

A SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS BRASILEIROS DURANTE A PANDEMIA DO COVID – 19

Tainara Aparecida Pereira Diogo¹
Fabiana Vosgerau Trentini²

Resumo: O presente trabalho tem como objetivo identificar qual foi o impacto da pandemia do Covid-19 na saúde mental dos estudantes universitários brasileiros, portanto tem-se como recorte temporal o período compreendido entre os anos de 2020 à 2022. Trata-se de uma revisão bibliográfica, sendo assim realizou-se uma busca na plataforma online Google Acadêmico, chegando ao montante de 10 trabalhos que estavam de acordo com o objeto de estudo da pesquisa. Alguns estudos já demonstravam que ultimamente os estudantes universitários já vinham sendo diariamente impactados em sua saúde mental devido às inúmeros fatores portanto buscou-se pesquisar qual foi o impacto da pandemia nesses sujeitos.

Palavras-chaves: Saúde mental. Pandemia. Universitários. Covid-19.

MENTAL HEALTH OF UNIVERSITY STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Abstract: The present work aims to identify the impact of the Covid-19 pandemic on the mental health of Brazilian university students, therefore, the period between 2020 and 2022 is used as a time frame. , thus, a search was carried out on the Google Scholar online platform, reaching the amount of 10 works that were in accordance with the object of study of the research. Some studies have already shown that university students have been impacted on a daily basis in their mental health due to numerous factors, so we sought to research the impact of the pandemic on these subjects.

Keywords: Mental health. Pandemic. College students. Covid-19.

1. INTRODUÇÃO

A abordagem do tema vem através de estudos sobre uma pandemia que atingiu o mundo inteiro e com isso trouxe consequências, na saúde física e mental da maioria das pessoas. Com ênfase na saúde mental dos estudantes universitários brasileiros onde adaptaram-se a uma nova rotina, distanciamento e isolamento social, quarentena, lockdown, provas e trabalhos no modo remoto, com medo de não se

¹Acadêmica do 8º Período do Curso de Bacharelado em Serviço Social do Centro Universitário Santa Amélia - Unisecal. E-mail: tai_diogo@hotmail.com

² Orientadora e docente do Curso de Bacharelado em Serviço Social do Centro Universitário Santa Amélia – Unisecal. Mestre em Ciências Sociais Aplicadas pela Universidade Estadual de Ponta Grossa - UEPG. E-mail: fabiana.trentini@unisecal.edu.br

adaptarem a nova realidade. Durante a pandemia os sofrimentos mentais como ansiedade, depressão e alcoolismo aumentaram em quase 100% dos casos, demonstrados nos estudos pesquisados.

Sendo assim o objetivo deste trabalho é discutir sobre o impacto da pandemia do Covid-19 na saúde mental dos universitários, através de leituras de artigos encontrados. Com objetivos específicos trazendo as causas do aumento de transtornos mentais em universitários e o contexto do que foi à pandemia de Covid-19.

Em dezembro de 2019, em Wuhan, na China, teve início à um vírus chamado coronavírus, que se espalhou em diversos países do mundo, caracterizando um grande problema de saúde pública. Em março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou o coronavírus ou Covid-19 como uma pandemia. Esse termo refere-se à distribuição geográfica de uma doença, reconhecendo que existem surtos de Covid-19 em vários países e regiões do mundo. (GUNDIM *et al*, 2020).

Covid-19 é o nome dado à infecção causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2) e apresenta dentre os principais sintomas: a febre alta, o cansaço e a tosse seca. Outros sintomas também apresentados são: dores, congestão nasal, dor de cabeça, conjuntivite, dor de garganta, diarreia, perda de paladar ou olfato e erupção cutânea na pele ou descoloração dos dedos das mãos ou dos pés. Geralmente os sintomas são leves e começam gradualmente. Entretanto, aqueles que desenvolvem a forma grave da doença, caracterizada como Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG), têm maiores chances de internações e mortalidade. (GUNDIM *et al*, 2020).

A pandemia de Covid-19 e as respectivas medidas de contenção não são os únicos fatores de risco que geraram um estado de estresse e ansiedade nos estudantes universitários. Alguns dos alunos já têm histórico psiquiátrico, vivem em ambiente familiar conturbado, agravando-se com as medidas de isolamento social. O bem-estar da população universitária diminuiu gradualmente enquanto as medidas de isolamento foram se intensificando. Consequentemente os efeitos negativos foram observados nos níveis de ansiedade ou nas pontuações de solidão. As mudanças nos altos picos de depressão correlacionam-se fortemente com as mudanças nos sintomas de ansiedade e bem-estar. (EVANS, 2021 apud SUNDE, 2021 p.8).

Estudos mostraram que quanto maior o distanciamento social, maiores os

riscos de presença de sintomas psiquiátricos na população, incluindo humor deprimido, irritabilidade, ansiedade e insônia. (BROOKS, 2020 apud VIEIRA, 2021 p.18).

Alguns estudos indicavam já que a quarentena, em particular, foi gerando ou agravando sintomas psicopatológicos, com eventuais consequências a curto e longo-prazo na saúde mental dos indivíduos. Algumas destas pesquisas têm identificado sintomas de depressão, ansiedade, stress, sintomas de stress pós-traumático, confusão e raiva associados à situação de pandemia e inclusive, alguns casos de suicídios aparecem também, estar relacionados com o impacto da Covid-19. (FONSECA, 2020).

As reações psicológicas de crise podem incluir sentimentos de tristeza, medo, opressão, desamparo e raiva, além de dificuldades para se concentrar ou dormir. O medo de entrar em contato com outras pessoas, viajar em transporte público ou entrar em espaços públicos pode aumentar e algumas pessoas podem ter sintomas físicos, como o aumento da frequência cardíaca ou dor no estômago. Fora os cuidados com as máscaras, álcool em gel e sempre manter as mãos limpas. (GUNDIM *et al*, 2020).

Sendo assim o trabalho foi estruturado através de pesquisas bibliográficas na plataforma do Google Acadêmico, trazendo os estudos mais relevantes ao tema escolhido, explicando como a pandemia do Covid-19 afetou a saúde mental dos estudantes universitários brasileiros e quais foram os principais sintomas. A escolha pela temática decorre após vivenciar uma pandemia nunca vista antes e pela autora deste trabalho ser uma estudante universitária.

2. CONCEITO DE SAÚDE E SEUS DETERMINANTES

Quando pensamos em saúde, de maneira geral e no senso comum, podemos dizer que saúde é a ausência de doença, porém, a Organização Mundial de Saúde (OMS) define saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades” (PAIM *et al*, 1994). Saúde também é visto enquanto um direito social, inerente à condição de cidadania, que deve ser assegurado sem distinção de raça, de religião, ideologia política ou condição socioeconômica, a saúde é assim apresentada como um valor coletivo, um bem de

todos. Também é reconhecida como qualidade de vida, solidariedade, alegria de viver, gozo estético, prazer, energia e projeto de felicidade. (PAIM, et al, 1994)

O conceito de saúde, é reconhecido por diversos autores como equilíbrio entre corpo e mente, já a doença como sendo uma descompensação que persiste em diferentes cosmologias³. Nas culturas asiáticas, as noções de saúde e doença predominantes, ainda conservam o essencial das antigas tradições hipocrática e galênica da medicina. Acreditam em forças vitais que animam o corpo, quando essas forças operam de maneira harmoniosa, há saúde. Caso contrário, sobrevém a doença. As medidas terapêuticas desses sistemas médicos tradicionais têm por objetivo restaurar o fluxo normal de energia no corpo doente e recuperar o equilíbrio em sua relação com o ambiente. (ALMEIDA, 2000).

Aristóteles apresenta o binômio saúde-doença como ilustração de que opostos se encontram em contradição não necessariamente por serem um verdadeiro e outro falso. Para ele, dizer que "o homem é sadio" significa atribuir-lhe uma qualidade afirmativa, do mesmo modo, dizer "o homem é doente" também é atribuir-lhe uma qualidade afirmativa. Nesse sentido, "doente" e "não sadio" não querem dizer a mesma coisa. Assim, Aristóteles conclui que "por exemplo, saúde e doença são contrários, mas nem um nem outro é verdadeiro nem falso. [...] o bom é ao mesmo tempo bom e não mau" (ARISTÓTELES, 1985, p. 164).

Exposto brevemente o conceito de saúde, faz-se necessário destacar os determinantes sociais ou promotores da saúde ou a ausência dela.

De acordo com a definição da OMS, os determinantes sociais da saúde estão relacionados às condições que uma pessoa vive e trabalha. Fatores sociais, econômicos, culturais, étnicos/raciais, psicológicos e comportamentais influenciam na ocorrência de problemas de saúde e fatores de risco à população, convém destacar que moradia, alimentação, escolaridade, renda e emprego também influenciam a questão da saúde. (PAIM, 1994).

Atualmente no mundo é explícito os problemas de saúde decorrente da desigualdade social, pois além de doenças infecciosas como: Dengue, HIV e AIDS,

³ O que é cosmologia. Para os filósofos pré-socráticos desenvolveram uma cosmologia porque tentaram desvendar a verdadeira origem do Universo e a sua organização. A cosmologia é o estudo da origem e da composição do Universo (cosmos, em grego). A cosmologia estuda o Universo, a sua organização e a sua origem.

Tuberculose, Leptospirose, há as doenças crônicas não transmissíveis como: obesidade, hipertensão, diabetes e problemas cardiovasculares. (PAIM, 1994)

Exposto o conceito de saúde e os determinantes sociais que influenciam o processo saúde/doença e como é importante o equilíbrio entre corpo e mente, a seguir iremos abordar o conceito de saúde mental.

3. CONCEITO DE SAÚDE MENTAL

A saúde mental além de estar relacionada a fatores sociais, econômicos, culturais, étnicos/raciais, questões psicológicas e comportamentais, também está relacionada à forma como cada pessoa reage as exigências da vida e ao modo como conduz seus desejos, ideias e emoções. De acordo com o Governo do Estado (PARANÁ, 2000) ter saúde mental é “estar bem consigo mesmo e com os outros, saber lidar com as exigências da vida, com as emoções, decepções, reconhecendo seus limites e buscando ajuda quando necessário”. (PARANÁ,2000)

O termo saúde mental é amplamente utilizado em legislações ou políticas governamentais, como designação de serviços da saúde voltados para a saúde mental, também aparece em manuais e cartilhas sobre saúde mental nos âmbitos federais, estaduais e municipais, em artigos científicos, em livros, nos meios de comunicação, dentre outros, porém durante a pesquisa sobre o conceito não há o que, de fato, signifique saúde mental.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde mental é um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a sua comunidade. A saúde mental implica muito mais que a ausência de doenças mentais. (BRASIL, 2017, s/p.)

Sobre como manter a saúde mental, o Ministério da Saúde orienta

Jamais se isole; Consulte o médico regularmente; Faça o tratamento terapêutico adequado; Mantenha o físico e o intelectual ativos; Pratique atividades físicas; Tenha alimentação saudável; Reforce os laços familiares e de amizades (BRASIL, 2020, s/p)

Manter uma boa comunicação/relação com as pessoas da família e com amigos é um dos princípios da relação interpessoal, ou seja, essa relação é o

resultado do desenvolvimento de diversas habilidades comportamentais, como a empatia, a atenção, o diálogo, a paciência e da troca de informações entre pessoas que convivem em família ou em determinado local. A forma de se relacionar varia de acordo com as emoções, as experiências vivenciadas e o contexto cultural de cada indivíduo, já que esses aspectos se refletem em sua saúde física e mental. (SEBRAE, 2021).

Manter a saúde física e mental em dia, é algo de suma importância para conseguir viver bem, porém com uma pandemia que afetou o mundo inteiro em diversos aspectos é complexo, mas o que seria essa pandemia?.

4. PANDEMIA DO COVID-19

Em dezembro de 2019 foi decretado estado de emergência na China, devido ao novo coronavírus (SARS-CoV-2), responsável pela pandemia de Covid-19, colocando a humanidade em uma grave crise sanitária global. Novos e numerosos casos surgiram rapidamente em países asiáticos, tais como Tailândia, Japão, Coreia do Sul e Singapura, seguindo para a Europa e demais continentes, em 30 de janeiro de 2020 a OMS decretou uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII). No momento, havia casos em 19 países, com transmissão entre humanos. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020).

No dia 11 de março de 2020, a OMS declarou a nova terminologia passando de coronavírus para Covid-19, sendo reconhecida como uma pandemia, o termo “pandemia” se refere à distribuição geográfica de uma doença. A designação reconhece que naquele momento, existiam surtos de Covid-19 em vários países e regiões do mundo. Nesta situação o status da doença se modificou, pela alta taxa de transmissão do vírus. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020).

Com o ocorrido da pandemia de Covid-19, afetou a população na saúde física e mental, isso mostra a problematização na vida das pessoas e principalmente dos universitários.

Com isso para o bem de todos foi decretado pelo governo federal brasileiro por meio da portaria nº 340, de 30 de março de 2020, estabelecendo medidas para o enfrentamento da emergência em Saúde Pública de importância nacional decorrente de infecção humana pelo novo coronavírus Covid-19. (BRASIL, 2020).

O isolamento social que acabou afetando a população, é a separação das pessoas doentes daquelas não infectadas com o objetivo de reduzir o risco de transmissão da doença. Para ser efetivo, o isolamento dos doentes requer que a detecção dos casos seja precoce e que a transmissibilidade viral daqueles assintomáticos seja muito baixa. No caso da Covid-19, em que existe um maior período de incubação, se comparado a outras viroses, a alta transmissibilidade da doença por assintomáticos limita a efetividade do isolamento de casos, como única ou principal medida, o isolamento social teve um forte impacto na educação. (KANG, 2020).

Esse cenário fez com que os gestores de faculdades e universidades colocassem em vigor as normas preconizadas pela Portaria nº 345/2020 do Ministério da Educação, que autoriza a substituição das aulas presenciais, por aulas remotas, para assim dar continuidade ao semestre e ao ano letivo (SILVA et al., 2020; GEWIN, 2020).

Segundo o Jornal Contabil, ensino remoto é todo conteúdo que é produzido e disponibilizado online, que é acompanhado em tempo real pelo professor que leciona aquela disciplina, sempre seguindo cronogramas adaptáveis do ensino tradicional. (JORNAL CONTABIL, 2021).

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 universitários brasileiros, levando a 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 (SRIVASTAVA et al., 2021; SILVA, 2021; PEREIRA et al., 2020).

Foi preciso também a quarentena, que foi a restrição do movimento de pessoas que se presume terem sido expostas a uma doença contagiosa, mas que não estão doentes ou porque não foram infectadas ou porque ainda estão no período de incubação ou mesmo porque, na Covid-19, permanecerão assintomáticas e não serão identificadas. Durante a quarentena, todos os indivíduos deveriam ser monitorados quanto à ocorrência de quaisquer sintomas. (FREEDMAN, 2020).

Durante a Covid-19 tivemos também o distanciamento social, que envolve medidas que têm como objetivo reduzir as interações em uma comunidade, que pode incluir pessoas infectadas, ainda não identificadas e, portanto, não isoladas. Como as

doenças transmitidas por gotículas respiratórias exigem certa proximidade física para ocorrer o contágio, o distanciamento social permite reduzir a transmissão. (FREEDMAN, 2020).

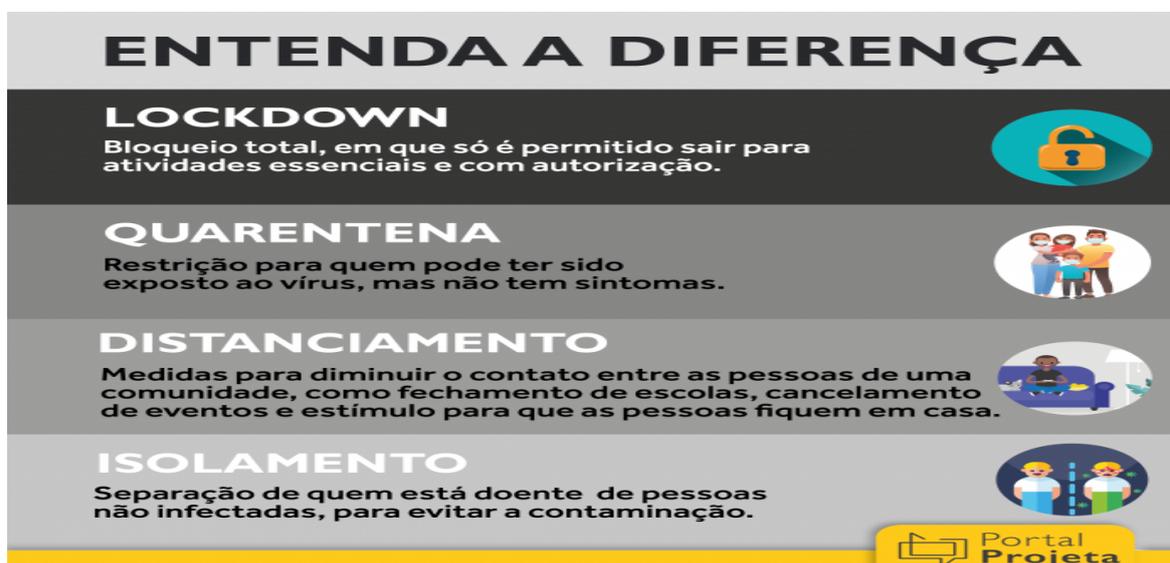
Distanciamento social, isolamento social e restrições de viagens também levaram à redução na força de trabalho em todos os setores econômicos e causaram desemprego em massa. Escolas foram fechadas e a necessidade de compra de commodities e produtos industrializados diminuiu, levando a um cenário de insegurança econômica. (MARIA et al, 2020).

Diminuição de renda, desemprego, situações precárias de trabalho, insegurança em relação ao futuro profissional geram alterações comportamentais como ansiedade, medo, preocupação excessiva, abstenções e redução na quantidade de trabalho, alteração de humor, depressão e em alguns casos chegando ter ideiação/tentativa suicídica. (KOPASKER, 2018).

Com todas as medidas tomadas com e o agravo da pandemia foi necessário o lockdown que foi uma medida preventiva obrigatória que consiste no bloqueio total. Muitos países adotaram essa estratégia com o objetivo de desacelerar a propagação do Covid-19, visto que as medidas de quarentena e isolamento social não foram suficientes para controlar a infecção. (FRANCO, 2021).

A seguir a figura 01 mostra a diferença entre esses posicionamentos colocados pelas autoridades que foi necessário durante a pandemia.

FIGURA 01 - Explicando a diferença entre as medidas tomadas durante a pandemia do Covid-19.



ENTENDA A DIFERENÇA

- LOCKDOWN**
Bloqueio total, em que só é permitido sair para atividades essenciais e com autorização.
- QUARENTENA**
Restrição para quem pode ter sido exposto ao vírus, mas não tem sintomas.
- DISTANCIAMENTO**
Medidas para diminuir o contato entre as pessoas de uma comunidade, como fechamento de escolas, cancelamento de eventos e estímulo para que as pessoas fiquem em casa.
- ISOLAMENTO**
Separação de quem está doente de pessoas não infectadas, para evitar a contaminação.

Portal Projeta

FONTE: Portal Projeta. Organizado pela autora.

mostra que 70% dos estudantes relataram quadros de depressão ou ansiedade quando foram consultados a partir do retorno ao ensino presencial. A pesquisa mostra que 33% dos estudantes dizem hoje ter dificuldades de concentração sobre o que é transmitido em sala de aula, outros 18,8% disseram se sentir "totalmente esgotados e sob pressão"; 18,1% disseram "perder totalmente o sono devido às preocupações" e 13,6% relataram "a perda da confiança em si mesmo". Além disso, 1/3 dos alunos se autoqualificou como "pouquíssimo focados". (SENADO, 2022).

Diante do contexto vivido, o desenvolvimento do estudo justifica-se pela relevância da temática diante de um cenário de pandemia, na perspectiva de identificar os sofrimentos psíquicos apresentados pelos estudantes universitários brasileiros.

5. METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão sistemática de literatura, de caráter exploratória, com a análise de dados disponibilizados na plataforma online do Google Acadêmico, buscando analisar pesquisas referentes a saúde mental dos estudantes universitários brasileiros durante a pandemia do Covid-19, entre os anos de 2020 à 2022.

Segundo Gil (2012, p. 27) “as pesquisas exploratórias tem como principal finalidade desenvolver e modificar conceitos e ideias, tendo em vista a formulação de problemas mais precisos ou hipóteses pesquisáveis para estudos posteriores”

Em relação ao Google Acadêmico ele

[...] é uma ferramenta gratuita do Google, que tem como função realizar buscas de relatórios para revistas científicas, artigos, livros digitais, e muitos outros conteúdos capazes de conceder um fundamento teórico ou referencial (SANTOS, 2019, s/p)

Para a análise das oito teses e duas dissertações coletadas, elegíveis para a inclusão, de acordo com o objeto de estudo proposto para essa pesquisa, foi utilizada a técnica da Análise de Conteúdo, que segundo Gil (1999) consiste na descrição objetiva e sistemática do conteúdo manifestado pelo sujeito pesquisado.

Está Análise é realizada em três fases: a pré-análise, exploração do material e tratamento dos dados (BARDIN, 2009).

Em relação aos cuidados éticos, este estudo não foi registrado nem avaliado pelo sistema Comitê de Ética em Pesquisa/Comissão Nacional de Ética em Pesquisa, pois foram utilizados dados agregados disponíveis no Google Acadêmico de acesso público, não expondo nenhum ser humano à coleta ou intervenção.

6. RESULTADOS

Na base do Google Acadêmico foi pesquisado com as palavras descritoras: saúde mental de universitários e Covid-19, utilizando como recorte temporal de 2020 à 2022, o que resultou inúmeros trabalhos. Para efeito de critério de inclusão, utilizamos os trabalhos postos entre à página um até a página dez, e foram encontrados cem (100) pesquisas, porém somente dez eram elegíveis para a inclusão, de acordo com o objeto de estudo proposto para essa pesquisa, sendo oito teses e duas dissertações. A seguir, no Quadro 01 está organizado cronologicamente as dissertações e teses encontradas.

Quadro 01 – Quadro de dissertações e teses em ordem cronológica.

TÍTULO, AUTORIA, ANO, CATEGORIA, CURSO	OBJETIVO GERAL DA PESQUISA	METODOLOGIA ADOTADA	CONTRIBUIÇÕES PARA O DEBATE
Título: Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da Covid-19 Autoria: RODRIGUES, Berta; CESAR, Paulo. Ano: 2020 Categoria: Tese Curso: Psicologia	Analisar se os níveis de depressão, ansiedade e estresse em estudantes universitários se alteraram no período pandêmico (2020) comparativamente a períodos anteriores/normais.	O estudo foi constituído por dois grupos, sendo a amostra 1 constituída por 460 sujeitos com idade média de 20,14 anos, e a amostra 2 por 159 sujeitos com idade média de 20,40 anos. Todos preencheram um questionário sociodemográfico e as escalas de ansiedade, depressão e estresse.	Os estudantes que integraram o estudo no período pandêmico apresentaram níveis significativamente mais elevados de depressão, ansiedade e estresse comparativamente aos que integraram o estudo no período normal. Os resultados sugerem um impacto psicológico negativo da pandemia nos estudantes.
Título: Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de covid-19.	Identificar as evidências disponíveis sobre formas de apresentação do	Revisão integrativa de literatura, realizada por etapas: elaboração da pergunta norteadora; estabelecimento de	Dentre os 7 artigos investigados, publicados em 2020, observaram-se reações emocionais descritas por estresse,

<p>Autores: GUNDIM, Vivian; SANTOS, Flávia; PEREIRA, Jonatta. Ano: 2020 Categoria: Tese Curso: Enfermagem</p>	<p>sofrimento psíquico e ações de proteção e promoção da saúde mental em estudantes universitários, durante a pandemia de COVID-19.</p>	<p>critérios de inclusão e exclusão; definição das informações a serem extraídas; análise crítica dos estudos e dos resultados; apresentação da revisão relacionada ao impacto da pandemia aos estudantes e às ações de proteção e promoção da saúde mental.</p>	<p>ansiedade, luto, raiva e pânico, associadas à preocupação com o atraso das atividades acadêmicas e ao medo de adoecer.</p>
<p>TÍTULO, AUTORIA, ANO, CATEGORIA, CURSO</p>	<p>OBJETIVO GERAL DA PESQUISA</p>	<p>METODOLOGIA ADOTADA</p>	<p>CONTRIBUIÇÕES PARA O DEBATE</p>
<p>Título: Depressão e efeitos da Covid-19 em universitários. Autoria: MARIN, Gabrielli; MARTINS, Jullya. Ano: 2020 Categoria: Tese Curso: Medicina</p>	<p>Evidenciar e compreender os reflexos psicossociais, especialmente a depressão em virtude da doença e do cenário pandêmico.</p>	<p>Trata-se de revisão literária narrativa. Foram encontrados 234 artigos, na base dados PUBMED e PubMed Central com as palavras-chave “students”; “depression”; “quarantine”; “coronavirus infections”. Foram excluídos artigos que não trataram de depressão, estudantes ou que não abordavam estudantes universitários ou não diferenciaram as populações no estudo, restando 14 artigos.</p>	<p>O cenário pandêmico aumentou os índices de depressão entre estudantes universitários, bem como a falta de adesão ao tratamento dos que já possuíam a doença. O confinamento, o sedentarismo, o maior número de horas em tela, de notícias pelas mídias, a piora da alimentação e a frustração dos estudantes diante da realidade acadêmica estão todos relacionados ao aumento dos quadros depressivos.</p>
<p>TÍTULO, AUTORIA, ANO, CATEGORIA, CURSO</p>	<p>OBJETIVO GERAL DA PESQUISA</p>	<p>METODOLOGIA ADOTADA</p>	<p>CONTRIBUIÇÕES PARA O DEBATE</p>
<p>Título: Estratégias de enfrentamento e saúde mental de estudantes universitários no contexto da pandemia provocada pela Covid-19. Autoria: FONSECA, Ana Margarida Ferreira. Ano: 2020 Categoria: Dissertação Curso: Psicologia</p>	<p>Consiste em avaliar a forma como estudantes universitários portugueses reagiram no início do período de quarentena estipulado em abril de 2020, avaliando os seus níveis de ansiedade, depressão e stress, e as estratégias de coping utilizadas nesse período e em que medida existem diferenças em função de algumas</p>	<p>Testar de forma exploratória em que medida as estratégias de coping medeiam a relação entre género e saúde mental.</p>	<p>Dos resultados destaca-se o facto das mulheres reportarem maiores níveis de stress, ansiedade e depressão, sendo que algumas estratégias de coping negativas medeiam essa relação: nomeadamente a recusa apresenta-se como uma variável mediadora para a ansiedade e para a depressão e o retraimento para o stress.</p>

	variáveis sociodemográficas como o género.		
TÍTULO, AUTORIA, ANO, CATEGORIA, CURSO	OBJETIVO GERAL DA PESQUISA	METODOLOGIA ADOTADA	CONTRIBUIÇÕES PARA O DEBATE
Título: Impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos estudantes universitários. Autoria: SUNDE, Rosário Martinho. Ano: 2021 Categoria: Tese Curso: Psicologia	Avaliar os impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental de estudantes universitários.	Este é um estudo de revisão narrativa da literatura que permite maior fluidez nas análises e sistematização de diferentes estudos que abordam a mesma temática num intervalo determinado de tempo (Pautasso, 2020). As buscas foram feitas em 3 bases de dados (Science Direct, BVS e PubMed) usando a seguinte palavra-chave: "Impact AND Covid19 AND Mental Health AND university student". Os critérios de inclusão foram estudos inéditos, que abordam sobre os impactos da Covid-19 na saúde mental dos estudantes universitários, gratuitos e disponíveis na íntegra de forma online, publicados em 2020 e 2021.	A pandemia da Covid-19 afeta grandemente a saúde mental dos estudantes universitários. Desde que a doença foi considerada uma pandemia mundial, as atividades académicas nas universidades foram encerradas (aulas, exames de qualificação de pós-graduação, defesas e outras) para contenção do vírus. Os riscos e impactos à saúde mental neste período incluem o medo de contaminação pelo vírus, a incerteza sobre o fim da pandemia e o retorno das aulas, medidas de distanciamento social prolongado, ansiedade e outros desconfortos psicológicos agravados pela falta de serviços de apoio psicológico.
TÍTULO, AUTORIA, ANO, CATEGORIA, CURSO	OBJETIVO GERAL DA PESQUISA	METODOLOGIA ADOTADA	CONTRIBUIÇÕES PARA O DEBATE
Título: Pandemia de covid-19, perfil de consumo de bebidas alcoólicas e saúde mental de estudantes universitários. Autoria: VIEIRA, Diego Pereira. Ano: 2021 Categoria: Dissertação	O objetivo principal do estudo foi investigar o impacto do isolamento físico associado à pandemia da COVID-19 sobre a saúde mental, consumo de bebidas alcoólicas e prática de atividade física em universitários considerando o contexto regional em que vivem.	Participaram do estudo 444 universitários de 18 a 25 anos. Dados sociodemográficos, de prática atividade física, de indicadores de ansiedade e depressão (DASS-21) e de perfil de consumo de álcool (AUDIT) foram coletados por questionário online (plataforma do Google Forms). Os dados foram submetidos a análises descritivas, inferenciais e de regressão logística.	Os participantes residentes em cidades de pequeno porte relataram menos sinais de ansiedade/depressão em relação aos das demais regiões. A prática de atividade física regular mostrou-se como variável preditora para melhores desfechos em saúde mental e uso de álcool.
TÍTULO, AUTORIA,	OBJETIVO GERAL	METODOLOGIA	CONTRIBUIÇÕES

ANO, CATEGORIA, CURSO	DA PESQUISA	ADOTADA	PARA O DEBATE
<p>Título: A vivência do medo por estudantes universitários durante a pandemia de covid-19. Autoria: LIMA, Helder de Pádua; ARRUDA, Guilherme Oliveira. Ano: 2021 Categoria: Tese Curso: Enfermagem</p>	<p>Compreender a vivência do medo por estudantes universitários durante a pandemia de Covid-19.</p>	<p>Estudo exploratório, qualitativo, realizado com 16 estudantes matriculados em instituições de ensino superior brasileiras. Os dados foram coletados em junho de 2020, através de grupo focal realizado virtualmente, utilizando-se um roteiro semiestruturado com questões norteadoras.</p>	<p>A pandemia de Covid-19 simbolizava o novo, evidenciado pelo sentimento de medo dos participantes frente ao imprevisível, à solidão, ao sofrimento e à finitude humana. As narrativas mostraram mudanças no viver dos estudantes universitários. Apesar de seu ineditismo, a vivência da pandemia encontrou semelhanças em experiências pregressas de eventos estressores que possibilitaram aos participantes aprender e desenvolver sua capacidade de resiliência.</p>
TÍTULO, AUTORIA, ANO, CATEGORIA, CURSO	OBJETIVO GERAL DA PESQUISA	METODOLOGIA ADOTADA	CONTRIBUIÇÕES PARA O DEBATE
<p>Título: Depressão e pandemia: estudo com universitários brasileiro. Autoria: SANDIN, Maria Eduarda; CASIRAGHI, Bruna. Ano: 2021 Categoria: Tese Curso: Psicologia.</p>	<p>Avaliar a quantidade de universitários com sintomas de depressão, comparando cursos da área da saúde com o de outras áreas.</p>	<p>A pesquisa teve uma amostra de 210 universitários do estado do Rio de Janeiro, Brasil, sendo 69% do gênero feminino e 31% masculino, com idade média de 23 anos. O questionário foi enviado via rede social contendo: um formulário avaliando dados pessoais e o Inventário de Depressão de Beck (BDI). O BDI mostrou em relação aos universitários que 119 (56.7%) não apresentaram sintomas, 20 (9.5%) apresentaram disforia e 61 (29%) apresentaram sintomas de depressão.</p>	<p>Os dados indicaram altas taxas de sintomas depressivos entre os universitários estudados e a necessidade de ações de acompanhamento.</p>
TÍTULO, AUTORIA, ANO, CATEGORIA, CURSO	OBJETIVO GERAL DA PESQUISA	METODOLOGIA ADOTADA	CONTRIBUIÇÕES PARA O DEBATE
<p>Título: Uso de substâncias psicoativas e saúde mental de estudantes</p>	<p>Mensurar o nível de dependência de substâncias psicoativas dos</p>	<p>Estudo transversal com abordagem quantitativa realizado com 527 estudantes de sete</p>	<p>A maioria dos estudantes, durante a pandemia da Covid-19, apresentou uso</p>

<p>universitários durante a pandemia da covid-19. Autoria: MARTINS, July. Ano: 2022 Categoria: Tese Curso: Enfermagem</p>	<p>estudantes da área da saúde de uma universidade pública federal e verificar relações com a saúde mental durante a pandemia da Covid-19.</p>	<p> cursos de graduação da área da saúde de uma universidade pública federal da região Sul do Brasil. A coleta foi realizada de forma virtual por meio de um questionário de caracterização sociodemográfica e acadêmica.</p>	<p>ocasional e sugestivo de abuso para derivados do tabaco, bebidas alcoólicas, maconha e hipnóticos/sedativos. As menores médias de saúde mental foram dos estudantes que tiveram seu nível de dependência classificado como sugestivo de abuso, e as maiores médias foram dos que não fizeram uso dessas substâncias durante a pandemia (sem uso/pandemia).</p>
<p>TÍTULO, AUTORIA, ANO, CATEGORIA, CURSO</p>	<p>OBJETIVO GERAL DA PESQUISA</p>	<p>METODOLOGIA ADOTADA</p>	<p>CONTRIBUIÇÕES PARA O DEBATE</p>
<p>Título: “Não vou nada bem”: saúde mental de estudantes universitários no contexto da covid-19. Autoria: OLIVEIRA, Eliany Nazaré. Ano: 2022 Categoria: Tese Curso: Psicologia</p>	<p>Analisar o impacto na saúde mental de estudantes universitários cearenses, ocasionado após o início da pandemia pelo novo coronavírus, correlacionando com os principais fatos que ocorreram, sob o ponto de vista dos seguintes eixos: desencadeamento ou agravamento de transtornos mentais; sofrimento e (auto)medicação; e ideação suicida, com vista a entender os reflexos causados pela Covid-19.</p>	<p>Trata-se de estudo de abordagem qualitativa, desenvolvido com 73 estudantes das universidades cearenses. As informações foram coletadas por meio de entrevistas semiestruturadas e analisadas a partir do método de interpretação dos sentidos.</p>	<p>Os resultados apontam o impacto do cenário pandêmico sobre a saúde mental de estudantes universitários, o qual tem-se traduzido, sobretudo, sob a forma de piora dos quadros existentes, surgimento de novos casos e aumento das situações de automedicação e ideação/tentativa de suicídio.</p>

Fonte: Google Acadêmico. Organizado pela autora (2022).

Percebe-se nas dez pesquisas incluídas como elegíveis, que a saúde mental dos estudantes universitários durante a pandemia do Covid-19, entre os anos de 2020 à 2022, período onde a pandemia foi mais severa, com número expressivo de internações, óbitos, lockdown, foi comprometida aumentando os casos de ansiedade, depressão, alcoolismo e outras doenças psiquiátricas.

Rodrigues, Cesar; Gundim *et al*, Santos, Pereira (2020), compartilham da mesma informação, explicando o surgimento do vírus chamado de coronavirus, uma

epidemia do Covid-19 que conseqüentemente se tornou uma grave emergência da saúde pública.

Marin *et al*, Gundim *et al*, Santos, Pereira *et al* (2020), relatam que muitos jovens universitários já enfrentaram diariamente seus transtornos de ansiedade e depressão devido aos problemas do dia a dia, mas com a pandemia do Covid-19 aumentou em 70% os casos de ansiedade, depressão nos estudantes universitários, uma doença que não escolhe raça e nem classe social.

Fonseca (2020), alega que através de estudos, ansiedade e depressão é a doença do século XXI e com a pandemia do Covid-19 agravou ainda mais. Com o medo de ser contaminado ou a perda um ente querido, lidar com a dor do luto ou até mesmo com sequelas do vírus, traz também que em alguns casos chegou a ter ideação/tentativa de suicídio.

Sundue (2021), traz assim como os outros autores citados a cima, que a Covid-19 afetou muito a saúde física e mental dos universitários, com as doenças de ansiedade, depressão e alcoolismo. Ele mostra que os universitários mais atingidos pela depressão são as mulheres com 30,8% e os homens com 24,8%. A pandemia foi extremamente estressante e a população universitária foi a que mais foi atingida, devido ao distanciamento social, isolamento social, quarentena e lockdown.

Vieira (2021) fala que além de ansiedade e depressão, o alcoolismo está muito presente na vida dos universitários também, durante a pandemia do Covid-19 esse consumo aumentou em 60% por causa do distanciamento e isolamento social. Ele relata que os universitários que mais sofrem com o alcoolismo são os homens, trazendo também que o alcoolismo é a quarta principal causa de morte.

Machado e Casiraghi (2021) compartilham um pouco sobre a doença mental chamada de depressão, descrevendo quais os sintomas com maior intensidade: humor deprimido, falta de vontade de fazer as atividades, perda ou ganho de peso, insônia, sentimento de culpa, dificuldade de se concentrar, baixa autoestima, ansiedade e em casos graves pode até levar ao suicídio.

Durante a pandemia os universitários vivenciam experiências nunca vividas antes, tendo que se adaptar com um novo cotidiano de provas e atividades online, pressões de ser “alguém na vida” e ainda a adaptação de estudar a distância junto com seus outros afazeres. É muito importante acompanhar os estudantes quando o

assunto é saúde mental, pois é a população mais atingida e pode até ocasionar o abandono dos estudos.

Lima *et al* (2021) trazem a perspectiva do medo sobre um vírus desconhecido, que surgiu do “nada” e atingiu o mundo inteiro, distanciamento e isolamento social o que fazer em um momento desses, muitas perguntas e poucas respostas, o vírus que deixou um rastro enorme de luto e possíveis sequelas em quem foi contaminado, com isso conseqüentemente a saúde mental dos universitários foi atingida, o medo da contaminação por um vírus desconhecido e não conseguir voltar a vida como era antes da pandemia, acabou ocasionando em grande parte da população universitária as doenças de depressão, ansiedade e outros transtornos.

Martins (2022), ressalta também o uso de substâncias psicoativas (SPA) durante a pandemia do Covid-19 que aumentou em quase 100% o uso entre os jovens universitários, segundo as pesquisas as SPA mais usadas são: 99,39% álcool, seguido pelo uso de tabaco (38,18%), maconha (26,06%), inalantes (15,76%), cocaína ou crack (9,09%), alucinógenos ou sedativos igualados (6,06%), anfetaminas ou ecstasy (5,45%) e opioides (1,21%). Além do medo de contrair a doença, o método de controle era o distanciamento social, que pode significar um impacto grande na saúde mental, levando o aumento do uso de SPA, estudos que analisaram a situação pandêmica trazem um impacto negativo da pandemia na vida das pessoas, pois teve aumento significativo de doenças mentais e uso de SPAs.

Oliveira (2022), compartilha que durante sua pesquisa foi feito entrevistas com alguns universitários, onde eles relatam que antes da pandemia já tinham alguns sintomas de transtornos mentais ou seja, antes da pandemia foram diagnosticados com algum tipo de doença mental. Durante o surto de Covid-19 esses transtornos ampliaram, com a quarentena os universitários que já sofriam com a ansiedade, relatam que o seu transtorno aumentou, com isso tiveram que voltar para a terapia, que não precisavam há anos, voltar a tomar remédios e conseqüentemente sono desregulado, desânimo, humor alterado, stress, ganho de peso ou perda, cansaço ou até mesmo dificuldade para respirar e em alguns casos pensamentos suicídicos.

Através destas pesquisas, a autora relata que a pandemia do Covid-19 chegou como uma “gripezinha” e atingiu o mundo inteiro, trazendo medo, angústia e incertezas que tudo poderia melhorar. Um vírus que acabou levando milhões de

peças pelo mundo, afetando a saúde física e mental, não escolhendo as pessoas pela sua cor, classe social, idade, sexo, idioma, religião.

Observa-se por meio das pesquisas lidas e do Covid-19 vivenciado, que durante a pandemia as doenças mentais, mais alarmantes nos jovens universitários foi a de depressão e ansiedade, seguindo também o aumento exagerado do alcoolismo. Como a pandemia mudou a vida de todos, sair da rotina não é fácil de “acostumar” com um vírus que você não sabe os resultados que pode causar é algo muito complexo.

A pandemia além de afetar a saúde, afetou os relacionamentos através do distanciamento, isolamento social, quarentena e lockdown. O uso de máscaras e álcool em gel gerou o medo e as incertezas do amanhã.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Acredita-se que a pesquisa atingiu seu objetivo, mostrando os efeitos da pandemia do Covid-19 na saúde mental dos estudantes universitários brasileiros, demonstrando os motivos do aumento do sofrimento mental.

Como já demonstrado pelos autores e autoras das 8 teses e dissertações, os estudantes universitários tiveram altas taxas de prevalência de sintomas de ansiedade e depressão, que podem até ser maiores do que os encontrados na população em geral.

Quanto ao ensino e à aprendizagem durante o isolamento social, muitos estudantes universitários continuaram suas atividades estudantis remotamente. O resultado geral sugere que a saúde mental dos estudantes foi afetada pelo isolamento social imposto pela pandemia

Conclui-se que os universitários foram negativamente afetados pela pandemia de Covid-19 e algumas recomendações para instituições de ensino superior seriam promover estratégias para a proteção da saúde mental deste grupo por meio de projetos para identificar estudantes com problemas de adaptação à situação pandêmica e criar redes de assistência a esses estudantes, sendo assim é de suma importância continuar investigando o tema, para que possam haver mecanismos de como zelar a saúde mental.

REFERÊNCIAS

SEBRAE. **Relacionamento interpessoal no trabalho, porque ele é importante para você?**. 2021. Disponível em: <<https://blog.sebraealagoas.com.br/gestao/relacionamento-interpessoal-no-trabalho-por-que-ele-e-importante/#:~:text=Qual%20%C3%A9%20a%20import%C3%A2ncia%20de,progre%20e%20ser%20bem%20sucedida.>> Acesso em: 02 out. 2022.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. São Paulo: Edições 70. 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde Mental no trabalho**. Biblioteca Virtual em Saúde. 2017. Disponível em: <<https://bvsmis.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/>>. Acesso em: 12 out. 2022

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde Mental**. 2020. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental/saude-mental>> . Acesso em 12. out. 2022.

DAU, Gabriel. **O que é ensino remoto e o seu papel fundamental em 2021**. Jornal Contábil. 2021. Disponível em: <<https://www.jornalcontabil.com.br/o-que-e-ensino-remoto-e-o-seu-papel-fundamental-em-2021/>>. Acesso em: 03 out. 2022.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Determinantes sociais**.. Disponível em: <<https://pensesus.fiocruz.br/determinantes-sociais.>> Acesso em: 02 out. 2022.

FRANCO, Sérgio. **entenda o que é lockdown e a importância durante a pandemia da covid-19**. Medicina diagnóstica. 2020. Disponível em: <<https://portalprojeta.com.br/2020/05/13/quatro-cidades-do-am-decretam-lockdown-para-prevenir-avanco-da-covid-19/>>. Acesso em: 28 out. 2022.

FONSECA, Ana Margarida Ferreira. **Estratégias de coping e saúde mental de estudantes universitários no contexto da pandemia provocada pela Covid-19**. 2020. 101 folhas. Dissertação Mestrado em Psicologia Comunitária e Proteção de Crianças e Jovens em Risco, Instituto Universitário de Lisboa: Lisboa, 2020.

GUNDIM, Vivian Andrade *et al.* Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de Covid-19. **Revista Baiana Enfermagem**: Salvador, 35^o vol. 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Histórico da pandemia de Covid-19**. 2020 Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>>. Acesso em: 02 out. 2022.

LIMA, Helder Pádua *et al.* A vivência do medo por estudantes universitários durante a pandemia de Covid-19. **Ciência, Cuidado e Saúde**: Maringá. 21^o vol. 2021.

MACHADO, Maria Eduarda Sandin. CASIRAGHI, Bruna. Depressão e pandemia: estudo com universitários brasileiros. **Revista INFAD de Psicologia**: Volta Redonda, vol, 1, nº 1. 2021.

MAIA, Berta Rodrigues; DIAS, Paulo Cesar. **Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da Covid-19**. 2021. Estudos de Psicologia: Campinas. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>>. Acesso em: 14 abril. 2022.

MARIN Gabrielli Algazal *et al.* Depressão e efeitos da Covid-19 em universitários. **InterAmerican Journal of Medicine and Health**: Curitiba. Vol. 4. 2020.

OLIVEIRA, Eliany Nazaré. **Não vou nada bem: saúde mental de estudantes universitários no contexto da Covid-19**. Gestão E Desenvolvimento: Ceará. vol. 30. 2020. p. 113-135.

PAIM, Jairnilson Silva *et al.* Conceito de Saúde: Atualização do debate teórico-metodológico. **MedBook**: Rio de Janeiro. 2014.

PESSOA Juliana Santos; GINÚ Isabela Luiza; CARNEIRO Lucila Vieira; SILVA, Vitória Polyani; MATIAS, Lucas David; MELO Vilma Felipe. **Impacto da educação remota na saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de Covid-19**. 2021. Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/22197>>. Acesso em: 20 out. 2022.

PORTELA Jully Martins Gomes; MELLO Amanda Lemos; FREITAS Etiane Oliveira; SILVA Rosângela Marion; CARMO Dirce Rejane Peres; SIQUEIRA Daiana Foggiato. **Uso de substâncias psicoativas e saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia da Covid-19**. 2022. Revista de Enfermagem, 2022.

SANTOS, Pedro. **Google Acadêmico**: como usar essa rica ferramenta de pesquisas do Goolge. 2019. Disponível em: < <https://rockcontent.com/br/blog/google-academico/>>. Acesso em: 28 out. 2022.

PARANÁ. Secretaria da Saúde. **Saúde Mental**. 2022. Disponível em: <<https://www.saude.pr.gov.br/Pagina/Saude-Mental#:~:text=A%20Sa%C3%BAde%20Mental%20de%20uma,Aceitar%20as%20exig%C3%A2ncias%20da%20vida.>> Acesso em: 02 out. 2022.

SCHMIDT Beatriz; CREPALDI Maria Aparecida; BOLZE Simone Dill Azevedo; NEIVA-SILVA, Lucas; DEMENECH Lauro Miranda. **Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19)**. 2020. Estudos de Psicologia: Campinas. 2020.

SENADO. **Pandemia prejudicou condição psicológica de estudantes, mostra pesquisa**. 2022. Disponível em: < <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2022/05/30/pandemia-prejudicou-condicao-psicologica-de-estudantes-mostra> >

pesquisa#:~:text=A%20pesquisa%20mostra%20que%2033,da%20confian%C3%A7a%20em%20si%20mesmo%22>. Acesso em 03 de nov. 2022.

SUNDE, Rosario Martinho. Impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos estudantes universitários. **Psicologia UNISC**: Santa Cruz do Sul. vol. 5, nº. 2. 2021.

VIEIRA, Diego Pereira. **Pandemia de Covid-19, perfil de consumo de bebidas alcoólicas e saúde mental de universitários**. 2021. Dissertação Mestrado (Educação e Saúde na Infância e na Adolescência) – Universidade Federal de São Paulo. Escola Paulista de Medicina. São Paulo, 2021.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus pela minha vida.

Aos meus pais, minha fortaleza Aramis e Clarice meus grandes guerreiros que sempre fizeram o possível e o impossível para me ver cursar uma graduação, investindo na minha educação, acreditando no meu potencial, me dando todo suporte, obrigado por tudo, está é uma conquista nossa, eu amo vocês infinitamente. Aos meus irmãos Fabiano e Juliano por sempre estarem ao meu lado me ajudando, apoiando e incentivando. Ao meu irmão Adriano em sempre acreditar em mim, me dando forças para jamais desistir, minha estrelinha no céu. “ In memoriam” .

As minhas cunhadas Gysele e Ana Carolina, meus sobrinhos Enzo, Theo, Helana por proporcionar os melhores momentos.

A minha orientadora e coordenadora do curso de Serviço Social da Unisecal, Prof^a. Mestre Fabiana Vosgerau Trentini, a mãezona acadêmica obrigada por todo carinho, paciência, sabedoria e inteligência que transferiu para nós durante esses 4 anos de curso e nunca nos abandonou.

A docente Prof^a. Mestre Ana Paula Almeida Rocha Ohata por compartilhar todo seu conhecimento, companheirismo e por me dar a oportunidade de fazer estágio em um lugar fantástico chamado de Casa Transitória, além de professora ganhei uma grande amiga.

As minhas amigas Jamile Mayara, Emanuelle Machado, por serem minhas companheiras de estágio, confidentes, e a base para que os dias se tornassem mais alegres e leves, meus presentinhos do estágio.

A minha amiga/irmã Soniara Souza que mesmo com a distância o tempo nunca separou a nossa amizade que é pra sempre.

A todos que contribuíram de alguma forma para minha formação como Assistente Social.