

Níveis de estresse entre estudantes do IFRS *Campus Alvorada* durante a pandemia do COVID-19

Raiana Costa Botton¹, Irani Iracema de Lima Argimon¹, Diane Blank Bencke¹, Cristiane Dalla Costa^{2*}

*Orientador(a)

¹Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS) - Porto Alegre, RS

²Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS) - *Campus Alvorada*. Alvorada, RS

A crise do COVID-19 gerou sérias implicações na saúde mental e física de estudantes, resultando em diferentes níveis de estresse. Desta forma, o presente projeto teve como objetivo evidenciar as variáveis relacionadas aos níveis de estresse dos alunos do IFRS *Campus Alvorada*, de modo quantitativo e transversal em Julho de 2021, que contou com a participação de alunos que participaram da primeira coleta, em 2020, e com participantes novos. Para tanto, foi aplicado um questionário online autoaplicável com os seguintes instrumentos: “Ficha de Dados Sociodemográficos” para verificação de índices socioeconômicos; “Depression, Anxiety and Stress Scale short form (DASS-21)”, para avaliar sintomas de estresse e um questionário de hábitos sobre a pandemia. Sobre os dados coletados, participaram 279 estudantes do IFRS *Campus Alvorada*, com faixa etária entre 16 e 66 anos. Dentre os participantes, 13,3% testaram positivo para a COVID-19, 50,5% perderam alguém próximo em razão da COVID-19 e 38,4% receberam a primeira dose da vacina contra COVID-19. Com relação aos impactos causados pela pandemia, 64,9% tiveram sua renda reduzida e 82,8% dos participantes estavam sendo afetados pela pandemia no momento em que preenchiam o questionário autoaplicável, sendo problemas de saúde física ou mental (54,1%), perda de renda ou emprego (36,2%) e morte de familiar, companheiro ou amigo (30,1%) os maiores fatores impactantes. Ainda, 55,6% não realizavam nenhum tratamento psicológico ou psiquiátrico, 41,2% consideravam sua saúde mental ruim e 58,4% tiveram aumento de seu peso. No que se refere a análise dos níveis de estresse entre estudantes no período de Julho de 2021, a coleta de dados ainda está em andamento, mas a partir dos resultados obtidos até o momento, observou-se que, em algum grau, 35,8% dos participantes acharam difícil se acalmar, 36,2%, sentiram-se agitados e 36,2% tiveram a tendência de reagir de forma exagerada às situações. Tendo em vista o impacto observado pela pandemia na vida de estudantes do IFRS *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 e fornecendo dados sobre os hábitos dos mesmo durante a pandemia do COVID-19. Todavia, a pesquisa realizada em Julho de 2021 ainda está em andamento, e após sua conclusão, será possível comparar os dados de 2021 com os dados da coleta realizada em Abril 2020, que integra ao projeto principal, fornecendo uma maior visão acerca dos impactos causados pela pandemia do COVID-19 em estudantes do IFRS *Campus Alvorada*.

Palavras-chaves: Estudantes. Pandemia. Saúde mental. Estresse.