



A VIVÊNCIA DO MEDO POR ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

Helder de Pádua Lima*
Guilherme Oliveira de Arruda**
Eduardo Gonçalves Pinheiro dos Santos***
Soraia Geraldo Rozza Lopes****
Roberta de Oliveira Maisatto*****
Verusca Soares de Souza*****

RESUMO

Objetivo: compreender a vivência do medo por estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Métodos:** 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. A partir da análise de conteúdo, modalidade temática, emergiram as categorias: Medo do desconhecido e suas repercussões na vida de estudantes universitários e viver daqui por diante: desafios impostos pela pandemia e semelhanças com experiências anteriores. **Resultados:** 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. **Conclusão:** apesar de seu ineditismo, a vivência da pandemia encontrou semelhanças em experiências progressas de eventos estressores que possibilitaram aos participantes aprender e desenvolver sua capacidade de resiliência.

Palavras-chave: Estudantes. Medo. Pandemias. Covid-19.

INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19 tem provocado profundas transformações na humanidade, em seus modos de consumo e produção, em suas políticas e em sua relação com o ambiente. Além disso, as recomendações de distanciamento social têm contribuído para ressignificar os vínculos e as formas de sociabilidade. Diante do ineditismo insólito e coletivo da vivência da pandemia, surge a necessidade de novas produções científicas que abordem os sentidos dessa experiência⁽¹⁾.

Atividades humanas, como o ensino presencial, foram afetadas e repensadas durante a pandemia, ao considerar-se o potencial de transmissão do vírus, bem como a facilidade de contaminação. Atualmente, o ensino remoto emergencial tem sido um importante modelo adotado mundo afora⁽²⁾.

Ao voltar seu olhar para estudantes

universitários durante a pandemia, a literatura científica tem destacado a ocorrência de impactos psicológicos sofridos por esta população. De acordo com um estudo transversal conduzido na Jordânia, a prevalência de ansiedade foi maior entre universitários (21,5%) que entre profissionais de saúde (11,3%) e a população em geral (8,8%)⁽³⁾. Na Turquia, 52% dos 2.051 estudantes de medicina relataram sentir-se emocionalmente mal durante a pandemia⁽⁴⁾. Na China, houve relação indireta entre a gravidade da epidemia local de COVID-19 (contagem de mortos) e a ocorrência de estresse e ansiedade entre 66 estudantes universitários, bem como, índices maiores de medo entre aqueles que estavam cursando a faculdade fora do país^(5,6).

Ainda na China, um estudo longitudinal permitiu verificar que os níveis de ansiedade e depressão aumentaram em 550 estudantes universitários, entre o período anterior ao

*Enfermeiro. Doutor em Enfermagem, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS) Coxim, MS, Brasil. E-mail: padua_helder@hotmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3795-6343>.

**Enfermeiro. Doutor em Enfermagem, UFMS, Coxim, MS, Brasil. E-mail: enfgoa@gmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1690-4808>.

***Graduando em Medicina. UFMS. Campo Grande, MS, Brasil. E-mail: eduardopinheiro.egp@gmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6090-8879>.

****Enfermeira. Doutora em Enfermagem, UFMS, Coxim, MS, Brasil. E-mail: soraia.gr.lopes@gmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-8938-2169>.

*****Psicóloga. Mestre em Educação, UFMS, Corumbá, MS, Brasil. E-mail: roberta.maisatto@ufms.br ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8987-1950>.

*****Enfermeira. Doutora em Enfermagem, UFMS, Coxim, MS, Brasil. E-mail: verusca.souza@ufms.br ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3305-6812>.

distanciamento social e 15/17 dias após o início dele. Tal fato se associou à escassez de suprimentos de proteção e à percepção quanto ao prolongamento do período letivo⁽⁷⁾.

De maneira mais específica, o medo da COVID-19 pode levar pessoas a postergarem a procura por cuidados em saúde e predispor a ocorrência de suicídio^(8,9). Uma vez que o medo é uma emoção primária, comum aos seres humanos, que desencadeia respostas de proteção mas que, em níveis desproporcionais, pode potencializar o surgimento ou agravar quadros de transtornos mentais⁽¹⁰⁾. Um estudo realizado com 5.423 estudantes universitários do Vietnã, identificou que aqueles que registraram níveis mais altos de medo da COVID-19 também mantiveram ou aumentaram o uso de álcool durante a pandemia⁽¹¹⁾.

Mudanças nas estratégias de ensino, emergencialmente voltadas ao uso de ferramentas digitais, por exemplo, emergem como desafio e fator potencialmente desencadeador de sofrimento emocional para a comunidade universitária. No entanto, até o presente momento, ainda não foi identificada literatura científica abordando as percepções de medo expressas por estudantes universitários no contexto da pandemia⁽¹²⁾.

Ao considerar os prováveis desfechos do medo durante a pandemia e a vulnerabilidade a que estão sujeitos estudantes universitários, principalmente, no contexto de ensino remoto de emergência, torna-se premente compreender o medo na perspectiva deste público, para o planejamento de ações que minimizem seu sofrimento emocional. Logo, questiona-se: como estudantes universitários vivenciam o medo durante a pandemia de COVID-19? Quais situações desencadeiam medo e como tal emoção repercute em seu cotidiano?

A fim de responder esses questionamentos, o objetivo do presente estudo foi compreender a vivência do medo por estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19.

MÉTODOS

Estudo exploratório de abordagem qualitativa, cuja população foi representada por estudantes matriculados em instituições de ensino superior brasileiras – fato que possibilitou

aos pesquisadores terem contato com sujeitos vinculados às instituições que adotaram diferentes políticas de enfrentamento da pandemia de COVID-19, incluindo medidas que alteravam a modalidade de ensino. Em março de 2020, em virtude da pandemia, instituições de ensino superior estabeleceram planos de biossegurança para suas unidades, assim como normas de enfrentamento e prevenção da doença. Em alguns casos, tais estratégias incluíram a substituição das atividades presenciais pelo ensino emergencial remoto, a partir do uso de tecnologias da informação e comunicação ou suspensão do calendário acadêmico.

Tanto a divulgação da pesquisa quanto o convite para participação do grupo focal foram realizados através de redes sociais (*Facebook* e *Instagram*). O *Whatsapp* foi outra ferramenta de divulgação utilizada para convidar estudantes matriculados nas instituições de ensino superior às quais os pesquisadores estavam vinculados – essa estratégia possibilitou alcançar estudantes de diferentes universidades brasileiras. As inscrições dos estudantes que manifestaram interesse em participar da pesquisa foram feitas por eles próprios através de um formulário disponibilizado no *Google Forms*. O período de inscrição durou sete dias, uma semana antes da coleta de dados.

No total, 16 estudantes universitários interessaram-se pela temática a ser discutida e, voluntariamente, inscreveram-se para participar da pesquisa. Os participantes atenderam os seguintes critérios de inclusão: ter idade mínima de 18 anos; estar regularmente matriculado em um curso de graduação e dispor de internet e recursos audiovisuais (câmera e microfone) em seu domicílio. Foram excluídos os estudantes universitários que trancaram/suspenderam a matrícula do semestre letivo 2020.1.

Os dados foram coletados em junho de 2020, através de um grupo focal adaptado para o contexto online. A coleta de dados no grupo focal foi planejada anteriormente pelos pesquisadores e contou com três momentos: apresentação (quando a equipe do estudo se apresentou, informou os objetivos da pesquisa, seus aspectos éticos e regras para participação) desenvolvimento (quando foi aplicado o roteiro semiestruturado de perguntas) e término (quando

foram reiterados os aspectos éticos da pesquisa, realizados seus esclarecimentos finais e agradecimentos). O roteiro semiestruturado continha questões relativas à caracterização dos participantes: sexo, instituição de ensino superior, graduação e período letivo em curso, motivos referidos para a participação no estudo; e as seguintes questões norteadoras: ‘Fale sobre as experiências de medo vivenciadas durante a pandemia de COVID-19’; ‘Na sua percepção, quais situações desencadearam medo durante a pandemia de COVID-19?’; ‘O medo vivenciado durante a pandemia de COVID-19 repercutiu em qual(is) aspecto(s) da sua vida?’; ‘Fale sobre situações de medo vivenciadas em sua vida que foram semelhantes àquelas vivenciadas durante a pandemia de COVID-19’; ‘Deseja comentar algo mais?’.

Uma psicóloga moderou o grupo focal, além de quatro enfermeiros e um estudante de enfermagem - todos integrantes da equipe de pesquisa -, que auxiliaram a condução e organização do grupo e *chat* utilizado para discussão – foram os reponsáveis pela observação. O grupo focal durou aproximadamente duas horas e o conteúdo registrado em gravador digital.

As narrativas dos participantes foram integralmente transcritas e submetidas posteriormente à edição breve, somente para eliminação de vícios de linguagem; não prejudicando o sentido das narrativas. A fim de se obter acesso às percepções expressas pelos participantes, submeteu-se o material à Análise de Conteúdo, modalidade temática⁽¹³⁾.

A etapa de pré-análise envolveu leitura flutuante, a qual favoreceu o aprofundamento do conteúdo das narrativas. Na sequência, realizou-se a exploração minuciosa do material, a codificação das narrativas através de códigos nominais e a constituição do *corpus* de análise - que correspondeu ao material que efetivamente gerou inferências. Os trechos das narrativas foram agrupados conforme os códigos atribuídos, por similitude ou aproximação temática, em núcleos de sentido. Posteriormente, foi realizada a categorização, condensando os núcleos de sentido sob títulos representativos dos principais temas encontrados nas narrativas, e feitas inferências nas narrativas selecionadas^(13,14). Os nomes dos participantes

foram substituídos pelo termo ‘Participante’, acrescentado de um numeral (para diferenciação) de modo a preservar o anonimato dos respondentes.

Foram utilizadas produções científicas que abordavam aspectos inerentes aos modelos explicativos Biologicista e Interacionista de estresse como suporte ao percurso analítico e à discussão dos resultados, levando-se em consideração que não há definição consensual entre pesquisadores da área.

O medo é uma reação natural e adaptativa, mobilizada por processos biológicos e psíquicos, frente a ameaças reais e eminentes. Contudo, em níveis desproporcionais, pode gerar mal-estar ao ser humano, logo, pode ser considerado um evento estressor, assim como a pandemia de COVID-19^(10,15).

O estudo obedeceu a Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, sob Protocolo nº 4.047.265.

RESULTADOS

De acordo com o Quadro 1, 14 participantes eram mulheres e 2, homens; 12 cursavam Enfermagem; 3, Letras e 1, Sistemas de Informação. Três (3) participantes estavam matriculados no primeiro ano de graduação; 3, no segundo ano; 5, no terceiro ano e 5, no último ano do curso. Os motivos referidos por eles para participarem do grupo focal foram: curiosidade, afinidade com o tema, oportunidade de interação social, necessidade de acolhimento e indicação de amigos.

As seguintes categorias emergiram após a análise das narrativas dos participantes: ‘Medo do desconhecido e suas repercussões na vida de estudantes universitários’, tal categoria vislumbra o medo do desconhecido e as mudanças ocorridas durante a pandemia na vida desses estudantes universitários e ‘Viver daqui por diante: desafios impostos pela pandemia e semelhanças com experiências anteriores’, a qual aborda as adaptações realizadas neste período de ‘novo normal’ e o resgate de memórias de outras experiências semelhantes experienciadas por eles.

Quadro 1. Caracterização dos participantes do estudo de acordo com sexo, curso, período letivo em curso e motivos referidos para participação na pesquisa. Mato Grosso do Sul, Brasil, 2021.

| Participante | Sexo | Curso | Período letivo | Motivos referidos para participação |
|--------------|-----------|------------------------|----------------|---|
| 1 | Feminino | Enfermagem | 5º | Necessidade de acolhimento e oportunidade de interação social durante a pandemia. |
| 2 | Feminino | Enfermagem | 7º | Afinidade com o tema. |
| 3 | Feminino | Enfermagem | 7º | Afinidade com o tema. |
| 4 | Feminino | Enfermagem | 1º | Afinidade com o tema. |
| 5 | Masculino | Sistemas de Informação | 3º | Afinidade com o tema. |
| 6 | Feminino | Letras | 3º | Afinidade com o tema e oportunidade de interação social. |
| 7 | Feminino | Enfermagem | 5º | Indicação de amigo. |
| 8 | Feminino | Enfermagem | 9º | Afinidade com o tema e oportunidade de interação social durante a pandemia. |
| 9 | Feminino | Enfermagem | 5º | Afinidade com o tema e oportunidade de interação social durante a pandemia |
| 10 | Feminino | Enfermagem | 5º | Oportunidade de interação social durante a pandemia. |
| 11 | Feminino | Enfermagem | 5º | Afinidade com o tema. |
| 12 | Feminina | Letras | 1º | Curiosidade e afinidade com o tema. |
| 13 | Feminino | Enfermagem | 1º | Afinidade com o tema. |
| 14 | Feminino | Enfermagem | 9º | Afinidade com o tema, necessidade de acolhimento e oportunidade de interação social durante a pandemia. |
| 15 | Feminino | Enfermagem | 9º | Oportunidade de interação social durante a pandemia. |
| 16 | Masculino | Letras | 3º | Oportunidade de interação social durante a pandemia. |

Medo do desconhecido e suas repercussões na vida de estudantes universitários

Na ótica dos sujeitos, a pandemia revelou-se como um fenômeno inesperado, desconhecido e místico. Suas narrativas exaltaram esse período através de expressões como “veio do nada”, “ninguém estava preparado”, “é uma descoberta”, “é preciso conhecer mais” e “deve haver um propósito divino para isso”.

Com base em termos utilizados pelos estudantes em suas narrativas, tem-se que a vivência da pandemia foi percebida como um momento “difícil”, “de crise”, “caótico” e “chocante”. O trecho a seguir ilustra tal afirmativa:

[...] minha esposa trabalha como técnica de enfermagem. Ela está no combate frente a frente e a gente vê que ela também está passando por um momento difícil. Ela chega em casa e tem todas aquelas precauções que tem que tomar. É muito complicado, passam milhões de coisas na cabeça da gente. Ela chega em casa e levanta a mão para o céu (**Participante 5**).

Assim, pode-se afirmar que a vivência da pandemia de COVID-19 estava permeada de diversos sentimentos, tais como: medo, preocupação e angústia; todos atrelados a esse período e às suas possíveis consequências (transformações, adversidades e perdas). O trecho a seguir exemplifica essa proposição:

[...] sou acadêmica de Enfermagem e técnica de enfermagem. Estou diretamente ligada ao que está acontecendo. Como a gente consegue lidar com essas questões de ansiedade, de perda, de luto? Como será o pós-COVID? Acho que a gente já vem

começando a se preparar para voltar às atividades (**Participante 4**).

Nesse cenário, marcado pela incerteza e pelo imprevisível, foi comum a vivência de medo, acompanhada por ansiedade e frustração, sobretudo, ao lidar com situações que fugiam ao controle dos participantes:

[...] aqui na cidade reabriu tudo, mesmo com o pico elevado, e agora a gente não sabe. Na Universidade, a gente não tem aula, nem à distância, e não tem previsão nenhuma de retorno. A gente está discutindo estratégias de retorno, mesmo sem saber quando isso vai ser, mas sabendo que vai ser diferente. Vêm inúmeras coisas que a gente pensa, mas a gente não sabe se vai dar certo ou não, isso gera um pouco de ansiedade e medo. É esse medo do novo, de não saber desse tempo, se é um período pequeno, se é grande. (**Participante 9**).

O temor da doença, diante do afrouxamento das medidas restritivas de liberdade (isolamento e distanciamento social) e, conseqüentemente, a maior mobilidade social em vários municípios, estavam entre os assuntos mais comentados. Um conflito relevante foi observado, a saber: a adesão dos participantes às medidas restritivas de liberdade contribuiu para o sentimento de solidão; e a resistência em aderir a tais comportamentos gerou sentimento de culpa. O relato abaixo ilustra essas afirmações:

[...] aqui no Estado só estamos eu e o meu marido. Minha família toda é da Bahia e era para eu ter ido para lá no mês passado para o nascimento do meu sobrinho. Eu não sei quando eu vou conhecer ele, fico com medo de acontecer alguma coisa, sabe? A gente fica naquela preocupação se a gente vai, se contamina, chega lá... E nossos parentes? E nossa

família? É um medo desesperador que você não sabe se no dia de amanhã você vai ver as pessoas que você gosta. É muito difícil essa questão de querer viajar e não poder (**Participante 13**).

Aqui, os participantes referiam-se à experiência da pandemia como “prisão”, na qual, mesmo havendo a vontade e a possibilidade de exercer o direito de ir e vir, “não se poderia fazer isso” - fato que gerava frustração. O trecho a seguir exemplifica tal sentimento:

[...] eu não estou com meus pais, estou aqui (na cidade) sozinha e, querendo ou não, estou me sentindo um pouco isolada do mundo. Entre todos os medos que eu sinto, sinto um medo engraçado que não é o de pegar o corona e sim de transmitir. A gente se sente presa, por mais que a gente não esteja presa, mas essa é a sensação. Eu tenho tempo, dinheiro e vontade de ir, e eu não posso fazer isso. Eu acho que é uma frustração grande (**Participante 9**).

Em síntese, a complexidade do panorama da pandemia de COVID-19 fez emergir incerteza, expôs fragilidades e limitações dos participantes diante desse problema global; e contribuiu para o temor frente ao imprevisível, à solidão, ao sofrimento e à finitude humana.

Viver daqui por diante: desafios impostos pela pandemia e semelhanças com experiências anteriores

Considera-se que o processo formativo dos universitários tenha sofrido alterações diante da interrupção e /ou substituição das atividades acadêmicas presenciais durante a pandemia de COVID-19. Isso se deve à inserção em um processo de estudos dependente de internet, de ambientes virtuais e de plataformas de aulas remotas, além da mudança na forma ativa dos estudantes participarem das aulas. A narrativa a seguir exemplifica o modo como essa mudança foi percebida pelos participantes, como uma situação nova e, ao mesmo tempo, desafiadora:

[...] na nossa instituição a gente teve tanto EaD (Ensino à Distância) quanto aula online. Então, era trabalho dobrado. Eu acho que isso que vai deixando a gente mais independente e confiante ou mais frustrado, irritado. Você tem que criar habilidades que você nunca viu na vida. Você é jogado na sua casa aprendendo a trabalhar com um sistema que você nunca viu na vida, usar uma ferramenta que

você nunca utilizou, ter aula à distância, online. Acho que para quem escolheu faculdade presencial foi um desafio, ninguém queria estar no EaD. Vem a frustração de, muitas vezes, não dar conta de fazer tudo (**Participante 4**).

Em uma perspectiva mais ampla, as mudanças vivenciadas pelos participantes, mais especificamente no processo formativo, eram simbólicas e ilustram a emergência do ‘novo’, durante a pandemia. Esse momento foi caracterizado pela sobrecarga de atividades e pelo medo de “não dar conta”; e, conseqüentemente, exigia adaptação desenvolvimento de novas habilidades. O trecho a seguir exemplifica esse sentimento:

[...] a nossa demanda só aumenta, trabalhando em casa, estudando em casa, aumenta três vezes mais. Você tem que dar conta da casa, da faculdade, do filho. É muita coisa! Eu passo o dia sem ter sono, eu acho que eu tenho que dar conta e aquilo vai corroendo. Quando vejo, eu estou sem dormir já faz dias (**Participante 2**).

Outros trechos das narrativas sugerem que temores e incertezas vivenciados na pandemia de COVID-19 se relacionavam a questões sociais e econômicas, além daquelas específicas do campo educacional, que poderiam interferir de algum modo na vida dos participantes a curto, médio e longo prazo. A reflexão do Participante 14 ilustra esse achado:

[...] bate um desespero. A gente já está na pandemia, não sabe como que vai ser o mundo depois que passar, principalmente o Brasil. Como que vai ser depois? Como que vai ser se eu reprovar, o que eu vou fazer? Se já está difícil emprego agora, que dirá depois com a crise que vai vir, sem uma formação. Acho que esse medo é muito desgastante, exaustivo, mais cansativo que as próprias atividades. (**Participante 14**).

Experiências pregressas que, assim como a pandemia, deflagraram medo e necessidade de adaptação como, por exemplo: gravidez não planejada, admissão em novo emprego, aprovação escolar, ingresso no ensino superior, entre outras foram citadas pelos participantes. O trecho a seguir ilustra esse fato:

[...] eu sofri esse mesmo medo de mudança quando engravidei aos 16 anos. Era uma fase que todo mundo esperava muito de mim, e eu tinha um rumo certo. Fui para um rumo que ninguém esperava, muito menos eu. Eu não sabia o que seria, se daria

conta. Volta aquela história da cobrança, do dar conta. É interessante parar para pensar nisso. Foi uma mudança tão grande como essa (da pandemia) e que me fez parar e raciocinar: vai mudar minha rotina! (**Participante 2**).

Com base no exposto, a pandemia de COVID-19 simboliza um momento novo na vida dos participantes, que traz mudanças para a vida e o cotidiano, e desafios a serem superados e, conseqüentemente, gera medo, insegurança e resistência. Essa situação é semelhante a experiências anteriores relacionadas à percepção de oportunidade de aprender com eventos estressores e de lidar com seus efeitos negativos.

DISCUSSÃO

Os achados sugerem que os estudantes universitários vivenciaram medo durante a pandemia de COVID-19 e que, além desse sentimento, havia preocupações, angústia, exaustão - relacionada à sobrecarga de atividades - e dificuldades em lidar com mudanças ocorridas nos estudos, no trabalho, na convivência, na vida e em sua existência.

Essas manifestações são compatíveis com aquelas próprias da fase de alarme de resposta ao estresse do modelo Biologicista designado Síndrome da Adaptação Geral (SAG). Elas são acompanhadas de taquicardia, sudorese, cefaleia, alterações na pressão arterial, irritabilidade, fadiga, tensão muscular, sensação de esgotamento e alterações gastrintestinais. O estresse é visto aqui como uma reação defensiva fisiológica do organismo em resposta a qualquer estímulo; portanto, imediatamente após o confronto com o estressor, o corpo tenta se defender dos desafios e ameaças à sua integridade através dos mecanismos básicos citados acima⁽¹⁶⁾.

Percebe-se que esse momento inicial é seguido pela fase de resistência, cujo objetivo é a adaptação do organismo ao estressor. Os sinais característicos dessa fase incluem ansiedade, isolamento social, impotência sexual, nervosismo, alterações no apetite e medo⁽¹⁷⁾. Logo, as narrativas dos participantes evidenciaram temores e ansiedade associados à percepção da pandemia como um fenômeno imprevisível, desconhecido, caótico e permeado de incertezas.

A fase seguinte desse modelo explicativo, identificada como 'quase-exaustão', baseia-se na

experiência de enfraquecimento e incapacidade do indivíduo em adaptar-se ao estressor, fato que pode ocasionar problemas leves de saúde, mas não incapacitantes. A exposição prolongada ao estressor (terceira fase) pode conduzir o indivíduo à exaustão, quando pode haver perda da capacidade adaptativa, deterioração e morte⁽¹⁸⁾.

No presente estudo, os achados sugerem que as mudanças ocasionadas pela pandemia suscitaram vivências de medo semelhantes às observadas em experiências pregressas vividas pelos participantes, tais como: gravidez não planejada, admissão em novo emprego, aprovação escolar, ingresso no ensino superior, entre outras. As narrativas indicam que esses eventos foram percebidos, inicialmente, como uma ameaça de desordem e, posteriormente, como oportunidade de reconfigurar o próprio mundo.

Nesses cenários de suspensão das certezas emerge a necessidade de gerir riscos relacionados à saúde mental; portanto, é importante conceber a incerteza como algo não, necessariamente, negativo ou desadaptativo, e considerar que trabalhar as incertezas pode ampliar a consciência de essas fazerem parte da vida e da experiência de vir-a-ser - ferramenta potente no enfrentamento de adversidades⁽¹⁹⁾.

Nesse ponto, é importante destacar a pandemia de COVID-19 não apenas como uma situação estressora com a qual os sujeitos podem ter dificuldade de lidar e enfrentar, mas que o medo gerado por ela é individual - ou seja, não é universal - nem, tampouco, linear. Dessa forma, o estresse é compreendido como fenômeno psicossocial, de implicação biológica, representado por qualquer estímulo que demande esforço de adaptação por parte de uma pessoa ou sistema social^(20,21).

De acordo com o modelo explicativo de estresse denominado Modelo Interacionista, a pessoa elabora uma avaliação cognitiva sobre o tipo de evento e seu significado, possibilidades e estratégias de enfrentamento e adaptação ao se defrontar com o estressor⁽¹⁶⁾. Porém, os estressores, que dependem dessa avaliação cognitiva do sujeito, são influenciados por variáveis sociodemográficas que condicionam a percepção de sua influência, um conjunto de valores e crenças do indivíduo⁽²²⁾.

Logo, várias situações impostas pelo cenário pandêmico, podem ser potenciais estressores, tais como: risco de contrair uma doença pouco

conhecida e com reais possibilidades de óbito ou sequelas relevantes; o distanciamento e isolamento sociais, as perdas pessoais e econômicas; podendo, portanto, ser prejudiciais à saúde das pessoas⁽²²⁾. Preocupações no contexto universitário, como observado aqui, concentram-se nas também nas ameaças à situação profissional e econômica que os estudantes almejam alcançar no futuro, isto é, ao lugar social que desejam chegar através de sua formação acadêmica. Tais preocupações se equiparam àquelas relacionadas às adaptações ao ensino remoto e perfazem um processo exaustivo para esses indivíduos.

Indicadores comuns de estresse, ansiedade e medo, substanciados por achados em estudos baseados na perspectiva Interacionista^(21,23), foram identificados nas narrativas dos participantes, como, por exemplo: preocupação, frustração, exaustão, nervosismo, culpa, isolamento e dificuldade em tomar decisões. Para além desses indicadores, pode-se observar nos relatos os sentidos atribuídos por eles à vivência do medo durante a pandemia (fenômeno inesperado, desconhecido e místico). Além disso, os sujeitos também demonstraram temores relacionados à doença e às suas consequências, assim como as experiências pregressas percebidas como ameaçadoras ou desafiadoras que demandaram tentativas de adaptação, tal qual a pandemia.

Ressalta-se que a presente investigação foi realizada durante a pandemia de COVID-19, a qual responde por um grande número de casos diagnosticados e de mortes causadas pela doença. Ao mesmo tempo em que foi possível compreender o medo vivenciado nesse contexto, os

autores reconheceram que tal cenário pode ter exacerbado suas reações, o que representaria uma limitação do estudo. Outra limitação consiste no fato de os dados terem sido produzidos apenas através de uma sessão de grupo focal; portanto, há a necessidade de aprofundamento em informações fornecidas pelos participantes em futuros novos encontros.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia de COVID-19 simboliza o ‘novo’ para estudantes universitários e contribuiu para vivências de medo relacionadas ao imprevisível, à solidão, ao sofrimento e à finitude humana. Apesar de seu ineditismo, a experiência da pandemia assemelhava-se a experiências pregressas com eventos estressores enfrentados pelos sujeitos, além de ter permitido a esses indivíduos a possibilidade de desenvolver sua capacidade de resiliência.

O presente estudo aprofundou a compreensão acerca da vivência do medo entre estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19 e contribuiu para a produção do saber científico sobre esse tema, trazendo subsídios que possibilitam o fortalecimento de estratégias de promoção da saúde mental, as quais poderão ser planejadas e executadas pelas Universidades, e voltadas para essa população. Ademais, os achados podem embasar ações direcionadas ao público universitário em outros contextos, tais como aqueles relacionados a emergências em saúde pública e consequentes medidas restritivas.

THE EXPERIENCE OF FEAR BY UNIVERSITY STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT

Objective: apprehending the experience of fear by university students during the Covid-19 pandemic. **Methods:** an exploratory, qualitative study conducted with 16 students enrolled in Brazilian higher education institutions. Data were collected in June 2020 through a virtually performed focus group using a semi-structured script with north-section questions. From the content analysis, thematic modality, the following categories emerged: Fear of the unknown and its repercussions on the lives of university students and Living going forward: challenges imposed by the pandemic and similarities with previous experiences. **Results:** the Covid-19 pandemic symbolized the new, evidenced by the participants' feeling of fear in the face of the unpredictable, loneliness, suffering and human finitude. The narratives showed changes in the lives of university students. **Conclusion:** despite its originality, the experience of the pandemic found similarities in previous experiences of stressful events that allowed participants to learn and develop their resilience.

Keywords: Students. Fear. Pandemics. Covid-19.

LA VIVENCIA DEL MIEDO POR ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DURANTE LA PANDEMIA DE COVID-19

RESUMEN

Objetivo: comprender la vivencia del miedo por estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19. **Métodos:** estudio exploratorio, cualitativo, realizado con 16 estudiantes inscriptos en instituciones de enseñanza superior brasileñas. Los datos fueron recolectados en junio de 2020, a través de un grupo focal realizado virtualmente, utilizando un guion semiestructurado con cuestiones orientadoras. A partir del análisis de contenido, modalidad temática, surgieron las categorías: Miedo a lo desconocido y sus repercusiones en la vida de estudiantes universitarios y Vivir de aquí en adelante: desafíos impuestos por la pandemia y semejanzas con experiencias anteriores. **Resultados:** la pandemia de COVID-19 simbolizaba lo nuevo, evidenciado por el sentimiento de miedo de los participantes frente a lo impredecible, a la soledad, al sufrimiento y a la finitud humana. Los relatos mostraron cambios en el vivir de los estudiantes universitarios. **Conclusión:** pese su carácter inédito, la vivencia de la pandemia encontró similitudes en experiencias anteriores de eventos estresantes que permitieron a los participantes aprender y desarrollar su capacidad de resiliencia.

Palabras clave: Estudiantes. Miedo. Pandemias. Covid-19.

REFERÊNCIAS

- Pinheiro MA, Melo RS. Diários de confinamento: a emergência do novo na intimidade da relação eu-outro-mundo. *Psicol Soc.* 2020; 32: e020011. DOI: 10.1590/1807-0310/2020v32240282
- Costa R, Lino MM, Souza AIJ, Lorenzini E, Fernandes GCM, Brehmer LCF, et al. O ensino de enfermagem no tempo Covid-19. Como reinventá-lo neste contexto? *Texto Contexto Enferm.* 2020; 29: e20200202. DOI: 10.1590/1980-265x-tce-2020-0002-0002
- Naser AY, Dahmash EZ, Al-Rousan R, Alwafi H, Alrawashdeh HM, Ghoul I, et al. Mental health status of the general population, healthcare professionals, and university students during 2019 coronavirus disease outbreak in Jordan: a cross-sectional study. *Brain Behav.* 2020; 10(8): e01730. DOI: 10.1002/brb3.1730
- Aker S, Midik Ö. The views of medical faculty students in Turkey concerning the COVID-19 pandemic. *J Community Health.* 2020; 45(4). DOI: 10.1007/s10900-020-00841-9
- Zhang Y, Zhang H, Ma X, Di Q. Mental health problems during the COVID-19 pandemics and the mitigation effects of exercise: a longitudinal study of college students in China. *Int J Environ Res Public Health.* 2020; 17(10): 3722. DOI: 10.3390/ijerph17103722
- Zhai Y, Du X. Mental health care for international Chinese students affected by the COVID-19 outbreak. *Lancet Psychiatry.* 2020; 7(4): e22. DOI: 10.1016/S2215-0366(20)30089-4
- Lai S, Ruktanonchai NW, Zhou L, Prosper O, Luo W, Floyd JR, et al. Effect of non-pharmaceutical interventions to contain COVID-19 in China. *Nature.* 2020; 585(7825). DOI: 10.1038/s41586-020-2293-x
- Lazzerini M, Barbi E, Apicella A, Marchetti F, Cardinale F, Trobia G, et al. Delayed access or provision of care in Italy resulting from fear of COVID-19. *Lancet Child Adolesc Health.* 2020; 4(5): e10-e11. DOI: 10.1016/S2352-4642(20)30108-5
- Goyal K, Chauhan P, Chhikara K, Gupta P, Singh MP. Fear of COVID 2019: first suicidal case in India! *Asian J Psychiatry [on-line].* 2020; 49: 101989. DOI: 10.1016/j.ajp.2020.101989
- Ornell F, Schuch JB, Sordi AO, Kessler FHP. "Medo pandêmico" e COVID-19: carga e estratégias de saúde mental. *Braz J Psychiatry.* 2020; 42(3). DOI: 10.1590/1516-4446-2020-0008
- Nguyen HT, Do BN, Pham KM, Kim GB, Dam HTB, Nguyen TT, et al. Fear of COVID-19 scale-associations of its scores with health literacy and health-related behaviors among medical students. *Int J Environ Res Public Health.* 2020; 17(11): 4164. DOI: 10.3390/ijerph17114164
- Dias E, Pinto FCF. A educação e a COVID-19. *Ensaio: aval pol públ Educ.* 2020; 28(108). DOI: 10.1590/s0104-40362019002801080001
- Bardin L. *Análise de Conteúdo.* 1ª ed. São Paulo: Edições 70; 2011.
- Buriola AA, Silva AST, Ribeiro JEF, Possa J, Silingovschi GL, Gregolin MAZA, Camargo RMP. A percepção dos familiares sobre a unidade de internação psiquiátrica em um hospital geral. *Cienc Cuid Saude.* 2021; 20:e53197. Available from: <https://doi.org/10.4025/ciencucuidsaude.v20i0.53197>
- Silva HGN, Santos LES, Oliveira AKS. Effects of the new coronavirus pandemic on the mental health of individuals and communities. *J Nurs. Health.* 2020; 10: e20104007. DOI: 10.15210/JONAH.V10I4.18677
- Silva RM, Goulart CT, Guido LA. Evolução histórica do conceito de estresse. *Rev. Cient. Sena Aires.* 2018; 7(2): 148-56. Available from: <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/viewFile/316/225>
- Pereira SS, Teixeira CAB, Reisdorfer E, Vieira MV, Donato ESG, Cardoso L. The relationship between occupational stressors and coping strategies in nursing technicians. *Texto Contexto Enferm.* 2016; 25(4):e2920014. Available from: <https://dx.doi.org/10.1590/0104-07072016002920014>
- Lima MA, Rodrigues SR, Sanches RS, Souza AR. Stress, burnout and hardiness among professionals nursing in intensive care and emergency. *Revista de Administração Hospitalar e Inovação em Saúde.* 2020; 17(3):82-9. Available from: <https://doi.org/10.21450/rahis.v17i3.6260>
- Comin FS. O que esperar depois do (in)esperado?: saúde mental no trânsito (pós)pandemia. *Rev. SPAGESP.* 2021; 22(1): 1-5. Available from: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702021000100001&lng=pt&tlng=pt
- Sousa EA, Loureto GDL, Freires LA, Monteiro RP, Gouveia VV. Estresse acadêmico: adaptação e evidências psicométricas de uma medida. *Psicologia em Pesquisa.* 2018; 12(3):22-32. Available from: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa/artic/view/23783>

21. Enumo SRF, Weide JN, Vicentini ECC, Araujo MF, Machado WL. Enfrentando o estresse em tempos de pandemia: proposição de uma cartilha. *Estudos de Psicologia*. 2020;37:e200065. Available from: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/mwXhYmkmwJ5pgnDJjsJwFjk/?format=pdf&lang=pt>

22. Benzoni PE, Octaviano TSC, Cruz AC. Impactos da pandemia da COVID-19 na percepção de estresse e estressores

em diferentes estágios do ciclo de vida. *Interação em Psicologia*. 2021;25(2):192-204. DOI: <http://dx.doi.org/10.5380/riep.v25i2.76404>

23. Estratégias para redução do estresse ocupacional em trabalhadores da saúde durante a pandemia por COVID-19: uma revisão da literatura. *Research, Society and Development*. 2020;9(11):e1639119707. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i11.9707>

Endereço para correspondência: Helder de Pádua Lima. Avenida Márcio de Lima. Nantes S/N, Vila da Barra, Estrada do Pantanal. Coxim. Mato Grosso do Sul. CEP 79400-000. Telefone: (85) 996403127. E-mail: padua_helder@hotmail.com

Data de recebimento: 10/05/2021

Data de aprovação: 29/01/2022