

## Impactos da pandemia na saúde mental de pós-graduandos<sup>1</sup>

### ARTIGO

**Emanoela Thereza Marques de Mendonça Glatz<sup>i</sup>** 

Universidade Estadual de Maringá, Maringá, PR, Brasil

**Solange Franci Raimundo Yaegashi<sup>ii</sup>** 

Universidade Estadual de Maringá, Maringá, PR, Brasil

1

### Resumo

Este estudo, de natureza bibliográfica e de campo, objetivou explorar as percepções de discentes do Programa de Pós-Graduação em Educação (PPGE) de uma universidade estadual paranaense acerca da saúde mental de pós-graduandos e das dificuldades experienciadas por eles no contexto da pandemia da covid-19. A pesquisa contou com a participação de 76 pós-graduandos que preencheram, remotamente, um *survey* interseccional com 69 questões. Os dados levantados revelaram que, durante a crise pandêmica, os pós-graduandos sofreram com estresse, ansiedade, insônia e desmotivação; apresentaram dificuldades quanto à frequência e à qualidade das interações sexuais, além de terem intensificado o consumo de álcool e medicamentos psicotrópicos.

**Palavras-chave:** Saúde mental. Pós-graduandos. Ensino Remoto Emergencial. Ensino-Aprendizagem.

### Impacts of the pandemic on the mental health of postgraduate students

### Abstract

This bibliographic and field study aimed to explore the perceptions of students in the Postgraduate Program in Education (PPGE) at a state university in Paraná regarding the mental health of postgraduate students and the difficulties they experienced during the COVID-19 pandemic. The research involved 76 postgraduate students who completed, remotely, an intersectional survey with 69 questions. The data collected revealed that, during the pandemic crisis, postgraduate students suffered from stress, anxiety, insomnia, and lack of motivation; they also reported difficulties related to the frequency and quality of sexual interactions, as well as increased consumption of alcohol and psychotropic medications.

**Keywords:** Mental health. Postgraduate students. Emergency Remote Teaching. Teaching-Learning.

<sup>1</sup> Este trabalho constituiu-se com um enxerto de uma pesquisa de mestrado mais ampla, que investigou sobre o fenômeno da saúde mental e do sofrimento psíquico de pós-graduandos em educação, no contexto da pandemia, defendida em 12/12/2022 (Glatz, 2022), sob a orientação da segunda autora.

## 1 Introdução

2

Falar sobre saúde mental no contexto acadêmico ainda representa um desafio, principalmente diante dos impactos da recente crise sanitária provocada pela pandemia da covid-19 e das marcas e traumas por ela deixados. Durante os anos de 2020 e 2021, aproximadamente 156 países suspenderam as atividades educacionais presenciais, afastando cerca de 1,5 bilhão de estudantes das salas de aula, o que impactou aproximadamente 70% da população acadêmica mundial (Farias; Silva, 2021; Gonçalves *et al.*, 2021).

Estudos realizados nesse período apontam uma prevalência de sintomas como ansiedade e estresse entre acadêmicos, além de improdutividade, alterações no sono e dificuldades de aprendizagem e de adaptação ao formato remoto (Costa *et al.*, 2021; Santos *et al.*, 2021). É possível dizer que experienciamos, com a pandemia, situações inéditas e traumáticas que, segundo Benjamin (1987), são denominadas “experiências de choque”, capazes de causar marcas profundas no aparelho psíquico, limitando a capacidade de nomear e processar a dor e o sofrimento.

O ambiente do Ensino Superior, mesmo antes da pandemia, já era identificado pela literatura como um fator que intensifica o sofrimento entre os estudantes. Estudos mostram que a taxa de sofrimento psíquico e de transtornos mentais não psicóticos é mais elevada entre universitários em comparação a jovens da mesma faixa etária que não estão na academia (Graner; Cerqueira, 2019; Baader *et al.*, 2014). Além disso, estima-se que entre 15% e 25% dos estudantes universitários passem por algum tipo de sofrimento psíquico ao longo de sua jornada acadêmica, o que impacta significativamente sua qualidade de vida, sua saúde e, consequentemente, sua permanência na universidade (Ariño; Bardagi, 2018).

Não obstante, quando se trata da pós-graduação, a situação é ainda mais delicada. Além dos estressores já comumente presentes no Ensino Superior, o estudante enfrenta outros tipos de adversidades, como o produtivismo e a sobrecarga de atividades acadêmicas, a frustração com o tema de pesquisa, as dificuldades na relação com o

orientador, a pressão por publicações, a sensação de solidão, a competitividade entre colegas e a limitação de recursos e bolsas para subsidiar as pesquisas (Glatz *et al.*, 2022).

Destarte, a pesquisa justifica-se pela necessidade de reconhecer os impactos que a pandemia conferiu à vida psíquica e social dos participantes, buscando responder à seguinte problemática: a pandemia da covid-19 intensificou o sofrimento psíquico entre os pós-graduandos?

Assim, este estudo objetivou explorar as percepções de discentes do Programa de Pós-Graduação em Educação (PPGE) de uma universidade estadual paranaense acerca da saúde mental de pós-graduandos e das dificuldades experienciadas por eles no contexto da pandemia da covid-19.

Visando buscar respostas para essa questão e contribuir com a sistematização de novos estudos e pesquisas sobre a pandemia da covid-19 e sua relação com a saúde mental de pós-graduandos *stricto sensu*, foi realizada uma pesquisa de campo que contou com a participação de 76 pós-graduandos (mestrandos, doutorandos e pós-doutorandos).

O presente trabalho está subdividido em duas seções, além da introdução e das considerações finais. Na primeira seção, são apresentados os procedimentos metodológicos utilizados para a realização e sistematização da pesquisa. Na segunda, por sua vez, discorre-se sobre os desafios e dificuldades enfrentados pelos pós-graduandos durante o período pandêmico.

## 2 Metodologia

Para alcançar o objetivo proposto, foi conduzida uma pesquisa de métodos mistos, que integra dados quantitativos e qualitativos em um único estudo (Creswell, 2010), com finalidade básica. Essa análise busca preencher uma lacuna de conhecimento sobre o tema e é considerada exploratória e descritiva, pois, além de facilitar a compreensão inicial do problema e sugerir hipóteses, descreve características de uma determinada população ou fenômeno (Gil, 2019). A pesquisa é classificada como de campo, já que examina o objeto em seu ambiente natural, coletando dados nas condições reais dos fenômenos,

sem intervenção direta do pesquisador, e utilizando instrumentos que vão desde levantamentos descritivos (*surveys*) até estudos mais analíticos (Severino, 2013).

Para a coleta de dados, utilizou-se um *survey* interseccional desenvolvido pelas autoras, aplicado em um momento específico a uma amostra selecionada, com o objetivo de descrever características de uma população mais ampla em um único ponto temporal (Babbie, 1999). O instrumento foi elaborado a partir de um estudo piloto previamente analisado por três doutores na área da Educação (Belei *et al.*, 2008).

Ressalta-se que a pesquisa recebeu aprovação do Comitê Permanente de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (COPEP), sob o Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) nº 50408921.8.0000.0104, Parecer nº 5.027.421. Todos os procedimentos éticos foram rigorosamente seguidos de forma a preservar a identidade dos participantes, sem coleta de nomes ou outras informações que permitissem sua identificação.

Para a participação na pesquisa, o critério de inclusão restringiu a amostra a pós-graduandos regularmente matriculados no mestrado, doutorado ou pós-doutorado no Programa de Pós-Graduação em Educação, excluindo aqueles com matrícula trancada ou com *status* de alunos não regulares.

O *survey* incluiu 69 perguntas, abertas e fechadas, que abordaram aspectos sociodemográficos, a percepção subjetiva de ser estudante de pós-graduação e a visão sobre qualidade de vida e saúde mental em tempos de pandemia. Desenvolvido no Google Forms 365®, o link de acesso foi encaminhado por e-mail institucional a 190 estudantes matriculados, e a coleta de dados ocorreu entre outubro e dezembro de 2021, resultando em uma amostra de 76 participantes.

Os dados quantitativos foram organizados no Excel 365® e os dados qualitativos foram decodificados, organizados e categorizados em três categorias de análise, conforme a técnica de Bardin (2011), sendo elas: 1) Saúde mental e qualidade de vida dos pós-graduandos; 2) Entre o sofrimento e conteúdo: os impasses de ser um pós-graduando no Brasil; e 3) Ensino Remoto Emergencial e o contexto de pandemia na pós-graduação. Entretanto, para este artigo, apenas uma parte da terceira categoria foi examinada, já que

se busca, aqui, compreender os impactos da pandemia na saúde mental dos pós-graduandos.

### 3 O que dizem os pós-graduandos em educação?

5

Antes de discutir os resultados, é crucial destacar que, até setembro de 2022, quase dois anos após o início da pandemia, cerca de 600.555.262 pessoas haviam sido infectadas pelo vírus da covid-19 em todo o mundo, das quais 6.472.914 faleceram. O Brasil ocupava a terceira posição global em número de casos confirmados, com 34.414.011 infecções, sendo também, à época, o segundo país com o maior número de óbitos em decorrência da doença, totalizando 683.851 mortes (WHO, 2022).

Esses números refletem o estado psíquico e social em que muitos brasileiros se encontram, enfrentando uma crise econômica e a constante ameaça da morte (Gruschka, 2014). A pandemia nos afastou de prazeres e entes queridos, privando-nos de estar com nossos amores em suas partidas, atormentando aqueles que se foram e deixando marcas profundas em quem ficou (Gaudenzi, 2021).

A pesquisa revelou que 14 (18,42%) dos pós-graduandos estudados haviam contraído o vírus durante a coleta de dados e que, para 43 (56,58%) deles, algum familiar também havia sido infectado. Infelizmente, entre os 43 estudantes com infecções familiares, 11 (27,91%) perderam entes queridos, como pais, irmãos, avós, tios e primos. Esse “luto negado” representa um sofrimento psíquico profundo, em que a aceitação da morte e da transitoriedade da vida se torna dolorosamente difícil (Freud, 2010).

Além disso, 39 (51,32%) estudantes relataram que os conflitos familiares não se alteraram durante a pandemia, enquanto 31 (40,79%) afirmaram que esses conflitos se intensificaram. Quanto às rotinas, 38 (50,00%) dos pós-graduandos declararam que mudanças significativas trouxeram sobrecarga e cansaço extremo. Outros 36 (47,37%) mencionaram alterações menores, e apenas 2 (2,63%) não relataram impacto em suas rotinas domésticas.

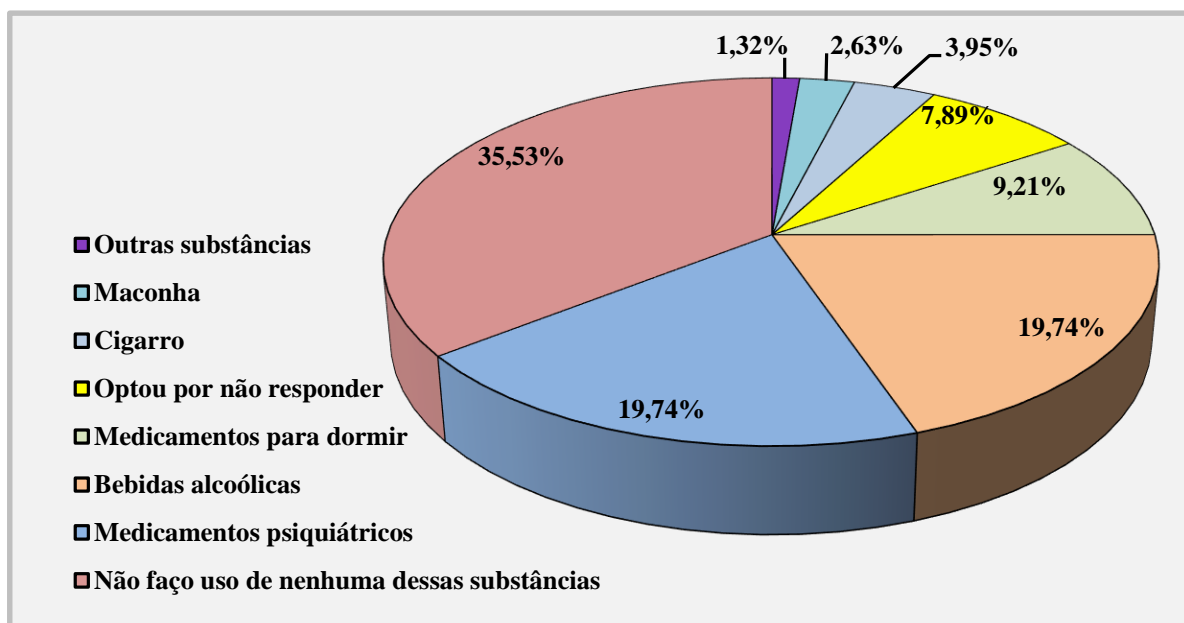
Diante dessas constatações, observa-se que uma parte considerável da amostra (40,79%) enfrentou maior tensão familiar, e metade dos participantes (50,00%) relatou mudanças intensas nas rotinas, adicionando fatores estressores. Estudos apontam aumento nos casos de violência doméstica durante o isolamento, especialmente entre parceiros e entre pais e filhos (Marques *et al.*, 2020; Ornell *et al.*, 2020).

Países como China, Reino Unido, Estados Unidos, França e Brasil observaram uma explosão de casos de violência nos primeiros meses do distanciamento social. No Brasil, o Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos (MMFDH) registrou um aumento de 17% nas denúncias pelo canal Ligue 100 em março de 2020. No Rio de Janeiro, o Ministério Público Estadual (MPE) reportou uma alta de 50% nas denúncias de violência doméstica logo após o início das medidas de distanciamento, sendo a violência contra a mulher a mais recorrente. No Paraná, a Polícia Militar registrou aumento de 15% nas ocorrências no primeiro fim de semana do distanciamento (Marques *et al.*, 2020).

O aumento de tarefas domésticas, a coação sexual, as dificuldades financeiras, o medo de contaminação, a redução do contato físico e de apoio social, a interrupção de serviços de assistência, a convivência prolongada com agressores, os níveis elevados de estresse, as incertezas sobre o futuro, a impossibilidade de adesão a medidas preventivas e o aumento do consumo de álcool e substâncias psicoativas foram fatores associados ao crescimento da violência no período pandêmico (Marques *et al.*, 2020; Ornell *et al.*, 2020).

O Gráfico 1 mostra o consumo de substâncias psicoativas durante a pandemia da covid-19 entre os participantes da pesquisa.

Gráfico 1 – Consumo de substâncias psicoativas durante a pandemia da covid-19



Fonte: elaborado pelas autoras (2024).

Ao cruzar essas explanações com as respostas obtidas em outra questão do survey, observa-se, conforme ilustrado no Gráfico 1, que 30 pós-graduandos (39,47%) relataram ter iniciado e/ou intensificado o consumo de bebidas alcoólicas e/ou medicamentos psicotrópicos<sup>2</sup> durante a pandemia. Dentre eles, 7 (9,21%) utilizavam medicamentos para dormir<sup>3</sup>; 3 (3,95%) faziam uso de tabaco; 2 (2,63%) consumiam maconha; 1 (1,32%) usava outras drogas/substâncias; e 6 (7,89%) optaram por não responder à questão.

Os pós-graduandos sentem a pressão acadêmica pela constante produção e reprodução de conhecimento científico, sendo marginalizados por uma sociedade que preconiza uma produção massiva e medicaliza qualquer sintoma ou comportamento desviante do ideal de “bem-estar” necessário para o funcionamento do sistema de capital.

<sup>2</sup> Sendo eles: Fluoxetina; Topiramato; Alprazolam; Amitriptilina; Lorazepam; Nortriptilina; Desvenlafaxina; Venlafaxina; Fluvoxamina; Sumatriptano; Propranolol; Bupropiona; e Trazodona.

<sup>3</sup> Entre eles: Amitriptilina; Donarem; Rivotril; e Zolpidem.

Relaciona-se a isso o fato de que 22 (28,95%) pós-graduandos faziam uso de medicamentos psicotrópicos ou remédios para dormir no momento da coleta dos dados.

Evidencia-se, assim, que as dificuldades e os sofrimentos vividos são vistos como patologias a serem “tratadas” ou “medicalizadas”, para deixarem de ser inconvenientes ou desviantes. Justifica-se, portanto, a medicalização de comportamentos que não se adequam ao esperado pela sociedade. Corpos que não são controlados para executar as atividades exigidas não são normais; logo, precisam de medicalização (Cordeiro *et al.*, 2020).

Esse processo de medicalização da vida tem se tornado uma constante na atualidade, indicando como nossa sociedade se aproxima da barbárie, na qual indivíduos, desamparados por uma cultura empobrecida, vivenciam fracassos, repressões e sentimento de culpa, que se manifestam em agressões, explosões comportamentais e sofrimento psíquico intenso (Adorno, 1996; Han, 2017).

Além disso, conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS), “[...] à medida que os índices de ansiedade, medo, depressão, tédio e incerteza aumentaram durante a pandemia, o consumo de álcool também subiu [...]” (OPAS, 2020, p. 2). Diante das dificuldades causadas pelo distanciamento social, da desconfiança nas ações políticas brasileiras e do baixo otimismo sobre o enfrentamento da pandemia, o consumo de álcool e substâncias psicoativas tornou-se uma “anestesia alcoólica” (Dunker, 2017, p. 40), um modo de mascarar a ansiedade e o sofrimento psíquico (Gonçalves *et al.*, 2021).

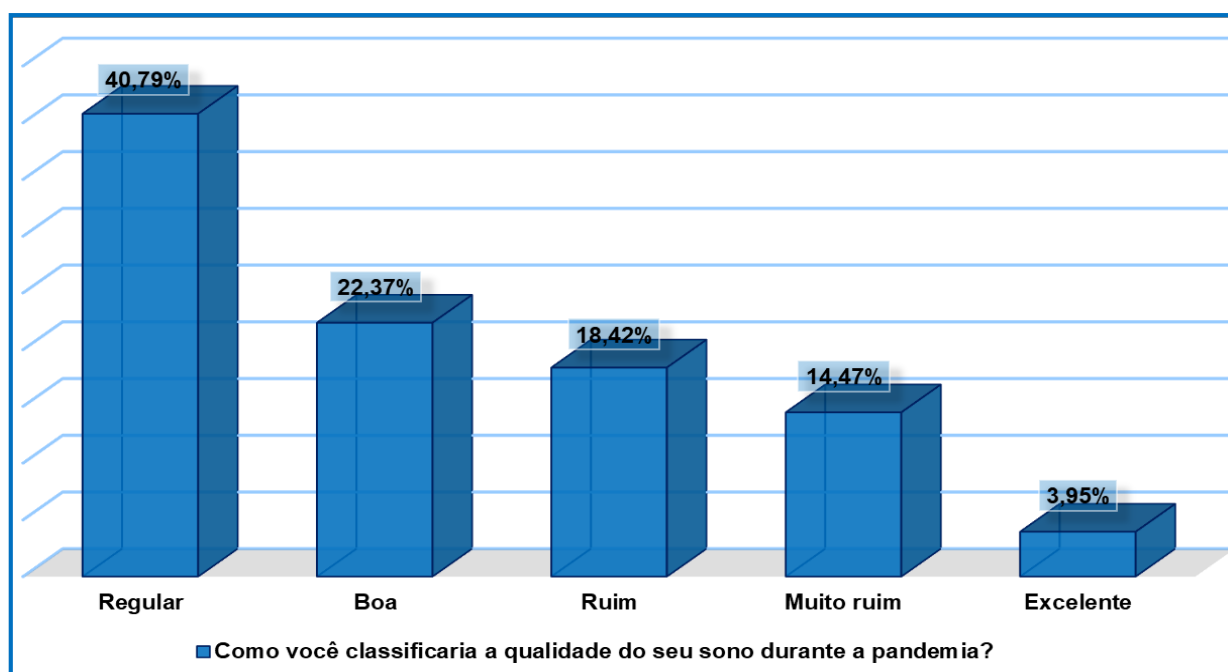
Conclui-se que, quanto maiores as mudanças na rotina doméstica e familiar causadas pela pandemia e pelas medidas de contenção, maior o uso e abuso de álcool e outras substâncias psicoativas, resultando também em taxas mais altas de violência doméstica. Durante o isolamento social e o Ensino Remoto Emergencial (ERE), intensificaram-se diversos sinais e sintomas, revelando o impacto negativo da pandemia na saúde mental dos pós-graduandos. O surgimento de ansiedade, estresse e distúrbios do sono aponta para uma fragilidade da saúde mental discente. Além disso, 42 (55,26%) pós-graduandos, em uma questão específica do *survey*, relataram sentir-se ansiosos e/ou

estressados durante a pandemia, enquanto 38 (50,00%) expressaram sentir estresse, ansiedade e desmotivação.

O Gráfico 2 mostra qualidade do sono dos pós-graduandos durante a pandemia da covid-19.

9

Gráfico 2 – Qualidade do sono dos pós-graduandos durante a pandemia da covid-19



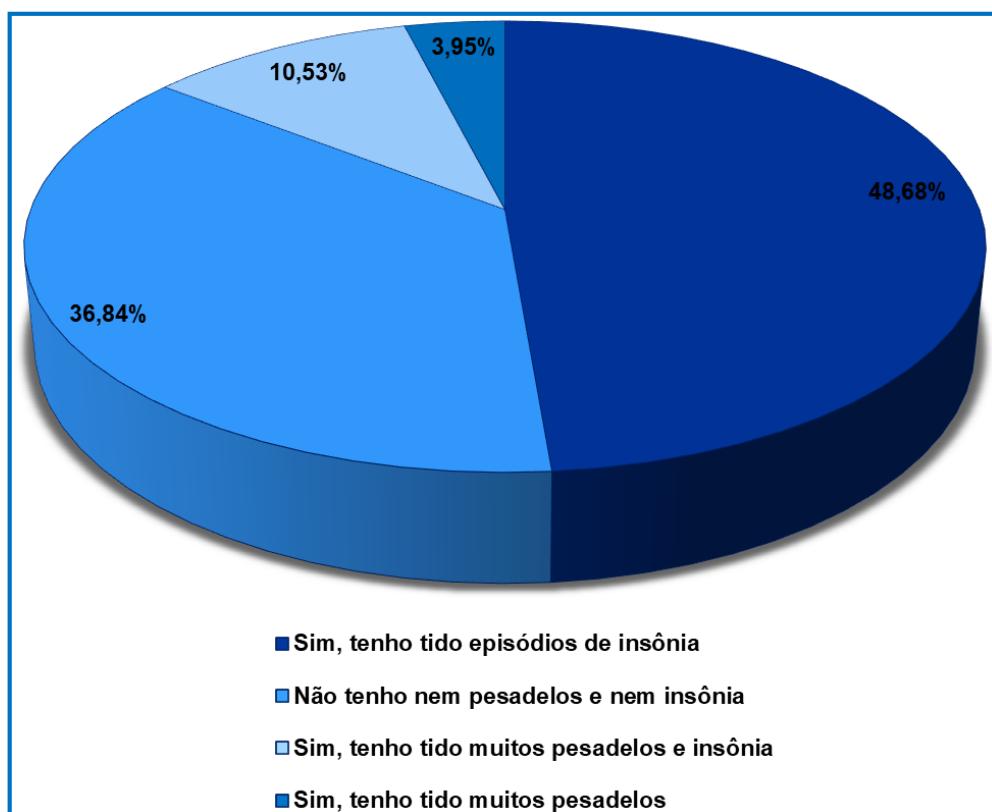
Fonte: elaborado pelas autoras (2024).

Quanto à qualidade do sono percebida pelos pós-graduandos durante a pandemia da covid-19, conforme apresentado no Gráfico 2, 31 (40,79%) participantes classificaram-na como regular; 28 (36,84%) avaliaram-na como ruim e/ou muito ruim; 17 (22,37%) consideraram-na boa; e apenas 3 (3,95%) relataram ter um sono de qualidade excelente.

Esses dados reafirmam resultados de estudos anteriores, que já indicavam alterações no sono entre essa população, além do aumento de sintomas como desânimo, desmotivação, ansiedade, estresse, mudanças na vontade e dificuldade emocional para enfrentar os desafios impostos pela pandemia (Santos *et al.*, 2021; Gonçalves *et al.*, 2021).

O Gráfico 3 mostra a frequência de distúrbios do sono vivenciados no período pandêmico pelos participantes da pesquisa.

Gráfico 3 – Frequência de distúrbios do sono vivenciados no período pandêmico



Fonte: elaborado pelas autoras (2024).

Em relação aos distúrbios do sono, como pesadelos e/ou insônia manifestados durante a pandemia, o Gráfico 3 mostra que 37 (48,68%) dos pós-graduandos indicaram ter episódios frequentes de insônia; 8 (10,53%) relataram, além da insônia, pesadelos esporádicos; 3 (3,95%) mencionaram apenas pesadelos; e 28 (36,84%) afirmaram não ter experienciado insônia ou pesadelos durante o isolamento social.

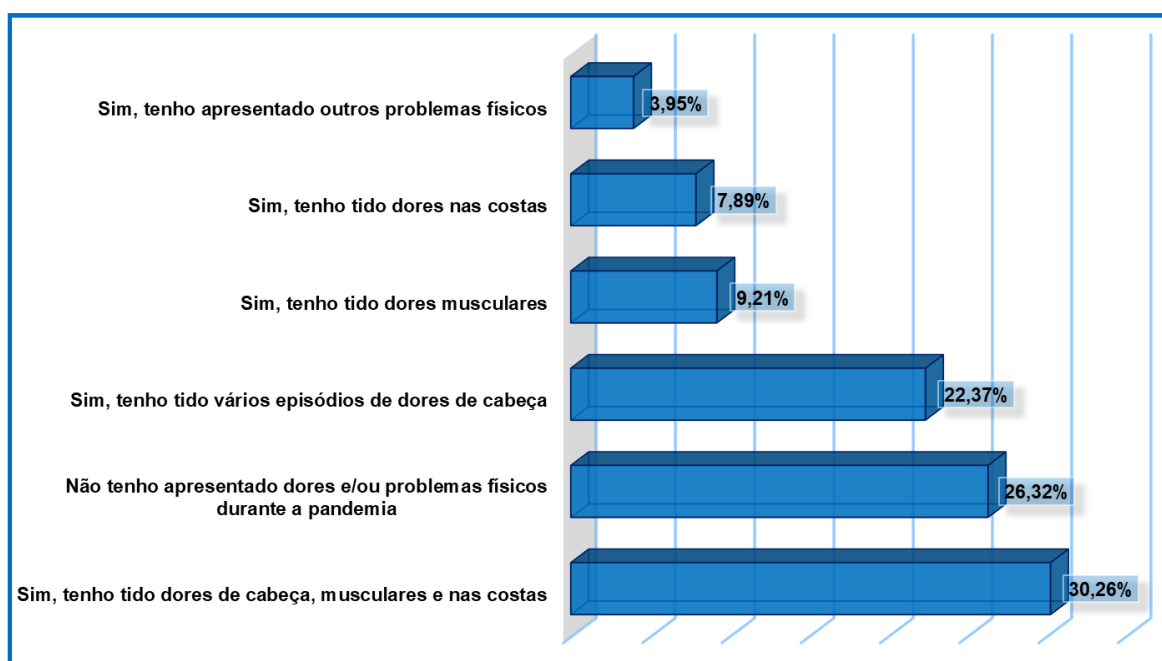
Lima *et al.* (2021) verificaram que pessoas do gênero feminino, adultas e jovens (cerca de 35 anos), apresentaram um aumento significativo em problemas de sono durante a pandemia da covid-19. Esses dados estão em consonância com estudos realizados na

Itália, Espanha e China, que também identificaram um maior risco de distúrbios do sono entre esse subgrupo. Mudanças nos horários, alterações de rotina, acúmulo de tarefas domésticas e profissionais, cuidados com filhos e responsabilidades familiares, além do estresse do confinamento em uma fase de grandes aspirações (estudos, carreira, relacionamentos), ajudam a explicar por que esse grupo foi especialmente afetado (Lima *et al.*, 2021; Telles; Voos, 2021).

Esses resultados esclarecem os motivos pelos quais quase 50% dos pós-graduandos na amostra relataram episódios recorrentes de insônia durante a pandemia, considerando que 75,68% dos participantes se identificaram como mulheres cisgênero e 52,63% tinham entre 20 e 35 anos.

O Gráfico 4 mostra o índice de problemas físicos difundidos durante o período pandêmico.

Gráfico 4 – Índice de problemas físicos difundidos durante o período pandêmico



Fonte: elaborado pelas autoras (2024).

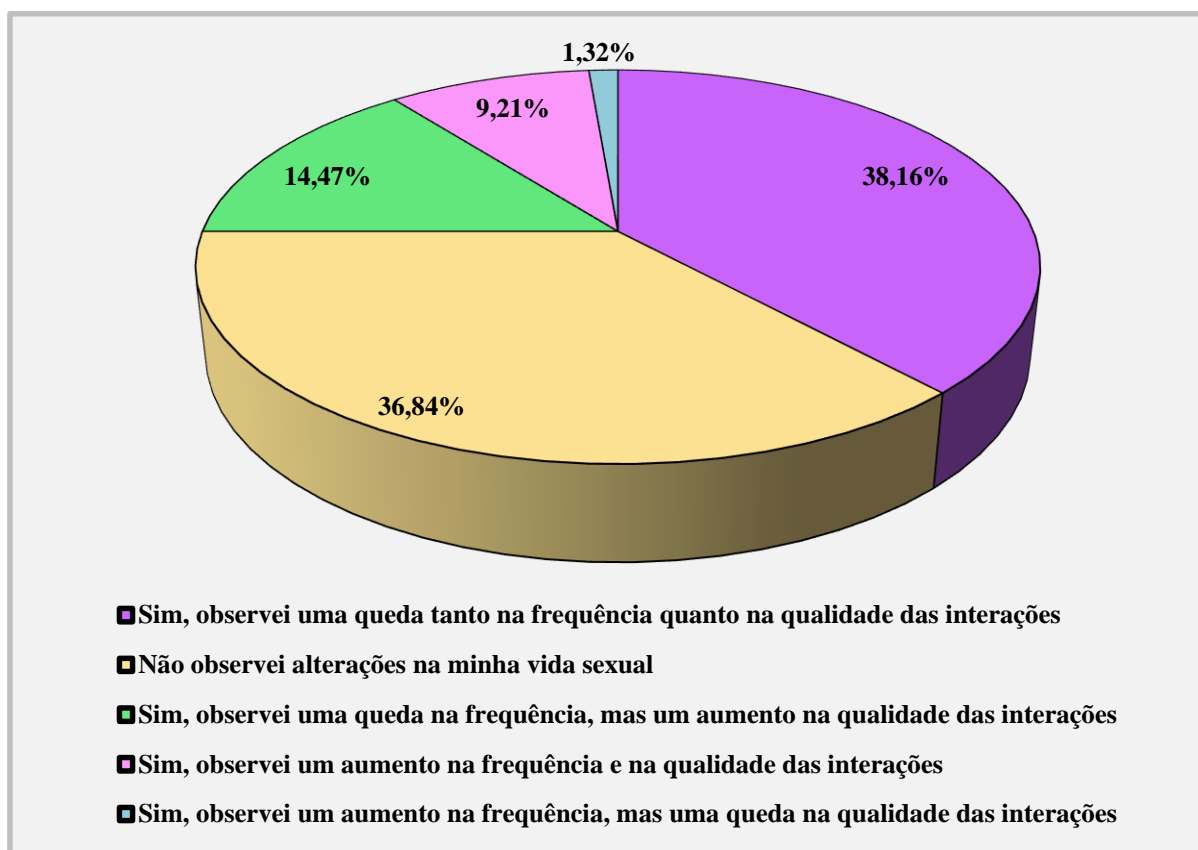
No Gráfico 4, verifica-se que 23 (30,26%) participantes relataram episódios frequentes de dores de cabeça, musculares e nas costas; 20 (26,32%) não reportaram dores ou problemas físicos durante a pandemia; 17 (22,37%) mencionaram apenas dores de cabeça; 7 (9,21%) indicaram apenas dores musculares; e 6 (7,89%) desenvolveram outros problemas físicos no período pandêmico, como dores de estômago, gastrite nervosa e fibromialgia.

Grande parte dos problemas físicos que surgiram ao longo da pandemia reflete as condições de vida durante o isolamento social, que trouxe a interrupção das atividades presenciais diárias, incluindo práticas de atividade física, a implementação do home office e do ensino emergencial remoto. O prolongado tempo em casa, dedicado ao trabalho e/ou estudo, exigiu adaptações em ambientes muitas vezes inadequados para essas atividades, além de intensificar sentimentos como ansiedade e estresse, afetando o ritmo circadiano e desencadeando distúrbios do sono, como a insônia, e disfunções sexuais (Silva; Lima, 2022).

Silva e Lima (2022) constataram que as medidas de isolamento social impactaram o ritmo circadiano das pessoas, promovendo a desregulação do sono e o surgimento de distúrbios como insônia e sonolência excessiva, afetando o desempenho físico, mental e social. Para esses autores, a diminuição ou interrupção total da prática de atividades físicas, mudanças na alimentação, o aumento do sedentarismo e o uso excessivo de telas, aliados à tendência de vespertinidade no cronotipo, geraram estresse e problemas de humor, que comprometeram a qualidade de vida física e mental.

Dessa forma, percebe-se que o período pandêmico e o isolamento social geraram uma série de adversidades e mudanças na rotina doméstica e profissional dos pós-graduandos, o que contribuiu para o aumento do consumo de substâncias psicoativas, álcool e medicamentos psicotrópicos, além de provocar alterações no ciclo do sono e desencadear dores físicas. Essas condições podem esclarecer as razões pelas quais os pós-graduandos também relataram dificuldades em suas vidas sexuais durante o período da pandemia, conforme mostra o Gráfico 5.

Gráfico 5 – Alterações na vida sexual dos pós-graduandos durante a pandemia



Fonte: elaborado pelas autoras (2024).

Conforme apresentado no Gráfico 5, observa-se que 29 (38,16%) participantes da amostra relataram uma queda tanto na frequência quanto na qualidade de suas interações sexuais durante o período pandêmico; 28 (36,84%) afirmaram não ter percebido alterações em suas vidas sexuais; 11 (14,47%) observaram uma redução na frequência, mas com aumento na qualidade das interações; 7 (9,21%) destacaram uma maior frequência e qualidade nas interações; e apenas 1 (1,32%) relatou aumento na frequência, mas com queda na qualidade da vida sexual.

As dificuldades na frequência e qualidade das interações sexuais desses estudantes podem estar relacionadas a sintomas como angústia, ansiedade e estresse. Além disso, a recorrência de dores físicas, alterações no sono, o consumo excessivo de

substâncias psicoativas e, sobretudo, o ganho de peso entre os pós-graduandos podem ter provocado sentimentos de baixa autoestima, vergonha e autocobrança em relação ao próprio corpo (Queiroz; Spinelli Junior, 2022), impactando negativamente a qualidade das relações sexuais durante a pandemia e o período de isolamento.

## 4 Considerações finais

Este estudo teve como objetivo explorar as percepções dos estudantes do Programa de Pós-Graduação em Educação (PPGE) de uma universidade estadual do Paraná sobre a saúde mental de pós-graduandos e as dificuldades enfrentadas por eles durante a pandemia da covid-19.

Os dados revelaram que os pós-graduandos enfrentaram diversas dificuldades ao prosseguirem com seus estudos e pesquisas na modalidade remota de ensino na pós-graduação *stricto sensu*. Entre os principais problemas, destacaram-se a desregulação do sono, a insônia, a redução nas interações sexuais, dores físicas e o uso abusivo de substâncias psicoativas, álcool e medicamentos psicotrópicos, entre outros. Esses fatores geraram sentimentos e emoções negativas, como ansiedade, estresse e desânimo, além de um acentuado desgaste mental. Tais dificuldades, somadas ao medo da contaminação, da morte e ao luto mal elaborado, impactaram profundamente a saúde mental dos participantes do estudo, intensificando o sofrimento psíquico experienciado por eles.

Quanto às limitações do estudo, ressalta-se que a amostra consistiu exclusivamente de pós-graduandos de um programa específico de Educação, em uma universidade estadual de um único estado brasileiro. Ainda assim, espera-se que este trabalho contribua para o desenvolvimento de novas pesquisas que aproximem a temática da saúde mental do ambiente acadêmico da pós-graduação *stricto sensu*.

## Referências

- ADORNO, T. L. W. Teoria da Semicultura. **Educação e Sociedade**, v. 56, n. 17, p. 388-411, 1996.
- ARIÑO, D. O.; BARDAGI, M. P. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Psicologia e Pesquisa**, Juiz de Fora, v. 12, n. 3, p. 44-55, 2018.
- BABBIE, E. **Métodos de pesquisas de Survey**. Tradução de Guilherme Cezarino. Belo Horizonte: Editora UFMG, 1999.
- BAADER, T. *et al.* Diagnóstico de la prevalencia de trastornos de la salud mental en estudiantes universitarios y los factores de riesgo emocionales asociados. **Revista Chilena de Neuro-Psiquiatria**, Santiago, v. 52, n. 3, p. 167-176, 2014.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.
- BELEI, R. A. *et al.* O uso de entrevista, observação e videogravação em pesquisa qualitativa. **Cadernos de Educação**, Pelotas, n. 30, p. 187-199, 2008.
- BENJAMIN, W. **Experiência e pobreza**. In: BENJAMIN, Walter. Magia e técnica, arte e política: Ensaio sobre a literatura e história da cultura. Obras Escolhidas, v. 1., 3. ed. Brasília: Editora Brasiliense, 1987. p. 114-119.
- COSTA, J. A. *et al.* Dificuldades enfrentadas durante o ensino remoto. **Rebena – Revista Brasileira de Ensino e Aprendizagem**, Rio Largo, v. 1, p. 80-95, 2021.
- CORDEIRO, S. M. N; *et al.* O biopoder e a domesticação dos corpos: as representações sociais de psicólogos acerca do suposto TDAH e da medicalização. **Educação, Sociedade & Culturas**, Porto, v. 57, p. 86-104, 2020.
- CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.
- DUNKER, C. I. L. **Reinvenção da Intimidade: Políticas de Sofrimento Cotidiano**. 4. ed. São Paulo: Ubu Editora, 2017.
- FREUD, S. **A transitoriedade**. In: FREUD, Sigmund. Introdução ao Narcisismo, Ensaio de Metapsicologia e outros textos. São Paulo: Companhia das Letras, v. 12, 2010.
- FARIAS, R. C. de; SILVA, D. M. P. da. **Ensino remoto emergencial: virtualização da vida e o trabalho docente precarizado**. Geografares, Vitória, v. 1, n. 32, p. 1-19, 2021.

GAUDENZI, P. Cenários brasileiros da Saúde Mental em tempos de Covid-19: uma reflexão. **Interface**, Botucatu, v. 25, n. 1, p. 1-15, 2021.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GLATZ, E. T. M. M. *et al.* A saúde mental e o sofrimento psíquico de pós-graduandos: uma revisão de literatura em teses e dissertações. **Revista Educar Mais**, Pelotas, v. 6, p. 255-273, 2022.

GLATZ, E. T. M. M. **A saúde mental na pós-graduação**: um estudo sobre as percepções de pós-graduandos acerca do sofrimento psíquico e das experiências vivenciadas no contexto de pandemia. 2022. 201 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2022.

GONÇALVES, N. C. A. *et al.* Pandemia do Coronavírus e o Ensino Remoto Emergencial: Percepção do Impacto no Bem-Estar da Universidade. **Psicologia, Conocimiento y Sociedad**, Montevideo, v. 11, n. 3, p. 40-59, 2021.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. A. R. Revisão Integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24., n. 4, p. 1327-1346, 2019.

GRUSCHKA, A. **Frieza Burguesa e educação**: a frieza como mal-estar moral da cultura burguesa na educação. Campinas: Autores Associados, 2014.

HAN, B. C. **Sociedade do cansaço**. 2. ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2017.

LIMA, M. G.; *et al.* Associação das condições sociais e econômicas com a incidência dos problemas com o sono durante a pandemia de COVID-19. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 37, n. 3, p. 1-10, 2021.

MARQUES, E. S.; *et al.* A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela COVID-19: panorama, motivações e formas de enfrentamento. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 36, n. 4, p. 1-6, 2020.

OPAS – ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Uso de álcool durante a pandemia de COVID-19 na América Latina e no Caribe**. Brasília, DF: OPAS, 2020. Disponível em:

[https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52936/OPASNMHMHCOVID-19200042\\_por.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52936/OPASNMHMHCOVID-19200042_por.pdf?sequence=5&isAllowed=y). Acesso em: 20 set. 2024.

ORNELL, F. *et al.* Violência Doméstica e Consumo de Drogas durante a Pandemia da COVID-19. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, v. 24, n. 1, p. 3-11, 2020.

QUEIROZ, M. E. D. F; SPINELLI, V. F. J. Relação entre a pressão social estética e a sexualidade feminina na atualidade. **Contemporânea – Revista de Ética e Filosofia Política**, Caruaru, v. 2, n. 3, p. 1053-1076, 2022.

SANTOS, K. D. *et al.* R. Ensino Online em tempos de pandemia: a opinião de universitários quanto aos desafios encontrados. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 10, p. 1-9, 2021.

SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico**. 1. ed. São Paulo: Cortez, 2013.

SILVA, H. L. D.; LIMA, A. M. J. de. Alterações no ritmo circadiano e suas consequências em estudantes durante a pandemia de Covid-19: uma revisão narrativa da literatura. **Revista Científica Saúde e Tecnologia**, Jundiaí, v. 2, n. 5, p. 1-9, 2022.

TELLES, S. L.; VOOS, M. C. Distúrbios do sono durante a pandemia de COVID-19. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 28, n. 2, p. 124-125, 2021.

WHO. **World Mental Health report: transforming mental health for all**. Geneva: [s.n.], 2022.

<sup>i</sup> **Emanoela Thereza Marques de Mendonça Glatz**, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9645-3589>  
Universidade Estadual de Maringá

Doutoranda e Mestra em Educação pela Universidade Estadual de Maringá (UEM). Membro do Grupo de Estudos e Pesquisa em Escola, Família e Sociedade (GEPEFS). Professora.  
Contribuição de autoria: Executora da pesquisa. Coleta dos dados, análise e discussão dos resultados e escrita do artigo.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9653148932940212>

E-mail: [manuglatz@hotmail.com](mailto:manuglatz@hotmail.com)

<sup>ii</sup> **Solange Franci Raimundo Yaegashi**, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7666-7253>  
Universidade Estadual de Maringá

Doutora em Educação pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Docente do Departamento de Teoria e Prática da Educação, do Programa de Pós-Graduação em Educação e do Mestrado Profissional em Educação Inclusiva da Universidade Estadual de Maringá (UEM). Líder do Grupo de Estudos e Pesquisa em Escola, Família e Sociedade (GEPEFS).

Contribuição de autoria: Orientadora da pesquisa. Análise e discussão dos resultados. Escrita do artigo.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5273356754482937>

E-mail: [solangefry@gmail.com](mailto:solangefry@gmail.com)

**Agradecimentos:** Expressamos nossa gratidão à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pela concessão de bolsa de doutorado à primeira autora.

**Editora responsável:** Genifer Andrade

**Especialista *ad hoc*:** Iure Coutre Gurgel e Cristine Brandenburg.

**Como citar este artigo (ABNT):**

GLATZ, Emanoela Thereza Marques de Mendonça; YAEGASHI, Solange Franci Raimundo. Impactos da pandemia na saúde mental de pós-graduandos. **Rev. Pemo**, Fortaleza, v. 7, e15998, 2025. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/revpemo/article/view/15998>

Recebido em 5 de junho de 2025.

Aceito em 14 de agosto de 2025.

Publicado em 28 de outubro de 2025.