

SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DE ENFERMAGEM DURANTE A PANDEMIA COVID-19

Resumo: A suspensão das atividades letivas presenciais provocou uma interrupção no normal funcionamento das instituições de ensino superior. Com o objetivo de explorar e descrever as implicações da suspensão do estágio, durante a pandemia COVID-19, na saúde mental dos estudantes de enfermagem desenvolveu-se um estudo qualitativo. Os dados foram recolhidos durante os meses de abril e maio de 2020, com recurso a um questionário construído na plataforma Google docs®. Os dados foram analisados com recurso à técnica de análise de conteúdo de Bardin. A pandemia COVID-19 teve um impacto negativo na saúde mental dos estudantes. Diversas emoções e sentimentos foram experienciados durante a primeira vaga. Perspetivar o futuro pressupõe (re)organizar metas pessoais e responder às inquietações profissionais. O acompanhamento e apoio emocional nestas situações são fundamentais para os estudantes ultrapassarem as emoções potenciadoras de elevados níveis de ansiedade.

Descritores: COVID-19, Suspensão da Formação na Prática Clínica, Enfermagem, Saúde Mental.

Mental health of nursing students during the COVID-19 pandemic

Abstract: The suspension of face-to-face teaching activities caused a disruption in the normal functioning of higher education institutions. A qualitative study was developed with the purpose of exploring and describing the implications of the suspension of the internship during the COVID-19 pandemic on the nursing students' mental health. Data were collected during the months of April and May 2020, using a questionnaire built in the Google docs® platform. Data were analyzed using Bardin's content analysis technique. The COVID-19 pandemic had a negative impact on the students' mental health. Several emotions and feelings were experienced during the first wave. Looking to the future presupposes (re)organizing personal goals and responding to professional concerns. The monitoring and emotional support in these situations are essential for students to overcome the emotions that lead to high levels of anxiety.

Descriptors: COVID-19, Suspension of Clinical Practice Training, Nursing, Mental Health.

Salud mental de los estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19

Resumen: La suspensión de las actividades de enseñanza presencial provocó un trastorno en el funcionamiento normal de las instituciones de enseñanza superior. Se desarrolló un estudio cualitativo con el propósito de explorar y describir las implicaciones de la suspensión de las prácticas durante la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los estudiantes de enfermería. Los datos se recogieron durante los meses de abril y mayo de 2020, mediante un cuestionario construido en la plataforma Google docs®. Los datos se analizaron mediante la técnica de análisis de contenido de Bardin. La pandemia de COVID-19 tuvo un impacto negativo en la salud mental de los estudiantes. Durante la primera ola se sintieron varias emociones y sentimientos. Mirar al futuro presupone (re)organizar los objetivos personales y responder a las preocupaciones profesionales. El seguimiento y el apoyo emocional en estas situaciones son esenciales para que los alumnos superen las emociones que conducen a altos niveles de ansiedad.

Descriptorios: COVID-19, Suspensión de la Formación en la Práctica Clínica, Enfermería, Salud Mental.

Odete Araújo

Enfermeira. PhD, MSc, RN. School of Nursing of the University of Minho; Health Sciences Research Unit: Nursing (UICISA: E), Nursing School of Coimbra (EEnFC), Portugal. Escola Superior de Enfermagem, Universidade do Minho, Campus de Gualtar. Braga, Portugal.

E-mail: odete.araujo@ese.uminho.pt
 ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9016-9528>

Rui Novais

Enfermeiro. MSc, RN. Escola Superior de Enfermagem, Universidade do Minho, Campus de Gualtar. Braga, Portugal.

E-mail: rnovais@ese.uminho.pt
 ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4520-400X>

Fátima Martins

Enfermeira. PhD, MSc, RMN. School of Nursing of the University of Minho; Health Sciences Research Unit: Nursing (UICISA: E), Nursing School of Coimbra (EEnFC), Portugal. Escola Superior de Enfermagem, Universidade do Minho, Campus de Gualtar. Braga, Portugal.

E-mail: fmartins@ese.uminho.pt
 ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9137-5507>

Fátima Braga

Enfermeira. MSc, RN. School of Nursing of the University of Minho; Health Sciences Research Unit: Nursing (UICISA: E), Nursing School of Coimbra (EEnFC), Portugal. Escola Superior de Enfermagem, Universidade do Minho, Campus de Gualtar. Braga, Portugal.

E-mail: fbraga@ese.uminho.pt

Submissão: 30/07/2021

Aprovação: 07/10/2021

Publicação: 06/12/2021

Como citar este artigo:

Araújo O, Novais R, Martins F, Braga F. Saúde mental dos estudantes de enfermagem durante a pandemia COVID-19. São Paulo: Rev Recien. 2021; 11(36):3-11.

DOI: <https://doi.org/10.24276/rrecien2021.11.36.3-11>

Introdução

A suspensão das atividades letivas presenciais, devido ao contexto pandêmico, criou uma disrupção ao regular funcionamento das instituições de ensino superior com impacto na comunidade acadêmica¹. Em Portugal, para prevenir e controlar a COVID-19 e dar cumprimento às orientações emanadas pela Direção Geral da Saúde, as instituições de ensino determinaram a suspensão de todas as atividades letivas, incluindo as de cariz prático, tais como os ensinamentos clínicos e estágios que decorriam nas instituições de saúde. Perante este contexto, a continuação dos percursos académicos dos estudantes, foram assegurados com recurso a estratégias de ensino aprendizagem a distância, através de plataformas de *e-learning*, como por exemplo, a plataforma *Collibri Zoom* ou *Collaborate Ultra*.

Este facto só foi possível porque a maioria dos cursos universitários eram de natureza teórica. No entanto, o recurso exclusivo a plataformas digitais foi de difícil concretização no curso de enfermagem porque apresenta uma matriz articulada entre o ensino teórico e prático, em contexto clínico. Deste modo, os estudantes do último ano do curso ficaram preocupados com esta situação porque condicionou o término da sua formação académica.

Salienta-se que a prática clínica, que se concretiza no ensino clínico e estágio, permite consolidar a aprendizagem teórica do estudante, proporcionando o desenvolvimento de competências ao nível dos principais domínios de intervenção do enfermeiro, a partir de três eixos de competências: a responsabilidade profissional, ética e legal, a prestação e gestão dos cuidados, e o desenvolvimento

profissional². Assim, o estudante carece de desenvolver competências técnicas, científicas e relacionais, bem como, desenvolver a capacidade de formular o juízo clínico que conduza a uma intervenção refletida. Este desenvolvimento permite tomar decisões para responder às necessidades de saúde das pessoas e não podem ser aprimoradas apenas através de estratégias de ensino a distância.

Acrescenta-se a este contexto a diversidade de custos, económicos, sociais e do próprio ensino/aprendizagem, que resultam da aplicação das medidas de confinamento social. A *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization*³ destaca diferentes fatores, entre os quais: *i)* a suspensão dos processos de ensino aprendizagem, despojando os estudantes de oportunidades de crescimento e desenvolvimento; *ii)* a maior probabilidade de taxa de abandono dos estudos; *iii)* a necessidade de criação, manutenção e aumento de resposta no ensino à distância que representa um grande desafio a nível técnico e humano para a concretização da mudança para o contexto virtual; *iv)* o desafio de medir e validar os resultados da aprendizagem; *v)* o isolamento social forçado.

Na perspetiva de Brooks e colaboradores⁴, a quarentena implicou consequências psicológicas negativas, tais como situações de stress, ansiedade, medo de serem infetados e de infetarem os outros, que promovem constrangimentos relativos às atividades sociais dos estudantes, levando a modificações drásticas do estilo de vida. Numa recente revisão, os mesmos autores salientam como fatores stressantes: o medo da infeção, a frustração, o tédio, a desinformação (infodemia), a perda financeira e o estigma da doença. Associa-se, ainda, a

vulnerabilidade dos estudantes do ponto de vista da saúde mental, causada pelas transições para a idade adulta e frequentes dificuldades económicas e materiais desta população⁵.

Um estudo realizado no contexto chinês demonstrou que 21,3% dos estudantes de medicina revelaram níveis de ansiedade leve, 2,7% moderada e 0,9% severa, após a suspensão da prática clínica, o que demonstra um impacto negativo nos estudantes. Por outro lado, ter familiares ou conhecidos infetados com COVID-19 foi um fator de risco⁶. Um outro estudo que mediu o impacto psicológico, mostrou que 28,8% dos inquiridos chineses sofreram sintomas de ansiedade de nível moderado a grave e 8,1% apresentaram níveis de stress, moderado a grave⁷.

A realidade europeia é semelhante. Em Espanha, Alemany-Arrebola, Rojas-Ruiz, Granda-Vera & Mingorance-Estrada⁸ demonstraram que uma situação stressante (*e.g.*, pandemia e confinamento), juntamente com um acontecimento crítico (*e.g.*, doença e morte de um familiar/amigo devido ao COVID-19), aumenta os níveis de ansiedade e influencia a perceção da autoeficácia académica. Resultados semelhantes foram associados a altas taxas de ansiedade e stress moderado a grave, durante o confinamento em estudantes universitários, em França⁵.

A evidência sugere, ainda, que as mulheres estudantes parecem estar expostas a um maior risco de sofrimento psicológico durante a pandemia COVID-19 e relataram altos níveis de ansiedade e depressão⁹⁻¹².

Material e Método

A metodologia reflete o percurso de pensamento e a prática utilizada na abordagem da realidade¹³,

requere clareza e coerência, de modo a orientar os investigadores. A opção por uma abordagem de natureza qualitativa permite aprofundar o conhecimento sobre determinados fenómenos na perspetiva dos participantes. Perante uma situação natural e relacional da realidade que os envolve, é considerado as suas experiências, opiniões e significados, de modo a exprimirem as suas subjetividades^{14,15}. A investigação qualitativa não pretende generalizar os resultados, mas proporcionar uma visão da realidade. “É importante ressaltar que a pesquisa qualitativa, nessa não linearidade, possibilita que o investigador faça uma imersão na realidade (ambiente natural) e produza sobre este uma perspectiva interpretativa”¹⁶. Neste sentido, a abordagem de natureza qualitativa, ao privilegiar a compreensão dos comportamentos a partir da perspetiva das pessoas e dos seus quadros de referência, aproxima-nos da essência da ação humana, dando realce aos significados e símbolos dos factos, e fenómenos construídos em contexto, possibilitando ao investigador ter acesso à riqueza da experiência humana¹⁷.

De forma a responder à questão: “Que implicações tem a suspensão do estágio, durante a pandemia COVID-19, na saúde mental dos estudantes de enfermagem?” realizou-se um estudo exploratório e descritivo com os seguintes objetivos: (i) *Explorar as implicações da suspensão do estágio, durante a pandemia COVID-19, na saúde mental dos estudantes de enfermagem*, e (ii) *Descrever as implicações da suspensão do estágio, durante a pandemia COVID-19, na saúde mental dos estudantes de enfermagem*. A opção por esta tipologia de investigação prende-se com o facto do investigador pretender familiarizar-se

com um fenómeno pouco estudado, mas também que procura uma descrição exaustiva do fenómeno, integrado no seu contexto¹⁴.

Os participantes no estudo foram os estudantes do curso de licenciatura em enfermagem de uma escola de enfermagem na zona Norte de Portugal, que cumpriam os seguintes critérios de elegibilidade: (i) Ser estudante do 4.º ano do curso de licenciatura em enfermagem e (ii) Ter experienciado o processo de suspensão do estágio durante o ano letivo 2019/2020. Os dados foram recolhidos com recurso a um questionário construído na plataforma google docs®, composto por seis questões de modo a caracterizar o perfil biográfico e social dos participantes e uma questão aberta relativa à repercussão da suspensão do estágio na sua saúde mental. Os dados foram recolhidos entre abril e maio de 2020.

Os dados foram analisados de acordo com a técnica de análise de conteúdo preconizada por Bardin¹⁸ que permite a explicitação e sistematização do conteúdo das respostas, a categorização dos dados, com base nas seguintes fases: i) a pré-análise; ii) a exploração do material; iii) o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação. Nesta análise, o critério de categorização adotado foi o semântico, originando categorias temáticas que foram criadas a posteriori, ou seja, tomaram forma no curso da própria análise, respeitando as características específicas definidas por Bardin¹⁸: exclusão mútua; homogeneidade; objetividade, fidelidade e produtividade.

A participação no estudo foi voluntária sendo todos os participantes previamente informados sobre i) objetivos gerais do estudo, tempo estimado e características gerais da sua participação; (ii) direito a

recusar participar no estudo, e a interromper a participação em qualquer momento sem que daí resultasse qualquer prejuízo, tendo decidido livremente acerca da sua participação. Para salvaguardar o anonimato dos participantes, bem como a confidencialidade dos dados obtidos, os questionários foram codificados, com um código alfa número E1, E2. Foram cumpridos os preceitos da Declaração de Helsínquia, a Convenção sobre os Direitos do Homem e da Biomedicina, as orientações do Council for International Organizations of Medical Sciences (2016) e o Guia das Boas Práticas Clínicas (European Medicines Agency, 2000).

Resultados

Participaram no estudo 40 estudantes, solteiros, dos quais 30 são do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 21 e 26 anos. No que reporta ao regime de estudos do estudante, a maioria (39) estuda em regime de tempo integral e 26 estudantes referiram não ter necessidade de mudar de residência quando iniciaram o curso. No momento da aplicação do questionário, 20 estudantes viviam com os pais, 6 em casa arrendada com outros colegas, 5 na residência universitária, 1 residia sozinho em casa arrendada e, outro, em casa própria. A suspensão dos ensinos clínicos / estágios veio comprometer o desenvolvimento de competências dos estudantes do último ano do curso de enfermagem e o término do curso, privando-os do estágio de integração à vida profissional com conseqüente implicações a nível pessoal, social, económico e educacional.

Da análise do *corpus documental* emergiram 2 categorias: i) Viver o presente e, ii) Perspetivar o futuro. O quadro 1 apresenta a matriz da redução de

dados, permitindo a visualização das categorias e subcategorias.

Quadro 1. Análise de Conteúdo - Matriz de Redução de Dados.

Categorias	Subcategorias
Viver o presente	Sentimentos e emoções
Perspetivar o futuro	(Re)definir Metas Pessoais Inquietações Profissionais

Fonte: Elaboração própria com base nos questionários aplicados.

Viver o presente

A Covid-19 provocou profundas alterações ao normal funcionamento das instituições de ensino superior, sobretudo nos cursos com forte componente prática, como o caso da licenciatura em enfermagem. Inicialmente pairava sobre os estudantes a real ameaça de verem adiada a conclusão da sua formação, que rapidamente se traduziu na suspensão do estágio causando uma ambivalência de sentimentos e emoções, face à incerteza que se avizinhava. Se por um lado, um estudante sentia “O desespero perante o desconhecimento do que irá acontecer” (E9), no lado oposto e de forma mais racional uma estudante sentia-se grata “(...) por terem interrompido o estágio, apesar de estar a viver o presente com ansiedade e incerteza, em grande parte por “(...) não sabermos aquilo que nos reserva o futuro (E18). Este facto é partilhado por outro estudante ao referir-se à frustração sentida pelo facto: “de estar tão perto de terminar uma das etapas mais importantes da minha vida e ver isso adiado por tempo indeterminado” (E30).

O presente, que foi apelidado da “nova normalidade” é vivido pelos participantes com “Tristeza, desmotivação, revolta, incompreensão, preocupação e esperança” (E33), bem como, com “Raiva, ansiedade, incompreensão e stress” (E14).

“Têm sido dias muito complicados. O nosso pensamento está direcionado para as nossas famílias. A incerteza do que nos irá acontecer causa muita ansiedade, insónias, choros constantes e desespero.” (E39), elucida bem a perturbação emocional que se apoderou dos estudantes, acompanhada pelo “Stress, mau humor, irritabilidade, labilidade emocional” (E1). Os participantes têm consciência da necessidade de gerir as perturbações emocionais decorrentes da situação que estão a viver, tal como se constata na narrativa do estudante “Gerir o stress e a ansiedade” (E1), outro refere também “...controlar o stress e ansiedade que esta realidade causa” (E29) e outro alude, ainda, ser necessário “...saber gerir a ansiedade e o stress visto que faltavam apenas 4 meses para terminar o curso de licenciatura em enfermagem e com a suspensão ficamos sem saber o que esperar, o que irá acontecer” (E36).

Perspetivar o futuro

A viver o presente envolvido num vórtice de emoções e sentimentos, os estudantes sentem que é preciso não desanimar e urge a necessidade de uma adaptação à “nova normalidade” imposta pela Covid-19 e como tal, perspetivar o futuro próximo equacionando as metas delineadas não deixa de dominar os seus pensamentos: “A necessidade de ultrapassar as dificuldades presentes... (E9) e a “Adaptação face à mudança é imprescindível” (E26), e esta nova situação obriga à “adaptação, autoaprendizagem e controlo” (E15).

Pelos discursos é possível avaliar que a preocupação se centra no atingir das metas estabelecidas, nomeadamente “A preocupação em terminar o curso com o mínimo de danos possíveis” (E16), assim como “desenvolver estratégias para

melhorar as competências...” (E19) e “Pensar em alternativas à aprendizagem em contexto clínico” (E18) uma vez que este é um contexto único para aprendizagens significativas. “Arranjar estratégias para desenvolver competências e terminar o curso” (E20), constitui sem dúvida uma das metas para estes estudantes.

Os testemunhos dos estudantes denotam, também, inquietações no que reporta ao seu futuro profissional que está desde já marcado sobretudo pela incerteza: “A angústia por não saber se estou preparada para o mercado do trabalho” (E2) e o “Medo pelo não desenvolvimento de competências clínicas e a incerteza de não sabermos quando vamos terminar o curso” (E24) estão presentes nas narrativas dos estudantes. O “Receio no futuro pelo comprometimento da aprendizagem clínica” (E27), “A incerteza do que vai acontecer e a insegurança a nível do desempenho profissional no futuro” (E31) bem como, os “gastos económicos com o prolongar do curso e implicações na família” (E23) são inquietações presentes no discurso dos estudantes.

Discussão

De um modo geral, os participantes começam os seus relatos descrevendo as principais emoções e sentimentos experienciados durante a pandemia face à impossibilidade de frequentar o estágio - **Viver o presente**. Alguma da evidência recente dá conta do agravamento do estado de saúde mental nos estudantes, causado pela angústia psicológica durante a pandemia. O estudo de Browning e colaboradores¹⁹ sugere preocupações crescentes com o estado de saúde da família e de amigos, assim como algumas inquietações relativamente ao futuro profissional surgem como preditores de vulnerabilidade

psicológica. Ainda na perspetiva dos mesmos autores, as estudantes do sexo feminino parecem ser mais fortemente afetadas do ponto de vista da saúde mental durante a pandemia. Um outro estudo, atribuiu estas diferenças entre homens e mulheres a uma maior expressão emocional, menor tolerância à incerteza e estratégias menos eficazes de resposta nas estudantes do sexo feminino²⁰. De facto, estudos recentes apoiam a evidência de que são as estudantes que têm maior probabilidade de se tornarem mais deprimidas, ansiosas e com elevados níveis de stress e de solidão^{9,10,12,21-24} sugerem o agravamento de sintomas relacionados com perturbações de humor e a perceção de stress provocados pelo consumo significativo de álcool nas estudantes universitárias. Esta constatação representa uma preocupação acrescida nas mulheres adultas jovens, para além dos elevados níveis de ansiedade e depressão^{19,25,26}.

No que reporta a **Perspetivar o futuro**, os estudantes demonstraram preocupação com a impossibilidade de concretização de algumas metas pessoais e denotam inquietações com o futuro profissional.

A adaptação à nova normalidade ajuda na compreensão da complexidade das emoções sentidas pelos estudantes aquando do primeiro confinamento. As preocupações associadas ao futuro académico, bem como, o cumprimento de algumas responsabilidades associadas à educação, parecem estar na base de maior vulnerabilidade psicológica destes estudantes⁹. Acresce, ainda, que as atividades sociais, consideradas, intensas, fortes e complexas nos jovens universitários aumentam o risco de exposição e de disseminação do vírus SARS-CoV2, aumentando, de igual modo, a ansiedade e a frustração, e a doença

mental dos estudantes^{19,27}. A falta de recursos económicos potencia o impacto negativo na saúde física e mental dos estudantes. A investigação de Wang, mostrou que a falta de apoio social aumenta o risco de depressão e de stress, nos jovens universitários quando comparados com outros estudantes sem dificuldades económicas. A ausência de apoio social pode significar alterações importantes do ponto de vista da saúde física, mental e social²⁸. Além disso, o rendimento familiar parece ser um fator protetor dos estudantes universitários que experimentaram ansiedade durante o primeiro surto de COVID-19⁶.

A ansiedade dos estudantes finalistas poderá ter explicação pelo facto do último estágio do curso representar para os estudantes o culminar de um processo de ensino-aprendizagem durante quatro anos e, muito especificamente, o desenvolvimento e aperfeiçoamento de competências clínicas, relacionais e educacionais. Equacionar a falta de competências pode justificar a insegurança e o medo vivenciados pelos estudantes durante a pandemia. Por outro lado, não permitir que os estudantes do último ano concluam, o curso, dentro do prazo previsto, pode ter consequências devastadoras para o mercado de trabalho. O simples acréscimo de semestre(s) extra(s) pode ter sérias implicações para os sistemas de saúde pela escassez de recursos humanos²⁹.

A saúde mental dos estudantes universitários é frequentemente afetada durante pandemias ou emergências globais que requerem apoio e maior atenção de outras pessoas ou organizações, incluindo a comunidade, famílias e as universidades. Neste sentido, os professores e as instituições de ensino necessitam dar primazia à otimização da saúde mental

dos seus estudantes e fornecer aconselhamento psicológico, com a finalidade de potenciarem o rendimento académico e evitar o agravamento do estado de saúde mental¹⁹.

A pandemia de COVID-19 trouxe algumas preocupações específicas: o isolamento físico, a falta de interação e de apoio emocional, são variáveis associadas a trajetórias negativas de saúde mental²².

Conclusão

A pandemia COVID-19 teve um impacto negativo na saúde mental dos estudantes de enfermagem. Destacamos os sentimentos e emoções vivenciadas durante a primeira vaga. As narrativas dos estudantes refletem ansiedade, incerteza e impotência perante a situação em que se encontravam como emoções mais significativas.

Na perceção dos estudantes, perspetivar o futuro pressupõe (re)organizar metas pessoais e dar resposta às inquietações profissionais, sobretudo do futuro que desconhecem. Acompanhamento e apoio emocional em situações de crise são fundamentais para os estudantes ultrapassarem as emoções potenciadoras de elevados níveis de ansiedade, em particular, os estudantes de enfermagem, cuja aprendizagem decorre dos e nos contextos clínicos.

Referências

1. Ferreira AM, Príncipe F, Pereira H, Oliveira I, Mota L. COVimpact: pandemia COVID-19 nos estudantes do ensino superior da saúde. Rev Investigação & Inovação Saúde. 2020; 31(1):7-16.
2. Ordem dos Enfermeiros. Regulamento do perfil de competências do enfermeiro de cuidados gerais. Lisboa: Ordem dos Enfermeiros. 2012.
3. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. 2021. Disponível em: <<https://pt.unesco.org/covid19>>.
4. Brooks S, Webster R, Smith L, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological

impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*. 2020; 395.

5. Husky MM, Kovess-Masfety V, Swendsen J. Stress and anxiety among university students in France during COVID-19 mandatory confinement. *Comprehensive Psychiatry*. 2020; 102:152191.

6. Cao W, Fanga Z, Houc G, Hana M, Xua X, Donga J, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research* 2020; 112934.

7. Li HY, Cao H, Leung DY, Mak YW. The Psychological Impacts of a COVID-19 Outbreak on College Students in China: A Longitudinal Study. *Int J Environ Res Publ Health*. 2020; 17:3933.

8. Alemany-Arrebola I, Rojas-Ruiz G, Granda-Vera J, Mingorance-Estrada AC. Influence of COVID-19 on the Perception of Academic Self-Efficacy, State Anxiety, and Trait Anxiety in College Students. *Front Psychol* 2020; 11:570017.

9. Aristovnik A, Kerzvič D, Ravšelj D, Tomazević N, Umek L. Impacts of the COVID-19 pandemic on life of higher education students: a global perspective. 2020.

10. Silva ML, Rocha RSB, Buheji M, Jahrami H, Cunha KDC. A systematic review of the prevalence of anxiety symptoms during coronavirus epidemics. *J Health Psychol*. 2020; 71.

11. Wenham C, Smith J, Morgan R. The Gender and COVID-19 Working Group. COVID-19: The gendered impacts of the outbreak. *The Lancet*. 2020; 395:846-8.

12. Xiong J, Lipsitz O, Nasri F, Lui L, Gill H, Phan L, et al. Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: a systematic review. *J Affect Disord*. 2020; 277:55-64.

13. Minayo MCS, Deslandes SFDR, Gomes R. Pesquisa Social, teoria, método e criatividade. Petrópolis: Editora Vozes. 2009.

14. Sampieri RH, Collado CF, Lucio PB. Metodologia de pesquisa. São Paulo: Mc-Graw-Hill. 2013.

15. Minayo MC. Pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Instituto Sírio Libanês. 2014.

16. Brasil CC, Caldas JM, et al. Estudos qualitativos: enfoques teóricos e técnicas de coleta de informações. In: R. Silva IB, C. Brasil, E.

Moura, editor. Reflexões sobre a pesquisa qualitativa na saúde Sobral: Edições UVA. 2018.

17. Bogdan R, Biklen S. Investigação Qualitativa em Educação: Uma Introdução à Teoria e aos Métodos. Porto: Porto Editora. 2013.

18. Bardin L. Análise de conteúdo. Lisboa: Edições 70. 2016.

19. Browning MHEM, Larson LR, Sharaievska I, Rigolon A, McAnirlin O, Mullenbach L, et al. Psychological impacts from COVID-19 among university students: Risk factors across seven states in the United States *PLoS ONE*. 2021; 16(1).

20. Sundarasan S, Chinna K, Kamaludin K, Nurunnabi M, Baloch GM, Khoshaim HN, et al. Psychological Impact of COVID-19 and Lockdown among University Students in Malaysia: Implications and Policy Recommendations. *Int J Environ Res Public Health*. 2020; 17(7):6206.

21. Anan C, Chunfeng X, Shuxin L, Lirui K, Jingjing Y, Chang L. Investigation on the mental health status and risk factors among Chinese overseas students under COVID-19 outbreak. *Research Square*. 2020.

22. Elmer T, Mepham K, Stadtfeld C. Students under lockdown: Comparisons of students' social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland. *PLoS ONE*. 2020; 15(7).

23. Aylie NS, Mekonen MA, Mekuria RM. The Psychological Impacts of COVID-19 Pandemic Among University Students in Bench-Sheko Zone, South-west Ethiopia: A Community-based Cross-sectional Study. *Psychology Research and Behavior Management*. 2020; 13:813-21.

24. Charles NE, Strong SJ, Burns LC, Bullerjahn MR, Serafine KM. Increased mood disorder symptoms, perceived stress, and alcohol use among college students during the COVID-19 pandemic. *Psychiatry Research*. 2021; 296:113706.

25. Avery AR, Seto EYW, Ducan GE. Stress, Anxiety, and Change in Alcohol Use During the COVID-19 Pandemic: Findings Among Adult Twin Pairs. *Front Psychiatry*. 2020; 11:571084.

26. Pollard MS, Tucker JS, Green HD. Changes in Adult Alcohol Use and Consequences During the COVID-19 Pandemic in the US. *JAMA Netw Open*. 2020; 3(9):e2022942.

27. Huckins J, DaSilva A, Wang W, Hedlund E, Rogers C, Nepal S, et al. A Mental Health and Behavior of College Students During the Early Phases of the COVID-19 Pandemic: Longitudinal Smartphone and Ecological Momentary Assessment Study. *J Med Internet Res.* 2020; 22(6):e20185.

28. Wang J, Mann F, Lloyd-Evans B, Ma R, Johnson S. Associations between loneliness and

perceived social support and outcomes of mental health problems: a systematic review. *BMC Psychiatry.* 2018; 18:1-39.

29. Agu CF, Stewart J, Mcfarlane-Stewart N, Rae T. COVID-19 pandemic effects on nursing education: looking through the lens of a developing country. *Int Nurs Rev.* 2021; 1-6.