

24 e 25  
setembro  
2020

**Simpósio Internacional de Psicologia da Educação**  
passado, presente e futuro

# Livro de ATAS

Anabela Pereira  
Rosa Gomes  
(Coordenação)

2021



universidade de aveiro  
theoria poiesis praxis



# **Livro de Atas**

**Simpósio Internacional de Psicologia da Educação**  
Passado, Presente e Futuro

**Coordenação**  
Anabela Pereira  
Rosa Gomes

*e-Book*

24 e 25 de setembro de 2020

Departamento de Educação e Psicologia da Universidade de Aveiro, Aveiro (Portugal)

## **Ficha técnica**

### **Título**

Livro de Atas do Simpósio Internacional de Psicologia da Educação: Passado, Presente e Futuro

### **Coordenação**

Anabela Pereira

Rosa Gomes

### **Capa, projeto gráfico e paginação**

Rosa Gomes

Isabel Souto

### **Edição**

UA Editora

Universidade de Aveiro

Serviços de Documentação, Informação Documental e Museologia

### **1ª Edição**

novembro de 2021

### **ISBN**

978-972-789-715-5

### **DOI**

<https://doi.org/10.48528/9r7c-q311>

Os autores mantêm os direitos de autor, tendo concedido o direito de publicação, para este livro, sob a licença Creative Commons, a CC BY

Este trabalho foi financiado por Fundos Nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito dos projetos UIDB/00194/2020.



**FCT**  
Fundação  
para a Ciência  
e a Tecnologia

 **dep**  
universidade de aveiro  
departamento de educação e psicologia

**cidtff**  
centro de investigação  
Didática e Tecnologia na Formação de Formadores

## Índice

<b>NOTA INTRODUTÓRIA</b>	<b>1</b>
<b>PSICOLOGIA DA EDUCAÇÃO: PASSADO, PRESENTE E FUTURO</b>	<b>3</b>
JOSÉ TAVARES	
<b>AValiação da Satisfação com as Residências Universitárias: Rumo à Qualidade dos Serviços</b>	<b>15</b>
NATÁLIA OLIVEIRA FERRAZ, MARIA ROSÁRIO PINHEIRO & ANABELA PEREIRA	
<b>A FAMILIA, A ADOLESCÊNCIA E A ESCOLA</b>	<b>30</b>
CARLA MARIA DE ALMEIDA MATOS E FRIAS	
<b>REVISIÓN SISTEMÁTICA SOBRE LA DOBLE EXCEPCIONALIDAD ASOCIADA A LAS ALTAS CAPACIDADES</b>	<b>45</b>
ANDREA CARRASCO RUIZ, LEANDRA CATALINO PROCOPIO & MARCOS RABELO PROCÓPIO	
<b>INFLUÊNCIA DA LITERACIA FAMILIAR NA LITERACIA DAS CRIANÇAS DO 1º ANO</b>	<b>61</b>
ÂNGELA SÁ AZEVEDO & FILIPA GONÇALVES	
<b>AValiação de Competências em Psicologia: Desenvolvimento de um Instrumento de Medida e Dados Psicométricos Preliminares</b>	<b>77</b>
PAULA FERNANDES, PAULA VAGOS, ALEXANDRA ARAÚJO, INÊS DIREITO & ANABELA PEREIRA	
<b>APRENDIZAGEM NA ADULTEZ TARDIA: BEM-ESTAR, QUALIDADE DE VIDA E SATISFAÇÃO COM A VIDA</b>	<b>92</b>
RUTE ROCHA, ANA OLIVEIRA, ANDREIA ESPAIN & ANABELA PEREIRA	
<b>EXPOSIÇÃO A AMBIENTES ABUSIVOS NA EMERGÊNCIA DE TRAÇOS PSICOPÁTICOS NUMA AMOSTRA DE ADOLESCENTES PORTUGUESES</b>	<b>108</b>
DANIELA CARVALHO MARTINS, INÊS CARVALHO RELVA & ALICE MARGARIDA SIMÕES	
<b>O PSICÓLOGO EDUCACIONAL NA ORIENTAÇÃO DA FAMÍLIA COM FILHO SURDO EM ANGOLA</b>	<b>124</b>
JOÃO DELE	
<b>A AVALIAÇÃO DE DESEMPENHO DO INTÉRPRETE DE LÍNGUA GESTUAL</b>	<b>139</b>
ANA OLIVEIRA, ANABELA PEREIRA & ANDREIA ESPAIN	
<b>“BIOINFORMÁTICA NA SALA DE AULA”: WEBPAGE TO BOOST BIOINFORMATICS IN THE CLASSROOM</b>	<b>148</b>
ANA MARTINS, LEONOR LENCASRE & FERNANDO TAVARES	
<b>REPENSAR A RELIGIOSIDADE E A ESPIRITUALIDADE EM PSICOLOGIA E EDUCAÇÃO</b>	<b>164</b>
JOÃO P. DA SILVA, ANABELA PEREIRA & SARA MONTEIRO	
<b>RELAÇÃO ENTRE OS ESTILOS DE GESTÃO DE CONFLITO PROFESSOR-ALUNO E A PERSONALIDADE</b>	<b>178</b>
ANA PAULA MONTEIRO, ANDREIA RIBEIRO & ELISETE CORREIA	
<b>PREVENÇÃO A VIOLÊNCIA AUTODIRIGIDA</b>	<b>194</b>
JAQUELINE OLIVEIRA COSTA	
<b>RELAÇÃO PROFESSOR-ALUNO E COMPORTAMENTOS AGRESSIVOS: A PERSPETIVA DO ALUNO</b>	<b>208</b>
RAFAELA MAIA & PAULA VAGOS	
<b>ATTITUDES DOS JOVENS ALUNOS FACE A SI PRÓPRIOS E AO AMBIENTE</b>	<b>223</b>

MARIA DA CONCEIÇÃO MARTINS & FELICIANO HENRIQUES VEIGA	
<b>ESTUDO COMPARATIVO COM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DE PORTUGAL E DO BRASIL SOBRE APRENDIZAGEM EM AMBIENTE DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA</b>	<b>242</b>
ROSA GOMES, GRAZIELA RAUPP, ANABELA PEREIRA & GABRIELA DE CARVALHO	
<b>ENVOLVIMENTO DOS ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR NO BRASIL E REGIME DE FREQUÊNCIA</b>	<b>256</b>
ANELICE BANHARA FIGUEIREDO, FELICIANO H. VEIGA & ÓSCAR F. GARCIA	
<b>O PAPEL DOS CONTOS COMO VEÍCULO DE DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS SOCIO-EMOCIONAIS EM CRIANÇAS</b>	<b>266</b>
MARIA JOÃO SANTOS	
<b>ANSIEDADE E MEDOS FACE AO COVID-19 EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR</b>	<b>278</b>
ANABELA PEREIRA, VITOR DUQUE, BLEZI SANTOS, ROSA GOMES, PATRICIA BATISTA, MARTA FAGULHA & ANA VAZ	
<b>PROMOÇÃO DA AUTORREGULAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO EM CRIANÇAS DO PRÉ-ESCOLAR – PROGRAMA DE INTERVENÇÃO</b>	<b>289</b>
INÊS SOUSA & ÂNGELA AZEVEDO	
<b>O PSICÓLOGO EDUCACIONAL E A CRIANÇA INSTITUCIONALIZADA EM ANGOLA</b>	<b>304</b>
JOÃO DELE	
<b>GLOBALIZAÇÃO, ERASMUS E EDUCAÇÃO PARA O EMPREENDEDORISMO DO JOVEM ADULTO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA</b>	<b>300</b>
CARLOS AUGUSTO CASTANHEIRA, JACINTO JARDIM & CARLOS MIGUEL OLIVEIRA	
<b>SITUAÇÕES INDUTORAS DE STRESS NA INFÂNCIA: ESTUDO EXPLORATÓRIO</b>	<b>335</b>
ROSA GOMES, PEDRO F. S. RODRIGUES & ANABELA PEREIRA	
<b>EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E MERCADO DE TRABALHO: INVESTIGAÇÃO NO INSTITUTO FEDERAL DA BAHIA</b>	<b>349</b>
LUCIANA CORREIA ALVES & THIAGO SOUTO MENDES	
<b>REFLEXÕES DA PANDEMIA COVID 19 NA ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO EDUCACIONAL</b>	<b>364</b>
JOAN RIOS, ANABELA PEREIRA, EUGÉNIA TAVEIRA, SÓNIA GÓIS & ISABEL SOUTO	
<b>CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA DA EDUCAÇÃO NA EDUCAÇÃO PARA CIDADANIA: OS PAPÉIS DO DESENVOLVIMENTO MORAL E DAS COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS</b>	<b>380</b>
RAFAEL DIAS & CAROLINA CARVALHO	
<b>EDUCATIONAL PSYCHOLOGY AND TOURISM: PARTNERS IN THE ART OF EDUCATING FOR WELCOMING</b>	<b>395</b>
ESTER CÂMARA, MARGARIDA POCINHO, SORAIA GARCÊS & SAÚL NEVES DE JESUS	
<b>INTERVENÇÕES BASEADAS EM MINDFULNESS PARA PROFESSORES</b>	<b>411</b>
ANDREIA ESPAIN, ANABELA PEREIRA, ANA OLIVEIRA, RUTE ROCHA & DIANA OLIVEIRA	
<b>PERCEÇÃO DOS PROFESSORES E DOS PAIS SOBRE PRÁTICAS DE EDUCAÇÃO INCLUSIVA NO ENSINO REGULAR</b>	<b>419</b>
INÊS PAIVA & ÂNGELA SÁ AZEVEDO	
<b>PREDITORES DO (IN)SUCESSO ESCOLAR: UM ESTUDO EMPÍRICO</b>	<b>434</b>
ESTER CÂMARA, SORAIA GARCÊS & MARGARIDA POCINHO	

<b>WHICH COMPETENCIES ARE ESSENTIAL TO ACHIEVING A PHD DEGREE? THE PERCEPTIONS OF PORTUGUESE PHD SUPERVISORS</b>	<b>450</b>
PAULO CHALÓ, ISABEL HUET, DIMITRA NIKOLETOU & ANABELA PEREIRA	
<b>HEALTH ON YOU PROGRAM: DESENVOLVIMENTO DE UMA INTERVENÇÃO DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE NO ENSINO SUPERIOR</b>	<b>456</b>
REGINA ALVES & JOSÉ PRECIOSO	
<b>BEM-ESTAR DOS PROFESSORES COM A PROFISSÃO, ANTES E DURANTE A PANDEMIA COVID-19</b>	<b>470</b>
REGINA ALVES, TERESA LOPES & JOSÉ PRECIOSO	
<b>EDUCAÇÃO PARA A PSICOLOGIA NOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE: PROJETO DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA EM CONTEXTO DE PANDEMIA DA COVID-19</b>	<b>485</b>
CÁTIA MARTINS, ANABELA PEREIRA & JOSÉ MARTIN	
<b>BENEFÍCIOS DA MENTORIA ENTRE PARES NO ENSINO SUPERIOR</b>	<b>495</b>
EDITE DE OLIVEIRA	

## **ANSIEDADE E MEDOS FACE AO COVID-19 EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR**

**Anabela Pereira<sup>1\*</sup>, Vitor Duque<sup>2,3</sup>, Blezi Santos<sup>1</sup>, Rosa Gomes<sup>1</sup>, Patricia Batista<sup>4</sup>,  
Marta Fagulha<sup>5</sup> & Ana Vaz<sup>6</sup>**

<sup>1</sup>*Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro*

<sup>2</sup>*Faculdade Medicina da Universidade de Coimbra*

<sup>3</sup>*Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (CHUC)*

<sup>4</sup>*Human Neurobehavioral Laboratory (HNL/CEDH) Universidade Católica Portuguesa do Porto*

<sup>5</sup>*Faculdade Medicina da Universidade do Porto*

<sup>6</sup>*Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (CHUC)*

\*anabelapereira@ua.pt

### **INTRODUÇÃO**

A sociedade atual experienciou uma mudança global, quando em dezembro de 2019, surge na China a doença COVID-19, qual enfermidade infecciosa resultante da presença do vírus SARS-CoV-2 pertencente à família dos coronavírus. O surto espalhou-se rapidamente a nível mundial e em março de 2020 foi decretado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) o início de uma nova pandemia (Cam, Top, & Ayyildiz, 2021; Sahu, 2020). O mundo paralisou e foi importante fechar as instituições de ensino para diminuir a disseminação da COVID-19 na comunidade (Sahu, 2020). As universidades tiveram que se reajustar, através de prática inovadoras de aprendizagem *online* e através da criação de linhas de apoio, direcionadas quer para a saúde física quer para a saúde mental (Ravi, 2020; Torres et. al. 2021). A propagação da doença criou uma sensação de incerteza, ansiedade, stress e medo na sociedade em geral e no meio académico em particular.

Ainda é desconhecido o impacto global do surto COVID-19 na educação e na saúde mental dos estudantes (Ravi, 2020; Sahu, 2020). Contudo, a literatura relata que surtos infecciosos e emergências de saúde pública podem ter muitos efeitos psicológicos nos estudantes, que podem ser expressos em distúrbios de natureza psicológica (Cao et al., 2020).



Por exemplo, tal como relatado em outros surtos, no surto de Síndrome Respiratória do Vírus Corona do Oriente Médio (MERS-CoV) em 2014, verificou-se alta incidência de ansiedade pública nos países afetados (Al-Rabiaah et al., 2020; Cam et al., 2021; Paulino et al., 2021). Deste modo, a pertinência deste tema em contexto atual potenciou o aumento de investigação nesta área. Já existem alguns estudos que reportam a ansiedade/stress sentido pelos estudantes universitários durante a pandemia. Yang e colaboradores (2020), relataram um alto grau de ansiedade e medo em estudantes universitários de Wuhan, sendo a disseminação do sofrimento psíquico generalizado por todo o país (Yang, Bin, & He, 2020). Outros estudos, mostraram que estudantes universitários chineses sofriam de ansiedade causada pelo surto de COVID-19, bem como níveis mais elevados de stress, ansiedade e depressão (Cao et al., 2020; Wang et al., 2020). Os fatores reportados como potenciadores destes transtornos são vários: a desinformação relacionada com a doença e com o vírus, as *fake news*, medidas rígidas de isolamento e a suspensão da frequência do ensino, a falta do estabelecimento de relações interpessoais, a qualidade de vida social, a escassez de produtos proteção individual, entre outros (Babicka-Wirkus, Wirkus, Stasiak, & Kozłowski, 2021; Batista, Duque, Luzio-Vaz, & Pereira, 2021; Cam et al., 2021; Szczepańska & Pietrzyka, 2021; Yang et al., 2020).

Por isso perceber a ansiedade, stress e os medos sentidos, bem como, a perceção da qualidade de vida, fazem todo o sentido para o delinear de estratégias eficazes que possam colmatar a saúde mental dos estudantes.

A qualidade de vida relacionada com a saúde tem-se tornado uma peça importante na vigilância em saúde pública, sendo considerada uma medida válida para identificar necessidades não atendidas e resultados potenciais de intervenção (Cam et al., 2021). A qualidade de vida é considerada uma medida importante na pesquisa psiquiátrica devido ao seu uso frequente como indicador de avaliação. Segundo a literatura elevados níveis de stress entre

estudantes universitários, podem levar à exaustão física, que por sua vez, pode prejudicar a qualidade de vida em saúde (Abdullah, Mansor, Mohamad, & Teoh, 2021).

Assim, o presente estudo representará a primeira investigação nacional de avaliação da ansiedade, medos e stress em estudantes do ensino superior, bem como a percepção de qualidade de vida durante o início da pandemia.

## MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal descritivo, realizado ao longo de duas semanas durante o surto de COVID-19 que ocorreu em Portugal em março de 2020. Pesquisamos aleatoriamente 689 participantes. Destes, selecionamos apenas amostra de estudantes, correspondente a um total de 440. A amostra a ser estudada incluiu apenas os estudantes que estavam em isolamento social/quarentena. A amostragem foi realizada enviando questionários eletrónicos a uma amostra aleatória de participantes, por meio dos investigadores.

O estudo foi aprovado pelas instituições coordenadoras do projeto: Universidade de Aveiro (Departamento de Educação e Psicologia) e Universidade de Coimbra (Faculdade de Medicina). Os objetivos do estudo foram explicitados aos participantes e respeitado o Regulamento Geral de Proteção de Dados (RGPD). A participação foi voluntária e documentada com o consentimento por escrito.

### *Instrumentos e processamento*

Após obter o consentimento dos participantes para integrar o estudo, estes responderam ao questionário sociodemográfico envolvendo as seguintes questões: idade, gênero, estado civil, se é estudante ou não, nível de escolaridade, a que universidade pertence e três perguntas referentes à situação atual da pandemia COVID-19: uma questão referente a qualidade de vida e duas questões sobre o stress antes e durante a pandemia, com cinco respostas (muito má, má, nem boa nem má, boa ou muito boa).

Seguidamente foi administrado o questionário GAD-7 (General Anxiety Disorder-7), com o objetivo de avaliar os sintomas gerais de ansiedade, composto por sete perguntas e com quatro respostas (nunca, vários dias, mais da metade dos dias ou quase todos os dias). Cada item é codificado de zero a três, pela frequência de diferentes sintomas de ansiedade, e a pontuação total é calculada somando as respostas. Os valores do GAD-7 tiveram em consideração a seguinte classificação: 0 a 4 = ansiedade mínima; 5 a 9 = ansiedade leve, 10 a 14 = ansiedade moderada e > 14 = ansiedade grave.

Por fim, administramos um questionário pré-elaborado, baseado na revisão da literatura sobre as escalas existentes ao nível de doenças contagiosas, denominado de avaliação dos medos, composto por quatro dimensões (carácter individual, causas do medo/quotidiano, emoções positivas e estilos de vida, compreendido por dezanove itens e com cinco respostas (1 = nunca, 2 = raramente, 3 = algumas vezes, 4 = frequentemente ou 5 = sempre). As categorizações dos valores da avaliação dos medos são codificados de um a cinco, e a pontuação total é calculada somando as respostas. Quanto maior o resultado maior o valor da dimensão.

Os valores da consistência interna e confiabilidade dos dados obtidos com os instrumentos de avaliação obtido pelo alpha de Cronbach foram: GAD-7, apresentou alpha Cronbach de 0.90; as dimensões da escala de avaliação dos medos, nomeadamente a dimensão carácter individual apresentou um alpha de 0.75, causas do medo/quotidiano apresentou um alpha de 0.78, emoções positivas 0.74 e estilos de vida 0.81.

Os dados dos participantes foram coletados e tratados no Programa Estatístico SPSS Versão.24. Todas as informações foram tratadas com estrita confidencialidade, mantendo o anonimato dos participantes ao longo do estudo.

### *Análise estatística*

Este estudo utilizou estatística descritiva para descrever as características sociodemográficas e características dos estudantes quanto à sua qualidade de vida, stress antes e durante a pandemia (ou seja, média e desvio padrão para variáveis contínuas e percentagens para variáveis nominais). Para testar as relações entre as variáveis sociodemográficas e psicológicas (ansiedade e medos), foi utilizado o coeficiente de correlação de *Pearson*, pois as variáveis apresentaram distribuição normal. Para testar diferenças entre os grupos foi realizada uma ANOVA Unifatorial.

Para testar a consistência interna e confiabilidade dos dados foi através do alpha de Cronbach. Para as variáveis também foram realizados testes estatísticos de normalidade e homogeneidade de variância.

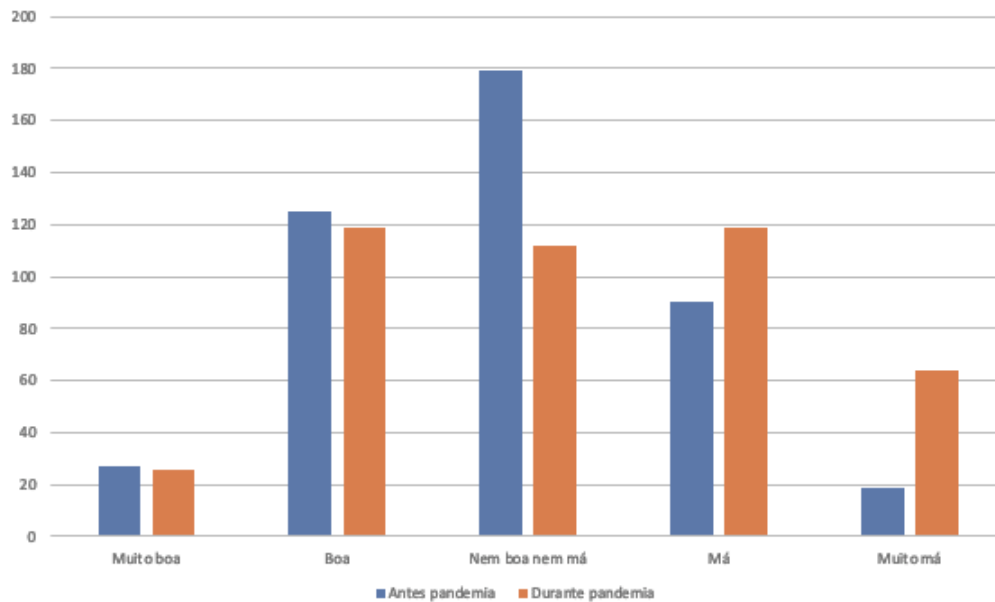
## **RESULTADOS**

Dos 440 estudantes, 116 (26.4%) eram do sexo masculino e 324 (73.6%) do sexo feminino. Sendo 331 (75.2%) solteiros, 92 (20.9%) casados/de facto, 15 (3.4%) separados/divorciados e 2 (0.5%) viúvos. Quanto ao ciclo educacional, 148 (33.6%) cursam o primeiro ciclo, 133 (30.2%) no segundo ciclo e 159 (36.1%) no terceiro ciclo. Dos estudantes, 26 (6.8%) frequentam a Universidade de Aveiro, 54 (14.1%) a Universidade de Coimbra, 143 (37.2%) a Universidade do Minho e 161 (41.9%) frequentavam outras universidades.

São apresentadas as características dos estudantes relativamente à qualidade de vida e stress antes e durante a pandemia. No que concerne à qualidade de vida dos estudantes (Figura 1), 226 (51.4%) avaliam a sua qualidade de vida como boa, 106 (24.1%) como nem boa nem má, 61 (13.9%) como muito boa, 38 (8.6%) como má e 9 (2.0%) muito má.

Figura 1

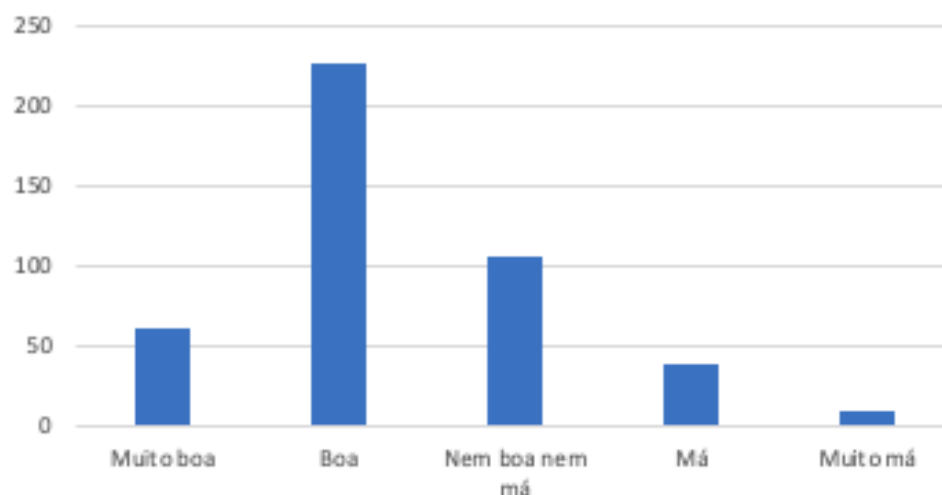
Avaliação do nível de stress antes e durante a pandemia



Ao nível do stress antes da pandemia, 179 (40.7%) avaliam-no como nem bom nem má, 125 (28.4%) como bom, 90 (20.5%) como má, 19 (4.3%) como muito má e 27 (6.1%) muito bom. Ao nível do stress durante da pandemia, 112 (25.5%) avaliam como nem bom nem má, 119 (27.0%) como má, 64 (14.5%) como muito má, 119 (27.0%) como bom e 26 (5.9%) como muito bom (Figura 2).

Figura 2

## Percepção da qualidade de vida



No que concerne aos medos, salientamos que se verificaram resultados mais elevados ao nível dos alunos mais velhos e do terceiro ciclo, sendo realçado o tipo de medos da vida diária como uma das principais causas. Atendendo à sua complexidade e às várias classificações dos medos, remete-se a sua leitura para um estudo posterior do qual se aguarda publicação.

*Correlação entre a qualidade de vida, stress antes da pandemia, stress durante da pandemia e a ansiedade*

Há uma correlação negativa significativa entre a forma como os estudantes avaliam a sua qualidade de vida  $r = -.372, p = .001$ , o seu nível de stress antes da pandemia  $r = -.188, p = .001$ , durante da pandemia  $r = -.353, p = .001$  e a ansiedade (GAD7). Assim, maior ansiedade está associada com a forma como os estudantes avaliam a sua qualidade de vida, o nível de stress antes e durante da pandemia.

## **DISCUSSÃO**

Ansiedade, stress e medos são perturbações psicológicas que geralmente acompanham esses surtos que têm uma alta taxa de transmissão e infeção. Os efeitos psicológicos dos surtos requerem investigação para se poderem estabelecer e delinear pontes entre os efeitos adversos e as patologias associadas.

O presente estudo apresentou valores elevados de sintomas de ansiedade, stress e medos perante a situação pandémica vivenciada, o que corrobora outros estudos presentes na literatura (Cam et al., 2021; Cao et al., 2020; Kaparounaki et al., 2020). Os resultados obtidos vieram de encontro a um estudo nacional em que os participantes classificaram o impacto psicológico do surto como moderado ou grave (Paulino et al., 2021).

Também se verificou que o género feminino foi identificado como aquele que apresenta sinais de maior ansiedade, stress e medos. Isso é consistente com resultados de estudos anteriores, muitos dos quais, regularmente mostraram uma conexão entre o género feminino e altos níveis de doença mental (Cam et al., 2021; Rogowska, Kuśnierz, & Bokszczanin, 2020; Szczepańska & Pietrzyka, 2021). Estudos recentes indicam que as mulheres são mais suscetíveis a experimentar stress (Cam et al., 2021; Rogowska et al., 2020).

Relativamente á análise da qualidade em saúde destes estudantes, verificou-se que a maioria dos estudantes (51.4 %) avaliou bem a sua saúde (como excelente, muito boa ou boa), tal como reportado no estudo de Rogowska e colaboradores (2020). A avaliação da qualidade em saúde deveria ser uma preocupação das universidades uma vez que pode condicionar a saúde física e psicológica (Abdullah et al., 2021). Os resultados de Abdullah e colaboradores vieram fortalecer ainda mais a ligação entre maior gravidade de sintomas de ansiedade e diminuição da qualidade de vida da saúde física (Abdullah et al., 2021). Deste modo programas de

intervenção e apoio psicológico bem como o diagnóstico precoce da qualidade de vida dos estudantes poderão ser preventivos a nível da doença mental.

### *Pontos fortes e Limitações*

Existem algumas limitações associadas ao presente estudo. Em primeiro lugar, a sua inovação que é considerada um ponto forte, mas ao mesmo tempo uma limitação na dificuldade de comparar o presente estudo com outros. Outra limitação deve-se ao facto de o estudo ser transversal não permitindo tirar conclusões sobre a causalidade dos resultados. É ainda de salientar que o stress e a ansiedade podem ser superestimados aqui devido ao medo relacionado ao surto do coronavírus.

## **CONCLUSÕES**

Os resultados deste estudo sugerem evidências de elevados níveis de ansiedade, stress e medos em estudantes universitários durante o período da pandemia COVID-19. A crise de saúde global de 2020 impactou não só a saúde física, mas também a mental dos estudantes universitários, sobretudo afetando mais o género feminino. A perceção da qualidade de vida em saúde mostrou ser um fator condicionante da saúde mental.

Perante condições adversas, em contexto emergentes e em constante mudança é importante alertar as universidades para delinearem planos de intervenção em tempos de crises. A saúde, destacando-se a saúde mental, bem como a segurança de alunos e funcionários deve ser a principal prioridade.

Os resultados do presente estudo levam a formular algumas recomendações para as universidades, no que diz respeito à organização do sistema de ensino, valorizando mais o funcionamento psicossocial dos alunos, através da implementação de planos estratégicos, que incluam estruturas de apoio à saúde mental e ao bem-estar dos estudantes. Reforçando assim, a



necessidade de as universidades terem um papel mais ativo no combate à doença mental e consequentemente na promoção do sucesso acadêmico dos estudantes.

### ***Conflito de interesses***

Os autores deste estudo não declaram conflitos de interesses.

### ***Agradecimentos***

Os autores expressam um sincero agradecimento aos estudantes que se voluntariaram em participar no estudo.

## **REFERÊNCIAS**

- Abdullah, M. F. I. L. B., Mansor, N. S., Mohamad, M. A., & Teoh, S. H. (2021). Quality of life and associated factors among university students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMJ open*, 11(10), e048446.
- Al-Rabiaah, A., Tamsah, M.-H., Al-Eyadhy, A. A., Hasan, G. M., Al-Zamil, F., Al-Subaie, S., Al-Saadi, B. (2020). Middle East Respiratory Syndrome-Corona Virus (MERS-CoV) associated stress among medical students at a university teaching hospital in Saudi Arabia. *Journal of Infection and Public Health*, 13(5), 687-691.
- Babicka-Wirkus, A., Wirkus, L., Stasiak, K., & Kozłowski, P. (2021). University students' strategies of coping with stress during the coronavirus pandemic: Data from Poland. *PloS one*, 16(7), e0255041.
- Batista, P., Duque, V., Luzio-Vaz, A., & Pereira, A. (2021). Anxiety impact during COVID-19: a systematic review. *The Journal of Infection in Developing Countries*, 15(03), 320-325.
- Cam, H. H., Top, F. U., & Ayyildiz, T. K. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on mental health and health-related quality of life among university students in Turkey. *Current Psychology*, 1-10.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 112934.
- Kaparounaki, C. K., Patsali, M. E., Mousa, D.-P. V., Papadopoulou, E. V., Papadopoulou, K. K., & Fountoulakis, K. N. (2020). University students' mental health amidst the COVID-19 quarantine in Greece. *Psychiatry Research*, 290, 113111.
- Paulino, M., Dumas-Diniz, R., Brissos, S., Brites, R., Alho, L., Simões, M. R., & Silva, C. F. (2021). COVID-19 in Portugal: exploring the immediate psychological impact on the general population. *Psychology, Health & Medicine*, 26(1), 44-55.

- Ravi, R. C. (2020). Lockdown of colleges and universities due to COVID-19: Any impact on the educational system in India? *Journal of Education and Health Promotion*, 9:209. doi: 10.4103/jehp.jehp\_327\_20
- Rogowska, A. M., Kuśnierz, C., & Bokszczanin, A. (2020). Examining Anxiety, Life Satisfaction, General Health, Stress and Coping Styles During COVID-19 Pandemic in Polish Sample of University Students. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 797-811. doi: 10.2147/PRBM.S266511
- Sahu, P. (2020). Closure of universities due to coronavirus disease 2019 (COVID-19): impact on education and mental health of students and academic staff. *Cureus*, 12(4).
- Szczepańska, A., & Pietrzyka, K. (2021). The COVID-19 epidemic in Poland and its influence on the quality of life of university students (young adults) in the context of restricted access to public spaces. *Journal of Public Health*, 1-11.
- Torres, A., Santos, I. M., Rosa, C., Monteiro, S., Rodrigues, F., Figueiredo, A., Santos, T., Ribeiro, O., Queirós, A., Pereira, A. & Silva, C. (2021). Integrated efforts to promote mental health care during the SARS-COV-2 pandemic: Reflecting on the experience of a university helpline. *European Psychiatry*, 64(S1), S342.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1729.
- Yang, H., Bin, P., & He, A. J. (2020). Opinions from the epicenter: an online survey of university students in Wuhan amidst the COVID-19 outbreak<sup>1</sup>. *Journal of Chinese Governance*, 5(2), 234-248.