

O IMPACTO DA PANDEMIA COVID 19 NA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES

TAMIRES PINHEIRO DA ROSA¹; ANA CAROLINA MALINOWSKI²; EDUARDO MARQUES DE MARQUES³

¹ Universidade Federal de Pelotas – tamirespinheirodarosa@gmail.com

² Universidade Federal de Pelotas – dornleskrol@gmail.com

³ Universidade Federal de Pelotas - eduardo.marks@ufpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho procura trazer informações à cerca dos efeitos causados pela pandemia Covid 19 na saúde mental dos estudantes. O ano de 2020 foi um ano atípico para a humanidade, o surgimento de um novo vírus trouxe muitos problemas para todos ao redor do mundo. No Brasil, os efeitos do novo Corona Vírus começaram a ser sentidos em março de 2020, muitas medidas de prevenção e cuidados começaram a ser tomadas, como uso de máscaras, distanciamento social, fechamento de casas de show, restaurantes, cinemas, escolas e faculdades, comércio etc.

Estudar durante a pandemia, não foi e não é uma tarefa fácil, muitos estudantes estão tendo que lutar contra a falta de recursos, perda de familiares, falta de didática de muitos professores para aulas remotas, enfim, isso tudo também fez com que um grande número de alunos que acabaram por desistir de seus cursos, causando uma frustração muito grande e trazendo consequências a saúde mental de muitos estudantes.

De acordo com pesquisas feitas, as instituições de ensino tentam se adaptar e proporcionar métodos de aprendizagem eficazes para diminuir a sobrecarga mental dos estudantes e auxiliar em suas necessidades básicas para os estudos, mas, infelizmente nem todos tem conseguido se adaptar a essa nova realidade do ensino remoto.

2. METODOLOGIA

A pesquisa foi feita de natureza básica, com a intenção de alertar sobre a necessidade de atenção aos estudantes em relação ao ensino à distância e aos problemas causados na saúde mental dos alunos devido à falta de recursos e longo tempo de confinamento, os motivos do aumento dos transtornos relacionados a

doenças como ansiedade e depressão e qual o papel das Universidades para auxiliar os estudantes que precisam de ajuda para tratamento da doença. A coleta de dados foi realizada nos sites da Feevale, Fundect, Sebrae e Jornal do Campus USP.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Educação foi uma das áreas mais afetadas pela pandemia do novo corona vírus, as medidas de contingenciamento do vírus alteraram a rotina de milhares de pessoas abruptamente, fazendo com que a adaptação a essa nova era se tornasse ainda mais difícil de ser aceita. Muitas medidas para tentar conter o avanço do novo vírus que chegava com força foram tomadas, e uma das delas foi o fechamento de escolas e universidades, obrigando necessariamente os estudantes de todas as idades a alterar sua modalidade de estudos do presencial para o ensino à distância, trazendo complicações para a vida dos jovens que nunca imaginaram viver esse tipo de situação. A migração do ensino presencial para o remoto causou muitos transtornos e o estresse causado pela adaptação ao novo modelo de ensino, associado ao medo de contrair o vírus, falta de recursos causado pela condição social de grande parte dos estudantes, e o medo de não se encaixar no mercado de trabalho, já que a pandemia afetou todas as esferas da sociedade, inclusive a economia, que no Brasil já não estava das melhores antes mesmo da chegada do Covid 19.

Antes da pandemia do ano de 2020, a desigualdade social já mantinha diversos alunos longe de universidades e escolas, mas, a partir do surgimento do vírus os números mostram que a quantidade de alunos que abandonaram os estudos aumentou, a pandemia covid 19 acentuou as desigualdades e fragilidades dos estudantes, trazendo desvantagens em relação a aprendizagem, um número maior de evasão escolar e como consequência a frustração de não saber o que esperar do futuro.

Em anos anteriores a pandemia, alguns estudos já mostravam que a população universitária já estava vulnerável a apresentar mais sintomas de transtornos de saúde mental como a ansiedade e depressão, e pesquisas mostram que entre 15 a 25 % de universitários em irão apresentar algum desses sintomas durante sua formação (JUNIOR et. al., 2015; VASCONCELOS et al., 2015;

VICTORIA et. al., 2013). Embora essa questão já estivesse em evidência, durante a pandemia de Covid-19, esses transtornos psicológicos aumentaram em grande proporção entre adolescentes e jovens estudantes, segundo dados fornecidos por um site de pesquisa as buscas por sintomas de ansiedade e depressão no ano de 2020 aumentaram em 98% em relação a anos anteriores. Em uma outra pesquisa da fundação Lemman feita em parceria com o Itaú Social, os dados trazem uma informação alarmante: cerca de 77% de estudantes relataram sintomas compatíveis com o de transtornos de ansiedade e depressão. De acordo com essas informações podemos perceber o motivo, pelo qual a taxa de suicídio entre jovens estudantes e universitários vem crescendo drasticamente, cerca de 96,8% dos jovens que se suicidaram apresentavam sintomas de ansiedade e depressão, e o restante das estatísticas se dividem entre usuários de drogas e problemas de bipolaridade.

Ao relatarmos esses dados qual as medidas necessárias para auxiliar esses jovens a cuidarem da saúde mental? O que a sociedade e a Universidade podem fazer para que índices como o do suicídio e a evasão de alunos das instituições de ensino diminuam? Políticas de acolhimento a pessoas com transtornos relacionados à saúde mental são necessárias e precisam ser ampliadas e divulgadas com maior frequência, não apenas em certas épocas do ano como no mês de setembro, mês em que é divulgado a campanha de prevenção ao suicídio, o qual é chamado de setembro amarelo. A Universidade tem um papel de grande importância e precisa dar mais atenção aos seus estudantes, muito é falado e pouco é realizado quando se trata de auxílio aos alunos com esse tipo de necessidade, quando um aluno acaba chegando ao extremo e acaba colocando em prática o suicídio, a instituição deveria ir além de apenas uma nota de pesar. Durante a pandemia é preciso aumentar a disponibilidade mesmo que remotamente a psicólogos, redes de apoio para auxílio em diversas situações, pois muitos jovens perderam seus pais e entes queridos em decorrência ao coronavírus, programas de saúde e divulgação desses programas para uma maior aderência por parte de quem realmente precisa desse auxílio. Todos conhecemos alguém, ou ouvimos falar de casos de pessoas que aparentavam ser felizes e realizados em suas vidas, e de uma hora para outra acabaram por dar fim a sua vida tentando achar uma maneira de amenizar seus problemas e sofrimentos, a sociedade precisa estar atenta ao mínimo sinal, pode parecer um assunto corriqueiro, apenas

mais um alerta, mas que seja mais que isso, que seja uma mão a quem precisa de ajuda, seja nossos colegas, familiares ou amigos. Abordar esses assuntos diariamente oferecer apoio como uma comunidade que se importa com os seus membros é fazer com que estejamos mais preparados para ajudar a quem precisa de suporte em qualquer momento.

4. CONCLUSÕES

As pesquisas mostram que o aumento das doenças relacionadas ao transtorno de ansiedade e depressão tem causado uma maior evasão de escolas e universidades e aumentado os índices de jovens que cometem suicídio e com problemas com sua saúde mental. Entretanto, medidas de prevenção e auxílio a essas doenças precisam ser amplamente divulgadas e difundidas pelas instituições de ensino para que esses números parem de crescer, e essas medidas devem se tornar permanentes, visto que com tantas perdas e caos gerado pela covid19, esses transtornos de saúde mental tiveram grande crescimento e intensidade nos casos já existentes antes da pandemia, todos correndo um alto risco de se manter presentes na nova era se instalou no ano de 2020.

5. REFERÊNCIAS

CER. Acessado em 30 de jul. 2021. Disponível em:<< Saúde mental dos estudantes: como lidar com o assunto na pandemia (sebrae.com.br). Acesso em: 30 de jul. 2021. (INTERNET ONLINE).

MARTINS DA SILVA, RIBEIRO ROSA, S, A. O IMPACTO DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES E O PAPEL DAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO COMO FATOR DE PROMOÇÃO E PROTEÇÃO. **REVISTA PRÂKSIS**, Novo Hamburgo v., n.?, p. 1 - 206, 2021.

MORAES, BRUNO, Depressão e suicídio entre jovens. MOGI DAS CRUZES, fev. 2021. Disponível em: [http:<<\(psicologomogidascruzes.com.br\)>>](http://psicologomogidascruzes.com.br). Acesso em: 30 jul. 2021. (INTERNET ONLINE).

PEBMED. Universitários Brasileiros mais afetados pela pandemia, RIO DE JANEIRO, março 2021. Disponível em: <<<https://pebmed.com.br/saude-mental-e-covid-19-universitarios-brasileiros-sao-os-mais-afetados-pela-pandemia/> Saúde mental e Covid-19: universitários brasileiros são os mais afetados pela pandemia - PEBMED>> Acesso em: 30 jul. 2021. (INTERNET ONLINE).