

5 e 6  
OUTUBRO  
2021

Evento Virtual



Saberes e experiências em tempos digitais



ISSN: 2526-3250

## **Análise dos níveis de estresse entre estudantes durante a pandemia do COVID-19**

Autor(es):

- Cristiane Silva Esteves
- Diane Blank Bencke
- Irani Iracema de Lima Argimon
- Raiana Costa Botton

Nível de Ensino: Ensino Superior

Área do Conhecimento: Pesquisa - Ciências Humanas

Resumo:

Em virtude da crise do COVID-19, o distanciamento social, bem como as aflições a respeito da contaminação do vírus, geraram sérias implicações na saúde mental de estudantes, resultando em diferentes níveis de estresse. Desta forma, o presente projeto teve como objetivo investigar, de modo quantitativo e transversal, os níveis de estresse dos alunos do IFRR Campus Alvorada durante o mês de Abril de 2020, período inicial da pandemia da COVID-19, evidenciando os impactos causados no bem-estar de estudantes. Para tanto, os participantes responderam a um questionário online autoaplicável com os seguintes instrumentos: “Ficha de Dados Sociodemográficos” para verificação de índices socioeconômicos; e “Depression, Anxiety and Stress Scale short form (DASS-21)” para avaliar sintomas de estresse. Participaram 208 estudantes, com faixa etária entre 15 e 64 anos (média de 26,33 anos). Embora 62,5% indicaram que não trabalhavam, 12,5% continuavam trabalhando normalmente em seu local de trabalho fora de casa. Em relação aos hábitos durante a pandemia, 63,5% saíam de casa apenas para necessidades básicas (supermercado, farmácia e hospital), 94,3% mantinham contato via telefone ou internet com familiares/amigos e 73,1% não praticavam atividade física. Verificou-se que 51% dos estudantes apresentaram nível de estresse normal e mínimo, 26,4% nível moderado e 22,6% grave. Ainda, 53,8% sentiram dificuldade para dormir e 69,2% indicaram que, em algum grau, acharam difícil relaxar. Ademais, com relação à contaminação da COVID-19 por pessoas próximas aos participantes durante o início da pandemia, 93,8% não tiveram casos confirmados de COVID-19 entre amigos e família e 13,9% tiveram suspeitas de contaminação entre os mesmos. Tendo em vista o impacto da pandemia na vida de estudantes do IFRR campus Alvorada, o presente projeto apresentou resultados que comprovam a necessidade da adoção de medidas por parte da comunidade acadêmica para que os impactos psicológicos causados pela pandemia sejam reduzidos, prezando o bem-estar e a saúde mental dos alunos, contribuindo para o conhecimento acerca dos níveis de estresse entre estudantes, bem como a observação de seus hábitos durante a pandemia.

Disponível em <https://moexp-2021.osorio.ifrs.edu.br/uploads/anai/2021/Anais MoExp 2021.2012.pdf>

**Anais da Mostra de Ensino, Extensão e Pesquisa do Campus Osório - MoExp.**  
<https://moexp.osorio.ifrs.edu.br/anais>