

Pandemia da Covid-19: A linha tênue entre a saúde mental e o processo de saúde-doença no graduando de enfermagem

Covid-19 Pandemic: The fine line between mental health and the health-disease process in nursing undergraduates

Pandemia de Covid-19: La delgada línea entre la salud mental y el proceso salud-enfermedad en estudiantes de enfermería

Recebido: 07/07/2022 | Revisado: 19/07/2022 | Aceito: 23/07/2022 | Publicado: 28/07/2022

Larissa Christiny Amorim dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9705-5811>

Universidade Iguçu, Brasil

E-mail: amorimlari224@gmail.com

Matheus Nery Martinho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8750-3206>

Universidade Iguçu, Brasil

E-mail: matheusnerym@gmail.com

Wanderson Alves Ribeiro

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8655-3789>

Universidade Iguçu, Brasil

E-mail: nursing_war@hotmail.com

Érica Motta Moreira de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8611-2892>

Universidade Iguçu, Brasil

E-mail: ericam_moreira@hotmail.com

Karollaine Barbosa Fontes Miranda

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0817-4147>

Universidade Iguçu, Brasil

E-mail: karollainemiranda9@gmail.com

Ewelyn Ribeiro de Lima Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0607-1876>

Universidade Iguçu, Brasil

E-mail: ewelyn.limaa@gmail.com

Resumo

O isolamento social devido a pandemia da COVID-19 é considerado um dos fatores de maior impacto na saúde mental do brasileiro, especialmente, na saúde dos acadêmicos. Estes impactos podem estar relacionados aos vários eventos de ansiedade e depressão desenvolvidos por estes estudantes durante o seu período de distanciamento social. O presente estudo se trata de uma revisão integrativa, definida como aquela que condensa pesquisas anteriores, trazendo conclusões globais de um corpo de literatura específica, o que permite a construção de análise ampla e contribui para discussões sobre métodos e resultados de pesquisa. Para tal foi realizada uma análise crítica dos artigos selecionados, expondo por meio de tabela os resultados encontrados, caracterizando, assim, uma abordagem qualitativa. Em seguida, os resultados foram discutidos a partir da comparação dos principais achados entre os autores, confrontando as diferentes evidências sobre a saúde mental do graduando de enfermagem durante a pandemia da COVID-19. Conclui-se que o maior impacto para os estudantes do ensino tradicional de enfermagem foram as aulas remotas, visto que algumas disciplinas preocupavam os estudantes quanto as aulas práticas, sendo a enfermagem uma ciência que trabalha com a vivência do ambiente, práticas motoras, e contato visual. Por isso, se torna necessário as consultas com psicólogos e psiquiatras gratuitos em programas de atendimento online, podendo este projeto, ser fomentado pelo poder público ou até mesmo pela instituição de ensino superior ao qual o acadêmico encontra-se matriculado para assim, ser possível amenizar os sentimentos que são sentidos pelos graduandos de enfermagem nesse período pandêmico.

Palavras-chave: Saúde mental; Enfermagem; COVID-19.

Abstract

Social isolation due to the COVID-19 pandemic is considered one of the factors with the greatest impact on the mental health of Brazilians, especially on the health of academics. These impacts may be related to the various anxiety and depression events developed by these students during their period of social distancing. The present study

is an integrative review, defined as one that condenses previous research, bringing global conclusions from a specific body of literature, which allows the construction of a broad analysis and contributes to discussions on research methods and results. To this end, a critical analysis of the selected articles was carried out, exposing the results found through a table, thus characterizing a qualitative approach. Then, the results were discussed based on the comparison of the main findings between the authors, confronting the different evidences about the mental health of nursing students during the COVID-19 pandemic. It is concluded that the greatest impact for students of traditional nursing education were the remote classes, since some subjects worried the students about the practical classes, being nursing a science that works with the experience of the environment, motor practices, and contact visual. Therefore, consultations with psychologists and psychiatrists free of charge in online service programs are necessary, and this project may be promoted by the public authorities or even by the higher education institution to which the academic is enrolled, so that it is possible to mitigate the feelings that are felt by nursing students in this pandemic period.

Keywords: Mental health; Nursing; COVID-19.

Resumen

Social isolation due to the COVID-19 pandemic is considered one of the factors with the greatest impact on the mental health of Brazilians, especially on the health of academics. These impacts may be related to the various anxiety and depression events developed by these students during their period of social distancing. The present study is an integrative review, defined as one that condenses previous research, bringing global conclusions from a specific body of literature, which allows the construction of a broad analysis and contributes to discussions on research methods and results. To this end, a critical analysis of the selected articles was carried out, exposing the results found through a table, thus characterizing a qualitative approach. Then, the results were discussed based on the comparison of the main findings between the authors, confronting the different evidences about the mental health of nursing students during the COVID-19 pandemic. It is concluded that the greatest impact for students of traditional nursing education were the remote classes, since some subjects worried the students about the practical classes, being nursing a science that works with the experience of the environment, motor practices, and contact visual. Therefore, consultations with psychologists and psychiatrists free of charge in online service programs are necessary, and this project may be promoted by the public authorities or even by the higher education institution to which the academic is enrolled, so that it is possible to mitigate the feelings that are felt by nursing students in this pandemic period.

Palabras clave: Mental health; Nursing; COVID-19.

1. Introdução

Nos últimos séculos, surtos e epidemias associadas as infecções por coronavírus repetem-se com semelhanças tanto na forma de propagação quanto nas medidas de contenção e controle. Embora evidenciados os meios de transmissão e as características epidemiológicas, essas medidas ainda constituem um desafio frente ao processo de globalização que contribui para disseminação da doença em grandes proporções geográficas, assim como às inúmeras lacunas no conhecimento que envolvem métodos terapêuticos, comprometimentos físicos, sociais e mentais (Dantas et al., 2021; Alencar et al., 2022).

A COVID-19 é uma doença infecciosa causada pelo SARS CoV-2 ou novo coronavírus, detectado pela primeira vez na China em dezembro de 2019. Devido à sua rápida propagação, foi considerado como uma emergência de saúde pública de importância internacional. A pandemia determinou a adoção de uma série de ações preventivas e de manejo clínico pelos órgãos governamentais, entre elas a Lei nº 13.979/2020 que dispõe sobre o isolamento social e quarentena com intuito de diminuir a necessidade de internações de grande complexidade em um curto espaço de tempo (Silva et al., 2021).

O número de pessoas doentes pela COVID-19 aumenta exponencialmente em todo o Brasil, exigindo estratégias dinâmicas, intensas e atualizadas para atender a uma população grandiosa, pois o país possui dimensão territorial e populacional continental, demandando quantitativo considerável de profissionais de saúde para atuar em diversos cenários, como o planejamento estratégico, epidemiológico, na gestão e massivamente na Atenção à Saúde, na linha de frente assistencial (Orellana et al., 2021; Dantas et al., 2021; Alencar et al., 2022).

As estimativas realizadas pela OMS evidenciam a dimensão do problema ao apontar que os indicadores mundiais de incidência são de aproximadamente 87 milhões e de mortalidade superam a faixa de 1,8 milhões. No Brasil, os dados epidemiológicos do Ministério da Saúde apontam o número crescente de infectados, ultrapassando oito milhões de casos confirmados e 200 mil mortes em 2021. (Santos et al., 2021).

Com o avanço da pandemia, houve sobrecarga nos serviços de saúde em detrimento de casos suspeitos e confirmados da COVID-19 e, em breve, pode existir grande procura pelos serviços de saúde por demandas relacionadas à Saúde Mental, tendo em vista as repercussões negativas que afetam a coletividade, inclusive profissionais de saúde, especificamente, os profissionais de enfermagem, provocadas pela pandemia e que não podem ser negligenciadas (Orellana et al., 2021).

Nesse sentido, com o mundo atravessando uma grave Crise de Saúde Pública devido ao novo coronavírus notou-se que deveria tomar medidas mais severas devido á expressivos registros de casos de adoecimento e mortes pelo vírus COVID-19. O Ministério da Saúde publicou, a portaria nº 356/2020, que regulamenta as medidas para o enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional em decorrência do coronavírus. A medida regulamenta a Lei 13.979 (Jantara et al., 2021).

Cabe ressaltar que, o documento prevê medidas de isolamento para a separação de pessoas sintomáticas ou assintomáticas, em investigação clínica laboratorial. O objetivo da medida é evitar a propagação da infecção e transmissão local, ou seja, além de várias demandas de origens sanitárias, tanto de ordem pública quanto privadas, é um método de diminuição de propagação e disseminação da transmissibilidade do vírus. O isolamento só é determinado por prescrição médica ou por recomendação de agente de vigilância epidemiológica, por um prazo máximo de 14 (quatorze) dias, podendo se estender por até igual período, conforme resultado laboratorial que comprove o risco de transmissão (Jantara et al., 2021).

Há um tempo nota-se que o isolamento social é necessário em determinadas situações, porém percebe-se grandes malefícios para o indivíduo. O isolamento social vem sendo visto por vários autores como um dos grandes problemas que podem afetar a saúde das populações, pois afeta suas relações e aumenta as desordens psicológicas advindas deste comedimento. Por este contexto, é favorável aos indivíduos vivenciarem perdas em vários aspectos da vida, aumentando a vulnerabilidade a quadros depressivos que podem desencadear desordens psiquiátricas, perda da autonomia e agravamento de quadros patológicos preexistentes (Carreira et al., 2011). O problema do isolamento por conta do COVID-19 tem se agravado em diversas formas nas pessoas. A exemplo, a sensação de impotência, tédio, solidão, irritabilidade, ansiedade, tristeza e medos diversos de adoecer e morrer, além de transmitir o vírus para o próximo. Podendo levar aos conflitos consigo mesmo, com familiares e a excessos no consumo de álcool ou drogas ilícitas devido a ansiedade e aos fatores que se deu através do isolamento Social (Duarte et al., 2021).

Com o início da pandemia, medidas foram tomadas para o enfrentamento desta, sendo decretado em 17 março de 2020 pelo Ministério da Educação (MEC) a suspensão das aulas presenciais sem previsão de retorno, junto à orientações para reorganização das atividades acadêmicas, desta forma, as escolas e instituições de ensino tais como os meios de socializações indispensáveis aderiram ao sistema remoto de aulas e deveres do cotidiano na tentativa de usufruir de uma forma dinâmica e sem a paralisação destes deveres, ou para reduzir os prejuízos que as inatividades causariam, tais métodos resultaram em dificuldades para futura reposição do ensino, impactos psicossociais nos discentes, retrocesso no processo educacional, entre outros. Evidenciando o despreparo e desorganização em meio ao cenário, e exigindo grande esforço para readaptação ao retorno das atividades presenciais (Cruz et al., 2022).

Diante ao decreto, deram-se início às aulas remotas, método que utiliza e compartilha recursos como internet e tecnologias digitais para que pessoas, em locais diferentes e distantes acessem, compartilhem e interajam, simultaneamente. Modificando a dinâmica de aulas presenciais no âmbito da Enfermagem com o intuito de dar continuidade ao ensino na graduação, mediante ao período de pandemia. Sendo assim, as tecnologias digitais já utilizadas na educação, foram de suma importância no processo de adaptação no ensino-aprendizagem (Silva et al., 2021).

Durante o processo, os acadêmicos tiveram assim como os professores, que se adaptar a uma nova rotina, conciliando tarefas habituais do dia-a-dia somadas às aulas remotas. Fato que revelou a necessidade de reorganização e criação de novas

estratégias a fim de melhorar a relação docente-discente, uma vez que, o cenário pode ter afastado ainda mais pessoas com classes sociais desfavoráveis da realidade virtual (Duarte et al., 2021).

Para explorar os impactos do processo de ensino e aprendizagem das aulas remotas foram exploradas repercussões psicológicas e socioeconômicas, que dificultaram o aprendizado daqueles que estavam menos preparados, com infraestrutura inadequada ou insuficiente para o aprendizado, e os estressores ambientais da radical mudança de rotina e do perigo iminente, além de raiva, estresse pós-traumático, luto, frustração, tédio, isolamento, dentre outros (Menezes & Francisco, 2020).

Vários estudos abordados pelo artigo de referência em questão com questionários online mostraram que os principais fatores para o agravamento do quadro de estresse foram a incerteza, medo e angústia. A falta de controle da situação e do costume com as mudanças da pandemia se mostraram também uns dos principais fatores que geram na população a impotência, ansiedade, e angústia, fatores esses que dificultam o processo de aprendizagem e absorção do conteúdo (Menezes & Francisco, 2020).

A pandemia apresentou uma visão mais ampla do sistema político e social, evidenciando problemas já existentes, a população brasileira que se encontrava em situação de vulnerabilidade social e financeira teve sua situação agravada, dificultando o aprendizado. O método de aulas utilizado objetivava facilitar a relação do estudante com professor, tendo em vista a facilidade de acesso principalmente em questões de mobilidade, pois o estudante poderá assistir a palestras ou aulas de qualquer lugar do mundo, em diversos locais, revelando assim que boa parte dos problemas podem ser psicológicos e socioeconômicos (Menezes & Francisco, 2020).

Embora os docentes em sua maioria tenham conhecimento sobre uso das tecnologias da informação e comunicação, a finalidade educacional demanda não apenas o uso das tecnologias para aprendizado, e um dos desafios na enfermagem é prover sensação de imersão ao usuário, e ajudar a encontrar-se dentro do ambiente, dessa maneira, a ciência do fato em busca das respostas sobre o comportamento estudantil sobre as aulas, levando em consideração os fatores sócio-políticos, e um estudo aprofundado sobre a saúde mental do discente sobre os aspectos psicológicos e emocionais que levam ao desentendimento do conteúdo das aulas poderiam facilitar o aprendizado, além de evoluir o contexto social educacional (Silva et al., 2020).

Diante das problemáticas supracitadas, o estudo tem como objetivos, refletir sobre o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental do graduando de enfermagem e ainda, descrever as principais repercussões da pandemia da COVID-19 no processo saúde-doença do graduando de enfermagem.

2. Metodologia

O presente estudo se trata de uma revisão integrativa, definida como aquela que condensa pesquisas anteriores, trazendo conclusões globais de um corpo de literatura específica, o que permite a construção de análise ampla e contribui para discussões sobre métodos e resultados de pesquisa. Optou-se por esse método por ele permitir uma análise de estudos com delineamento metodológico diversos, com grande potencial em desempenhar um importante papel na Prática Baseada em Evidência (PBE) em Enfermagem (Souza et al., 2010).

Esse método de pesquisa permite a síntese de múltiplos estudos publicados e possibilita conclusões gerais a respeito de uma área de estudo, abarcando análises de pesquisas relevantes que dão suporte para a tomada de decisão e a melhoria da prática clínica, possibilitando a síntese de um conhecimento novo, além de apontar lacunas do conhecimento que precisam ser preenchidas com novos estudos (Polit & Beck, 2006).

Foram percorridas seis fases para a elaboração deste estudo, sendo elas: elaboração da pergunta norteadora, busca na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa (Souza et al., 2010).

A elaboração da questão norteadora e dos descritores se deu pelo acrônimo PIO, tendo P representando a população de estudo, que nesse caso foram graduando de enfermagem, a letra I são as intervenções, aqui considerada o processo de ensino-aprendizagem na pandemia da COVID-19 e a letra O da expressão inglesa “outcomes” que são os resultados, considerados no estudo como a saúde mental dos graduandos de enfermagem (Quadro 1) (Polit et al., 2019). Com base nesses elementos, formulou-se a seguinte questão norteadora: qual a linha tênue entre a saúde mental e o processo de saúde-doença no graduando de enfermagem?

Quadro 1. Componentes do acrônimo PIO, cruzamento entre descritores utilizados na pesquisa e bases de dados.

ACRÔNIMO	CRUZAMENTO DE DESCRITORES	BASE DE DADOS
P – População: graduando de enfermagem	Saúde mental (<i>Mental Health</i>) OR (<i>Salud Mental</i>) AND Estudante de enfermagem (<i>student nursing</i>) OR (<i>Estudiantes de enfermaria</i>) AND COVID-19 (<i>COVID-19</i>) AND (<i>COVID-19</i>)	BVS BIREME LILACS BDENF
I – Intervenção: processo de ensino-aprendizagem na pandemia da COVID-19		
O – <i>Outcomes</i> : saúde mental dos graduandos de enfermagem		MEDLINE PubMed

Fonte: Polit et al., (2019); Scopus; BVS; PubMed; SciELO, (2022).

A pesquisa bibliográfica foi realizada entre os meses de abril de maio de 2022 nas bases de dados: *Scopus*, *Medical Literature Analysis* (MEDLINE) via PubMed, Centro Latino-Americano e do Caribe de Informações em Ciências da Saúde (BIREME), Base de Dados em Enfermagem (BDENF) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), ocorrendo as buscas das três últimas bases via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e a Brasil *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Na busca, utilizou-se o cruzamento dos descritores: Saúde menta, (*Mental Health*), (*Salud Mental*); Estudante de enfermagem (*student nursing*), (*Estudiantes de enfermaria*); COVID-19 Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), combinados pelos operadores booleanos *AND*.

Os critérios de inclusão para a seleção dos artigos foram estudos científicos na íntegra, em língua portuguesa, inglesa ou espanhola, publicados entre 2020 a março de 2022, de acesso livre e gratuito e que trouxessem resultados sobre o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental do graduando de enfermagem. Como critérios de exclusão foram desconsideradas publicações anteriores a 2020, produções não relacionadas à temática, artigos repetidos ou apenas com resumo, dissertações e teses.

O processo de busca, seleção e produção dos dados inseridos na revisão contou com a coparticipação cegada de dois pesquisadores obtendo similaridade entre as buscas finais. Essa busca duplicada ocorreu na etapa dois do processo de construção de revisão integrativa, em que os critérios de inclusão de inclusão exclusão são determinados e garantem a confiabilidade da pesquisa.

A amostra foi organizada com o auxílio do *Software Mendeley*® que identificou os artigos duplicados, criando então um banco de dados, que logo após a leitura dos títulos e resumos e exclusão dos artigos que não estavam de encontro à questão, ao objetivo e aos critérios de inclusão, uma leitura crítica e sistemática se iniciou com foco nas evidências acerca do impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental do graduando de enfermagem

Para a análise e tratamento dos dados, contou com uma abordagem organizada que seguiu critérios de rigorosidade das características de cada artigo selecionado para a revisão, ressaltando a apuração da validade metodológica, dos resultados e na determinação da utilidade dos estudos na prática de enfermagem.

Portanto, o fluxo de seleção dos artigos se norteou pelas quatro etapas do diagrama *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis* (PRISMA) (Galvão, Pansani & Harrad, 2015) e o nível de evidência das obras se classificou de acordo com *Rating System for the Hierarchy of Evidence for Intervention/Treatment Question* (Melnik & Fineout-Overholt, 2010), a saber: nível 1 (revisão sistemática ou metanálise de ensaios clínicos randomizados e diretrizes clínicas baseadas em revisões sistemáticas ou metanálises), nível 2 (um ou mais ensaios clínicos randomizados), nível 3 (ensaio controlado sem randomização), nível 4 (evidências de estudos descritivos não experimentais, estudos de caso-controle ou de coorte) nível 5 (revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos), nível 6 (estudo único descritivo ou qualitativo) e nível 7 (opinião de especialistas).

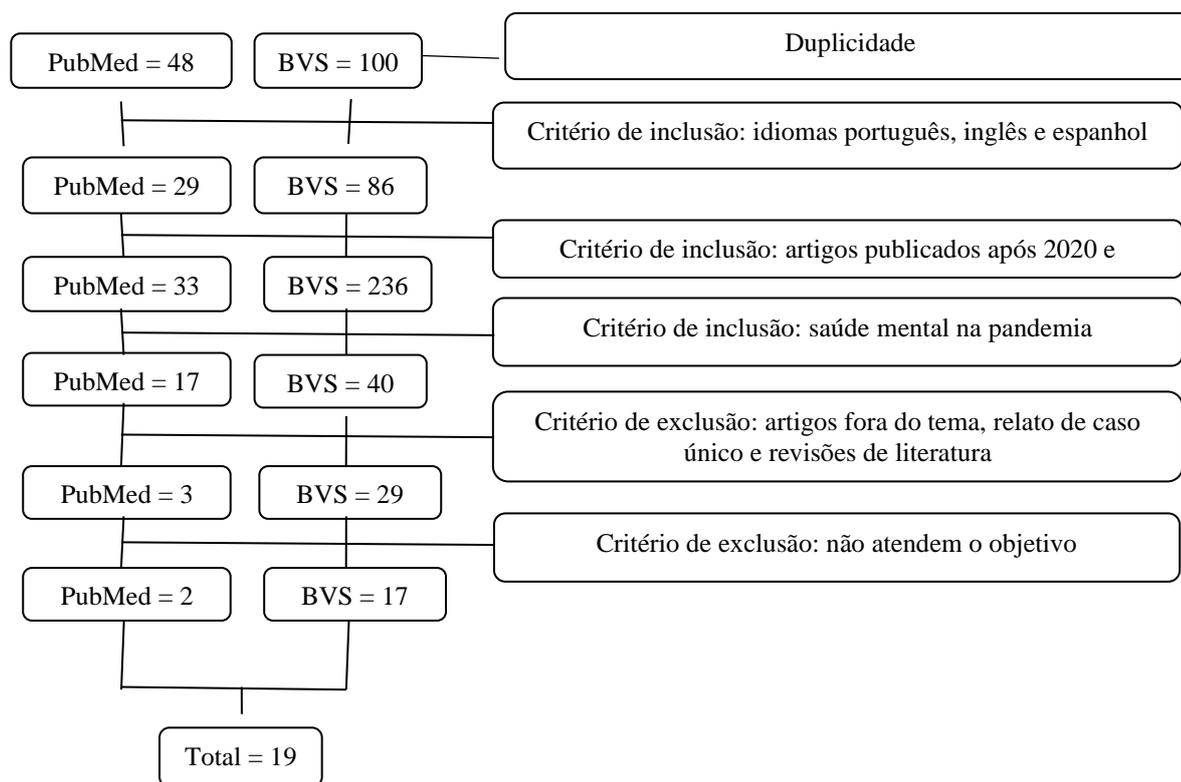
Cabe mencionar que, por se tratar de um estudo bibliográfico do tipo revisão integrativa e não envolver seres humanos, o parecer do Comitê de Ética em Pesquisa foi dispensado.

3. Resultados

As buscas resultaram em 148 artigos que percorreram as seguintes etapas: primeiro, 33 artigos foram excluídos por estarem duplicados. Segundo, iniciou-se a leitura dos títulos e resumos, em que 29 artigos foram excluídos por não se enquadrarem nos critérios de inclusão e os pesquisadores levaram em consideração alguns termos e expressões – presentes no título e/ou no resumo – como “Saúde mental”; “Estudante de enfermagem”; “COVID-19”.

Na terceira etapa, houve a leitura completa dos artigos selecionados na etapa anterior. A partir daí, restaram 57 artigos, excluindo 38 estudos após a compreensão de não atenderem o objetivo e por não trazerem respostas à questão norteadora, obteve-se uma amostra final de 19 artigos (Figura 1).

Figura 1 - Fluxograma de seleção dos artigos.



Fonte: Autores.

Dessa forma, como se verifica na Figura 1, a partir dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 19 (dezenove) artigos para compor esta pesquisa. Para análise dos dados foi realizada uma análise crítica dos artigos selecionados, expondo por meio de tabela os resultados encontrados, considerando o(s) autor(es), o ano, o objetivo, o método e os resultados encontrados em suas pesquisas, caracterizando, assim, uma abordagem qualitativa. Em seguida, os resultados foram discutidos a partir da comparação dos principais achados entre os autores, confrontando as diferentes evidências sobre a saúde mental do graduando de enfermagem durante a pandemia da COVID-19.

Quadro 1 - Caracterização das publicações quanto ao autor/ano, objetivo/método e resultados. Rio de Janeiro, 2022.

ARTIGO	AUTOR/ANO/NÍVEL DE EVIDÂNCIA	OBJETIVO/MÉTODO	RESULTADOS
A1- Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19.	Gundim et al., 2021.	Identificar as evidências disponíveis sobre formas de apresentação do sofrimento psíquico e ações de proteção e promoção da saúde mental em estudantes universitários, durante a pandemia de COVID-19/Revisão integrativa de literatura.	Observaram-se reações emocionais descritas por estresse, ansiedade, luto, raiva e pânico, associadas à preocupação com o atraso das atividades acadêmicas e ao medo de adoecer.
A2- Enfermagem e saúde mental: uma reflexão em meio à pandemia de coronavírus.	Duarte; Silva & Bagatini, 2021.	Refletir sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem no contexto na pandemia de coronavírus/Estudo teórico-reflexivo baseado na formulação discursiva acerca da temática.	Os estudos analisados, somados à prática assistencial, têm evidenciado que os profissionais de enfermagem são suscetíveis à exacerbação de sintomas como depressão, ansiedade, insônia, angústia, estresse, em meio à pandemia de coronavírus, tendo em vista os turnos exaustivos de trabalho, a morte de pacientes, risco de autocontaminação e de seus familiares e isolamento social.
A3- Impacto do ensino	Pessoa et al., 2021.	Analisar a produção científica acerca	As evidências científicas demonstraram

remoto na saúde mental de discentes universitários durante a pandemia da COVID-19.		do impacto do ensino remoto na saúde mental de discentes universitários durante a pandemia da COVID-19/Estudo descritivo do tipo revisão integrativa da literatura.	os principais prejuízos do ensino remoto para a saúde mental dos universitários frente a pandemia da COVID-19. Houve destaque para os sintomas de ansiedade e depressão.
A4- Saúde mental e qualidade do sono entre estudantes universitários em tempos de pandemia da COVID-19: experiência de um programa de assistência estudantil.	Coelho et al., 2021.	Apresentar a experiência de um grupo de professores universitários e uma monitora na construção, implementação e consolidação de um projeto de extensão sobre a saúde mental e qualidade do sono, em tempos de pandemia da COVID-19, entre alunos de graduação/ Estudo descritivo de abordagem qualitativa.	Por meio das falas e escuta cuidadosa, percebeu-se que é fundamental tais atividades para o cuidado relacionado à saúde mental dos estudantes universitários, o que repercute positivamente também para saúde física.
A5- COVID-19: Impactos ocasionados na saúde mental em estudantes do ensino superior brasileiro.	Guimarães et al., 2021.	Apresentar um documento oriundo de uma revisão da literatura sobre os impactos causados pela pandemia do Sars-Cov2 na saúde mental da população de acadêmicos brasileiros/ Revisão da literatura.	No transcorrer da pesquisa, observou-se que, os maiores transtornos mentais desenvolvidos por estas pessoas no período pandêmico foram: depressão, estresse, medo, ansiedade, insônia, agressividade, irritabilidade e angústia. Desta forma, conclui-se que, uma das estratégias que poderiam minimizar os efeitos da pandemia nesta população seria a disponibilidade de tratamento psicológico online gratuito disponibilizado pelo poder público e/ou pelas instituições de ensino superior em forma de projetos de extensão desenvolvidos por acadêmicos dos cursos da saúde.
A6- Saúde mental dos estudantes de enfermagem durante a pandemia COVID-19.	Araújo et al., 2021.	Explorar e descrever as implicações da suspensão do estágio, durante a pandemia COVID-19, na saúde mental dos estudantes de enfermagem. Estudo qualitativo.	A pandemia COVID-19 teve um impacto negativo na saúde mental dos estudantes. Diversas emoções e sentimentos foram experienciados durante a primeira vaga. Perspectivar o futuro pressupõe (re) organizar metas pessoais e responder às inquietações profissionais. O acompanhamento e apoio emocional nestas situações são fundamentais para os estudantes ultrapassarem as emoções potenciadoras de elevados níveis de ansiedade.
A7- Saúde mental e a COVID-19: intervenções virtuais de educação em saúde para o enfrentamento da pandemia.	Oliveira et al., 2021.	Relatar as intervenções virtuais de educação em saúde do projeto de extensão “Saúde mental e a COVID-19: informações e estratégias” como subsídios para o enfrentamento da pandemia da COVID-19/Trata-se de um projeto de extensão.	Conclui-se que a difusão de conhecimento baseada em evidências para a população contribui para o enfrentamento da desinformação e do ônus evitável da pandemia da COVID-19 e, especialmente, reafirma o compromisso social da universidade pública e da extensão universitária em contribuir para superar os emergentes desafios e necessidades da sociedade.
A8- Impacto da pandemia da COVID-19 no processo de ensino-aprendizagem do graduando de enfermagem.	Silva et al., 2021.	Avaliar o impacto da pandemia de COVID-19 no processo de ensino-aprendizagem do graduando de enfermagem/Estudo exploratório descritivo de abordagem mista.	Após a coleta dos dados, foi realizada análise das entrevistas e os resultados foram apresentados e descritos, seguidos da sua discussão em torno das variáveis do estudo, articuladas com o referencial conceitual, sendo a análise feita pela distribuição da frequência e percentual. Houve 285 respostas à pesquisa, onde 98,7% dos participantes concordaram em responder ao questionário, declarando-se cientes das informações presentes. Conclui-se que, apesar da maioria dos participantes não terem sido diagnosticados com a COVID-19, todos sofreram o impacto da

			pandemia em seu processo de Ensino-Aprendizagem.
A9- O impacto na saúde mental de estudantes universitários submetidos ao ensino digital remoto durante o isolamento social decorrente da pandemia de COVID-19: uma revisão sistemática.	Becker et al., 2021.	Investigar o impacto na saúde mental dos estudantes universitários frente a essa mudança abrupta no modelo de ensino/Busca bibliográfica de forma sistemática.	A presente revisão sugere um direcionamento de estudos futuros que visem a avaliar o impacto a longo prazo do ensino digital remoto na saúde mental dos estudantes no período de pandemia, a qual provavelmente seguirá repercutindo, mesmo após o seu fim, na formação dos estudantes e no seu bem-estar.
A10- COVID-19: repercussões na saúde mental de estudantes do ensino superior.	Oliveira et al., 2021.	Avaliar as repercussões da COVID-19 e do isolamento social na saúde mental de estudantes do ensino superior no Ceará, Brasil/Estudo exploratório, descritivo, utilizando uma abordagem transversal.	Os resultados mostraram que 21,2% dos alunos tiveram suas atividades canceladas, sem expectativa de retorno. A maioria, 77,2%, relatou preocupação com a morte de parentes e conhecidos pela COVID-19. O estado geral de saúde mental médio, medido pelo inventário, foi de 48,8. Esse resultado sugere que os alunos tiveram sua saúde mental afetada pelas condições impostas pela pandemia. Assim, as instituições de ensino devem promover estratégias para proteger a saúde mental da comunidade estudantil.
A11- Os impactos da saúde mental nos estudantes universitários do curso de Enfermagem: revisão bibliográfica.	Martins & Branco, 2021.	Analisar a saúde mental de estudantes universitários do curso de enfermagem por meio de uma revisão bibliográfica, buscando identificar quais as principais doenças mentais enfrentadas pelos estudantes de enfermagem na graduação e discorrer sobre ações de proteção e promoção de saúde mental em estudantes universitários de enfermagem/Revisão integrativa de literatura.	Dentre os 9 artigos investigados, publicados no ano de 2021, observaram-se reações como aumento de estresse, ansiedade, diminuição na qualidade do sono, medo associadas a diminuição do rendimento geralmente por conta da ausência de uma rotina diária e as muitas horas investidas nas mídias sociais/digitais.
A12- O impacto na saúde mental de universitários de Alagoas decorrente da pandemia do COVID-19.	Teixeira; Tavares & Barbosa, 2021.	Verificar o impacto na saúde mental de universitários de Alagoas devido ao momento de pandemia do COVID-19, e identificar a relação entre a prática de atividade física e sintomas de ansiedade e depressão/ Estudo observacional, transversal.	Idade média dos sujeitos da amostra foi de 25,54 anos ($\pm 10,2$), com a média de 170 dias sem aula ou em aula remota ($\pm 68,7$); média de 13,6 ($\pm 9,9$) para depressão e média de 15,5 ($\pm 13,2$) para ansiedade; correlação moderada negativa entre prática de atividade física e depressão ($r = -0.509$, $p < 0.05$) e ansiedade ($r = -0.565$, $p < 0.05$), indicando que quanto menor é o tempo de prática de atividade física mais grave é o nível depressão, e e mais grave a ansiedade.
A13- Dificuldades educacionais de estudantes de enfermagem durante a pandemia da COVID-19: relato de experiência.	Ribeiro et al., 2021.	Relatar as dificuldades educacionais observadas em um curso de enfermagem em meio à pandemia da COVID-19. A experiência foi produzida na disciplina de Saúde Ocupacional de um curso de graduação em enfermagem de uma instituição privada de ensino superior, localizada no Norte do Paraná/Experiência em retrato.	Os estudantes sentiram necessidade de expor as dificuldades para o aprendizado e a adaptação ao modelo de educação remoto implementado em função das medidas de isolamento e de distanciamento social. As atividades mencionadas não se referem apenas à adaptação ao novo modelo, mas atravessam questões como a própria organização da gestão educacional diante do cenário de pandemia. Foram identificadas fragilidades por parte dos alunos pela necessidade de rápida adaptação às tecnologias necessárias para o desenvolvimento e acompanhamento das aulas de modo remoto.
A14- Processo de ensino-aprendizagem dos	Oliveira et al., 2021.	Refletir sobre o processo de ensino-aprendizagem dos acadêmicos de	Conclui-se que, a partir da construção de uma leitura reflexiva baseada nos

acadêmicos de enfermagem no período de pandemia da COVID-19: estudo reflexivo.		enfermagem no período de pandemia da COVID-19/ Estudo descritivo, qualitativo do tipo análise reflexivo, elaborado a partir revisão da literatura.	artigos teóricos utilizados para construção deste ensaio, evidenciou em grande parte dos estudos utilizados referem impactos no processo de ensino-aprendizagem dos discentes de enfermagem, frente a pandemia da COVID-19.
A15- O 'NOVO' da COVID-19: impactos na saúde mental de profissionais de enfermagem?	Queiroz et al., 2021.	Apreender os impactos na saúde mental de profissionais de Enfermagem face às interações com o 'novo' da pandemia da COVID-19/ Recorte qualitativo.	O discurso coletivo evidenciou que a saúde mental de profissionais de Enfermagem foi afetada pelas: interações com o 'novo' com elaboração de significados atribuídos à pandemia; interações com o cuidado de Enfermagem relacionadas com os atendimentos aos pacientes; e interações com o trabalho demarcadas pelas relações profissionais e institucionais.
A16- Esperança e Bem-Estar Psicológico durante a Crise Sanitária pela COVID-19: Estudo com Estudantes de Enfermagem.	Lourenço et al., 2021.	Analisar as relações entre a esperança e o bem-estar psicológico de estudantes de enfermagem portugueses durante a crise pandêmica pela COVID-19/ Estudo descritivo-correlacional, com recurso a um questionário online para coleta de dados.	Na HHI-PT, o domínio afectivo-comportamental obteve a pontuação média mais alta, 3,30 (DP=0,45); no EMMBEP, foi o domínio sociabilidade, 3,64 (DP=0,77). Havia correlações moderadas a fortes ($0,383 < r < 0,917$) entre o global e todos os domínios da esperança e bem-estar psicológico (≤ 0.001).
A17- Ser estudante de enfermagem em tempos de COVID-19.	Baixinho & Ferreira, 2021.	Compreender como a pandemia afetou os estudantes de enfermagem nos contextos de Ensino Clínico/ Estudo de abordagem qualitativa, exploratória, transversal e descritiva.	Emergiram 5 categorias: Dificuldades sentidas na integração; Dificuldades na concretização do ensino clínico; Influência da pandemia nas expectativas dos estudantes ante o ensino clínico de integração à vida profissional; Receios, relacionadas com a COVID 19; e Sugestões para a formação dos licenciados em enfermagem, com vista a capacitá-los para a gestão de situações de pandemia.
A18- A vivência de acadêmicos de enfermagem perante o período da pandemia (COVID-19).	Silva; Santos & Veríssimo, 2022.	Demonstrar a importância do crescimento acadêmico e como ele pode ser severamente afetado por eventos adversos de grande magnitude, analisando as somatórias que acarretaram para a comunidade acadêmica/Revisão integrativa de literatura com caráter analítico e reflexivo das referências públicas.	As análises realizadas revelam que os acadêmicos de enfermagem estariam em constante mudança através dos períodos em sua busca pela graduação, desenvolvendo práticas que seriam usadas em campos e em locais com seus devidos diferenciais, com a explosão de uma pandemia que compactuou principalmente a enfermagem, trouxe inúmeros questionamentos e remodelações assim como o desenvolvimento de novas metodologias para o profissional enfermeiro e seu processo assistencial com o paciente.
A19- Redes sociais e apoio social em estudantes de enfermagem durante a pandemia COVID-19: estudo transversal.	Jantara et al., 2021.	O objetivo deste estudo é identificar os tipos de redes sociais acessadas e a percepção do apoio social recebido por graduandos de enfermagem no contexto da pandemia de COVID-19/ Estudo transversal, descritivo e correlacional.	As principais redes sociais identificadas foram os familiares, as de amizade e as institucionais. Prevaleceu nível médio de apoio social para as dimensões apoio emocional/informacional (56,5%), interação social (47,6%) e alto nível para as dimensões apoio material (41,5%) e apoio afetivo (51,7%). Embora o estudo tenha identificado as redes sociais e a percepção de apoio social, mais pesquisas são necessárias para esclarecer os impactos da pandemia na população estudada.

Fonte: Autores.

Os resultados dos estudos selecionados foram classificados por semelhanças e apresentados por meio de três categorias temáticas, a saber: “O impacto no processo saúde-doença do graduando de enfermagem frente a pandemia da COVID- 19”; principais sinais e sintomas da (des)instabilidade da saúde mental do graduando de enfermagem advindos da pandemia da COVID-19 e “Estratégias de manutenção da saúde mental dos graduandos de enfermagem em tempos de COVID-19”.

Em relação ao nível de evidência, pode-se identificar que a enfermagem investiu fortemente em estudos sobre a temática supracitada e também de pesquisas do tipo ensaio clínico randomizado controlado bem delineado, ensaios clínicos bem delineados sem randomização e estudos de coorte e de caso-controle bem delineados. Os estudos classificaram-se predominantemente no nível VI, que utilizaram métodos qualitativos para o seu desenvolvimento, com técnicas e abordagens do tipo: relato de experiência, análise de conteúdo, investigação fotográfica e pesquisa bibliográfica.

Quadro 2 – Distribuição dos artigos por agrupamento de impactos Rio de Janeiro, 2022.

Impactos	Estudos	Total
Estresse	A1; A2; A3; A5; A9; A10; A11; A14; A15; A17.	10
Depressão	A4; A5; A7; A9; A10; A11; A12	7
Ansiedade	A1; A2; A3; A4; A5; A7; A9; A10; A11; A12; A19	11
Adaptação ao ambiente doméstico	A5; A9; A10; A11; A19.	5
Impacto causado no processo ensino e aprendizagem dos discentes do ensino	A1; A2; A3; A4; A5; A7; A9; A10; A11; A12; A14; A15; A17; A18; A19.	15

Fonte: Autores.

Quadro 3 – Distribuição dos artigos por principais sinais e sintomas. Rio de Janeiro, 2022.

Estratégias de manutenção de saúde mental	Estudos	Total
Redução da exposição excessiva à noticiários	A1; A2; A3; A4; A5; A7; A9; A10; A11; A14; A15; A17.	12
Intervenções psicológicas por meios virtuais	A1; A2; A3; A4; A5; A7; A7; A9; A10; A11; A12; A14; A15; A16; A17; A18; A19.	17
Atividades educativas	A1; A2; A3; A5; A9; A10; A11; A14; A15; A17.	10
Planejamento para nova rotina	A4; A5; A7; A9; A10; A11; A12	7
Boa alimentação	A1; A2; A3; A4; A5; A7; A9; A10; A11; A12; A19	11
Exercícios físicos	A5; A9; A10; A11; A19.	5
Informação científica correta	A1; A2; A3; A4; A5; A7; A9; A10; A11; A12; A14; A15; A17; A18; A19.	15

Fonte: Autores.

4. Discussão

Categoria 1 – O impacto no processo saúde-doença do graduando de enfermagem frente a pandemia da COVID- 19

O isolamento social devido a pandemia da COVID-19 é considerado um dos fatores de maior impacto na saúde mental do brasileiro, especialmente, na população de acadêmicos. Estes impactos podem estar relacionados aos vários eventos de ansiedade e depressão desenvolvidos por estes estudantes durante o seu período de distanciamento social (Guimarães et al., 2021; Silva et al., 2021).

Geralmente, em pandemias, o número de pessoas com comprometimento da saúde mental pode ser maior que o número de pessoas afetadas pela infecção, e essas implicações podem durar mais tempo e ter maior prevalência que o próprio evento traumático. Altas taxas de sintomas de ansiedade e estresse, além de transtornos mentais e estresse pós-traumático, são registradas nos profissionais, principalmente entre a equipe de enfermagem e nos futuros profissionais da área, o que reforça a necessidade de atenção para este aspecto (Duarte et al., 2021; Oliveira et al., 2022).

Apesar de a pandemia se tratar de um fenômeno recente, vários estudos têm demonstrado o impacto negativo no bem-estar psicológico dos estudantes (Lourenço et al., 2021). Em um estudo realizado em 2021, classificou o impacto psicológico causado pela pandemia como moderado ou grave. A incerteza e o potencial impacto negativo na progressão acadêmica podem ter um efeito adverso na saúde mental dos estudantes. O sexo feminino, o *status* de estudante e os sintomas físicos específicos foram associados a maior impacto psicológico do surto e a níveis mais altos de estresse, ansiedade e depressão (Gundim et al., 2021; Martins & Branco, 2021).

Nesse sentido, as medidas de isolamento social, as preocupações com a própria saúde, as dificuldades de adaptação ao ambiente doméstico e as expectativas quanto ao futuro profissional observados nesta pandemia, tiveram impacto significativo sobre os estudantes, levando à piora das condições de saúde mental preexistentes. Essa emergência de saúde pública, foi capaz de desencadear maior desconforto emocional e graves consequências psicológicas que podem prolongar-se ao longo do tempo (Pessoa et al., 2021; Becker et al., 2021).

Como já demonstrado em outros estudos, a pandemia pela COVID-19 tem impacto psicológico sobre a população em geral, estando associada a sintomas de estresse pós-traumático, depressão e ansiedade, sendo os alunos universitários mais suscetíveis à ansiedade durante epidemias, apresentando maior prevalência e gravidade desse transtorno. Nesse sentido, as medidas de isolamento social, observados nesta pandemia, tiveram significativo impacto negativo sobre os estudantes, levando à piora das condições de saúde mental preexistentes, bem como ao desenvolvimento de novos transtornos psicológicos (Becker et al., 2021; Teixeira; Tavares & Barbosa, 2021; Pessoa et al., 2021.).

Dados de uma pesquisa corroboram que, situações de quarentena e algumas das vivências que se tem durante esse período foram significativamente associadas aos escores de estresse, ansiedade e depressão gerando um maior impacto psicológico durante a pandemia de COVID-19. Sendo assim, o isolamento ou distanciamento social pode trazer consequências graves a saúde mental e distúrbios relacionados ao sono (Coelho et al., 2020; Oliveira et al., 2021).

Na percepção dos estudantes, perspectivar o futuro pressupõe reorganizar metas pessoais e dar resposta às inquietações profissionais, sobretudo do futuro que desconhecem. Acompanhamento e apoio emocional em situações de crise são fundamentais para os estudantes ultrapassarem as emoções potenciadoras de elevados níveis de ansiedade, em particular, os estudantes de enfermagem, cuja aprendizagem decorre dos e nos contextos clínicos (Araújo et al., 2021; Teixeira; Tavares & Barbosa, 2021, Jantara et al., 2021).

Diante da temática da saúde mental, nota-se que no contexto do ensino superior, diversas situações ocorridas no cotidiano dos universitários requer um processo constante de adaptação, que influencia diretamente no seu processo de amadurecimento, além do seu desenvolvimento cognitivo e afetivo. Contudo, quando determinadas situações estão associadas as vulnerabilidades emocionais e sociais, podem levar ao sofrimento psíquico, que juntamente com as demandas oriundas da

universidade acabam por desencadear ou até mesmo agravar esses problemas de saúde física e mental (Martins & Branco, 2021; Ribeiro; et al., 2021; Queiroz et al., 2021).

Outra teoria evidencia que, o impacto ao discente carece de uma reformulação das práticas de ensino em práticas inovadoras tanto das instituições quanto dos docentes, de modo a fornecer uma autonomia ao estudante visando uma transformação não apenas ao conhecimento teórico, mas na construção de diálogos, de vínculos, de interação com elementos relevantes a sua formação mesmo não sendo em formato presencial (Silva et al., 2021; Oliveira et al., 2022).

O maior impacto causado no processo ensino e aprendizagem dos discentes do ensino tradicional de enfermagem foi o uso de tecnologias remotas, uma vez que os graduandos não se ajustaram à forma de EAD, e nem todos disponibilizam dessas tecnologias. Disciplinas como terapia intensiva, urgência e emergência representam preocupação pelas faltas de aulas práticas, ocasionado uma possível deficiência em campo de estágio, supervisionados (Oliveira et al., 2021; Baixinho & Ferreira, 2021).

Outros estudos corroboram que, os graduandos de enfermagem durante a pandemia foi agregar o uso da tecnologia no meio didático. A enfermagem é uma ciência que trabalha com práticas motoras, contato visual e conhecimento adquirido com vivência no ambiente de formação, experiências não concedidas pelas tecnologias remotas. Tais instrumentos devem ser agregados aos métodos usuais de ensino utilizado como acessório e não como a único meio de fornecer educação em saúde (Lourenço et al., 2021; Silva et al., 2022).

Os alunos que iniciaram o primeiro período de enfermagem foram afastados da adaptação com a rotina do nível superior a qual não estão acostumados, assistindo aulas por plataforma online, sem o contato com os outros alunos e professores, podendo manifestarem sentimento de frustração e, dessa maneira, podem não dar continuidade em sua formação. Já os alunos que estão na fase de conclusão, cursando o nono e décima fases, guardam a realização de estágio, podendo apresentar sentimentos de ansiedade (Araújo et al., 2021; Teixeira et al., 2021, Jantara et al., 2021; Becker et al., 2021).

Categoria 2 – Principais sinais e sintomas da (des) instabilidade da saúde mental do graduando de enfermagem advindos da pandemia da COVID-19

As demandas da rotina acadêmica, de forma isolada, requerem do estudante universitário um misto de sentimentos emocionais e repertório de recursos cognitivos. Ao iniciar o ensino superior, o acadêmico se vê em um ambiente potencialmente estressor, cenário este que pode ter relação com a alta prevalência de problemas de natureza psicoafetiva (Teixeira; Tavares & Barbosa, 2021).

Neste contexto, alguns autores observaram que, o ensino remoto ou à distância, associados ao isolamento social e inúmeros outros fatores, estão impactando negativamente a saúde mental dos estudantes brasileiros, especialmente aqueles matriculados em cursos de ensino superior. Tais problemas, quando combinados ao volume de exigências acadêmicas, tendem a ser desvalorizados pelo corpo discente, levando a uma identificação tardia de sintomas de depressão e ansiedade (Guimarães et al., 2021).

Sabe-se que a saúde mental é uma condição essencial para manutenção da qualidade de vida e saúde da população, sendo conceituada pela OMS como estado de bem-estar em que um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com o estresse normal da vida, pode trabalhar de forma produtiva e é capaz de contribuir para sua comunidade (World Health Organization, 2004 *apud* Martins & Branco, 2021).

Nesse sentido, as medidas de isolamento social, a dificuldade de adaptação ao ambiente doméstico, as expectativas quanto ao futuro profissional e o prejuízo à rotina, observados nesta pandemia, tiveram significativo impacto negativo sobre os estudantes, levando à piora das condições de saúde mental preexistentes, bem como ao desenvolvimento de novos transtornos psicológicos (Becker et al., 2021).

De acordo com Hall (1998 p. 8), o isolamento social não afeta somente as questões que envolvem a saúde mental do indivíduo, mas também, pode levar a sérias consequências no funcionamento cognitivo destes, pois, os eventos de privação do contato presencial com outras pessoas podem reduzir a intensidade de estímulos cerebrais fundamentais para o seu desenvolvimento (Martins & Branco, 2021).

Como já demonstrado em outros estudos, a pandemia pela COVID-19 tem impacto psicológico sobre a população em geral, estando associada a sintomas de estresse pós-traumático, depressão e ansiedade, preocupação, tristeza, sentimento de incapacidade, medo de perder parentes e amigos, dores de cabeça, solidão, estresse, medo, sobrecarga, desmotivação, além de solidariedade, esperança e otimismo, foram desenvolvidos em consequência da Pandemia de COVID-19. Sendo os alunos universitários mais suscetíveis aos sintomas durante este período (Guimarães et al., 2021; Silva et al., 2021).

Para os estudantes, a suspensão das atividades escolares presenciais e a adaptação a novas metodologias de ensino-aprendizagem podem, neste momento de instabilidade e incerteza, causar distúrbios mentais ou desencadear transtornos psicológicos. Como já demonstrado pelos autores, os estudantes universitários têm altas taxas de prevalência de sintomas de ansiedade e depressão, que podem até ser maiores do que os encontrados na população em geral (Oliveira et al., 2021).

Outro sintoma preocupante resultante da ansiedade, relaciona-se com a prevalência da má qualidade do sono e consequente mudança do seu padrão entre os estudantes de enfermagem, a qual tem sido associada a desempenho reduzido, mudanças comportamentais, mudanças na dieta e até mesmo a comportamento agressivo. As restrições às diferentes atividades de vida podem resultar em mudanças no estilo de vida que afetam a qualidade do sono, o que, aliado ao horário rotativo a que o ensino clínico obriga, pode contribuir para o risco de exaustão (Baixinho & Ferreira, 2021).

Por outro lado, o receio e a ansiedade, diante de uma situação nova e complexa, com riscos para a própria segurança e de seus familiares, alertam para a necessidade de preparar os futuros profissionais para experiências traumáticas ou eventos adversos e de apoiá-los psicoemocionalmente. Essa ajuda psicoemocional pode ser conseguida por meio de cuidados de saúde mental, em que se inclui o apoio psicológico, o que já foi evidenciado em crises epidemiológicas anteriores, sendo agora reforçada diante da atual pandemia (Baixinho & Ferreira 2021).

As condições geradas pelo COVID-19 são fatores estressores que são suficientes para gerar traumas psicológicos em toda a sociedade, e isto por sua vez, tem sido comprovado cada vez mais mediante pesquisas, as quais apontam que a grande maioria da população tem sofrido, psicologicamente, devido aos fatores de distanciamento e de risco de contaminação, podendo observar um aumento ponderal de admissão de pacientes que necessitam de psiquiatria (Coelho et al., 2020; Martins & Branco, 2021; Oliveira et al., 2021).

De forma geral, foi possível observar que, os principais problemas de saúde mental que estão associados aos eventos de isolamento são: depressão, ansiedade, insônia, estresse, irritação, medo, angústia, dentre outras e, atingem o brasileiro de norte a sul do país. No entanto, um dos públicos de maior sensibilidade às mudanças impostas pela pandemia são os estudantes universitários, pois, a maioria se encontra na fase de transição entre a adolescência e a juventude, momento este que, demanda bastante da proximidade e relações sociais (Martins & Branco, 2021).

A mudança de hábitos sociais são fatores que contribuem, desencadeiam e agravam o estresse e a ansiedade, a ociosidade então surgiu, e com ela sinais e sintomas de estresse que, por sua vez, pode manifestar-se de diversas formas, a ansiedade e a ociosidade surgem a partir de um ou mais fatores estressores. A mudança nos hábitos de rotina, as preocupações, geram a ansiedade. O tempo e a duração da exposição ao estresse é que irá determinar o grau de comprometimento da saúde (Oliveira et al., 2021).

Categoria 3 – Estratégias de manutenção da saúde mental dos graduandos de enfermagem em tempos de COVID-19

Entende-se que dentre os fatores que tiveram impactos significativos para o psicológico do paciente, uma das maneiras de manutenção em tempos de pandemia poderiam ser a redução da exposição excessiva à noticiários, houve também carência de atividades educativas, de incentivo, e intervenções psicológicas por meios virtuais durante a pandemia, melhores adaptações para estudantes que não possuem acesso à internet, entre outras realidades (Gundim et al., 2021; Oliveira et al., 2021).

Não somente os graduandos como os profissionais de enfermagem estiveram na linha de frente no combate à pandemia, causando agravos na saúde mental, atuando no atendimento aos infectados com alto risco de infecção e equipamentos inapropriados, em meio à superlotação de hospitais, tendo para si a carga causada pelo despreparo das autoridades sociopolíticas, e evidenciando carências e falta de investimentos na saúde e no que diz respeito também à enfermagem (Duarte et al., 2020).

Segundo Coelho et al. (2020 p. 3) a criação e planejamento para nova rotina, regulação do sono, boa alimentação, exercícios físicos, e até mesmo a resiliência frente ao momento contribuem para um bom desenvolvimento da saúde mental, em inúmeras literaturas o sono é relatado como importante fator para melhoria da qualidade de vida, que reflete na saúde mental, a qualidade do sono interfere diretamente no desempenho do funcionamento biológico, bioquímico, e físico, sendo assim, a qualidade do sono altera também a resposta do indivíduo frente às suas ações do cotidiano, como também o humor diário. (Guimarães et al., 2021).

Fakes News são informações falsas e compartilhadas em mídias propagadas por protagonistas com intenções duvidosas, além de impactar na saúde mental da população, dissemina a despromoção do conhecimento científico, causando atraso no avanço social, a depender do conteúdo falso propagado. A enfermagem tem destaque com relação aos eixos que envolvem promoção da saúde, inclusive em tempos de pandemia, pois foram esses que disseminaram a informação primária adquirida com experiência direta aos cuidados para o paciente infectado, evidenciando a importância da prevenção à doença, o conhecimento dos enfermeiros pode ser atribuído à comunidade, família ou indivíduo, promovendo a informação sobre saúde e impactando na saúde mental através da informação científica correta (Guimarães et al., 2021).

Os acadêmicos de Enfermagem foram bem afetados pela pandemia, pois a graduação de enfermagem é conhecida por suas práticas em laboratório, experimentação e por estarem em constante contato com as pessoas, dessa forma o isolamento social desencadeou estresses junto a transtornos psicossociais em acadêmicos que demonstraram dificuldades em relação ao isolamento, a falta de concentração, e a improdutividade durante esse período Pandêmico (Araújo et al., 2021; Teixeira et al., 2021).

Esse período trouxe uma aproximação ainda maior com as redes sociais que por muitas vezes questionou o caráter do acadêmico no processo de autonomia do conhecimento e ocasionou sequelas gravíssimas como ansiedade, angústia e desmotivação, frustração e temor de estar infectado. As redes sociais tem pontos positivos quanto negativos. Mediante ao exposto, nota-se que o período pandêmico é uma realidade que permanecerá principalmente para os acadêmicos de enfermagem, no atual momento (Araújo et al., 2021; Teixeira et al., 2021; Becker et al., 2021; Jantara et al., 2021).

Diante a tal evento visa-se a necessidade da sintetização de metodologias que possam convergir-se juntamente a tecnologia que está nas mãos dos acadêmicos, trazendo possibilidades de extensões como redes de atendimento psicológico para discentes e docentes da instituição, assim como vídeos-chats de atendimento em home-office de enfermagem para elevação do treinamento do estudante. O trabalho supracitado trouxe o intuito de instigar possíveis aberturas adaptáveis para a comunidade acadêmica, é de suma importância nessa etapa da graduação e sua formação para a enfermagem (Martins & Branco, 2021).

Notou-se um impacto muito grande na vida dos discentes em relação ao ensino remoto devido ao COVID-19. Deste modo, é indispensável que se tenha um planejamento estratégico e cuidadoso na realização das atividades acadêmicas, visto que, os impactos psicológicos nos alunos são importantes e os deixam em uma situação de vulnerabilidade. Assim, há a necessidade de se planejar meios que acolham e acompanhem esses estudantes (Campos et al., 2021).

Diante do cenário da COVID-19, os alunos tornaram-se um público altamente vulnerável ao aparecimento de transtornos mentais, como, prejuízos cognitivos, afetando conseqüentemente o desenvolvimento da aprendizagem. Torna-se evidente que as instituições de ensino superior necessitem desenvolver metodologias que sejam voltadas para os universitários que estão em fase de ensino remoto. Logo, auxiliar, oferecer recursos além de ter um suporte psicológico para os mesmos para que essas ações direcionadas à saúde mental deste público, sejam prevenidas e amenizadas para que a pandemia não atrapalhe o desenvolvimento dos discentes, mas que promovam o desenvolvimento da aprendizagem de forma equânime (Teixeira; Tavares & Barbosa, 2021; Becker et al., 2021; Jantara et al., 2021).

A saúde Mental dos Estudantes de Enfermagem durante a Pandemia tem sido alvo de muita preocupação, visto que os estudantes precisam lidar com a real situação do momento, é um grande desafio pois precisam viver e encarar o presente lidando com essa atual normalidade que tem sido o COVID-19, além da adaptação a forma de viver e aprender a cada dia lidar com os desafios, sentimentos e as emoções que nos acompanham, sem se quer deixar sua perspectiva quanto ao futuro, é necessário acreditar que tudo passa e que nada é para sempre e assim redefinir metas, sejam elas pessoais ou profissionais. É de extrema importância as intervenções virtuais de educação em saúde pois a pandemia por si só leva a diversas problemáticas (Teixeira; Tavares & Barbosa, 2021; Becker et al., 2021; Jantara et al., 2021).

Desta forma, uma das supostas soluções para este problema seria a disponibilidade de psicólogos e psiquiatras gratuitos em programas de atendimento online, podendo este projeto, ser fomentado pelo poder público ou até mesmo pela instituição de ensino superior ao qual o acadêmico encontra-se matriculado (Coelho et al., 2020; Oliveira et al., 2021).

Outro ponto importante que poderia ser praticado, seriam estágios e/ou projetos de extensão realizados por acadêmicos e professores na área da saúde, com o intuito de triar e trabalhar um suposto adoecimento mental de acadêmicos de outras áreas, implantando projetos de atendimento online destes alunos, a fim de, tratar o transtorno antes que ele possa se agravar (Araújo et al., 2021; Duarte; Silva & Bagatini, 2021.).

Quando se refere ao processo ensino-aprendizado, cabe mencionar que, a insegurança dos alunos é imensa devido à falta de prática na pandemia. Além das dificuldades dos docentes que precisaram se adequar às plataformas tecnológicas disponíveis para a educação. Mediante ao exposto, tanto o docente quanto discente deve realizar uma troca de conhecimento, fazendo com que esse momento difícil e de forma não presencial se torne um momento de bem-estar e de muito conhecimento, pois apesar deste momento pandêmico a formação do mesmo continuará (Araújo et al., 2020; Teixeira; Tavares & Barbosa, 2021; Becker et al., 2021; Jantara et al., 2021).

5. Considerações Finais

A pandemia da Covid-19 teve grande impacto em várias esferas sociais, mentais e financeiras no brasileiro. Dificultando o aprendizado em graduações através do ensino à distância devido ao medo proporcionado pelo vírus e a mudança repentina de preocupações, socializações e ambientais.

Em pandemias, o número de pessoas com agravos na saúde mental geralmente é maior do que os infectados pela doença, com aumento de casos de estresse, ansiedade e angústia afetando também os docentes e discentes de enfermagem, como relatado em um estudo realizado em 2021 onde impactos da pandemia na saúde mental podem ser considerados moderados ou graves.

Nos acadêmicos de enfermagem, a incerteza do aprendizado eficaz como a progressão do estudo e seu atraso foram fundamentais para os agravos psicológicos, junto ao isolamento, preocupações, dificuldade de adaptação e expectativas quanto à sua evolução profissional, alguns desses impactos eram pré existentes e foi agravado com a pandemia.

O maior impacto para os estudantes do ensino tradicional de enfermagem foram as aulas remotas, visto que algumas disciplinas preocupavam os estudantes quanto as aulas práticas, sendo a enfermagem uma ciência que trabalha com a vivência do ambiente, práticas motoras, e contato visual. Os alunos de primeiro período foram afastados da adaptação da rotina acadêmica, podendo causar posteriores dificuldades e frustrações, enquanto os alunos em seu ano de conclusão tiveram a continuidade do ensino interrompida por conta de estágios.

O isolamento social afeta também o funcionamento cognitivo cerebral, pois a privação do contato presencial com outras pessoas reduz intensamente estímulos cerebrais fundamentais para seu desenvolvimento, em estudantes universitários, os agravos mentais podem causar problemas na qualidade do sono e alimentação, o que afetará consequentemente o desempenho e mudanças comportamentais. O público de maior sensibilidade às mudanças proporcionadas pela pandemia são os universitários jovens adultos, visto que estes se encontram em fase de transição da adolescência para juventude, momento este que demanda muita proximidade social.

A redução da exposição excessivas aos noticiários é uma boa prática à manutenção da saúde mental em tempos de pandemia, houve despreparo das autoridades sociopolíticas, assim como investimento em saúde, acarretando o agravo da saúde mental para estudantes e profissionais de saúde que estiveram na linha de frente quanto ao combate à pandemia, os estudantes e profissionais da enfermagem tem destaque quanto a disseminação de notícia verdadeira em um momento de alta em "fake news", o que impacta positivamente e verdadeiramente na saúde mental da população, com informações primárias.

Um planejamento de uma nova rotina, regulação do sono, boa alimentação, exercícios físicos, e resiliência contribuem para o bom desenvolvimento da saúde mental, o sono e a alimentação são vistos em inúmeras literaturas como um dos fatores mais importantes para a saúde mental, estes fatores interferem diretamente na manutenção e desempenho do funcionamento biológico.

Pode-se assim concluir que o presente trabalho será capaz de contribuir para novos estudos relacionados a presente temática, fazendo-se refletir sobre os inúmeros impactos causados aos graduandos durante a pandemia.

Referências

- Alencar, D., dos Santos Ribeiro, L. M., Carvalho, L., Rocha, G. S. T., Sousa, E. O., & Sousa Ibiapina, A. R. (2022). Saúde mental de pessoas com diabetes no período da pandemia de COVID-19: revisão integrativa. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 24.
- Baixinho, C. L., & Ferreira, Ó. R. (2021). Ser estudante de enfermagem em tempos de COVID-19. *Escola Anna Nery*, 25.
- Becker, A. S., Busnelo, C. V., Banolas, E. L., Avila, G. O., Ely, M. G. B., da Silva Gobbo, M. O., & Spanemberg, L. (2021). O impacto na saúde mental de estudantes universitários submetidos ao ensino digital remoto durante o isolamento social decorrente da pandemia de Covid-19: uma revisão sistemática. *Artigo Especial*, 65(1), 2-11.
- Coelho, A. P. S., Oliveira, D. S., Fernandes, E. T. B. S., de Souza Santos, A. L., Rios, M. O., Fernandes, E. S. F., ... & Fernandes, T. S. S. (2020). Saúde mental e qualidade do sono entre estudantes universitários em tempos de pandemia da COVID-19: experiência de um programa de assistência estudantil. *Research, Society and Development*, 9(9), e943998074-e943998074.
- Cruz, R. D. S. R., da Silva Cardozo, K. C., & Júnior, F. M. C. (2022). Aulas remotas: a visão discente acerca das aprendizagens adquiridas em 2020 em um contexto pandêmico1 Remote classes: the learner's view on learning acquired in 2020 in a pandemic context. *Brazilian Journal of Development*, 8(3), 16361-16373.
- Dantas, E. S. O. (2021). Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, 25.
- Guimarães, J. P. D., Rodrigues, F. A., Dias, A. K., Guimarães, A. P. M., Couto, G. B. F., Pereira, R. A., & Santos, J. M. (2021). COVID-19: Impactos ocasionados na saúde mental em estudantes do ensino superior Brasileiro. *Research, Society and Development*, 10(9), e3410917385-e3410917385.
- Gundim, V. A., Encarnação, J. P., Santos, F. C., Santos, J. E., Vasconcellos, E. A., & Souza, R. C. (2021). Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista Baiana de Enfermagem*, 35.

- Jantara, R. D., Abreu, D. P. G., de Lima Santana, L., Piexak, D. R., & Oliveira, S. M. (2021). Redes sociais e apoio social em estudantes de enfermagem durante a pandemia covid-19. *Psico*, 52(3), e39894-e39894.
- Lourenço, T. M. G., Charepe, Z. B., Pestana, C. B. D. C. F., Rabiais, I. C. M., Alvarez, E. J. S., Figueiredo, R. M. S. A., & Fernandes, S. J. D. (2021). Esperança e bem-estar psicológico durante a crise sanitária pela COVID-19: estudo com estudantes de enfermagem. *Escola Anna Nery*, 25.
- Oliveira Menezes, S. K., & Francisco, D. J. (2020). Educação em tempos de pandemia: aspectos afetivos e sociais no processo de ensino e aprendizagem. *Revista Brasileira de Informática na Educação*, 28, 985-1012.
- Oliveira Cavalcante, R. D., da Silva, J. L. L., & Ramos, G. F. S. (2022). Saúde mental dos discentes de Enfermagem mediante a pandemia do COVID-19: revisão integrativa da literatura. *Research, Society and Development*, 11(3), e24211326517-e24211326517.
- Oliveira, E. N., Vasconcelos, M. I. O., Almeida, P. C., Pereira, P. J. D. A., Linhares, M. S. C., Ximenes Neto, F. R. G., & Aragão, J. M. N. (2022). Covid-19: repercussões na saúde mental de estudantes do ensino superior. *Saúde em Debate*, 46, 206-220.
- Oliveira Menezes, S. K., & Francisco, D. J. (2020). Educação em tempos de pandemia: aspectos afetivos e sociais no processo de ensino e aprendizagem. *Revista Brasileira de Informática na Educação*, 28, 985-1012.
- Oliveira, R. M., Prates, M. L. S., Prates, E. J. S., Santos, T. C. C., & Santos Reinaldo, A. M. (2021). Saúde mental e a Covid-19: intervenções virtuais de educação em saúde para o enfrentamento da pandemia. *Expressa Extensão*, 26(1), 675-696.
- Orellana, J. D. Y., Cunha, G. M. D., Marrero, L., Moreira, R. I., Leite, I. D. C., & Horta, B. L. (2021). Excesso de mortes durante a pandemia de COVID-19: subnotificação e desigualdades regionais no Brasil. *Cadernos de saúde pública*, 37, e00259120.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2006). Using research in evidence-based nursing practice. *Essentials of nursing research. Methods, appraisal and utilization. Philadelphia (USA): Lippincott Williams & Wilkins*, 12, 457-94.
- Queiroz, A. M., Sousa, A. R. D., Moreira, W. C., Sousa Nóbrega, M. D. P. S., Santos, M. B., Barbosa, L. J. H., & Oliveira, E. D. (2021). O 'NOVO' da COVID-19: impactos na saúde mental de profissionais de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, 34.
- Ribeiro, B. M. D. S. S., Bolonhezi, C. S. D. S., & Scorsolini-Comin, F. (2021). Dificuldades educacionais de estudantes de enfermagem durante a pandemia da COVID-19: relato de experiência. *Revista de Enfermagem da UFPI*, 10.
- Santos, K. M. R. D., Galvão, M. H. R., Gomes, S. M., Souza, T. A. D., Medeiros, A. D. A., & Barbosa, I. R. (2021). Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. *Escola Anna Nery*, 25.
- Santos Pessoa, J., Nascimento Ginú, I. L., Carneiro, L. V., Oliveira Silva, V. P., Matias, L. D. M., & de Melo, V. F. C. (2021). Impacto do ensino remoto na saúde mental de discentes universitários durante a pandemia da Covid-19. *Research, Society and Development*, 10(14), e413101422197-e413101422197.
- Silva, C. M., Toriyama, A. T. M., Claro, H. G., Borghi, C. A., Castro, T. R., & Salvador, P. I. C. A. (2021). Pandemia da COVID-19, ensino emergencial a distância e Nursing Now: desafios à formação em enfermagem. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 42.
- Silva, J. G., Ribeiro, W. A., Silva Peres, K. G., Cordeiro, T. R., Santos Anjos, C., Fassarella, B. P. A., & do Carmo Neves, K. (2021). Impacto da pandemia da Covid-19 no processo de ensino aprendizagem do graduando de enfermagem. *Recisatec-ISSN 2763-8405*, 1(5), e1550-e1550.
- Silva, K. R. G., da Silva, T. M. D. O., de Sousa, R. P., da Silva, Y. P. E., & de Macedo, S. A. (2020). Conceitos dos discentes de enfermagem sobre aulas remotas. *Diálogos em Saúde*, 3(1).
- Silva, T. M., Santos, L. R., & Verissimo, T. D. C. (2022). A vivência de acadêmicos de enfermagem perante o período da pandemia. *Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente*, 13(edespmulti).
- Melnik, B. M., & Fineout-Overholt, E. (2010). Evidence-based practice in nursing & healthcare: a guide to best practice. (2a ed). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Teixeira, V. P. G., de Melo Tavares, L. R., & Barbosa, S. A. B. F. (2021). O impacto na saúde mental de universitários de Alagoas decorrente da pandemia do COVID-19. *Conjecturas*, 21(3), 681-691.