que envolve alunos da área de saúde no enfrentamento da pandemia da COVID-19. Essa estratégia proporciona uma oportunidade para os alunos contribuírem nas atividades relacionadas ao combate da pandemia, sob supervisão de profissionais de saúde, concedendo-lhes certificados, possibilidade de bolsas e uma pontuação adicional em processos seletivos para programas de residência em saúde. Essa abordagem pode servir de exemplo para outros cursos²².

Além disso, as instituições acadêmicas devem considerar a implementação de políticas que promovam maior flexibilidade acadêmica e incentivem atividades de recreação e lazer, reconhecendo a importância do equilíbrio entre o trabalho acadêmico e momentos de relaxamento para o bem-estar geral²³.

Profissionais de saúde também desempenham um papel vital, já que indivíduos com sintomas persistentes da COVID-19 correm risco elevado de transtornos mentais. Portanto, eles podem fornecer avaliações regulares e intervenções específicas para essa população, desde que estejam vinculados às universidades²⁴.

Com base na alta prevalência de ansiedade e outros transtornos mentais, as instituições de saúde podem fortalecer seus serviços de apoio psicológico. Isso inclui oferecer aconselhamento, terapia, grupos de apoio e recursos de saúde mental acessíveis²³.

Por fim, as instituições de saúde podem reforçar seus serviços de apoio psicológico voltados às comunidades acadêmicas, oferecendo aconselhamento, terapia, grupos de apoio e recursos de saúde mental acessíveis. As instituições acadêmicas podem contribuir para a conscientização sobre a saúde mental, implementando programas de treinamento e campanhas de conscientização, reconhecendo a necessidade de abordagens específicas para lidar com as questões de saúde mental dos alunos^{25,26}.

É essencial notar que pesquisas do tipo *survey* têm limitações, como a ausência de um entrevistador para esclarecer perguntas e a amostragem não probabilística que pode afetar a representatividade dos resultados. Pesquisas futuras podem se concentrar em intervenções para apoiar a saúde mental pós-COVID-19, explorando os fatores de risco identificados e conduzindo estudos longitudinais para compreender melhor a evolução dos transtornos mentais no longo prazo, bem como investigar a relação entre IMC e transtornos mentais e estratégias para melhorar o bem-estar acadêmico nas instituições de ensino superior.

CONCLUSÃO

A pesquisa revelou que a saúde mental no ambiente universitário foi substancialmente impactada no contexto pós-pandemia. Com uma amostra de 98 participantes, a maioria deles estudantes de graduação, a prevalência de transtornos mentais, como ansiedade, depressão e outros, atingiu 77,8%. Essa alta prevalência indica uma resposta significativa dos estudantes às mudanças no ambiente acadêmico e na vida cotidiana devido à COVID-19.

A presença de fatores de risco, como ser do sexo feminino, ter comorbidades e enfrentar incertezas sobre o futuro acadêmico/profissional, contribuiu para o aumento desses transtornos. O impacto na saúde mental, particularmente entre os estudantes universitários, exige atenção e intervenções direcionadas para mitigar os efeitos adversos e promover o bem-estar nessa população.

Por fim, as principais conclusões indicam que a saúde mental pós-COVID-19 é influenciada por uma interação complexa de fatores, incluindo características demográficas, estado de saúde física e presença de comorbidades. Abordar esses fatores de risco e promover a saúde mental deve ser uma prioridade para profissionais de saúde e instituições acadêmicas.

REFERÊNCIAS

1. **Diagnosis and Treatment Protocol for Novel Coronavirus Pneumonia** [Internet]. Disponível em: https://www.who.int/docs/default-source/wpro---documents/countries/china/covid-19-briefing-nhc/1-clinical-protocols-for-the-diagnosis-and-treatment-of-covid-19-v7.pdf?sfvrsn=c6cbfba4_2
2. Organização Pan-Americana da Saúde. **Histórico da pandemia de COVID-19 - OPAS/OMS** | Organização Pan-Americana da Saúde [Internet]. www.paho.org. Disponível em:<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>
3. Afonso P. O Impacto da Pandemia COVID-19 na Saúde Mental. **Acta Médica Portuguesa**. 2020 May;33(5):356. Disponível em:

<https://www.actamedicaportuguesa.com/revista/index.php/amp/article/view/13877/5925>.
<http://dx.doi.org/10.20344/amp.13877>.

4. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce it: Rapid Review of the Evidence. **The Lancet [Internet]**. 2020 Feb 26;395(10227):912–20. Disponível em:<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7158942/>
5. Strandh M, Winefield A, Nilsson K, Hammarstrom A. Unemployment and mental health scarring during the life course. **The European Journal of Public Health**. 2014 Feb 24;24(3):440–5.
6. Filho JD da S, Silva FW de L, Melo AT de, Pinho LL de, Sousa RL, Ramalho AKL, et al. O IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR [Internet]**. 2023 Mar 29 [cited 2023 Apr 17];27(2):574–92. Disponível em:<https://ojs.revistasunipar.com.br/index.php/saude/article/view/9329/4546>
7. Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. **Psychiatry Research**. 2020 Mar 20;287(112934).
8. Wu D, Wu T, Liu Q, Yang Z. The SARS-CoV-2 outbreak: what we know. **International Journal of Infectious Diseases**. 2020 Mar 12;0(0). Disponível em:[https://www.ijidonline.com/article/S1201-9712\(20\)30123-5/fulltext](https://www.ijidonline.com/article/S1201-9712(20)30123-5/fulltext)
9. Silva Andrade B, Siqueira S, de Assis Soares WR, de Souza Rangel F, Santos NO, dos Santos Freitas A, et al. Long-COVID and Post-COVID Health Complications: An Up-to-Date Review on Clinical Conditions and Their Possible Molecular Mechanisms. **Viruses**. 2021 Apr 18;13(4):700. Disponível em:<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8072585/pdf/viruses-13-00700.pdf>
10. Bourmistrova NW, Solomon T, Braude P, Strawbridge R, Carter B. Long-term effects of COVID-19 on mental health: A systematic review. **Journal of Affective Disorders [Internet]**. 2022 Feb 15;299:118–25. Disponível em:<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032721012532>
11. Poyraz BÇ, Poyraz CA, Olgun Y, Gürel Ö, Alkan S, Özdemir YE, et al. Psychiatric morbidity and protracted symptoms after COVID-19. **Psychiatry Research**. 2021 Jan;295:113604.
12. de Leeuw AJM, Oude Luttkhuis MAM, Wellen AC, Müller C, Calkhoven CF. Obesity and its impact on COVID-19. **Journal of Molecular Medicine**. 2021 Apr 6;99.
13. Aiyegbusi OL, Hughes SE, Turner G, Rivera SC, McMullan C, Chandan JS, et al. Symptoms, complications and management of long COVID: a review. **Journal of the Royal Society of Medicine**. 2021 Jul 15;114(9):014107682110328.
14. Barh D, Tiwari S, Andrade BS, Weener ME, Góes-Neto A, Azevedo V, et al. A novel multi-omics-based highly accurate prediction of symptoms, comorbid conditions, and possible long-term complications of COVID-19. **Molecular Omics**. 2021 Apr 1;17(2):317–37. Disponível em:<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33683246/>
15. Ratcliff CG, Barrera TL, Petersen NJ, Sansgiry S, Kauth MR, Kunik ME, et al. Recognition of anxiety, depression, and PTSD in patients with COPD and CHF: Who gets missed? **General Hospital Psychiatry**. 2017 Jul;47:61–7.
16. Gale SD, Berrett AN, Erickson LD, Brown BL, Hedges DW. Association between virus exposure and depression in US adults. **Psychiatry Research**. 2018 Mar;261:73–9.
17. Whooley MA. Depressive Symptoms, Health Behaviors, and Risk of Cardiovascular Events in Patients With Coronary Heart Disease. **JAMA**. 2008 Nov 26;300(20):2379.
18. Ejaz H, Alsrhani A, Zafar A, Javed H, Junaid K, Abdalla AE, et al. COVID-19 and comorbidities:

Deleterious impact on infected patients. **Journal of Infection and Public Health.** 2020 Aug;13(12).

19. Saqib K, Qureshi AS, Butt ZA. COVID-19, Mental Health, and Chronic Illnesses: A Syndemic Perspective. **International Journal of Environmental Research and Public Health [Internet].** 2023 Jan 1;20(4):3262. Disponível em:<https://www.mdpi.com/1660-4601/20/4/3262>
20. Son C, Hegde S, Smith A, Wang X, Sasangohar F. Effects of COVID-19 on college students' mental health in the united states: Interview survey study. **Journal of Medical Internet Research.** 2020 Sep 3;22(9):1–14. Disponível em: <https://www.jmir.org/2020/9/e21279/>,
21. Penha JRL, Oliveira CC, Mendes AVS. Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa/ University student mental health: integrative review/ Salud mental del estudiante universitario: revisión integrativa. **Journal Health NPEPS.** 2020 Jun 1;5(1):369–95. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3549>
22. **PORTARIA Nº 492, DE 23 DE MARÇO DE 2020 - DOU - Imprensa Nacional [Internet].** www.in.gov.br. [cited 2022 Mar 3]. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-492-de-23-de-marco-de-2020-249317442>
23. Suyo-Vega JA, Meneses-La-Riva ME, Fernández-Bedoya VH, Polonia A da C, Miotto AI, Alvarado-Suyo SA, et al. Mental Health Projects for University Students: A Systematic Review of the Scientific Literature Available in Portuguese, English, and Spanish. **Frontiers in Sociology.** 2022 Jul 11;7.
24. Patten SB, Kutcher S, Streiner D, Gratzer D, Kurdyak P, Yatham L. Population Mental Health and COVID-19: Why Do We Know So Little? **The Canadian Journal of Psychiatry.** 2021 Apr 19;070674372110105.
25. Brasil L, Farias G, Colares M, Kalline De Almeida Barretoti F, Pamplona De Góes Cavalcanti L, Luís A, et al. **The role of primary care in the fight against the Covid-19: impact on public health and future perspectives.** Disponível em: http://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/54679/1/2020_art_labdfarias.pdf
26. Ochnik D, Rogowska AM, Kuśnierz C, Jakubiak M, Schütz A, Held MJ, et al. Mental health prevalence and predictors among university students in nine countries during the COVID-19 pandemic: a cross-national study. **Scientific Reports.** 2021 Sep 20;11(1):18644. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/s41598-021-97697-3>