



UNIVERSIDADE FEDERAL DO NORTE DO TOCANTINS  
CAMPUS ARAGUAÍNA  
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM LOGÍSTICA

**ELIZETH NASCIMENTO OLIVEIRA**

**OS EFEITOS DO ISOLAMENTO SOCIAL NA SAÚDE MENTAL DOS ALUNOS  
DE LOGÍSTICA DA UFNT – CAMPÚS ARAGUAÍNA**

ARAGUAÍNA – TO  
2021

**ELIZETH NASCIMENTO OLIVEIRA**

**OS EFEITOS DO ISOLAMENTO SOCIAL NA SAÚDE MENTAL DOS ALUNOS  
DE LOGÍSTICA DA UFNT – CAMPÚS ARAGUAÍNA**

Trabalho de Conclusão de Curso, na modalidade de artigo, apresentado à Universidade Federal do Norte do Tocantins (UFNT) - Campus Universitário de Araguaína para a obtenção do título de Tecnólogo em Logística, sob a orientação do Prof. Dr. Warton da Silva Souza.

ARAGUAÍNA – TO  
2021

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Tocantins**

---

048e Oliveira, Elizeth Nascimento.  
OS EFEITOS DO ISOLAMENTO SOCIAL NA SAÚDE MENTAL  
DOS ALUNOS DE LOGÍSTICA DA UFNT – CAMPUS ARAGUAINA. /  
Elizeth Nascimento Oliveira. – Araguaína, TO, 2021.

27 f.

Artigo de Graduação - Universidade Federal do Tocantins –  
Câmpus Universitário de Araguaína - Curso de Logística, 2021.

Orientador: Warton Da Silva Souza

1. Isolamento social. 2. Universitário. 3. Saúde mental. 4.  
Logística. I. Título

**CDD 658.5**

---

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

**Elaborado pelo sistema de geração automática de ficha catalográfica da UFT com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).**

**ELIZETH NASCIMENTO OLIVEIRA**

## **OS EFEITOS DO ISOLAMENTO SOCIAL NA SAÚDE MENTAL DOS ALUNOS DE LOGÍSTICA DA UFNT – CAMPÚS ARAGUAÍNA**

Trabalho de Conclusão de Curso, na modalidade de artigo, apresentado à Universidade Federal do Norte do Tocantins (UFNT) - Campus Universitário de Araguaína para a obtenção do título de Tecnólogo em Logística.

Orientador: sob a orientação do Prof. Dr. Warton da Silva Souza.

Aprovada em: 13 / 12 / 2021

### **BANCA EXAMINADORA**

---

Orientador: Prof. Dr. Warton da Silva Souza – Universidade Federal do Norte do Tocantins (UFNT)

---

Membro: Profa. Dra. Paola Silva – Universidade Federal do Norte do Tocantins (UFNT)

---

Membro: Prof. Dr. David Gabriel de Barros Franco – Universidade Federal do Norte do Tocantins (UFNT)

### **RESUMO**

O ingresso ao ensino superior inicia uma nova etapa na vida do indivíduo marcada por grandes mudanças que impactam significativamente a sua vida emocional de modo que, mesmo em situações comuns, o ambiente universitário tem potencial de afetar negativamente o emocional do aluno. Devido a ocorrência da pandemia em razão da Covid – 19, o cenário educacional modificou radicalmente a dinâmica das aulas presenciais através da adoção do ensino na modalidade remota. Como resultado da mudança repentina, das incertezas, instabilidades e perdas proporcionadas pela pandemia pesquisas indicaram sérios impactos na vida emocional dos estudantes de graduação. Dessa forma, o presente estudo objetivou realizar um breve diagnóstico dos efeitos do ensino remoto na saúde mental dos estudantes de tecnologia em logística de uma universidade do norte do estado do Tocantins. Para tanto realizou-se pesquisa quali-quantitativa através da aplicação de um questionário semiestruturado direcionado aos estudantes do referido curso. Notou-se que a adaptação ao ensino remoto provocou na maioria dos entrevistados, sensação de exaustão, sentimentos de angústia, incapacidade e insatisfação com relação ao rendimento do universitário, tais sintomas depressivos, estão por sua vez ligados aos altos índices de desistência no ensino superior, o que também foi observado em relação a maioria dos entrevistados. Sendo que, cerca de 47,6% dos entrevistados sentiu vontade de desistir ou trancar o curso ao qual está matriculado. Mediante resultados, percebeu-se a necessidade de maiores estudos objetivando que se investigue com maior amplitude e profundidade a relação do isolamento social e ensino remoto com o aparecimento de tendências depressivas em estudantes de graduação no período pandêmico.

**Palavras-Chaves:** Isolamento social. Universitário. Saúde mental.

## **ABSTRACT**

Admission to higher education starts a new stage in the individual's life, marked by major changes that significantly impact their emotional life, so that, even in common situations, the university environment has the potential to negatively affect the student's emotions. Due to the occurrence of the pandemic due to Covid – 19, the educational scenario has radically changed the dynamics of in-person classes through the adoption of remote teaching. As a result of the sudden change, the uncertainties, instabilities and losses caused by the pandemic, researches indicated serious impacts on the emotional lives of undergraduate students. Thus, the present study aimed to perform a brief diagnosis of the effects of remote learning on the mental health of logistics technology students at a university in the north of the state of Tocantins. For that, qualitative-quantitative research was carried out through the application of a semi-structured questionnaire aimed at the students of that course. It was noted that adaptation to remote learning caused in most respondents, a feeling of exhaustion, feelings of anguish, incapacity and dissatisfaction with the university's performance, such depressive symptoms are in turn linked to self-employment rates in higher education, which was also observed in relation to the majority of respondents. About 47.6% of respondents felt like giving up or locking the course they are enrolled in. Through the results, it was noticed the need for further studies aiming to investigate with greater breadth and depth the relationship of social isolation and remote learning with the emergence of depressive tendencies in undergraduate students in the pandemic period.

**Keywords:** Social isolation. University Student. Mental health.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>1</b>
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>1</b>
2.1 ISOLAMENTO SOCIAL.....	1
2.2 SAÚDE MENTAL.....	1
<b>2.2.1 Saúde mental e Autoestima.....</b>	<b>1</b>
<b>2.2.2 Saúde Mental dos Acadêmicos No Ensino Remoto.....</b>	<b>1</b>
<b>3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....</b>	<b>1</b>
<b>4 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....</b>	<b>1</b>
4.1 PERFIL DOS ENTREVISTADOS.....	1
4.2 IMPACTOS CAUSADOS PELO ISOLAMENTO SOCIAL.....	1
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>1</b>
<b>6 REFERÊNCIAS.....</b>	<b>1</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Ao ingressar na universidade o estudante se depara com inúmeras situações complexas relacionadas a adaptação à nova realidade que muitas vezes inclui viver longe da família, adaptação em outro ambiente e a conciliação da rotina de estudos e trabalhos. Essas mudanças impactam na vida pessoal consideravelmente no emocional do indivíduo podendo ocasionar em sentimentos de baixa autoestima, incapacidade, depressão, entre outros. De acordo com Neves e Dalgalarrodo (2007), a graduação é uma etapa propensa a obter desequilíbrios emocionais resultantes de obstáculos e instabilidades advindas do ambiente acadêmico.

Nesse contexto, é importante ater-se ao fato que nos últimos dois anos a humanidade foi surpreendida por uma pandemia ocasionada pelo novo corona vírus (SARS-CoV-2), a qual afetou a rotina de milhões de pessoas em todo o mundo, incluindo profissionais e estudantes (SOARES; COLARES, 2020).

Concernente a educação, surgiu a necessidade do distanciamento social, a qual refletiu diretamente nas atividades docentes e discentes pelo Brasil e mundo a fora (SOUZA, 2020). Como resultado do distanciamento social, suspendeu-se as atividades presenciais de ensino em todas as modalidades e níveis formativos, conforme estabeleceu a Portaria nº 343 de 17 de março de 2020, o Ministério da Educação (MEC, 2020). Deste modo as aulas presenciais foram substituídas por aulas que utilizassem de meios remotos, enquanto durasse a emergência sanitária.

Com as mudanças trazidas pelo ensino remoto, é importante discutir sobre os impactos de tal modalidade na vida dos estudantes universitários que até então participavam das atividades acadêmicas de modo presencial. Uma vez que os discentes são indivíduos vulneráveis à tendências depressivas, mudanças de rotina somadas ao medo de infecção do vírus, ou perda de entes queridos nesse período, podendo ainda somar efeitos nocivos sobre o emocional do referido grupo.

Assim, o presente estudo objetivou realizar um breve diagnóstico dos efeitos do ensino remoto na saúde mental dos estudantes de tecnologia em logística de uma universidade do norte do estado do Tocantins. Para tanto realizou-se um questionário semiestruturado aplicado aos estudantes do referido curso de logística da Universidade Federal Norte do Tocantins – UFNT.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 ISOLAMENTO SOCIAL**

O isolamento social consiste no afastamento do convívio social com outras pessoas, o qual pode ser voluntário ou não. O voluntário acontece quando o sujeito não se identifica com o grupo, podendo ser por crenças, princípios pessoais, dentre outros. Já o involuntário ocorre de forma indesejada para evitar um contágio vindo de uma pandemia ou algo que coloque em risco toda a sociedade (HORTULANUS, 2006). Conforme Bittencourt (2020), aplicar critérios de prudência como o isolamento social vem sendo uma medida estratégica de acareação da doença, cuidando não apenas de si mesmo, mas de toda parentela, contribuindo assim para que não haja um espalhamento do vírus.

Neste período de pandemia o retraimento social aconteceu com a intenção de separar as pessoas que não tinham sido contaminadas com o vírus, das pessoas que já foram contaminadas, evitando assim a propagação do mesmo (WILDER-SMITH “&” FREEDMAN, 2020). Porém o ato de isolar, pode evitar contágio, mas não evita ter risco na saúde mental de cada indivíduo, podendo desenvolver um distúrbio psíquico, se porventura não receber atenções apropriadas (ORNELL et al., 2020). O retraimento atinge a conduta do indivíduo, a vitalidade psicológica, aumentando o sentimento de angústia, exaustão, tristeza e baixa autoestima (PEREIRA, et al., 2020).

Cada indivíduo tem a necessidade de obter um ciclo de relacionamentos com outras pessoas, pois isso colabora no seu desenvolvimento como ser humano. Segundo Mello e Teixeira (2012), o ser humano compõe-se de maneira

peculiar a começar do convívio com outrem, para criação de novos princípios particulares e coletivos.

A vitalidade psicológica de alunos em graduação, tem tido atenção da saúde pública por verificar abalo emocional em discentes, podendo assim afetar seu desempenho educacional acometido pelo o isolamento, na qual a sua saúde mental foi ainda mais prejudicada pelo período epidemiológico (WATHELET et al., 2020; SON et al., 2020).

## 2.2 SAÚDE MENTAL

A saúde mental vai além da ausência de doença ou transtorno mental. Deve-se compreender que nenhuma pessoa é perfeita, uma vez que todos tem seus limites e potenciais, pois diariamente é possível vivenciar uma série de emoções entre alegrias, estresse e tristezas, além de ser exposto a eventos estressores e nem sempre é possível lidar com tudo de forma equilibrada.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 1946), a saúde corresponde ao estado de completo bem-estar abrangendo aspectos físicos, mentais e sociais, não significando apenas a ausência de doença. A OMS também traz o conceito de saúde mental que vem a ser um estado no qual a pessoa pode usar suas próprias capacidades para se recuperar de momentos de estresse e manter um nível de bem estar interagindo em comunidade.

De acordo com Amarante (2013) a definição de saúde mental é complexa, todavia há um discurso no âmbito da psiquiatria que a compreende como sendo oposta à loucura, o que pode ser interpretado conforme o entendimento de que alguém com diagnóstico de transtorno mental não preserva nenhuma saúde mental ou bem-estar, o que não corresponde à realidade, pois os transtornos são diversos e caracterizados por crises nem sempre contínuas.

### 2.2.1 SAÚDE MENTAL E AUTOESTIMA

Intui-se a autoestima como a demonstração de valor que atribuímos a nós mesmos e a aptidão de nos amarmos. A autoestima é a junção de sentimentos e

opinião do indivíduo sobre sua capacidade, atribuição e conformidade, que retrata uma atitude positiva ou negativa sobre si (ROSENBERG, 1965).

A definição de autoestima é feita por intermédio da Escala de Autoestima de Rosenberg – EAR (ROSENBERG, 1965), definida pelo autor como um mecanismo único habilitado para especificar nível de autoestima sendo baixo, médio e alto. A baixa autoestima é demonstrada pelo sentimento de incapacidade, conflito e falta de aptidão para encarar conflitos. A média é determinada pela mutabilidade do ser humano entre sentimento de aceitação e desprezo por si mesmo. A alta representa a auto análise de princípios, convicções e aptidões (ROSENBERG, 1965).

A autoestima é apontada como um relevante prenunciador de resultados benéficos na adolescência até a vida adulta, tendo consequências na área profissional, interpessoal, e no desenvolvimento do discente (TRZESNIEWSKI, DONNELLAN & ROBINS, 2003). Porém o poder deste atributo tem sido refletido em controvérsia, como ataque, conduta retraída e criminalidade na adolescência (DONNELLAN; TRZESNIEWSKI; ROBINS; MOFFITT “&” CASPI, 2005).

Conforme, Castro e Almeida (2016) a conduta de autoestima nos discentes é persuadida pelo estado de saúde mental que se encontra, não limitando somente em relação ao êxito do universitário em matérias.

A vulnerabilidade de alunos acadêmicos a elevação de autocídio está ligada a ocasiões vividas onde obteve a junção de emoções ruins e desespero. Impulsionada por determinação só ou grupal, como por desintegração familiar, crescimento de ordem nas obrigações da execução de tarefas, exaustão do trajeto universitário, conjectura de atributo por intermédio de notas, insegurança em relação de como será futuramente na área profissional, exigência por meio familiar e de si mesmo (SILVA “&” AZEVEDO, 2018).

Quando se trata da vida acadêmica e sua permanência na graduação, a autoestima é percebida em sua permanência na universidade, maior bem-estar emocional e desempenho no trabalho. Dessa forma a baixa autoestima se relaciona com situações negativas da vida, dificuldade em adaptar-se as várias

situações contrárias e com o aumento de pensamento suicida (FURR “&” FANDER, 1998).

### 2.2.2 SAÚDE MENTAL DOS ACADÊMICOS NO ENSINO REMOTO

A atenção com a saúde psíquica do acadêmico manifestou-se nos Estados Unidos no começo do século XX, partindo da identificação de que os discentes passam por um tempo suscetível a ter abalo emocional, sendo observado da visão psicológica, e entendendo que é de responsabilidade da universidade em que estão introduzidos em ajuda-los nesse momento (REIFLER et al., 1969; LORETO, 1985). Os acadêmicos necessitam de um apoio psicológico dentro da sua instituição de ensino, para que assim quando sentirem cansaço psíquico consigam ter com quem expor esse problema, obtendo assim um suporte de ajuda para tanto desgaste mental.

É de grande importância a universidade para o aluno, pois permite a expansão de aptidões e qualificações tanto profissionais como pessoais (BARDAGI, 2007). Essa nova etapa que o jovem se propõe, traz consigo pontos positivos no desenvolvimento do mesmo, período esse que é destacado pelas mudanças na vida do aluno (ARNETT, 2007).

Diante do período pandêmico viu-se a necessidade de partir para o ensino remoto, já que discentes e docentes estão proibidos por decreto a retomarem as aulas no modo presencial para que assim evite ainda mais o espalhamento do vírus (BEHAR, 2020).

A epidemia de Covid-19 gerou transformações relevantes na rotina dos universitários com o impedimento as universidades e a mudança do ensino presencial para a forma remota (WIECZOREK et al., 2021). Isso causou declínio ou supressão de interações sociais sendo um agente causador de depressão, ansiedade, afetando assim o bem-estar psíquico dos mesmos (KOHLS; BALDOFSKI “&” MOELLER, 2021).

Transtornos psíquicos acometem uma grande exaustão no indivíduo, na sua parentela e no meio onde ele está inserido, afetando a sua produtividade no

trabalho, escola e em outras atividades do meio social (FUREGATO et al., 2010). Deve-se salientar que quanto mais rápido os alunos são identificados com algum tipo de transtorno mais fácil é de iniciar o tratamento, colaborando assim para que se desenvolvam como indivíduos e sejam bons profissionais.

É imprescindível que a universidade procure se atentar para os impactos que a pandemia juntamente com o período de isolamento social trouxe a saúde mental dos discentes dentro do contexto educacional na forma remota (BAO, 2020; TOQUERO, 2020). Buscando assim proporcionar uma adaptação menos dificultosa durante período pandêmico.

### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

O presente estudo possui abordagem qualitativa e quantitativa, de acordo com Knechtel (2014) ambas se preocupam em apresentar o ponto de vista do indivíduo, no entanto a primeira reflete a proximidade do sujeito, a exemplo do uso de entrevistas, já a segunda, se utiliza de métodos empíricos para tanto, desse modo a pesquisa quali-quantitativa “interpreta as informações quantitativas por meio de símbolos numéricos e os dados qualitativos mediante a observação, a interação participativa e a interpretação do discurso dos sujeitos (semântica)” (KNECHTEL, 2014, p. 106).

O estudo foi realizado através da aplicação de questionários semiestruturados aplicados aos estudantes do curso de graduação logística da Universidade Federal do Norte do Tocantins – UFNT, entre os dias 25 a 30 de novembro de 2021.

Os critérios de inclusão e exclusão consideraram como condicionante estar o participante matriculado no curso de logística da UFNT campus Araguaína, estando ingresso em qualquer período. Assim participaram da entrevista 42 (quarenta e dois) alunos do referente curso, incluindo homens e mulheres.

O questionário foi composto por 09 (nove) perguntas voltadas relacionados ao universitário frente ao isolamento social e ensino remoto, as questões foram

inseridas em documento digital através da plataforma Google, por meio da ferramenta Google formulários, que gera questionários de tabulação automática.

Para a obtenção das respostas, foi gerado um link no Google formulários o qual houve o envio a cada participante via e-mail e WhatsApp, seguiu-se para a visualização dos resultados automaticamente gerados por meio da ferramenta Google formulários.

## **4 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS**

### **4.1 PERFIL DOS ENTREVISTADOS**

Os questionários aplicados foram respondidos por um total de 42 (quarenta e duas) pessoas sendo que 40,5% destas eram representantes do sexo masculino e 59,5% pertencentes ao sexo feminino, conforme demonstra o gráfico 1. Ressalta-se que todos são estudantes do curso de logística da Universidade Federal do Norte do Tocantins.

**Gráfico 1** – Gênero dos participantes da pesquisa

**Fonte:** Dados da pesquisa (2021)

## 4.2 IMPACTOS CAUSADOS PELO ISOLAMENTO SOCIAL

O isolamento social como medida utilizada para corroborar com a diminuição da transmissão do vírus da Covid-19 trouxe muitas alterações nas rotinas individuais e coletivas de, praticamente, todas as pessoas, trazendo a necessidade de adaptação a muitas áreas e setores de bens e serviços, incluindo o setor educacional “uma das consequências da necessidade de isolamento social é a restrição das atividades laborais e escolares. As escolas foram as primeiras a serem fechadas” (VIEIRA et al, 2020).

Como consequências das medidas tomadas tem-se o impacto na vida dos estudantes de todos os níveis de ensino, fato confirmado pela maioria do público participante da entrevista semiestruturada (gráfico 2).

**Gráfico 2** – Durante o período de isolamento, houve impactos em sua vida?

Discordo totalmente	Concordo totalmente
---------------------	---------------------

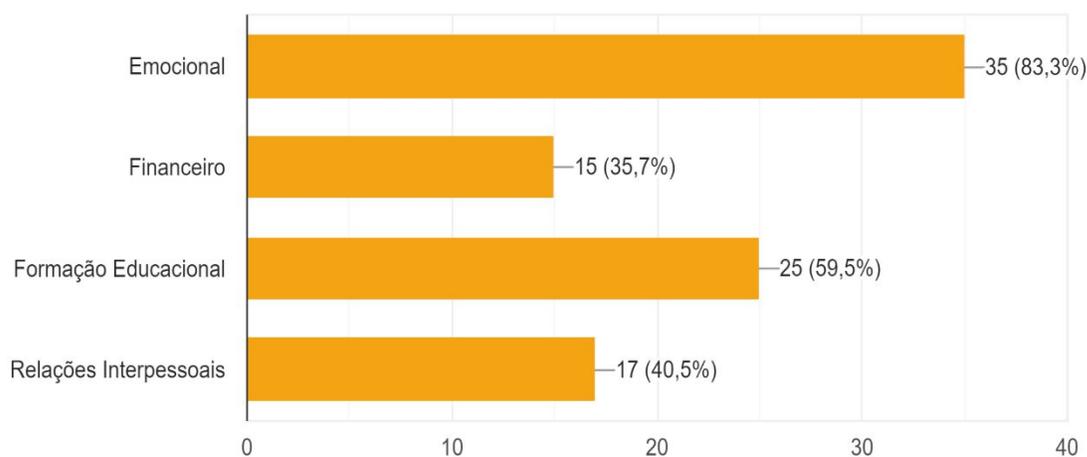
**Fonte:** Dados da pesquisa (2021)

Como se pode observar, no gráfico 2, com resultado de (45,2%) que concorda totalmente que o isolamento social afetou ao extremo a sua vida, na escala *likert* de 5 níveis que evolui de “discordo totalmente” para “concordo totalmente”, destaca-se ainda que 31% dos entrevistados concordou parcialmente que teve sua vida afetada, demonstrando assim que, para a maioria, prevalece o entendimento de que o isolamento impactou sua vida de alguma maneira. Cerca de 16,7% forneceram respostas tendentes a nem discordar ou concordar referente a tal aspecto, já 7,1 % relatam discordar, o que somou um total de 10

dos entrevistados. E, finalmente, zero pessoas discordaram totalmente em relação ao isolamento tê-las afetado de alguma maneira.

Uma vez que tais impactos foram percebidos, é importante verificar em quais dessas áreas houve repercussões. Assim o gráfico 3, traz que: 83,3% dos acadêmicos responderam que tiveram alterações em relação ao aspecto emocional; 35,7% em relação a área financeira; 59,5% em relação à formação educacional e 40,5% respondeu que sofreu impactos na vida interpessoal.

**Gráfico 3** - Quais áreas da vida foram impactadas?



**Fonte:** Dados da pesquisa (2021)

Verifica-se que a maioria dos entrevistados percebeu o impacto do isolamento na vida emocional, tal dado converge para o resultado obtido por Vieira et al., (2020), que ao verificar as adaptações dos estudantes ao ensino remoto, identificou que boa parte dos entrevistados indicaram estar passando por sentimentos de angústia, alteração do humor e ansiedades. Corroborando

Bittencourt (2020), relata que o isolamento social é bastante incômodo e comumente gera estresse, e outros sintomas ligados a depressão.

Em relação aos impactos na vida financeira, é provável que ficar constantemente em casa aumente as despesas como conta de luz, água, alimentação. Além do aumento das despesas, existe ainda a redução dos ganhos, principalmente de trabalhadores autônomos/informais e dos que perderam o emprego. Ressalta-se a necessidade de instalação de *internet* em casa para que aluno consiga realizar suas atividades acadêmicas de maneira síncrona.

A este respeito Bittencourt (2020) afirma que muitas pessoas ainda sofrem com carências muito básicas cuja necessidade deve ser suprida através de políticas assistenciais a fim de fornecer, aos que necessitam, os recursos para sobrevivência em tempos pandêmicos. O autor ressalta a ineficiências das intervenções que não conseguem chegar na verdadeira causa do problema, mantendo as pessoas em situação de miserabilidade social.

Há que se ressaltar ainda sobre o aumento do consumo de alimentos, de acordo com Vieira et al., (2021) durante o isolamento pode ocorrer em muitas pessoas o aumento da compulsão alimentar impactando diretamente na vida financeira do estudante.

Quanto a formação educacional, o ensino na modalidade remota decorreu de um momento emergencial. Segundo Konrath, Tarouco e Behar (2009), quando ocorre uma mudança repentina no modo de realizar as aulas, é possível haver déficits na qualidade do ensino e na aprendizagem, uma vez que não há como dar continuidade ao que se praticava em sala de aula, pois a formação acadêmica abrange outras dimensões e competências técnicas aprendidas através da prática e vivência pessoal.

**Gráfico 4** – Sentiu exaustão mental, com a mudança de modalidade presencial para remota?

**Fonte:** Dados da pesquisa (2021)

O

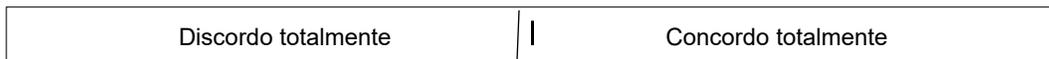
sentimento de exaustão por parte dos entrevistados, o gráfico 4 traz que 45,2% (19 pessoas) concordaram que tiveram tal sintoma em nível extremo, o segundo maior resultado, 19% (08 pessoas) demonstraram não discordar e nem concordar se mantiveram neutros com relação à exaustão; para os níveis 2 e 4 da escala, 16,7% (07 pessoas) discordaram parcialmente e concordo totalmente identificou-se cerca de 16,7% (07 pessoas), e, apenas uma pessoa 2,4% dos entrevistados, discordou totalmente que sente exaustão.

Sentimentos de exaustão, angustia e incapacidade foram relatados pelos entrevistados, conforme demonstram os gráficos 4,5 e 6. Os sintomas citados são característicos da síndrome do *burnout que*, de acordo com Maslach e Jackson (1981) está relacionada a três principais fatores os quais são, exaustão emocional, despersonalização e realização profissional. Sendo que, o estresse mal gerenciado pode desencadear o *bornout* tendo como resultado a exaustão física e mental (BECKER et al., 2021).

Portanto, a raiz de muitos problemas ligados a tal síndrome, que reflete em sensações de incapacidade, desmotivação e esgotamento, pode estar relacionada ao estresse, que por sua vez, agrava em um momento crítico como a pandemia,

marcada por eventos estressores, a exemplo da instabilidade econômica do país, perda de amigos ou familiares, desemprego, entre outros.

**Gráfico 5** - Sentiu algum sentimento de angustia?



**Fonte:** Dados da pesquisa (2021)

Em relação ao sentimento de angústia, o gráfico 5, traz que a maioria dos entrevistados, 38,1%, concordam totalmente, no nível máximo da escala, sentir-se angustiado em algum momento; 31% afirmou sentir-se angustiado no nível 4 da escala; 16,7% marcou o nível 3; 9,5% responderam tendendo a discordar totalmente (nível 2) e apenas 4,8% afirmou discordar totalmente que passa ou passou por algum momento de angústia.

A respeito do sentimento de incapacidade de continuar o curso no ensino remoto, obteve-se conforme o gráfico 6, que a maioria, 47,6%, concordou totalmente vivenciar tal sensação, na mesma tendência, 16,7% concordaram parcialmente ter algum sentimento de incapacidade de seguir nos estudos; 7,1% responderam de forma neutra; 7,1% responderam tendendo a discordar totalmente em nível 2 e um número expressivo de 21,4% afirmou não ter vivenciado sentimentos de incapacidade em dar prosseguimento ao curso.

**Gráfico 6** – Você se sentiu incapaz de dar continuidade aos estudos na forma remota?



**Fonte:** Dados da pesquisa (2021)

A sensação de incapacidade também foi verificada na pesquisa de Santos et al., (2021), onde cerca de 15,7% dos estudantes entrevistados afirmaram sentir-se incapazes diante do ensino remoto. De acordo com o autor “fatores emocionais

podem ser uma das razões que fizeram esses estudantes pensarem em parar de estudar durante a pandemia (SANTOS et al., 2021).

Um ponto importante pontuar que as dificuldades enfrentadas são cruciais para influenciar o sentimento de incapacidade do estudante. Conforme Santos et al., (2021) verificou entre as adversidades relatadas por estudantes durante a pandemia, a adaptação as aulas remotas, fatores psicológicos, dificuldades no ambiente domiciliar e acesso à internet.

Em relação a satisfação pessoal do universitário quanto ao desempenho nos estudos, obteve-se 28,6% demonstrando que os alunos estão totalmente insatisfeitos, um resultado também expressivo acompanhou a resposta média, onde 26,2% se mostraram neutros em relação a satisfação ou insatisfação pessoal, é importante pontuar também que cerca de 14,3% concordaram estar totalmente satisfeitos com sua performance acadêmica. O gráfico 7, ilustra os resultados para melhor elucidação.

**Gráfico 7** – De modo geral você está satisfeito consigo mesmo, em relação ao desempenho nas disciplinas?



É provável que tal insatisfação esteja relacionada a mudança na rotina acadêmica e também em relação as ferramentas de ensino utilizadas, pois o processo de ensino e aprendizagem é complexo e varia conforme cada aluno, de acordo com suas aptidões. Outra possibilidade está relacionada ao próprio contexto de desigualdade no ambiente de ensino remoto. Segundo Martins e Almeida (2020), a medida emergencial de adoção do ensino remoto implica na

qualidade de acesso às atividades tornando baixo o nível de aprendizagem e aproveitamento do aluno.

É relevante observar que segundo Vieira (2020) a privação do convívio social que a universidade proporciona, somada a mudança abrupta na rotina, com a junção de outros problemas que traz vulnerabilidade emocional gerados pelo momento de pandemia geram também o sentimento de insatisfação com a própria vida de modo geral.

O isolamento social e ensino remoto, apesar de trazerem muitos impactos mostraram-se como medidas cabíveis para a viabilização e continuidade das aulas (BECKER et al., 2021). Todavia a adaptação aos novos métodos de ministração das aulas por meio da utilização de recursos e plataformas digitais nem sempre é de fácil compreensão para muitos estudantes, pois nem todos estão bem adaptados a tais ferramentas, o que interfere também na realização das atividades. De acordo com o gráfico 8, a maioria dos entrevistados, 59,5% afirmou ter muita dificuldade em se concentrar para desenvolver as atividades, outros 40,5% responderam que conseguiram obter aprendizado e realizar as atividades sem maiores impasses.

**Gráfico 8** - Durante período de isolamento social, você conseguiu desenvolver bem as atividades acadêmica ou percebeu que obteve declínio?

**Fonte:** Dados da pesquisa (2021)

Com resultado das dificuldades enfrentadas em qualquer graduação, muitos estudantes acabam optando por deixar o curso, seja por meio de trancamento ou desistência total com o abandono do curso. Quanto a este tema o gráfico 9, expõe que cerca de 47,6% dos participantes, afirmou que sentiu vontade de desistir do curso ou trancá-lo, uma quantidade considerável de alunos, 21,4%, respondeu conforme o extremo oposto, ou seja, não sentiram necessidade ou vontade de abandonar o curso.

**Gráfico 9** – Sentiu vontade de desistir do curso ou trancá-lo?

Número de entrevistados

**Fonte:** Dados da pesquisa (2021)

Durante a graduação é comum vivenciar momento de dificuldades e incertezas que são desmotivadores em qualquer circunstância. No entanto, Alexandrino-Silva (2009) ressalta que dificuldades advindas de sintomas depressivos comprometem, o futuro profissional ao passo que diminui a qualidade de vida durante a graduação, como a ansiedade e depressão que acarretam problemas relacionados à continuidade no ensino superior, elevando os números de desistência, dependência química do estudante, e também casos de suicídio.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A pandemia decorrente do vírus da Sars-cov-2 ou Covid-19, impactou profundamente a humanidade em todos os níveis de classe social, bem como a economia, política e educação em escala global. Concernente a educação medidas emergenciais foram tomadas com o objetivo de manter a segurança de discentes e docentes, bem como a continuidade as aulas, assim passou-se a adotar o ensino da modalidade remota, marcado por momentos síncronos e assíncronos mediados através de plataformas digitais.

O presente estudo objetivou diagnosticar os efeitos do ensino remoto na saúde mental e bem-estar dos estudantes de logística da Universidade Federal do Norte do Tocantins – UFNT. Obteve-se que a maioria dos acadêmicos concordou que a nova modalidade de ensino afetou extremamente as suas vidas, causando impactos emocionais, financeiros, na formação educacional e também nas relações interpessoais, sendo o aspecto emocional o mais afetado. Infere-se que devido a situações características do momento de pandemia, como instabilidade econômica, financeira e política, perda de familiares e amigos, incertezas quanto ao futuro, entre outras possibilidades.

Notou-se que a adaptação ao ensino remoto provocou na maioria dos entrevistados, sensação de exaustão, sentimentos de angustia, incapacidade e insatisfação com o rendimento acadêmico, tais sintomas depressivos estão, por sua vez ligados aos altos índices de desistência no ensino superior, o que também foi observado em relação a maioria dos entrevistados, uma vez que cerca de

47,6% dos entrevistados sentiu vontade de desistir ou trancar o curso ao qual está matriculado.

Mediante tais resultados, percebe-se a necessidade de maiores estudos a fim de que investigue com maior amplitude e profundidade a relação do isolamento social e ensino remoto com o aparecimento de tendências depressivas em estudantes de graduação no período pandêmico.

## 6 REFERÊNCIAS

ALEXANDRINO-SILVA, Clovis et al. **Suicidal ideation among students enrolled in healthcare training programs: a cross-sectional study**. Brazilian Journal of Psychiatry, Santo André – SP, 2009. Disponível em: <  
[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S151644462009000400010&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S151644462009000400010&script=sci_arttext)> Acesso em 20 mar 2020.

AMARANTE Paulo. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial**. Scielo – Editora, 4th ed. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2013.

ARNETT, Jeffrey Jensen. **Emerging Adulthood: What Is It, and What Is It Good For? Child Development Perspective**, December, 2007.

BAO, Wei. Covid19 and online teaching in higher education. A case study of Peking University. **Human Behavior and Emerging Technologies**, v. 2, n. 2, p. 113-115, 2020.

BARDAGI, Marúcia Patta. Evasão e comportamento vocacional de universitários: estudo sobre desenvolvimento de carreira na graduação, 2007

BECKER, Alice Scalzilli. et al. **O impacto na saúde mental de estudantes universitários submetidos ao ensino digital remoto durante o isolamento social decorrente da pandemia de Covid-19: uma revisão sistemática**. ARTIGO ESPECIAL, 2021. Disponível em :<  
<https://www.amrigs.org.br/assets/images/upload/pdf/jornal/1625675724.pdf#page=4>>. Acesso em 28 nov 2021.

BEHAR, Patricia Alejandra. **O Ensino Remoto Emergencial e a Educação a Distância**. Jornal da Universidade - UFRGS, v. 6, 2020

BITTENCOURT, Renato Nunes. Pandemia, isolamento social e colapso global. **Revista Espaço Acadêmico**, 2020. Disponível em: < <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/52827>>. Acesso em 28 novembro 2021.

CASTRO, Rui Vieira de; ALMEIDA, Leandro S. 1 **Ser estudante no ensino superior: Observatório dos percursos académicos dos estudantes da UMinho**. Centro de Investigação em Educação (CIEd) e Instituto de Educação, Universidade do Minho, v. 1, 2016

DONNELLAN, M. Brent et al. Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior, and delinquency. **Psychological science**, 2005. Disponível em: < <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1111/j.0956-7976.2005.01535.x>> Acesso em 21 setembro 2021

FUREGATO, Antonia Regina Ferreira; SANTOS, Jair Lício Ferreira; SILVA, Edilaine Cristina da. Depressão entre estudantes de dois cursos de enfermagem: autoavaliação da saúde e fatores associados. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 2010. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/reben/a/cZC3jpicxJZdbnRPL7xwTCR/abstract/?lang=pt>> Acesso em 30 novembro 2021.

FURR, R. Michael; FUNDER, David C. A multimodal analysis of personal negativity. **Journal of Personality and Social Psychology**, v.74, n. 6, p.1580, 1998.

HORTULANUS, Roelof; MACHIELSE, Anja; MEEUWESSEN, Ludwien. **Social isolation in modern society**. Routledge, 2006.

KNECHTEL, Maria do Rosário. Metodologia da pesquisa em educação: uma abordagem teórico-prática dialogada. **Curitiba: Intersaberes**, 2014.

KOHLIS, Elisabeth et al. Mental Health, Social and Emotional Well-Being, and Perceived Burdens of University Students During COVID-19 Pandemic Lockdown in Germany. **Frontiers in psychiatry**, v. 12, p. 441, 2021.

KONRATH, Mary Lúcia Pedroso; TAROUÇO, Liane Margarida R.; BEHAR, Patricia Alejandra. Competências: desafios para alunos, tutores e professores da EaD. **RENOTE**, v.7, n. 1, 2009

LORETO, G. Uma Experiência de Assistência Psicológica e Psiquiátrica a Estudantes Universitários. **Recife, Tese doutorado, departamento de psicologia clínica, Universidade Federal de Pernambuco**, 1985.

MARTINS, Vivian; ALMEIDA, Joelma. Educação em tempos de pandemia no Brasil: saberes fazeres escolares em exposição nas redes. **Revista Docência e Cibercultura**, v.4, n.2, p.215-224, 2020.

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan E. The measurement of experienced burnout. **Journal of organizational behavior**, v. 2, n. 2, 1981.

MEC. Ministério da Educação (2020). **Portaria nº 343 de 17 de março de 2020**. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19. Disponível em [www.planalto.gov.br](http://www.planalto.gov.br), acesso em 29 nov 2021.

MELLO, Elisângela de Fátima Fernandes de; TEIXEIRA, Adriano Canabarro. A interação social descrita por Vigotski e a sua possível ligação com a aprendizagem colaborativa através das tecnologias em rede. **In: IX Anped Sul –Seminário de Pesquisa em Educação da Região Sul**. Anais do IX Anped Sul, Caxias do Sul: UCS, 2012, p. 01-15.

NEVES, Marly Coelho Carvalho; DALGALARRONDO, Paulo. Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 56, n. 4, p. 237-244, 2007.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO). Nova York, 1946.

ORNELL, Felipe et al. "Pandemic fear" and COVID-19: mental health burden and strategies. **Brazilian Journal of Psychiatry**, São Paulo, 2020.

PEREIRA, Mara Dantas et al. A pandemia de COVID-19, isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, 2020. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4548>> . Acesso em: 28 outubro 2021.

REIFLER, Clifford B; LIPTZIN, Myron B; HILL, C. **Epidemiological studies of college mental health**. **Archives of General Psychiatry**, v. 20, n. 5, p. 528-540, 1969.

ROSENBERG, Morris. Rosenberg self-esteem scale. **Journal of Religion and Health**, 1965.

SANTOS, Karolliny Danielle et al. Ensino online em tempos de pandemia: a opinião de universitários quanto aos desafios encontrados. **Research, Society and Development**, v. 10, n.10 e162101018746- e162101018746, 2021.

SILVA, Maria Vanessa Moraes da; AZEVEDO, Ana Karina Silva. Um olhar sobre o Suicídio: vivências e experiências de estudantes universitários. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 7, n. 3, p. 390-411, 2018.

SOARES, Lucas de Vasconcelos; COLARES, Maria Lília Imbiriba Sousa. **Educação e tecnologias em tempos de pandemia no Brasil**. Debates em Educação, Maceió, 2020. Disponível em: <https://www.seer.ufal.br/index.php/debateseducacao/article/view/10157> . Acesso em: 29 novembro 2021.

SON, Changwon et al. Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview survey study. **Journal of medical internet research**, v. 22, n. 9, p. e21279, 2020.

SOUZA, Diego de Oliveira. A pandemia de COVID-19 para além das Ciências da Saúde: reflexões sobre sua determinação social. **Ciência & Saúde Coletiva** , v. 25, p. 2469-2477, 2020.

TOQUERO, Cathy Mae. Challenges and opportunities for higher education amid the Covid-19 pandemic: The Philippine context. **Pedagogical Research**, v. 5, n. 4, 2020.

TRZESNIEWSKI, Kali H.; DONNELLAN, M. Brent; ROBINS, Richard W. Stability of self-esteem across the life span. **Journal of personality and social psychology**, v.84, n.1, p. 205, 2003.

VIEIRA, Kelmara Mendes et al. Vida de estudante durante a pandemia: isolamento social, ensino remoto e satisfação com a vida. **EaD em Foco**, 2020. Disponível em :< <https://eademfoco.cecierj.edu.br/index.php/Revista/article/view/1147/574>> Acesso em 28 nov 2021.

WATHELET, Marielle, et al. Factors Associated With Mental Health Disorders Among University Students in France Confined During the COVID-19 Pandemic. **JAMA Network Open**, v. 3, n. 10,p. e2025591, 2020.

WIECZOREK, Tomasz et al. Class of 2020 in Poland: Students' Mental Health during the COVID-19 Outbreak in an Academic Setting. *International Journal of environmental research and public health*, v. 18, n. 6, p. 2884, 2021.

WILDER-SMITH, Annelies; FREEDMAN, David O. Isolation, quarantine, social distancing and community containment: pivotal role for old - style public health measures in the novel coronavirus (2019 - nCoV) outbreak. **Journal of travel medicine**, 2020.