



A SAÚDE MENTAL DOS ACADÊMICOS NA PANDEMIA DA COVID-19: REVISÃO DE LITERATURA

Sara Campos da Silva Berbert^{1*}; Alexandre Camilo Prudêncio¹; Thayná Márcia dos Reis Silva¹; Lídia Márcia Heringer Sanabria¹

¹ Enfermagem, Faculdade do Futuro, Manhuaçu, Minas Gerais, Brasil.

Um evento de saúde pública de larga escala como a pandemia da covid-19, traz consigo não só os agravos pontuais da doença, mas também problemas psicológicos, no leque da Saúde mental. De acordo com o Ministério da Saúde já foram acumulados 605.644 óbitos pela covid-19 e 21.729.763 casos confirmados da doença no Brasil. O objetivo deste trabalho foi mostrar os danos psicológicos causados em acadêmicos, principalmente na área da saúde, como quadros de depressão, alterações no sono, ansiedade e improdutividade. O método utilizado foi uma revisão de literatura feita em outubro de 2021, com corte temporal de artigos entre 2020 e 2021. O sentimento frequente de tristeza e nervosismo chegou a atingir 40% da população de adultos, e 70% dos acadêmicos afirmam ter sentido medo durante a pandemia da Covid-19. Medo de contrair a doença, medo de perder familiares e amigos, medo do que poderia acontecer em suas casas, com a maioria deles fora destas, longe de familiares e amigos mais próximos. As preocupações em excesso com as fortes medidas restritivas, atraso nas atividades acadêmicas, economia inconstante acarretam, não só uma ansiedade momentânea, mas danos psíquicos que tem persistido, sendo relatados por alguns alunos distúrbios do sono como insônia, pesadelos e até mesmo paralisia do sono. Um dos problemas desencadeadores desses danos foi a pressão por continuar os estudos, dar conta das responsabilidades acadêmicas, dentro de um formato que muitos não estavam familiarizados, o Ensino a Distância. Frente a essas evidências, vimos que os efeitos da pandemia na saúde mental dos acadêmicos podem ser prolongados. Diante disso, ressalta-se a necessidade de traçar estratégias de prevenção ou redução de danos, ações de controle realizadas dentro das instituições de saúde e de ensino, visando reduzir os danos e evitar ainda mais o desgaste mental dos alunos.

Palavras-chave: Saúde Mental; Acadêmicos; Covid-19; Medo.

