



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

## **RELATÓRIO DA REAVALIAÇÃO DOS IMPACTOS DA PANDEMIA COVID-19 NOS ESTUDANTES E SERVIDORES DO IFPI**

Cristiana Galeno da Costa Pereira (Campus Piripiri)  
Erotides Romero Dantas Alencar (Campus Parnaíba)  
Ticiania Borges Cardoso Lima (Campus Angical do Piauí)

MAIO/2021



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

## **INTRODUÇÃO**

O dia 17 de março de 2020 marca o início de uma mudança sem precedentes na nossa instituição de ensino. Diante da confirmação da pandemia mundial de COVID-19, o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí (IFPI), através da portaria nº 853 (IFPI, 2020a), determinou a suspensão das atividades letivas presenciais. A princípio, esse afastamento seria por um curto período de tempo. No entanto, diante do agravamento da situação sanitária no país, até o momento, maio de 2021, ainda não há previsão concreta de retorno das atividades presenciais no IFPI.

O estabelecimento da normativa do trabalho remoto, por meio da portaria nº 952, descreveu as atribuições dos servidores para esse período e no caso dos psicólogos dentre outras atividades, descreveu a necessidade de “avaliar, por amostragem, os aspectos emocionais de alunos e servidores durante o período de atividades não presenciais” (IFPI, 2020b).

Em função disso, em junho de 2020, uma equipe formada por psicólogos dos campi Angical, Floriano, Parnaíba, Paulistana, Pedro II, Picos, Piripiri, Reitoria, Teresina Central, Teresina Zona Sul elaborou e aplicou um questionário. A partir dele, uma segunda equipe formada pelas psicólogas dos campi Angical, Parnaíba e Piripiri apresentou à instituição um relatório, em novembro de 2020, no qual avaliou-se os pontos de vulnerabilidade aos quais estudantes e servidores estavam expostos. Passado mais de um ano do início do trabalho remoto e das atividades letivas remotas, percebeu-se a necessidade de fazer uma reavaliação e observar o quanto o prolongamento da pandemia repercutiu nos aspectos relacionados à saúde mental da comunidade escolar.

Desse modo, o questionário aplicado em 2020 que inicialmente constava de onze quesitos, foi reformulado e acrescido de outras perguntas pelas autoras deste relatório e aplicado no período de março e abril de 2021. Ao final constava de 19 perguntas, abordando emoções, sentimentos e comportamentos vivenciados no momento atual, por conta do prolongamento do tempo de distanciamento social. Abordava ainda as possíveis mudanças que poderiam ter ocorrido em vários aspectos, como, por exemplo: humor, autoconfiança, interesse pela vida, hábitos alimentares, sono, convivência familiar, interesse em trabalhar/estudar, dentre outras. Verificou-se o grau de satisfação com a saúde mental do respondente, a frequência com a qual tem vivenciado as emoções,



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

pensamentos e sintomas de tristeza, ansiedade, desespero, medo, estresse, pensamentos sobre morte/morrer etc. Averiguou-se ainda sobre os comportamentos autolesivos, sobre ideação suicida, sobre o uso de álcool e/ou outras drogas, quanto ao uso de medicação (para depressão, ansiedade e outros problemas psicológicos/ psiquiátricos), sobre a procura por algum serviço de saúde mental, necessidade de afastamentos para cuidados com a saúde e a presença de algum transtorno mental desencadeado durante a pandemia. Além disso, indagou-se sobre quais estratégias têm sido adotadas para cuidar da saúde mental. Especificamente em relação à COVID-19, inquiriu-se sobre o que causa maior preocupação. Avaliou-se quais os impactos do distanciamento social nas atividades de trabalho e/ou estudo. Por fim, foi aberto espaço para, caso interessasse, acrescentar alguma informação subjetiva no que diz respeito à saúde mental e ao trabalho/estudo.

O prolongamento do período da pandemia e das incertezas quanto ao retorno das atividades presenciais são fatores de impacto na saúde tanto física quanto emocional da comunidade escolar e coloca-nos sob o risco de desenvolver manifestações psicopatológicas. Além das implicações psicológicas diretamente relacionadas à doença, as medidas para contenção da pandemia também podem consistir em fatores de risco à saúde mental. Algumas pesquisas realizadas já dão conta dos efeitos negativos do isolamento social prolongado como: sintomas de estresse pós-traumático, confusão e raiva (SCHMIDT *et al.*, 2020) e preocupações com a escassez de suprimentos e as perdas financeiras (ZANON *et al.*, 2020).

O IFPI é uma instituição de educação superior, básica e profissional, pluricurricular e multicampi que oferta educação profissional e tecnológica, nas diferentes modalidades de ensino. Conta atualmente com a Reitoria e mais 20 campi. Possui aproximadamente 2.200 servidores e 16.000 estudantes. Desse universo tivemos 3.255 (três mil, duzentos e cinquenta e cinco) respondentes na primeira pesquisa e 2.168 (dois mil, cento e sessenta e oito) na segunda aplicação do questionário. A seguir, serão apresentados os resultados e uma breve discussão sobre os dados obtidos nas duas amostras de forma a comparar os resultados.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

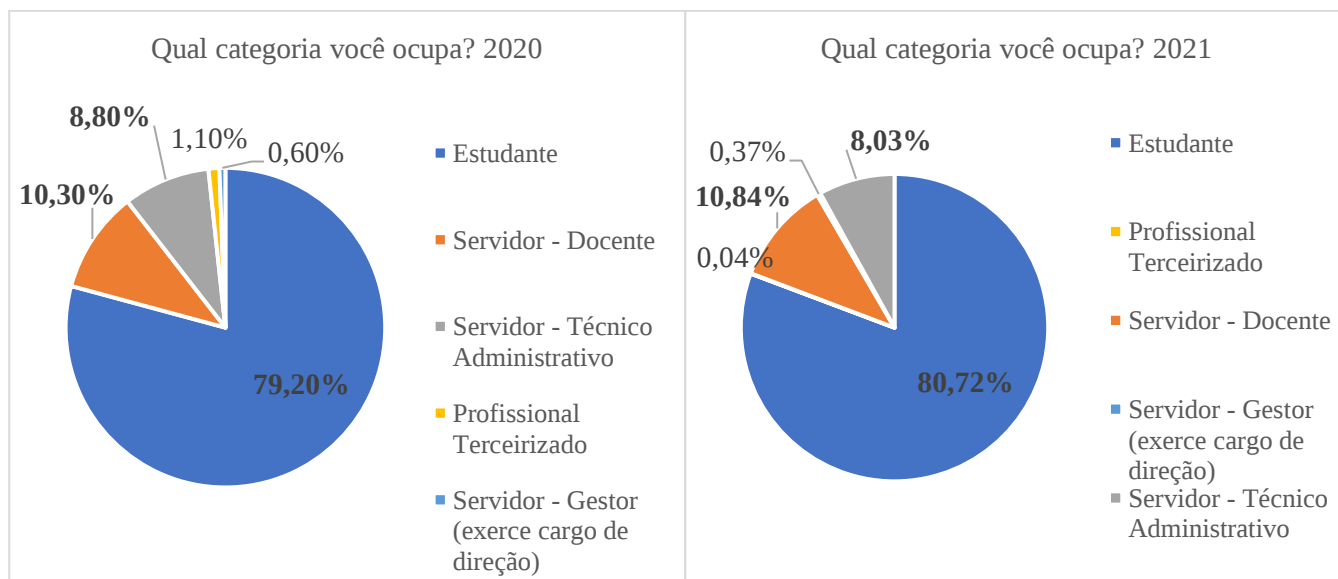
## 1. RESULTADOS E DISCUSSÃO

### 1.1 PERFIL DO PESQUISADO

#### A) CATEGORIA

Iniciamos a nossa pesquisa com a identificação da categoria ocupada pelo pesquisado.

Gráfico 01: Categoria



Como pode ser verificado, nos dois momentos de aplicação da pesquisa a maioria dos respondentes ocupava a categoria de estudante (79,2% em 2020 e 80,72% em 2021), seguido por servidor - docente (10,30% em 2020 e 10,84% em 2021), por servidor – técnico administrativo (8,80% em 2020 e 8,03% em 2021), profissional terceirizado (1,10% em 2020 e 0,04% em 2021) e servidor – gestor (0,6% em 2020 e 0,37% em 2021). Em alguns depoimentos, a pouca adesão ao questionário revela uma descrença na relevância do mesmo para uma efetiva intervenção institucional, no que diz respeito aos cuidados com a saúde mental de estudantes e servidores. Bem como o receio em relação a manutenção do anonimato das informações, tendo em vista que na primeira pesquisa havia a necessidade de estar “logado” a um e-mail.

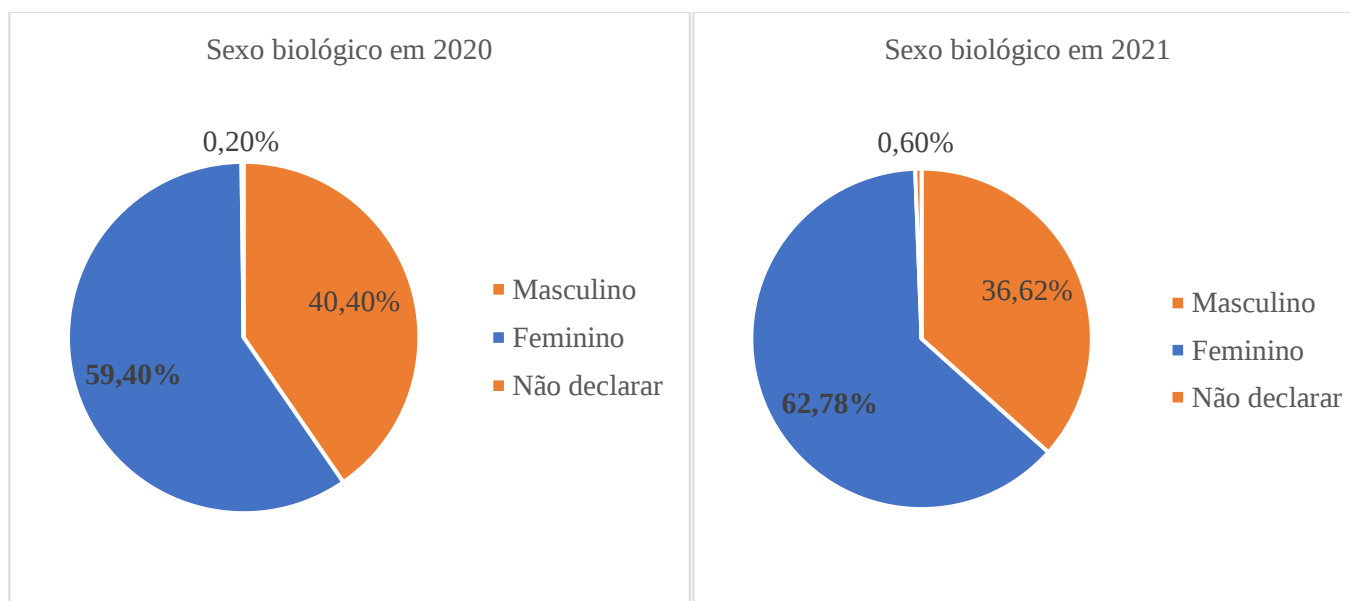


MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

## B) SEXO BIOLÓGICO

Sobre o sexo biológico, 59,4% são do sexo feminino, 40,4% do sexo masculino e 0,2% dos participantes preferiram não declarar em 2020 e 62,78% são do sexo feminino, 36,62% do sexo masculino e 0,6% dos participantes preferiram não declarar em 2021:

Gráfico 02: Sexo biológico



## C) IDADE

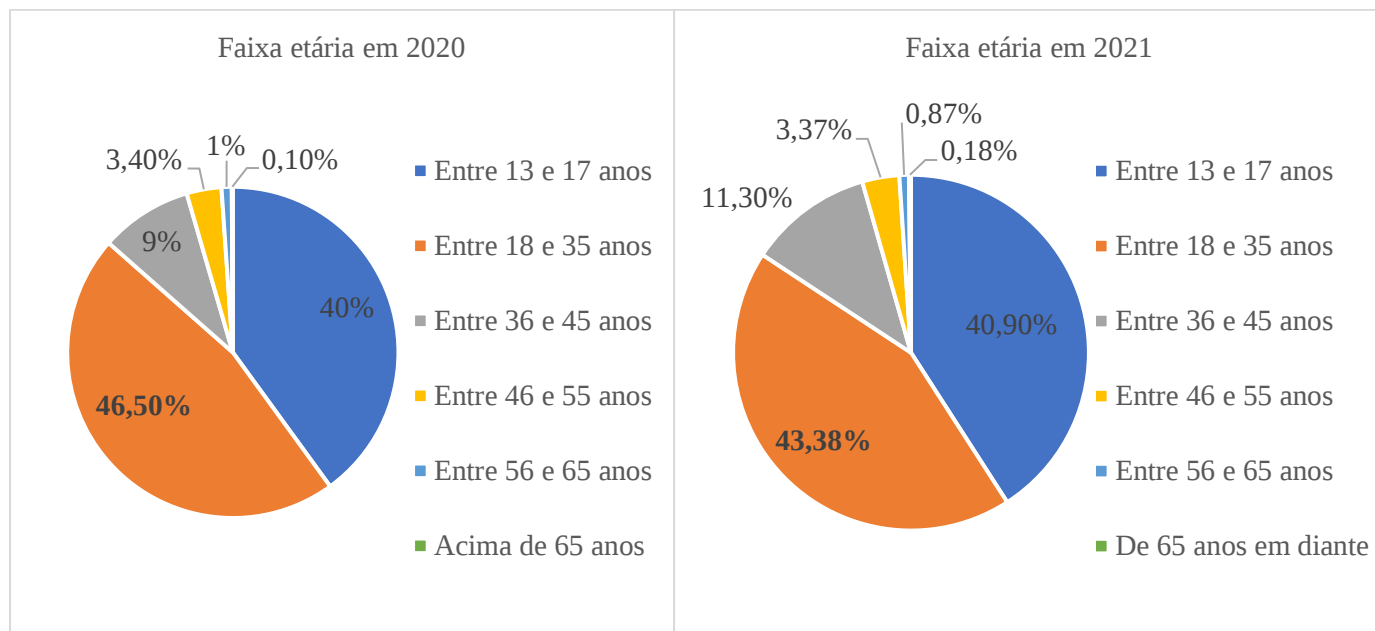
No que diz respeito a idade, em 2020, 40% dos respondentes tinham entre 13 e 17 anos e 46,50% estavam entre 18 e 35 anos. Na faixa etária entre 36 e 45 anos somavam 9% dos pesquisados, entre 46 e 55 anos eram 3,40% e 1% dos participantes tinham entre 56 e 65 anos. Acima de 65 anos encontravam-se 0,10% dos respondentes.

Em 2021 essas porcentagens se aproximam ficando em 40,9% dos respondentes tem entre 13 e 17 anos e 43,38% tem entre 18 e 35 anos. Na faixa etária entre 36 e 45 anos somam 11,3% dos pesquisados, entre 46 e 55 anos são 3,37% e 0,87% dos participantes tem entre 56 e 65 anos. Acima de 65 anos encontram-se 0,18% dos respondentes.



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO**  
**Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica**  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

Gráfico 03: Faixa etária



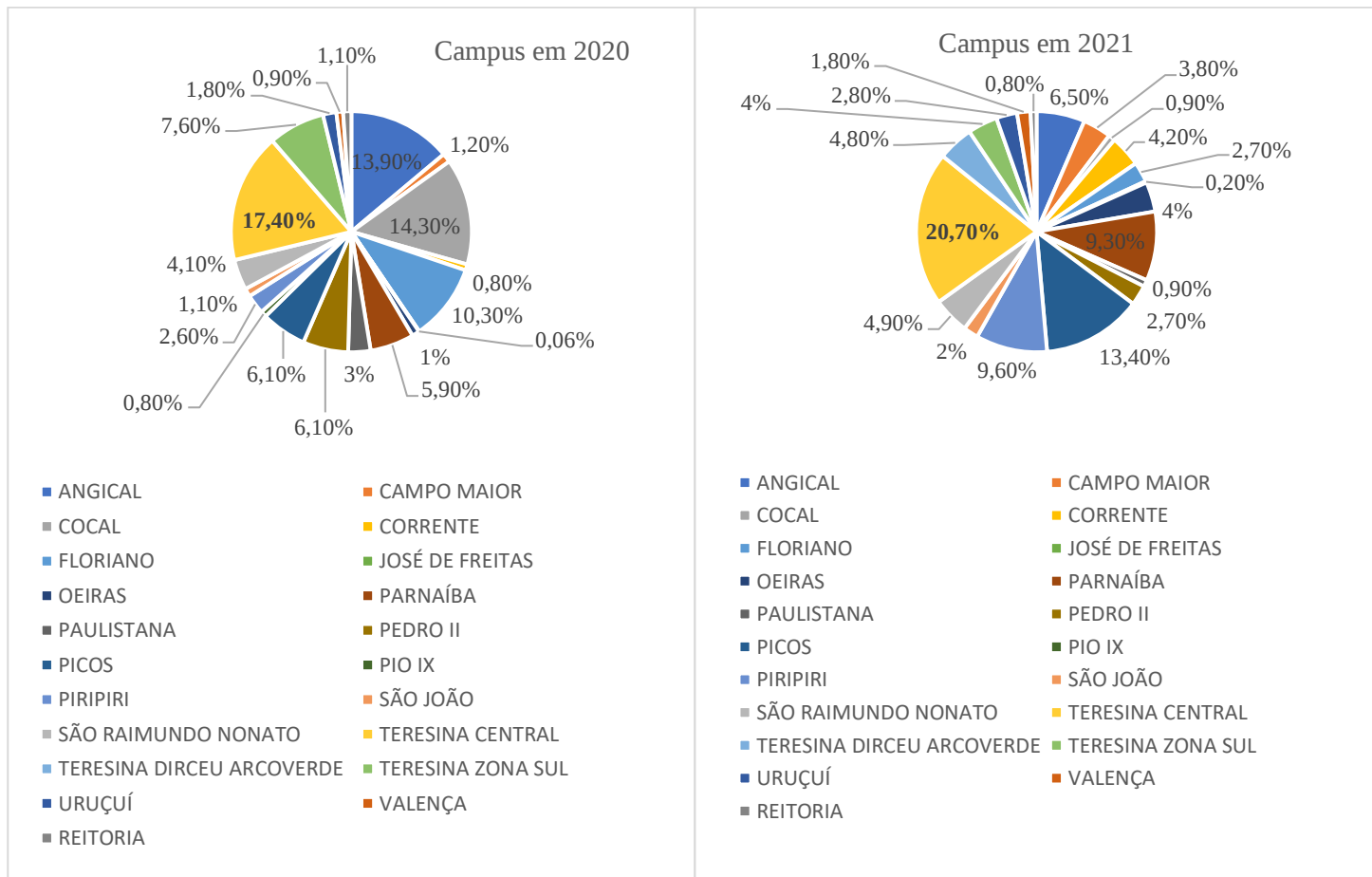
#### D) CAMPUS

Em relação aos campi, a distribuição dos respondentes foi respectivamente em 2020 e 2021: Angical, 13,90% - 6,5%; Corrente, 0,80% - 4,2%; Oeiras, 1% - 4%; Pedro II, 6,10% - 2,7%, Piripiri, 2,60% - 9,6%; Teresina Central, 17,40% - 20,7%; Uruçuí, 1,80% - 2,8%; Campo Maior, 1,20% - 3,8%; Floriano, 10,30% - 2,7%; Parnaíba, 5,90% - 9,3%; Picos, 6,10% - 13,4%; São João, 1,10% - 2%; Valença, 0,90% - 1,8%; Cocal, 14,30% - 0,9%; Paulistana, 3% - 0,9%; São Raimundo Nonato, 4,10% - 4,9%; Teresina Zona Sul, 7,60% - 4%; Reitoria, 1,10% - 0,8%; Teresina Dirceu Arcoverde 4,8%, Pio IX e José de Freitas não somaram 1% - 0,2%.



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO**  
**Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica**  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

**Gráfico 04: Campus**



## 2. EMOÇÕES, SENTIMENTOS E COMPORTAMENTOS

Além do risco evidente de contrair uma doença que pode ser fatal, existem outros fatores que influenciam a vivência deste momento, de acordo com Noal *et al.* (2020, p.115):

As medidas de distanciamento social são frequentemente consideradas desagradáveis por quem as experiencia. A mudança brusca nas atividades do dia a dia (ex. rotina de trabalho, estudos e convívio comunitário), por vezes sem previsão de quando ocorrerá o retorno à “vida normal”, pode provocar sofrimento e insegurança, visto que é preciso lidar com um futuro imprevisível. Além disso, a diminuição das interações face a face tende a gerar a sensação de isolamento social, a qual é comumente acompanhada pela sensação de isolamento emocional e de privação de liberdade.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

Em uma pandemia, alguns estressores costumam aumentar a probabilidade de ocorrência de sintomas psicológicos, como por exemplo, a duração prolongada das medidas de distanciamento social. Por não se saber ao certo o tempo de duração da crise e seus impactos, sobretudo em médio e longo prazo, “destaca-se a relevância da organização e do fortalecimento das redes socioassistenciais nas respostas de enfrentamento às demandas já existentes e àquelas que serão desencadeadas ou intensificadas pela pandemia” (NOAL, *et al.*, 2020, p. 330).

Nesta seção, avaliou-se os impactos do distanciamento social nas emoções, sentimentos e comportamentos.

**A) MUDANÇAS OCORRIDAS, DESDE O INÍCIO DO PERÍODO DE DISTANCIAMENTO SOCIAL, OBSERVANDO O MOMENTO ATUAL**

Na pesquisa de 2020 foi solicitado que os respondentes verificassem possíveis mudanças (para melhor, para pior ou sem alteração) que poderiam ter ocorrido em cada um dos itens relacionados nos gráficos, desde o início do período de distanciamento social: humor, confiança em si mesmo, interesse pela vida, capacidade de suportar situações difíceis, seus hábitos alimentares, a estabilidade das suas emoções, sua energia (disposição para fazer as coisas), seu sono, sua saúde física (dores, tremores, mal estar, etc.), sua sexualidade (satisfação sexual), a convivência com a sua família (a que reside), sua convivência com seus amigos ou amigas, sua convivência com as outras pessoas, seu interesse em trabalhar/estudar, suas atividades de lazer (as coisas que você gostava de fazer), sua capacidade de cumprir as obrigações, suas tarefas domésticas (cozinhar, fazer compras, lavar roupa, arrumar o quarto ou a casa, consertar coisas, etc.), condições financeiras e de sustento familiar, seu interesse em se ocupar com outras atividades e sua capacidade de tomar decisões.

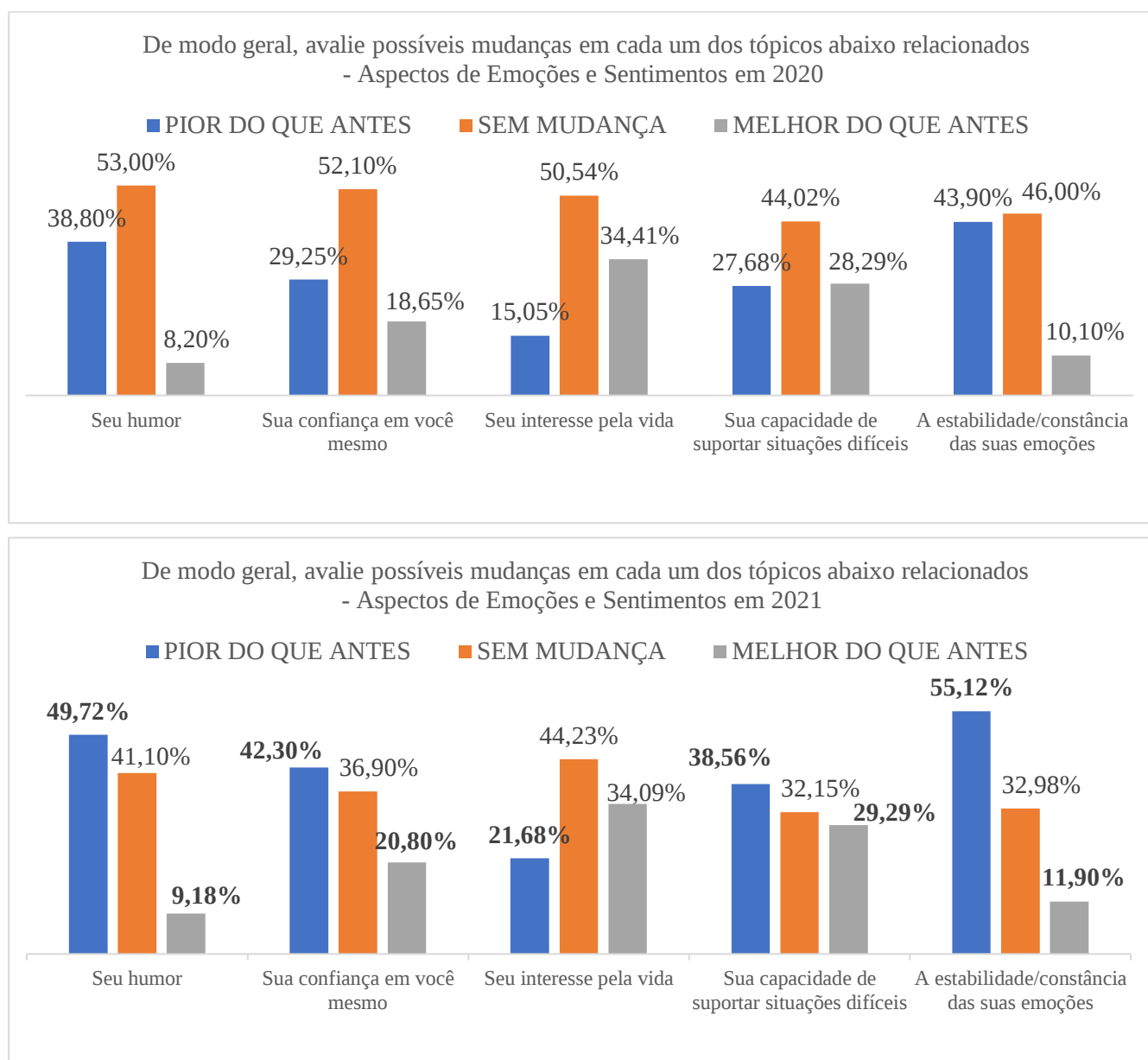
Foi solicitado nesse novo levantamento, que avaliassem os mesmos impactos observando o momento atual. Avaliou-se que em quase todos os aspectos houve um aumento nas porcentagens da opção “PIOR DO QUE ANTES” das condições indagadas, destaca-se humor que de 38,80% aumentou para 49,72%; confiança em si mesmo de 29,25% foi para 42,30%; a estabilidade das suas emoções de 43,90% para 55,12%; sua energia (disposição para fazer as coisas) – 47,25%, para 52,81%; seu sono – 41,97% para 48,66%; sua convivência com as outras pessoas – 36,56% - 45,30%; seu interesse em trabalhar/estudar – 37,67% - 40,59%; suas atividades de lazer – 43,29% - 48,62%.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

Percebeu-se que no aspecto “MELHOR QUE ANTES” houve também aumento nas porcentagens, levando-se a inferir que agora, transcorridos um ano de pandemia, mais pessoas notaram o impacto do distanciamento e seus desdobramentos seja em termos de piora ou melhora.

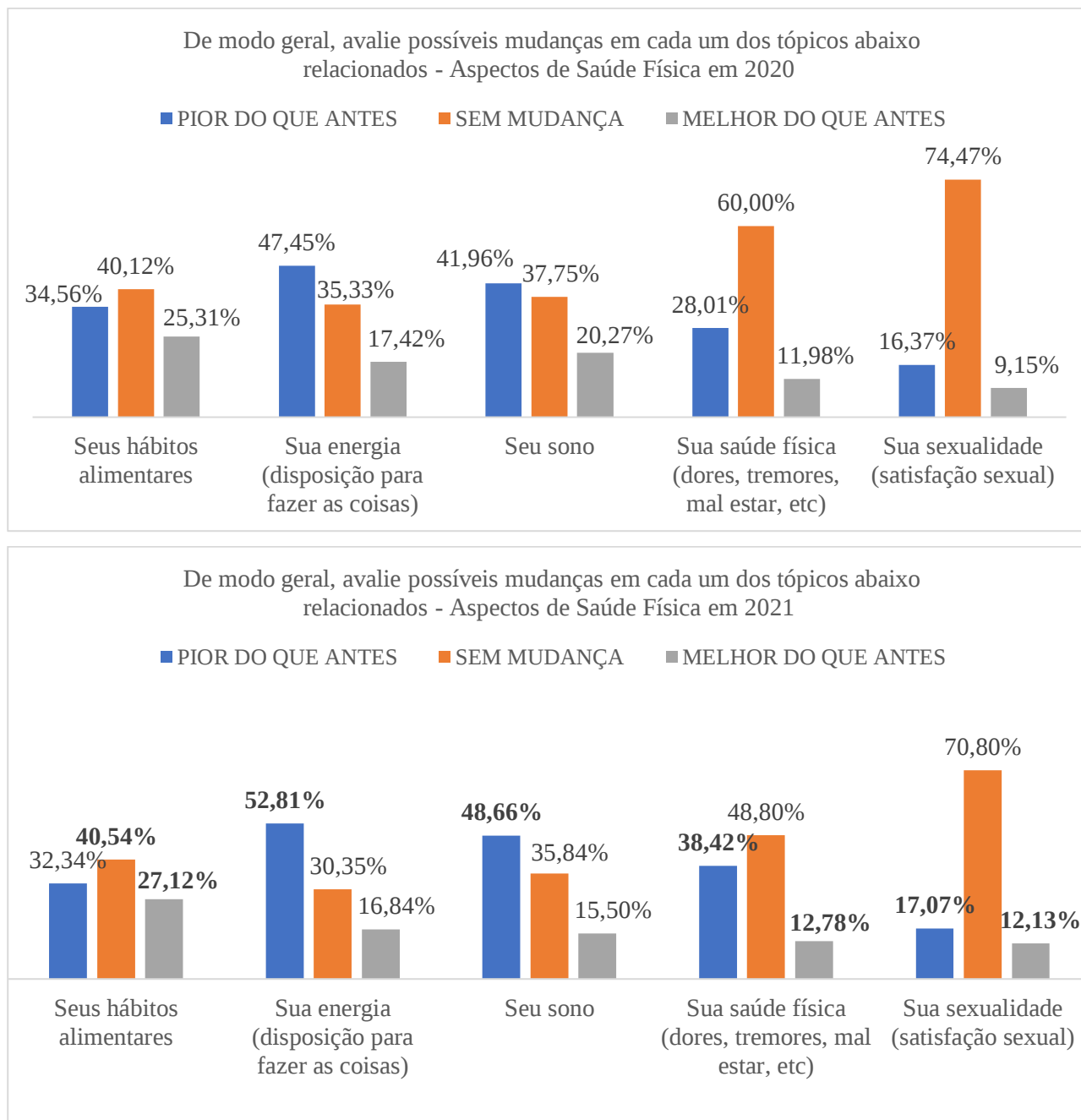
Gráfico 05: Emoções e sentimentos





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

Gráfico 06: Saúde física



No que diz respeito a saúde física, percebe-se que houve uma piora referente às seguintes questões, na pesquisa anterior e nessa, a citar: sua energia (saiu de 47,45% para 52,81%); sono (variou de 41,46% para 48,66%); saúde física teve uma variação bem expressiva, saiu de 28,01% para 38,42% e no tópico da sexualidade, houve relatos de melhora, de 9,15% para 12,13%.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

Sabe-se que com o prolongamento da vivência de uma situação de estresse, como a que estamos submetidos, existe uma maior probabilidade de agravamento de condições de saúde física, visto que o estresse prolongado acaba fragilizando o organismo e favorecendo e intensificando/cronificando o aparecimento e a percepção acerca de sintomas corporais, como dores, mal estares, etc.

Por conta de todos os esforços dos sistemas de saúde estarem voltados apenas para a demanda emergente de saúde pública, muitas pessoas deixam de procurar o atendimento médico para atender suas queixas de saúde, o que faz com que esses quadros se tornem crônicos e tragam prejuízos bem significativos na saúde como um todo dessas pessoas (ROHDE, *et al.*, 2020).

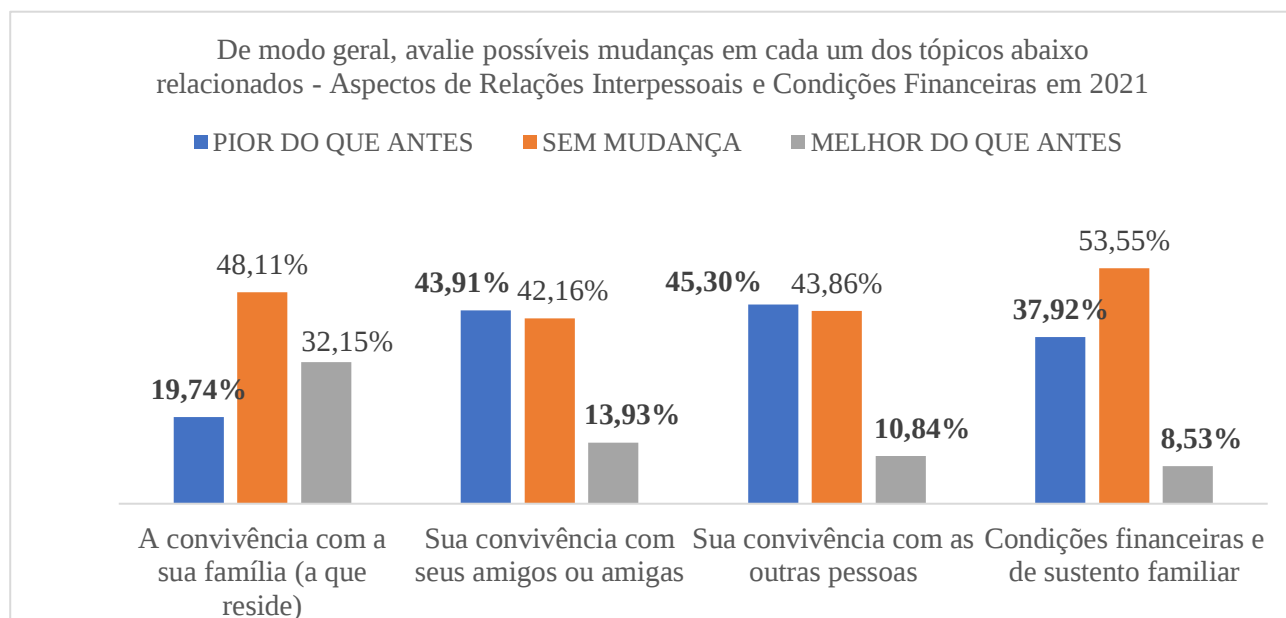
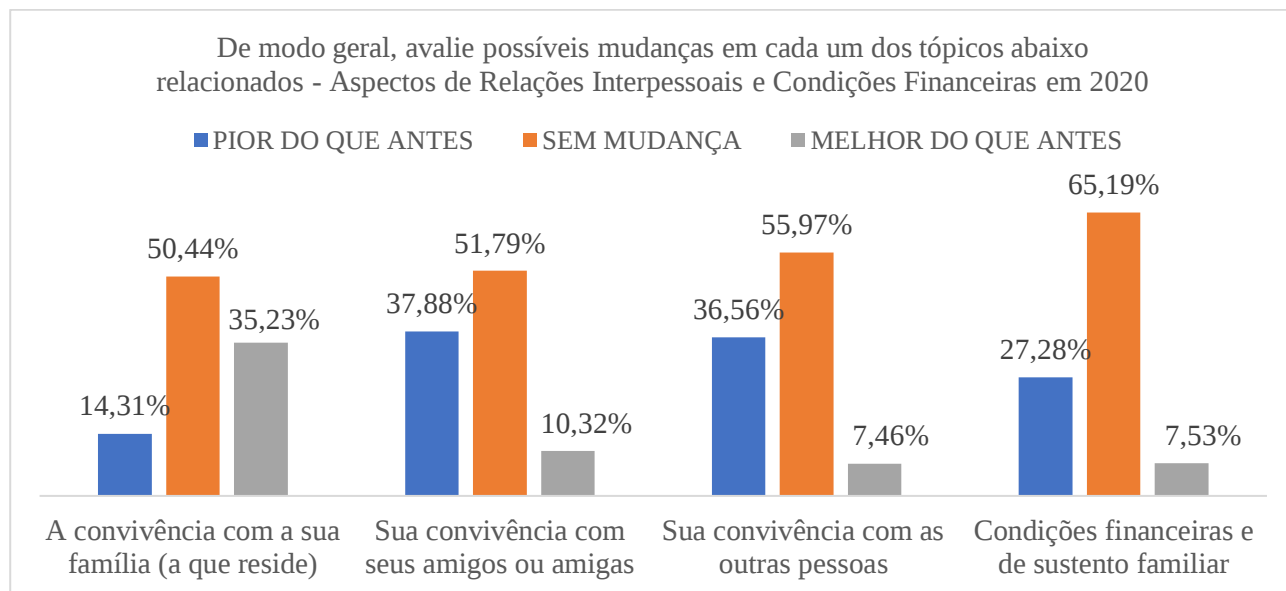
No que tange às relações interpessoais, os dados revelam que houve uma PIORA na percepção de convivência com a família (a que reside). No demais aspectos houve um aumento na percepção de piora, mas, também um aumento na percepção de melhora nas relações com amigos, outras pessoas e nas condições financeiras e de sustento familiar. Demonstrando, tal qual os aspectos analisados anteriormente, um aumento do impacto, seja positivo ou negativo, da manutenção da pandemia. De forma mais acintosa esse incremento aparece no item “PIOR QUE ANTES”.

O tópico da rotina, seguiu o mesmo entendimento dos aspectos anteriores, no qual alguns itens apresentaram incremento tanto na piora como melhora, por exemplo: interesse em trabalhar/estudar - piora de 37,56% para 40,59% e aumento da melhora nesse interesse que saiu de 22,82% e foi para 29,15% dos respondentes. No aspecto da rotina, os itens “atividades de lazer”, “tarefas domésticas” e “interesse em ocupar-se com outras atividades” apresentaram piora efetiva. Segue abaixo os gráficos referentes às duas últimas categorias já explanadas:



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

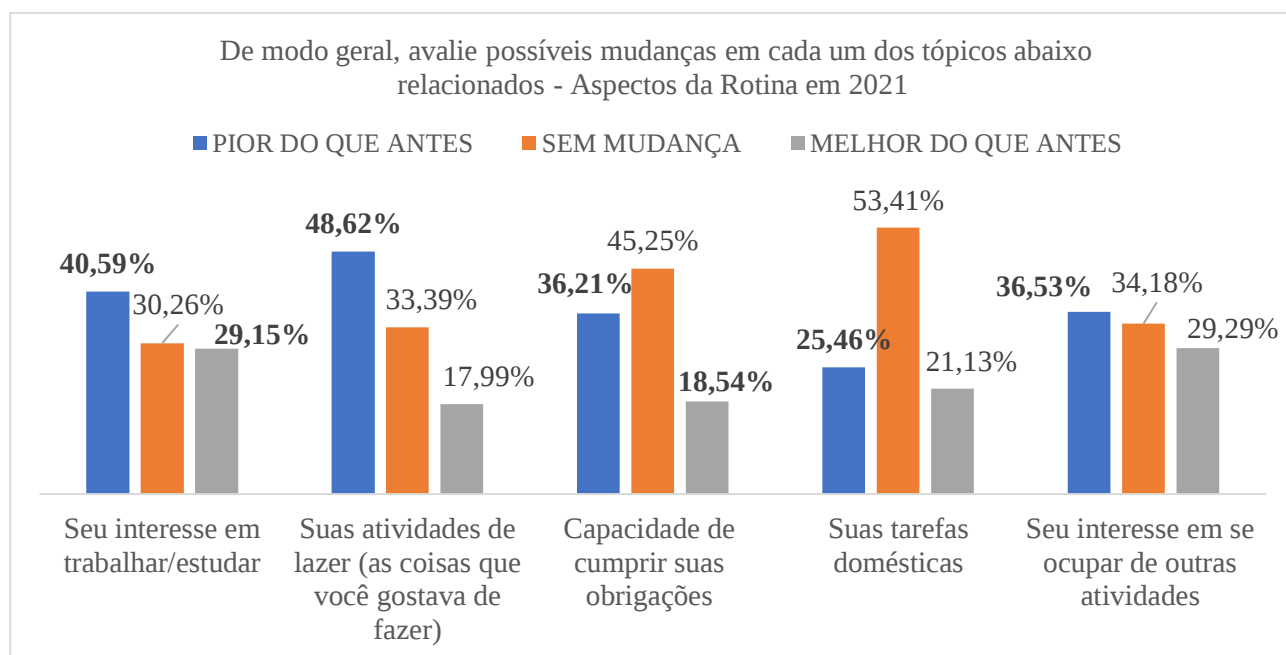
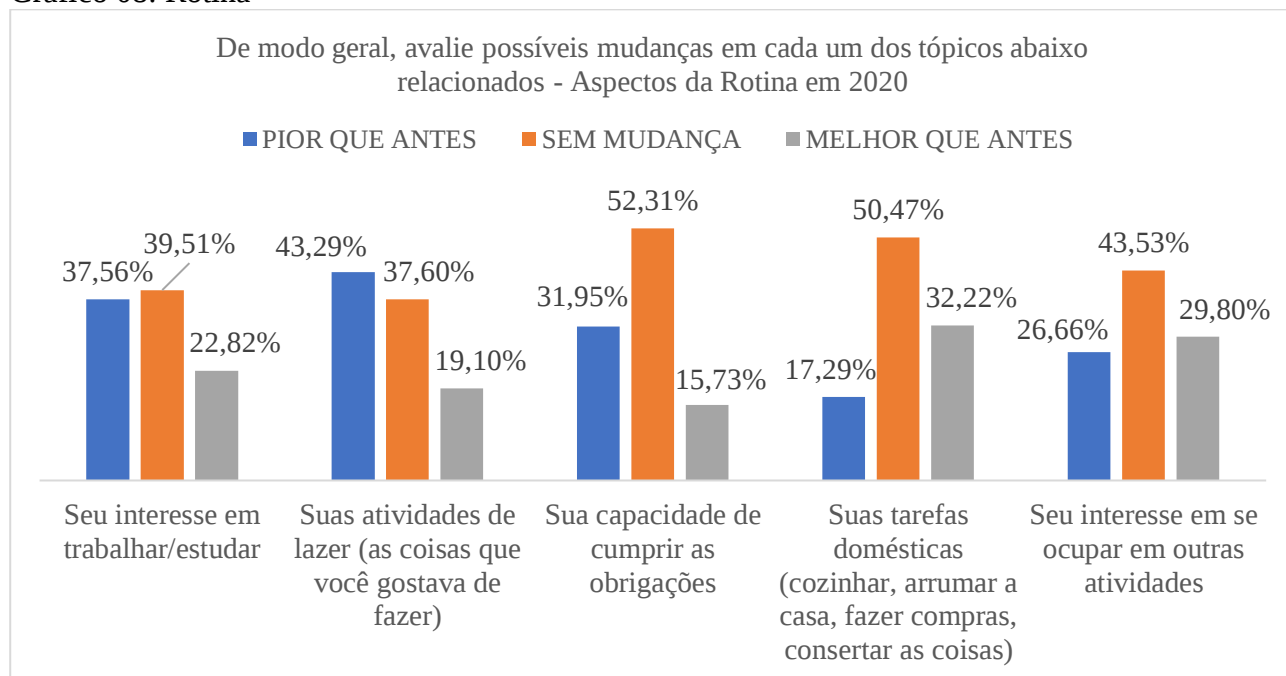
Gráfico 07: Relações interpessoais





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

Gráfico 08: Rotina



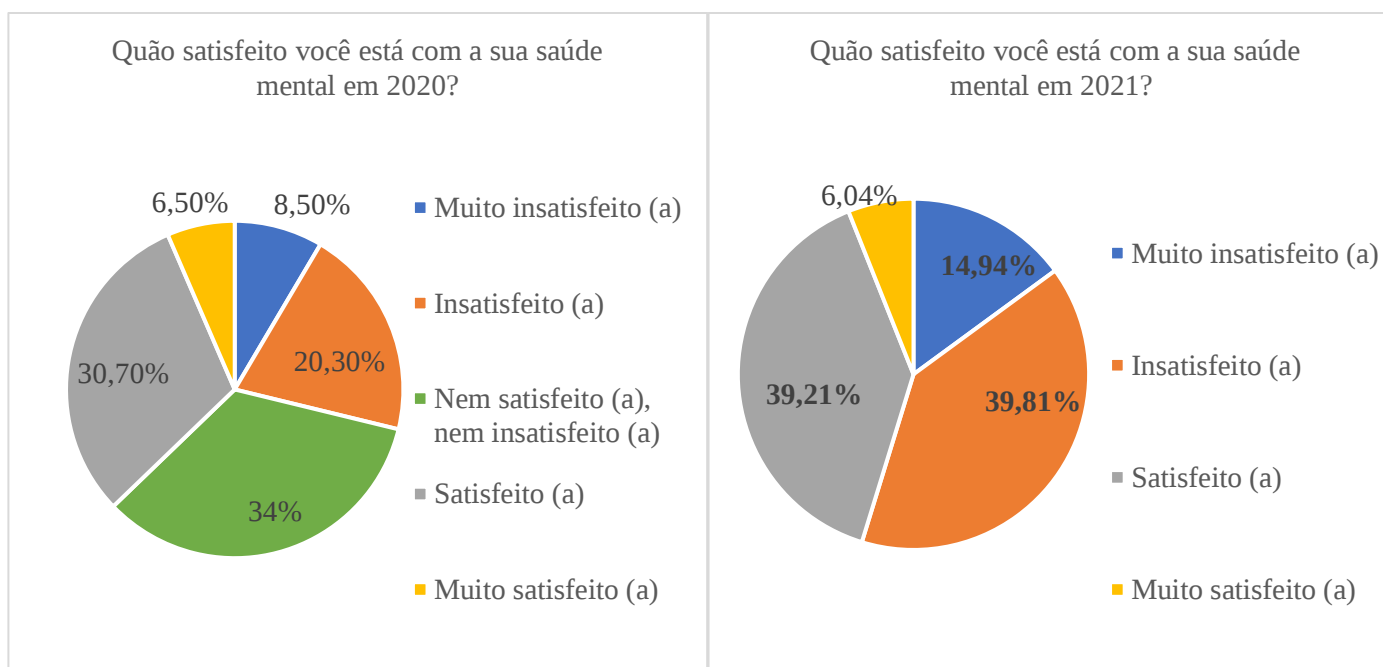


MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

### 3. SATISFAÇÃO EM RELAÇÃO À SAÚDE MENTAL

Neste tópico inquiriu-se sobre o quão satisfeito o respondente se sentia em relação à sua saúde mental, de modo que para 34% havia uma neutralidade nessa percepção em 2020. Essa legenda foi retirada, no questionário atual, para que os indivíduos se posicionassem mais claramente sobre sua satisfação ou não em relação à sua saúde mental, já que a medida “nem satisfeito (a)/nem insatisfeito (a)” impossibilitava uma real compreensão deste aspecto.

Gráfico 09: Satisfação em relação à saúde mental



Houve um aumento da satisfação com a saúde mental (saltou de 30,21% para 39,21%) como também aumento da insatisfação com saúde mental (saiu de 20,30% para 39,81%) e também a percepção referente a estar muito insatisfeito (que saiu de 8,5% para 14,94%). Levando a crer que aquela neutralidade inicial foi direcionada mais à uma piora nesse quesito.

Esses resultados são corroborados pela literatura que versa que períodos prolongados de vivências estressantes, tal qual promovem o agravamento de sintomas físicos também afetam a percepção geral de satisfação da pessoa com a sua saúde, visto que o surgimento e/ou agravamento



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

de sintomas referentes a quadros como ansiedade, tristeza prolongada, depressão e outros quadros de transtornos emocionais, se fazem bem mais frequentes nessas situações (NOAL, *et al.*, 2020).

#### **4. EMOÇÕES, PENSAMENTOS E SINTOMAS, NO MOMENTO ATUAL**

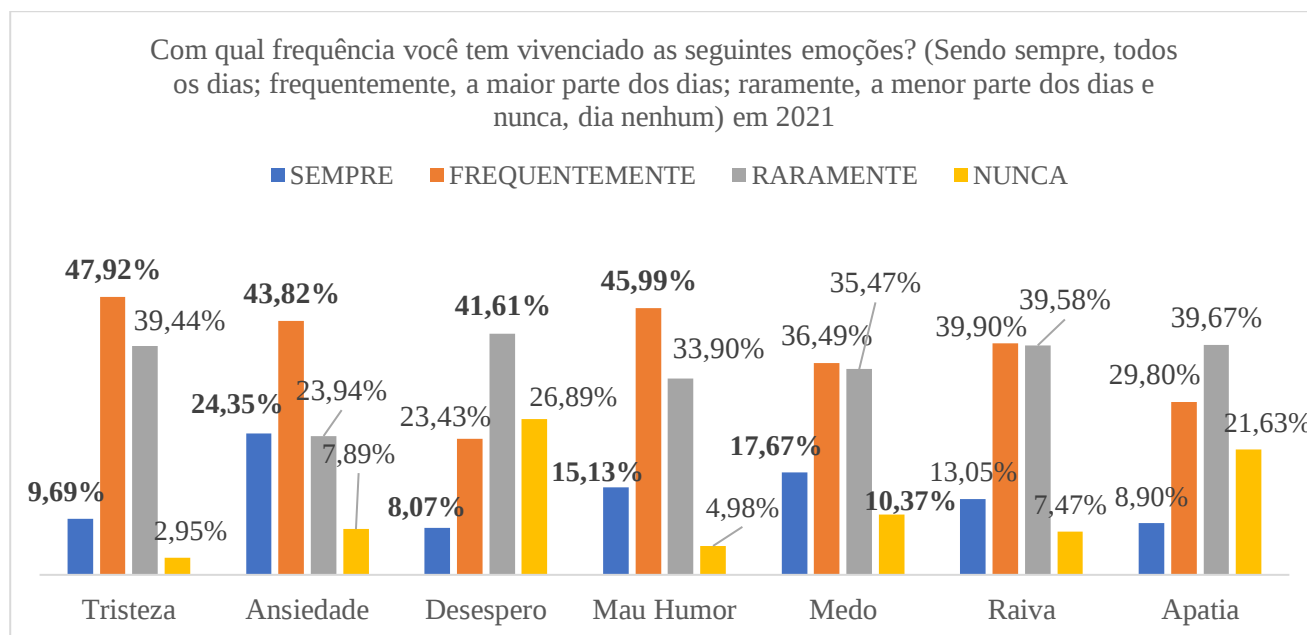
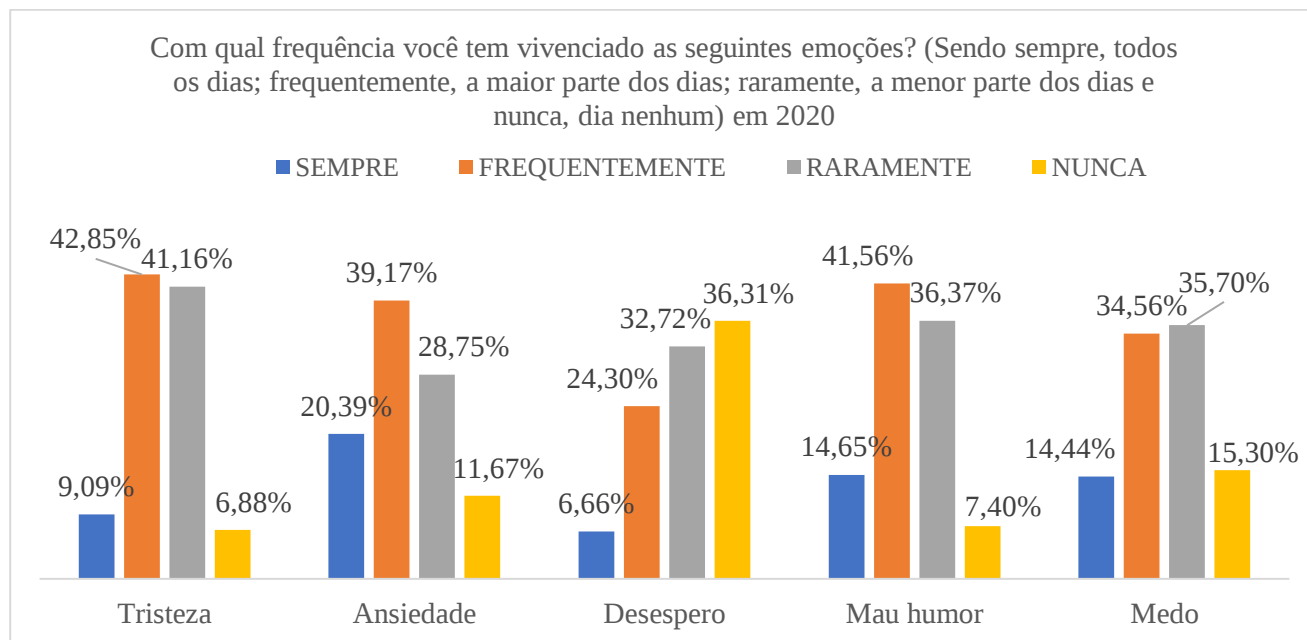
As próximas questões referem-se à frequência com a qual o respondente teria vivenciado 18 tipos de emoções, pensamentos e sintomas, de modo que as opções eram: sempre, frequentemente, raramente e nunca.

Das respostas sempre e frequentemente encontramos a incidência em ordem de prevalência, em 2020 e 2021, respectivamente: estresse – 67,40%, 74,03%; ansiedade – 59,56%, 68,17%; mau humor – 56,21%, 61,12%; irritação – 54,92%, 60,06%; desinteresse ou falta de energia para executar as atividades diárias – 56,58%, 58,81%; tristeza - 51%, 57,61%; impotência perante os acontecimentos - 49,43%, 57,29%; medo - 49%, 54,16%; insônia - 49,24%, 48,16%; (houve melhora); falta de esperança no futuro – 38,61%, 44,47%; solidão - 40,64%, 45,02%; desespero – 30,98%, 31,50%; desconfiança sobre as recomendações das autoridades em saúde – 34,71%, 28,23%; (houve melhora); pensamentos sobre morte/morrer – 27,61%, 28,50%; agressividade – 26,44%, 23,29%; (houve melhora); dificuldade de respirar/falta de ar – 23,49%, 21,08%; (houve melhora); taquicardia – 21,53%, 20,48%; (houve melhora); ataques de pânico – 18,82%, 14,81%; (houve melhora). Acrescentamos os seguintes aspectos: raiva - 52,95%; apatia - 38,70%; preocupação/comportamento excessivo em relação a limpeza - 34,69%; desconfiança sobre eficácia de tratamento e imunização - 24,95%. Percebemos uma evolução na maioria dos aspectos observados que nos leva a nos aproximar do que a literatura versa sobre a incidência de um agravamento.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

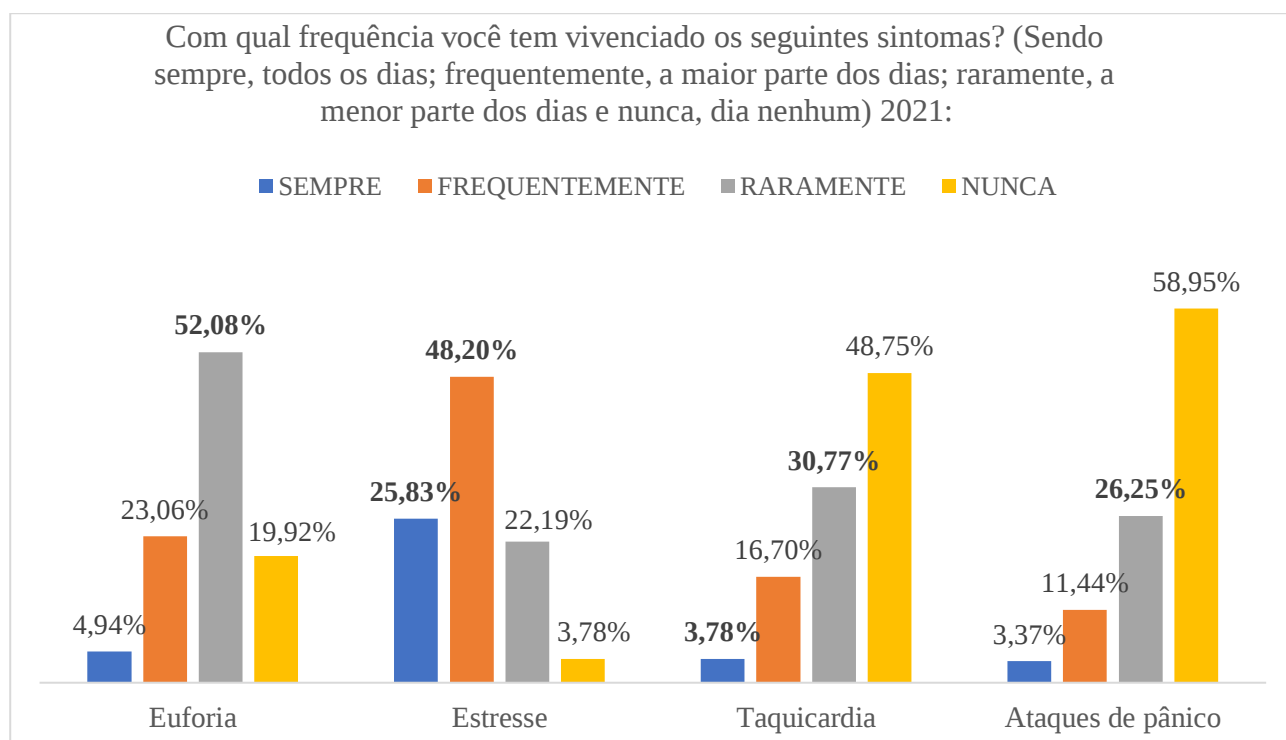
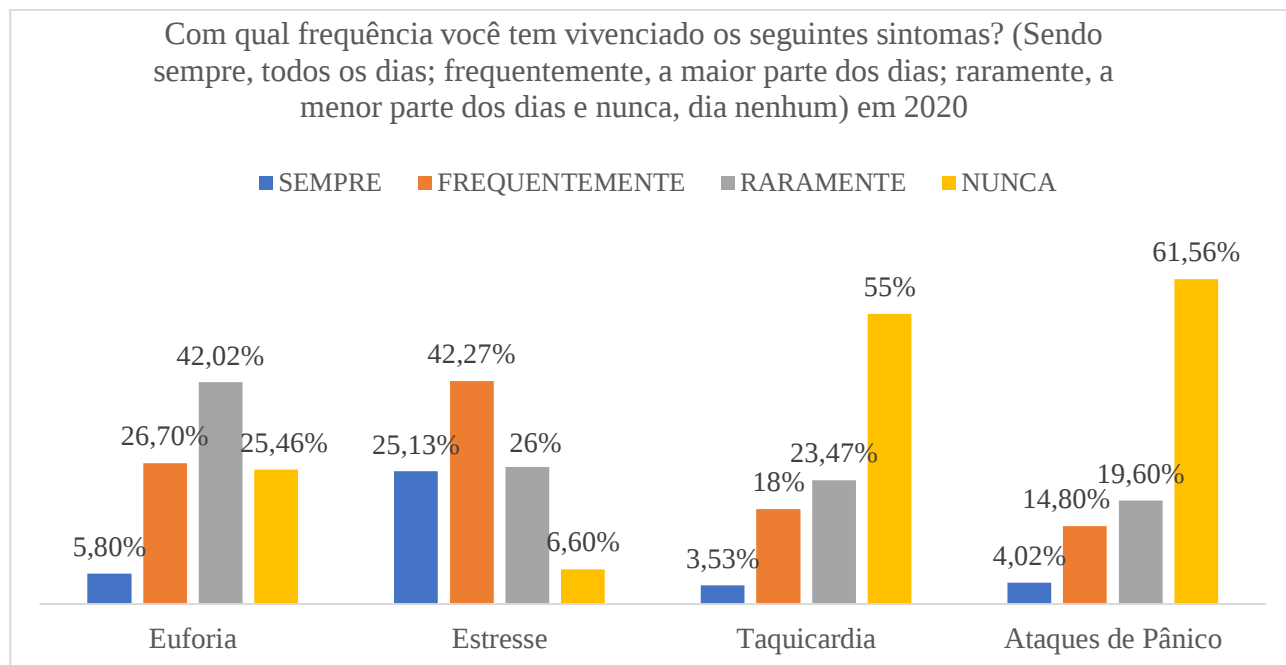
Gráfico 10: Emoções





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

Gráfico 11: Sintomas



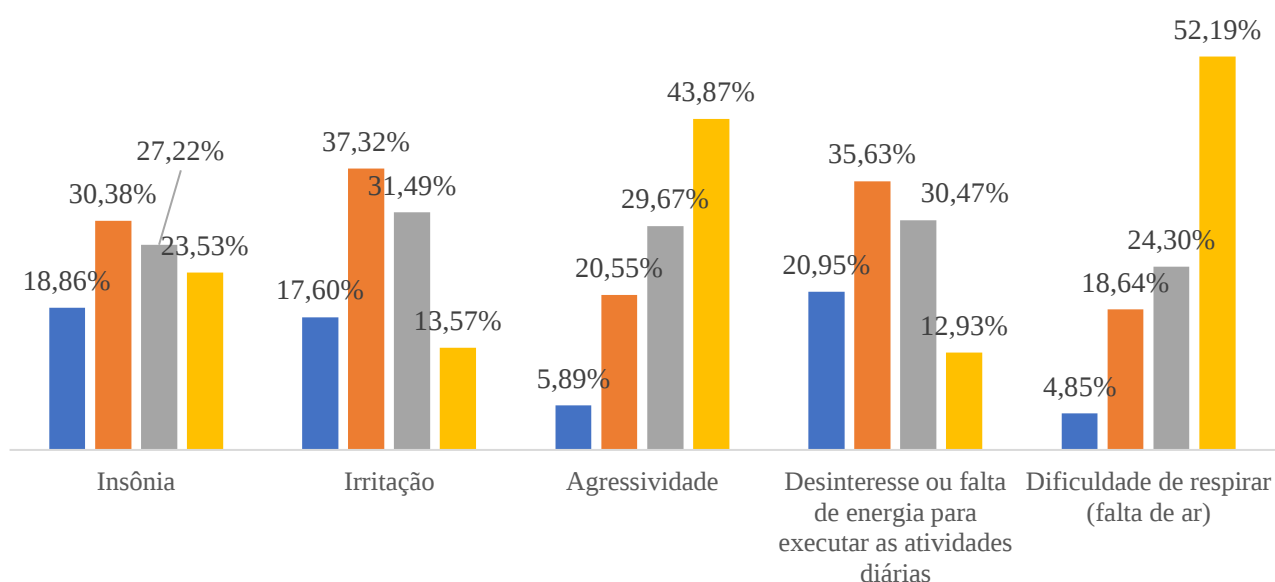


MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

Gráfico 12: Sintomas

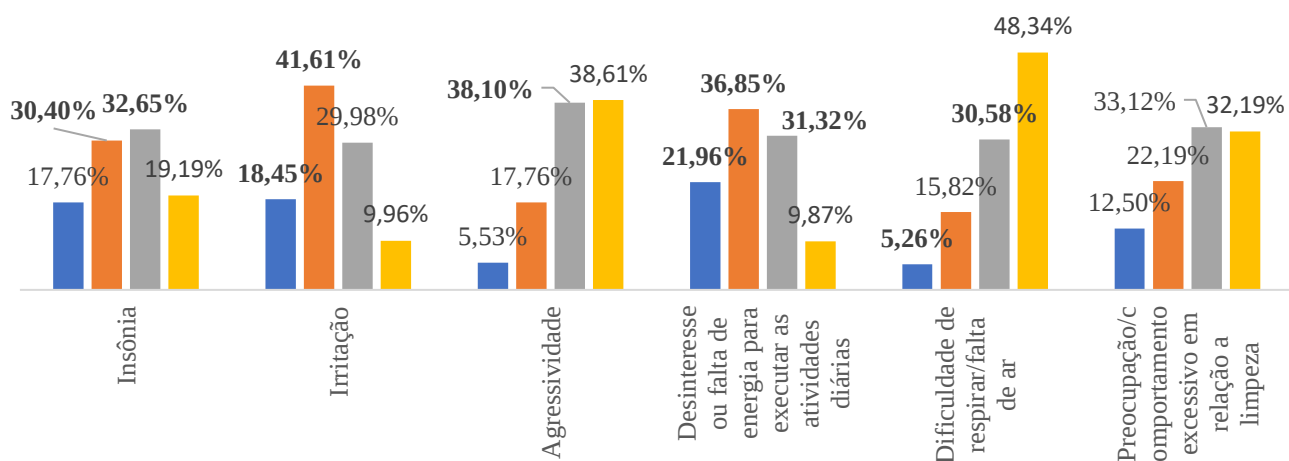
Com qual frequência você tem vivenciado os seguintes sintomas? (Sendo sempre, todos os dias; frequentemente, a maior parte dos dias; raramente, a menor parte dos dias e nunca, dia nenhum) 2020:

■ SEMPRE ■ FREQUENTEMENTE ■ RARAMENTE ■ NUNCA



Com qual frequência você tem vivenciado os seguintes sintomas? (Sendo sempre, todos os dias; frequentemente, a maior parte dos dias; raramente, a menor parte dos dias e nunca, dia nenhum) 2021:

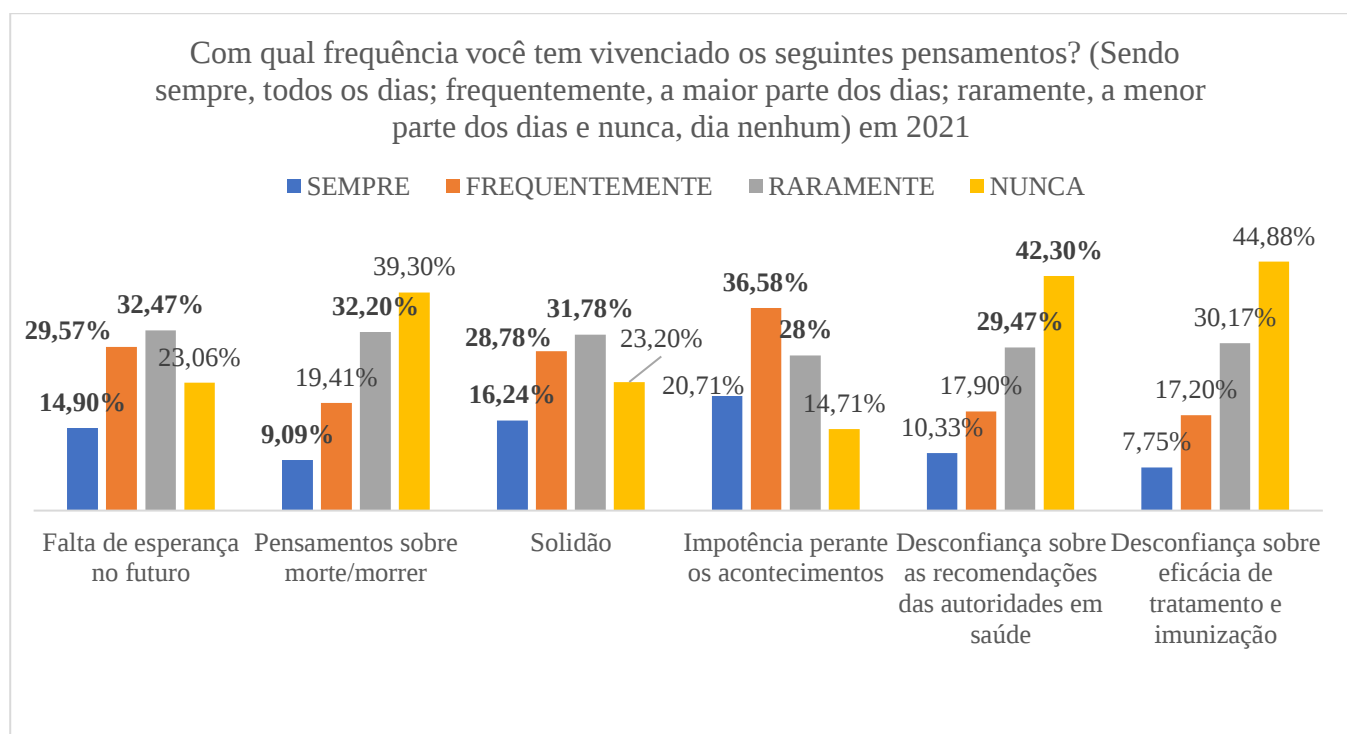
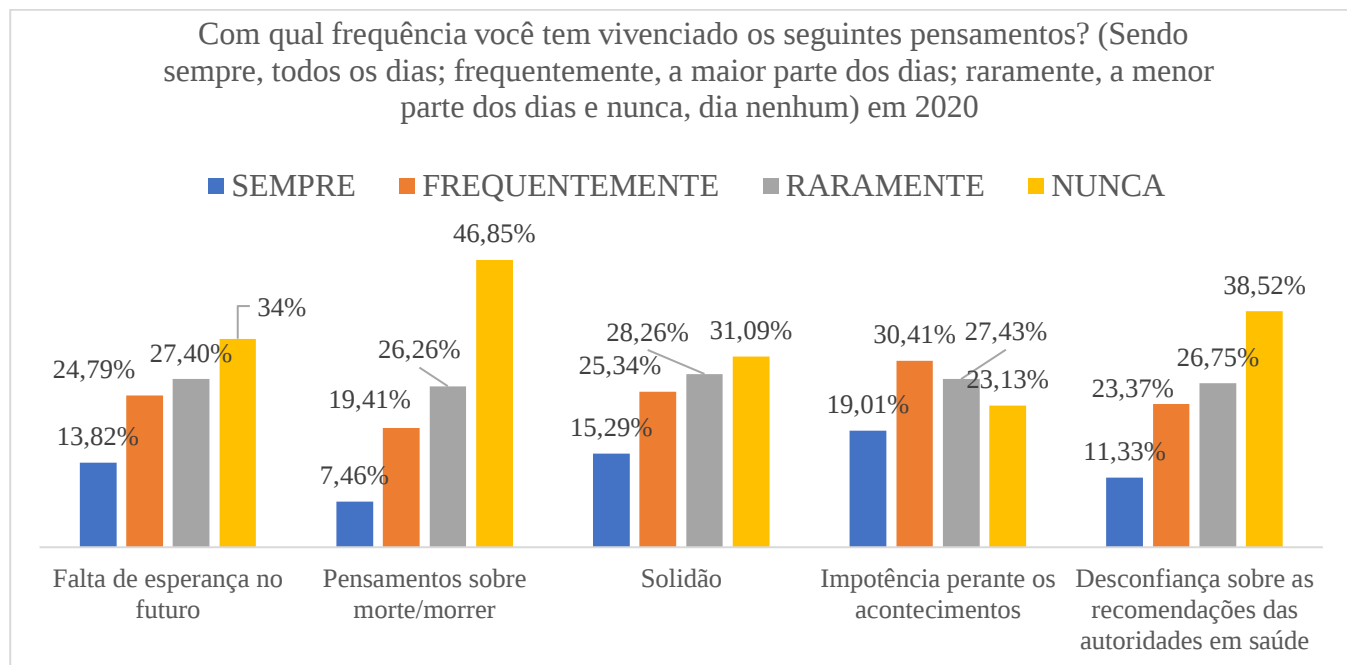
■ SEMPRE ■ FREQUENTEMENTE ■ RARAMENTE ■ NUNCA





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

Gráfico13: Sentimentos e pensamentos





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

## **5. COMPORTAMENTO AUTOLESIVO**

Outra questão referia-se ao comportamento autolesivo. A autolesão é uma das manifestações de sofrimento psíquico que tem ganhado destaque devido a sua grande incidência durante a adolescência sendo considerado hoje, pela literatura especializada em suicídio, como um dos elementos que compõem esse quadro comportamental e em virtude do seu potencial de gravidade, ser um fator de risco a ser considerado (RAUPP, *et al.*, 2020).

Diante desse cenário de pandemia, as pessoas tendem a ficar mais ansiosas, com humor deprimido e podem adotar comportamentos de extremo risco à saúde, como automutilação e ideação ou tentativa de suicídio.

O percentual de respondentes que assinalou não ter esse comportamento teve uma ligeira queda: saiu de 89,70% em 2020 para 83,60% em 2021. No entanto, notou-se um aumento nos valores de quem assinalou que não tinha esse comportamento antes, mas desenvolveu depois do isolamento, um salto de 2,1% em 2020 para 4,70% em 2021, o que coloca em alerta para o agravamento de comportamentos disfuncionais ao se vivenciar situações/momentos de crise.

Apenas uma pequena porcentagem afirmou que apresentava esse comportamento antes e se intensificou com o distanciamento social – 4,50% em 2020 e 4,1% em 2021.

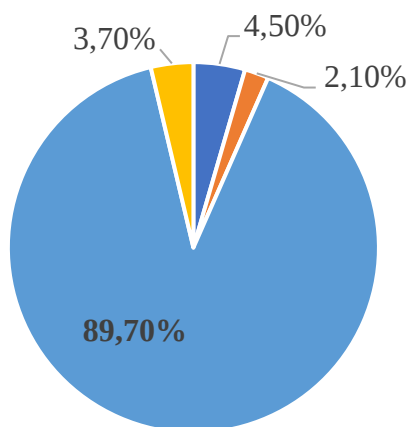
No novo formulário foram acrescentados os itens “já tinha esse comportamento antes e permaneceu do mesmo modo com o distanciamento social” com 3,60% de respondentes assinalando; “já tinha esse comportamento antes e parou com o distanciamento social” com 4%; e, 7,60% relatam que “pararam após a pandemia”.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

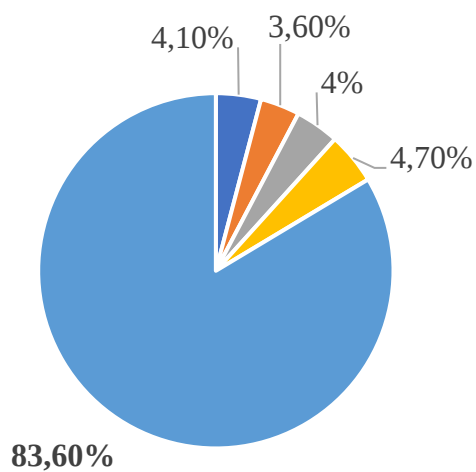
Gráfico 14: Comportamento auto lesivo

Sobre comportamento auto lesivo (machucar a si mesmo), você em 2020



- Já tinha esse comportamento antes e se intensificou com o distanciamento social
- Não tinha esse comportamento antes, mas desenvolvi a partir do distanciamento social.
- Não tinha esse comportamento antes e continuo sem tê-lo.
- Outros

Sobre comportamento auto lesivo (machucar a si mesmo), você em 2021



- Já tinha esse comportamento antes e se intensificou com o distanciamento social.
- Já tinha esse comportamento antes e permaneceu do mesmo modo com o distanciamento social.
- Já tinha esse comportamento antes e parou com o distanciamento social.
- Não tinha esse comportamento antes, mas desenvolvi a partir do distanciamento social.
- Não tinha esse comportamento antes e continuo sem tê-lo.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

## **6. IDEIAÇÃO SUICIDA**

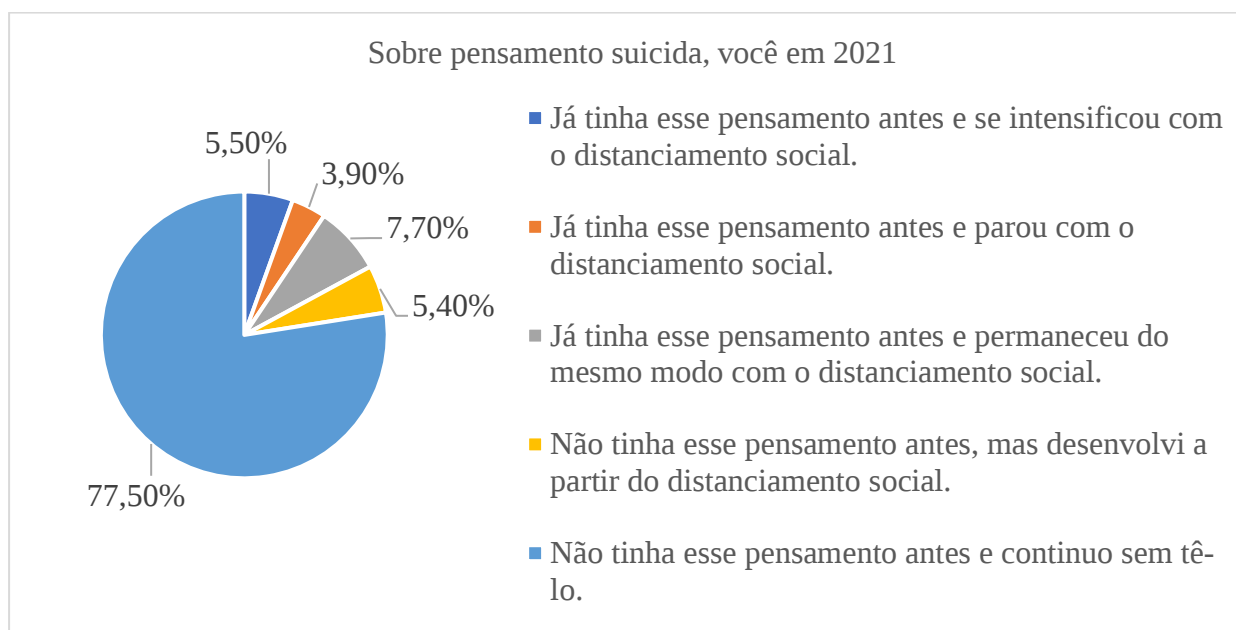
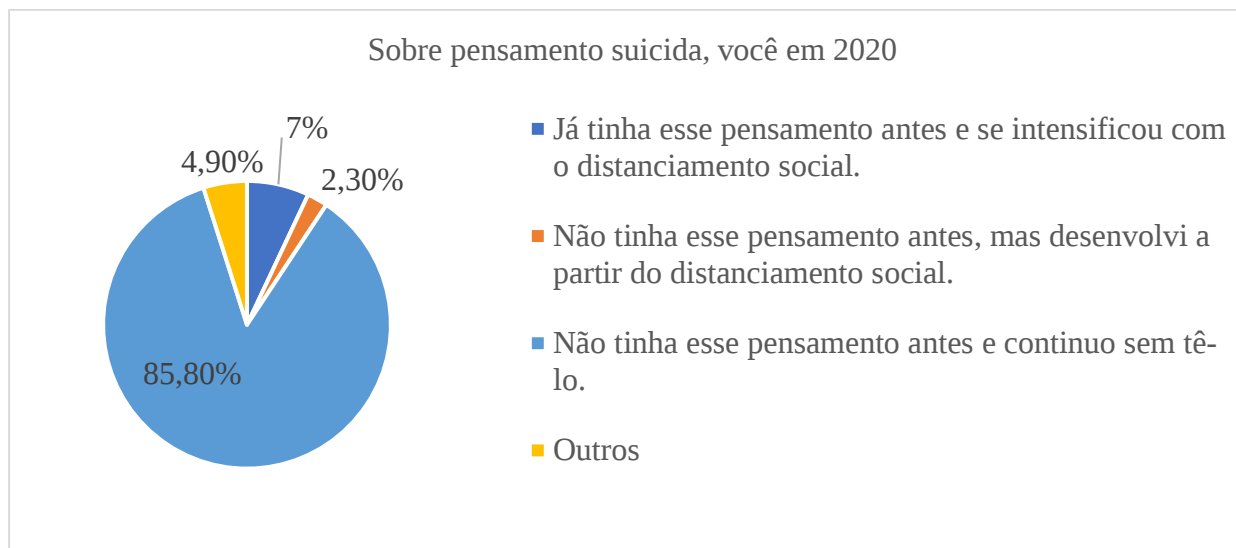
As estatísticas apontam o aumento dos casos de tentativas e suicídios, após eventos extremos. Cabe lembrar que o suicídio é um fenômeno complexo e multifatorial e o possível aumento no seu número de casos, em uma situação de pandemia, pode estar relacionado a diferentes fatores como: “medo, isolamento, solidão, desesperança, acesso reduzido a suporte comunitário e religioso/espiritual, dificuldade de acesso ao tratamento em saúde mental, doenças e problemas de saúde, suicídios de familiares, conhecidos ou profissionais de saúde” (NOAL, *et al.*, 2020, p.144).

Dos entrevistados, 85,80% em 2020 declararam que não apresentavam pensamentos sobre suicídio antes da pandemia e continuavam sem apresentar e esse número foi reduzido para 77,50% em 2021. No entanto, foi possível verificar a presença de ideação suicida em parte dos respondentes: “Já tinha esse pensamento antes e se intensificou com o distanciamento social” – 7% em 2020 e 5,50% em 2021 (reduziu); “Não tinha esse pensamento antes, mas desenvolvi a partir do distanciamento social” – 2,30% em 2020 e houve um aumento em 2021, saltando para 5,40% esse percentual. Foram acrescidas duas formulações. A primeira se “já tinha esse pensamento antes e parou com o distanciamento social” - 3,90%; a segunda se “já tinha esse pensamento antes e permaneceu do mesmo modo com o distanciamento social” com 7,70% dos respondentes.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

Gráfico 15: Ideação suicida



## 7. USO DE ÁLCOOL E/OU OUTRAS DROGAS

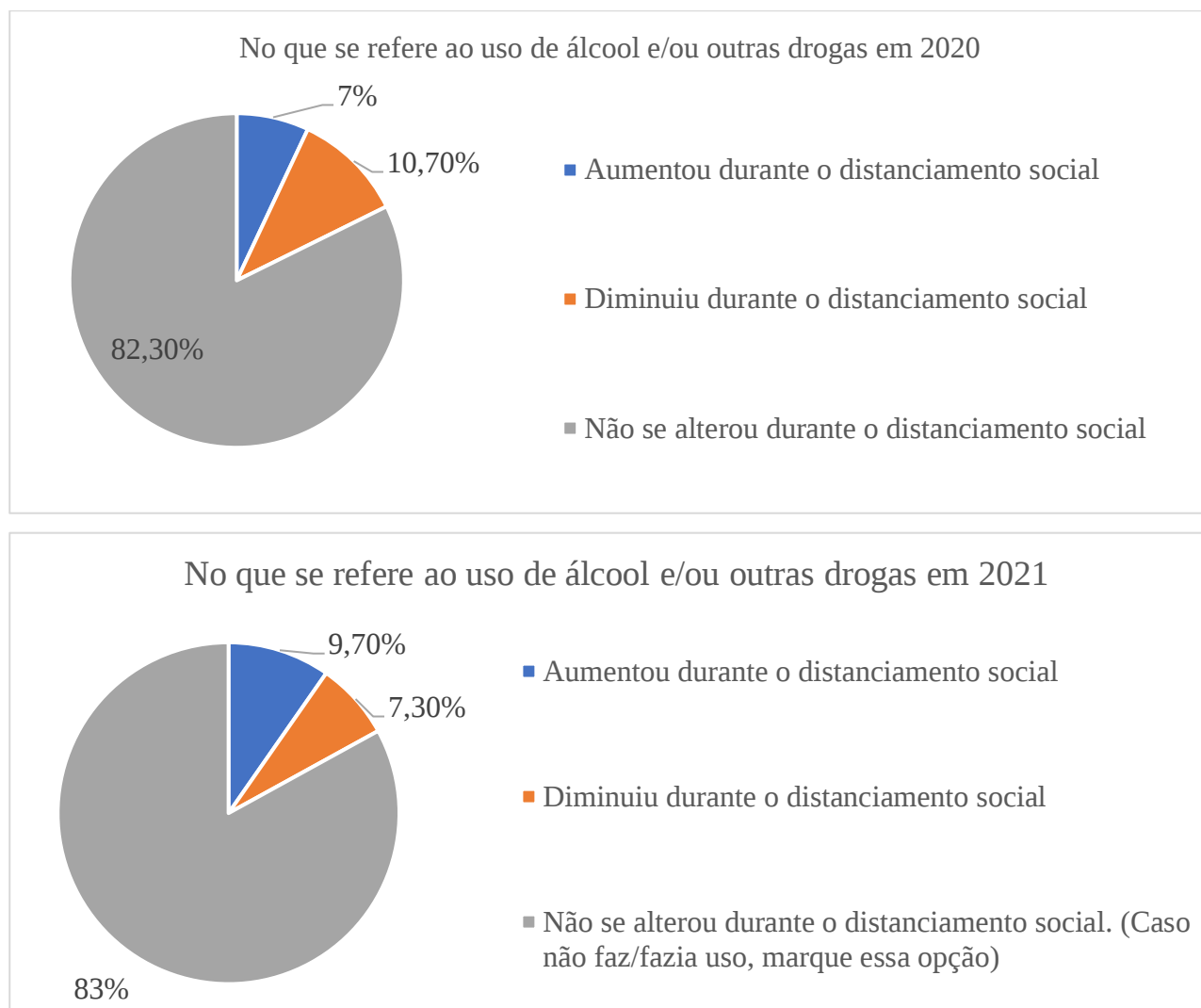
Estressores extremos podem exacerbar ou induzir não somente problemas de saúde mental como também fazer com que sejam intensificados ou iniciados comportamentos de risco à saúde como o abuso de substâncias lícitas e ilícitas (TONIN e MELO, 2020). Sobre o consumo de



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

álcool e outras drogas, em 2020 - 82,30% responderam que não se alterou durante o distanciamento social, tendo um discreto aumento em 2021 para 83%. Apontando oscilações do padrão anterior de consumo referindo uma diminuição do consumo em 2020 tínhamos 10,70% respondentes e em 2021, 7,30%; e, sobre as oscilações do padrão anterior de consumo referindo um aumento deste, os valores subiram de 7% em 2020 para 9,7% em 2021.

Gráfico 16: Uso de álcool e outras drogas





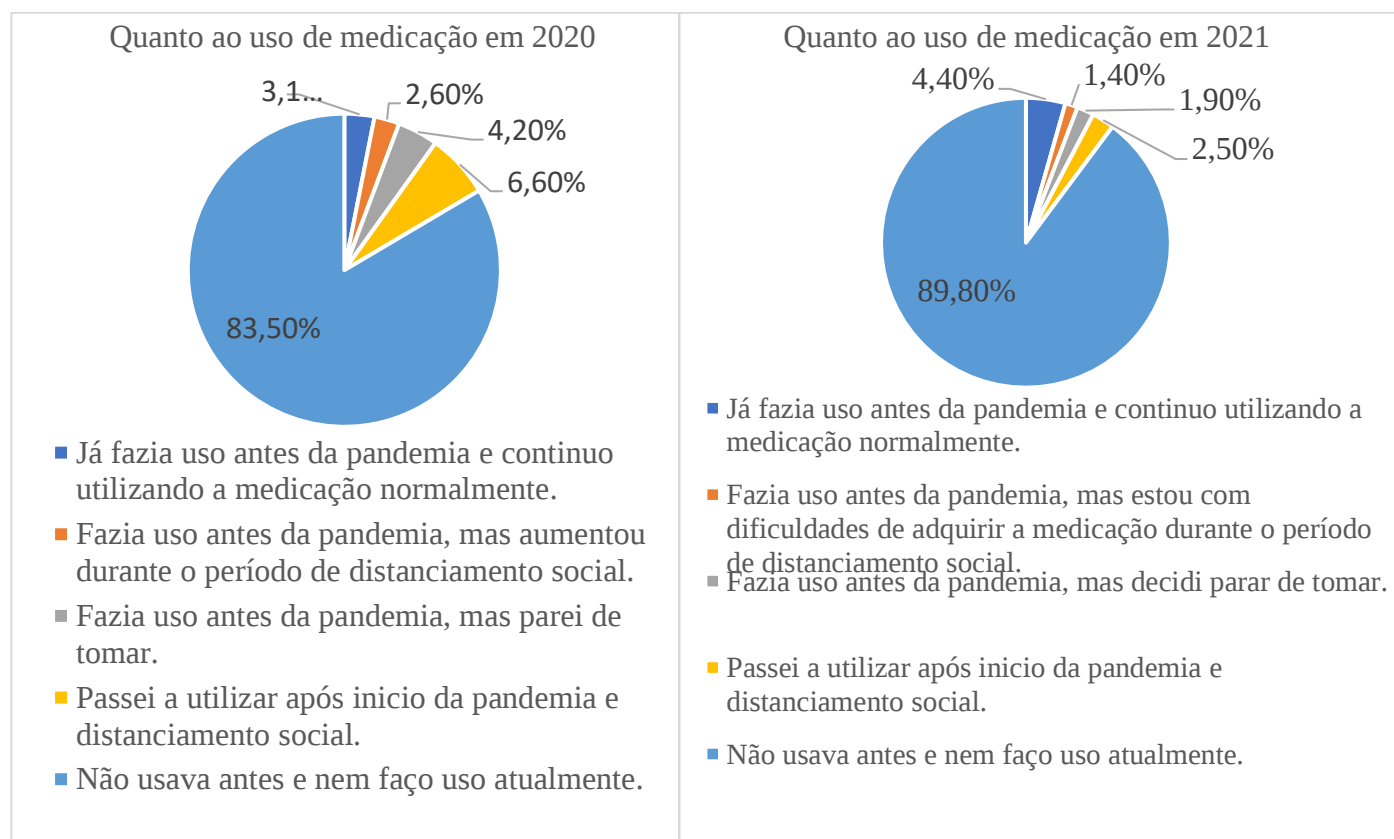
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

## 8. USO DE MEDICAÇÃO PARA PROBLEMAS DE SAÚDE MENTAL

A pandemia associada a um aumento no aparecimento de transtornos mentais é um fator preditor para elevado consumo de medicamentos psicotrópicos. Sobre o uso destas medicações para problemas de saúde mental, 89,80% referiu que não fazia uso antes da pandemia e nem atualmente em 2020, em 2021 esse número caiu para 83,50%.

Parte dos respondentes relatou que já fazia uso antes da pandemia e continuava utilizando a medicação normalmente – 4,40% em 2020 e 3,10% em 2021. Alguns entrevistados – 1,40% (2020) - referiram que já faziam uso antes da pandemia, mas estavam encontrando dificuldade em adquirir a medicação no momento. A vivência da pandemia implicou em uso de medicação para 2,50% dos respondentes em 2020, tendo um aumento para 6,60% em 2021. O percentual de respondentes que relatou que fazia uso antes e passou a não utilizar mais, após a pandemia passou de 1,90% em 2020 para 4,20%.

Gráfico 17: Uso de medicações para problemas de saúde mental





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

## **9. PROCURA POR PROFISSIONAL DE SAÚDE MENTAL**

Ainda em relação aos cuidados com a saúde mental, houve uma queda expressiva do número de respondentes que afirmam não procurar nenhum profissional por perceber que não precisam - caiu de 75,20% em 2020 para 41,30% em 2021. Sobre os que procuraram um profissional, tivemos aumento: “sim, procurei psicólogo (a)” – 5,90% para 10,20%, “sim, procurei psiquiatra” – 1,20% para 2%, “sim, procurei psicólogo (a) e psiquiatra” – 1,60% para 3,70%.

A maioria das pessoas não apresenta transtornos psiquiátricos após um evento extremo e as reações agudas decorrentes da exposição não consistem, necessariamente, respostas patológicas, sendo compreendidas como “reações normais a um evento anormal” (NOAL, *et al.*, 2020, p. 86).

Os autores supracitados indicam que:

a evolução ou não da experiência de sofrimento agudo para um possível transtorno mental depende de múltiplos fatores, tais como características intrínsecas do indivíduo e de condições externas. Assim, a exposição à pandemia COVID-19 não é o único agente etiológico e os desfechos em saúde mental são multicausais. Os indícios a serem avaliados para a procura dos serviços de saúde mental são: frequência, duração e intensidade dos sintomas e comprometimento da funcionalidade (p.87).

Em virtude do prolongamento ainda indefinido da situação de pandemia é esperado que pessoas, pelo agravamento dos sintomas emocionais, efetivem a busca de profissionais da saúde mental, muitas vezes superando os preconceitos existentes e iniciando um processo de cuidado qualificado o que resulta a médio e longo prazo, numa percepção de melhora dos níveis de ansiedade e outros sintomas correlatos além de uma melhor vivência das situações laborais ou de estudos.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

Gráfico 18: Procura por profissional de saúde mental

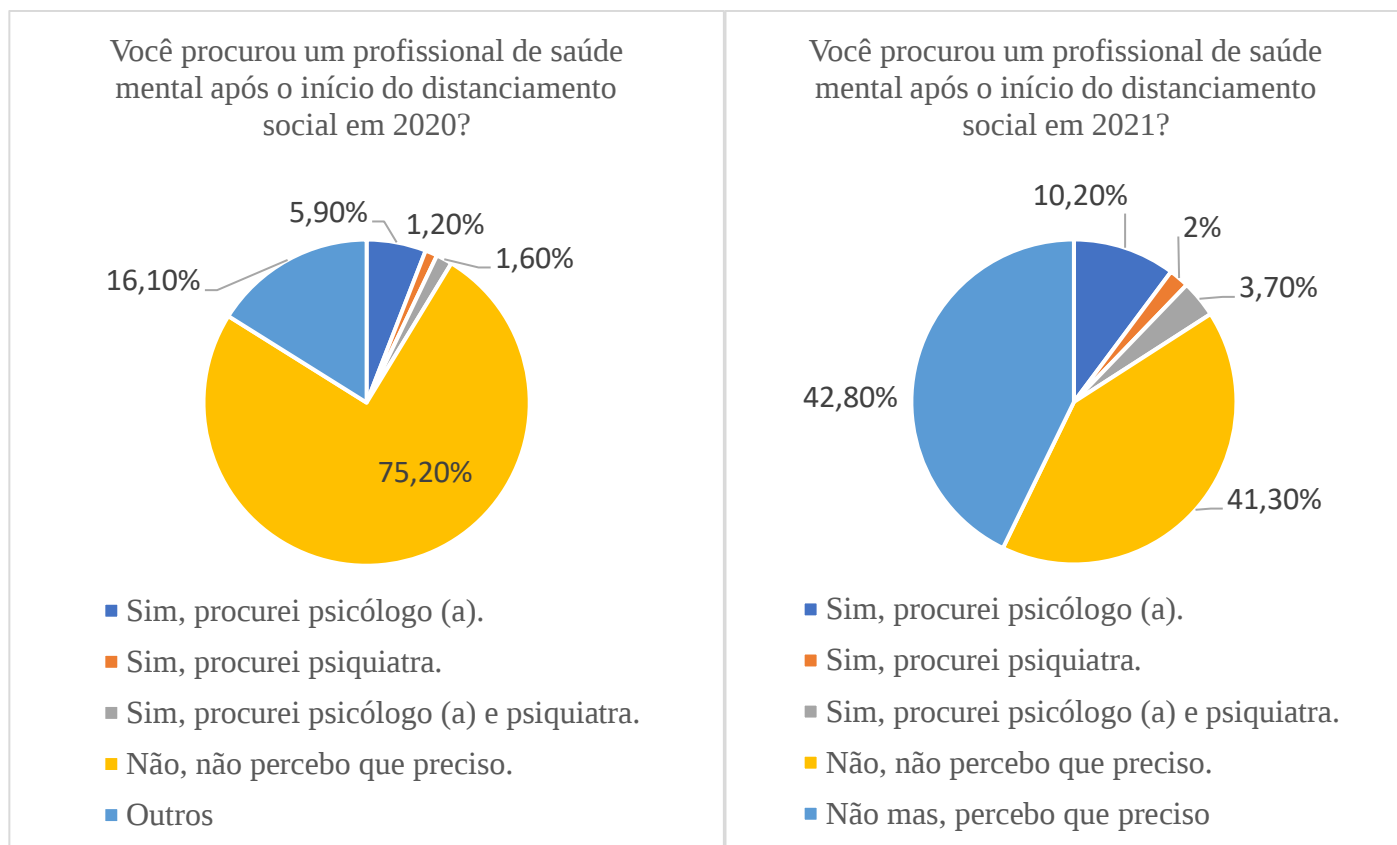
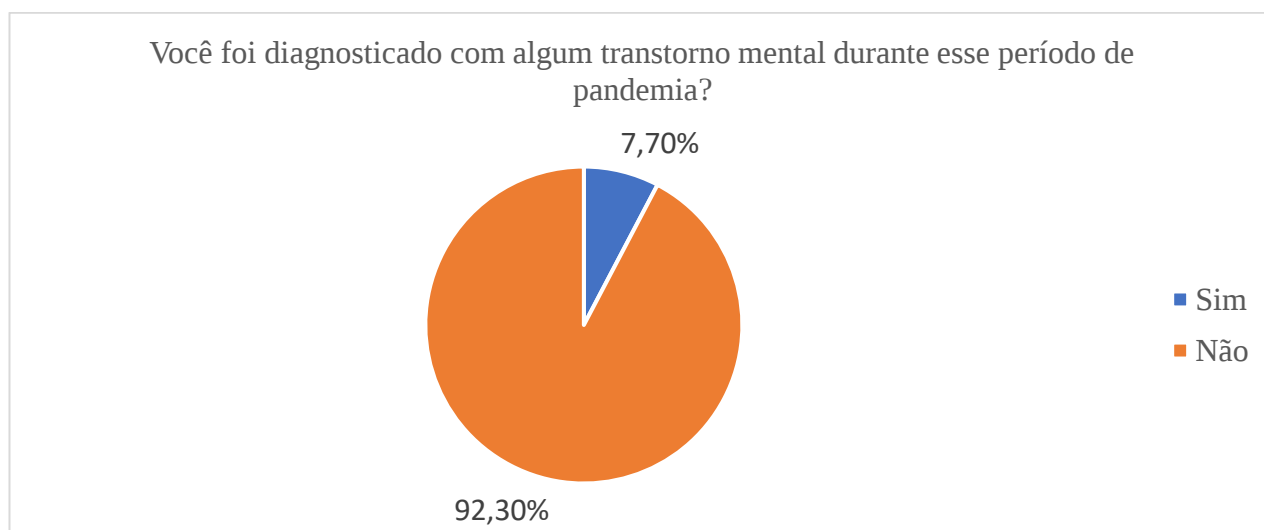


Gráfico 19: Diagnóstico





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

NUVEM DE PALAVRAS 1 – Diagnósticos diante da procura de um profissional de saúde:

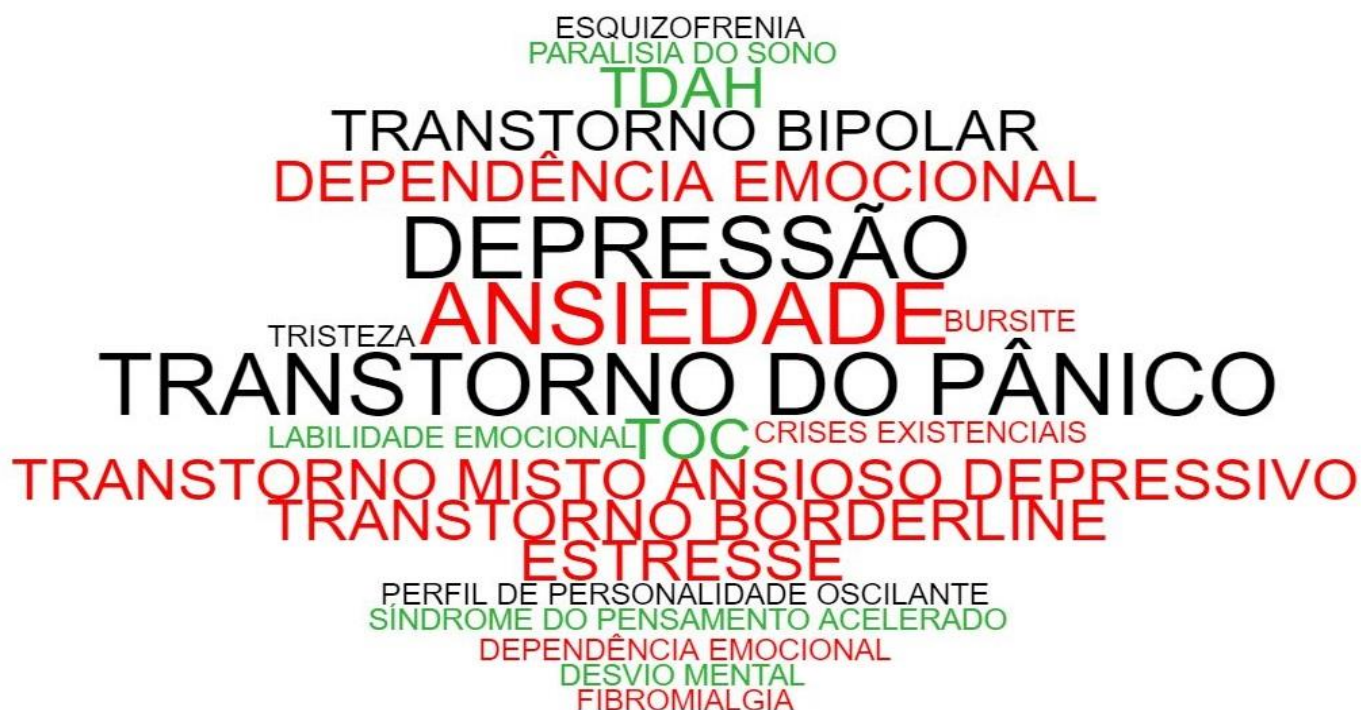
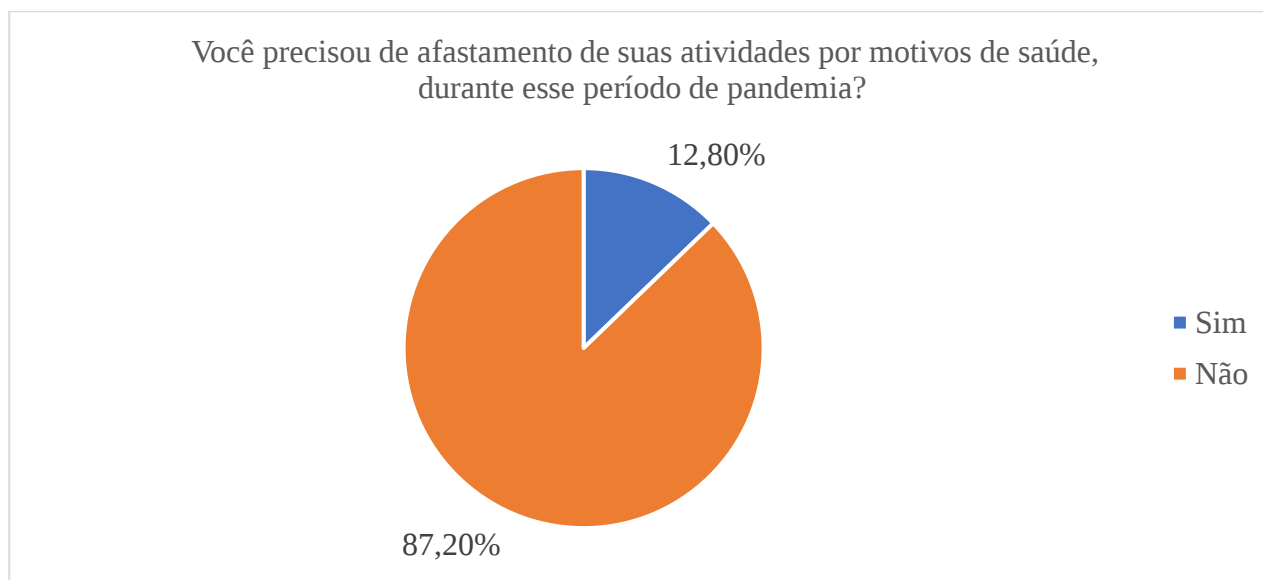
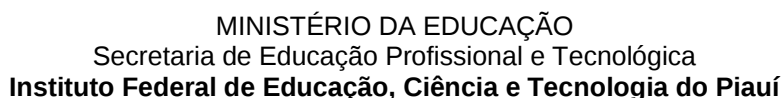


Gráfico 20: Afastamento do trabalho/estudo





Duas questões foram acrescentadas a este novo levantamento: uma que diz respeito ao diagnóstico de transtornos mentais durante esse período e outra referente ao afastamento de atividades. Na primeira, foi feita uma nuvem de palavras que foi composta por esses quadros e não foi surpresa o grande número de respostas ligadas aos quadros do espectro da ansiedade, tais como: crises de ansiedade, ansiedade generalizada, pânico, TOC, e quadros de tristeza, depressão, estresse, o que estão relatados expressivamente nas pesquisas mais recentes (NOAL, *et. al.*, 2020).



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

Quanto ao segundo questionamento, referente ao afastamento, estão presentes tanto situações de quadros emocionais diversos, quanto também a COVID-19, o que *per si*, fragiliza esse indivíduo e aumenta as chances de agravamento de sintomas emocionais.

## **10. PREOCUPAÇÕES RELACIONADAS À PANDEMIA DE COVID-19**

Noal *et al.* (2020, p.21) em seu livro afirma que “de um modo geral, durante uma pandemia é esperado que estejamos frequentemente em estado de alerta, preocupados, confusos, estressados e com sensação de falta de controle frente às incertezas do momento”.

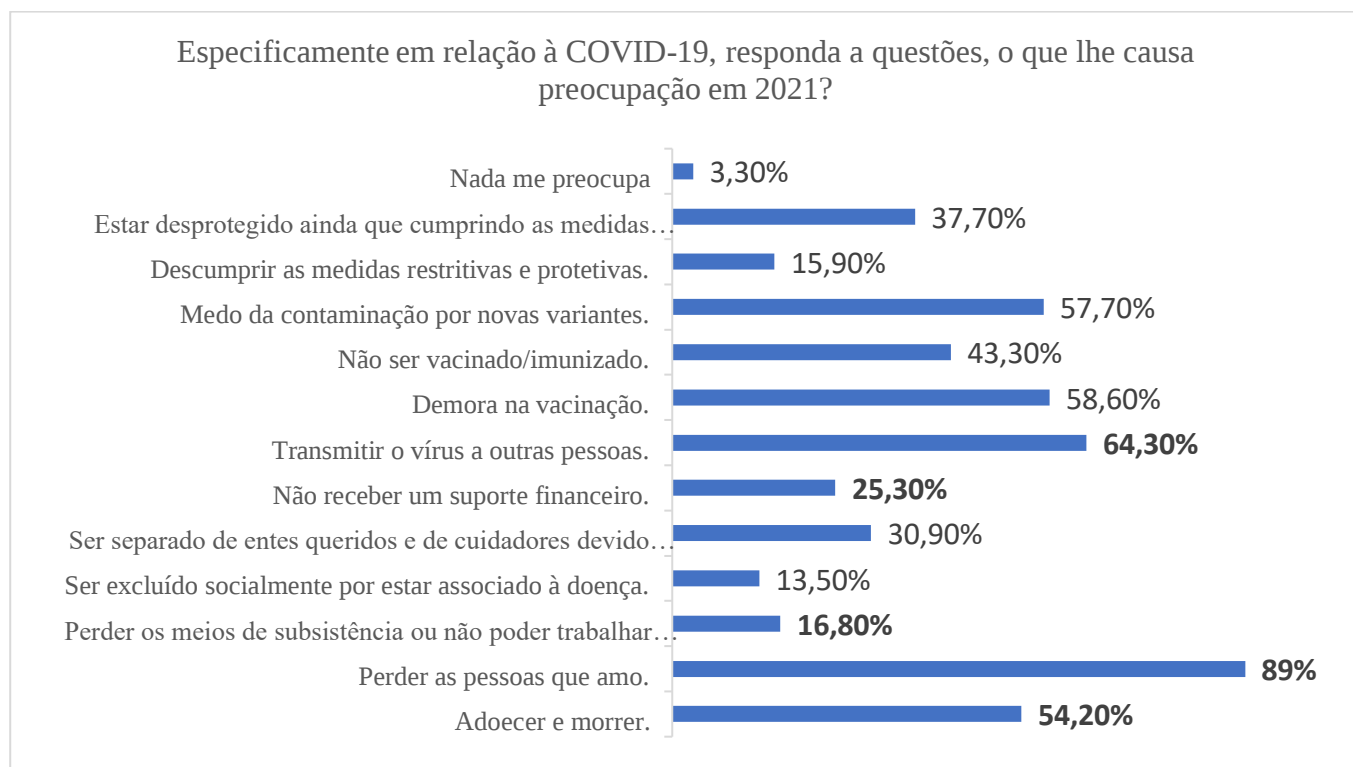
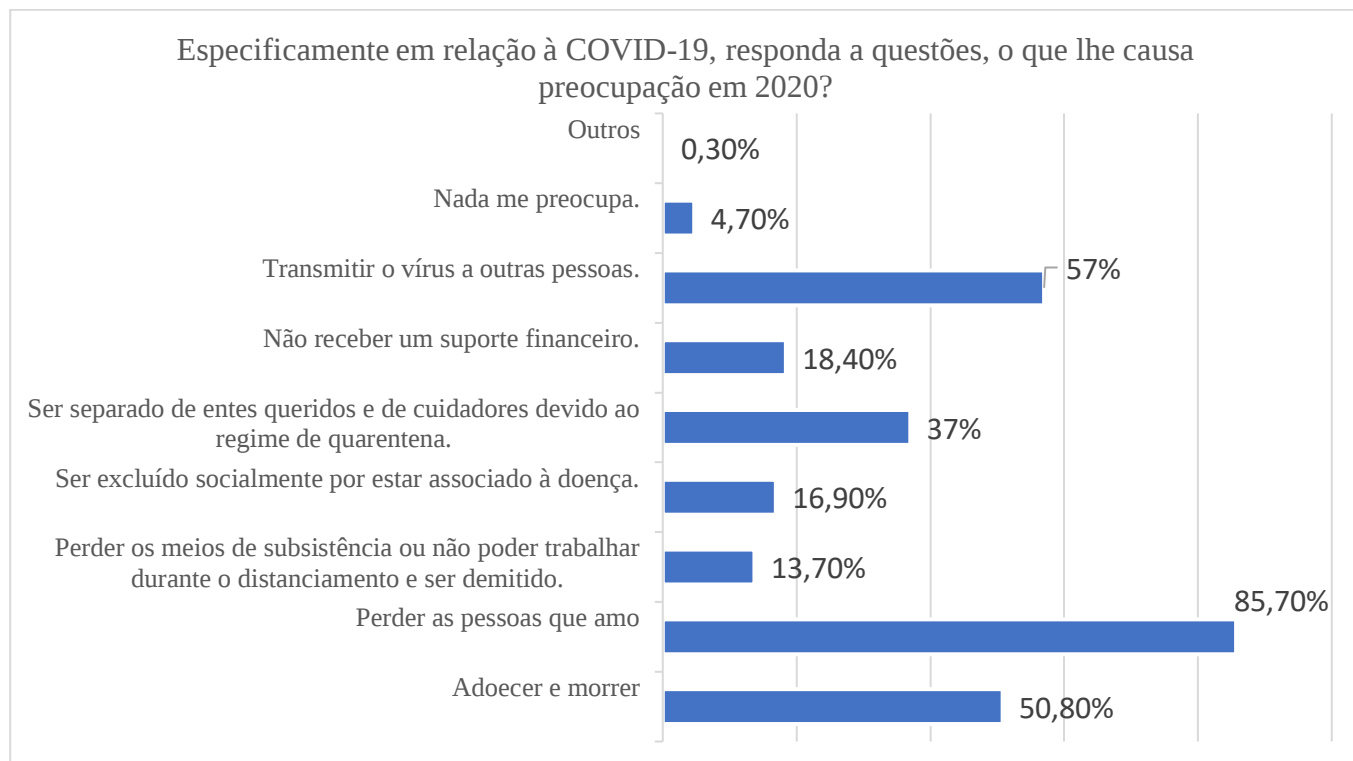
Nesta questão, os entrevistados poderiam marcar mais de uma resposta a respeito das preocupações que surgiram devido ao cenário da pandemia, apresenta-se um paralelo dos valores de 2020 e os de 2021 respectivamente: 85,70% e 89% responderam que temem perder as pessoas que amam. Outro medo bastante relatado foi o de transmitir o vírus a outras pessoas – 57% e 64,30%. Também foi referido o medo de adoecer e morrer – 50,80% e 54,20%. Ser separado de entes queridos e de cuidadores devido ao regime de quarentena foi relatado por 37% e 30,90% dos respondentes e ser excluído socialmente por estar associado à doença era uma preocupação de 16,90% e 13,50%. Medos relacionados à questão financeira também foram relatados: “não receber suporte financeiro” – 18,40% e 25,2%; “perder os meios de subsistência ou não poder trabalhar durante o distanciamento e ser demitido” – 13,70% e 16,80%. Dos respondentes, 4,70% e 3,3% relataram não ter preocupação alguma.

Foram acrescentadas algumas assertivas na nova pesquisa e os dados apontam que: 58,60% preocupam-se com a demora na vacinação; 43,30% temem não serem vacinados/imunizados; 57,70% referem o medo da contaminação por novas variantes; 15,90% atentam para o descumprimento das medidas restritivas e protetivas e 37,70% inquieta-se em estar desprotegido ainda que cumprindo as medidas restritivas e protetivas.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

Gráficos 21: Preocupações relacionadas à pandemia de COVID-19



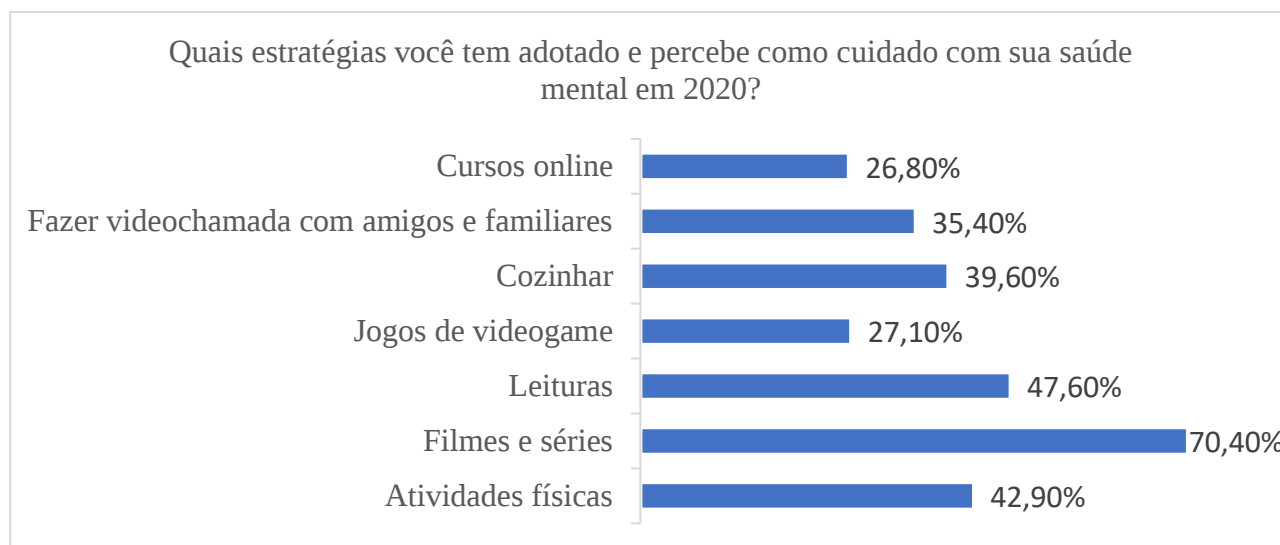


MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

## 11. ESTRATÉGIAS PARA CUIDAR DA SAÚDE MENTAL

Os entrevistados foram questionados sobre as estratégias para melhorar a saúde mental. Nesta questão, também era permitido marcar mais de uma alternativa. Apresenta-se um paralelo dos valores de 2020 e os de 2021 respectivamente: Como entretenimento, 70,40% e 74,10% responderam utilizar TV, filmes e séries, 27,80% e 35,5% relataram se distrair com jogos de videogame, tabuleiro, etc.; 47,60% e 37,5% apontaram o hábito de leitura. Música – 71,2% e 73,20% foram referidas. A atividades físicas foram apontadas como prática realizada – 42,90% e 50,40%. E 30,60% e 37,8% responderam cozinhar. Alguns referiram manter vínculos afetivos através de videochamadas com amigos e familiares – 35,40% e 37,3%. Sobre estratégias que envolviam estudo tivemos 42,80% e 45,4%. 24% e 26,8% apontaram o trabalho como estratégia. Os respondentes também revelaram a busca de ajuda através de terapia (psicoterapia, ioga, artesanato, coach, florais e etc) – 7,80% e 9,9%. Na religião – 33,90% e 43,50%.

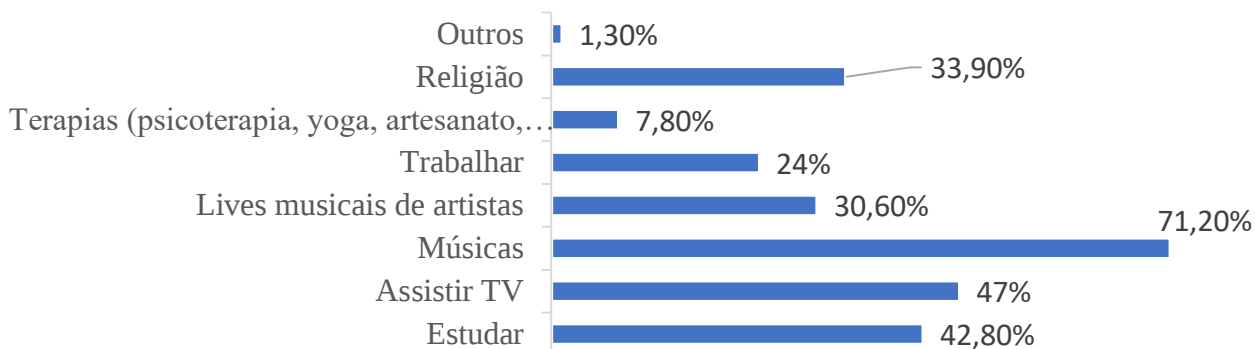
Gráficos 22: Estratégias para cuidar da saúde mental



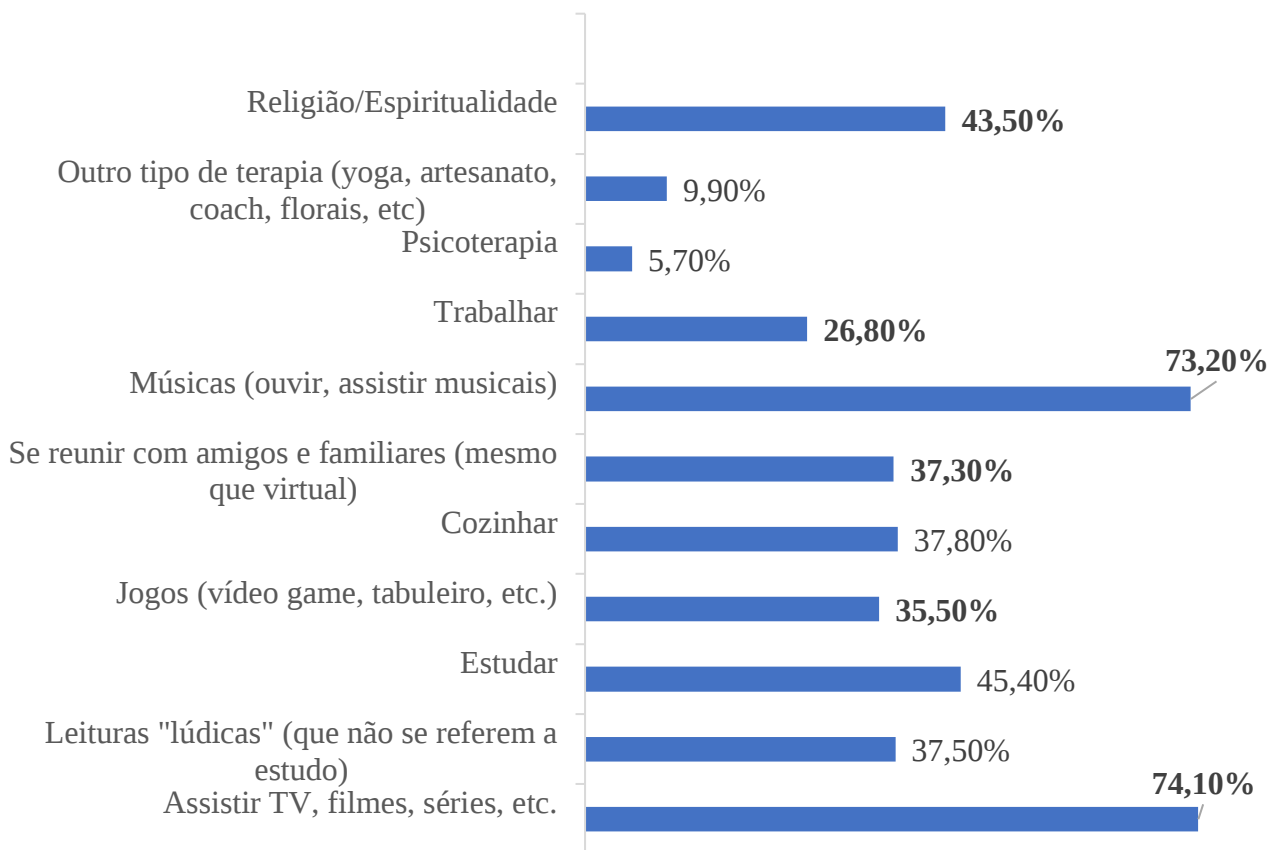


MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

Quais estratégias você tem adotado e percebe como cuidado com sua saúde mental em 2020?



Quais estratégias você tem adotado e percebe como cuidado com sua saúde mental em 2021?





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

## **12. TRABALHO E/ OU ESTUDO**

Como sabemos, o cenário epidemiológico pandêmico causado pelo novo coronavírus implicou na adoção de medidas econômicas, políticas, sociais e sanitárias nas esferas federal, estadual e municipal, que tinham como foco o distanciamento social, a redução da propagação do vírus e a prevenção do colapso do sistema de saúde. Desse modo, diante da preocupação com a transmissibilidade entre docentes, discentes e funcionários, as instituições de ensino no Brasil e no mundo suspenderam as aulas presenciais e adotaram - a grande maioria delas - estratégias de ensino e aprendizagem virtuais, com o objetivo de tentar reduzir o índice de evasão dos estudantes, e prosseguir com as atividades acadêmicas, bem como com seus calendários letivos.

Entretanto, essa urgente adesão ao ensino remoto para atender à demanda caótica do momento se tornou mais um grande desafio para os professores/alunos. Esta migração emergencial, complexa, impositiva e desestruturada para o ensino remoto acarretou aumento de horas trabalhadas, dificuldades de adaptação com as ferramentas tecnológicas, bem como o enquadramento de compromissos conjugais, materno-familiares e domésticos na nova rotina diária (SANTOS *et al.*, 2021).

Considerando a instabilidade dos cenários em decorrência da pandemia COVID-19, o volume de informações e as mudanças constantes experienciadas, é esperado que as pessoas apresentem queda na capacidade de concentração, bem como sensação de letargia, o que muitas vezes leva à diminuição do interesse para realizar atividades cotidianas (NOAL, *et al.* 117).

A última questão referia-se à frequência com a qual o respondente teria experienciado 5 tipos de situações em relação ao trabalho e/ ou estudo remoto, de modo que as opções eram: sempre, frequentemente, raramente e nunca.

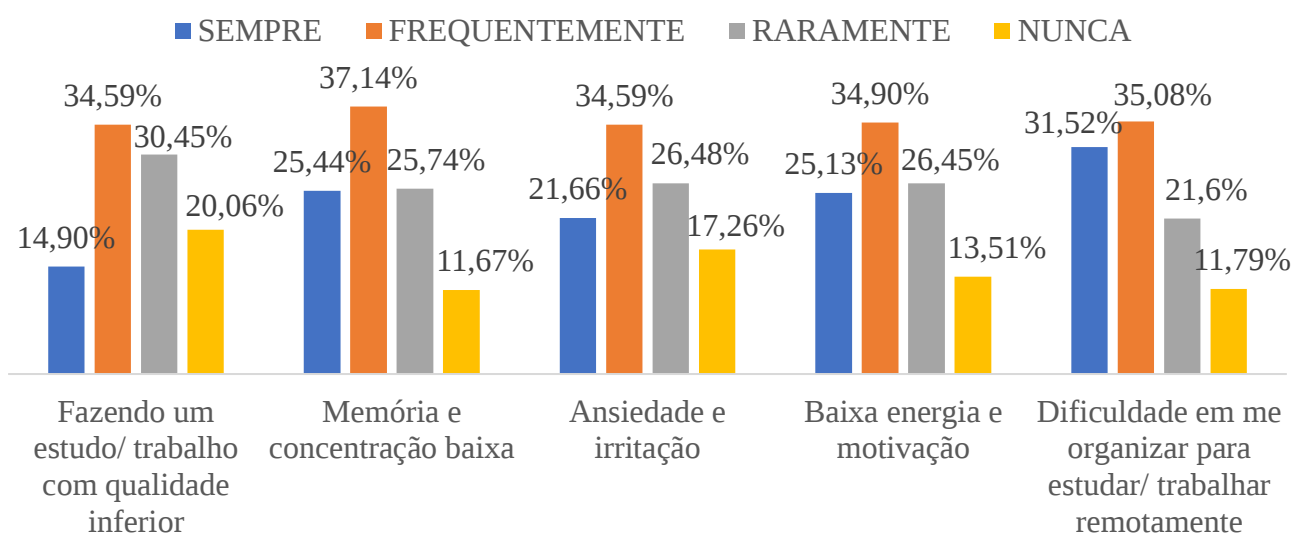
Ao analisarmos as respostas sempre e frequentemente encontramos a incidência em ordem de prevalência das situações em 2020 e 2021 respectivamente: “Dificuldade em me organizar para estudar/trabalhar remotamente” – 66,6% e 59,64%; “Baixa energia e motivação” – 60,03% e 64,76%; “Memória e concentração baixa” – 62,58% e 67,52%; “Ansiedade e irritação” – 56,25% em 2020, tendo sido separados em 2021, ficando 60,61% para “Ansiedade” e 56,28% para “Irritação”; “Fazendo um estudo/ trabalho com qualidade inferior” – 49,49% e 47,93%.



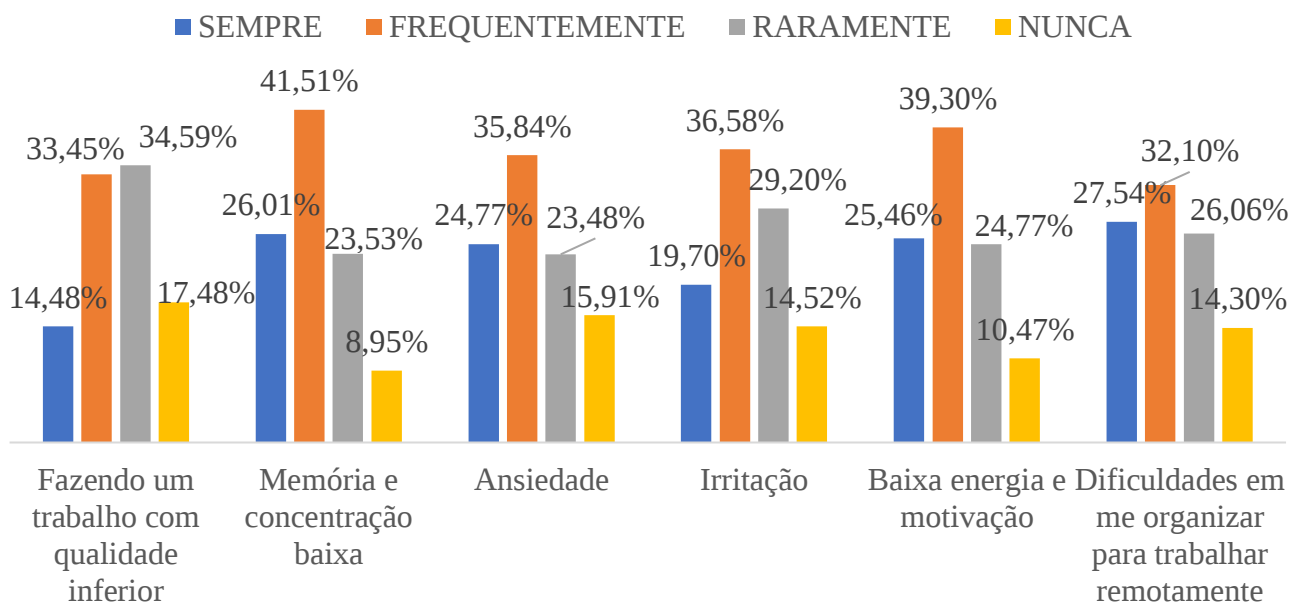
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí

Gráficos 23: Vivência do trabalho e/ ou estudo remoto

No que diz respeito especificamente ao trabalho/estudo remoto, com qual frequência você experienciou as seguintes situações? (Sendo sempre, todos os dias; frequentemente, a maior parte dos dias; raramente, a menor parte dos dias e nunca, dia nenhum) em 20



No que diz respeito especificamente ao trabalho/estudo remoto, com qual frequência você experienciou as seguintes situações? (Sendo sempre, todos os dias; frequentemente, a maior parte dos dias; raramente, a menor parte dos dias e nunca, dia nenhum) em 20

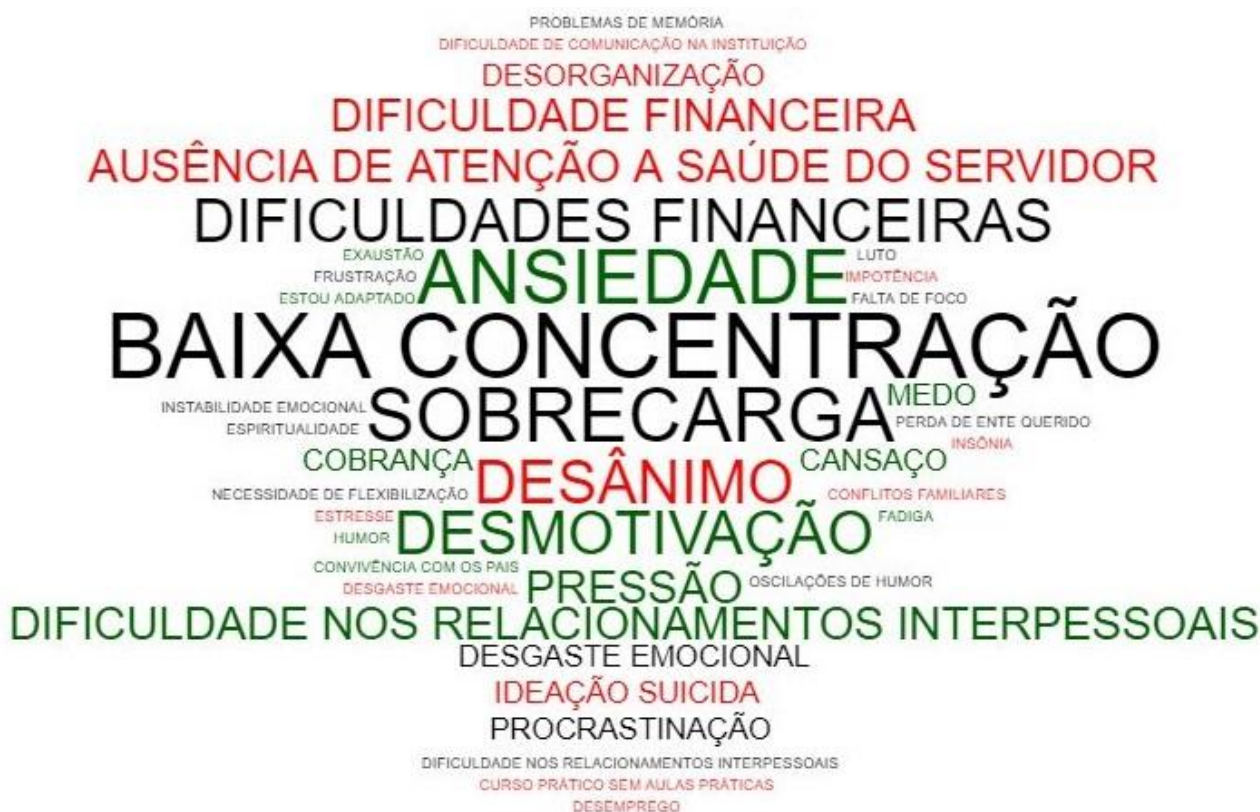




MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

Como complemento à última questão, os respondentes foram indagados se gostariam de acrescentar informações sobre sua saúde mental e sobre sua situação de trabalho/estudo. As falas apontam muitas dificuldades, desde o acesso aos meios de comunicação para o ensino remoto de emergência, quanto ao próprio processo de adaptação a esse novo modelo, que foi implantado de forma brusca, devido à toda situação. As palavras manifestadas como: desmotivação, desânimo, ansiedade, procrastinação, sobrecarga, baixa concentração, cobrança, pressão, desorganização e os dados apresentados, demonstram semelhança com o discurso comum atualmente da maioria das pessoas que, de forma geral, pontuam sobre o aumento de problemas de saúde mental como estresse, ansiedade, depressão, bem como a queda na qualidade do desempenho individual seja no trabalho, seja nos estudos. Salienta-se que os dados coletados se encontram em consonância com pesquisas já realizadas em eventos semelhantes.

**NUVEM DE PALAVRAS 3** - Gostaria de acrescentar alguma informação no que diz respeito à sua saúde mental e seu trabalho/estudo?





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Essa pesquisa foi realizada com o intuito de avaliar os pontos de vulnerabilidade aos quais estudantes e servidores estavam expostos e tendo como objetivo coletar dados que pudessem subsidiar o planejamento de ações em saúde mental na instituição. Este levantamento, em específico, permitiu comparar a situação da instituição em dois momentos significativos: num período inicial e passados 1 (um) ano de pandemia e apontar as diferentes percepções dos estudantes e servidores acerca de sua vivência nesse momento ímpar da história mundial.

Percebeu-se, numa análise mais generalizada que houve aumento dos índices que demarcam uma piora dos quadros sintomáticos, tanto no que se refere a saúde mental, foco deste levantamento, mas também da saúde física e dos desdobramentos que isso causa nos comportamentos diários relacionados tanto ao contexto laboral quanto ao contexto da aprendizagem.

É mister potencializar um trabalho institucional que atente para promoção e cuidados com a saúde mental de estudantes e servidores, através do fortalecimento do serviço de psicologia ofertado nos campi bem como em âmbito organizacional. Que o relatório sirva de instrumento para ações efetivas e eficazes nos atendimentos das demandas percebidas ao longo do levantamento de informações; e, compreender que o pós-pandemia será o momento de incorporar de forma ampliada algumas das medidas emergenciais que a crise instigou e que já vinham sendo apontadas como necessárias.

Assim, transformar a crise em oportunidade, significa (re)construir sistemas educacionais mais sólidos e equitativos, colocando a ênfase nas aprendizagens significativas, com uso eficaz da tecnologia e baseados na redefinição do escopo do trabalho docente, sem perder de vista as necessidades emocionais dos atores desse processo educativo.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí**

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

IFPI. **Portaria nº 853** – Suspende as aulas e atendimento ao público no IFPI e outros encaminhamentos, 2020. Disponível em: <https://www.ifpi.edu.br/coronavirus/ifpi-2013-portarias-e-notas-tecnicas>.

IFPI. **Portaria nº 952 de 04 de maio de 2020** - Homologa a Nota Técnica nº 04/2020 de 29 de abril de 2020 com estratégias e orientações para a realização das atividades não presenciais. 2020b. Disponível em; <http://www.ifpi.edu.br/noticias/ifpi-inicia-projeto-piloto-de-atividades-academicas-na-modalidade-nao-presencial>.

NOAL, Debora S.; PASSOS, Maria Fabiana D; FREITAS, Carlos M. (orgs) **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na COVID-19**. - Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020.

RAUPP, Carolina Silva; MARIN, Ângela Helena; MOSMANN, Clarisse Pereira. **Comportamentos autolesivos e administração das emoções em adolescentes do sexo feminino**. Psicologia Clínica, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, 2020. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-56652018000200006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652018000200006&lng=pt&nrm=iso)>.

ROHDE, LUIS A. et all. Guia de Saúde Mental pós-pandemia no Brasil. INI/OSWALDO CRUZ, São Paulo, outubro de 2020.

SANTOS, Geórgia Maria Ricardo Félix dos; SILVA, Maria Elaine da; BELMONTE, Bernardo do Rego. COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. **Rev. Bras. Saude Mater. Infant.**, Recife , v. 21, supl. 1, p. 237-243, Feb. 2021 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1519-38292021000100237&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-38292021000100237&lng=en&nrm=iso)>. access on 04 May 2021. Epub Feb 24, 2021. <https://doi.org/10.1590/1806-9304202100s100013>.

SCHMIDT, Beatriz et al. **Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19)**. Estudos de Psicologia, Campinas, v. 37, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>.

TONIN, S. A.; MELO, D. O. **Sofrimentos mentais produzidos na pandemia de COVID-19 podem levar à elevação no consumo de psicofármacos**. Observatório de Medicamentos e Outras Drogas. Diadema, 2020. Disponível em: [https://caec.diadema.unifesp.br/images/15.07\\_-\\_Sa%C3%BAdade\\_Mental\\_na\\_Pandemia.pdf](https://caec.diadema.unifesp.br/images/15.07_-_Sa%C3%BAdade_Mental_na_Pandemia.pdf)

ZANON, Cristian et al. **COVID-19: implicações e aplicações da Psicologia Positiva em tempos de pandemia**. Estudos de Psicologia, Campinas, v. 37, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200072>.