



## Pandemia de COVID-19 e a saúde dos estudantes: análise da correlação entre psicopatologias e a síndrome de Burnout

*COVID-19 Pandemic and student health: analysis of the correlation between psychopathologies and Burnout syndrome*

**Francisco Iuri da Silva Martins<sup>1\*</sup>, Ana Lydia Costa Franco<sup>1</sup>, Gabriel Alves Desiderio<sup>1</sup>,  
Matheus de Sousa Nobre<sup>1</sup>, Gilvan Ferreira Felipe<sup>2</sup>, Jairo Domingos de Moraes<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> Instituto de Ciências da Saúde, estudante do curso de Farmácia, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Redenção (CE), Brasil.

<sup>2</sup> Instituto de Ciências da Saúde, doutor em Enfermagem, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Redenção (CE), Brasil.

<sup>3</sup> Instituto de Ciências da Saúde, doutor em Modelos de Decisão e Saúde, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Redenção (CE), Brasil.

\***Autor correspondente:** Francisco Iuri da Silva Martins – *E-mail:* iurimartins@aluno.unilab.edu.br

*Recebido em: 01 maio 2023*

*Aceito em: 04 julho 2023*

### RESUMO

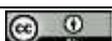
Analisar a correlação entre estresse, ansiedade e depressão com a síndrome de Burnout em estudantes de graduação de uma universidade pública federal. Trata-se de um estudo exploratório-descritivo, com abordagem quantitativa, que utilizou um questionário *on-line* para coleta de dados, que ocorreu entre dezembro de 2021 e março de 2022, disponibilizado por *e-mail*. Participaram 169 discentes, e a correlação entre as variáveis sociodemográficas e as dimensões estresse, ansiedade e depressão evidenciou que os brasileiros, principalmente as mulheres e praticantes de alguma religião, mostraram escores mais elevados. Quanto à síndrome de Burnout, notaram-se valores altos para as dimensões exaustão emocional e eficácia profissional, mas escores baixos para a dimensão descrença. Ao verificar-se a correlação entre a escala de ansiedade, depressão e estresse e a síndrome de Burnout, percebeu-se uma relação negativa entre seus domínios e a eficácia estudantil. Revelou-se também uma correlação entre a depressão e a exaustão emocional.

**Palavras-chave:** Ansiedade. Burnout. Depressão. Estresse psicológico.

### ABSTRACT

To analyze the correlation between stress, anxiety, and depression with the Burnout syndrome in undergraduate students at a federal public university. This is an exploratory-descriptive study, with a quantitative approach, which used an online questionnaire for data collection, which took place from December 2021 to March 2022, available by email. 169 students participated in the study, in which the correlation between sociodemographic variables and the dimensions stress, anxiety and depression showed that Brazilians, especially women and practitioners of some religion, showed higher scores. As for the Burnout syndrome, high values were observed for the emotional exhaustion and professional efficacy dimensions, but low scores for the disbelief dimension. When verifying the correlation between the anxiety, depression and stress scale and the Burnout syndrome, a negative relationship between its domains and student effectiveness was noticed. A correlation was also revealed between depression and emotional exhaustion.

**Keyword:** Anxiety. Burnout. Depression. Stress, psychological.



## **INTRODUÇÃO**

Na educação superior, as instituições de ensino foram mundialmente afetadas pela pandemia de COVID-19. As medidas de distanciamento físico levaram à necessidade de adaptações em diversos aspectos da vida cotidiana, incluindo a adoção do ensino remoto<sup>1</sup>. As mudanças impostas ocasionaram um declínio na saúde mental de estudantes universitários devido à suspensão das atividades acadêmicas<sup>2</sup>.

Na atualidade, o estresse, a ansiedade e a depressão são os transtornos mentais que mais afetam a população trabalhadora, em especial a classe universitária, assim como o Burnout, que, no contexto universitário, é um adoecimento mental fortemente ligado às condições de trabalho na vida acadêmica<sup>3,4</sup>. Nesse ambiente, os estudantes são mais suscetíveis do que a população de modo geral, afetando o bem-estar psicossocial, as relações interpessoais e o desempenho acadêmico, gerando sentimentos de inadequação pessoal e baixa autoestima. Somado a isso, a COVID-19 fez com que transtornos como esse crescessem no âmbito universitário, e, segundo a literatura, a depressão é um dos que mais acomete estudantes<sup>5</sup>.

Com a chegada da pandemia, os estudantes de graduação foram afetados por uma síndrome de “Burnout digital”, termo advindo da relação de tempo de exposição deles aos dispositivos tecnológicos, sejam para atividade de lazer, sejam para aprendizagem. As exigências e dificuldades no trabalho exerceram influência negativa na diminuição do envolvimento acadêmico, contribuindo para um previsível esgotamento mental<sup>6</sup>. Estudo exploratório realizado com estudantes portugueses para comparar os níveis de ansiedade, depressão e estresse nos períodos de 2018 e 2019 com o período de COVID-19 evidenciou um aumento significativo das tais perturbações psicológicas na era pandêmica em relação ao período normal, trazendo um impacto no ensino superior<sup>7</sup>.

Assim, considerando os desafios advindos da pandemia de COVID-19, bem como os impactos na saúde mental e efeitos no desenvolvimento acadêmico, o presente estudo teve como objetivo analisar a correlação entre estresse, ansiedade e depressão com a síndrome de Burnout em estudantes de graduação da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB).

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo exploratório-descritivo, com abordagem quantitativa, realizado por meio da coleta de dados. Utilizou-se um questionário *on-line*, o qual foi disponibilizado entre dezembro de 2021 e março de 2022 por meio da plataforma Google Formulários aos *e-mails* dos discentes dos cursos de graduação presencial da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), nos campi do Ceará.

Optou-se por conduzir o presente estudo de modo *on-line*, apesar do retorno das atividades presenciais na instituição, com o objetivo de mitigar a potencial propagação do vírus SARS-CoV-2, causador da COVID-19, devido à sua elevada taxa de disseminação e mortalidade. Tal medida foi adotada tendo em vista a ausência de imunização da totalidade da população estudantil à época. Além disso, nesse período houve intensa divulgação científica acerca dos sinais e sintomas da COVID-19, bem como suas formas de propagação, que também colaboraram na escolha de se conduzir a pesquisa nesse formato.

A UNILAB é uma instituição federal de ensino superior que visa à integração de estudantes brasileiros e da Comunidade dos Países de Língua Portuguesa, dispondo de campi em dois estados brasileiros (Ceará e Bahia) e variados cursos de graduação e programas de pós-graduação. Para a presente pesquisa, incluíram-se discentes de graduação presencial dos campi de Ceará que possuíam matrícula ativa, com idade maior ou igual a 18 anos e que concordassem em participar do estudo, assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos os estudantes afastados por motivo de licença ou atestado médico no período da coleta, bem como os que não responderam pelo menos 80% do questionário.

A amostra foi definida a partir do cálculo amostral para população finita, no qual considerou-se um nível de confiança de 95% e 5% de erro amostral. Também foi aplicada a técnica de amostragem estratificada a fim de elevar o nível de confiança do estudo. Assim, a partir desse cálculo, determinou-se um quantitativo de 350 alunos para integrar a pesquisa, todavia somente 169 participaram, os quais atendiam aos critérios estabelecidos. Salienta-se que os estudantes foram convidados de modo individual por *e-mail*, no formato lista oculta, solicitados junto à Diretoria de Registro e Controle Acadêmico (DRCA), no qual havia um *link* com o questionário e o TCLE.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da UNILAB, por meio da Plataforma Brasil, conforme parecer nº 5.148.754, e Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) nº 53128521.6.0000.5576. Além disso, seguiram-se ainda as

recomendações dos preceitos éticos da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde e da Declaração de Helsinki. Ressalta-se que no TCLE os estudantes foram informados sobre a natureza do trabalho, objetivos, métodos e os benefícios esperados, bem como potenciais riscos e possíveis incômodos.

A primeira parte do instrumento, utilizada para identificar a amostra, foi composta por itens relacionados à pandemia e ao curso de graduação na UNILAB. Para verificar os níveis de ansiedade, estresse e depressão, recorreu-se à Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21) de versão reduzida a 21 itens, a qual foi traduzida e adaptada para o Brasil por Ribeiro, Honrado e Leal<sup>8</sup>. Essa versão atribui 7 pontos para cada dimensão (ansiedade, depressão e estresse) por intermédio da escala de Likert de 0 a 1, sendo possível identificar o estado relativo à sua última semana.

Também destaca-se que a classificação dos escores por meio do grau de severidade foi determinada do seguinte modo: normal (ansiedade 0-7; depressão 0-9; estresse 0-14); leve (ansiedade 8-9; depressão 10-13; estresse 15-18); moderado (ansiedade 10-14; depressão 14-20; estresse 19-25); severo (ansiedade 15-19; depressão 21-27; estresse 26-33); e muito severo (ansiedade  $\geq 20$ ; depressão  $\geq 28$ ; estresse  $\geq 34$ )<sup>9</sup>.

Já para investigar Burnout, utilizou-se o instrumento *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI-SS)<sup>10</sup>, validado por Schaufeli *et al.* (2002)<sup>11</sup>. O MBI-SS é composto por três dimensões que correspondem à exaustão emocional (cinco questões), descrença (quatro questões) e eficácia profissional (seis questões), e as respostas variam em escala de Likert que vai de 1 (nunca) até 6 (todos os dias).

Ainda, para análise houve uma padronização dos escores, somando-se de início as pontuações de cada resposta das dimensões para posteriormente ser subtraídas pela soma dos valores mínimos de cada dimensão e, por fim, ser divididas pela diferença da soma dos valores máximos e a soma dos valores mínimos de cada dimensão. Assim como Bianchi, Schonfeld e Laurent<sup>12</sup>, categorizaram-se as dimensões em níveis baixos e altos, e estudantes com escores padronizados até 50% foram classificados como baixos, ao passo que aqueles com escores acima de 50%, altos. Todavia, adotou-se como indicativo de síndrome de Burnout o cenário em que o estudante apresenta ao mesmo tempo altos níveis de exaustão emocional e descrença, bem como baixos níveis de eficácia profissional.

Para análise dos dados, estes primeiramente foram armazenados em uma planilha do *Microsoft Excel*® 2019 e em seguida exportados para o pacote estatístico *IBM - SPSS 22.0* e realizadas todas as análises estatísticas. Foram obtidas médias e porcentagens das correlações

entre as variáveis sociodemográficas e as três dimensões do EADS-21, e entre as três dimensões do MBI-SS com a classificação alto e baixo. Por fim, foi aplicado o teste de correlação de Spearman a fim de verificar a associação e as significâncias entre os dados do MBI-SS e do EADS-21.

## **RESULTADOS**

Um total de 169 estudantes de graduação presencial da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira integraram este estudo. Ao se analisarem os aspectos sociodemográficos, constatou-se que a maioria dos participantes ( $n = 131$ ; 77,5%) era de nacionalidade brasileira, e o sexo feminino, o mais prevalente (56,8%). Além disso, verificou-se que 66,2% possuíam alguma prática religiosa, e 67,4% não faziam uso de bebidas alcoólicas. Em relação ao progresso acadêmico, 49,7% encontravam-se entre o primeiro e o terceiro semestre de curso e apresentavam um Índice de Desenvolvimento Estudantil (IDE) superior a 7, conforme demonstrado na Tabela 1.

Os resultados revelam que a correlação entre as variáveis e a dimensão estresse do EADS-21 indicaram que os estudantes estrangeiros, apesar de não serem a maioria da população do estudo, possuíam índices de normalidade melhores do que os brasileiros, ou seja, enquadrando-se menos nos escores mais agravantes da classificação do instrumento ( $p$ -valor = 0,001), como observado na Tabela 1.

Além disso, outras variáveis também apresentaram resultados preocupantes quando relacionadas aos escores severo e muito severo na dimensão estresse do EADS-21, como sexo ( $p$ -valor = 0,015) com 20,1% dos estudantes entre severo e muito severo; desses, 10,7% eram mulheres. Em consonância, cerca de 11,7% e 11,9%, respectivamente, dos indivíduos que não praticavam alguma religião ( $p$ -valor = 0,001) ou não faziam uso de bebida alcoólica ( $p$ -valor = 0,014) também se enquadraram nos dois escores de severidade (Tabela 1).

Somado a isso, a variável confirmação ou suspeita de COVID-19 ( $p$ -valor = 0,021) apontou maior número de indivíduos entre os parâmetros moderado e muito severo (23,7%) entre os que tiveram confirmação ou suspeita da doença em comparação aos que responderam não ter tido contato com a doença (10%), mesmo sendo a maioria. Tais dados revelam maior grau de estresse associado àquelas pessoas com a possibilidade da doença ou confirmação dela (Tabela 1).

**Tabela 1.** Classificação da dimensão estresse (EADS-21) de estudantes do ensino superior correlacionada a variáveis sociodemográficas, UNILAB, Ceará, 2022

Variáveis	EADS-21 – Estresse											p-valor
	Normal		Leve		Moderado		Severo		Muito severo			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
<b>Semestre de curso</b>	1º ao 3º	52	30,8	6	3,6	13	7,7	6	3,6	7	4,1	0,380
	4º ao 6º	24	14,2	4	2,4	5	3,0	7	4,1	4	2,4	
	7º em diante	21	12,4	5	3,0	5	3,0	9	5,3	1	0,6	
<b>IDE</b>	< 7	2	1,2	0	0	1	0,6	1	0,6	1	0,6	0,186
	> 7	68	40,2	13	7,7	20	11,7	20	11,8	9	5,3	
	Não respondeu	27	16,0	2	1,2	2	1,2	1	0,6	2	1,6	
<b>Nacionalidade</b>	Brasileira	62	36,7	14	8,3	23	13,6	20	11,8	12	7,1	0,001*
	Estrangeira	35	20,7	1	0,6	0	0	2	1,2	0	0	
<b>Sexo</b>	Feminino	48	28,4	10	5,9	20	11,8	13	7,7	5	3,0	0,015*
	Masculino	49	29,0	5	3,0	3	1,8	9	5,3	7	4,1	
<b>Prática religiosa</b>	Sim	77	45,6	8	4,7	12	7,1	9	5,3	6	3,6	0,001*
	Não	20	11,8	7	3,6	11	6,5	13	7,7	6	3,6	
<b>Uso de bebida alcoólica</b>	Sim	22	13,0	6	3,6	13	7,7	8	4,7	6	3,6	0,014*
	Não	75	44,4	9	5,3	10	5,9	14	8,3	6	3,6	
<b>Confirmação ou suspeita de COVID-19</b>	Sim	45	26,6	8	4,7	16	9,5	13	7,7	11	6,5	0,021*
	Não	52	30,8	7	4,1	7	4,1	9	5,3	1	0,6	
<b>Quebrou o distanciamento social</b>	Sim	14	8,3	3	1,8	3	1,8	3	1,8	1	0,6	0,512
	Não	46	27,2	5	3	10	5,9	5	3	7	4,1	
	Moderado	37	21,9	7	4,1	10	5,9	14	8,3	4	2,4	

\* Correlação significativa.

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

Quanto à dimensão ansiedade, os estudantes estrangeiros apresentaram menores índices se comparados com os brasileiros – a maioria ficou entre os escores moderado a muito severo (43,7%); porém, diferentemente da dimensão do estresse, houve discentes que se enquadravam em todas as classificações. Somado a isso, 67,4% dos participantes que relataram não fazer uso de bebida alcoólica possuíam ansiedade em algum nível de leve a muito severo (p-valor = 0,014). Consoante a dimensão de estresse, os estudantes com confirmação ou suspeita de COVID-19 exibiram maior possibilidade de se enquadrar nos parâmetros moderado (7,1%), severo (11,2%) e muito severo (20,7%) quando comparados aos que responderam não a essa variável (Tabela 2).

**Tabela 2.** Classificação da dimensão ansiedade (EADS-21) de estudantes do ensino superior correlacionada a variáveis sociodemográficas, UNILAB, Ceará, 2022

Variáveis	EADS-21 – Ansiedade											p-valor
	Normal		Leve		Moderado		Severo		Muito severo			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
<b>Semestre de curso</b>	1º ao 3º	41	24,3	8	4,7	9	5,3	17	10,1	9	5,3	0,266
	4º ao 6º	15	8,9	1	0,6	10	5,9	9	5,3	9	5,3	
	7º em diante	14	8,3	4	2,4	7	4,1	11	6,5	5	3	
<b>IDE</b>	< 7	1	0,6	1	0,6	1	0,6	0	0	2	1,2	0,064
	> 7	52	30,8	7	4,1	19	11,2	35	20,7	17	10,1	
	Não respondeu	17	10,1	5	3	6	3,6	2	1,2	4	2,4	
<b>Nacionalidade</b>	Brasileira	47	27,8	10	5,9	20	11,8	32	18,9	22	13	0,035*
	Estrangeira	23	13,6	3	1,8	6	3,6	5	3	1	0,6	
<b>Sexo</b>	Feminino	35	20,7	7	4,1	16	9,5	23	13,6	15	8,9	0,609
	Masculino	35	20,7	6	3,6	10	5,9	14	8,3	8	4,7	
<b>Prática religiosa</b>	Sim	53	31,4	9	5,3	17	10,1	22	13	11	6,5	0,130
	Não	17	10,1	4	2,4	9	5,3	15	8,9	12	7,1	
<b>Uso de bebida alcoólica</b>	Sim	14	8,3	6	3,6	7	4,1	19	11,2	9	5,3	0,012*
	Não	56	33,1	7	4,1	19	11,2	18	10,7	14	8,3	
<b>Confirmação ou suspeita de COVID-19</b>	Sim	29	17,2	7	4,1	14	8,3	25	14,8	18	10,7	0,013*
	Não	41	24,3	6	3,6	12	7,1	12	7,1	5	3	
<b>Quebrou o distanciamento social</b>	Sim	11	6,5	2	1,2	5	3,0	5	3,0	1	0,6	0,397
	Não	35	20,7	6	3,6	9	5,3	11	6,5	12	7,1	
	Moderado	24	14,2	5	3,0	12	7,1	21	12,4	10	5,9	

\* Correlação significativa.

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

A dimensão depressão, por sua vez, trouxe bastante preocupação tendo em vista a alta prevalência de estudantes nos piores índices do EADS-21 (severo e muito severo). Boa parte dos discentes com o Índice de Desenvolvimento Estudantil (IDE) acima de 7 apresentou depressão em um estágio “normal”, ou seja, conseguiam manejar de maneira a reduzir os danos e realizar bem suas atividades; porém, cerca de 36,7% expressaram-se nos índices severo e muito severo (p-valor = 0,003) (Tabela 3).

Quanto ao sexo, os indivíduos masculinos apresentaram melhores e maiores valores nos parâmetros de normalidade. Por outro lado, as mulheres exibiram proporcionalmente maior prevalência nos parâmetros moderado (11,8%), severo (11,2%) e muito severo (17,2%), sendo estatisticamente significativo (p-valor = 0,007). Congruente às Tabelas 1 e 2, os maiores resultados nos piores parâmetros (severo e muito severo) dessa dimensão somaram cerca de 32% entre os que responderam ter suspeita ou confirmação de COVID-19 (Tabela 3).

**Tabela 3.** Classificação da dimensão depressão (EADS-21) de estudantes do ensino superior correlacionada a variáveis sociodemográficas, UNILAB, Ceará, 2022

Variáveis	EADS-21 – Depressão											p-valor
	Normal		Leve		Moderado		Severo		Muito severo			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
<b>Semestre de curso</b>	1º ao 3º	26	15,4	6	3,6	21	12,4	11	6,5	20	11,8	0,067
	4º ao 6º	14	8,3	5	3,0	6	3,6	3	1,8	16	9,5	
	7º em diante	13	7,7	5	3,0	3	1,8	11	6,5	9	5,3	
<b>IDE</b>	< 7	1	0,6	0	0	1	0,6	0	0	3	1,8	0,003*
	> 7	41	24,3	8	4,7	19	11,2	22	13,0	40	23,7	
	Não respondeu	11	6,5	8	4,7	10	5,9	3	1,8	2	1,2	
<b>Nacionalidade</b>	Brasileira	30	17,8	10	5,9	25	14,8	22	13,0	44	26,0	0,001*
	Estrangeira	23	13,6	6	3,6	5	3,0	3	1,8	1	0,6	
<b>Sexo</b>	Feminino	20	11,8	8	4,7	20	11,8	19	11,2	29	17,2	0,007*
	Masculino	33	19,5	8	4,7	10	5,9	6	3,6	16	9,5	
<b>Prática religiosa</b>	Sim	44	26,0	13	7,7	19	11,2	15	8,9	21	12,4	0,002*
	Não	9	5,3	3	1,8	11	6,5	10	5,9	24	14,2	
<b>Uso de bebida alcoólica</b>	Sim	11	6,5	3	1,8	9	5,3	11	6,5	21	12,4	0,034*
	Não	42	24,9	13	7,7	21	12,4	14	8,3	24	14,2	
<b>Confirmação ou suspeita de COVID-19</b>	Sim	21	12,4	6	3,6	12	7,1	19	11,2	35	20,7	0,001*
	Não	32	18,9	10	5,9	18	10,7	6	3,6	10	5,9	
<b>Quebrou o distanciamento social</b>	Sim	9	5,3	4	2,4	2	1,2	6	3,6	3	1,8	0,084
	Não	28	16,6	4	2,4	11	6,5	11	6,5	19	11,2	
	Moderado	16	9,5	8	4,7	17	10,1	8	4,7	23	13,6	

\* Correlação significativa.

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

Em adição à análise do impacto na saúde dos estudantes, a síndrome de Burnout foi avaliada de acordo com a classificação nas três dimensões do MBI-SS, apresentando valores mais altos em exaustão emocional (65,1%) e eficácia profissional (73,4%), e baixo em descrença (71,6%) (Tabela 4).

**Tabela 4.** Amostra segundo a classificação do MBI-SS, UNILAB, Ceará, 2022

Classificação	Exaustão emocional		Descrença		Eficácia profissional	
	N	%	N	%	N	%
<b>Baixo</b>	59	34,9	121	71,6%	45	26,6
<b>Alto</b>	110	65,1	48	28,4	124	73,4

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

Por fim, pode-se observar que a correlação de Spearman demonstrou uma relação negativa e significativa entre os domínios do EADS-21 e a eficácia estudantil. Em contrapartida, os demais domínios do MBI-SS em relação as dimensões do EADS-21 revelaram uma correlação mais forte entre a depressão e a exaustão emocional (Tabela 5).

**Tabela 5.** Correlações entre estresse, ansiedade, depressão (EADS-21) e a síndrome de Burnout, UNILAB, Ceará, 2022

Burnout/EADS-21	Ansiedade	Estresse	Depressão
Exaustão emocional	0,468**	0,424**	0,478**
Descrença	0,312**	0,450**	0,449**
Eficácia estudantil	-0,292**	-0,290**	-0,234**

\*\* Correlação significativa ao nível de 1% – Spearman.

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

## DISCUSSÃO

O presente estudo buscou analisar a correlação entre estresse, ansiedade e depressão (EADS-21) e a síndrome de Burnout em contexto pandêmico, e identificou que houve impactos significativos à saúde dos estudantes de graduação da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira.

Conforme a correlação entre as variáveis e as dimensões estresse, ansiedade e depressão do EADS-21, constatou-se que os discentes estrangeiros possuem índices de normalidade melhores do que os brasileiros, uma vez que foi menor o número dos que apresentam escores leve, moderado, severo e muito severo para estresse, ansiedade e depressão foi inferior. Observaram-se os mesmos achados na literatura, em que os referidos níveis em estudantes universitários brasileiros foram elevados no período pandêmico; embora os autores não tenham avaliado tal comparação, discutiu-se que os níveis extremos das desigualdades no país colaboraram para um impacto negativo na população durante a pandemia<sup>13</sup>.

Além disso, quanto à correlação entre as variáveis e as dimensões estresse e depressão do EADS-21, notou-se que as mulheres, em relação aos homens, sinalizaram níveis mais elevados nos escores leve, moderado e severo de estresse, além de a metade desse público apresentar algum nível de depressão. Esse resultado se assemelha aos achados do estudo realizado por Maia e Dias<sup>7</sup>, que comparou o período pandêmico e o normal, no qual o sexo feminino, em ambos os períodos, apresentou subescalas de estresse superiores aos homens. Já Silva *et al.*<sup>13</sup> avaliaram o impacto da pandemia de COVID-19 na qualidade de vida dos estudantes de odontologia, observando que entre as mulheres os níveis de depressão eram significativamente maiores do que os homens.

Para Scorsolini-Comin *et al.*<sup>14</sup>, a prática religiosa pode ser empregada, de modo individual ou coletiva, como um recurso na tentativa de compreender e até mesmo enfrentar e

diminuir os acometimentos do vírus Sars-CoV-2, causador da COVID-19. O presente estudo identificou que a maioria dos estudantes adeptos da referida prática apresentam níveis de estresse normais, mas algum nível de depressão, o que contrasta com o que foi apontado pelo autor supracitado.

Araújo<sup>15</sup> pontua que, devido às consequências impostas pela pandemia de COVID-19, como estresse, ansiedade e depressão, o consumo de bebidas alcoólicas foi fortemente incitado. A presente pesquisa apontou que mais da metade dos estudantes que fazem tal consumo mostraram algum nível de estresse, ansiedade e depressão. Tal constatação estimula que novos estudos se proponham a analisar a influência direta e indireta da pandemia nesse comportamento pelos indivíduos, uma vez que o consumo sem moderação de bebidas alcoólicas não é somente prejudicial à saúde fisiológica deles, mas também ao seu funcionamento em sociedade.

Ainda, percebeu-se maior grau de estresse, ansiedade e depressão associados aos estudantes com a possibilidade ou confirmação da COVID-19, o que pode ter sido gerado pelo acompanhamento global da situação do cenário pandêmico, do número de internações e óbitos acometidos pela doença. Hossain, Sultana e Purohit<sup>16</sup> conceituam que durante as pandemias o surgimento de sintomas psicológicos nos indivíduos é expressivo, além de agravar condições preexistentes principalmente pelos fatores citados anteriormente.

De acordo com Algazal *et al.*<sup>17</sup>, o cenário pandêmico aumentou indiscutivelmente o índice de depressão entre os estudantes universitários. Isso corrobora os achados do presente estudo, em que essa dimensão mostrou bastante preocupação, posto que apresentou alta prevalência de indivíduos nos piores índices do EADS-21.

Foi possível constatar ainda que mais da metade dos estudantes com IDE acima de 7 foram atrelados a algum nível de depressão, dos quais 23,7% em grau muito severo. O estudo acima aponta também que o desempenho acadêmico nesse período também representou um fator determinante no aumento do índice de depressão, uma vez que cresceu o número de demandas com exercícios e videoaulas por parte das disciplinas, elevando a preocupação financeira quanto às suas mensalidades para aqueles estudantes de instituições particulares<sup>17</sup>.

No tocante à síndrome de Burnout, pesquisa realizada por Amaral *et al.*<sup>18</sup> constatou que os estudantes não possuíam a síndrome, apresentando um nível baixo para exaustão emocional e realização profissional, além de um nível alto para descrença. De contraponto, o presente estudo evidenciou que os discentes de graduação da UNILAB sinalizaram valores mais altos em exaustão emocional e eficácia profissional, entretanto com escores baixo em descrença. Isso

mostra que mesmo que eles estivessem esgotados emocionalmente, a certeza da eficácia do seu esforço existia e contribuía para a realização pessoal e acadêmica.

O estudo apontou também uma relação negativa e significativa entre os domínios do EADS-21 e a eficácia estudantil. Os resultados foram inversamente proporcionais, uma vez que quando o estresse, a ansiedade e a depressão aumentam, a eficácia estudantil tende a diminuir. Segundo Freitas *et al.*<sup>19</sup>, a capacidade de o estudante se integrar ao ensino superior, como também de se adaptar aos processos cognitivos, sociais e afetivos, resulta em um bom desempenho acadêmico. Considerando-se os desafios impostos pela pandemia e a transição para um ensino remoto, esse processo foi limitado e acrescido de maior dificuldade, bem como desfavoreceu as oportunidades de desenvolvimento pessoal, social e profissional, levando os discentes a maior prevalência de sintomas de ansiedade, estresse e depressão no referido período. O presente estudo aponta esse cenário como responsável por reduzir a eficácia estudantil.

A duração prolongada do isolamento social, somado à falta de convívio com os colegas e amigos, e o medo de ser infectado tornaram-se aspectos desmotivadores impostos pela pandemia que prejudicaram a trajetória estudantil dos discentes de graduação da UNILAB. Isso porque quando se pensa em processo de aprendizagem, os indivíduos que se mostram motivados são capazes de geri-la, tornando-se assim aptos a controlar, regular e avaliar essa fase formativa<sup>20</sup>.

No presente estudo evidenciou-se uma correlação mais forte entre a depressão e a exaustão emocional, assemelhando-se aos achados de Ernst *et al.*<sup>21</sup>, que perceberam uma relação moderadamente forte. Além disso, os autores sugerem que Burnout e a depressão estão intimamente relacionadas, apesar de ambas apresentarem características únicas; assim, a partir dessas evidências, Burnout não deve ser considerada uma síndrome unificada, mas sim multifatorial. Estudo realizado por Pokhrel, Khadayat e Tulachan<sup>22</sup> com estudantes de medicina de Nepal revelou alta prevalência de depressão, ansiedade e Burnout, e a depressão foi significativamente relacionada à exaustão emocional, o que corrobora os achados do presente estudo.

Dessa forma, observou-se uma relação significativa entre os domínios da Escala de Ansiedade, Depressão e Stress e a síndrome de Burnout durante o período pandêmico causado pelo vírus Sars-CoV-2 em estudantes do ensino superior. Não obstante, o presente estudo ainda lançou luz para outras questões a respeito do estresse, ansiedade e depressão e a Síndrome de Burnout no que se caminha para o período pós-pandêmico, estudando o impacto da COVID-19

em seus diferentes períodos à saúde dos acadêmicos. Ademais, destaque-se que traçar possíveis estratégias de políticas afirmativas no âmbito da saúde mental para os estudantes universitários é de suma importância, principalmente as voltadas à ampliação do potencial de saúde, tanto de modo individual, quanto coletivo, e à redução das vulnerabilidades e riscos à saúde decorrentes dos diversos determinantes impostos pela pandemia.

O estudo limitou-se quanto ao público-alvo, uma vez que o quantitativo de estudantes respondentes foi menor do que o previsto da amostra. Com essa população restrita, limita-se a generalização dos resultados para um grupo maior de pessoas, além de ter sido realizado em um local específico, pois as características socioeconômicas, culturais e demográficas da população podem variar entre diferentes regiões. Outro fator importante que impede a generalização dos resultados está relacionado ao questionário autoaplicável, no qual os participantes podem interpretar as perguntas de maneiras diferentes.

Entretanto, o presente estudo se fez importante, uma vez que mostra o impacto da COVID-19 à saúde mental, podendo desencadear psicopatologias como estresse, ansiedade e depressão. Além disso, ajuda a identificar um grupo específico que foi diretamente impactado, bem como estimular a conscientização pública sobre a relevância da saúde mental e seu acompanhamento durante uma pandemia e a reabilitação após ela. Ainda, a partir da redução dos índices de morbimortalidade relacionados à pandemia, advinda da realização de campanhas de vacinação, tornou-se possível o retorno das atividades universitárias. Isso sugere a continuidade de estudos em saúde, a fim de se obterem dados atualizados a respeito do caminhar da saúde e bem-estar dos acadêmicos pós-pandemia.

## **CONCLUSÃO**

Com base nos achados, o presente estudo revelou que a pandemia de COVID-19 impactou significativamente a saúde e a qualidade de vida de estudantes universitários, sobretudo no que tange aos parâmetros evidenciados de estresse, ansiedade, depressão e síndrome de Burnout. Por conseguinte, as correlações positivas entre as variáveis do MBI-SS e EADS-21 mostraram que, em suma, tais resultados exprimiram a vulnerabilidade à qual os discentes estiveram expostos no sentido de desenvolver traços de estresse, ansiedade, depressão e até mesmo síndrome de Burnout em resposta aos estressores do período pandêmico, e como os seus efeitos deletérios puderam estar associados ao seu rendimento acadêmico.

Recomenda-se que novos trabalhos busquem averiguar a temática de modo detalhado – uma vez que a pandemia de COVID-19 foi um período atípico ao cotidiano dos discentes – com o intuito de entender os efeitos impostos por esse evento. Vale lembrar que alguns deles já estão disponíveis na literatura. Além disso, incita-se a realização de metodologias por parte das Instituições de Ensino Superior que procurem minimizar as consequências causadas pela COVID-19 na vida dos estudantes, para que assim possam ser reduzidos os impactos dela ao psicológico dessa população.

## AGRADECIMENTOS

Os agradecimentos se dirigem ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica, à Pró-Reitora de Pesquisa e Pós-Graduação da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira e à referida instituição, pelo financiamento da pesquisa. Também se estendem ao Grupo de Pesquisa e Estudos em Saúde Pública, pelos ensinamentos que permitiram o desenvolvimento do estudo.

## REFERÊNCIAS

1. Gusso HL, Archer AB, Luiz FB, Sahão FT, Luca GG, Henklain MHO, *et al.* Ensino superior em tempos de pandemia: diretrizes à gestão universitária. *Educação & Sociedade.* 2020; 41:e238957. doi: <https://doi.org/10.1590/ES.238957>
2. Rodrigues BB, Cardoso RRJ, Peres CHR, Marques FF. Aprendendo com o imprevisível: saúde mental dos universitários e educação médica na pandemia de COVID-19. *Rev Bras Educ Med.* 2020; 44(supl. 1), e0149. doi: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200404>
3. Nunes BM, Pereira STF, Raad AJ, Milani SL. Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. *Rev Psi Org Trab.* 2019; 19(1):564-70. doi: <https://doi.org/10.17652/rpot/2019.1.15417>
4. Siqueira JS. Burnout acadêmico e estresse autopercebido em universitários da saúde [trabalho de conclusão de curso] [Internet]. Santa Cruz: Universidade Federal do Rio Grande do Norte; 2022 [citado em 1 jun. 2023]. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/49671>
5. Costa DS, Medeiros NSB, Cordeiro RA, Frutuoso ES, Lopes JM, Moreira SNT. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de Medicina e estratégias institucionais de enfrentamento. *Rev Bras Educ Med.* 2020; 44(1):e040. doi: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190069>

6. Franco MIM. O efeito do burnout digital no envolvimento acadêmico dos estudantes universitários [dissertação] [Internet]. Lisboa: Universidade de Lisboa; 2022 [citado em 1 jun. 2023]. Disponível em: <https://www.repository.utl.pt/handle/10400.5/27425>
7. Maia BR, Dias PC. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Est Psicol.* 2020; 37:e200067. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>
8. Ribeiro JLP, Honrado AAJD, Leal IP. Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *Psicol Saúde & Doença* [Internet]. 2004 [citado em 1 jun. 2023]; 2:229-39. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=36250207>
9. Vignola RCB, Tucci AM. Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *J Affect Disord.* 2014; 155:104-9. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>
10. Carlotto MS, Nakamura AP, Câmara SG. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área. *Psico* [Internet]. 2006 [citado em 1 jun. 2023]; 37(1):57-62. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1412>
11. Schaufeli WB, Salanova M, González-romá V, Bakker AB. The Measurement of Engagement And Burnout: A Two Sample Confirmatory Fator Analytic Approach. *J Happiness Studies.* 2002; 3(1):71–92. doi: <https://doi.org/10.1023/A:1015630930326>
12. Bianchi R, Schonfeld IS, Laurent E. Physician burnout is better conceptualised as depression. *The Lancet.* 2017 Apr; 389(10077):1397-8. doi: [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(17\)30897-8](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(17)30897-8)
13. Silva TVS, Vieira LM, Cardoso AMR, Oliveira RVD. Qualidade de vida, ansiedade e depressão em estudantes de Odontologia na pandemia da COVID-19 e fatores relacionados. *Res Soc Develop.* 2021 Jul 13; 10(8):e34710817481. doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i8.17481>
14. Scorsolini-Comin F, Rossato L, Cunha VF, Correia-Zanini MRG, Pillon SC. A religiosidade/espiritualidade como recurso no enfrentamento da COVID-19. *Rev Enferm Centro-Oeste Mineiro.* 2020 Oct 23; 10:e3723. doi: <http://doi.org/10.19175/recom.v10i0.3723>
15. Araújo ELO. Estudo sobre o consumo de bebidas alcoólicas na pandemia de COVID-19 [trabalho de conclusão de curso] [Internet]. Goiânia: Universidade Federal de Goiás; 2022 [citado em 1 jun. 2023]. Disponível em: <https://repositorio.bc.ufg.br/handle/ri/21462>
16. Hossain MM, Sultana A, Purohit N. Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: A systematic umbrella review of the global evidence. *Epidemiol Health.* 2020 Jun 2; 42:e2020038. doi: <https://doi.org/10.4178/epih.e2020038>

17. Algazal MG, Caetano IRA, Bianchin JM, Cavicchioli FL. Depressão e efeitos da COVID-19 em universitários. *InterAm J Med Health*. 2021; 4:e202101014. doi: <https://doi.org/10.31005/iajmh.v4i.187>
18. Amaral FNL, Melo CS, Pinto LS, Sousa DS. Perfil de estilo de vida e prevalência de Síndrome de Burnout em estudantes da área da saúde de uma universidade particular em Santarém-PA durante a pandemia da COVID-19: um estudo transversal. *Res Soc Develop*. 2021; 10(14):e513101422772. doi: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i14.22772>
19. Freitas EO, Silva NR, Silva RM, Souto VT, Pinno C, Siqueira DF. Autoavaliação de estudantes universitários sobre seu desempenho acadêmico durante a pandemia da COVID-19. *Rev Gaúcha Enferm*. 2022; 43:e20210088. doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2022.20210088.pt>
20. Roque HY, Cañas LM, Alonso GS, Curay YCE. Estilos de aprendizaje y metas de logro en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19. *Texto Livre*. 2021; 14(2):e33988. doi: <https://doi.org/10.35699/1983-3652.2021.33988>
21. Ernst J, Jordan KD, Weilenmann S, Sazpinar O, Gehrke S, Paolercio F, *et al.* Burnout, depression and anxiety among Swiss medical students – A network analysis. *J Psychiatr Res*. 2021; 143:196-201. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.09.017>
22. Pokhrel NB, Khadayat R, Tulachan P. Depression, anxiety, and burnout among medical students and residents of a medical school in Nepal: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*. 2020; 20(1):298. doi: <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02645-6>