CONSEQUÊNCIAS DO PERÍODO DE ISOLAMENTO DURANTE A COVID-19 PARA UNIVERSITÁRIOS: UMA ANÁLISE DOS DESAFIOS E ADAPTAÇÕES NECESSÁRIAS[1]

Carla Cristina ***Borges***[2]
Ana Beatriz Coutinho ***Gomez***[3]
Fernanda Gomes ***Aranha***[4]
Laura Floripi ***Reis***[5]

RESUMO

O trabalho aborda os impactos da pandemia de COVID-19 na rotina e na saúde mental de estudantes universitários brasileiros residentes em Santos/SP. A transição abrupta para o ensino remoto afetou negativamente o aproveitamento acadêmico desses estudantes e, no contexto brasileiro, a falta de acesso igualitário de recursos tecnológicos foi um fator agravante. Com o objetivo de investigar os impactos da pandemia de COVID-19 na rotina e na saúde mental de estudantes universitários, considerando as mudanças e adaptações feitas pelas instituições de ensino e a demanda crescente por serviços de psicologia, o estudo contou com a participação de 50 universitários, em sua maioria, de instituições privadas de ensino que responderam, a partir de um questionário online, sobre mudanças em suas rotinas de estudo e dificuldades enfrentadas no ensino remoto. Apesar do acesso a recursos tecnológicos, para 31% dos estudantes tais recursos não foram suficientes para um bom acompanhamento das aulas e demais atividades atreladas a seus cursos de graduação. Entre os impactos à saúde mental, o principal resultado evidenciado foi em relação ao aumento nos níveis de estresse dessa população, o que pode significar enfrentamentos a longo prazo enquanto desafios contínuos relacionados à COVID-19.
Palavras-chave: Isolamento social; saúde mental; universitários.

ABSTRACT

The work addresses the impacts of the COVID-19 pandemic on the routine and mental health of Brazilian university students living in Santos/SP. The abrupt transition to remote teaching negatively affected the academic performance of these students and, in the Brazilian context, the lack of equal access to technological resources was an aggravating factor. With the aim of investigating the impacts of the COVID-19 pandemic on the routine and mental health of university students, considering the changes and adaptations made by educational institutions and the growing demand for psychology services, the study involved the participation of 50 university students, mostly from private educational

[1] O estudo é fruto de Trabalho de Conclusão de Curso orientado pela primeira autora.
[2] Psicóloga (UFPA), doutora em ciências (UNIFESP) e docente do curso de Psicologia da Universidade Santa Cecília (UNISANTA), em Santos/SP.
[3] Autora do Trabalho de Conclusão de Curso de Psicologia – Unisanta.
[4] Autora do Trabalho de Conclusão de Curso de Psicologia – Unisanta.
[5] Autora do Trabalho de Conclusão de Curso de Psicologia – Unisanta.

institutions who responded, using an online questionnaire, about changes in their study routines and difficulties faced in remote teaching. Despite access to technological resources, for 31% of students, these resources were not enough to properly follow classes and other activities linked to their undergraduate courses. Among the impacts on mental health, the main result evidenced was in relation to the increase in stress levels in this population, which could mean long-term coping with ongoing challenges related to COVID-19.
Keywords: Social isolation; mental health; university students.

INTRODUÇÃO

Uma das estratégias utilizadas pela maioria dos países durante a pandemia de COVID-19 foi a adoção do isolamento social. Tal medida ocasionou, entre outras coisas, o fechamento de instituições educacionais, consequentemente, gerando impactos na educação do mundo todo (SENHORAS, 2020).

De acordo com Corrêa *et al*. (2022), o contexto da pandemia gerou consequências aos estudantes em aspectos pessoais, acadêmicos e psicológicos. Como pontua Gonçalves *et al.* (2021), os jovens universitários, a partir da pandemia de COVID-19, tornaram-se mais suscetíveis a questões relacionadas à saúde mental, já que a urgente necessidade de adaptação ao ensino remoto parece ter afetado o bem estar dessa população.

Nas universidades, a mudança rápida para o ensino remoto provocou complicações para a saúde mental e física dos universitários (SALVAGNI; WOJCICHOSKI; GUERIN, 2020). As adaptações no ensino foram realizadas através da utilização de métodos digitais e à distância, os quais possibilitaram a continuidade das aulas. Porém, a implementação do ensino remoto emergencial no Brasil foi marcada pela desigualdade social, fator determinante e que, se desconsiderado, pode gerar consequências negativas relacionadas ao acesso a uma educação de qualidade aos estudantes (GONÇALVES *et al.*, 2021)

Como publicado em matéria no Jornal da Universidade de São Paulo (USP) (2020), a USP, ofereceu aos alunos uma espécie de bolsa auxílio emergencial com a finalidade de proporcionar acesso à internet ou a recursos que favorecessem o seu acesso. No entanto, conforme apontado por Arruda (2020) e Gonçalves *et al.* (2021) essa não foi a realidade de toda a rede de ensino universitário no Brasil. O que se teve, na prática, foi a qualidade do ensino afetada por fatores como escassez de acesso a recursos que facilitam a obtenção de livros, conexão à internet e/ou computadores, seja por parte dos alunos ou dos próprios professores.

O estudo realizado por Gusso *et al*. (2020), destacou como consequências da quarentena, como o estado de luto coletivo, a incerteza do futuro e as adaptações nas universidade geraram mudanças de prazo e cancelamento de projetos, além de perda de vínculos afetivos, o que pode estar associados a sintomas de ansiedade, tristeza e irritabilidade em universitários. Constatações como essas acabaram por gerar novas problemáticas a serem enfrentadas pelos universitários que, nesse sentido, precisaram encontrar estratégias para enfrentá-las.

Da suspensão das aulas presenciais nas universidades públicas e privadas decorre a necessidade de desenvolvimento de maneiras alternativas de ensino, como as tentativas de adaptação e implementação de sistemas digitais. Essas tentativas, por sua vez, acabam por expor diversas ("novas") problemáticas (GUSSO *et al.*, 2020). Ainda segundo Gusso *et al*. (2020), em sua grande maioria, esses pontos não tiveram um olhar atento por parte das instituições, o que gerou consequências aos universitários mesmo após o término do período de isolamento.

O estudo desenvolvido por Corrêa (2022) no Programa de Pós-Graduação em Ensino em Biociências e Saúde do Instituto Oswaldo Cruz (IOC/Fiocruz), em conjunto com pesquisadores da Universidade Federal Fluminense (UFF), mostrou diversos impactos decorrentes da pandemia de COVID-19 nas atividades acadêmicas e na saúde mental de estudantes de pós-graduação. Segundo os autores, 82% dos entrevistados alegaram se sentir desmotivados durante esse período, enquanto 67% relataram crises de ansiedade. Entre as consequências apresentadas pelos estudantes, foram citadas principalmente dificuldade para dormir, aumento na procura de ajuda psicológica e uso de automedicação.

Seixas *et al*. (2023) enfatizaram as consequências da falta de interação social, uma vez que os resultados de sua pesquisa indicaram que indivíduos que moravam sozinhos apresentaram maiores níveis de ansiedade. Essa situação evidenciou a importância do desenvolvimento de estratégias de ação de profissionais da saúde mental e a necessidade de atenção por parte das autoridades às consequências desse período.

Além dos estudantes, os docentes também foram afetados em aspectos de saúde mental, o que, consequentemente, gerou implicações na maneira de conduzir suas aulas (SEIXAS *et al*., 2023). O estudo conduzido por Luiz, Martins e Marinho (2023) investigou as implicações da pandemia da COVID-19 na atuação de professores de um programa de pós-graduação *stricto sensu* em uma universidade pública do estado de Santa Catarina/Brasil. Nesse estudo foram realizadas entrevistas *online* com nove docentes que

indicaram que, embora as ferramentas utilizadas tenham mudado, o formato das aulas permaneceu inalterado, exceto nas disciplinas práticas. Além disso, os autores destacaram que as capacitações e oportunidades de formação durante a pandemia foram insuficientes, resultando em sobrecarga para os docentes (LUIZ; MARTINS; MARINHO, 2023).

No contexto acadêmico pós pandêmico, o estresse entre estudantes universitários tem sido amplamente discutido, especialmente considerando o papel crucial do suporte social na gestão desse estresse. Segundo Walsh-Monteiro *et al.* (2024), a percepção de suporte social é essencial para mitigar os efeitos negativos do estresse acadêmico, sugerindo que redes de apoio robustas, tanto pessoais quanto institucionais, podem reduzir significativamente o impacto do estresse na saúde mental dos alunos. Essa pesquisa reforça a necessidade de instituições de ensino implementarem estratégias eficazes de suporte emocional para promover um ambiente de aprendizado mais saudável.

Segundo Schmidt e colaboradores (2020) é possível compreender que a Psicologia é capaz de oferecer contribuições importantes para o enfrentamento das consequências decorrentes da COVID-19, podendo ser realizadas intervenções que possam auxiliar os estudantes durante o enfrentamento das mudanças ocorridas devido ao período de pandemia.

O presente trabalho teve como objetivo investigar os impactos da pandemia de COVID-19 na rotina e na saúde mental de estudantes universitários brasileiros, residentes em Santos/SP, considerando as mudanças e adaptações feitas pelas instituições de ensino e a demanda crescente por serviços de psicologia.

MÉTODO

Pesquisa de caráter investigativo, de abordagem quantitativa e qualitativa, e retrospectiva sobre os efeitos do ensino remoto realizado por estudantes universitários durante o período de isolamento social decorrente da pandemia de COVID-19.

Participantes

Participaram da pesquisa 50 estudantes universitários, de instituições públicas e privadas, na faixa etária de 18 a 25 anos, de ambos os sexos, residentes em Santos/SP, que realizaram ensino remoto à época da pandemia de COVID-19.

Instrumento

Para o estudo foi elaborado um questionário *online* cujas perguntas buscaram investigar a percepção dos estudantes universitários acerca de possíveis efeitos do ensino remoto sobre sua rotina de estudos e saúde mental.

O questionário contou com 18 questões fechadas e duas abertas. As perguntas fechadas buscaram levantar informações sobre características dos participantes, como idade, sexo e curso de graduação; e também sobre comportamentos apresentados durante o ensino remoto, como possíveis dificuldades de aprendizagem no decorrer desta modalidade.

Além das perguntas mencionadas, o questionário contou ainda com duas questões abertas que buscou investigar sobre as estratégias pessoais de enfrentamento dos estudantes diante da pandemia através de perguntas que os indagaram acerca de seus sentimentos durante o período de isolamento e se buscaram algum apoio/suporte de saúde mental.

Procedimentos

De amostragem

Os participantes foram convidados através das redes sociais, principalmente através do aplicativo *Instagram,* a participarem da pesquisa de forma virtual até que se atingisse o total de 50 questionários respondidos.

De levantamento de dados

A coleta de dados foi realizada através de um questionário *online* disponibilizado aos participantes através de um *link*, que os direcionava para o aplicativo Google forms.

Éticos

No mesmo *link* de acesso ao questionário, o participante acessava o Termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), o qual foi devidamente assinalado por todos os participantes, antes que eles pudessem acessar o Questionário.

A pesquisa recebeu aprovação do Comitê de ética em pesquisa da Universidade Santa Cecília pelo parecer nº 6.831.548, de 17 de maio de 2024.

De análise de dados

Os resultados quantitativos receberam tratamento dos dados, através de análise estatística descritiva, considerando o número absoluto e o percentual. A análise qualitativa das respostas às perguntas abertas foi feita a partir das temáticas mencionadas pelos universitários em suas respostas.

RESULTADOS

Os resultados serão apresentados em quatro seções considerando a natureza das perguntas do questionário: caracterização da amostra, mudanças de rotina/dificuldades decorrentes do isolamento social, efeitos na saúde mental e relatos sobre o período de isolamento social; sendo esse último específico para as perguntas abertas.

Caracterização da amostra

A amostra foi constituída por 72,9% de jovens na faixa etária de 18 a 21 anos. Em relação ao sexo, a maioria dos participantes respondeu ser do sexo masculino, representando 82% de toda amostra. Sobre a quantidade de pessoas que residiam com os universitários à época do isolamento social, 62% deles compartilharam residência com 4 a 5 pessoas, 34% com 1 a 3 pessoas e somente 4% dos participantes com número superior a seis pessoas.

Sobre o tipo de instituição educacional, 94% dos estudantes eram de universidades particulares (47%) e a modalidade de ensino anterior à pandemia que prevaleceu foi do tipo presencial (92% da amostra). Durante a pandemia, cerca de um terço dos participantes não trabalhava (34%), enquanto entre os que trabalhavam, 12% deles realizaram *home office*, 20% mantiveram seus trabalhos na modalidade presencial e 34% dos universitários participantes do estudo foram demitidos ou optaram por sair do emprego durante a pandemia. A tabela 1, a seguir, sintetiza todas as informações apresentadas nesse tópico.

Tabela 1 - Caracterização da amostra

	N	Percentual

Idade (anos)*		
18 a 21	35	72,9%
22 a 25	13	27,1%
Sexo		
Masculino	41	82%
Feminino	9	18%
Quantidade de pessoas residentes		
1 a 3	17	34%
4 a 5	31	62%
Mais de 6	2	4%
Tipo de instituição de ensino		
Pública	3	6%
Privada	47	94%
Modalidade de ensino (antes da pandemia)		
Presencial	46	92%
À distância	4	8%
Situação em relação ao trabalho		
Não trabalharam	17	34%
Sim, *home office*	6	12%
Sim, e mantiveram presencial	10	20%
Sim, mas foi demitido ou optou por sair do emprego	17	34%

*Dois participantes não responderam esse campo do questionário.

Em relação ao curso de graduação realizado à época da pandemia, a tabela a seguir apresenta os citados pelos participantes.

Tabela 2 - Cursos de graduação dos participantes

Curso de graduação	N**
Psicologia	15
Administração	4
Design	3
Farmácia	3

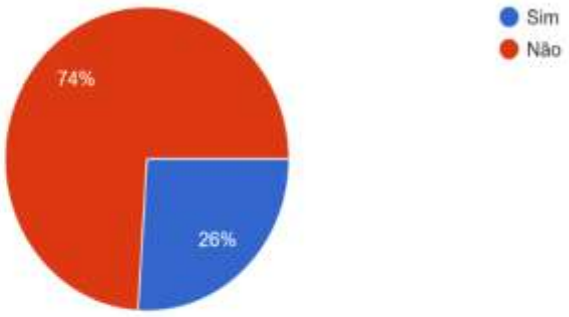
Relações públicas	3
Nutrição	2
Marketing	2
Publicidade	2
Pedagogia	2
Não informado	1

**13 participantes não responderam a essa questão.

Mudanças de rotina/dificuldades decorrentes do isolamento social

As perguntas dessa seção buscaram identificar as possíveis mudanças na rotina dos estudantes universitários, uma vez que se compreende que alterações dessa natureza podem influenciar a própria rotina de estudos dos mesmos. Para 74% dos participantes atividades do dia a dia não passaram a ser feitas de forma *online.*

Figura 1: Resultados para "Durante a pandemia, suas atividades de rotina como ir ao mercado e à farmácia, passaram a ser feitas de forma *online*?"



Já em relação às atividades de lazer, para 82% dos universitários o isolamento social significou deixar de frequentar espaços públicos para diversão.

Figura 2: Resultados para "Durante a pandemia suas atividades de lazer fora de casa foram suspensas?"



Em relação à rotina de estudo propriamente dita, 80% dos participantes consideraram que sua produtividade nos estudos mudou para pior (Figura 3) e, sobre o mesmo aspecto, 86% dos investigados notaram dificuldades de aprendizagem durante o período de isolamento (Figura 4).

Figura 3: Resultados para "Houve mudanças significativas na sua produtividade ao estudar em casa em comparação com as aulas presenciais?"

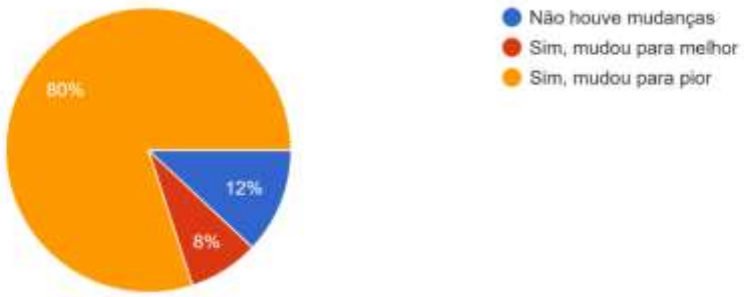


Figura 4: Resultados para "Durante a pandemia você notou alguma dificuldade em sua aprendizagem?"

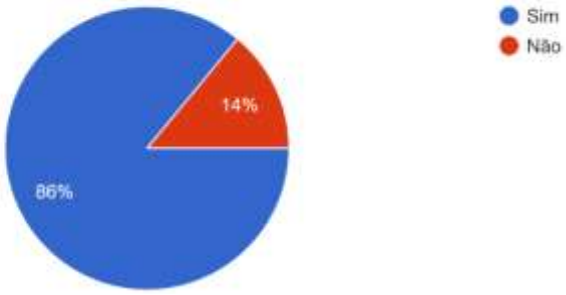


Figura 5: Resultados para "Notou alguma diferença para fazer alguma prova?"

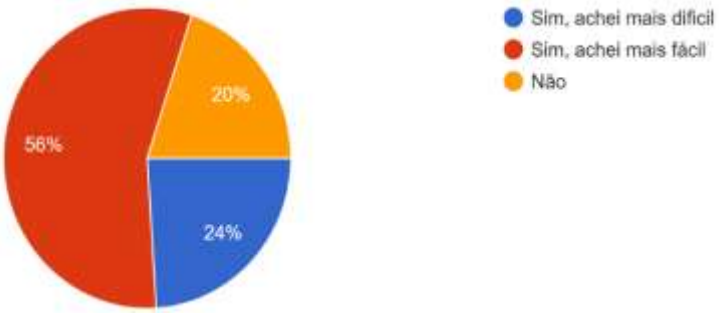
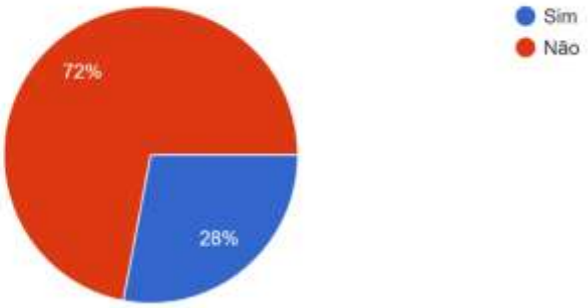
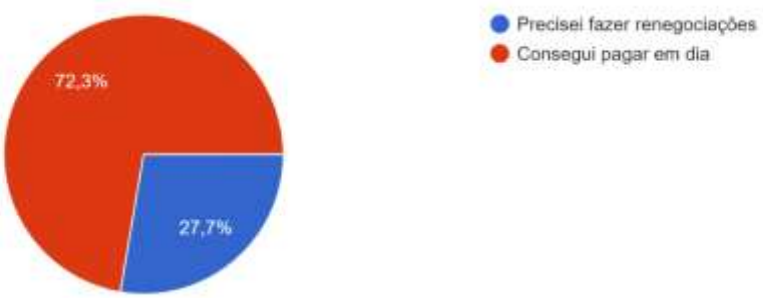


Figura 6: Resultados para "Você sente que nesse período aprendeu e fixou o conteúdo das aulas?"



As perguntas relacionadas às figuras 5 e 6, acima, investigaram como o ensino remoto emergencial e a necessidade do estudo no ambiente residencial impactam a produtividade acadêmica dos estudantes e, consequentemente, sua aprendizagem. Para 72% dos participantes não foi possível aprender e fixar os conteúdos das aulas durante esse período (Figura 6). Apesar disso, a Figura 5 mostra que 56% dos estudantes acharam mais fácil realizar as provas durante esse período.

Figura 7: Resultados para "Como foi lidar com os pagamentos das mensalidades da universidade durante o COVID-19?"



A Figura 7 revela outras dificuldades enfrentadas pelos estudantes no período pandêmico, como por exemplo, a questão financeira. Para a maioria dos estudantes (72,3%) foi possível pagar suas mensalidades em dia, porém 27,7% precisaram fazer negociações para continuar estudando nesse período.

As Figuras 8 e 9 apresentam os resultados sobre acesso a recursos tecnológicos que permitissem aos estudantes o acompanhamento das aulas. De acordo com os dados obtidos, 95,9% dos estudantes relataram que possuíam acesso fácil aos recursos tecnológicos disponíveis, o que indica que a maioria teve condições de utilizar as ferramentas necessárias para acompanhar as atividades acadêmicas. No entanto, quando questionados sobre a suficiência desses recursos para apoiar efetivamente os estudos remotos, apenas 66,7% afirmaram que os recursos eram suficientes, enquanto 31,3% consideraram que não foram suficientes e 2% escolheram uma terceira opção.

Figura 8: Resultados para "Você tinha acesso fácil aos recursos tecnológicos disponíveis?"

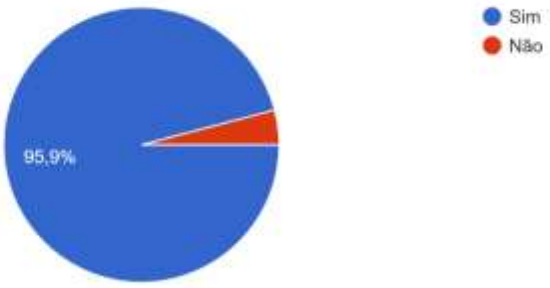
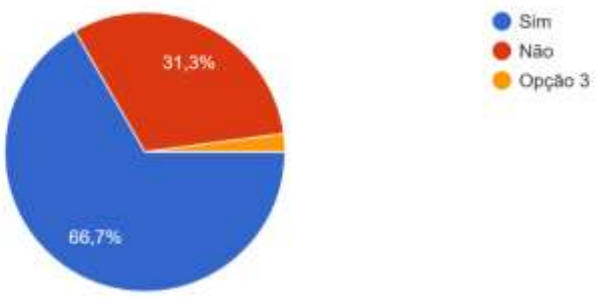


Figura 9: Resultados para "Caso sim, os recursos tecnológicos disponíveis foram suficientes para apoiar os estudos remotos?"



Possíveis efeitos na saúde mental.

A pergunta sobre a necessidade de psicoterapia durante o ensino remoto, apresentada na Figura 10, revela que 60% dos estudantes não julgaram precisar de acompanhamento psicológico, enquanto 18% já fizeram terapia e 22% iniciaram psicoterapia nesse período. Esses dados mostram que, apesar de a maioria não ter recorrido a um psicólogo, uma parcela expressiva sentiu a necessidade de suporte emocional, refletindo o impacto do ensino remoto e do isolamento social sobre a saúde mental dos estudantes.

Figura 10: Resultados para "Durante esse processo você precisou de um psicólogo para psicoterapia?"

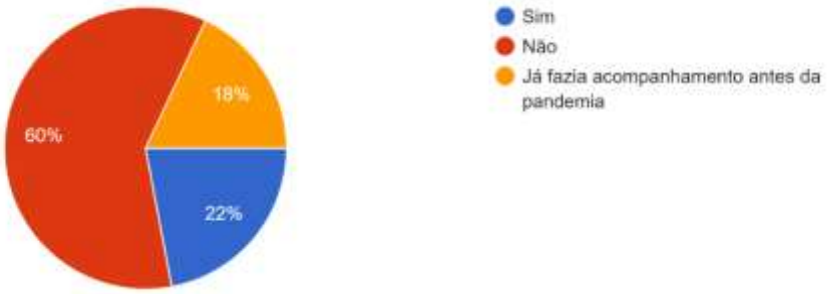
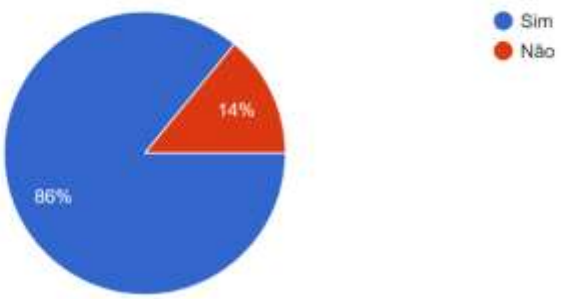


Figura 11: Resultados para "Durante a pandemia você notou alguma dificuldade em sua aprendizagem?"



Relatos sobre o período de isolamento social

Quando convidados a discorrer sobre sua percepção acerca do período de isolamento social decorrente da pandemia, 35 dos participantes apresentaram breves relatos. Já quando perguntados sobre os motivos que os levaram a procurar atendimento psicológico, entre aqueles que o fizeram, apenas 13 participantes compartilharam suas motivações. Tais respostas contemplaram principalmente os seguintes temas: Desafios/dificuldades para acompanhar os estudos; prejuízo na socialização com os pares e surgimento de sentimentos angustiantes. Os relatos apresentados a seguir exemplificam tais temáticas.

Foi um período bem conturbado. Sentia muita dificuldade em iniciar e manter interações sociais com pessoas desconhecidas, não conseguia fazer novas amizades. As aulas remotas eram um terror, não entendia nada, não conseguia manter minha atenção naquilo. Senti que perdi uma parte importante da minha graduação e da minha vida, os trotes, as novas amizades, o fascínio de uma coisa nova e importante.

Foi o pior ano da minha graduação. A qualidade do ensino caiu consideravelmente, assim como o meu rendimento nos estudos e capacidade de assimilação dos conteúdos. Tendo em vista que a graduação era em Direito e o último ano possui matérias importantíssimas inclusive para prestação do exame da Ordem, foi muito prejudicial.

Momentos tediosos, angustiosos e de tristeza (por uma morte na família pelo COVID)

Os relatos a seguir foram apresentados como resposta sobre a motivação para busca de assistência psicológica.

Houveram muitas mudanças já que o estresse em ter que ficar em casa e não poder sair devido ao vírus aumentou, além de ter que continuar trabalhando.

Um parente faleceu de Covid, precisei fazer para aprender a lidar com isso melhor

Durante a pandemia por estar em confinamento, me senti mais ansiosa dando resultados negativos nas terapias

DISCUSSÃO

A composição da amostra deste estudo aponta que os resultados são mais representativos de um recorte específico de estudantes universitários: jovens adultos (18 a 21 anos), de instituições privadas de ensino superior (94%) que vivenciaram o período de isolamento social decorrente da pandemia de COVID-19 com seus familiares no mesmo espaço físico (62%; 4 a 5 pessoas na mesma residência).

Para Pereira *et al.* (2020) os indivíduos que foram submetidos à privação social estão mais suscetíveis a apresentarem sintomas de sofrimento psíquico, como o estresse, ansiedade e depressão devido à falta de interação, fator importante no bem-estar psíquico da população. Os resultados deste estudo corroboram os apontamentos de Pereira e seus colaboradores (2020), considerando, como já mencionado previamente, as especificidades em relação ao recorte amostral da população de estudantes universitários. Os relatos da temática "prejuízos na socialização com os pares" podem ser elucidativos sobre a questão. Embora os jovens universitários tenham vivenciado o período do isolamento social na companhia de seus familiares, a ausência de interação com os pares, como ocorre com os colegas de curso no ambiente acadêmico, parece ter sido um impacto negativo ao bem-estar dos universitários. Nesse sentido, é válido refletir sobre os benefícios a jovens adultos proporcionados pela socialização em contextos universitários de forma presencial, mesmo em tempos de inegável avanço das interações *online*.

Sobre as mudanças na rotina e/ou dificuldades enfrentadas pelos jovens universitários em relação aos estudos, alguns pontos merecem destaque. Embora ampla maioria dos participantes tenham apontado dificuldades ou ainda piora em sua produtividade (80% da amostra), mais da metade dos discentes (56%) relatou maior facilidade especificamente no que se refere à realização das provas. Um fator que pode ser elucidativo à compreensão disso diz respeito ao uso da tecnologia para auxiliar a busca por respostas. Entre as tecnologias acessíveis aos estudantes estão as plataformas de

Inteligência artificial, que de forma muito intuitiva podem auxiliar os alunos na resolução de questões. Outro fator apontado consiste na própria comunicação entre os universitários no momento das avaliações. Diante disso, levanta-se o questionamento sobre os cuidados desenvolvidos pelas Instituições de ensino no sentido de coibir práticas como essas partindo da compreensão sobre a importância de preservar a segurança em momentos avaliativos, sobretudo em cursos de graduação, quando futuros profissionais estão sendo formados.

Em se tratando de uma amostra com maioria de estudantes de instituições privadas, o fator financeiro foi um ponto de análise. Parte dos estudantes precisou lidar, além de todos os enfrentamentos e cerceamentos característicos do contexto pandêmico, com a insegurança diante de um cenário de forte instabilidade econômica. Sobre o assunto, o Instituto SEMESP (2020) levantou que houve um aumento significativo nas inadimplências e dificuldades dos estudantes para se manterem matriculados devido ao cenário econômico decorrente da pandemia de COVID-19. Para a maioria dos participantes (72,3%) não foi possível manter os pagamentos em dia e parte deles (27,7%) precisaram ainda realizar algum tipo de negociação com sua instituição de ensino superior, o que, na prática, significou mais uma preocupação ou ainda, fator de estresse para os universitários.

Concluindo os aspectos relacionados a dificuldades enfrentadas pelos jovens universitários ressalta-se o acesso a recursos para acompanhar o curso no formato remoto. Embora a maioria dos estudantes (95,9%) tenha relatado ter tido acesso a recursos tecnológicos, uma parcela significativa (66,7%) não reconheceu tais recursos como suficientes para o acompanhamento de seus cursos de graduação na modalidade remota. Nesse sentido é válido refletir sobre os desafios enfrentados por universitários decorrentes da (in)adequação de ferramentas tecnológicas capazes de proporcionar um aprendizado eficiente. Isso evidencia a necessidade de melhorias na estrutura tecnológica e no suporte oferecido durante períodos de ensino remoto. Souza e Dainez (2020) ressaltam que o ensino emergencial impôs desafios à adaptação tecnológica, afetando a produtividade e a aprendizagem dos estudantes. Os resultados verificados neste estudo corroboram a análise desses autores, no sentido de que a falta de infraestrutura tecnológica adequada compromete a efetividade do aprendizado remoto, como ocorreu durante a pandemia. A análise sobre ‘o atendimento psicológico online’ dos estudantes investigados confirma que houve aumento da demanda por atendimento psicológico online nas universidades durante a pandemia, como um reflexo dos desafios emocionais enfrentados pelos

estudantes nesse período, conforme apontado por Correia *et al.* (2023). Os resultados deste estudo apontaram que parte dos universitários buscou psicoterapia durante a pandemia, ressaltando, assim, o quanto para alguns desses jovens o isolamento social trouxe consigo uma série de enfrentamentos, com impactos inclusive na saúde mental, que muitas vezes ultrapassaram suas possibilidades individuais de resolução de problemas. Segundo Correia *et al.* (2023), isso inseriu esses jovens numa parcela da população em geral com alguma demanda de saúde mental, ampliando ainda mais a necessidade de atuação de profissionais da Psicologia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo evidenciou alguns aspectos associados aos enfrentamentos vivenciados por uma parcela relevante da população brasileira: jovens adultos, graduandos de instituições privadas de ensino superior. Sobre tais enfrentamentos, os resultados mostraram o quanto a urgência na implantação do ensino remoto pode ter 'atropelado' os estudantes no sentido de não terem sido observadas nuances que, embora sutis, mostraram-se relevantes ao acompanhamento do curso por tais jovens. Um ensino remoto de qualidade parece estar além de conectar o estudante a uma rede de internet.

Além das ferramentas práticas, outras condições precisam ser consideradas para que garanta efetivamente um real acompanhamento e aproveitamento das aulas pelos estudantes. Questões de segurança e ética na realização de avaliações precisam ser pensadas, sobretudo no que se refere a formação de profissionais, que assistirão à sociedade, em suas mais diversas áreas de atuação.

Diversos aspectos associados à preservação da saúde mental de jovens universitários precisam ser considerados e planejados em contextos de privação de socialização presencial entre os pares, a qual, apesar dos inúmeros avanços tecnológicos que marcam a terceira década dos anos 2000, ainda não pôde ser plenamente substituída pela tecnologia.

Apesar de não se configurar uma amostra de relevância estatística, o presente estudo pode auxiliar no planejamento de pesquisas ou mesmo de planos de ação que visem investigar ou amenizar os efeitos tanto em relação ao aproveitamento dos cursos de graduação ou na saúde mental de universitários no contexto pós pandêmico.

REFERÊNCIAS

ARRUDA, E. P. Educação remota emergencial: elementos para políticas públicas na educação brasileira em tempos de Covid-19. *EmRede - Revista de Educação a Distância*, [S. l.], v. 7, n. 1, p. 257–275, 2020. DOI: 10.53628/emrede.v7i1.621. Disponível em: https://www.aunirede.org.br/revista/index.php/emrede/article/view/621. Acesso em: 24 set. 2024.

CORRÊA, R. P. *et al*. The perceptions of Brazilian postgraduate students about the impact of COVID-19 on their well-being and academic performance. *International Journal of Educational Research Open*, [S. l.], v. 3, p. 100185, 2022. DOI: 10.1016/j.ijedro.2022.100185. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666374022000619. Acesso em: 24 set. 2024.

CORREIA KCR, ARAÚJO JL de, BARRETO SRV, Bloc L, MELO AK, MOREIRA V. Saúde Mental na Universidade: Atendimento Psicológico Online na Pandemia da Covid-19. Psicol cienc prof [Internet]. 2023; 43:e245664. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1982-3703003245664. Acesso em 24 set 2024.

GONÇALVES, Nicole Cristina de Almeida *et al*. Pandemia do coronavírus e ensino remoto emergencial: percepção do impacto no bem-estar de universitários. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, Montevidéu, v. 11, n. 3, p. 26-39, 2021. Disponível em: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-70262021000300026&lng=es&nrm=iso. Acesso em: 24 set. 2024.

GUSSO, Hélder *et al*. Ensino superior em tempos de pandemia: diretrizes à gestão universitária. *Educação & Sociedade*, [online], v. 41, 2020, e238957. Disponível em: https://doi.org/10.1590/ES.238957. Acesso em: 19 set. 2024.

LUÍZ, Maria Eduarda Tomaz; MARTINS, Samara Escobar; MARINHO, Alcyane. Atuação docente no ensino superior: facilidades, dificuldades e perspectivas frente à covid-19. *Revista Brasileira de Educação*, [online], v. 28, 2023. Acesso em: 24 set. 2024.

PEREIRA, M. D.; OLIVEIRA, L. C. de; COSTA, C. F. T.; BEZERRA, C. M. de O.; PEREIRA, M. D.; SANTOS, C. K. A. dos; DANTAS, E. H. M. A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. Research, Society and Development, [S. l.], v. 9, n. 7, p. e652974548, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i7.4548. Disponível em: https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4548. Acesso em: 30 out. 2024.

SALVAGNI, Julice; WOJCICHOSKI, Nicole de Souza; GUERIN, Marina. Desafios à implementação do ensino remoto no ensino superior brasileiro em um contexto de pandemia. Educação por escrito. Porto Alegre, RS. Vol. 11, n. 2 (jul./dez. 2020), p. 1-12, 2020.

SCHMIDT, Beatriz; CREPALDI, Maria Aparecida; BOLZE, Simone Dill Azeredo; NEIVA-SILVA, Lucas; DEMENECH, Lauro Miranda. Saúde mental e intervenções psicológicas diante

da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). Estudos de Psicologia (Campinas), Campinas, v. 37, maio 2020. Fap UNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063.

SEIXAS, B. *et al*. Impacto do ensino remoto na saúde mental dos universitários durante a pandemia do COVID-19. Brazilian Journal of Global Health, [S. l.], v. 3, n. 12, p. 1-5, 2023.

SENHORAS, Elói Martins. Impactos da pandemia da covid-19 na educação. In: CONEDU, 7., 2020, Online. Anais [...]. Campina Grande: Editora Realize, 2020. p. 1-11. Disponível em: https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2020/TRABALHO_EV140_MD1_SA21_ID2775_01102020143743.pdf. Acesso em: 26 set. 2024.

SOUZA, Flavia Faissal de; DAINEZ, Débora. Educação Especial e Inclusiva em tempos de pandemia: o lugar de escola e as condições do ensino remoto emergencial. Práxis Educativa, Ponta Grossa , v. 15, e2016303, 2020 . Disponível em <http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-43092020000100169&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 20 set. 2024. Epub 10-Set-2020. https://doi.org/10.5212/praxeduc.v.15.16303.093.

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO. USP oferece subsídios para que estudantes mantenham atividades a distância, Jornal da USP, São Paulo, Disponível em https://jornal.usp.br/?p=312706. Acesso em: 20 set. 2024.

WALSH-MONTEIRO, André *et al*. Isolamento social e saúde mental de estudantes universitários latino-americanos na pandemia da COVID-19: revisão sistemática. *Psicologia e Saúde em Debate*, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 105–126, 2024. DOI: 10.22289/2446-922X.V10N1A7. Disponível em: http://www.psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/1077. Acesso em: 24 set. 2024.