



**UEPB**

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CAMPUS I - CAMPINA GRANDE  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**VITÓRIA FEITOSA DE BRITO**

**O ENSINO REMOTO E PANDEMIA: AS VIVÊNCIAS SUBJETIVAS DE ALUNOS  
DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO**

**CAMPINA GRANDE  
2023**

VITÓRIA FEITOSA DE BRITO

**O ENSINO REMOTO E PANDEMIA: AS VIVÊNCIAS SUBJETIVAS DE ALUNOS  
DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)  
apresentado à Coordenação do Curso  
Psicologia da Universidade Estadual da  
Paraíba, como requisito parcial à obtenção do  
título de bacharel em Psicologia.

**Orientador:** Prof. Dra. Diana Sampaio Braga

**CAMPINA GRANDE  
2023**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

B862e Brito, Vitoria Feitosa de.  
O ensino remoto e pandemia [manuscrito] : as vivências subjetivas de alunos do ensino fundamental e médio / Vitoria Feitosa de Brito. - 2023.  
40 p. : il. colorido.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2023.

"Orientação : Profa. Dra. Diana Sampaio Braga, Departamento de Educação - CH. "

1. Ensino-aprendizagem. 2. Saúde mental. 3. Depressão.  
4. Ansiedade. I. Título

21. ed. CDD 150

VITÓRIA FEITOSA DE BRITO

**O ENSINO REMOTO E PANDEMIA: AS VIVÊNCIAS SUBJETIVAS DE ALUNOS  
DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)  
apresentado ao Departamento do Curso  
Psicologia da Universidade Estadual da  
Paraíba, como requisito parcial à obtenção do  
título de bacharel em Psicologia.

Aprovada em: 20/06/2023.

**BANCA EXAMINADORA**



---

Prof. Dra. Diana Sampaio Braga (Orientador)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



---

Prof. Dra. Livânia Beltrão Tavares  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



---

Profa. Ms. Regina Celi Sales Nóbrega de Santana  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Aos meus pais, que são a bússola há guiar os meus passos; a razão e o porquê de todas as coisas, DEDICO.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – Representação gráfica da quantidade dos alunos que consideraram o ambiente de estudo adequado ou inadequado .....	20
Figura 2 – Ciclo ocasionado pelo ensino remoto de acordo com as considerações levadas pelos discentes .....	23
Figura 3 – Gráfico representando a quantidade de alunos que apresentaram sobrecarga, tristeza, desmotivação e ansiedade durante o ensino remoto .....	23
Figura 4 – Gráfico representando os quadros de ansiedade .....	25
Figura 5 – Gráfico representando os quadros de depressão.....	26

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

BAI	Inventário Beck de Avaliação da Ansiedade
CID	Inventário de Depressão Infantil
CETIC	Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação
EaD	Educação à Distância
ERE	Ensino Remoto Emergencial
OMS	Organização Mundial de Saúde
PIBIC	Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica
SARS-COV2	Coronavírus 2 da síndrome respiratória aguda grave
SPSS	Statistical Package for Social Sciences
SBP	Sociedade Brasileira de Pediatria
TCLE	Termo de Consentimento Livre Esclarecido
UNESCO	Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura
UNICEF	Fundo das Nações Unidas para a Infância

## LISTA DE SÍMBOLOS

% Porcentagem

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	09
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	10
<b>3 METODOLOGIA</b> .....	13
<b>3.1 Caracterização da pesquisa</b> .....	13
<b>3.2 Universo e Amostra</b> .....	14
<b>3.3 Instrumento de Coleta de Dados</b> .....	14
<b>3.4 Procedimentos metodológicos</b> .....	15
<b>3.5 Procedimento Éticos</b> .....	15
<b>3.6 Tratamento dos dados</b> .....	15
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÕES</b> .....	16
<b>4.1 Percepção dos discentes acerca do ensino remoto</b> .....	16
<b>4.2 Ampliação do tempo de telas</b> .....	17
<b>4.3 Alteração na rotina e qualidade do sono</b> .....	18
<b>4.4 Ambiente inadequado de estudo</b> .....	19
<b>4.5 Isolamento social</b> .....	21
<b>4.6 Sobrecarga durante o ensino remoto</b> .....	21
<b>4.7 Ansiedade e depressão: impactos no ensino remoto</b> .....	24
<b>5 CONCLUSÃO</b> .....	26
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	27
<b>APÊNDICE A – TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO..</b>	30
<b>APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – PAIS E OU RESPONSÁVEL LEGAL</b> .....	32
<b>APÊNDICE C - QUESTIONÁRIO</b> .....	33
<b>ANEXO A – INVENTÁRIO DE DEPRESSÃO INFANTIL-CDI</b> .....	34
<b>ANEXO B – INVENTÁRIO DE ANSIEDADE BECK – BAI</b> .....	37
<b>AGRADECIMENTOS</b> .....	37

## **ENSINO REMOTO E PANDEMIA: AS VIVÊNCIAS SUBJETIVAS DE ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO**

### **REMOTE EDUCATION AND THE PANDEMIC: THE SUBJECTIVE EXPERIENCES OF ELEMENTARY AND HIGH SCHOOL STUDENTS**

Vitória Feitosa de Brito<sup>1\*</sup>  
Diana Sampaio Braga<sup>2\*\*</sup>

#### **RESUMO**

A Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou, em 11 de março de 2020, que vivemos uma Pandemia decorrente do COVID-19, tendo em vista que o novo coronavírus apresenta-se como um fenômeno mundial, sendo, pois, um dos maiores desafios sanitários em escala global deste século. Diante do insuficiente conhecimento científico sobre o vírus, sua alta agilidade de disseminação e capacidade de provocar mortes em populações vulneráveis, o isolamento social se configurou como a melhor estratégia a ser utilizada para o enfrentamento da pandemia em diferentes países. Nesse contexto, uma das medidas adotadas foi a suspensão das aulas presenciais e, com efeito, o fechamento das instituições que optaram pelo ensino remoto para o cumprimento do calendário. No entanto, acredita-se que essas medidas de distanciamento e isolamento social, embora necessárias nesse momento, ocasionaram impactos negativos no desenvolvimento dos estudantes, como, por exemplo, prejuízos na aprendizagem da criança e do adolescente, bem como desencadear efeitos psicológicos no que diz respeito ao maior desconforto emocional e aumento do desenvolvimento de ansiedade e depressão. Diante disso, o presente trabalho visou averiguar os fenômenos relacionados ao ensino remoto decorrente do isolamento social e sua implicação na saúde mental e aprendizagem dos estudantes da educação básica, buscando identificar efeitos psicológicos como o surgimento de quadros depressivos e ansiosos. Para isso, foi realizado um estudo descritivo, de natureza quantitativo-qualitativo por meio da aplicação de instrumentos como o Inventário de Depressão Infantil (CDI), o Inventário Beck de Avaliação da Ansiedade (BAI) e um questionário semiestruturado. A pesquisa foi realizada com uma amostra de 17 estudantes de uma escola pública do município de Santa Luzia do Cariri – PB matriculados do 8º ano do Ensino Fundamental ao 3º ano do Ensino Médio. Nesse sentido, os efeitos adversos da pandemia associados à saúde, bem-estar e aprendizagem já podem ser percebidos, posto que foi observado que houve um aumento nos níveis de ansiedade e depressão e um grave impacto no processo de aprendizagem dos adolescentes, que consideram, em sua maioria, o ensino remoto como uma experiência negativa, sendo de suma importância prosseguir nos estudos da temática a fim de traçar estratégias para que os profissionais consigam compreender os fenômenos ocasionados pela pandemia e tenham amparo teórico metodológico para lidar com tais efeitos.

---

<sup>1\*</sup> Graduanda do curso de Psicologia pela Universidade Estadual da Paraíba. vivi.fbn2@gmail.com

<sup>2\*\*</sup> Doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba. diana@servidor.uepb.edu.br

**Palavras-chave:** covid-19; ensino-aprendizagem; saúde mental; depressão; ansiedade.

## ABSTRACT

The World Health Organization (WHO) declared on March 11, 2020, that we experienced a pandemic due to COVID-19, considering that the new coronavirus presents itself as a global phenomenon, thus being one of the greatest global health challenges of this century. Given the insufficient scientific knowledge about the virus, its high speed of transmission, and its capacity to cause deaths in vulnerable populations, social isolation has emerged as the best strategy to be used in combating the pandemic in different countries. In this context, one of the measures adopted was the suspension of in-person classes and, consequently, the closure of institutions that opted for remote learning to comply with the academic calendar. However, it is believed that these measures of distancing and social isolation, although necessary at this time, have had negative impacts on students' development, such as impairments in child and adolescent learning, as well as triggering psychological effects related to increased emotional discomfort, anxiety, and depression. Therefore, this study aimed to investigate the phenomena related to remote learning resulting from social isolation and its implications on the mental health and learning of students in basic education, seeking to identify psychological effects such as the emergence of depressive and anxious symptoms. For this purpose, a descriptive study was conducted, of quantitative-qualitative nature, through the application of instruments such as the Children's Depression Inventory (CDI), the Beck Anxiety Inventory (BAI), and a semi-structured questionnaire. The research was carried out with a sample of 17 students from a public school in the municipality of Santa Luzia do Cariri – PB, enrolled from the 8th grade of Elementary School to the 3rd year of High School. In this sense, the adverse effects of the pandemic associated with health, well-being, and learning can already be perceived, as it was observed that there was an increase in anxiety and depression levels and a significant impact on the adolescents' learning process, who mostly consider remote learning as a negative experience. It is of paramount importance to continue studying this topic in order to devise strategies for professionals to understand the phenomena caused by the pandemic and have the necessary theoretical and methodological support to deal with such effects.

**Keywords:** covid-19; teaching-learning; mental health; anxiety; depression.

## 1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou, em 11 de março de 2020, que o mundo inteiro estava vivendo uma pandemia decorrente do COVID-19, causada pelo vírus SARS-COV2. O novo coronavírus apresentava-se como um fenômeno mundial, sendo, pois, um dos maiores desafios sanitários em escala global deste século (WERNECK; CARVALHO, 2020). Vale aqui lembrar que segundo o glossário médico, uma doença infecciosa classifica-se como pandemia quando essa atinge um grande número de indivíduos espalhados por vários países e mais de um continente (REZENDE, 2010).

Frente à pandemia, observou-se um esforço de cunho internacional envolvendo cientistas de várias áreas do conhecimento para entender melhor a transmissibilidade, potencial de infecção e gravidade dessa enfermidade. Além disso, houve, sobretudo, uma busca para prevenção da população contra o vírus (MIRANDA; FERNANDES; SENA; MEDEIROS; MEIRELES, 2020).

Diante do insuficiente conhecimento científico sobre o vírus, sua alta agilidade de disseminação e capacidade de provocar mortes em populações vulneráveis, mesmo que bastante problemático do ponto de vista econômico para os mais empobrecidos (SILVA;

FERREIRA, 2020), o isolamento social se configurou como a melhor estratégia a ser utilizada para o enfrentamento da pandemia em diferentes países, prevenindo o avanço da doença e protegendo a população dos efeitos danosos do vírus (WERNECK; CARVALHO, 2020).

Naquele contexto, também uma das medidas adotadas para o enfrentamento ao vírus foi a suspensão das aulas presenciais e, com efeito, o fechamento provisório das instituições de ensino. Essa situação, ocorrida a partir de em abril de 2020, com diversos países fechando escolas e universidades, segundo a UNESCO, deu início a uma nova modalidade de ensino. As instituições de ensino, na maioria dos países, precisaram se reinventar e buscar estratégias de enfrentamento à paralisação das atividades acadêmicas, optando, assim, pelo ensino remoto para o cumprimento do calendário letivo (SILVA; ROSA, 2021).

No entanto, acredita-se que essas medidas de distanciamento e isolamento social, embora necessárias naquele momento, ocasionaram impactos negativos no desenvolvimento dos estudantes, trazendo prejuízos na aprendizagem das crianças e dos adolescentes, desencadeando efeitos psicológicos, desconforto emocional, aumento de ansiedade, depressão e quadros de estresse.

De acordo com estudos realizados por Vazquez *et al* (2021), que buscou avaliar os efeitos da pandemia sobre a vida social e a saúde mental dos jovens inseridos em um contexto de periferia metropolitana, levando em consideração variáveis como o fechamento de escolas, dificuldade do ensino remoto, casos de infecção, perda de emprego e condição social, cerca de 80% dos estudantes apresentaram níveis de ansiedade e apenas 35% dessa população não apresentou sintomatologia depressiva, tornando evidente que os impactos da pandemia tiveram ação direta na saúde mental dos indivíduos, assim como na saúde física.

Além disso, Vazquez *et al* (2021) acredita que o aumento significativo nos níveis de ansiedade e depressão nos discentes, em decorrência ao isolamento e ao ensino remoto, entre outros fatores, ocorreu devido ao “rompimento de vínculos e interrupção das principais rotinas de estudo e lazer, em uma etapa da vida na qual as atividades sociais são mais intensas e as fragilidades emocionais aumentam os riscos à saúde mental” (VAZQUEZ *et al.*, 2021, p. 305). Além disso, houve, principalmente em jovens-adultos, grupo mais afetado, uma preocupação exacerbada no que diz respeito às consequências e desafios futuros da pandemia.

Outro ponto levado em consideração, segundo os estudos, é o fato de que pessoas que têm um nível de escolaridade mais elevado, com maior possibilidade de compreensão do estado de calamidade vivenciado, tornaram-se mais vulneráveis para desenvolver características depressivas devido ao medo do desconhecido, assim sendo, suas angústias e preocupações tornaram-se mais afloradas (KAZMI *et al.*, 2020).

Em meio aos muitos desafios enfrentados, os discentes tiveram que lidar, também, com a nova rotina imposta pelo ensino emergencial sem o suporte adequado para tal mudança, o que, possivelmente, desencadeou inúmeras dificuldades de adaptação e estados emocionais desfavoráveis (DOLABELLA *et al.*, 2021). No entanto, ainda há muito o que buscar compreender acerca das vivências no ensino remoto e seus efeitos psicológicos na perspectiva dos adolescentes, visto que, na literatura, pouco se descreveu a experiência e as queixas dos estudantes, de forma qualitativa, sendo os estudos pautados, majoritariamente, na óptica quantitativa ou na perspectiva dos professores.

Por isso, o presente trabalho tem como objetivo investigar as vivências subjetivas relacionadas ao ensino remoto, decorrente do isolamento social, bem como sua implicação na saúde mental dos estudantes da educação básica, buscando identificar efeitos psicológicos como a presença de sintomatologia depressiva e ansiosa.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

Com a necessidade de reconfigurar o processo de ensino-aprendizagem, de maneira rápida, inesperada e despreparada, as instituições de ensino estaduais, municipais, federais e privadas, por meio das secretarias de educação de todo Brasil, tiveram a responsabilidade de pensar estratégias para a continuidade das atividades e possibilitar que houvesse um ensino formal, mesmo que de forma não presencial (CUNHA; SILVA; SILVA, 2020). Assim, na Educação, o ensino remoto tornou-se uma alternativa de transmissão do conhecimento, conforme Gomes *et al.* (2020).

Preliminarmente, antes de avançarmos para o nosso objetivo central, cumpre frisar que o ensino remoto se diferencia da Educação à Distância (EaD). Pensando-se em ambas as modalidades, é comum que se vivencie uma confusão, inclusive conceitual, mas elas não são sinônimas.

O EaD diz respeito a uma modalidade de ensino realizada de forma não presencial que ocorre entre escola, discentes e docentes. Há nela uma separação física clara, fazendo-se necessária a utilização de meios e tecnologias de informação e comunicação. Nessa modalidade, o processo de ensino e aprendizagem, realizado por meio de tecnologias, não se dá temporariamente. Ademais, nessa categoria, já existe um acordo pré-estabelecido e já existem normas para o seu funcionamento adequado. Naquilo que se entende por ensino à distância existe uma mediação didático-pedagógica planejada estrategicamente de forma integral e contínua.

Por outro lado, o ensino remoto é uma modalidade de caráter emergencial, que propõe usos e apropriações das tecnologias em circunstâncias específicas de atendimento onde outrora existia regularmente a educação presencial. O ensino remoto, de partida, visa ser algo provisório. O Parecer CNE nº 5/2020 refere-se a essa modalidade de ensino como práticas educativas “a serem realizadas pela instituição de ensino com os estudantes quando não for possível a presença física destes no ambiente escolar” (BRASIL, 2020). O ensino remoto, portanto, trata de algo provisório, que surgiu de forma inesperada, o qual, diferentemente do Ensino à Distância, não contou com um planejamento específico para que seguisse esse método de ensino (THOMAZINHO, 2020).

O ensino remoto, denominado por Behar (2020) como Ensino Remoto Emergencial (ERE), devido ao contexto da pandemia, buscou uma adaptação das práticas pedagógicas por meio da utilização do ambiente virtual (com aulas online, síncronas e assíncronas, com conteúdos organizados em plataformas virtuais de ensino e aprendizagem, através de redes sociais) para a continuidade do semestre nas universidades e para a continuidade do ano letivo escolar. O ensino remoto foi preconizado pela Portaria nº 345/2020 do Ministério da Educação Nacional, que dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas desenvolvidas a partir das tecnologias de informação e comunicação enquanto durar a situação de pandemia do COVID-19 (BRASIL, 2020).

Com a pandemia e com o ensino remoto surgiram problemáticas associadas à nova rotina. É sabido que, para além dos possíveis ganhos, o ensino remoto também ocasionou a alguns estudantes grandes prejuízos na aprendizagem. Um dos fatores que contribui para as perdas no processo de ensino e aprendizagem foi, primordialmente, a falta de preparação dos professores frente ao ensino remoto em suas práticas pedagógicas no que se refere ao acesso aos meios tecnológicos. É fato que nem todos os professores possuíam domínio na utilização de tecnologias de informação e comunicação, como computadores e notebooks (SANTOS; ZABOROSKI, 2020).

É verdade que não apenas muitos professores possuíam baixos domínios tecnológicos. O Programa Todos Pela Educação, através da pesquisa realizada pelo CETIC (Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação), constatou a existência de uma dificuldade na acessibilidade dos brasileiros, em geral, à internet, posto que, mesmo havendo um alto índice de indivíduos que possuem acesso à internet nos dias

atuais, esse acesso ainda é de baixa qualidade, não sendo suficiente para atender às demandas que a modalidade de ensino remoto propõe (CIEB, 2020).

Assim, as dificuldades de acesso a meios tecnológicos não se refere apenas aos docentes, expandindo-se para a comunidade brasileira em geral, prejudicando também boa parte do alunado. Os discentes foram duplamente atingidos, tanto pela falta de preparo dos professores quanto pelas suas próprias dificuldades, uma vez que, muitos alunos, em especial, aqueles que fazem parte das famílias de baixa renda, mais vulneráveis, não possuíam acesso às ferramentas necessárias para o ERE, como dito pelo programa Banco Mundial (2020). Contudo, é visto que essa não se trata de uma questão atual, já que, no Brasil, o acesso à internet varia de acordo com a classe social dos indivíduos:

Sobre acesso à internet, o Brasil tem hoje situação em que 67% dos domicílios possuem acesso à rede, sendo esse percentual muito diferente entre classes sociais: 99% para aqueles da classe A, 94% na B, 76% na C e 40% na DE, como apresentado no quadro a seguir. Para os domicílios que não têm atualmente acesso à internet, o motivo mais apontado como o principal pelo não acesso é o alto custo (27%), seguido do fato de os moradores não saberem usar a internet (18%). Dados como esses indicam a necessidade de se flexibilizar a disponibilização de internet às comunidades mais vulneráveis enquanto a situação de distanciamento social se fizer necessária, para tentar elevar o acesso de estudantes à rede e buscar reduzir potenciais efeitos na desigualdade educacional (CETIC, 2018).

Assim, os problemas de acesso caracterizam-se, principalmente, pela falta de preparo (estrutural, operacional e econômico) dos docentes, discentes e dos pais e/ou responsáveis. Sendo essa a realidade, sobretudo, dos estudantes de baixa renda, ampliando, assim, as disparidades educacionais existentes.

Diante dessa questão, os alunos foram diretamente afetados no processo de ensino-aprendizagem, já que durante o ensino remoto foram utilizadas plataformas online, como o *Google meet* e *Google classroom*, através das quais as aulas ocorreram tanto sincronamente - em tempo real - quanto assincronamente - que não ocorre em tempo real, posto que as atividades avaliativas, leituras complementares e outros materiais educativos eram inseridos sem as aulas estarem ocorrendo (DOLABELLA *et al.*, 2021).

Desse modo, é essencial que haja a compreensão das dificuldades proporcionadas pelo ensino remoto emergencial e o entendimento que essa situação gerou um estresse emocional, tanto nos docentes como nos discentes, como confirma Cipriano e Almeida (2020):

É importante salientar que as dificuldades apresentadas no ensino remoto são de certa forma um catalisador do estresse emocional nas duas categorias que fazem parte da escola, educador e aluno, discute-se até certo ponto as dificuldades de acessibilidade e questões outras relacionadas ao ensino remoto promovem indícios claros de ansiedade, cansaço mental, privação do sono e afins (CIPRIANO; ALMEIDA, 2020 p.4).

Assim sendo, fica evidente que os efeitos da pandemia para os alunos não ficaram limitados apenas ao ensino e à aprendizagem, eles perpassam as questões educacionais, sendo a saúde mental dos discentes mais afetada durante o ensino remoto e no período da pandemia (LEMO; SARLO, 2020). Possivelmente, isso se deve ao fato de que os estudantes tiveram sua rotina alterada drasticamente em um curto período de tempo e mudanças desse nível nem sempre são entendidas pelo cérebro humano como algo bom. De acordo com Falkenberg (2014) *apud* Lemos e Sarlo (2020, p.25), “é muito comum diferença de humor e no comportamento do aluno quando ele passa por uma mudança repentina em sua vida diária”, o que pode ocasionar efeitos mais graves e complexos, principalmente, para crianças e adolescentes que ainda estão na fase de desenvolvimento físico e psíquico.

O fechamento das instituições de ensino decorrente do distanciamento social impactou diretamente nas relações interpessoais e na sociabilidade, sendo as crianças e os adolescentes os mais prejudicados, visto que crianças e adolescentes não possuem, geralmente, maturidade psíquica para lidar com a dimensão de uma emergência de saúde pública como a pandemia do covid-19 e com seus impactos em todos os âmbitos.

Pensa-se, ainda, que o ensino remoto tem causado uma quebra nos vínculos sociais, por ser inviável a interação entre professor-aluno e entre o aluno e seus colegas, como ocorria no formato presencial. Com efeito, a diminuição das interações sociais mais intensas e o aumento das vulnerabilidades emocionais contribuem para os impactos na saúde mental (VASQUEZ; CAETANO; SHLEGEL; LOURENÇO; NEMI; SLEMIAN; SANCHEZ, 2021).

É evidente, diante do exposto, que interromper as relações interpessoais presencialmente pode comprometer crianças e adolescentes em suas vidas. Ademais, outra problemática atrelada ao ensino remoto em tempos de pandemia é que as opções pedagógicas das escolas e universidades podem estar contribuindo para o uso exacerbado da internet, visto que o que antes era utilizado para lazer e atividades mais esporádicas, tornou-se o próprio ambiente escolar, o meio em que são realizadas as demandas escolares. Por conseguinte, os adolescentes têm passado maior tempo em frente a telas, podendo ocasionar consideráveis prejuízos à saúde mental por conta dessa exposição (SILVA; ROSA, 2021).

O distanciamento social, indiscutivelmente, tem trazido inúmeras mudanças e possibilidades no que se refere à educação, tornando-a, de certa forma, um desafio para os atores imersos nesse cenário: professores, estudantes e familiares. Assim sendo, apesar de estratégias de ensino à distância terem sido desenvolvidas e postas em prática como um meio de suma importância para amenizar os impactos provocados pelo isolamento social, é perceptível que grandes e diversas lacunas não foram preenchidas, não apenas no que se refere à aprendizagem. É importante perceber, também, que a pandemia tem se mostrado responsável por efeitos adversos associados ao bem-estar físico e emocional, podendo ocasionar prejuízos a longo prazo, como ansiedade e depressão para os estudantes. Como mencionado por Silva e Rosa (2021):

Além das preocupações com a própria saúde, os estudantes tiveram que lidar com a ruptura da rotina pessoal e com incertezas relacionadas à continuidade do percurso acadêmico. Em suma, essa emergência de saúde pública gera medo e pode desencadear maior desconforto emocional e consequências psicológicas, que vão desde respostas de angústia, como ansiedade, depressão, e abuso de substâncias, até mudanças comportamentais, como dificuldade para dormir e alterações alimentares (SILVA; ROSA, 2021, p.194).

Desse modo, considerando os impactos do isolamento social e do ensino remoto, que afastou os alunos de sua rotina escolar, os efeitos sobre crianças e adolescentes ainda são imensuráveis e, em alguns pontos, desconhecidos. Por isso, uma pesquisa visando investigar os fenômenos relacionados a esse contexto e sua implicação na saúde mental dos estudantes da educação básica, mostra-se de fundamental importância, o que estimulou o interesse pela realização desta pesquisa.

### **3 METODOLOGIA**

#### **3.1 Caracterização da pesquisa**

O presente trabalho foi realizado com o apoio do programa institucional de bolsas de iniciação científica (PIBIC) da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), trata-se de um estudo de campo, do tipo descritivo e de natureza qualitativa-quantitativa, uma vez que a

preocupação foi analisar e descrever o fenômeno observado por meio da coleta de dados narrativos e estatísticos.

### 3.2 Universo e Amostra

O universo do estudo foi composto por alunos que vivenciaram o ensino remoto durante a pandemia do COVID-19. A amostra foi composta por 17 alunos de uma Instituição Escolar da Rede Estadual de um município da Paraíba (PB). Os critérios de inclusão da amostra foram: discentes do sexo feminino e masculino, com idade entre 14 e 17 anos, matriculados do 8º ano do Ensino Fundamental ao 3º ano do Ensino Médio, que possuíam vínculos com a escola pública, que não tivessem sido diagnosticados com quadros de depressão e ansiedade anteriormente ao ensino remoto emergencial, que obtiveram autorização dos responsáveis para participar da pesquisa por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre Esclarecido – TCLE, que concordaram em participar da pesquisa através do Termo de Assentimento Livre Esclarecido. Os critérios de exclusão da amostra foram: alunos que não tiveram autorização ou que se negaram a participar da pesquisa, sem vínculos com escolas públicas e que tinham histórico de depressão e/ou ansiedade diagnosticado anteriormente à pandemia.

### 3.3 Instrumentos de Coleta de Dados

Para a coleta de dados foram utilizados três instrumentos de pesquisa, a saber: o Inventário de Depressão Infantil (CDI), o Inventário Beck de Avaliação da Ansiedade (BAI) e uma entrevista semiestruturada.

O Inventário de Depressão Infantil foi desenvolvido por Kovacs (1983), nos Estados Unidos. Trata-se de um instrumento que surge a partir de uma adaptação do Inventário de Depressão de Beck (BDI), que possui aplicabilidade em adultos. O Inventário de Depressão Infantil visa averiguar a existência e o grau de severidade dos sintomas depressivos em crianças e adolescentes com idade média entre 7 e 17 anos de idade, e é formado por 27 itens que abrangem aspectos cognitivos, comportamentais, afetivos e somáticos. No Brasil, o CDI foi traduzido e adaptado por Gouveia *et al* (1995).

No Inventário de Depressão Infantil, cada item possui uma variação de alternativas, sendo: 0 (ausência de sintomas), 1 (presença de sintomas) e 2 (gravidade dos sintomas), que buscam analisar a alternativa que representa de forma mais significativa sentimentos observados no adolescente nas últimas duas semanas (Coutinho *et al.*, 2008). Para avaliar o resultado e a severidade do quadro depressivo, observa-se o somatório dos escores individuais dos itens e caso a soma dos escores obtenha pontuação igual ou superior a 17 pontos há um indicativo de quadro depressivo (CRUVINEL; BORUCHOVICT; SANTOS, 2008).

Já o Inventário Beck de Avaliação da Ansiedade (BAI) consiste em uma escala de auto-relato, que busca averiguar sintomas de ansiedade e sua intensidade. O questionário é constituído por 21 itens de múltipla escolha de sintomas comuns de ansiedade como, por exemplo, sudorese, sentimentos de angústia e de medo (BECK; STEER, 1993). Diante disso, o sujeito deve assinalar aqueles identificados como presentes em si.

Cada pergunta do Inventário Beck de Avaliação da Ansiedade (BAI) apresenta uma escala de 4 pontos que refletem níveis de intensidade do sintoma, sendo, pois: 1. Absolutamente não; 2. Levemente: não me incomodou muito; 3. Moderadamente: foi muito desagradável, mas pude suportar; 4. Gravemente: dificilmente pude suportar. A BAI pode ter um resultado máximo de 63 e a soma total permite a classificação em níveis de intensidade da ansiedade. O indivíduo possui grau mínimo de ansiedade quando denota escores de 0 a 7; a

classificação para ansiedade em nível leve, ocorre para escores de 8 a 15; ansiedade moderada, de 16 a 25; e grave, para escores de 26 a 63 (CUNHA *apud* PACE, 2013).

Somando a isso, foram realizadas Entrevistas Semiestruturadas com perguntas que versavam sobre diversos aspectos: dados sociodemográficos, mudanças na rotina advindas com a pandemia, vivências subjetivas e avaliação da aprendizagem no período do ensino remoto, atividades realizadas durante o isolamento social e tempo de exposição a telas.

As Entrevistas Semiestruturadas foram aplicadas através de conversas informais, de modo a coletar os dados pretendidos para que, por meio da familiarização, se averiguasse os impactos do isolamento social, buscando captar a subjetividade do indivíduo.

### **3.4 Procedimentos metodológicos**

Inicialmente, foi marcado um encontro com os estudantes para apresentar a pesquisa e identificar os interessados em participar da investigação. Posteriormente, diante do consentimento dos possíveis participantes, foi feito contato com o responsável legal do aluno a fim de obter a assinatura do Termo de Consentimento Livre Esclarecido para que, desse modo, a pesquisa pudesse ser feita a partir da aplicação dos instrumentos de pesquisa – Inventários e Entrevista Semiestruturada. Ao iniciar a aplicação dos instrumentos de pesquisa, o pesquisador ficou encarregado de explicar o objetivo do estudo, sua metodologia, a possibilidade de desistência em qualquer etapa da pesquisa, assim como de garantir a confidencialidade dos dados dos participantes. A exposição foi realizada de forma adequada para o entendimento do participante.

Em alguns casos, houve a impossibilidade de um encontro presencial, devido ao cenário da pandemia, considerando que alguns alunos estavam em isolamento. Nessas situações, os instrumentos foram aplicados de maneira online, sendo utilizado uma ferramenta de pesquisa disponível na internet, bastante utilizada para elaborar questionários digitais, denominada *Google Forms*, visto que a coleta de dados é realizada de maneira online, possibilitando um acompanhamento das informações. O Termo de Consentimento Livre Esclarecido também foi disponibilizado, sendo necessário que os responsáveis concordem para que a aplicação dos Inventários e a Entrevista fossem viabilizados. Dessa forma, os indivíduos só responderam aos instrumentos quando concordaram em participar da pesquisa.

### **3.5 Posicionamento Éticos**

A coleta de dados foi efetuada após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa, sob o número (5.315.941), seguindo os preceitos éticos de acordo com a Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde, que busca garantir o respeito pela dignidade humana e a proteção devida aos sujeitos envolvidos em estudos investigativos, preservando os dados e a confidencialidade pela participação em todos os momentos da pesquisa científica (BRASIL, 2012).

### **4.6 Tratamento dos dados**

Após a coleta, os dados foram expostos em planilha eletrônica do Excel 2013 e transferidos para o pacote estatístico SPSS (Statistical Package for Social Sciences) – versão 18.0, onde foram contabilizados e analisados, tanto os dados do Inventários quanto os da Entrevista Semiestruturada. Os resultados foram avaliados através de análises paramétricas e não paramétricas, conforme a normalidade dos dados. Ademais, foi realizada análise

descritiva e analítica de acordo com as variáveis obtidas. O nível de significância considerado é de 5% ( $p < 0,05$ ).

A análise do material proveniente das Entrevistas Semiestruturadas foi feita a partir da técnica de análise de conteúdo de Bardin, que permite a compreensão crítica do sentido das comunicações, do seu conteúdo. A partir do material coletado foi realizada a constituição do corpus, leitura flutuante, decomposição do corpus e codificação dos temas, categorização do material analisado que neste estudo foi organizado em categorias empíricas. Percepções dos discentes acerca do ensino remoto; alterações na rotina e na qualidade do sono; ampliação do tempo de tela, isolamento social e sobrecarga durante o ensino remoto.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Diante do cenário da pandemia, a necessidade de reconfigurar o processo de ensino aprendizagem surgiu de maneira rápida e inesperada e, com isso, algumas problemáticas foram inevitáveis como os impactos apresentados na saúde mental dos estudantes. A partir da pesquisa, foi possível destacar determinadas variáveis relacionadas ao aparecimento de quadros de ansiedade e depressão nos estudantes durante a pandemia, entre elas: o uso exacerbado de telas, alteração da rotina e qualidade do sono, ausência das interações sociais e ambiente inadequado de estudos. Esses fatores, por sua vez, contribuíram não somente para o desenvolvimento de sintomas no âmbito psicológico, como também para uma defasagem do processo de ensino e aprendizagem, fazendo com que a maior parte dos discentes entrevistados tivessem uma percepção negativa acerca do ensino remoto.

### 4.1 Percepção dos discentes acerca do ensino remoto

Diante das problemáticas, segundo os entrevistados, as vivências do ensino remoto, de modo geral, não foram positivas. A maioria dos discentes às avaliou negativamente quando teve de responder à pergunta: “Como tem sido o ensino remoto para você?”. Alguns dos termos utilizados para definir as aulas online foram: difícil, complicado, ruim, chato, etc. Somado a isso, os alunos demonstram a emergência de sentimentos negativos, como tristeza e desânimo, influenciados pela experiência obtida durante a pandemia:

*“Bem ruim, pois eu não consigo aprender direito e isso deixa a gente um pouco triste, agonia”.*

*“Acho que não aprendi muito não e muitas pessoas também não, pelo que vejo”.*

Este dado se coaduna com a pesquisa de natureza quantitativa de Médici, Tatto e Leão (2020), cujo objetivo foi identificar as percepções dos discentes sobre o ensino remoto, na qual a maior parte dos estudantes oriundos de escola pública qualificou essa modalidade de ensino como regular ou péssima.

A avaliação dos estudantes entrevistados acerca da qualidade da sua aprendizagem no ensino remoto foi desoladora. Ao lembrar o seu processo de aprendizagem, os adolescentes relatam uma apropriação insatisfatória dos conteúdos, o que gerou sofrimento psíquico com repercussões nocivas ao seu autoconceito, ocasionando insegurança com relação a sua capacidade intelectual.

*“No começo foi ruim demais de me adaptar, eu me sentia muito burro, porque não entendia nada das aulas, nada do que os professores falavam eu aprendi, eles também não se interessavam muito em dar aula direitinho não. As tarefas mesmo eu não conseguia fazer nada, chorava e tudo”.*

*“Acredito que isso é algo ruim pra gente, a pessoa vendo que não tá aprendendo muito fica desmotivado e triste.”*

Os alunos trouxeram como tema importante a dificuldade de aprendizagem associado a uma falta de acompanhamento mais próximo por parte dos professores, como ocorria no ensino presencial. Eles também afirmam que tinham receio em participar das aulas, não sabiam quando poderiam interferir ou não e tinham vergonha de abrir a câmera e o microfone para interação. Isso indica que nem sempre os objetivos do processo de ensino e aprendizagem foram atendidos, pois para que haja esse processo deve haver uma interação entre aquele que ensina e aquele que aprende. Não havendo essa interação, os entrevistados mostraram o quanto isso os prejudicou, através de suas falas:

*“Muita coisa não aprendi”.*

*“Quando tinha dúvidas procurava tudo no google para as atividades, não me sentia confortável para perguntar na aula”.*

Em contrapartida, um número reduzido de alunos (dois dos dezessete entrevistados) não caracterizaram o ensino remoto como algo negativo, demonstrando uma adaptação ao método de ensino e considerando que não houve prejuízos ao ensino e aprendizagem. Os discentes que apresentaram tais colocações afirmaram ter, contudo, ambiente adequado de estudos, lugares fixos e sem incômodo e demonstraram ter apoio familiar e dos amigos. Estes informaram que, apesar de ajudarem em casa, podiam priorizar seus estudos.

*“O ensino remoto foi complicado a princípio, principalmente por se tratar de um período de adaptação ao novo. Porém, consegui me adaptar e incluir na minha rotina esse novo meio de conhecimento”.*

*“Acredito que o ambiente foi adequado diante das minhas necessidades, pois consegui me organizar e estudar o que precisava”.*

*“Eu consigo fazer sempre as demandas sozinha, mas caso necessite de apoio, tenho familiares e amigos a quem eu posso recorrer”*

*“Tive mais tempo para me dedicar, pois ficava bem mais em casa. Antes, saía bastante, gastava muito tempo andando, na padaria ajudando os meus pais e com a pandemia consegui ficar mais em casa e acabou sendo algo positivo nesse sentido”*

Mesmo trazendo essa capacidade de adaptação e resiliência em meio ao período de pandemia, ao fazer comparação com o ensino presencial, poucos alunos disseram que nessa modalidade conseguiam ser muito melhores. Além disso, de acordo com os instrumentos aplicados, um deles ainda apresentou quadro de ansiedade relacionado ao período de pandemia. É possível se concluir, assim, que por mais que considerem a presença de pontos positivos, estes não superam o ensino presencial e os impactos negativos do ensino emergencial não podem ser negligenciados.

## **4.2 Ampliação do tempo de telas**

Pode-se perceber que o fechamento das escolas e o comprometimento de outras fontes de gratificação, tais como, as interações sociais com seus pares, contribuíram para uma ampliação significativa do tempo de tela. Se por um lado o uso dos celulares e computadores favoreceu a interação durante o isolamento social, servindo como uma rede de apoio entre os pares, por outro, aumentou disparadamente os prejuízos ocasionados pelo contato exacerbado com as telas, como exposto pelos entrevistados:

*“Estudei, assisti e fiquei muito tempo nas redes sociais, no instagram, no youtube”.*

*“Na pandemia eu passava a maior parte do meu dia com contato com aparelhos, o que também foi uma mudança na minha rotina, já que com as aulas presenciais eu passo pouco tempo, apenas utilizo a noite, e arrisco dizer que isso foi um dos grandes pontos negativos dessa época que vivemos.”*

“Maior parte do meu dia com contato com aparelhos. Muito tempo, muito tempo mesmo. Minha miopia subiu para 2 e meio durante esse tempo pelo uso de telas. A maior parte do tempo, quase o dia todo 15h por dia. A gente estudava pelo computador e depois tudo que fazia até pra se divertir, era nele também, antes eu não passava tanto tempo assim, mas depois da pandemia meu uso aumentou muito”.

Com efeito, na pandemia do COVID-19, houve um aumento do uso das telas, já que pessoas ao redor de todo o mundo foram pressionadas a utilizar a tecnologia digital em ritmo e escala sem precedentes, já que todas as atividades, sejam elas laborais, educacionais ou de interação, passaram a ser realizadas por meio digital.

Um dos efeitos nocivos do excesso de tela foi identificado por Vasquez *et al.* (2021). Em sua pesquisa acerca das implicações da pandemia na saúde mental dos adolescentes, comprovou-se que a cada duas horas a mais de tela do que proposto pela Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) como o adequado, a pontuação para sintomas depressivos e de ansiedade foram, significativamente, expandidas. Outros autores, como Wong (2021), confirmam exatamente o que foi concluído ao afirmar que “com relação ao uso abusivo da Internet, este foi associado ao aparecimento de problemas de saúde física e mental, sendo percebidas comorbidades como: depressão, sobrepeso, dores de cabeça e nas costas, sono insuficiente.”

A pesquisa por Andrade *et al.* (2022) auxilia na compreensão dos motivos que constituíram essa correlação entre o emprego das telas e o aumento dos índices de ansiedade e depressão, com o enfoque dado às redes sociais, especialmente, ao aplicativo *Instagram* - rede social gratuita para compartilhamento de fotos e vídeos, e *Twitter* - rede social com objetivo primordial de compartilhamento de conteúdo e criação de comunidades. Isso porque, segundo os resultados da pesquisa, essas mídias provocam sentimentos de narcisismo, cancelamento ou a não aceitação dos usuários e comparação com a vida do outro, como, por exemplo, a comparação e o desejo de ter o padrão de vida do colega, trabalhar e ser produtivo como o colega ou, até mesmo, a comparação pelo consumo de conteúdos de blogueiras famosas e bem sucedidas - que mostram o corpo perfeito, a vida perfeita, e a partir disso começar a não se avaliar como bonita o suficiente, boa o suficiente etc. Assim, os adolescentes passaram a desenvolver baixa estima, a serem apresentados, constantemente, aos sentimentos de frustração e inferioridade e, conseqüentemente, apresentarem quadros psíquicos, como a depressão, conforme dito:

As plataformas sustentam um modelo de consumo que valoriza principalmente o narcisismo, estimulando a exposição de corpo perfeito, felicidade e sucesso, que, na maioria das vezes, é apenas um recorte da vida da pessoa, compartilhado em busca de aprovação social. Essas redes criam modelos de vidas perfeitas, o que pode causar sentimentos de inferioridade e frustração naqueles que não conseguem alcançar esse patamar. Dessa forma, esses fatores contribuem com os índices de depressão, ansiedade e baixa autoestima nos sujeitos expostos desmedidamente às redes sociais (ABJAUDE *et al.*, 2020).

O consumo desse modelo de conteúdo já era bastante crescente, assim como já provocava efeitos não benéficos, no entanto, com o isolamento social e a ampliação de tempo direcionado às redes, acredita-se que os impactos à saúde mental são, atualmente, ainda maiores (REISEN, *et al.*, 2021).

### **4.3 Alteração na rotina e qualidade do sono**

Uma variável que pode estar relacionada a emergência de sintomas de ansiedade e depressão relatada pelos adolescentes, diz respeito às mudanças bruscas na rotina, já que, além de ter causado o uso exagerado de telas, o distanciamento social resultou em uma diminuição da prática de atividade física, em horários de sono irregulares, na mudança,

inclusive, de alimentação, entre outras alterações de rotina consideradas não benéficas, afetando a saúde física e mental das crianças e dos adolescentes (GIARETA *et al.*, 2019).

Essa mudança de rotina como causador de problemáticas pode ser averiguado a partir de relatos dos próprios alunos, os quais descreveram a ausência na qualidade do sono e os prejuízos na saúde mental e no processo de ensino e aprendizagem, como apresentado a *posteriori*:

*“Eu não tinha um horário muito certo para dormir, geralmente, dormia bem tarde e acho que isso me atrapalhou bastante, pois tinha dificuldade de acordar cedo para as aulas, ficava com sono durante o dia e não conseguia manter uma concentração para os estudos”.*

*“Eu não conseguia dormir direito, isso me deixava angustiado por não conseguir fazer minhas tarefas no outro dia. Me sentia triste e me achava meio incompetente”.*

*“Acabou que tudo mudou, eu não conseguia seguir meus horários de antes, não conseguia estudar, não tinha concentração e foco, a escola passou ser algo que me deixava mal”.*

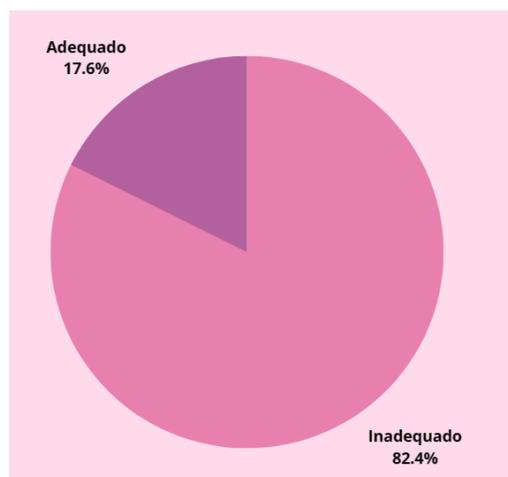
No que toca a fala dos estudantes, vale enfatizar a exposição acerca dos prejuízos no sono, já que de acordo com Coelho (2020), ter boa qualidade de sono é essencial para se ter uma saúde satisfatória e, conseqüentemente, a privação de sono pode contribuir para quadros de estresse, ansiedade e depressão, dado que, conforme escreveu a autora, inúmeros são “os benefícios proporcionados por um bom descanso durante o sono para o organismo das pessoas”. Assim, especialmente em tempos de pandemia, não ter uma qualidade de sono apresentou-se como coadjuvante no aparecimento de alterações nas funções biológicas, físicas e mentais, que foram, significativamente, afetadas (COELHO, 2020).

Somado aos prejuízos na qualidade do sono, os discentes afirmam, por meio das falas supracitadas, a presença de um desajuste na rotina no geral, não conseguindo se articular para organizar seus hábitos cotidianos e para se adaptar ao novo normal (COELHO *et al.*, 2020), o que, de acordo com eles, gerou angústia e ansiedade, sensação de incompetência e falta de concentração.

#### **4.4 Ambiente inadequado de estudo**

Além disso, outro contribuinte para o desgaste emocional do educando foi, justamente, o ambiente de estudo que era inadequado, visto que, apenas três alunos afirmaram ter um ambiente adequado para os estudos e os demais relataram uma dificuldade em ter um local que conseguisse realizar as atividades sem interferências, observa-se, este fato, através das falas e da imagem a seguir.

**Figura 1** - Representação gráfica da quantidade dos alunos que consideraram o ambiente de estudo adequado ou inadequado



Fonte: Elaborada pelo autor, 2023.

*“Às vezes as pessoas da minha casa atrapalham, ficam entrando e saindo do quarto, o que acaba tirando minha concentração na aula e nos estudos”.*

*“Ficava na sala, mas não era nada bom, pois existiam muitas pessoas no mesmo ambiente”.*

*“Na minha casa não tinha um lugar de estudos, então na hora da aula procurava um que tivesse menos gente para assistir a aula”.*

*“Não tinha um lugar específico pra eu estudar, sempre tinha que me deslocar e, além disso, nenhum desses lugares era de fato o adequado, sempre tinha gente, barulho ou quando era no quarto não tinha mesa, esse tipo de coisa”.*

*“O ambiente não ajudava muito, porque na escola a gente tava olhando pro professor e ele pra gente, tinha que prestar atenção. Em casa, se quisesse a gente deitava e até dormia (risos) e quando queria prestar atenção tinha o povo atrapalhando”.*

Na entrevista, diversos estudantes revelaram que não tinham acesso a um ambiente de estudo adequado e que assistir às aulas em casa era um dos fatores propícios à distração, causando uma dificuldade de adaptação. Essa dificuldade, de acordo com Medeiros e Bittencourt (2017), pode gerar sintomas psicológicos como a ansiedade. Os discentes tornam conhecido algo bastante em comum durante as falas, no que diz respeito ao fato de os pais, por estarem em casa, acreditavam que não estavam em aula e delegaram, dessa forma, atividades para realizarem no horário que deveriam está em aula.

Por isso, os alunos relataram que o período de aulas que ocorreu no âmbito doméstico trouxe prejuízos à aprendizagem, alegando que, por vezes, era impossível aprender em casa, pois não havia concentração, o que gerava aumento dos níveis de estresse, uma sensação de incapacidade e quadros de ansiedade. Tornou-se um ciclo vicioso não conseguir aprender, ficar ansioso e com altos níveis de ansiedade não apresentarem bom desempenho escolar, pois quanto maior a ansiedade do indivíduo, menor é a aprendizagem (MUNHOZ *et al.*, 2019). Por isso, acredita-se que os níveis de ansiedade e depressão foram contribuintes para a eficácia do processo de ensino-aprendizagem adequado.

No ambiente escolar, a ansiedade é um fator importante a ser considerado em relação à aprendizagem e ao fracasso diante da complexidade e da representatividade deste sentimento. Os níveis elevados de ansiedade têm efeitos negativos sobre o desempenho acadêmico, pois pode provocar distração, diminuindo a atenção e a capacidade do processamento da informação. Nesse sentido, a ansiedade tem sido apresentada como uma variável que possui associação negativa com o desempenho escolar, ou seja, em excesso, esse transtorno pode prejudicar o desempenho dos alunos na escola, acentua os conflitos com a família, conduz ao isolamento da criança ou adolescente (SOUZA, 2020).

Este aspecto, articulado a muitas outras variáveis como as citadas por Scarpellini (2021), a débil democratização digital, o comprometimento da segurança alimentar, contribuíram para potencializar as desigualdades educacionais experienciadas por adolescentes oriundos de classes sociais diferentes.

#### 4.5 Isolamento social

O empobrecimento das interações sociais vivenciadas pela privação do convívio com seus pares, emergiu nas falas dos participantes como mais uma variável que afetou o seu bem-estar. Congruente com a perspectiva de Scarpellini (2021) que identifica a escola como uma instituição estruturante da rotina, um espaço oportunizador das relações sociais, que atua na prevenção do adoecimento psíquico e contribui para a diminuição da emergência de sintomas depressivos e ansiosos.

*“Foi péssimo, foi motivo de me deixar triste”.*

Outros, concordaram com a afirmação:

*“Na escola a gente saía, conversava com os amigos, brincava um pouco, não ficava direto só sentado não, isso fez falta”*

*“A parte de perder o contato com os professores e amigos foi muito ruim”.*

É nessa etapa de desenvolvimento infanto-juvenil que a interação social se torna ainda mais indispensável, já que esse contato, com o ambiente familiar e escolar, acontece a construção da identidade do indivíduo, a partir dessas experiências o adolescente forma sua individualidade e subjetividade, bem como o crescimento biopsicossocial e cultural. Somado a isso, a relação entre grupo é de grande relevância para o adolescente corresponder a necessidade que tem do encontro com o outro. Na escola, sobretudo, é, prioritariamente, juntamente com âmbito familiar, onde estas trocas mais ocorrem, possibilitando que o indivíduo vivencie situações essenciais para esse desenvolvimento e sinta o coletivo (MORAES, 2022). Segundo Miriam (2006) *apud* Moraes (2022, p.16), “o adolescente que está inserido em um grupo de pares, demonstra um comportamento saudável e, ao contrário disso, pode caracterizar problemas, incluindo a depressão”.

Dada a importância das interações sociais, o isolamento social pode contribuir para esses sentimentos de tristeza e angústia entre os indivíduos e engendrar impactos inimagináveis, colaborando para depressão e até levar a óbito, como exposto pela falas dos alunos e como dito por Baumeister e Leary (1995) *apud* Coelho (2020):

O afastamento social pode trazer danos à saúde mental e física, ocasionando efeitos significantes ao estilo de vida, pois a interação com outras pessoas é indispensável ao ser humano, comparada ao consumo de alimentos e ao sono, que são necessidades básicas para a sua sobrevivência. A falta de contato com outras pessoas está associada a profundas consequências negativas relacionadas à saúde e, a longo prazo, pode levar até a mortalidade. O isolamento social possui impactos que vão além do estresse, pois as consequências da privação do contato com outras pessoas podem suprimir os estímulos fundamentais do desenvolvimento cerebral (COELHO, 2020).

#### 4.6 Sobrecarga durante o ensino remoto

É fato que o chamado dever de casa - exercícios/atividades pedagógicas produzidas e enviadas por docentes para os discentes para serem realizadas fora do ambiente da sala de aula (Franco, 2002), tem uma função no processo de formação de crianças e adolescentes. Este é considerado um dos dispositivos curriculares por meio dos quais a escola complementa

o trabalho pedagógico iniciado em sala de aula, servindo como um método de revisão e fixação dos conteúdos estudados, construção do hábito de estudo, identificação dos pontos de dificuldades dos discentes, (Carvalho, 2001), bem como, exerce a função de proporcionar uma interação entre a família e a escola, como afirmou Carvalho (2003) “o dever de casa pode servir como uma janela para olhar as relações família-escola e abordá-la de vários ângulos”. Somado a isso, Carvalho (2006) afirma que o dever de casa traz, ainda, contribuições de ordem psicológica e disciplinares, em suas palavras: “o dever de casa também encontra justificativas de ordem psicológica e moral: construção da independência, autonomia e responsabilidade do estudante através do desenvolvimento de hábitos de estudo e pontualidade”.

Sabendo da funcionalidade e importância do dever de casa, durante a pandemia do covid-19, professores de diversas as modalidades optaram por utilizá-la como um o recurso do processo de aprendizagem e como método para manter uma interação entre professor e aluno, dado que este era, na maioria das vezes, o único meio de se ter esse momento com o discente, como supracitado. No entanto, com a pesquisa realizada, foi possível identificar inúmeras críticas acerca dessas atividades. Os discentes trouxeram queixas relacionadas ao aumento significativo das atividades e afazeres, demonstrando haver uma sobrecarga, o que pode ser identificado pelas falas dos participantes:

*“O número de atividades aumentou muito, além disso, eu não entendia o assunto direito então ficava pior pra fazer essas atividades, isso me deixava triste, porque me sentia burra e insuficiente e sem motivação pra tentar melhorar”.*

*“Sobrecarregada, pois o número de atividades da escola aumentou durante o ensino remoto”.*

*“Ansioso quando o ano letivo estava acabando, pois tinha atividades pendentes devido o grande número de atividades que os professores passavam e não conseguia dar conta”.*

*“Passava mais tempo nessas atividades e mesmo assim não consegui aprender quase nada”.*

Depois de ouvir tal queixa de sobrecarga, foi questionado sobre o porquê desse acréscimo de atividades, visto que a quantidade de disciplina não havia sido alterada. Algumas explicações/justificativas foram dadas, a saber: Em primeiro lugar, pelo fato de não haver interação durante a aula - o que fazia com que o professor expusesse todo o conteúdo de forma mais rápida, pois faltava o retorno por parte do aluno; Essa falta de diálogo, de certa maneira, “obrigava” o professor a enviar atividade para o *Classroom* (ferramenta utilizada pela rede estadual de ensino da Paraíba) a cada término da aula - algo que não acontecia, corriqueiramente, no ensino presencial; A falta do momento de interação na aula para tirar dúvidas não permitia que os alunos conseguissem realizar os exercícios a sós, pois o conhecimento não era suficiente. Essas situações geraram uma dificuldade, que gerou outra dificuldade, como o “efeito formiguinha”, isto é, a timidez dos alunos em participar das aulas, gerou dúvidas que por sua vez, levou a falta de conhecimento e compreensão dos conteúdos tratados, que culminou nas pendências e, com efeito, na sobrecarga - muitas atividades a serem realizadas (como demonstrado na figura abaixo):

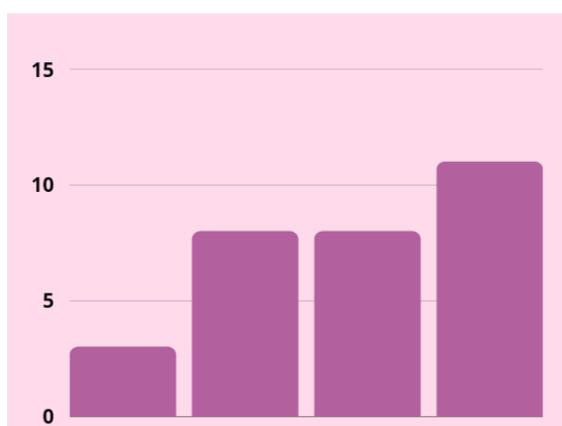
**Figura 2** - Ciclo ocasionado pelo ensino remoto de acordo com as considerações levadas pelos discentes



**Fonte:** Elaborado pelo autor, 2023.

Com isso, semanalmente os alunos tinham, em média, 16 atividades para realizar e quando não conseguiam acumulavam com as próximas, levando alguns deles pensarem na evasão escolar, por acharem que não iam dar conta das demandas, pois na aula presencial os alunos contavam com o auxílio do professor na sala, facilitando esse processo. Já no ensino remoto, mesmo que alguns professores se colocassem à disposição para ajudá-los, havia um certo receio em fazer isso, pois a timidez, a falta de concentração, o ambiente inadequado e outras variáveis atrapalhavam para solucionar essa problemática. Diante disso, ao serem questionados acerca de como se sentiram no ensino remoto, 11 alunos afirmaram SOBRECARGA, 3 TRISTEZA, 8 DESMOTIVAÇÃO e 8 afirmaram ter o sentimento de ANSIEDADE, como mostra no gráfico:

**Figura 3** - Gráfico representando a quantidade de alunos que apresentaram sobrecarga, tristeza, desmotivação e ansiedade durante o ensino remoto



**Fonte:** Elaborado pela autor, 2023.

Vale ressaltar que esses dados, por sua vez, foram, até o momento, pouco analisados e descritos na literatura, ficando evidente a partir de uma busca no *google acadêmico* e na plataforma *scielo*, em que de dez artigos encontrados, apenas um se referia a sobrecarga e aos demais efeitos causados pelo número de atividades requisitadas durante as aulas online,

dificultando que haja uma discussão mais ampla acerca do assunto e mostrando a necessidade do trabalho em vigor. Em contrapartida, quando se refere a carga de fadada dos professores, há uma apuração enorme de produções científicas, que expõem os efeitos da pandemia na saúde mental desses professores, que tiveram os níveis de estresse, ansiedade e esgotamento, levando ao adoecimento em massa dessa classe de trabalhadores. Contudo, isso não aconteceu apenas com os professores, estes desenvolveram preocupações divergentes dos alunos, mas, sem dúvidas, todos foram afetados significativamente. Dessa forma, é importante que sejam mostradas e discutidas as problemáticas geradas para todos os grupos, não negligenciando nenhum tipo de sofrimento.

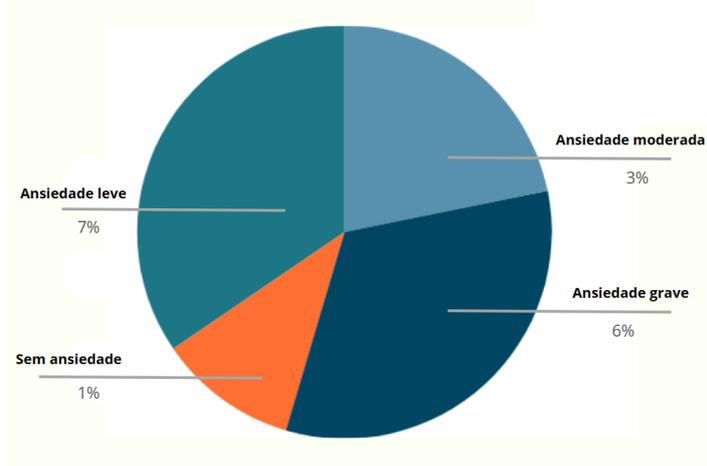
#### 4.7 Ansiedade e depressão: impactos no ensino remoto

La salud mental es el sustento que ayuda a los seres humanos a pensar, sentir, aprender, trabajar, entablar relaciones significativas y contribuir a las comunidades y al mundo. Es una parte intrínseca de la salud de cada persona y conforma una base sobre la que se construyen naciones y comunidades sanas.

Essa citação, feita pelo *Estado Mundial de la Infância*, publicado pela UNICEF em 2021, cujo objetivo é “*profundizar en el conocimiento de los principales problemas que afectan a la infancia y promover soluciones que mejoren la vida de los niños, las niñas y los adolescentes*” traz, justamente, a reflexão de como os efeitos negativos e os eventos adversos que sofrem os indivíduos - os quais afetam a saúde mental - afetam todo o funcionamento natural do ser humano. Diante disso, é possível afirmar que não foi diferente com a intercorrência do isolamento social devido a pandemia do COVID-19, que afetou, indiscutivelmente, a saúde mental da população e, conseqüentemente, o processo de ensino e aprendizagem de crianças e adolescentes. No entanto, para que essa hipótese fosse, de fato, verificada foi necessário a aplicação de instrumentos para compreensão quantitativa dos efeitos da alteração da saúde mental no contexto do processo de ensino e aprendizagem.

Assim, por meio da aplicação dos instrumentos e questionários, bem como das discussões elaboradas diante das amostras, fica evidente que, realmente, houve um aumento nos níveis de ansiedade e depressão, o que pode ser comprovado com os resultados da pesquisa. De acordo com a amostra, apenas um aluno não apresentou quadro ansioso, de dezessete alunos entrevistados, sete apresentaram ansiedade leve, três moderada e seis grave.

**Figura 4** - gráfico representando os quadros de ansiedade

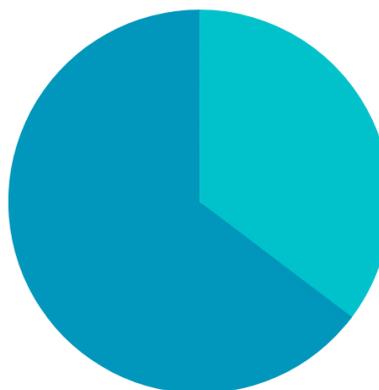


Fonte: Elaborado pelo autor, 2023.

Os alunos que apresentaram quadros referentes à ansiedade apresentaram sintomas de ordem fisiológica, cognitiva e emocional. Estes afirmaram a presença de alterações físicas, como: taquicardia, desconforto abdominal, sensação de desmaio, dispneia, dormência, formigamento, fadiga, medo excessivo, tremores, insônia, entre outros. Nos casos graves, o medo em excesso foi a variável que mais apareceu. O medo em excesso trata-se de um dos sintomas que mais aparece na ansiedade, fazendo com que o surgimento, em maior escala, dessa variável não seja surpreendente, no entanto, acredita-se que a mesma tem ligação direta com o contexto vivenciado, pois como estabelece Lenhardtk e Calvetti (2017, p.3) “a ansiedade está tomando uma proporção cada vez maior, devido às mudanças que vem acontecendo constantemente no mundo e as influências atuais que estão relacionadas diretamente a vida pessoal dos indivíduos.”

No que diz respeito aos quadros depressivos, esse número foi reduzido em relação ao índice de estudantes que desenvolveram ansiedade, nesse caso, seis estudantes do total da amostra passaram a sofrer com a depressão. Ou seja, o número de estudantes com ansiedade devido ao isolamento social foi significativamente maior do que em relação ao índice de depressão. No entanto, mesmo sendo um índice menor, os quadros de depressão identificados obtiveram pontuações para ser classificados como graves, não havendo quadros leves ou moderados. Foi possível verificar, ainda, que há uma associação entre ansiedade e depressão, já que os indivíduos com pontuações mais elevadas, segundo as escalas, para depressão, também apresentaram ansiedade.

**Figura 5** - Gráfico representando os quadros de depressão



**Fonte:** Elaborado pelo autor, 2023

Os estudantes que apresentaram um desenvolvimento nos níveis de ansiedade e depressão mais elevados foram aqueles que cumpriram com maior responsabilidade o isolamento social em comparação com os que tinham contato com pessoas próximas ou familiares. Outro fator importante é que os indivíduos cuja saúde mental foi mais afetada pelo isolamento social e ensino remoto demonstraram uma susceptibilidade maior ao desenvolvimento de sintomas ansiedade e depressão anterior ao contexto pesquisado, provavelmente o recrudescimento desses sintomas foi desencadeado, pelas implicações oriundas da pandemia. Consoante afirma outros estudos realizados Brooks, *et al.*, (2020) *apud* Fogaça *et al.*, (2021):

Pessoas que precisam respeitar o distanciamento social apresentaram maiores prevalências de depressão e de ansiedade, comparadas aos não afetados pela medida. As pesquisas apontam que indivíduos com transtornos mentais tendem a apresentar

níveis mais elevados de estresse e sofrimento psicológico durante a quarentena provocada pela COVID-19, comparados a pessoas sem esses transtornos, em decorrência tanto da maior vulnerabilidade psíquica como de outros fatores; por exemplo, a dificuldade de acesso a tratamento durante a pandemia (Brooks, et al., (2020) apud Fogaça et al., (2021).

Somado a isso, ainda sobre o viés das discussões publicadas pelo *Estado Mundial de la Infância*, em 2021, acerca da potencialidade de eventos mundiais enquanto fator contribuinte para efeitos na saúde mental dos indivíduos, a saúde mental dos jovens e adolescentes está relacionada não apenas a sua subjetividade, mas, também, com às circunstâncias que estão inseridos, assim como foi escrito: “Si la pandemia nos ha enseñado algo es que nuestra salud mental es profundamente sensible al mundo que nos rodea”.

## 5 CONCLUSÃO

A presente pesquisa teve como objetivo investigar as vivências subjetivas relacionadas ao ensino remoto decorrente do isolamento social e sua implicação na saúde mental dos estudantes da educação básica. Os dados indicaram efeitos nocivos à saúde mental dos estudantes decorrentes da pandemia da covid-19, posto que níveis preocupantes de ansiedade e depressão foram identificados em uma parte dessa população.

No entanto, o fenômeno pandêmico não foi vivenciado de uma maneira homogênea, pois variáveis individuais, como a habilidade do indivíduo de lidar com uma situação de tal natureza, traços da personalidade, suporte social e as condições objetivas de vida são fatores importantes que refletiram na maneira dos sujeitos lidarem com a situação.

Além disso, foi possível verificar que apesar da importância do uso da tecnologia para a educação, tratando-se da experiência com ensino remoto, a pesquisa mostrou que a percepção dos adolescentes em relação a essa modalidade foi bastante negativa. Mencionou-se uma aprendizagem insatisfatória dos conteúdos, que se tornou fonte de sofrimento psíquico com repercussões prejudiciais ao seu autoconceito, ocasionando inclusive insegurança em relação a sua capacidade intelectual. Os poucos estudantes que se adaptaram a esse sistema de ensino tinham acesso a condições ambientais favoráveis, local de estudos adequado, apoio social, possibilidade de priorizar seus estudos em detrimento de outras atividades.

Questões abordadas pelos estudantes como alterações substanciais na rotina, o uso excessivo de telas, mudança do padrão do sono ou diminuição das horas destinadas para dormir e privação social, têm uma relação estreita com o fechamento das instituições escolares, que possuem o papel de estruturar a rotina dos adolescente e propiciar a convivência com os seus pares. Assim, podem estar articuladas com a emergência da sintomatologia depressiva e de ansiedade.

Nesse sentido, os efeitos adversos da pandemia associados à saúde, bem-estar e aprendizagem já podem ser percebidos. Fica claro que as interrupções das aulas presenciais e a implementação rápida, inesperada e longa do ensino remoto resultaram em grave impacto na capacidade de aprendizado das crianças, além de efeitos emocionais – psicológicos - e físicos, provando que efeitos decorrentes da pandemia do COVID-19 tendem a perpassar o período pós-pandemia e atingir não apenas os estudantes, mas toda a sociedade. Desse modo, é de suma importância prosseguir nos estudos da temática a fim de continuar investigando quais são as consequências do ensino remoto na saúde mental dos estudantes da educação básica a longo prazo, tendo em vista que isso poderá ajudar na busca por alternativas para lidar com os problemas dele decorrentes.

Conclui-se, portanto, que a pesquisa mostrou-se essencial para o campo de estudo da psicologia, pois a análise proporcionou a construção de um entendimento acerca de que como o contexto da pandemia afeta o indivíduo, como a falta relacionamentos interpessoais presenciais, a quebra da rotina e o ensino remoto, podem influenciar na saúde mental dos sujeitos. Os resultados indicam a necessidade de implantação de programas de intervenção no âmbito escolar visando minimizar os danos causados pelo impacto do isolamento social, evitando o agravamento de um quadro que possa se instalar, atuando em uma perspectiva preventiva.

## REFERÊNCIAS

- BECK A.T; STEER R.A. **Beck Depression Inventory**. Manual San Antônio, TX: Psychological Corporation, 1993.
- BEHAR, Patrícia Alejandra. **O ensino remoto emergencial e a educação a distância**. Coronavírus, UFRGS, 06 jul 2020.
- BUENO, George Nunes. **Dependência da internet, ansiedade, depressão e o uso de substâncias psicoativas na adolescência tardia**. Universidade Federal do Espírito Santo, 2020.
- BRASIL. 2020. **Portaria n. 345**, de 19 de março de 2020. Brasília: Ministério da Saúde. Brasil registra 1.917 mortes por Covid em 24 horas; total passa de 516 mil. G1, 2021.
- Cetic (2018a). **Pesquisa TIC Domicílios 2018**. Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação.
- CIPRIANO, J. A.; ALMEIDA, L.C. **Educação em tempos de pandemia: análises e implicações na saúde mental do professor e aluno**. CONEDU, 2020.
- CIEB. **Centro de Inovação para a Educação Brasileira**. Pesquisa analisa estratégias de ensino remoto de secretarias de educação durante a covid-19. 03 abril de 2020. Disponível em: <  
<https://cieb.net.br/pesquisa-analisa-estrategias-de-ensino-remoto-de-secretarias-deeducacao-durante-a-crise-da-covid-19/>>. Acesso em: 26/08/202
- COELHO, Ana Paula Santos. Saúde mental e qualidade do sono entre estudantes universitários em tempos de pandemia da COVID - 19: experiência de um programa de assistência estudantil. **Rev. Research, Society and Development**, v. 9, n.9, e 943998074, 2020.
- CUNHA; SILVA; SILVA. O ensino remoto no Brasil em tempos de pandemia: diálogos acerca da qualidade e do direito e acesso à educação. **Rev. Com Censo**, v.7, n. 3, 2020.
- CRUVINEL; BORUCHOVICT; SANTOS. Inventário de Depressão Infantil: análise dos parâmetros psicométricos. **Rev. de Psicologia**, v.20, n.2, p.473-490, 2008.
- CRUVINEL. **Depressão Infantil, rendimento escolar e estratégias de aprendizagem em alunos do ensino fundamental**. São Paulo, 2003.

Decreto nº 9.057, de 25 de maio de 2017. (2017, 25 maio). **Regulamenta o art. 80 da lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional.** Diário Oficial da União, Brasília.

DELGADO, Amanda Izula Rosendo, et al. **O método de ensino remoto e seu impacto na saúde mental dos estudantes universitários diante do contexto da pandemia de COVID-19.** Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG, 2020.

DOLABELLA, Ana Clara. et al. **Desafios do ensino remoto emergencial.** CONCIÊNCIA, 2021.

FOGAÇA, Priscila Carvalho; AROSSI, Guilherme Anzilero; HIRDES, Alice. Impacto do isolamento social ocasionado pela pandemia COVID- 19 sobre a saúde mental da população em geral: Uma revisão integrativa. **Rev. Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, e52010414411, 2021.

GIARETTA, Gabriela Grande; TREVISANI, Julia Petry; BERNDSEN, Laura Pancotte; et al. Evaluation of the benefits and risks of the vegetarian diet: update on the topic versus common sense in times of post-truths. In: Benedito Rodrigues Da Silva Neto (ed.). **Rev. Prevenção e Promoção de Saúde**, v.7. 1. ed. [s.l.]: Atena Editora, 2019.

GOUVEIA, V. V., Barbosa, G. A., Almeida, H. J. F. & Gaião, A. A. (1995). **Inventário de Depressão Infantil - CDI: Estudo de Adaptação com Escolares de João Pessoa.** *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 44 (7), 345-349.

GOMES, V.T.S., et al. A Pandemia da Covid-19: Repercussões do Ensino Remoto na Formação Médica. **Rev. Brasileira de Educação Médica**, 2020.

KAZMI, S. S. H. COVID-19 e Lockdwon: a study on the mental health. SSRN, **Rev. This preprint research paper has not been peer reviewed**, abr., 2020.

LEMOS, Leila Maria Rainha; SARLO, Agna Lucia da Silva. Efeitos da alfabetização aplicada no ensino remoto durante a pandemia de covid-19: uma revisão literária. **Rev. Eletrônica Acervo Saúde**, v.13,2020.

LENHARDTK, G; CALVETTI, P. Ü. Quando a ansiedade vira doença? Como tratar transtornos ansiosos sob a perspectiva cognitivo comportamental. **Rev. Aletheia**, v. 50, n. 1 e 2, p. 111-122, 2017.

MARTINS, Diana Isabel Baltazar. **Depressão e Satisfação de vida em Crianças e Adolescentes Institucionalizados e Não Institucionalizados: Estudo comparativo.** Covilhã, 2012.

MIRANDA, C. A.; FERNANDES, I. K.; SENA, J.F.; MEDEIROS, L. P.; MEIRELE, P. F. **COVID-19: uso seguro de EPI.** UFRN - AVASUS, 2020.

MICHELIS, Gabriela Tacaci; GALVÃO, Julia; FREITAS, Samara Almeida; MURGO, Camélia Santana; BAPTISTA, Celeste Corral Tacaci Neves. Adaptação acadêmica e saúde

mental de estudantes de medicina na COVID-19: Estudo exploratório no Brasil. **Rev. Colloquium Humanarum**, Presidente Prudente, v. 18, p.159-170, jan/dez, 2021.

MÉDICI, Mônica Strege. et al. Percepções de estudantes do Ensino Médio das redes pública e privada sobre atividades remotas ofertadas em tempos de pandemia do coronavírus. **Revista Thema**, v.18, 2020.

MORAES, Camila Leidens. **O adolescente e seus relacionamentos entre iguais no cenário da covid-19**. Universidade de Caxias do Sul, 2022.

MEDEIROS, Palloma Prates; BITTENCOURT, Felipe Oliveira. Fatores associados à Ansiedade em Estudantes de uma Faculdade Particular. **Rev. Psic.** v.10, n. 33, Janeiro/2017.

MUNHOZ, Paula Gulart; BORGES, Gustavo da Rosa; STOELBEN, Júlia da Cunha; PETRY, Jonas Fernando. **O efeito da ansiedade sobre o desempenho acadêmico de alunos e o desempenho profissional de docentes e técnicos**. Colóquio internacional de gestão universitária, UFSC, 2019.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. **Portaria MEC nº 544, de 16 de junho de 2020**. Diário Oficial da União, edição 114, seção 1, p. 62, 17 jun. 2020.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. **Parecer CNE/CP Nº: 11/2020**. Aprovado em 07 jul. 2020.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. **Despacho MEC s/n de 8 de julho de 2020**. Diário Oficial da União, edição 130, seção 1, p. 129, 01 jun. 2020.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. **Retificação Parecer CNE/CP Nº: 11/2020**. Diário Oficial da União, edição 134, seção 1, p. 83, 15 jul. 2020.

NEUMANN, A. L. et al. **Impactos da pandemia do COVID-19 sobre a saúde mental de crianças e adolescentes: uma revisão integrativa**. Pandemias: impactos na sociedade, 2020.

PACE, Ana Beatriz Lisa. **Investigação dos níveis de ansiedade, estresse e depressão e sua associação com locus de controle e senso de coerência entre alunos de graduação em Odontologia**. FOP–Unicamp, Piracicaba – SP, 2013.

SANTOS; SILVA; BELMONTE. COVID-19: ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários. **Rev. Bras. Saude Mater. Infant.** n.21, 2021.

SANTOS; ZABOROSKI. Ensino remoto e pandemia covid-19: desafios e oportunidades de alunos e professores. **Rev. Interações**, n.55, pag. 41-57, 2020.

SCARPELLINI, Francesca et al, **Distance learning in Italian primary and middle school children during the COVID-19 pandemic: a national survey**, BMC Public Health, v. 21, n. 1, p. 1035, 2021.

SILVA, Antonio Luiz da; FERREIRA, Núbia Guedes de Barros. “Fique em casa”: saúde, política e economia no centro da pandemia. RBSE. **Revista Brasileira de Sociologia da Emoção**, v. 19,n. 55, abril de 2020.

SILVA, Simone Martins; ROSA, Adriane Ribeiro. O impacto do covid-19 na saúde mental dos estudantes e o papel das instituições de ensino como fator de promoção e proteção. **Rev. Práxis**, Novo Hamburgo, a. 18, n. 2, 2021.

SOUZA, Cleide Maria. **Ansiedade e desempenho escolar no ensino médio integrado**. Pouso Alegre: Univás, 2020.

REZENDE, Joffre Marcondes. **Epidemia, Endemia, Pandemia, Epidemiologia**. LinguagemMedica. v. 27. p. 153-155. Goiânia, 2010.

VASQUEZ; CAETANO; SHLEGEL; LOURENÇO; NEMI; SLEMIAN; SANCHEZ. **Vida em Escola e a saúde mental dos estudantes de escolas públicas durante a pandemia de Covid-19**, 2021.

WERNWCK, Guilherme Loureiro; CARVALHO, Marília Sá. A pandemia de CPVID-19 no Brasil: crônica de uma crise sanitária anunciada. **Rev. Saúde Pública**. V.5, n.36. Rio de Janeiro, 2020.

TWITTER. **Perguntas frequentes de novos usuários**. 2021.

INSTAGRAM. **O que é o Instagram?**. 2021

## **APÊNDICE A – TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

### **TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO Universidade Estadual da Paraíba Centro de Ciências Biológicas e da Saúde Departamento de Psicologia**

Prezado(a),

Você está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), da pesquisa, intitulada de “IMPACTOS DO ENSINO REMOTO NA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19”, que tem como objetivo averiguar os efeitos da pandemia na saúde mental dos estudantes privados das aulas presenciais, no município de Santa Luzia do Cariri-PB. A pesquisa está sendo desenvolvida pelo aluna do Curso de Psicologia, da Universidade Estadual da Paraíba, Vitória Feitosa de Brito, sob a orientação da Prof. Dr.<sup>a</sup> Diana Sampaio Braga.

Para participar desta pesquisa, o responsável por você deverá autorizar e assinar um termo de consentimento. Esclarecemos que sua participação é voluntária e será garantido sigilo de todos os dados de identificação frente a qualquer publicação ou informativo da pesquisa. A Resolução CNS 466/12 (V), considera que toda pesquisa envolvendo seres humanos envolve risco em tipos e gradações variados, com isso,

gostaríamos de esclarecer que este estudo oferece riscos mínimos, uma vez que será realizada a aplicação de questionários. No entanto, para minimizar os riscos, os pesquisadores não incluíram nos questionários os dados de identificação dos pesquisados, bem como se comprometem a preservar em local seguro o material coletado no estudo. Ainda assim, se você se sentir desconfortável ou constrangido em qualquer etapa desse estudo, o mesmo será interrompido imediatamente. Não é previsto que você tenha nenhuma despesa na participação desta pesquisa ou em virtude da mesma, todavia, caso você venha a ter qualquer despesa em decorrência de sua contribuição no estudo, será plenamente ressarcido.

Solicitamos sua permissão para apresentar os resultados deste estudo em eventos científicos e publicar em revistas científicas. Enfatizamos que por ocasião da publicação dos resultados, os dados e informações coletados serão mantidos em sigilo, preservando a sua privacidade.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido(a) e dou o meu consentimento para participação da pesquisa e para publicação dos resultados. Foi-me garantido que posso retirar o assentimento a qualquer momento, sem que isso me leve a qualquer penalidade. Este documento será emitido em duas vias que serão ambas assinadas por mim e pelo pesquisador, ficando uma via com cada um de nós.

Santa Luzia do Cariri, / /

---

Assinatura do participante

---

Assinatura do pesquisador

Contato com os pesquisadores:

Se houver qualquer dúvida sobre o estudo, o(a) senhor(a) poderá receber qualquer esclarecimento com os pesquisadores: Diana Sampaio Braga, pelo telefone: (083) 996593254 e email: [dianasbraga@yahoo.com.br](mailto:dianasbraga@yahoo.com.br) ou com Vitória Feitosa de Brito, pelo telefone (083) 998568418 e e-mail: [vivi.fb@outlook.com](mailto:vivi.fb@outlook.com).

Contato com o Comitê de Ética em Pesquisa – CEP/UEPB, 2º andar Sala 214, Prédio Administrativa Reitoria - Rua das Baraúnas, 351, Bairro Universitário – Campina Grande – PB, CEP. 58429-500, Fone: (83) 3315-3373.

## **APÊNDICE B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – PAIS E OU RESPONSÁVEL LEGAL**

### **TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO Universidade Estadual da Paraíba Centro de Ciências Biológicas e da Saúde Departamento de Psicologia**

Eu,

autorizo o meu(minha) filho(a)

a participar, como voluntário(a), da pesquisa, intitulada “IMPACTOS DO ENSINO REMOTO NA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19”, que tem como objetivo averiguar os efeitos da pandemia na saúde mental dos estudantes privados das aulas presenciais, no município de Santa Luzia do Cariri-PB. A pesquisa está sendo desenvolvida pelo aluna do Curso de Psicologia, da Universidade Estadual da Paraíba, Vitória Feitosa de Brito, sob a orientação da Prof. Dr.<sup>a</sup> Diana Sampaio Braga.

Esclarecemos que a participação do meu(minha) filho(a) é voluntária e será garantido sigilo de todos os dados de identificação frente a qualquer publicação ou informativo da pesquisa. A Resolução CNS 466/12 (V), considera que toda pesquisa envolvendo seres humanos envolve risco em tipos e gradações variados, com isso, gostaríamos de esclarecer que este estudo oferece riscos mínimos, uma vez que será realizada a aplicação de questionários.

No entanto, para minimizar os riscos, os pesquisadores não incluíram nos questionários os dados de identificação dos pesquisados, bem como se comprometem a preservar em local seguro o material coletado no estudo. Ainda assim, se ele(a) se sentir desconfortável ou constrangido em qualquer etapa desse estudo, o mesmo será interrompido imediatamente. Não é previsto que seu(sua) filho(a) tenha nenhuma despesa na participação desta pesquisa ou em virtude da mesma, todavia, caso ele(a) venha a ter qualquer despesa em decorrência de sua contribuição no estudo, será plenamente ressarcido.

Solicitamos sua permissão para apresentar os resultados deste estudo em eventos científicos e publicar em revistas científicas. Enfatizamos que por ocasião da publicação

dos resultados, os dados e informações coletados serão mantidos em sigilo, preservando a do seu(sua) filho(a) privacidade.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido(a) e dou o meu consentimento para que meu(minha) filho(a) participe da pesquisa e para publicação dos resultados. Foi-me garantido que posso retirar o consentimento a qualquer momento, sem que isso me leve a qualquer penalidade. Este documento será emitido em duas vias que serão ambas assinadas por mim e pelo pesquisador, ficando uma via com cada um de nós.

Santa Luzia do Cariri, / /

---

Assinatura do participante da pesquisa

---

Assinatura do pesquisador participante

Contato com os pesquisadores:

Se houver qualquer dúvida sobre o estudo, o(a) senhor(a) poderá receber qualquer esclarecimento com os pesquisadores: Diana Sampaio Braga, pelo telefone: (083) 996593254 e email: dianasbraga@yahoo.com.br ou com Vitória Feitosa de Brito, pelo telefone (083) 998568418 e e- mail: vivi.fb@outlook.com.

Contato com o Comitê de Ética em Pesquisa – CEP/UEPB, 2º andar Sala 214, Prédio Administrativa Reitoria - Rua das Baraúnas, 351, Bairro Universitário – Campina Grande – PB, CEP. 58429-500,Fone: (83) 3315-3373.

## **APÊNDICE C – QUESTIONÁRIO**

1. Idade

2. Escolaridade:

Ensino fundamental II

Ensino médio

3. Em sua rotina de estudos, o que mudou com a pandemia?
4. Como tem sido o ensino remoto pra você?
5. Geralmente, em que ambiente você tem realizado as atividades escolares?
- Possui um cômodo para as atividades
- Não possui um espaço fixo
- Possui um lugar fixo, no entanto, é compartilhado
6. Como você avalia seu ambiente de estudo?
- Adequado
- Inadequado
1. Como tem se sentido no ensino remoto?
- Bem       Mal       Sobrecarregado
- Ansioso       Triste       feliz
- motivado       desmotivado
- outros: \_\_\_\_\_
2. Como você avalia sua aprendizagem no ensino remoto?
3. Das alternativas abaixo qual você mais se identifica:
- Apenas estudo
- Estudo e trabalho
- Estudo e realizo atividades domésticas
4. Quais atividades você tem realizado nesse tempo de pandemia?
5. Quanto tempo, aproximadamente, você costuma passar em frente à telas (celulares, computadores, televisores e afins)?

#### **ANEXO A – INVENTÁRIO DE DEPRESSÃO INFANTIL-CDI**

1.  Eu fico triste de vez em quando
- Eu fico triste muitas vezes
- Eu estou sempre triste
2.  Para mim tudo se resolverá bem
- Eu não tenho certeza se as coisas darão certo para mim
- Nada vai dar certo para mim
3.  Eu faço bem a maioria das coisas
- Eu faço errado a maioria das coisas
- Eu faço tudo errado
4.  Eu me divirto com muitas coisas

- Eu me divirto com algumas coisas
- Nada é divertido para mim
- 5.  Eu sou mau de vez em quando
- Eu sou mau com frequência
- Eu sou sempre mau
- 6.  De vez em quando eu penso que coisas ruins vão me acontecer
- Eu tenho medo que coisas ruins me aconteçam
- Eu tenho certeza de que coisas terríveis me acontecerão
- 7.  Eu gosto de mim mesmo
- Eu não gosto de mim mesmo
- Eu me odeio
- 8.  Normalmente eu não me sinto culpado pelas coisas ruins que acontecem
- Muitas coisas ruins que acontecem são por minha culpa
- Tudo de mau que acontece é por minha culpa
- 9.  Eu não penso em me matar
- Eu penso em me matar, mas não o faria
- Eu quero me matar
- 10.  Eu sinto vontade de chorar esporadicamente
- Eu sinto vontade de chorar frequentemente
- Eu sinto vontade de chorar diariamente
- 11.  Eu me sinto entediado esporadicamente
- Eu me sinto entediado frequentemente
- Eu me sinto sempre entediado
- 12.  Eu gosto de estar com as pessoas
- Frequentemente eu não gosto de estar com as pessoas
- Eu não gosto de estar com as pessoas
- 13.  Eu tomo decisões facilmente
- É difícil para mim tomar decisões
- Eu não consigo tomar decisões
- 14.  Eu tenho boa aparência
- Minha aparência tem alguns aspectos negativos
- Eu sou feio
- 15.  Fazer os deveres de casa não é um grande problema para mim
- Com frequência eu tenho que ser pressionado para fazer os deveres de casa

- Eu tenho que me obrigar a fazer os deveres de casa
16.  Eu durmo bem à noite  
 Eu tenho dificuldades para dormir à noite freqüentemente  
 Eu sempre tenho dificuldades para dormir à noite
17.  Eu me canso de vez em quando  
 Eu me canso freqüentemente  
 Eu estou sempre cansado
18.  Alguns dias eu não tenho vontade de comer  
 Quase sempre eu não tenho vontade de comer
19.  Eu não temo sentir dor  
 Eu temo sentir dor com freqüência  
 Eu estou sempre temeroso de sentir dor
20.  Eu não me sinto sozinho  
 Eu me sinto sozinho com freqüência  
 Eu sempre me sinto sozinho
21.  Eu me divirto na escola freqüentemente  
 Eu me divirto na escola de vez em quando  
 Eu nunca me divirto na escola
22.  Eu tenho muitos amigos  
 Eu tenho muitos amigos mas gostaria de ter mais  
 Eu não tenho muitos amigos
23.  Meus trabalhos na escola são bons  
 Meus trabalhos na escola não são tão bons quanto eram antes  
 Eu tenho me saído mal nas matérias em que eu costumava ser bom
24.  Meu nível é tão bom quanto o das outras crianças  
 Meu nível pode ser tão bom quanto o das outras crianças, se eu quiser  
 Meu nível nunca é tão bom quanto o das outras crianças
25.  Eu tenho certeza que sou amado por alguém  
 Eu não tenho certeza se sou amado por alguém  Ninguém gosta de mim realmente
26.  Eu sempre faço o que me mandam

- ( ) Eu faço o que me mandam com frequência  
 ( ) Eu nunca faço o que me mandam

27. ( ) Eu não me comunico bem com as pessoas  
 ( ) Eu me envolvo em brigas frequentemente  
 ( ) Eu estou sempre me envolvendo em brigas.

### ANEXO B – INVENTÁRIO DE ANSIEDADE BECK – BAI

	<b>Absolutamente não</b>	<b>Levemente e Não me incomodou muito</b>	<b>Moderadamente e Foi muito desagradável, mas pude suportar</b>	<b>Gravemente e Dificilmente e pude suportar</b>
1. Dormência ou formigamento.				
2. Sensação de calor.				
3. Tremores nas pernas.				
4. Incapaz de relaxar.				
5. Medo de que aconteça o pior.				
6. Atordoado ou tonto				
7. Palpitação ou aceleração do coração.				
8. Sem equilíbrio.				
9. Aterrorizado.				
10. Nervoso.				
11. Sensação de sufocação.				
12. Tremores nas mãos.				
13. Trêmulo.				
14. Medo de perder o controle.				
15. dificuldade de respirar.				
16. Medo de morrer.				
17. Assustado.				
18. Indigestão ou desconforto abdominal.				
19. Sensação de desmaio.				
20. Rosto afogueado.				
21. Suor (não devido ao calor)				

### AGRADECIMENTOS

Ao meu Senhor Jesus, pelo Seu favor imerecido que me permitiu chegar até aqui. Não há dúvidas que não se trata de mérito, nem tampouco de sorte: é sempre pela Graça. Toda honra e glória seja dada àquele que é digno.

Aos meus pais, Simone e Macilon, que são minha motivação constante para prosseguir. Minha bússola e fortaleza. Aqueles que não medem esforços para que os meus sonhos sejam alcançados, que acreditam em mim mais do que eu julgo possível e por serem meus maiores admiradores. Vocês, que eu amo mais do que a mim mesma, são a razão e o porquê de todas as coisas. É tudo por vocês!

As minhas queridas irmãs, Cynthia e Lavinea, pela torcida e apoio incondicional. Vocês foram e são essenciais.

A Lucas, meu namorado e incentivador. Estou certa que não há palavras que descrevam, fielmente, a sua importância durante esse percurso. Obrigada por me impulsionar a atingir vãos cada vez mais altos. Essa conquista é nossa!

A minha orientadora, Diana Sampaio, por depositar em mim confiança e por proferir palavras de encorajamento, e, sobretudo, pelas contribuições e orientações que foram indispensáveis para a finalização deste trabalho. As professoras Regina e Livânia, pelo acolhimento e ensinamentos que foram além do âmbito profissional. Seria impossível atingir essa linha de chegada sem vocês!

A minha, eternamente, tia Keite, por sempre fazer o que está ao seu alcance para me ajudar.

Aos meus familiares e amigos, que não cabem nesta lista, mas, que, certamente sabem quem são, pelas contribuições, escuta e orações. Eu amo vocês!

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.



