

## Efeitos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos universitários: caso de estudantes da Universidade Rovuma, Moçambique

Effects of the COVID-19 pandemic on the mental health of university students: the case of students from the Rovuma University of Mozambique

Efectos de la pandemia COVID-19 en la salud mental de universitarios: caso de estudiantes de la Universidad Rovuma, Mozambique

Rosário Martinho Sunde<sup>1</sup>  
Sónia Giquira<sup>2</sup>  
Manuel Marcos Aussene<sup>3</sup>

### Resumo

**Objetivo:** avaliar os efeitos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos estudantes universitários da Universidade Rovuma, em Moçambique. **Metodologia:** é um estudo qualitativo-epistemológico transversal, com o recurso da entrevista semi-estruturada, respondida em 2021 por seis estudantes da Universidade Rovuma-Moçambique, matriculados em diversos cursos. As entrevistas foram realizadas na universidade e levaram em média 55 minutos. **Resultados:** a pandemia da COVID-19 afetou seriamente a saúde mental dos estudantes universitários. O cancelamento das atividades presenciais impostas pela pandemia impactou na rotina dos estudantes por causa da mudança brusca e afastamento de colegas e professores. O medo de contaminação, a incerteza sobre o fim da pandemia e o retorno das aulas e o distanciamento social prolongado fizeram parte dos riscos à saúde mental. Com a retomada das aulas na modalidade remota, muitos estudantes passaram por outras experiências e dificuldades de aceder à plataforma porque muitos deles não possuíam meios (computador, *tablet* ou telemóvel) e internet de qualidade ou ainda por terem falta de domínio das tecnologias de informação e comunicação. **Conclusão:** neste período da pandemia da COVID-19, muitos estudantes passaram por experiências de estresse, ansiedade e medo de contaminação da doença. Não existem serviços de atendimento e apoio psicológico dentro da universidade para responder à demanda da pandemia e outras situações que impactam na saúde mental da comunidade universitária. Sugere-se assim que as universidades promovam serviços de apoio psicológico e de suporte social à comunidade acadêmica.

### Palavras-chave

COVID-19. Saúde mental. Estudantes universitários. Moçambique.

### Abstract

**Objective:** to evaluate the effects of the COVID-19 pandemic on the mental health of university students at Rovuma University, in Mozambique. **Methods:** this is a cross-sectional qualitative-epistemological study, using a semistructured interview, answered in 2021 by six students from the Rovuma University-Mozambique, enrolled in different courses. The

<sup>1</sup> Doutor em Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS, Brasil; docente, Universidade Rovuma, Nampula, Moçambique. <https://orcid.org/0000-0001-5906-3856>. E-mail: [rosario.sunde@edu.pucrs.br](mailto:rosario.sunde@edu.pucrs.br)

<sup>2</sup> Mestre em Gestão de Marketing e Comunicação Empresarial; docente, Universidade Rovuma, Nampula, Moçambique. <https://orcid.org/0000-0002-6559-6808>. E-mail: [sgiquira@unirovuma.ac.mz](mailto:sgiquira@unirovuma.ac.mz)

<sup>3</sup> Graduado; mestrando em Administração e Regulação da Educação, Academia Militar Marechal Samora Machel, Nampula, Moçambique. <https://orcid.org/0000-0003-1118-7694>. E-mail: [manuelaussene@gmail.com](mailto:manuelaussene@gmail.com)

interviews were conducted at the university and took an average of 55 minutes. **Results:** the COVID-19 pandemic has seriously affected the mental health of university students. The cancellation of face-to-face activities imposed by the pandemic impacted the routine of students because of the sudden change and distance from colleagues and teachers. The fear of contamination, uncertainty about the end of the pandemic and the return of classes and prolonged social distancing were part of the mental health risks. With the resumption of classes in the remote modality, many students went through other experiences and difficulties in accessing the platform because many of them did not have the means (computer, tablet or mobile phone) and quality internet or because they lacked knowledge of information technologies and communication. **Conclusion:** in this period of the COVID-19 pandemic, many students went through experiences of stress, anxiety, and fear of contamination by the disease. There are no psychological care and support services within the university to respond to the demands of the pandemic and other situations that impact the mental health of the university community. It is therefore suggested that universities promote psychological and social support services to the academic community.

### Keywords

COVID-19. Mental health. University students. Mozambique.

### Resumen

**Objetivo:** evaluar los efectos de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios de la Universidad Rovuma, en Mozambique. **Metodología:** se trata de un estudio cualitativo-epistemológico transversal, utilizando la entrevista semiestructurada, respondida en 2021 por seis estudiantes de la Universidad Rovuma-Mozambique, matriculados en varios cursos. Las entrevistas se realizaron en la universidad y tomaron un promedio de 55 minutos. **Resultados:** la pandemia de COVID-19 ha afectado gravemente la salud mental de los estudiantes universitarios. La cancelación de actividades presenciales impuesta por la pandemia impactó en la rutina de los estudiantes por el cambio repentino y retiro de compañeros y docentes. El miedo a la contaminación, la incertidumbre por el fin de la pandemia y el regreso a clases y el distanciamiento social prolongado fueron parte de los riesgos para la salud mental. Con la reanudación de las clases en la modalidad a distancia, muchos estudiantes pasaron por otras experiencias y dificultades para acceder a la plataforma porque muchos de ellos no contaban con los medios (computadora, tableta o celular) e internet de calidad o porque carecían de conocimientos en tecnologías de la información. y Comunicación. **Conclusión:** en este período de la pandemia de la COVID-19, muchos estudiantes pasaron por experiencias de estrés, ansiedad y miedo a la contaminación de la enfermedad. No existen servicios de atención y apoyo psicológico dentro de la universidad para responder a la demanda de la pandemia y otras situaciones que impactan la salud mental de la comunidad universitaria. Por ello se sugiere que las universidades promuevan servicios de apoyo psicológico y social a la comunidad académica.

### Palabras clave

COVID-19. Salud mental. Estudiantes universitarios. Mozambique.

### Introdução

O vírus da COVID-19 e as políticas de confinamento criaram enormes prejuízos sociodemográficos por quase todo mundo. Os efeitos económicos foram entre os mais visíveis entre as populações e nos Estados. O problema de saúde mental em ambientes universitários é uma preocupação de saúde pública, que se agravou durante a pandemia da

COVID-19. Estudos recentes sobre a temática têm destacado a gravidade do impacto psicológico da pandemia entre os estudantes, professores e toda a comunidade universitária (1). Foi nesta perspectiva que se procura responder a questão sobre quais os efeitos psicológicos da pandemia da COVID-19 em ambientes universitários.

Por detrás da vida económica, política e social que se vive nos últimos momentos, se assiste um ambiente de medo de ser contaminado por um vírus, o isolamento, o distanciamento físico e a incerteza em relação ao futuro próximo, afetando o bem-estar psicológico e emocional de muitas pessoas. Como se descreve num estudo, os efeitos psicológicos e sociais diretos e indiretos da pandemia da COVID-19 difundidos afetaram e podem afetar mais a saúde mental no futuro das pessoas (2, 3, 4).

As instituições de ensino e universidades estavam despreparadas face a essa nova realidade. Inicialmente, todas as atividades presenciais foram canceladas e, gradativamente, foram implementadas diferentes medidas de isolamento social e estratégias de ensino e aprendizagem remota. Essas estratégias não só facilitou a continuidade das aulas, prevenindo o índice de contaminação, mas também criou embaraços a certa camada de estudantes e professores que, para além de não possuir meios tecnológicos adequados (e.g. computador, *tablet*, *smartphone* ou telemóvel com condições audiovisuais), tem falta de domínio das tecnologias e conexão de internet com fraco sinal que suporte uma aula ou palestra (5).

Pesquisas anteriores sobre os impactos da pandemia da COVID-19 já demonstravam a necessidade em dar atenção e garantir intervenções nas universidades, pensando na saúde mental da população universitária. Uma pesquisa desenvolvida pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) com 1.996 pessoas, entre Maio, Junho e Julho de 2020, aponta que 80% da população brasileira tornou-se mais ansiosa na pandemia do novo coronavírus cujos sintomas psiquiátricos mais comuns foram: os transtornos de ansiedade (81,9%), depressão (68%), raiva (64,5%), sintomas somáticos (62,6%) e problemas de sono (55,3%) (6).

No entanto, em relação à comunidade universitária, um estudo de revisão da literatura sobre a Saúde Mental dos Universitários e Educação Médica na Pandemia de COVID-19, desenvolvido por pesquisadores brasileiros (7), apresenta uma pesquisa realizada com estudantes de uma faculdade de medicina na China com a prevalência de 35,5% de depressão e 22,1% de ansiedade (8); 23,5% de estudantes deprimidos em um estudantes da Medicina da Universidade King Saud (9) e, uma pequena parcela dos discentes com ansiedade moderada (2,7%) ou grave (0,9%) (10).

Em Moçambique, o despreparo das instituições de ensino face às modalidades do ensino remoto associado com a falta de condições infraestruturais de qualidade e o domínio das novas tecnologias tanto aos estudantes como aos professores, impactou negativamente as adaptações às novas realidades. Como se descreve em um relatório da UNICEF, de 2020, cerca de dez milhões de crianças em Moçambique já vivem algum tipo de pobreza, e a COVID-19 significa uma pobreza mais extrema e prolongada e a negação dos seus direitos fundamentais. Far-se-ão sentir assim os impactos da pandemia a longo prazo sendo a educação um dos campos que será afectado (11).

Perante a esses todos pressupostos, desenvolvemos a presente pesquisa cujo objetivo foi avaliar os efeitos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos estudantes universitários. Este é mais um meio que nos leva a perceber os potenciais riscos da saúde mental neste período da pandemia para encontrarmos melhores soluções de enfrentamento. Nos referimos assim em uma fase em que as escolas e universidades retomam as aulas presenciais com muitas infecções da COVID-19 na terceira onda da pandemia.

## Metodologia

Este é um estudo qualitativo-epistemológico com delineamento transversal. As pesquisas deste tipo se focalizam nos aspectos da subjetividade humana emergente por meio dos dados, sem, no entanto, buscar a generalização dos resultados (12). A abordagem epistemológica é essencialmente importante porque visa explorar em profundidade a perspectiva dos atores sociais e é considerada indispensável para uma exata apreensão e compreensão das condutas sociais (13).

Para a identificação dos participantes, foram usados os seguintes critérios de inclusão: estudantes da Universidade Rovuma (UniRovuma) inscritos no semestre que as entrevistas foram desenvolvidas e do regime presencial, residentes na província de Nampula, norte de Moçambique. Foram excluídos para o estudo, estudantes do regime à distância e aqueles em sistema de intercâmbio ou estágio acadêmico.

## Participantes

Fizeram parte da pesquisa seis estudantes da Universidade Rovuma, localizada na cidade de Nampula, província com o mesmo nome, na zona Norte de Moçambique, com idades que variam de 18 a 35 anos. Os entrevistados frequentavam diversos cursos: dois estudantes eram do curso de Licenciatura em Psicologia Social e das Organizações; um frequentava o curso de Licenciatura em Ensino de Geografia; um estudante fazia

Licenciatura em Contabilidade e Auditoria; um estudante estava a frequentar o curso de Licenciatura em Engenharia Elétrica e, finalmente, um estudante, o curso de Licenciatura em Ensino de Filosofia.

### *Instrumentos*

Os participantes responderam uma entrevista semiestruturada com duas etapas, sendo a primeira com questões sociodemográficos e a segunda composta por 10 itens que investigaram: a) como a pandemia da COVID-19 afetou a sua vida social; b) como foi rotina acadêmica durante a pandemia da COVID-19; c) medidas de prevenção adotadas pela universidade para dar continuidade às atividades letivas; d) as condições básicas de higienização na universidade; e) o processo de interação estudante-estudante, estudante-professor e outros intervenientes no retornos as aulas; f) como a universidade procede com casos de estresse, ansiedade e medo devido à contaminação da COVID-19; g) a quem se recorre na universidade em casos de estresse ou estado de ansiedade neste período da pandemia; h) se a universidade dispõe de um centro de apoio e testagem em casos de suspeita da COVID-19; i) se a universidade adotou algumas estratégias de ensino neste período da pandemia; e j) os efeitos da pandemia na faculdade e fora dela.

### *Procedimentos*

A divulgação da pesquisa foi feita pelos pesquisadores, durante as aulas na universidade. Os estudantes interessados em participar na pesquisa forneceram seus contatos telefônicos e foram contatados posteriormente para agendamento da entrevista. Dos 11 estudantes que mostraram interesse em participar na pesquisa, somente seis responderam nosso instrumento devido à falta de tempo e outras razões. Os estudantes foram contatados um dia antes da entrevista, depois de apresentados ao termo de consentimento livre e esclarecido. Cada estudante assinou duas cópias, tendo devolvido um para arquivação dos pesquisadores. As entrevistas foram gravadas na UniRovuma, no tempo livre dos estudantes, sem precisar interromper o curso das aulas e levaram em média 55 minutos. As informações gravadas foram transcritas e seguiu o processo de análise de conteúdo de Saldaña, segundo a qual as análises das informações obedecem a três etapas principais: i) codificação; ii) agrupamento de códigos em unidades de análise; e iii) categorização. A codificação consiste assim em a) recorte: escolha das unidades; b) enumeração: escolha das regras de contagem; e c) classificação e a agregação: escolha das categorias (14).

## Condições éticas

A coleta de dados foi possível depois da credenciação do estudo pela UniRovuma. A credencial é um documento que outorga os pesquisadores a desenvolverem pesquisas dentro dos princípios éticos, sobretudo em casos em que há falta de comitê de ética responsável dentro da Universidade.

## Resultados

Nesta secção, faz-se a apresentação da síntese dos resultados obtidos por meio da entrevista dirigida aos estudantes da UniRovuma com o intuito de avaliar os efeitos psicológicos da pandemia da COVID-19 em ambientes universitários. Assim, a partir das respostas dos participantes, foram formuladas quatro categorias básicas: 1) medidas de prevenção a COVID-19 e estratégias de ensino no retorno às aulas presenciais, 2) o processo de interação no retorno às aulas, 3) os efeitos da pandemia da COVID-19 na comunidade acadêmica e 4) intervenção para casos de estresse, ansiedade e medo de contaminação da COVID-19. Os participantes foram codificados em R1 (Respondente 1), R2 (Respondente 2), ... e R6 (Respondente 6).

### *Medidas de prevenção a COVID-19 e estratégias de ensino no retorno às aulas presenciais*

As perguntas 3, 4 e 9 da entrevista contemplaram esta categoria. Na terceira questão, queria-se saber dos entrevistados sobre as medidas de prevenção que a universidade adotou para dar continuidade às atividades letivas. Os seis estudantes, em resposta, apresentaram uma série de medidas de prevenção a COVID-19 adotadas pela universidade, a saber: uso da plataforma ou sistema *moodle* para aulas *online*; redução de número de estudantes por turma, com a repartição de uma turma em dois ou três subgrupos; reorganização das carteiras nas salas respeitando o distanciamento social de 1,5m; uso de máscara; medição de temperatura; lavagem das mãos com água e sabão ou álcool gel.

A quarta questão tinha como objetivo saber se a universidade garante condições básicas de higienização. Em resposta, todos os participantes foram unânimes ao afirmarem que a universidade garante condições básicas de higienização, uma vez que, logo no portão de entrada, se mede a temperatura de todos que se fazem presentes; em cada bloco de salas de aula tem baldes com água, sabão e álcool gel para a lavagem das mãos; e sinalização no chão para casos de fila de acesso aos serviços.

Na nona questão, que objetivava saber se a universidade adotou algumas estratégias de ensino neste período da pandemia e quais são os desafios, em resposta, todos os

participantes foram unânimes em afirmar que a universidade adotou algumas estratégias de ensino. E, em relação aos desafios, os informantes referiram as dificuldades em entrar nas plataformas; falta de domínio no uso da plataforma *moodle*; falta de conhecimento em trabalhar *online*; existência de estudantes que não tinham telefones com capacidade para acompanhar as aulas em videoconferência; a ausência de condições para ter conexão de internet. Também constituíram desafios ver todos os estudantes ligados a plataformas *online*.

### *O processo de interação no retorno às aulas*

A presente categoria resulta da quinta questão da entrevista. Esta questão visava descrever o processo de interação estudante-estudante, estudante-professor e outros intervenientes. Em respostas, os participantes descreveram terem limitação no processo de interação com outros utentes: “não houve muito contacto entre estudante-estudante e estudante-professor. A interação com o professor era feita através de e-mail e plataforma definida para o efeito” (R1). Para garantir a interação estudante-estudante e estudante-professor, recorria-se “a plataformas *online*” (R2, R3 e R4).

Os outros informantes referenciaram algumas dificuldades enfrentadas no ato da interação, ao afirmarem que “a interação estudante-estudante dependia da afinidade, uma vez que todos não são amigos. E com docentes era feita via e-mail, plataformas *moodle* ou por *WhatsApp*” (R5). Para o R6,

[o] processo de interação com estudantes foi complicado. Também é difícil nesse tempo de pandemia manter o contacto presencial com docentes. Caso consiga a interação presencial com docente, deve respeitar o distanciamento físico de 1.5m, uso do álcool gel e o uso de máscara. Mas o uso de e-mail e *WhatsApp* são encorajados.

### *Os efeitos da pandemia da COVID-19 na comunidade académica*

Nesta categoria, integram as questões 1, 2 e 10 da entrevista. Na primeira questão, pretendia-se saber como é que a pandemia da COVID-19 afetou a vida social dos estudantes. Em resposta, R1 disse que “a pandemia condicionou o distanciamento social entre amigos e familiares”; R5 afirmou que tinha que estar em casa a cuidar de crianças com vista “a protegê-las da pandemia”. Na generalidade, os estudantes consideraram que o vírus veio separar o convívio social e distanciando um estudante contra outro, um familiar e outro entre outros intervenientes sociais.

Na segunda fase, queria-se saber como foi a rotina acadêmica que os estudantes tiveram durante a pandemia da COVID-19. Em resposta, o R1 disse que “a rotina acadêmica foi razoável porque tinha aulas na plataforma”. Para R2, a rotina acadêmica em tempo de COVID-19 foi difícil, como se pode referenciar: “a rotina acadêmica foi mal porque para participar das aulas via *online* teve dificuldades de tal modo que não teve notas em algumas cadeiras”. Para o R3, a rotina foi difícil, porque tinha que ficar em casa para prosseguir com os estudos *online*. A dificuldade também foi manifestada pelo R4, ao afirmar que “a rotina acadêmica foi com dificuldade porque a pandemia não trouxe aproximação, afastou as pessoas e os conteúdos não são acessíveis”. Já na ótica do R5, “a rotina foi complexa e a aprendizagem não foi eficaz devido à oscilação da rede de telefonia móvel”. Para R6, “a rotina acadêmica foi complicada, porque a pandemia travou por um tempo indeterminado as estratégias de continuar com as aulas presenciais”.

Na décima questão, pretendia-se saber os efeitos da pandemia para o estudante, na faculdade e fora dela. Em resposta à questão, R1 afirmou que os grandes efeitos da pandemia na faculdade foram o encerramento das atividades presenciais, o que afetou a rotina do estudante por causa da mudança brusca e afastamento de colegas e professores. E fora da faculdade, registou-se o afastamento de familiares e amigos, falta de dinheiro para pagar renda de casa para estudantes que moram fora de família, em outros estados. O encarregado de educação é comerciante e a COVID-19 teve dificuldade de continuar com seu negócio e isso dificultou em algum momento o pagamento das taxas, assegurou R1.

Por outro, há quem não consegue assimilar a matéria dada na faculdade neste período da pandemia. Como fundamenta o R2, “houve retrocesso no aproveitamento pedagógico, porque tive dificuldades de percepção da matéria, agravado pela impossibilidade de entrar em contacto com outros colegas ou pessoas para subsidiar na explicação e partilha de dúvidas”.

Na ótica do R3, o efeito da pandemia na faculdade tem a ver com “o retrocesso de aulas, o plano curricular foi comprometido, houve atraso de quase um semestre. Para fora da universidade, os estudantes ficaram afetados e os seus pequenos negócios, comprometeu-se a parte financeira por causa da COVID-19”. Para R4, “os efeitos da pandemia são enormes. Houve decadência da economia do país e domiciliar, morosidade das atividades, processos lentos obedecendo critérios de prevenção da pandemia”.

Os efeitos da pandemia na faculdade não são bons porque registrou-se morosidade no término do curso. Não há aprendizagem normal porque nem todo estudante tem condições para ter aula online (não tem smartphone com

internet nem computador). Ainda, quando se ouve de mortes pela COVID-19, cria um pouco de medo. As instituições pararam e retomaram depois de muito tempo perdido com mudanças de horários e isso afetou bastante. (R5)

Para R6, a pandemia trouxe efeitos negativos: inibição do convívio social, saídas, visita. Na faculdade houve maior efeito negativo, pela separação de amigos que passavam mais tempo juntos, falta do uso da biblioteca etc. No entanto, para este informante, a pandemia não só teve efeitos negativos, como também efeitos positivos. Para os aspectos positivos, faz alusão à motivação, pois, empenhou-se mais e aprendeu a não ficar dependente somente dos professores.

### *Intervenção para casos de estresse, ansiedade e medo de contaminação da COVID-19*

Para esta categoria, incluem a sexta, a sétima e a oitava questão da entrevista. Em relação à sexta questão, objetivava-se saber como a universidade procede com casos de estresse, ansiedade e medo devido à contaminação da COVID-19. Em resposta, R2 disse que “não vi nenhum estudante com esse problema emocional”. No entanto, o R3 considerou que a universidade acalma e sensibiliza os estudantes. Também foram capacitados estudantes bolseiros da Universidade para ajudar na sensibilização dos outros estudantes de modo a encarar a pandemia como um novo normal.

A sétima questão buscava saber dos entrevistados se ficaram ansiosos ou em estado de estresse neste período de pandemia, a quem recorreram e como foi. Em resposta, R1 afirmou que não ficou ansioso. No entanto, os outros informantes tiveram uma resposta contrária de R1: R2 declarou que ficou “muito ansioso e recorri à família (pai) que me encorajou e deu-me forças”. Para R3, “fiquei ansioso e estressado porque a pandemia está a dizimar vidas. Não recorri a ninguém. Com as informações que fui tendo através das mídias fui percebendo e assumindo viver com o novo normal”.

Quem teve uma resposta similar à do R3 foi o R4, que disse que ficou muito ansioso. Acabou se conformando por ser uma pandemia global e não pessoal. Eles também não recorreram a ninguém. Já o R5 não ficou abalado porque teve autocontrole. Ele assegurou que o curso lhe ajudou a se controlar. Este respondente foi mais longe ao afirmar que “as coisas acontecem e temos que encarar para não desenvolver patologias”. O R6 afirmou que ficou com estresse e recorreu aos familiares médicos que o acalmaram e orientaram a observar as medidas de prevenção.

Sobre a oitava questão que se pretendia saber se a universidade dispõe de um centro de apoio e testagem em casos de suspeita da COVID-19. Em resposta, o R1 acha que

dispõe de uma sala de isolamento e, em casos de suspeitas, o indivíduo é isolado. Em seguida, é encaminhado à unidade de saúde mais próxima. R4 sustenta esta ideia ao afirmar que “existem duas salas ainda a serem apetrechadas para os devidos efeitos”.

Todavia, alguns entrevistados desconhecem a existência na instituição de um centro de apoio e testagem em casos de suspeita da COVID-19. Para tal, R2 e R6 disseram que ainda não viram nenhum centro de acolhimento na universidade. E R3 afirmou que não tem informação do centro, a única coisa que vê são os termômetros de medição de temperatura. E, finalmente, R5 respondeu dizendo que “infelizmente não vi, não teve muito controle porque nas aulas presenciais são proibidos circular no pátio”.

## Discussão

A pandemia da COVID-19 contribuiu para a mudança do estilo de vida pessoal, familiar e organizacional. Afetou a vida social, acadêmica e financeira de indivíduos. Começou com novo modo de vida caracterizado por distanciamento físico das pessoas, uso obrigatório de máscaras, lavagem das mãos com água e sabão ou álcool gel, como medidas de prevenção e contenção da propagação da pandemia da COVID-19 a nível do país e dentro da Universidade Rovuma, em particular.

Na UniRovuma, a rotina acadêmica dos estudantes neste tempo da COVID-19 foi e continua a ser difícil, se caracteriza por aulas ministradas online (mediante as plataformas *moodle*, *WhatsApp* e por e-mail), estando o estudante em casa. Foi uma das formas encontradas pela universidade para dar continuidade às atividades letivas, assim como garantir a relação entre estudante-estudante e estudante-professor. Em um estudo recente sobre os desafios do ensino remoto em tempos da pandemia da COVID-19, os sistemas escolares foram resgatando modalidades remotas (aulas via plataforma remota e/ou ensino à distância) como estratégias para dar a continuidade do processo de ensino e aprendizagem (5).

Importa salientar que, durante as aulas online, os estudantes enfrentaram várias dificuldades, como falta de domínio no uso da plataforma *moodle*, existência de estudantes que não têm telefones com capacidade para acompanhar as aulas em videoconferência, bem como a ausência de condições para ter a internet. Os estudantes apontam múltiplos desafios em volta do ensino baseado nos meios tecnológicos porque esta modalidade exige a posse de meios (computadores, telemóveis ou tablets ligados a internet) e o domínio de plataformas tecnológicas (5).

Para o retorno das aulas presenciais, a universidade adotou o modelo híbrido, no qual os estudantes frequentam as aulas na universidade em alguns dias e, em outros dias, em casa a partir das plataformas. Por isso, a universidade reduziu o número de estudantes por turma, diminuiu a carga horária de aulas presenciais, reorganizou as carteiras nas salas, respeitando o distanciamento físico, fazia a medição da temperatura logo que o utente entrava no recinto universitário, colocou baldes com água e sabão e álcool em gel nos portões de entrada e saída e em todos os corredores, para a higienização das mãos e instituiu o uso obrigatório da máscara. Essas medidas foram decretadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) ao considerar que o vírus constitui uma emergência de saúde pública de importância internacional com alto poder de contágio, persistindo por horas a dias em diversas superfícies, recomendando assim os países a tomar medidas concretas de prevenção (15). Portanto,

[a] pandemia da Covid-19, o medo e ansiedade de ser contaminado por vírus tomou espaço na vida das pessoas. As reportagens e notícias sobre índices de casos contaminados e óbitos por Covid-19 abalou muita gente, desde profissionais de saúde, profissionais de educação, estudantes, pessoas civis, entre outras. A quarentena e as medidas de restrição para conter ondas de contaminação agravaram os problemas de saúde mental e emocional das pessoas (16).

Na verdade, com a COVID-19 algumas pessoas passaram por situações de estresse, ansiedade e medo de contaminação da doença. Para esses casos, a universidade tranquilizou e sensibilizou os estudantes.

Os estudantes que ficaram ansiosos, com estresse e medo no período de pandemia recorreram às famílias, aos médicos e outras pessoas próximas para receberem o apoio para enfrentar a pandemia e continuar com a vida normalmente. Outros não recorreram a ninguém, conseguiram superar o estado em que se encontravam por meio da informação que foram tendo dos órgãos de comunicação social.

Dentre os vários efeitos psicológicos mais comuns pode-se destacar o medo de adoecer e morrer; medo de ser infectado durante o atendimento – e evitação de aproximar-se dos serviços de saúde –; medo de ser excluído socialmente por estar associado à doença; sentir-se impotente na proteção de entes querido; medo de perder entes queridos por causa do vírus (1, 17).

No geral, as manifestações de insegurança, instabilidade e medo de ser contaminado e de perder parentes foram presentes tanto entre estudantes como na população em geral. Voltando à realidade da UniRovuma, a falta de um centro de apoio e testagem em casos de

suspeita da COVID-19 constitui um desafio apesar de dispor de salas de isolamento, para casos de estudantes com a temperatura acima do recomendado.

Um estudo sobre o estado psicológico de estudantes universitários na China durante o surto da COVID-19 com 89.588 universitários, 36.865 (41,1%) relataram sintomas de ansiedade (18). Em outra pesquisa que investiga como a pandemia de COVID-19 e as medidas de bloqueio, quarentena e distanciamento social afetaram os estudantes universitários no Paquistão destacou que, dos 494 estudantes entrevistados, 125 (25,3%), 45 (9,1%) e 34 (6,9%) experimentaram níveis de ansiedade de mínimo a moderado, grave e mais extremo, respectivamente (19).

Portanto, os efeitos da pandemia foram tão duros para todos, em especial para os estudantes, que tiveram dificuldades de conseguir dinheiro para o pagamento das taxas escolas, levando-os a ficarem endividados; o plano curricular e a percepção da matéria lecionada comprometidos devido às modalidades de ensino adotadas para garantir a continuação das atividades letivas. O prolongamento do período de conclusão do curso; a limitação do contato e convívio social, saídas e visitas familiares; a falta de dinheiro para pagar renda de casa associado com a decadência da economia do país, com a subida de preço de produtos e do custo de vida; e morosidade das atividades dentro e fora da universidade, caracterizado por processos lentos, obedecendo os critérios de prevenção da pandemia, que afetou a saúde e o bem-estar dos estudantes e da população em geral. Este cenário se agrava com a falta de serviços de atendimento e apoio psicológico dentro da universidade. Portanto, “o despreparo das instituições educativas e a falta de serviços de apoio psicológico para responder à demanda da pandemia impactam na saúde mental da comunidade universitária” (1).

As universidades e outras instituições de ensino devem criar serviços de apoio psicossocial aos estudantes e outros integrantes na academia. Esses serviços ajudam a identificar, diagnosticar e avaliar problemas comportamentais; promovem atividades de caráter educativo, cultural e social estabelecendo assim processos de acompanhamento e a reinserção de jovens em ambientes acadêmicos.

## Considerações finais

A pandemia da COVID-19 veio agudizar as dificuldades que as instituições de ensino superior em Moçambique vêm enfrentando e ao mesmo tempo impor desafios. Afetou negativamente em várias áreas da vida dos estudantes, como social, econômica e acadêmica. As dificuldades na área acadêmica, em especial, fizeram com que os estudantes

da UniRovuma tivessem aulas no modelo *online*, em plataformas que muitos estudantes não tinham domínio, bem como não dispunham de telemóveis compatíveis ou computadores, fatores que contribuíram para que tivessem dificuldades para acompanhar, ou mesmo para participar das aulas.

A COVID-19 criou medo, estresse e ansiedade no seio da camada estudantil. Infelizmente, os estudantes que assim se sentiram não tiveram apoio psicossocial por parte da universidade visto que a instituição não se encontrava preparada para responder aos efeitos psicológicos provocados pela pandemia. Por isso, alguns estudantes buscaram o apoio de que tanto necessitavam para superar o estado em que se encontravam fora da universidade, outros conseguiram superar tal estado mediante o esforço pessoal.

No entanto, a universidade conseguiu garantir medidas básicas de prevenção e contenção da propagação da COVID-19, ao providenciar o uso obrigatório da máscara, observância do distanciamento físico, medicação de temperatura, higienização obrigatória das mãos, redução de número de estudantes por turma, identificação de portão de entrada e de saída etc. A pandemia da COVID-19 veio colocar grandes desafios às instituições universitárias, tanto a nível da posse e do domínio no uso das TICs pelos estudantes, assim como a nível das infraestruturas, serviços e do pessoal preparado para prestar apoio psicossocial e médico aos estudantes.

Apesar do estudo ter proporcionado contribuições sobre os efeitos psicológicos da pandemia da COVID-19 em ambientes universitários, o que pode ajudar a desenhar estratégias de prevenção da saúde mental na academia, algumas limitações foram identificadas, como o fato da pesquisa contemplar poucos participantes pelo respeito às medidas de isolamento social vigentes. No entanto, há que destacar a pertinência da pesquisa por promover o bem-estar e a saúde mental dos estudantes e de toda a comunidade universitária, sugerindo-se assim mais pesquisa nesta matéria.

## Referências

1. Sunde RM. Impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos estudantes universitários. PSI UNISC. 2021; (5)2:33-46.
2. Organização Mundial da Saúde (OMS). Atualização Oficial Covid-19; Informações e esclarecimentos oficiais do governo sobre a COVID-19. [citado em 5 maio 2020]. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875).

3. Holmes EA et al. Multidisciplinary research priorities for the Covid-19 pandemic: a call for action for mental health science. *Lancet Psychiatry*. jun. 2020; (7)6:547-560.
4. Guambe JJJ. Efeitos da Pandemia de Covid19 sobre o turismo na África subsaariana e em Moçambique. *AbeÁfrica: Revista da Associação Brasileira de Estudos Africanos*. 2019; (3)3:59-78.
5. Sunde RM, Júlio ÓA, Nhaguaga MAF. O ensino remoto em tempos da pandemia da covid-19: desafios e perspectivas. *Revista Epistemologia e Práxis Educativa*. 2020;(3):1-11.
6. Goularte, JF, Serafim, SD, Colombo, R, Hogg, B, Caldieraro, M A et al. COVID-19 and mental health in Brazil: Psychiatric symptoms in the general population. *Journal of Psychiatric Research*. 2021; 132:32–37.
7. Rodrigues, BB, Cardoso, RRJ, Peres, CHR, Marques, FF. Aprendendo com o Imprevisível: Saúde Mental dos Universitários e Educação Médica na Pandemia de Covid-19. *RBEM*. set. 2020; 44(sup.1):e0149.
8. Liu S, Yang L, Zhang C, Xiang YT, Liu Z, Hu S, et al. Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. *Lancet Psychiatry*. 2020; 7(4):e17-e18.
9. Meo SA, Abukhalaf D, Alomar AA, Sattar K, Klonoff D. COVID-19 pandemic: impact of quarantine on medical students' mental wellbeing and learning behaviors. *Pak J Med Sci*. 2020;36(S4):S43-S48.
10. Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res*. 2020;287:1-5.
11. UNICEF-MOÇAMBIQUE. Os impactos da COVID-19 nas crianças em Moçambique. Secção de Políticas Sociais, Avaliação e Pesquisas. Maputo, 2020;01:1-10.
12. Azungah T. Qualitative research: deductive and inductive approaches to data analysis. *Qualitative Research Journal*. 2018;18(4):383-400.
13. Poupart J. A entrevista de tipo qualitativo: considerações epistemológicas, teóricas e metodológicas. In: *A pesquisa qualitativa: enfoques epistemológicos e metodológicos*. Petrópolis: Vozes; 2008. p. 215-253.
14. Saldaña J. *The Coding Manual of Qualitative Researchers*. 2ª ed. London: SAGE Publishing Publications Ltd.; 2013.
15. World Health Organization. Rational use of personal protective equipment for coronavirus disease 2019 (Covid-19) - Interim guidance. 27, 2020. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875)
16. Sunde RM. Ansiedade e medo de contaminação pelo vírus da covid-19: sessões de terapia cognitivo-comportamental. *Revista Científica Suwelani*. 2021; 4(1):164-184.

17. Abad A, Abad TM. Covid-19: o fator psicológico. *Integración Académica en Psicología*. 2020; 8(23):4-10.
18. Fu W et al. Mental health of college students during the COVID-19 epidemic in China. *J Affect Disord*. fev.2021; 280:7-10.
19. Baloch G M et al. COVID-19: exploring impacts of the pandemic and lockdown on mental health of Pakistani students. *PeerJ*. 2021;1-15.

### **Contribuição dos autores**

Sunde RM contribuiu com a concepção/desenho do artigo, análise e interpretação de dados, redação, revisão crítica e aprovação da versão final do artigo. Giquira SCD e Aussene MM contribuíram com a análise e interpretação de dados, redação e revisão crítica do conteúdo final.

---

Submetido em: 05/11/21

Aprovado em: 04/04/22

### **Como citar este artigo**

Sunde RM, Giquira SCD, Aussene MM. Efeitos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos estudantes universitários: caso de estudantes da Universidade Rovuma, Moçambique. *Cadernos Ibero-Americanos de Direito Sanitário*. 2022 abr./jun.;11(2): 88-102

<https://doi.org/10.17566/ciads.v11i2.869>