



SAÚDE MENTAL DOS ACADÊMICOS DURANTE A PANDEMIA: ESTUDO DE REVISÃO DE LITERATURA DE 2018 A 2023

EDUARDA RAFAELA MÜLLER; JOÃO VICENTE MOSER CABERLON

INTRODUÇÃO: A pandemia do COVID-19 colocou desafios importantíssimos para a saúde mental de estudantes em todo o mundo. Isolamento social, mudanças na educação e incerteza sobre o futuro podem contribuir para o aumento do estresse, ansiedade e depressão nos alunos. Este estudo teve como objetivo avaliar a prevalência e os fatores de risco associados à saúde mental de estudantes durante a pandemia. **OBJETIVOS:** O objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência e os fatores de risco associados à saúde mental dos estudantes durante a pandemia de COVID-19. Pretendemos identificar os fatores que contribuem para o estresse, ansiedade e depressão nesta população, bem como avaliar a eficiência das intervenções existentes para prevenir e tratar estas afecções. **METODOLOGIA:** Realizado estudo de revisão de literatura utilizando as bases de dados PubMed e Scielo, no período de 2018 a 2023, com os seguintes descritores: "saúde mental", "estudante universitário", "prevalência", "fatores de risco", "COVID-19" e "pandemia". Foram selecionados estudos para avaliar a saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19, usando ferramentas comprovadas para avaliar sintomas de ansiedade, depressão e estresse. **RESULTADOS:** Dez estudos epidemiológicos foram incluídos na análise. A prevalência de problemas de saúde mental entre estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19 variou de 20% a 80%. Os principais problemas relatados foram ansiedade, depressão, estresse e solidão. Fatores relevantes incluem sexo, idade, condições socioeconômicas, instrumentos de enfrentamento, apoio social e aproveitamento do ensino a distância. As estratégias mais utilizadas pelos alunos para o gerenciamento do estresse incluem atividade física, lazer, meditação e terapia online. **CONCLUSÃO:** Os resultados deste estudo indicam que a pandemia de COVID-19 impactou significativamente a saúde mental dos estudantes, com altos índices de ansiedade, depressão, estresse e solidão. É importante que as instituições de ensino forneçam suporte adequado aos alunos, incluindo programas de prevenção e intervenção precoce, serviços de saúde mental e estratégias para lidar com o estresse. Além disso, mais pesquisas são necessárias para entender melhor os fatores associados a problemas de saúde mental entre estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19, a fim de desenvolver intervenções mais eficazes para prevenir e tratar problemas de saúde mental.

Palavras-chave: Estudantes, Saúde mental, Pandemia, Covid-19, Fatores de risco.