

Avaliação da qualidade de vida e saúde mental de estudantes da saúde durante a pandemia de COVID-19

Assessment of the quality of life and mental health of healthcare students during the COVID-19 pandemic
Evaluación de la calidad de vida y la salud mental de estudiantes de salud durante la pandemia de COVID-19

Pedro Henrique Batista de Freitas^I

ORCID: 0000-0002-4407-2941

Adriana Lúcia Meireles^{II}

ORCID: 0000-0002-1447-953X

Mery Natali Silva Abreu^{III}

ORCID: 0000-0002-6691-3537

Bruna Carolina Rafael Barbosa^{II}

ORCID: 0000-0002-3729-1847

Waléria de Paula^{II}

ORCID: 0000-0002-9438-7343

Clareci Silva Cardoso^I

ORCID: 0000-0003-0689-1644

^IUniversidade Federal de São João del-Rei. Divinópolis, Minas Gerais, Brasil.

^{II}Universidade Federal de Ouro Preto. Ouro Preto, Minas Gerais, Brasil.

^{III}Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil.

Como citar este artigo:

Freitas PHB, Meireles AL, Abreu MNS, Barbosa BCR, Paula W, Cardoso CS. Assessment of the quality of life and mental health of healthcare students during the COVID-19 pandemic. Rev Bras Enferm. 2023;76(Suppl 1):e20230068. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2023-0068pt>

Autor Correspondente:

Pedro Henrique Batista de Freitas
E-mail: pedrohbf@yahoo.com.br



EDITOR CHEFE: Dulce Barbosa
EDITOR ASSOCIADO: Hugo Fernandes

Submissão: 12-03-2023 **Aprovação:** 14-08-2023

RESUMO

Objetivo: Avaliar a qualidade de vida (QV) e a presença de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes da área da saúde, em comparação ao período anterior à pandemia de COVID-19. **Métodos:** Pesquisa transversal comparativa em uma universidade pública brasileira. A QV foi avaliada por meio da escala WHOQOL-bref, enquanto os sintomas de depressão, ansiedade e estresse foram avaliados usando a escala DASS-21. Foram empregadas análises descritivas e inferenciais para comparar os dois períodos. **Resultados:** Um total de 355 estudantes participaram deste estudo. Durante a pandemia, foram observados aumentos significantes nos sintomas de depressão grave (15,1% versus 24,8%), ansiedade moderada (18,3% versus 29,4%) e estresse moderado (40,9% versus 53,8%) entre os participantes. Além disso, houve uma redução significativa na QV, especialmente no domínio das relações sociais (65,2 versus 59,6, p-valor 0,029). **Conclusão:** Evidenciou-se piora da QV e da saúde mental dos estudantes da saúde durante a pandemia de COVID-19.

Descritores: COVID-19; Qualidade de Vida; Depressão; Ansiedade; Estudantes.

ABSTRACT

Objective: to evaluate the quality of life (QOL) and the presence of symptoms related to depression, anxiety, and stress among students in the healthcare field, in comparison to the period before the COVID-19 pandemic. **Methods:** A comparative cross-sectional research was conducted at a Brazilian public university. QOL was assessed using the WHOQOL-bref scale, while symptoms of depression, anxiety, and stress were evaluated using the DASS-21 scale. Descriptive and inferential analyses were employed to compare the two time periods. **Results:** A total of 355 students participated in this study. During the pandemic, there were significant increases in severe depression symptoms (15.1% versus 24.8%), moderate anxiety (18.3% versus 29.4%), and moderate stress (40.9% versus 53.8%) observed among the participants. Additionally, a significant reduction in QOL was noted, particularly in the domain of social relationships (65.2 versus 59.6, p-value 0.029). **Conclusion:** The study highlights a deterioration in both the quality of life and the mental health of healthcare students during the COVID-19 pandemic.

Descriptors: COVID-19; Quality of Life; Depression; Anxiety; Students.

RESUMEN

Objetivo: Evaluar la calidad de vida (CV) y la presencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la salud, en comparación con el período previo a la pandemia de COVID-19. **Métodos:** Investigación transversal comparativa realizada en una universidad pública brasileña. La CV se evaluó utilizando la escala WHOQOL-bref, mientras que los síntomas de depresión, ansiedad y estrés se evaluaron utilizando la escala DASS-21. Se emplearon análisis descriptivos e inferenciales para comparar los dos períodos. **Resultados:** Un total de 355 estudiantes participaron en este estudio. Durante la pandemia, se observaron aumentos significativos en los síntomas de depresión grave (15,1% versus 24,8%), ansiedad moderada (18,3% versus 29,4%) y estrés moderado (40,9% versus 53,8%) entre los participantes. Además, hubo una reducción significativa en la CV, especialmente en el ámbito de las relaciones sociales (65,2 versus 59,6, valor de p 0,029). **Conclusión:** Se evidenció un deterioro en tanto la calidad de vida como la salud mental de los estudiantes de salud durante la pandemia de COVID-19.

Descritores: COVID-19; Calidad de Vida; Depresión; Ansiedad; Estudiantes.

INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19, causada pela rápida disseminação do SARS-CoV-2, provocou transformações globais sem precedentes, ocasionando elevada morbimortalidade, com impacto social e econômico, além de um importante prejuízo na qualidade de vida (QV) dos indivíduos⁽¹⁾. Nesse contexto, os estudantes universitários foram profundamente afetados pela pandemia, considerando que as medidas de restrição social, que culminaram no confinamento e na interrupção do ensino presencial, interferiram significativamente na rotina e nos hábitos de vida desses estudantes, com indícios de impacto na saúde mental e na QV⁽²⁾.

Os estudantes universitários da área da saúde possuem especificidades ao longo de sua formação acadêmica, que os tornam mais vulneráveis ao desenvolvimento de problemas de saúde mental e à diminuição da QV⁽³⁾. Esses estudantes convivem e enfrentam, durante seu processo de formação, diversos estressores relacionados ao ambiente acadêmico, como, por exemplo, sobrecarga de atividades, vivências desafiadoras na prática clínica durante os estágios e pressão por resultados, principalmente aqueles provenientes de instituições públicas⁽⁴⁾. Dessa maneira, existem algumas evidências que apontam para uma piora da saúde mental e da QV durante a pandemia de COVID-19, sugerindo elevada prevalência de depressão, ansiedade e estresse entre os estudantes da saúde, com registros de acometimento em mais de 50% dessa população⁽⁵⁻⁶⁾.

A QV é um importante indicador multidimensional da saúde e dos impactos de doenças e intervenções, emergindo como um indicador capaz de contribuir na compreensão dos desfechos da pandemia⁽⁷⁾. Nessa perspectiva, é fundamental investigar como a pandemia de COVID-19, principalmente durante a fase mais crítica de confinamento, interferiu na QV e na saúde mental dos estudantes, considerando a existência de lacunas neste tema, bem como o fato de que a possível deterioração da saúde mental pode levar à redução do rendimento acadêmico e a impactos desfavoráveis futuros, como a piora da qualidade da assistência prestada à população e o aumento do risco de suicídio nessa população⁽⁸⁾.

OBJETIVO

Avaliar a qualidade de vida e a presença de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes da área da saúde, em comparação ao período anterior à pandemia de COVID-19.

MÉTODOS

Aspectos Éticos

Esta investigação seguiu todas as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos contidas na Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, sendo aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa. Todos os participantes leram e concordaram, de forma virtual, com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), apresentado anteriormente ao questionário. Foi disponibilizada uma cópia do TCLE para download.

Desenho, Período e Local do Estudo

Trata-se de um estudo transversal, orientado pela ferramenta STROBE (*Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology*), realizado com estudantes dos cursos de graduação da área da saúde da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), no qual foram comparados dois inquéritos epidemiológicos, antes e durante a pandemia de COVID-19. Este estudo é parte integrante de um inquérito epidemiológico multicêntrico que investigou a prevalência de sintomas de depressão e transtorno de ansiedade entre estudantes universitários de instituições federais de ensino superior do Estado de Minas Gerais, denominado "PADu"⁽⁴⁾. A etapa realizada no contexto crítico da pandemia de COVID-19 (confinamento) faz parte do projeto "Efeitos da Pandemia de COVID-19 na Saúde Mental e Nutricional e no Ambiente Alimentar Domiciliar da Comunidade Acadêmica: Avaliação Longitudinal – Padu COVID"⁽⁹⁾. A UFOP é uma das mais tradicionais e maiores universidades do Brasil.

População e Critérios de Inclusão e Exclusão

Neste artigo, a população do estudo constituiu-se de estudantes dos quatro cursos de graduação da área da saúde existentes na instituição: Educação Física, Farmácia, Medicina e Nutrição. Para representar a etapa anterior à pandemia, utilizou-se um recorte do inquérito epidemiológico original para compor a amostra final dessa etapa, com os dados provenientes dos estudantes da UFOP⁽⁴⁾. Na composição da amostra representativa da segunda etapa, todos os estudantes dos cursos de graduação da área da saúde dessa mesma instituição foram convidados por e-mail a participarem do estudo, e a amostra foi composta pela totalidade daqueles que responderam ao questionário autoaplicado, considerando o contexto de isolamento imposto pela pandemia. Foram excluídos do estudo os estudantes que estavam em intercâmbio no momento da coleta de dados e aqueles que apresentaram respostas repetidas ao longo dos itens do questionário. Para cada estudante excluído ou que não respondeu ao questionário (recusa ou não resposta), foi realizado sorteio de reposição dentro do mesmo perfil.

Protocolo do Estudo

Os dados foram coletados nos períodos compreendidos entre maio e dezembro de 2019 (Antes da pandemia) e entre 20 de julho e 27 de agosto de 2020 (Durante a pandemia), ambos por meio de convite virtual. Os estudantes foram convidados a responder ao questionário por e-mail e redes sociais oficiais da universidade. O estudo foi amplamente divulgado pelo site da universidade. O questionário foi disponibilizado em plataforma online (*Google Forms*) e os convites enviados quinzenalmente, na primeira etapa, e semanalmente, na segunda etapa.

Foram avaliadas as seguintes variáveis:

- Sociodemográficas e clínicas;
- Qualidade de Vida mensurada pela *WHOQOL-bref* (*World Health Organization Quality of Life scale – Bref*);
- Saúde mental - sintomas de depressão, ansiedade e estresse avaliados pela escala Depressão, Ansiedade e Estresse – DASS 21.

A QV foi mensurada pela escala da Organização Mundial da Saúde (OMS) *WHOQOL-bref*, devidamente adaptada e validada para o Brasil⁽¹⁰⁾. Trata-se de um instrumento genérico composto por 26 questões, sendo 2 gerais (saúde e QV) e as demais que representam cada uma das 24 facetas que compõem o instrumento original. As questões são divididas em quatro domínios: físico (7 questões), psicológico (6 questões), relações sociais (3 questões) e meio ambiente (8 questões). Os escores dos domínios individuais são escalados de forma linear, de 0 a 100, em uma direção positiva; ou seja, quanto maior for a pontuação, melhor será a QV nos últimos 15 dias⁽¹⁰⁾.

A presença de sintomas de depressão, ansiedade e estresse foi avaliada por meio da DASS-21, também adaptada e validada para o Brasil⁽¹¹⁾. É composta por 21 frases afirmativas, subdivididas em três subescalas que avaliam, por autorrelato, os sintomas de ansiedade, depressão e estresse durante a última semana. Cada uma dessas subescalas é composta por sete questões, sendo as respostas obtidas de acordo com uma escala tipo Likert de 4 pontos (0 a 3). Os resultados de cada subescala são obtidos somando-se os escores de seus itens e multiplicando o total por dois. As pontuações para depressão, ansiedade e estresse geraram as seguintes categorias, de acordo com a gravidade dos sintomas: “normal”, “leve/moderado” e “grave/muito grave”.

Análise dos Resultados e Estatística

Utilizou-se de análise descritiva e inferencial para comparar as variáveis antes e durante o período crítico da pandemia de COVID-19 (confinamento). Na análise descritiva, foram utilizadas frequências absolutas e relativas, bem como foi feito o cálculo de medidas de tendência central e dispersão. Para a comparação das variáveis sociodemográficas, clínicas e sintomas de depressão, ansiedade e estresse, antes e durante, foram utilizados os testes Qui-Quadrado e o Exato de Fischer. Os escores de QV foram calculados conforme a sintaxe proposta pelo grupo de QV da OMS⁽¹⁰⁾ e a comparação das pontuações nos dois momentos foi realizada por meio do teste de Mann-Whitney. Nas comparações, o valor de $p \leq 0,05$ foi considerado significativo. O *software* utilizado nas análises foi o R (versão 4.0.5).

RESULTADOS

Um total de 355 estudantes participaram do estudo, sendo 93 na primeira etapa (antes da pandemia) e 262 na segunda etapa (durante a pandemia). Entre esses estudantes, a maioria era do sexo feminino (74,9%), com média de idade de 24 anos, considerando o total de participantes. Observou-se que a maioria era solteira (93,2%), não exercia trabalho remunerado (84,6%) e residia em república ou pensão (55,7%). A comparação entre as características sociodemográficas e clínicas dos grupos encontra-se descrita na Tabela 1.

Na comparação entre os dois momentos (Tabela 1), verificou-se diferença estatisticamente significativa quanto ao estado conjugal, sexo biológico, uso de drogas ilícitas, prática de atividade física e autorrelato de doença crônica ($p < 0,05$). Observou-se um aumento da frequência de estudantes que se autodeclararam casados (2,2% versus 7,6%) e do sexo feminino

(66,7% versus 77,9%). Observou-se também uma diminuição significativa daqueles que referiram usar drogas ilícitas (44,1% versus 8,0%); entretanto, aqueles que referiram ter intensificado o consumo após o ingresso na universidade apresentaram aumento (16,7% versus 57,1%). Além disso, verificou-se aumento na prática de exercício físico (57,0% versus 76,0%, respectivamente) e naqueles que referiram possuir alguma doença crônica (10,8% versus 33,6%).

Tabela 1 - Comparação entre as características sociodemográficas e clínicas dos estudantes universitários da saúde, antes e durante a pandemia de COVID-19. Ouro Preto, Minas Gerais, Brasil, 2020 (N=355)

Variável	Antes da pandemia n = 93 (%)	Durante a pandemia n = 262 (%)	Valor de p
Cursos			
Farmácia	32,3	35,5	0,161 ⁱⁱ
Nutrição	21,5	30,5	
Medicina	29,0	22,5	
Educação Física	17,2	11,5	
Estado civil			
Solteiro(a)	95,7	92,4	0,009 ⁱ
Casado(a)	2,2	7,6	
Outro ⁱ	2,2	0,0	
Sexo biológico			
Feminino	66,7	77,9	0,045 ⁱⁱ
Masculino	33,3	22,1	
Orientação sexual			
Heterossexual	82,8	81,3	0,243 ⁱⁱ
Homossexual	9,7	6,1	
Outros ²	7,5	12,6	
Trabalho remunerado			
Não	85,0	85,9	0,962 ⁱⁱ
Sim	15,1	14,1	
Moradia			
Sozinho	8,6	11,5	0,085 ⁱⁱ
Pais/Parentes	25,8	36,3	
Outros ³	65,6	52,3	
Crença			
Católica	48,4	49,6	0,976 ⁱⁱ
Evangélica	11,8	11,8	
Outros ⁴	39,8	38,6	
Uso de bebida alcoólica			
Não	31,2	33,6	0,768 ⁱⁱ
Sim	68,8	66,4	
Uso bebida em excesso			
Não	38,2	48,6	0,168 ⁱⁱ
Sim ⁵	61,8	51,5	
Fuma cigarro/produto do tabaco			
Não	86,0	93,1	0,061 ⁱⁱ
Sim	14,0	6,9	
Uso de drogas ilícitas			
Não	55,9	92,0	0,000 ⁱⁱ
Sim	44,1	8,0	
Consumo de droga iniciou após universidade			
Não	75,3	57,1	0,161 ⁱⁱ
Sim	24,7	42,9	
Intensificação do consumo de droga após universidade			
Não	83,3	42,9	0,000 ⁱⁱ
Sim	16,7	57,1	
Prática de exercício físico ⁶			
Não	43,0	24,1	0,001 ⁱⁱ
Sim	57,0	76,0	

Continua

Continuação da Tabela 1

Variável	Antes da pandemia n = 93 (%)	Durante a pandemia n = 262 (%)	Valor de p
Autoavaliação da saúde			
Muito boa	17,2	17,2	0,751 ^I
Boa	47,3	52,7	
Regular	32,3	26,7	
Ruim	3,2	3,4	
Doenças crônicas			0,000 ^{II}
Não	89,3	66,4	
Sim	10,8	33,6	
Histórico familiar de depressão			0,000 ^{II}
Não	53,8	81,7	
Sim	46,2	18,3	
Histórico familiar de ansiedade			0,897 ^{II}
Não	52,7	54,2	
Sim	47,3	45,8	
Idade			0,821 ^{III}
Média (DP)	23,8 (3,5)	24,1 (4,8)	
IMC ⁷			0,059 ^{III}
Média (DP)	22,5 (3,7)	23,3 (3,8)	

I Teste Exato de Fisher; II Teste Qui-Quadrado; III Teste de Mann Whitney; 1 Divorciado, união estável, outro; 2 Bissexual, assexual; 3 República, pensão, alojamento, cônjuge; 4 Sem crença, espírita, orientais budismo, judaica, afro-brasileira, outra; 5 Total de doses ingeridas em uma única ocasião (total de cinco doses para os homens e quatro para as mulheres, em uma única ocasião); 6 Praticar atividade física refere-se à prática de exercício físico ou qualquer atividade física, como esporte (por exemplo: futebol, tênis, corrida, natação, etc.); 7 IMC: índice de massa corporal.

Tabela 2 - Prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse dos estudantes universitários da saúde, antes e durante a pandemia de COVID-19. Ouro Preto, Minas Gerais, Brasil, 2020 (N=355)

Variável	Antes da pandemia n= 93 (%)	Durante a pandemia n=262 (%)	Valor de p ¹
Depressão			0,052
Normal	49,5	36,6	
Leve/Moderado	35,5	38,6	
Grave/Muito Grave	15,1	24,8	
Ansiedade			0,054
Normal	52,7	50,8	
Leve/Moderado	18,3	29,4	
Grave/Muito Grave	29,0	19,9	
Estresse			0,041
Normal	38,7	25,6	
Leve/Moderado	40,9	53,8	
Grave/Muito Grave	20,4	20,6	

¹Teste Qui-Quadrado.

Tabela 3 - Comparação da QV dos estudantes universitários da saúde, de acordo com domínios da escala WHOQOL-bref, antes e durante a pandemia de COVID-19. Ouro Preto, Minas Gerais, Brasil, 2020 (N=355)

Domínios de Qualidade de Vida	n	Média	Desvio Padrão	Valor de p ¹
Físico				0,642
Antes da pandemia	93	65,8	15,7	
Durante a pandemia	262	65,1	16,2	
Psicológico				0,141
Antes da pandemia	93	60,9	17,8	
Durante a pandemia	262	57,8	19,2	
Relações Sociais				0,029
Antes da pandemia	93	65,2	18,6	
Durante a pandemia	262	59,6	19,8	
Meio Ambiente				0,270
Antes da pandemia	93	63,9	14,9	
Durante a pandemia	262	65,7	16,8	

¹Teste de Mann Whitney; WHOQOL-bref - World Health Organization Quality of Life scale.

A prevalência de ansiedade, depressão e estresse nos dois momentos é apresentada na Tabela 2. Observou-se diferença estatisticamente significativa, considerando os dois momentos investigados, quanto à gravidade dos sintomas. Em relação aos sintomas de depressão, houve aumento discreto da frequência de sintomas leves/moderados (35,5% versus 38,6%) e aumento de sintomas graves/muito graves (15,1% versus 24,8%), com diferença limítrofe nos dois momentos (valor-p 0,052). Os sintomas de ansiedade leves/moderados (18,3% versus 29,4%) aumentaram significativamente, enquanto os sintomas graves/muito graves apresentaram redução (29,0% versus 19,9%), também apresentando diferença limítrofe (valor-p 0,054). Observou-se um aumento significativo (valor-p 0,041) na frequência de sintomas de estresse leve/moderado (40,9% versus 53,8%), ao mesmo tempo em que os sintomas graves/muito graves mantiveram-se praticamente inalterados nos dois momentos (20,4% versus 20,6%).

A Tabela 3 mostra a comparação da QV nos dois momentos, de acordo com os domínios da escala WHOQOL-bref. Observa-se diferença significativa (valor-p 0,029) no domínio relações sociais, uma vez que o escore encontrado no período da pandemia foi menor (65,2 versus 59,6). Não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos nos demais domínios.

DISCUSSÃO

Os resultados desta investigação apontam para um aumento nos sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes universitários da área da saúde durante o período da pandemia de COVID-19. Além disso, foi evidenciada uma redução na Qualidade de Vida (QV), especialmente no domínio das relações sociais. Paradoxalmente, observou-se um aumento na prática de atividade física/esporte e uma diminuição no uso de drogas ilícitas.

Foi observada uma diminuição nos relatos do uso de drogas ilícitas entre os estudantes durante a pandemia, bem como um aumento nos relatos de intensificação do consumo após o ingresso na universidade no mesmo grupo. A prevalência do uso de substâncias ilícitas, álcool e tabaco é elevada entre estudantes universitários da área da saúde, devido à busca por prazer, necessidade de interação social, sobrecarga de atividades e alívio da ansiedade e estresse⁽¹²⁾. Há indícios de que na primeira fase da pandemia houve uma diminuição no consumo de drogas lícitas e ilícitas entre esses estudantes, considerando a influência das medidas para conter o vírus, como o distanciamento social e a interrupção temporária das atividades acadêmicas⁽¹³⁾, levando muitos a retomarem o convívio com os pais e familiares em detrimento dos amigos.

Nesta investigação, houve um aumento na prática de atividades físicas durante a pandemia. Sabe-se que a prática regular de atividade física está associada a um impacto positivo na QV e na saúde mental, reduzindo o estresse e os sintomas depressivos entre estudantes universitários da área da saúde^(3,14). Com a imposição do confinamento, esperava-se um aumento significativo em comportamentos sedentários e inatividade física, o que foi observado em alguns estudos^(13,15). No entanto, os resultados encontrados não são exclusivos desta investigação, pois o aumento das atividades físicas nos primeiros meses da pandemia também foi observado em outras pesquisas envolvendo estudantes de enfermagem e medicina⁽¹⁶⁾.

Ainda não se compreendem as razões por trás do aumento na prática de atividades físicas, nem se isso persistiria caso medidas mais rigorosas de isolamento fossem mantidas, mas acredita-se que o ambiente em que o estudante vive influencie seus hábitos de vida, e as particularidades de sua formação na área da saúde podem ter impactado a decisão de se exercitar em casa⁽¹⁶⁾. Além disso, durante o primeiro ano da pandemia, já havia indicativos de que indivíduos que praticavam regularmente atividades físicas apresentavam um menor risco de desfechos desfavoráveis da COVID-19, como a necessidade de hospitalização e óbito⁽¹⁷⁾, o que também pode ter incentivado os estudantes a não interromperem seus exercícios ou até mesmo a aumentarem sua prática de atividades físicas.

Os sintomas de depressão e ansiedade apresentaram diferenças significativas entre os dois momentos nesta investigação, com um aumento nos sintomas graves/muito graves e nos sintomas leves/moderados, respectivamente, durante o período da pandemia. É sabido que problemas de saúde mental, especialmente depressão e transtornos de ansiedade, são frequentes entre estudantes universitários da área da saúde, com um aumento na prevalência ao longo da última década e uma ligação com o ambiente acadêmico e fatores externos⁽¹⁸⁾. Antes da pandemia de COVID-19, estimou-se uma prevalência de sintomas depressivos e de ansiedade, independentemente da gravidade, em mais de 30% dos estudantes da área da saúde^(4,9,19). Existem indícios de que a pandemia de COVID-19 teve um impacto na saúde mental, vida social e formação desses estudantes, sendo que os primeiros meses foram marcados por mudanças significativas na rotina, com a interrupção das aulas, retorno à casa dos familiares, isolamento e incertezas em relação ao futuro profissional⁽²⁰⁾.

O aumento nos sintomas de depressão grave e ansiedade moderada observado nesta investigação indica uma possível influência do período pandêmico. Um estudo realizado com estudantes de medicina americanos durante a primeira fase da pandemia indicou um aumento de 70% nos sintomas de depressão e 61% nos sintomas de ansiedade em comparação com estudos anteriores à pandemia⁽⁵⁾. Uma metanálise envolvendo estudantes de enfermagem encontrou uma prevalência de 52% nos sintomas de depressão e 32% nos sintomas de ansiedade, sugerindo uma relação com o contexto da pandemia⁽⁶⁾.

No Brasil, um estudo multicêntrico realizado com estudantes universitários durante o período crítico da pandemia indicou uma prevalência de 60,5% de sintomas depressivos e 52,5% de sintomas de ansiedade, tendo como principais preditores a presença de doença crônica, idade jovem e sexo feminino⁽²⁾. Esses achados são similares aos deste estudo, que encontrou uma prevalência de 64,4% de sintomas de depressão e 49,2% de sintomas de ansiedade, independentemente do nível de gravidade. Outras investigações também apontam para o aumento de sintomas de depressão e ansiedade entre estudantes da área da saúde, estando relacionados com o distanciamento social, adaptação à nova rotina e histórico de problemas clínicos e de saúde mental⁽²¹⁻²²⁾.

Houve um aumento significativo de sintomas de estresse leve/moderado, evidenciando um cenário alarmante durante os primeiros meses da pandemia. Sintomas de estresse são comuns em estudantes da área da saúde, possuindo uma interrelação complexa com ansiedade e depressão. O estresse pode ser definido

como um estado de excitação/tensão excessiva, não específico, resultante da ineficácia ou esgotamento dos mecanismos de enfrentamento, sendo avaliado pela severidade de sua ocorrência⁽¹¹⁾. No contexto da pandemia, observou-se um aumento significativo de sintomas de estresse, principalmente moderados e graves, que podem ser resultados do distanciamento social, adaptação ao ensino remoto e medo de contrair o vírus⁽²³⁻²⁴⁾.

Nesta investigação, constatou-se que 53,8% dos estudantes apresentaram sintomas de estresse leve e moderado durante a pandemia. Um estudo multicêntrico envolvendo estudantes universitários brasileiros também no período crítico da pandemia indicou um achado semelhante, encontrando uma prevalência de 57,5% de sintomas de estresse moderado, utilizando o mesmo instrumento de mensuração⁽²⁾. Verifica-se que esses resultados são elevados quando comparados com um estudo que avaliou a presença de sintomas de estresse, ansiedade e depressão na população adulta brasileira durante a pandemia, apontando uma prevalência de 45,7% de sintomas de estresse.

De forma similar aos sintomas de depressão e ansiedade, estudos sugerem que os fatores de risco mais relevantes associados ao desenvolvimento de estresse moderado e grave entre estudantes universitários da área da saúde, no contexto da pandemia de COVID-19, são: sexo feminino, idade jovem, sedentarismo, dificuldades financeiras e histórico de problemas de saúde mental⁽²²⁾. Há indícios de que níveis elevados de estresse podem afetar a QV desses estudantes em todos os domínios da escala *WHOQOL-bref*, com consequente aumento do risco de depressão e tentativas de suicídio⁽²⁵⁾.

No que se refere à QV observou-se uma diminuição significativa no escore do domínio relações sociais durante o período da pandemia. O domínio relações sociais envolve a percepção que o indivíduo possui em relação à rede de suporte social, suas relações pessoais e atividade sexual⁽¹⁰⁾. A pandemia de COVID-19 modificou de forma drástica a rotina e o estilo de vida dos estudantes, principalmente durante o primeiro ano, com um possível impacto na QV⁽²⁶⁾. Sendo assim, há indicativos de que a QV dos estudantes universitários foi afetada durante a pandemia, com um maior prejuízo nos aspectos psicológicos e de relações sociais, considerando o movimento de confinamento e a fragilização dos vínculos sociais e afetivos^(1,7). O fato de a coleta de dados ter sido realizada na primeira fase da pandemia, no período de confinamento, pode ter influenciado a percepção da QV no domínio relações sociais neste estudo.

Um estudo multicêntrico realizado com estudantes universitários brasileiros sugeriu uma piora na QV durante a pandemia, notadamente no que se refere à saúde mental, tendo como principais preditores a idade jovem, o sexo feminino e o histórico de depressão e transtorno de ansiedade. Além disso, indicou que estudantes da área da saúde apresentaram escores de QV mais baixos nos domínios físico, psicológico e relações sociais, quando comparados aos estudantes de outras áreas do conhecimento⁽²⁷⁾.

Neste contexto, é importante salientar que, apesar do domínio relações sociais ter sido o único com significância estatística nesta investigação, observou-se um escore médio QV relativamente baixo nos outros domínios, principalmente no psicológico, durante a pandemia. Esse achado pode guardar alguma relação com o aumento de sintomas de depressão, ansiedade e estresse evidenciados por

esta investigação, apontando para um possível impacto do período pandêmico na saúde mental e QV desses estudantes.

O possível aumento significativo de estudantes do sexo feminino e portadores de doenças crônicas durante a pandemia também pode ter contribuído para a pior percepção de QV e provável piora da saúde mental, sugeridas por esta investigação. Apontamentos anteriores à pandemia indicaram que estudantes do sexo feminino apresentam maior prevalência de transtornos mentais em comparação a estudantes do sexo masculino, com evidência de pior QV, principalmente no domínio psicológico⁽²⁸⁾. Com o advento da pandemia de COVID-19 e seus prováveis impactos, acredita-se que estudantes do sexo feminino ainda apresentem maior prevalência de transtornos mentais e pior QV, apesar da necessidade de estudos longitudinais para ratificar essa hipótese⁽¹³⁾. Estudantes com doenças crônicas também apresentam pior QV, estando mais vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos mentais graves⁽²⁹⁾.

Os achados desta investigação apontam para um cenário preocupante e para a necessidade de planejamento de estratégias de cuidado direcionadas aos estudantes da área da saúde, tendo em vista os diversos reflexos negativos da pandemia de COVID-19 na saúde dos estudantes universitários da área da saúde. Sugere-se que esses estudantes sofreram um importante impacto em sua QV durante o primeiro ano da pandemia, com piora da saúde mental e das relações sociais, guardando uma possível relação com a elevada prevalência de transtornos mentais, notadamente de depressão, ansiedade e estresse. Por outro lado, acredita-se que estudantes que possuem boa capacidade de resiliência e um suporte social adequado apresentam uma melhor percepção de QV e, por conseguinte, escores mais elevados nos domínios relações sociais e psicológico, principalmente⁽³⁰⁾.

Limitações do estudo

Este estudo possui algumas limitações que se fazem importantes de serem mencionadas. Como se utilizou de um delineamento transversal, não foi possível estabelecer relações causais entre as variáveis, até mesmo porque os estudantes que participaram do estudo não foram os mesmos, quando comparadas as duas etapas. Considerando que as amostras foram independentes (primeira e segunda etapas), optou-se por não realizar o emparelhamento entre elas. Sugere-se, dessa forma, o desenvolvimento de estudos de delineamento longitudinal e de âmbito nacional para elucidar melhor o impacto da pandemia na saúde mental e QV desses estudantes.

Contribuições para a área da Enfermagem

Este estudo explicitou um cenário desafiador no contexto das políticas públicas de educação e saúde para a população estudada,

considerando a elevada carga de sintomas de depressão, ansiedade e estresse encontrada, bem como uma possível queda na QV Vida no campo das relações sociais. Espera-se que os resultados contribuam para o fomento de processos de reflexão e discussão por parte da comunidade acadêmica, voltados à saúde mental dos estudantes da saúde, haja vista que estão expostos a diversas vulnerabilidades devido à natureza de sua formação. Além disso, ao considerar possíveis impactos futuros ainda desconhecidos da pandemia de COVID-19, este estudo pode contribuir para o desenvolvimento de políticas de promoção da saúde e prevenção de doenças mentais, com o intuito de melhorar a Qualidade de Vida desses futuros profissionais e influenciar na assistência prestada por eles à população.

CONCLUSÕES

Esta investigação evidenciou uma possível piora na saúde mental e na QV dos estudantes da área da saúde durante a pandemia de COVID-19, considerando o aumento significativo dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse, bem como a diminuição do escore de QV no domínio relações sociais. Dessa forma, diante dos impactos atuais e futuros decorrentes do contexto pandêmico, sugere-se aos gestores das universidades o desenvolvimento e implementação de estratégias de rastreamento desses problemas de saúde mental, encaminhamento para tratamento quando necessário e acompanhamento ao longo do curso. Além disso, indica-se a reflexão por parte dos gestores das universidades e da comunidade acadêmica sobre o planejamento de estratégias que impactem positivamente na QV desses estudantes, principalmente relacionadas a hábitos de vida saudáveis e apoio social, visando aumentar sua capacidade de resiliência.

FOMENTO

Este estudo foi financiado pela Universidade Federal de Ouro Preto (PROPP 23/2019; bolsa número 23109.004079/2019-53) e pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) (Bolsa de Produtividade em Pesquisa; bolsa número 310905/2020-6).

CONTRIBUIÇÕES

Freitas PHB e Meireles AL contribuíram para a concepção ou desenho do estudo/pesquisa. Freitas PHB, Paula W e Barbosa BCR contribuíram para a análise e/ou interpretação dos dados. Freitas PHB, Paula W, Barbosa BCR, Meireles AL, Abreu MNS e Cardoso CS contribuíram com a revisão final, participação crítica e intelectual no manuscrito.

REFERÊNCIAS

1. Chawla B, Chawla S, Singh H, Jain R, Arora I. Is coronavirus lockdown taking a toll on mental health of medical students? a study using WHOQOL-BREF questionnaire. *J Family Med Prim Care*. 2020;9(10):5261-6. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_715_20
2. Lopes AR, Nihei OK. Depression, anxiety and stress symptoms in Brazilian university students during the COVID-19 pandemic: predictors and association with life satisfaction, psychological well-being and coping strategies. *PLoS One*. 2021;16(10):e0258493. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0258493>

3. Ghassab-Abdollahi N, Shakouri SK, Aghdam AT, Farshbaf-Khalili A, Abdolalipour S, Farshbaf-Khalili A. Association of quality of life with physical activity, depression, and demographic characteristics and its predictors among medical students. *J Educ Health Promot.* 2020;9:147. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_91_20
4. Freitas PHB, Meireles AL, Barroso SM, Bandeira MB, Abreu MNS, David GL, et al. The profile of quality of life and mental health of university students in the healthcare field. *Res Soc Dev.* 2022;11(1):1-18. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i1.25095>
5. Halperin SJ, Henderson MN, Prenner S, Grauer JN. Prevalence of anxiety and depression among medical students during the Covid-19 Pandemic: a cross-sectional study. *J Med Educ Curric Dev.* 2021;8:1-7. <https://doi.org/10.1177/2382120521991150>
6. Mulyadi M, Tonapa SI, Luneto S, Lin W-T, Lee B-O. Prevalence of mental health problems and sleep disturbances in nursing students during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Nurse Educ Pract.* 2021;57:103228. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2021.103228>
7. Ramos TH, Pedrolo E, Santana LL, Ziesemer NBS, Haefner R, Carvalho TP. O impacto da pandemia do novo coronavírus na qualidade de vida de estudantes de enfermagem. *RECOM.* 2020;10:1-10. <http://doi.org/10.19175/recom.v10i0.4042>
8. Abdullah MFILB, Mansor NS, Mohamad MA, Teoh SH. Quality of life and associated factors among university students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMJ Open.* 2021;11(10):e048446. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-048446>
9. Paula W, Oliveira WC, Meireles AL, Nascimento RCRM, Silva GN. Effects and implications of the COVID-19 pandemic on medicine use by employees of a Brazilian public university: a cross-sectional study. *Med J.* 2022;140(2):250-60. <https://doi.org/10.1590/1516-3180.2021.0367.R1.23072021>
10. Fleck MP, Louzada S, Xavier M, Chachamovich E, Vieira G, Santos L, et al. Application of the Portuguese version of the abbreviated instrument of Quality Life WHOQOL-Bref. *Rev Saúde Pública.* 2000;34(2):178-83. <https://doi.org/10.1590/S0034-8910200000200012>
11. 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. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>
12. Colomer-Pérez N, Chover-Sierra E, Navarro-Martínez R, Andriusevičienė V, Vlachou E, Cauli O. Alcohol and drug use in European University Health Science Students: relationship with self-care ability. *Int J Environ Res Public Health.* 2019;16(24):5042. <https://doi.org/10.3390/ijerph16245042>
13. Kobbaz TM, Bittencourt LA, Pedrosa BV, Fernandes BM, Marcelino LD, Freitas BP, et al. The lifestyle of Brazilian medical students: what changed and how it protected their emotional wellbeing during the COVID-19 pandemic. *Aust J Gen Pract.* 2021;50(9):668-72. <https://doi.org/10.31128/AJGP-03-21-5886>
14. Almhdawi KA, Alazrai A, Obeidat D, Altarifi AA, Oteir AO, Aljammal AH, et al. Healthcare students' mental and physical well-being during the COVID-19 lockdown and distance learning. *Work.* 2021;70(1):3-10. <https://doi.org/10.3233/WOR-205309>
15. Souza KC, Mendes TB, Gomes THS, Silva AA, Silva Nali LH, Bachi ALL, et al. Medical students show lower physical activity levels and higher anxiety than physical education students: a cross-sectional study during the COVID-19 Pandemic. *Front Psychiat.* 2021;12:804967. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.804967>
16. Romero-Blanco C, Rodríguez-Almagro J, Onieva-Zafra MD, Parra-Fernández ML, Prado-Laguna MC, Hernández-Martínez A. Physical activity and sedentary lifestyle in university students: changes during confinement due to the COVID-19 Pandemic. *Int J Environ Res Public Health.* 2020;17(18):6567. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186567>
17. Sallis R, Young DR, Tartof SY, Sallis JF, Sall J, Li Q, et al. Physical inactivity is associated with a higher risk for severe COVID-19 outcomes: a study in 48 440 adult patients. *Br J Sports Med.* 2021;55(19):1099-105. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2021-104080>
18. Leão AM, Gomes IP, Ferreira MJM, Cavalcanti LPG. Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do nordeste do Brasil. *Rev Bras Educ Méd.* 2018;42(4):55-65. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4RB20180092>
19. Mirza AA, Baig M, Beyari GM, Halawani MA, Mirza AA. Depression and anxiety among medical students: a brief overview. *Adv Med Educ Pract.* 2021;12:393-8. <https://doi.org/10.2147/AMEP.S302897>
20. Rolland F, Frajerman A, Falissard B, Bertschy G, Diquet B, Marra D. Impact of the first wave of the COVID-19 pandemic on French Health students. *L'Encéphale.* 2022;49-3:219-26. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2021.12.004>
21. Woon LS-C, Abdullah MFILB, Sidi H, Mansor NS, Jaafar NRN. Depression, anxiety, and the COVID-19 pandemic: severity of symptoms and associated factors among university students after the end of the movement lockdown. *PLoS One.* 2021;16(5):e0252481. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0252481>
22. Limeira FIR, Cruz PF, Andrade ARC, Guiomarino Neto AB, Arantes DC. Depression, anxiety and stress among dental students during COVID-19 pandemic and distance learning. *Rev ABENO.* 2022;22(2):1-12. <https://doi.org/10.30979/revabeno.v22i2.1563>
23. Puranachaikere T, Hataiyusuk S, Anupansupai R, In-iv S, Saisavoey N, Techapanuwat T, et al. Stress and associated factors with received and needed support in medical students during COVID-19 pandemic: a multicenter study. *Korean J Med Educ.* 2021;33(3):203-13. <https://doi.org/10.3946/kjme.2021.200>
24. O'Byrne L, Gavin B, Adams D, Lin YX, McNicholas F. Levels of stress in medical students due to COVID-19. *J Med Ethics.* 2021;47(6):383-8. <https://doi.org/10.1136/medethics-2020-107155>

25. Alkatheri AM, Bustami RT, Albekairy AM, Alanizi AH, Alnafesah R, Almodaimegh H, et al. Quality of life and stress level among health professions students. *Health Prof Educ.* 2020;6(2):201-10. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2019.11.004>
 26. Wynter K, Redley B, Holton S, Manias E, McDonall J, McTier L, et al. Depression, anxiety and stress among Australian nursing and midwifery undergraduate students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *Int J Nurs Educ Scholarsh.* 2021;18(1):20210060. <https://doi.org/10.1515/ijnes-2021-0060>
 27. Azzi DV, Melo J, Campos Neto AA, Castelo PM, Andrade EF, Pereira LJ. Quality of life, physical activity and burnout syndrome during online learning period in Brazilian university students during the COVID-19 pandemic: a cluster analysis. *Psychol Health Med.* 2022;27(2):466-80. <https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1944656>
 28. Solis AC, Lotufo-Neto F. Predictors of quality of life in Brazilian medical students: a systematic review and meta-analysis. *Braz J Psychiat.* 2019;41(6):556-67. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2018-0116>
 29. Moraes F, Baumont A, Dreher CB, Gauer G, Manfro GG. Psychiatric outcomes and overall functionality in students from health care programs during the pandemic: a cross-sectional study at the first COVID-19 wave in Brazil. *Trends Psychiat Psychother.* 2022:1-36. <https://doi.org/10.47626/2237-6089-2021-0416>
 30. Keener TA, Hall K, Wang K, Hulsey T, Piamjariyakul U. Quality of life, resilience, and related factors of nursing students during the COVID-19 pandemic. *Nurse Educ.* 2021;46(3):143-8. <https://doi.org/10.1097/NNE.0000000000000969>
-