



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

O bem-estar subjetivo da comunidade estudantil do IFB em tempos de pandemia

Fórum de psicólogos escolares do IFB:

Carlos Eduardo Paes Landim Ramos (Campus Samambaia)
Iasmin Santos da Rocha Pinto (Campus Brasília)
Josely Gomes Guimarães (Campus Riacho Fundo)
Lorena Silva Costa (Campus Planaltina)
Luísa Meirelles de Souza (Campus Estrutural)
Marina Lima Carvalho Branco (Campus Gama)
Raquel Ghetti Macedo Benia (Campus Ceilândia)
Valéria dos Santos Torres (Campus Recanto das Emas)
Vera Lucia Rial Gerpe (Campus São Sebastião)

Julho/2020



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Sumário

1. Introdução.....	3
2. Método	4
2.1 Instrumento	4
2.2 Procedimentos.....	5
2.3 Análise de dados	6
3. Resultados e discussão	6
3.1 Campus Brasília.....	6
3.2 Campus Ceilândia.....	16
3.3 Campus Estrutural.....	23
3.4 Campus Gama.....	31
3.5 Campus Planaltina	37
3.6 Campus Recanto das Emas	45
3.7 Campus Riacho Fundo.....	45
3.8 Campus Samambaia.....	53
3.9 Campus São Sebastião	58
4. Considerações finais.....	72
Referências	75



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

1. Introdução

A vivência da pandemia vai muito além dos cuidados com higiene, limpeza e protocolos de biossegurança para evitar a contaminação e disseminação da COVID-19. O aumento dos índices de violência doméstica, de conflitos familiares, de fragilização psíquica e de vulnerabilidade socioeconômica são alguns exemplos das consequências que precisam ser levadas em consideração quando se pensa nos impactos da pandemia na vida das pessoas. Longe de patologizar os processos subjetivos, é necessário compreender que os impactos psíquicos estão intimamente relacionados com o contexto de vida de cada um. Em outras palavras, apesar do contexto de pandemia estar para todos, a vivência e os impactos psíquicos serão diferentes, em especial no Brasil, em que a desigualdade social é profunda.

A saúde mental é diretamente influenciada por fatores socioeconômicos, biológicos e ambientais. Dentro de tais aspectos, fatores como condição socioeconômica, discriminação, condições estressantes de trabalho e de estudo, mudanças sociais bruscas, doenças físicas, violação de direitos humanos e situações de violência impactam negativamente na saúde mental das pessoas. Situando a questão da saúde mental em nossa realidade institucional, sabe-se que, para muitos estudantes do Instituto Federal de Brasília - IFB, o campus é um lugar de construção e inserção social, ou mesmo de refúgio psíquico de situações sociais e/ou econômicas de muita vulnerabilidade. Infelizmente, este importante fator de proteção para a saúde mental foi prejudicado pela recomendação de isolamento social, decorrente da pandemia.

O IFB, enquanto instituição de ensino, tem um corpo discente bastante diverso e heterogêneo, e compreender como o corpo discente vivencia a pandemia é uma etapa importante, que pode auxiliar nas decisões institucionais e em outras ações de cuidado em saúde mental. Nesse sentido, seria um equívoco considerar que proporcionar cuidados em saúde mental com os discentes é tarefa exclusiva dos profissionais da psicologia, uma vez que saúde mental é um campo de conhecimento e atuação técnica que centra esforços para potencializar fatores e recursos que resultem em bem-estar. E tais fatores e recursos estão, como já dito, presentes na rotina de cada um. É papel dos profissionais da psicologia destacá-los enquanto ferramentas



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

importantes nos cuidados com a saúde mental no ambiente escolar, principalmente em termos de promoção de bem-estar psíquico.

Entendemos, a partir das concepções de saúde mental em crises humanitárias, que, como já dito, as intervenções não são restritas a profissionais especializados, mas sim a um conjunto de ações articuladas com a comunidade em prol da redução do estresse, engajamento em práticas concretas de autocuidado, biossegurança e fortalecimento dos laços comunitários. Assim, destaca-se novamente que o IFB, enquanto instituição de ensino, tem papel fundamental na promoção e proteção de saúde mental, uma vez que as decisões institucionais impactam de maneira direta na vida da comunidade estudantil. Assim sendo, a instituição precisa estar ciente de que é tanto capaz de estimular fatores protetivos da saúde mental, por meio de suas ações, bem como de aumentar os fatores de risco à saúde mental dos discentes, a depender de suas escolhas e condutas.

O Fórum de Psicólogos Escolares do IFB, em uma ação articulada, propôs um mapeamento do bem-estar psicológico como ferramenta de avaliação e diagnóstico situacional das condições subjetivas, da percepção sobre o distanciamento social e dinâmica familiar dos estudantes no contexto da pandemia da COVID-19. O objetivo foi nortear não somente as ações específicas da atuação dos psicólogos, como também fornecer informações aos gestores do IFB sobre como o corpo discente está vivenciando o isolamento social e os possíveis impactos dessa vivência, tão desgastante, quando do retorno às atividades estudantis.

2. Método

2.1 Instrumento

O instrumento utilizado foi um questionário elaborado pelo grupo de psicólogos do IFB, que contém perguntas fechadas e abertas para coletar informações a respeito da percepção sobre o distanciamento social, dinâmica familiar, sentimentos e emoções, fatores de risco e de proteção para a saúde mental e expectativa no retorno de aulas. Dentre as perguntas fechadas, destacamos que as que buscavam compreender os sentimentos e emoções tinham quatro opções de resposta,



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

a saber: não senti, já sentia e o isolamento não intensificou, já sentia e o isolamento intensificou, comecei a sentir no isolamento.

2.2 Procedimentos

A coleta foi on-line, por meio do Google Forms. Cada psicólogo ficou responsável por divulgar o link do questionário para os discentes do seu campus. Entre as formas de divulgação, foi priorizado envio de e-mail e compartilhamento do link nos grupos de WhatsApp dos discentes, com apoio da Coordenação de Assistência Estudantil, Registro Acadêmico, Coordenações de Curso e Direção de Ensino, Pesquisa e Extensão. Conforme pode ser visualizado na Tabela 1, o período de coleta variou em cada campus devido a particularidades contextuais.

Tabela 1 - Período de coleta por campus

Campus	Período de coleta
Brasília	06 a 31 de maio
Ceilândia	14 a 31 de maio
Estrutural	14 a 31 de maio
Gama	06 a 31 de maio
Planaltina	06 a 31 de maio
Recanto das Emas	06 de maio a 20 de junho
Riacho Fundo	05 a 20 de junho
Samambaia	05 a 20 de junho
São Sebastião	06 a 31 de maio

*O campus Taguatinga não foi incluído porque, além de não ter psicólogo, teve apenas quatro respondentes.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

2.3 Análise de dados

Os dados quantitativos foram analisados por meio de estatísticas frequentistas, especificamente o teste qui-quadrado, com auxílio do programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). O qui-quadrado é um teste estatístico que permite trabalhar com dados categóricos. Analisamos, então, por meio do qui-quadrado, cada sentimento e emoção a partir das categorias “não senti”, “já sentia e o isolamento não intensificou”, “já sentia e o isolamento intensificou”, “comecei a sentir no isolamento”. Além disso, também por meio do qui-quadrado, testamos associações entre as emoções/sentimentos e variáveis como gênero, atividade física e qualidade do sono. Nas tabelas apresentadas, a sigla χ^2 (3) representa o qui-quadrado e seus graus de liberdade. O símbolo p representa o nível de significância estatística. A significância estatística é um parâmetro utilizado em testes estatísticos. Em linhas gerais, serve como valor de referência para que se possa avaliar se o padrão de resultados realmente "existe" ou se foi encontrado ao acaso. Nas ciências humanas, se convencionou que um nível de significância abaixo de 0,05 nos permite concluir que certa relação de fato existe. Já na parte qualitativa, por meio do programa Iramuteq, foi realizada nuvem de palavras, que consiste na identificação dos termos mais utilizados no discurso dos estudantes.

A seguir, serão apresentados os resultados e discussões por campus, uma vez que entendemos que cada campus tem as suas particularidades que precisam ser levadas em consideração. Apesar da pesquisa ter sido conduzida de maneira coletiva, a descrição dos resultados e discussão é de responsabilidade exclusiva do psicólogo do campus.

3. Resultados e discussão

3.1 Campus Brasília

Dados gerais:

O número total de respondentes da pesquisa foi de 406 estudantes, sendo 53,2% dos cursos Técnicos Subsequentes, 27,3% dos cursos Superiores e 19,5% dos cursos Técnicos



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Integrados ao Ensino Médio. Do total de participantes, 66,6% identificaram-se com o gênero feminino e 32,4% com o gênero masculino, havendo ainda 0,8% de estudantes que se identificaram como transgêneros e 0,3% como agênero. Em relação à idade dos participantes, apresentou-se dentro do intervalo entre 14 e 63 anos, com a média aproximada de 26 anos.

Informações sobre o distanciamento social:

Do número total de respondentes, 84% sinalizou que estava em isolamento social por mais de 16 dias, enquanto 9,6% dos estudantes não estava em distanciamento social (Tabela 1). Muitos estudantes complementaram a informação sobre não estar praticando o isolamento social justificando que não era possível interromper suas atividades laborais ou exercê-las de maneira remota. O grau de concordância com o isolamento social apresentou um índice significativo (65%) naquele momento em que a pesquisa foi aplicada (Tabela 2).

Tabela 1 – Período que os estudantes se encontram em isolamento

Tempo em isolamento	Percentual
Entre 1 e 5 dias	4,9%
Entre 6 e 10 dias	1%
Entre 11 e 15 dias	0,5%
Mais de 16 dias	84%
Não estou em distanciamento	9,6%

Tabela 2 – Opinião dos estudantes frente ao isolamento social

Grau de concordância	Percentual
Discordo totalmente	2,2%



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Discordo muito	0,5%
Discordo pouco	5,9%
Concordo pouco	8,6%
Concordo muito	17,7%
Concordo totalmente	65%

Informações sobre o distanciamento social e a qualidade da convivência familiar:

Os laços familiares consolidam-se como variável de relevância no que diz respeito à presença de fatores protetivos ou fatores de risco para a saúde mental dos sujeitos, constituindo-se a família nossa primeira instituição social (MELO, 2020). A inserção em um ambiente em que há permissão e o incentivo para trocas afetivas positivas, diálogo e interações de qualidade favorece o desenvolvimento do bem-estar psíquico dos sujeitos.

Pela análise das percepções pessoais sobre as relações familiares durante o período delimitado, percebe-se que para a maioria dos estudantes participantes não houve modificação na qualidade das relações de convivência familiar por interferência do isolamento social.

Como segunda resposta mais frequente (26,8%), apresentou-se a opção "O isolamento nos fez conviver melhor", sinalizando-se melhora na convivência com as pessoas que residem no mesmo local. Já para 21,2% dos estudantes, índice semelhante à opção anterior, a percepção foi de que os conflitos já existentes foram aumentados pela convivência durante o distanciamento, enquanto para um número menor de estudantes (9,6%), novos conflitos que não estavam presentes anteriormente surgiram no período.

Tabela 3 – Percepção sobre conflito doméstico

Percepção de conflito	Percentual
O isolamento nos fez conviver melhor	26,8%
O isolamento aumentou conflitos já existentes	21,2%
O isolamento fez surgir novos conflitos	9,6%



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Não observei mudanças

37,7%

Informações sobre aspectos socioeconômicos:

Os participantes foram questionados se identificavam ou não que a situação socioeconômica em que o estudante e sua família se encontravam no período da aplicação da pesquisa teve influência sobre os seus sentimentos/ sensações.

Os estudantes, em sua maioria (68,5%), sinalizaram em suas respostas que sim, percebem que o contexto socioeconômico tem interferência no bem-estar emocional ou na ausência de bem estar, enquanto 31,5% sinalizaram que não compartilham da mesma opinião.

Sobre sentimentos, sensações e emoções:

Outra variável analisada diz respeito a quais sentimentos, sensações ou atitudes estiveram presentes e foram notadas pelos respondentes durante o período delimitado. As opções disponibilizadas para balizar as respostas foram as constantes na tabela a seguir:

Tabela 4 – Opções de resposta sobre as emoções

Opções de resposta
Não senti
Já sentia e o isolamento não intensificou
Já sentia e o isolamento intensificou
Comecei a sentir no isolamento



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Primeiramente, optou-se pela apresentação dos dados relativos aos sentimentos que foram intensificados durante o período da pandemia, tendo como recorte aqueles que foram classificados como incômodos, conforme a Tabela 5. As opções mais destacadas foram a ansiedade (96,5), a preguiça (82,5), o tédio (69,5), anedonia (69,5), a angústia (62,5), a tristeza (62,5) e a irritação (60,5).

Tabela 5 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções negativas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Tristeza	62,5	$\chi^2(3) = 71,54, p < 0,001$
Irritação	60,5	$\chi^2(3) = 74,30, p < 0,001$
Solidão	45,5	$\chi^2(3) = 85,08, p < 0,001****$
Sobrecarga	40,5	$\chi^2(3) = 79,07, p < 0,001***$
Angústia	62,5	$\chi^2(3) = 87,27, p < 0,001$
Anedonia	69,5	$\chi^2(3) = 68,60, p < 0,001$
Ansiedade	96,5	$\chi^2(3) = 135,54, p < 0,001$
Tédio	69,5	$\chi^2(3) = 65,83, p < 0,001$
Insatisfação consigo mesmo	44,5	$\chi^2(3) = 73,98, p < 0,001***$
Nervosismo	47,5	$\chi^2(3) = 68,74, p < 0,001$
Preguiça	82,5	$\chi^2(3) = 93,81, p < 0,001$



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Esgotamento emocional 55,5 $\chi^2(3) = 91,20, p < 0,001$

* Frequência esperada: 101,5

Prosseguindo-se a análise, foi sintetizada na Tabela 6 a apresentação dos dados relativos aos sentimentos que foram classificados como positivos e que foram intensificados durante o período da pandemia. As opções mais destacadas foram a solidariedade (127,5), e a esperança (46,5).

Tabela 6 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções positivas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Solidariedade	127,5	$\chi^2(3) = 268,96, p < 0,001$
Esperança	46,5	$\chi^2(3) = 88,02, p < 0,001***$

* Frequência esperada: 101,5

Informações sobre a percepção de sobrecarga e esgotamento emocional:

Observando-se os dados associados à sobrecarga, quando a categoria “Já sentia e o isolamento intensificou” é posta em ênfase, é possível notar que o número de respondentes do gênero feminino que teve a percepção de sobrecarga pessoal com prática de tarefas domésticas equivale a pouco mais que o dobro de respostas apresentadas pelos estudantes do gênero masculino. Quando observamos a categoria “Não senti”, a proporção dos dados destaca-se ainda mais, sendo que 47,5% dos homens afirmou que essa percepção não está presente, enquanto para essas mulheres o número cai para 27,9% do grupo.

Destaca-se que a concepção de gênero é uma construção cultural sobre a diferenciação sexual, e como tal, implica em uma diferenciação sobre os papéis assumidos por cada categoria.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Tais papéis envolvem expectativas de comportamentos, atitudes e sentimentos atribuídos ao gênero específico (BONETTI, 2015)

Tabela 7 – Frequência da associação entre gênero e trabalho doméstico

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Mulheres	27,9%	19,5%	43,4%	9,2%
Homens	47,5%	25,4%	18%	9%

As próximas variáveis associadas foram as respostas considerando-se o gênero dos respondentes e a percepção de esgotamento emocional. Observando-se a categoria “Já sentia e o isolamento intensificou”, é possível notar que o número de respondentes do gênero feminino que teve a percepção esgotamento (49%) é superior ao dobro de respostas apresentadas pelos estudantes do gênero masculino (19.7%).

Tabela 8 – Frequência da associação entre gênero e esgotamento emocional

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Mulheres	25,1%	17,1%	49%	8,8%
Homens	50%	19,7%	19,7%	10,7%



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Informações sobre a associação de prática de atividade física e diminuição de sentimentos desagradáveis:

Entre as variáveis incluídas no mapeamento proposto, foram coletados dados sobre a prática de exercícios físicos, antes e após o início do isolamento social. Nas tabelas a seguir, pode-se observar o impacto da prática rotineira de uma atividade física sobre algumas das emoções e dos sentimentos avaliados. Uma rotina diária, mesmo no período atípico que atravessamos, incluindo atividades de lazer e atividades físicas constitui-se importante fator protetivo para a manutenção da saúde mental (LEITE, 2020).

Sobre a percepção de irritação (Tabela 9), analisando-se a categoria “Não senti”, nota-se que a emoção não esteve presente para 39,3% dos estudantes que praticam alguma atividade física, enquanto para os que não praticam, não foi sentida em apenas 23,4% dos casos. Quando a emoção considerada é a raiva, para quem pratica atividade física, não foi sentida em 56,1% dos respondentes. Comparando-se aos que não praticam, observa-se que 40,5% dos estudantes sinalizaram que não sentiram (Tabela 10).

Tabela 9 – Frequência da associação entre atividade física e irritação

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Pratica	39,3%	19,6%	29,9%	11,2%
Não pratica	23,4%	23,4%	43,5%	9,7%

Tabela 10 – Frequência da associação entre atividade física e raiva



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Pratica	56,1%	7,5%	28%	8,4%
Não pratica	40,5%	19,7%	31,1%	8,7%

Os dados relativos à associação entre a prática de atividades físicas e a percepção do sentimento de tédio (Tabela 11), considerando-se ainda a categoria “Não senti”, demonstram que o tédio não esteve presente para 29% dos estudantes que praticam alguma atividade física, enquanto para os que não praticam, não foi sentida em 18,7% dos casos. Quando a emoção considerada é a angústia (Tabela 12), para quem pratica atividade física, não foi sentida para 42,1% dos respondentes. Comparando-se aos que não praticam, observa-se que 28,1% dos estudantes sinalizaram que não sentiram (Tabela 10).

Tabela 11 – Frequência da associação entre atividade física e tédio

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Pratica	29%	18,7%	31,8%	20,6%
Não pratica	18,7%	15,4%	45,8%	20,1%

Tabela 12 – Frequência da associação entre atividade física e angústia

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Pratica	42,1%	15%	30,8%	12,1%



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Não pratica	28,1%	16,4%	43,8%	11,7%
-------------	-------	-------	-------	-------

Como último dado a ser explorado neste relatório, traz-se as considerações dos estudantes participantes sobre suas expectativas em relação à retomada das aulas. Utilizando-se como recurso auxiliar o programa denominado Iramuteq, expõe-se na Figura 1, a seguir, as impressões mais citadas:

Figura 1 – Nuvem de palavras formulada a partir da pergunta “Que sentimentos você percebe ao imaginar o retorno das aulas?”



Observa-se na Figura 1 a presença de percepções variadas citadas com frequência nas respostas relacionadas à expectativa quanto ao retorno das aulas, destacando-se as palavras



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

medo, ansiedade, felicidade, alegria, seguidas por definições como *alívio, insegurança, esperança, saudade, preocupação*, entre tantas outras possibilidades registradas. Essa variedade de sentimentos está em total consonância com o que se é esperado para um período de pandemia como o que estamos vivenciando, sendo natural, inclusive, que os sentimentos modifiquem-se com o passar dos meses enquanto se estende a permanência da situação de isolamento social. Importante destacar que a pesquisa foi disponibilizada em um momento inicial de suspensão das atividades escolares, não havendo até então qualquer previsão de retomada das atividades.

Constituímo-nos como seres sociais, pois é o contato com o outro, desde o nascimento, que nos permite desenvolvermos e nos percebermos como sujeitos, internalizando valores sociais, organizando pensamentos e o modo como sentimos e interagimos com o mundo (LEITE, 2020). A alteração brusca de rotina, as incertezas e as inseguranças decorrentes desse cenário certamente produziram e irão ainda produzir impacto na saúde mental de toda a comunidade escolar, exigindo novas estratégias e planejamento coletivo, mesmo que por meio do uso intensificado de tecnologias de apoio, para que continuemos tendo a sensação de que é possível nutrir os vínculos e as interações tão necessários para a manutenção do nosso bem-estar psíquico.

3.2 Campus Ceilândia

No Campus Ceilândia, foram 125 respondentes, com idades entre 14 e 62 anos, compostos, em maioria (71,2%), de estudantes do Ensino Médio Integrado, seguido por 24% de respostas de alunos da Licenciatura. Em termos de gênero, foram 70 (56%) de respostas auto identificadas ao gênero feminino e 53 (42,4%) ao gênero masculino.

Na ocasião em que foi realizada a pesquisa com os estudantes do Campus Ceilândia – de 14 de maio de 2020 a 31 de maio de 2020 -, 84,8% dos alunos relataram estar em isolamento social há mais de 16 dias. Do total de respondentes, 92% concordavam com a política de distanciamento social, sendo que 60% do total concordavam totalmente com a prática.

Tabela 1 – Período que os estudantes se encontram em isolamento

Tempo em isolamento	Percentual
---------------------	------------



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Entre 1 e 5 dias	4,8%
Entre 6 e 10 dias	4,0%
Entre 11 e 15 dias	1,6%
Mais de 16 dias	84,8%
Não estou em distanciamento	4,8%

Tabela 2 – Opinião dos estudantes frente ao isolamento social

Grau de concordância	Percentual
Discordo totalmente	3,2%
Discordo muito	1,6%
Discordo pouco	3,2%
Concordo pouco	12,8%
Concordo muito	19,2%
Concordo totalmente	60,0%

Em relação à presença de conflitos interfamiliares, 48% dos respondentes relataram ter havido início de conflitos ou mesmo aumento dos conflitos preexistentes. Por outro lado, 33,6% dos estudantes não observaram alterações neste quesito e 16% relataram ter havido uma melhora na convivência familiar.

Tabela 3 – Percepção sobre conflito doméstico

Percepção de conflito	Percentual
O isolamento nos fez conviver melhor	16,0%
O isolamento aumentou conflitos já existentes	35,2%
O isolamento fez surgir novos conflitos	12,8%
Não observei mudanças	33,6%

A Tabela 4 expõe a forma como foram investigados os dados quanto à presença de sentimentos/sensações/emoções/attitudes durante a pandemia, conforme se vê:

Tabela 4 – Opções de resposta sobre as emoções

Opções de resposta
Não senti
Já sentia e o isolamento não intensificou



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Já sentia e o
isolamento
intensificou

Comecei a sentir no
isolamento

Em relação à presença de sentimentos/sensações/emoções/attitudes na pandemia, de forma geral, foi possível verificar que o isolamento, por si só, não foi a razão do surgimento de nenhum deles. Entretanto, quando o sentimento já estava presente anteriormente à pandemia, claramente **o isolamento social foi fator de intensificação**. Dentre os sentimentos negativos que mais foram intensificados pelo contexto da pandemia, estão tédio e preguiça, seguidos por ansiedade e irritação. Os sentimentos positivos praticamente não foram impactados pela situação da pandemia, à exceção de esperança e solidariedade, sendo a última com menor intensidade que a primeira. Os dados encontram-se, respectivamente, na Tabela 5 e na Tabela 6, abaixo.

Tabela 5 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções negativas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Raiva	21,8	$\chi^2(3) = 30,16, p < 0,001$
Tristeza	28,8	$\chi^2(3) = 36,56, p < 0,001$
Irritação	32,8	$\chi^2(3) = 53,08, p < 0,001$
Solidão	24,8	$\chi^2(3) = 39,44, p < 0,001$
Sobrecarga	23,8	$\chi^2(3) = 33,30, p < 0,001$



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Angústia	29,8	$\chi^2(3) = 46,74, p < 0,001$
Anedonia	29,8	$\chi^2(3) = 39,38, p < 0,001$
Ansiedade	40	$\chi^2(3) = 74,45, p < 0,001$
Tédio	42,8	$\chi^2(3) = 82,00, p < 0,001$
Insatisfação consigo mesmo	26,8	$\chi^2(3) = 50,39, p < 0,001$
Nervosismo	23,8	$\chi^2(3) = 35,41, p < 0,001$
Esgotamento emocional	22,8	$\chi^2(3) = 29,14, p < 0,001$
Preguiça	42,8	$\chi^2(3) = 78,42, p < 0,001$
Sonolência	15,8	$\chi^2(3) = 34,45, p < 0,001$
Insônia	21,8	$\chi^2(3) = 31,12, p < 0,001$

* Frequência esperada: 31,3

Tabela 6 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções positivas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Solidariedade	30,0	$\chi^2(3) = 46,55, p < 0,001$
Esperança	12,8	$\chi^2(3) = 19,03, p < 0,001$

* Frequência esperada: 31,3

Também foi realizada a análise da frequência de associação entre a gênero e sobrecarga de trabalho, tendo sido constatada a associação entre aumento da sobrecarga de trabalho e o gênero feminino, bem como a intensificação do esgotamento emocional para o mesmo gênero, conforme demonstrado nos dados das tabelas 7 e 8. Tais dados apontam para a confirmação de que o gênero feminino, de fato, está acumulando ainda mais atribuições em tempos de pandemia,



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

o que pode, inclusive, estar contribuindo para o aumento do esgotamento emocional verificado entre as mulheres.

Tabela 7 – Frequência da associação entre gênero e sobrecarga de trabalho

	Não senti	Já sentia e o não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Mulheres	15,7%	18,6%	57,1%	8,6%
Homens	43,4%	20,8%	26,4%	9,4%

Tabela 8 – Frequência da associação entre gênero e esgotamento emocional

	Não senti	Já sentia e o não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Mulheres	14,3%	11,4%	61,4%	12,9%
Homens	43,4%	28,3%	20,8%	7,5%

Na análise da frequência da associação entre atividade física e raiva, foi constatada associação entre as variáveis, tendo sido mais frequente o aparecimento de raiva entre aqueles que não praticavam exercícios físicos, conforme Tabela 9. Quanto à análise da associação entre as variáveis tédio e prática de atividade física e entre angústia e prática de atividade física, as associações não foram estatisticamente significativas dentre os estudantes participantes da pesquisa no Campus Ceilândia.

Tabela 9 – Frequência da associação entre atividade física e raiva

	Não senti	Já sentia e o não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Pratica	45,7%	8,6%	40,0%	5,7%
Não pratica	20,0%	27,8%	43,3%	8,9%



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

A Tabela 10 estabelece a associação entre qualidade do sono e tristeza, qualidade do sono e irritação e qualidade do sono e estabelecimento da rotina. Houve maior associação entre qualidade do sono e tristeza, indicando uma intensificação maior do sentimento durante a pandemia naqueles que relataram qualidade de sono ruim. A irritação também se intensificou bastante dentre os que relataram qualidade do sono ruim, e o estabelecimento de rotina, apesar de ter sido relatado por grande parte dos estudantes como uma grande dificuldade, pareceu ser menos difícil para aqueles que relataram ter boa qualidade de sono. Neste sentido, é possível que se perceba a relação entre a qualidade de sono e alguns sentimentos/sensações/emoções/atitudes.

Tabela 10 – Associação entre qualidade do sono e tristeza, irritação e estabelecimento de rotina

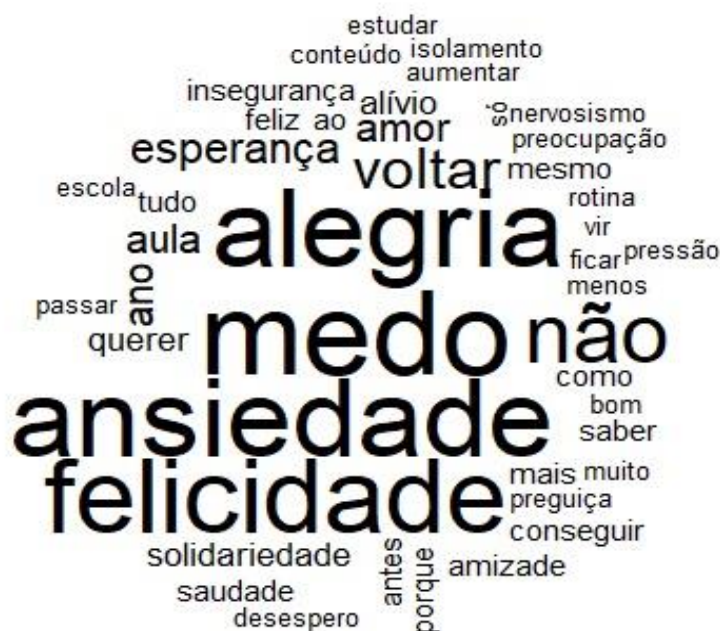
Emoção	Qui-quadrado
Tristeza	$\chi^2(3) = 24,63, p < 0,001$
Irritação	$\chi^2(3) = 19,70, p < 0,001$
Rotina	$\chi^2(3) = 7,03, p = 0,008$

De forma complementar, foi usado o programa Iramuteq para a formulação de uma nuvem de palavras a partir das respostas dadas pelos estudantes à seguinte pergunta: “*Que sentimentos você percebe ao imaginar o retorno das aulas?*”. As respostas geraram a seguinte nuvem:



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília



As palavras que apareceram com mais frequência foram “medo” (24), “ansiedade” (23), “alegria” (22) e “felicidade” (21). Tais dados demonstram que o retorno às aulas gerou, entre os estudantes respondentes, sentimentos ambivalentes: por um lado, alegria e felicidade de retomarem suas atividades; por outro, medo e ansiedade frente ao contexto desconhecido e as implicações deste retorno. Seguem algumas das respostas em que tais palavras apareceram:

- *“Felicidade, não aguento mais ficar em casa” (Resposta nº 9)
- *“Felicidade, angustia, medo, sufocamento...” (Resposta nº 12)
- *“Angustia por não conseguir manter uma rotina de estudos e ter sido só uma perda de tempo (Resposta nº 14)
- *“Ansiedade e alegria” (Resposta nº 19)
- *“Medo de não conseguir passar de ano” (Resposta nº 39)
- *“Ansiedade e um pouco de nervosismo de como vai ser pois não deu tempo de nada então vamos começar do zero” (Resposta nº 66)
- *“Medo. Pois não temos a certeza de uma cura” (Resposta nº 81)
- *“Alegria, felicidade, disposição, menos tédio, menos preguiça” (Resposta nº 114)

Como se vê, os estudantes apresentaram preocupações variadas, desde desconforto com a situação de saúde pública e os riscos reais de um eventual retorno, a indagações acerca dos



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

impactos do período de isolamento nos estudos e no rendimento acadêmico. Por outro lado, há a presença marcante de sentimentos positivos, que demonstram a relevância social e mesmo de proteção psíquica do ambiente escolar sobre a vida dos estudantes. A partir disso, é possível que se perceba que os estudantes retornarão mais vulneráveis psiquicamente e precisarão de um olhar cuidadoso por parte da instituição na ocasião do retorno. Lembrando que tal pesquisa foi realizada em período anterior à definição do retorno híbrido às aulas.

3.3 Campus Estrutural

No campus Estrutural, participaram 243 estudantes, sendo 63,80% da Licenciatura em Matemática, 25,50% do Técnico Integrado, 4,10% do técnico subsequente, 3,3% FIC, 2,5% PROEJA e 0,8% da especialização. Sobre o gênero, 49% se identificaram como mulheres, 45,70% como homens e 5,30% não responderam a este item. As idades variaram de 15 a 65 anos ($M = 26,72$; $DP = 11,53$).

Em primeiro lugar, buscamos analisar a opinião dos estudantes frente às medidas de isolamento social. Conforme pode ser visualizado na Tabela 1, 90,20% dos estudantes concordam, em alguma intensidade, com as recomendações de isolamento social.

Tabela 1 – Opinião dos estudantes frente ao isolamento social

Grau de concordância	Percentual
Discordo totalmente	0,40%
Discordo muito	3,30%
Discordo pouco	6,20%
Concordo pouco	14,40%
Concordo muito	13,20%
Concordo totalmente	62,60%

Importante chamar atenção também que os estudantes percebem que há impacto de questões socioeconômicas decorrentes da pandemia na sua saúde mental (63,40%), enquanto 36,60% relataram não concordar com esta relação. Ainda buscando um panorama geral dos estudantes em relação ao distanciamento, identificamos os estudantes que se encontravam em



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

isolamento no momento da coleta de dados. Conforme Tabela 2, a maioria (76,10%) já se encontrava em isolamento há mais de 16 dias no momento da coleta, embora 14,40% dos estudantes relataram não estar em isolamento. O principal motivo dos estudantes que não estão em isolamento social é o trabalho.

Tabela 2 – Período que os estudantes se encontram em isolamento

Tempo em isolamento	Percentual
Entre 1 e 5 dias	5,30%
Entre 6 e 10 dias	1,20%
Entre 11 e 15 dias	2,90%
Mais de 16 dias	76,10%
Não estou em distanciamento	14,40%

Considerando que o isolamento social pode incrementar os índices de conflito e violência doméstica (CHANDAN et al., 2020; CURIA et al., 2020; MELLO; MODESTO, 2020; SOARES; MODESTO, 2020), perguntamos aos estudantes como tem sido a convivência com as pessoas que moram com elas. Conforme Tabela 3, a maioria (38,30%) não observou mudança, embora 25,10% relataram que o isolamento incrementou conflitos já existentes, o que demanda um olhar atento para estes casos bem como para quem percebeu que o isolamento fez surgir conflitos que antes não existiam (13,20%).

Tabela 3 – Percepção sobre conflito doméstico

Percepção de conflito	Percentual
O isolamento nos fez conviver melhor	23,50%
O isolamento aumentou conflitos já existentes	25,10%
O isolamento fez surgir novos conflitos	13,20%
Não observei mudanças	38,30%

Após a descrição desses aspectos gerais sobre o isolamento, passamos à compreensão da vivência de uma série de emoções durante a pandemia. As opções de resposta podem ser visualizadas na Tabela 4.

Tabela 4 – Opções de resposta sobre as emoções

Opções de resposta



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Não senti

Já sentia e o
isolamento não
intensificou

Já sentia e o
isolamento
intensificou

Comecei a sentir no
isolamento

Para todas as emoções e sentimentos, realizamos o Teste Qui-quadrado, a fim de identificar qual foi a principal tendência de resposta entre as opções disponíveis. De uma maneira geral, para a maioria das emoções, foi identificado que 1) a pessoa não vivenciou a emoção ou 2) a pessoa já vivenciava e o isolamento intensificou. Nesse sentido, em vez de apresentar uma tabela de cada emoção com as frequências e resíduos para cada opção de resposta, apresentaremos uma única tabela com o resultado do qui-quadrado para cada emoção e o resíduo apenas para a opção de resposta “Já sentia e o isolamento intensificou”.

Tabela 5 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções negativas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Medo	12,30	$\chi^2(3) = 46,00, p < 0,001$
Tristeza	24,30	$\chi^2(3) = 33,53, p < 0,001$
Irritação	25,30	$\chi^2(3) = 22,69, p < 0,001$
Solidão	14,30	$\chi^2(3) = 47,81, p < 0,001$
Sobrecarga	12,30	$\chi^2(3) = 41,53, p < 0,001$
Angústia	16,30	$\chi^2(3) = 16,47, p < 0,001$
Anedonia	23,30	$\chi^2(3) = 16,70, p < 0,001$
Ansiedade	48,30	$\chi^2(3) = 60,72, p < 0,001$
Tédio	33,30	$\chi^2(3) = 25,92, p < 0,001$
Insatisfação consigo mesmo	18,30	$\chi^2(3) = 43,17, p < 0,001$
Nervosismo	36,30	$\chi^2(3) = 45,47, p < 0,001$
Esgotamento emocional	25,30	$\chi^2(3) = 47,25, p < 0,001$

* Frequência esperada: 60,80



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Conforme visualizado na Tabela 5, a pandemia intensificou a vivência de todas as emoções negativas listadas acima, como pode ser checado pelo alto resíduo positivo. Chama atenção que ansiedade, nervosismo e tédio foram as emoções que mais se intensificaram nesse período. Já sobre os sentimentos positivos, conforme pode ser verificado na Tabela 6, a despeito de no questionário haver uma série de sentimentos positivos, apenas dois sentimentos positivos foram intensificados durante a pandemia: solidariedade, seguido de esperança.

Tabela 6 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções positivas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Solidariedade	57,3	$\chi^2(3) = 117,18, p < 0,001$
Esperança	25,30	$\chi^2(3) = 44,09, p < 0,001$

* Frequência esperada: 60,80

Após a análise geral das emoções, passamos ao teste da relação de emoções específicas com certos fatores de risco e de proteção. Em primeiro lugar, considerando que as recomendações de isolamento social podem incrementar a sobrecarga de trabalho doméstico, favorecendo um conflito trabalho/família (MARTINS; AGUIAR; BASTOS, 2020) e que o trabalho doméstico tem sido demandado em maior grau para as mulheres (ZANELLO, 2018), testamos a associação entre o gênero do estudante e a percepção de sobrecarga. Por meio de um qui-quadrado ($\chi^2(3) = 20,58, p < 0,001$), verificou-se que a maioria das mulheres (42%) sentiu que o isolamento intensificou a sobrecarga enquanto a maioria dos homens não sentiu sobrecarga (49,5%), conforme pode ser visualizado na Tabela 7. Tal achado chama atenção para o fato de que ser mulher é um fator que aumenta a vivência da sobrecarga durante a pandemia.

Tabela 7 – Frequência da associação entre gênero e sobrecarga

	Não senti	Já sentia e o não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Mulheres	23,5%	22,7%	42,0%	11,8%
Homens	49,5%	22,5%	19,8%	8,1%



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Entendendo que a sobrecarga é um construto relacionado ao esgotamento emocional, optamos também por testar a associação entre gênero e a sensação de esgotamento. Conforme pode ser visualizado na Tabela 8, o isolamento intensificou o esgotamento para a maioria das mulheres (52,9%), enquanto os homens relatam, em sua maioria, não terem sentido esgotamento durante a pandemia (50,5%), $\chi^2(3) = 36,76$, $p < 0,001$, indicando, novamente, a necessidade de um olhar atento para as estudantes mulheres durante a pandemia.

Tabela 8 – Frequência da associação entre gênero e esgotamento emocional

	Não senti	Já sentia e o não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Mulheres	21,8%	12,6%	52,9%	12,6%
Homens	50,5%	21,6%	17,1%	10,8%

Durante o período de isolamento social, tem sido recomendada algumas atividades que poderiam atuar como fator de proteção frente a diferentes emoções. Uma das principais recomendações é a de realização de atividade físicas. Testamos então a associação da prática de atividade física com um conjunto de emoções: ansiedade, irritação, nervosismo, raiva, tédio e angústia. Dentre as emoções testadas, a prática de atividade atuou como fator de proteção para o tédio. Nesse sentido, conforme Tabela 9, nota-se que quem realiza atividade física durante a pandemia, em sua maioria, tende a não sentir tédio (35,7%) enquanto quem não pratica teve essa emoção intensificada durante o período de isolamento social (41,2%).

Tabela 9 – Frequência da associação entre atividade física e tédio

	Não senti	Já sentia e o não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Pratica	35,7%	19,6%	30,4%	14,3%
Não pratica	19,3%	16,6%	41,2%	23,0%



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Além da atividade física, outra importante variável que deve demandar atenção durante a pandemia é a qualidade do sono (ALMONDES, 2020). Nesse sentido, testamos a associação entre essa variável com os níveis de tristeza, irritação e capacidade de estabelecimento de rotina durante o isolamento social. Os resultados do Qui-Quadrado podem ser visualizados na Tabela 10.

Tabela 10 – Associação entre qualidade do sono e tristeza, irritação e estabelecimento de rotina

Emoção	Qui-quadrado
Tristeza	$\chi^2(3) = 24,94, p < 0,001$
Irritação	$\chi^2(3) = 17,96, p < 0,001$
Rotina	$\chi^2(3) = 4,10, p = 0,043$

Conforme parâmetros do Qui-Quadrado, foram identificadas associações entre a qualidade do sono com todas as variáveis testadas. No caso da tristeza, entre os participantes que relataram a intensificação dessa emoção durante a pandemia, 70,6% relataram um sono ruim enquanto 29,4% relatam um sono bom. Sobre a irritação, o mesmo padrão se manteve: 71,1% das pessoas que se sentem irritadas relataram a qualidade do sono como ruim e 24,6% relataram a qualidade do sono bom. Já sobre o estabelecimento da rotina, a maioria dos estudantes tem indicado uma dificuldade de estabelecer rotinas. No entanto, esse percentual foi menor entre os estudantes com um bom sono (62,3%) do que entre os estudantes com um sono ruim (74,4%).

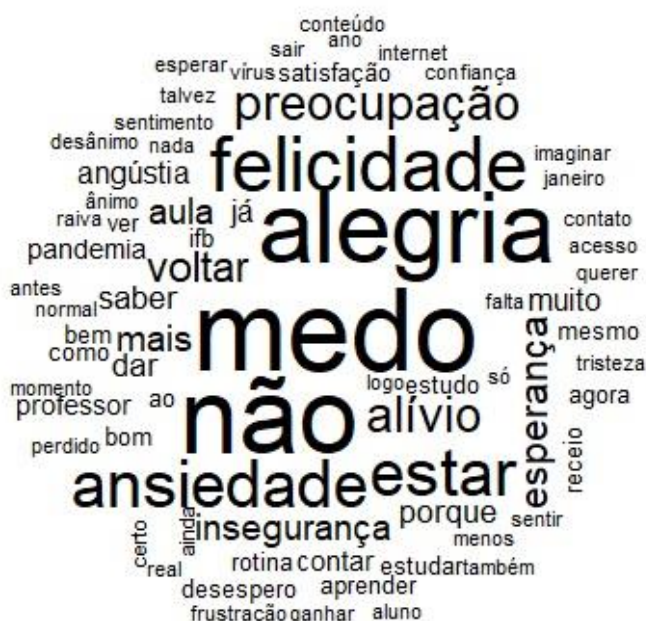
Adicionalmente, por meio do Iramuteq, foi realizada a nuvem de palavras a partir das respostas escritas dos estudantes para a pergunta “que sentimentos você percebe ao imaginar o retorno das aulas?”.

Figura 1 – Nuvem de palavras do campus Estrutural



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília



A nuvem de palavras identifica os termos mais frequentes no relato dos estudantes. Conforme pode ser verificado na Figura 1, as palavras “medo” e “não” foram as mais frequentes, seguidas por “alegria”, “felicidade”, “ansiedade” e “preocupação”. A palavra medo esteve associada a alguns aspectos: 1) medo de sair de casa para ir ao IFB e contaminar familiares e pessoas do grupo de risco; 2) medo da alta transmissibilidade da COVID-19 e do número crescente de casos; 3) medo de não aprender o conteúdo; 4) medos inespecíficos associados com outros sentimentos, como raiva, insegurança, desânimo, angústia, estresse.

A palavra “não” esteve associada com diversas situações, como pode ser visto no Quadro 1.

Quadro 1 – Exemplos de frases dos estudantes em que a palavra “não” apareceu

- “Acho que os professores irão me julgar por **não** ter estudado”.
- “Durante a pandemia, eu **não** gostaria de retornar as aulas porque é perigoso”.
- “Eu acho que esse ano já está perdido, porque **não** tem como aprender todo conteúdo em 5 meses ou menos”
- “Ansiedade, **não** sei quando será, nem como será, estou considerando trancar a matrícula”;
- “Alegria, mas preocupação também, pois **não** sei se meus colegas, professores e



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

funcionários vão se proteger”.

- “**Não** consigo imaginar, pois tenho consciência de que essa pandemia está apenas no início e que conforme as atitudes dos governantes ela pode se estender ainda mais”;
- “Eu quero muito voltar, mas **não** quero me arriscar”.
- “Sinto que **não** voltará as aulas”.
- “Felicidade e um misto de nervoso por **não** saber como será”.
- “Medo de **não** conseguir aprender o conteúdo”.
- “**Não** deve voltar por enquanto”.
- “Preocupação, já que **não** consigo manter uma boa rotina de estudo agora na quarentena”.

As palavras “alegria” e “felicidade” apareceram com usos em duas direções: 1) alguns estudantes relataram alegria em rever amigos e retomar os estudos; 2) a maioria dos estudantes que referiu alegria e felicidade, referiu, ao mesmo tempo, sentimentos negativos, o que indica sentimento de ambivalência. No Quadro 2, alguns exemplos de frase.

Quadro 2 – Exemplos de frases dos estudantes em que as palavras “alegria” e “felicidade” apareceram

- “**Alegria e felicidade**”.
- “**Alegria**, esperança, mas ao mesmo tempo medo por conta da pandemia”.
- “Tristeza e **alegria**”.
- “De um lado **alegria**, de outro angústia e preocupação”.
- “Preocupação, ansiedade, nervosismo, medo, **alegria**, tristeza, uma mistura de tudo um pouco”
- “**Alegria** e ao mesmo tempo medo”.
- “**Felicidade** e nervosismo”.
- “**Felicidade**, pois adoro o ambiente universitário, porém, também, muitas angústias”.
- “**Felicidade** e um misto de nervoso por não saber como será”.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Destaca-se então para a importância de dar atenção aos achados descritos, uma vez que todos os fatores elencados repercutem diretamente no processo ensino-aprendizagem. É necessário levar em consideração o contexto em que a comunidade estudantil está inserida: o impacto socioeconômico decorrente da pandemia na saúde mental dos estudantes (63,40%); a intensificação de conflitos familiares já existentes (25,10%) e surgimento de novos conflitos familiares (13,20%); a intensificação de sentimentos negativos, em especial ansiedade, nervosismo, tédio, irritação, esgotamento emocional e tristeza; a sobrecarga e esgotamento emocional das estudantes mulheres; a dificuldade dos estudantes em estabelecer rotina; o impacto da qualidade do sono em questões emocionais e os medos e ambivalências ao se pensar no retorno das aulas. Ressaltamos que quando foi realizada a coleta de dados ainda não havia deliberação para retomada de aulas na modalidade não presencial, no entanto os achados podem auxiliar a gestão nas decisões institucionais e os docentes nos planejamentos e acolhida do corpo discente do campus Estrutural.

3.4 Campus Gama

No campus Gama responderam à pesquisa 156 estudantes sendo, 30,1% dos cursos técnicos integrados ao ensino médio, 12,2% do técnico subsequente, 5,1% do PROEJA e 52,6% dos cursos superiores (licenciatura em química, bacharel em administração e tecnólogos em alimentos e logística). Em relação ao gênero 72,7% disseram se identificar com gênero feminino e 27,3% com o gênero masculino. O estudante mais novo que participou da pesquisa tinha 14 anos e o mais velho 59, e a média de idade dos respondentes foi de 25 anos.

Quando questionados sobre o que achavam da medida de isolamento social decretada 90,4% dos estudantes do campus Gama concordam com a política de distanciamento social, sendo que 64,7% concordam totalmente com a prática.

Tabela 1 – Opinião dos estudantes frente ao isolamento social



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Grau de concordância	Percentual
Discordo totalmente	1,3%
Discordo muito	2,6%
Discordo pouco	5,8%
Concordo pouco	9,0%
Concordo muito	16,7%
Concordo totalmente	64,7%

Dos respondentes 82,1% estavam em isolamento social a mais de 16 dias na época da pesquisa, 11,5% não estavam em distanciamento social e justificaram essa situação por terem que trabalhar ou ser a pessoa responsável por fazer compras para a residência quando necessário.

Tabela 2 – Período que os estudantes se encontram em isolamento

Tempo em isolamento	Percentual
Entre 1 e 5 dias	1,3%
Entre 6 e 10 dias	3,2%
Entre 11 e 15 dias	1,9%
Mais de 16 dias	82,1%
Não estou em distanciamento	11,5%

Foi perguntado aos estudantes, que estavam em distanciamento social, com quantas pessoas eles estavam convivendo e como estava sendo esse momento entre eles, 48,7% deles dividem a residência com mais 3 ou 4 pessoas e 23,7% com mais 5 ou 6 pessoas. Para 23,6% dos estudantes o isolamento fez com que a família convivesse melhor e para 39,3% dos estudantes o isolamento aumentou ou criou conflitos na convivência familiar.

Tabela 3 – Percepção sobre conflito doméstico

Percepção de conflito	Percentual
O isolamento nos fez conviver melhor	23,6%
O isolamento aumentou conflitos já existentes	28,6%
O isolamento fez surgir novos conflitos	10,7%
Não observei mudanças	37,1%

Sobre a criação de alguma rotina nesse momento de pandemia 28,8% dos estudantes conseguiram estabelecer uma, 51,3% tentaram mas não conseguiram manter e 19,9% dos estudantes não estabeleceram nenhum tipo de rotina nesse período. Foi perguntado também



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

sobre como os estudantes percebiam a qualidade do sono antes da pandemia e se sentiram alguma mudança nesse período 72,4% dos estudantes relataram sentir algum tipo de mudança na qualidade do seu sono nesse momento.

Em relação a prática de atividades físicas 50,6% dos estudantes afirmaram que praticavam alguma antes da pandemia, porém nesse momento apenas 19,9% continuam mantendo a prática, 43,6% até tentaram porém não conseguiram manter e 36,5% dos estudantes não estão praticando nenhuma atividade física durante a pandemia. Sobre atividade de lazer 76,3% dos estudantes dedicam algum tempo do dia enquanto 22,4% decidam tempo uns dias sim outros não para tais atividades.

Essa primeira parte da pesquisa descreveu um pouco do contexto e da realidade dos estudantes, a segunda parte consistiu em compreender como estava o bem estar emocional dos estudantes a partir da vivência de algumas emoções durante a pandemia. Além da vivência de sentimentos e emoções, 51,3% dos estudantes acreditam o contexto socioeconômico tem influência sobre o seu bem estar emocional.

A partir da Tabela 4 pode ser visualizada quais foram as opções de resposta que os estudantes tiveram para relacionar os seus sentimentos/emoções a sua realidade.

Tabela 4 – Opções de resposta sobre as emoções

<u>Opções de resposta</u>
Não senti
Já sentia e o isolamento não intensificou
Já sentia e o isolamento intensificou
<u>Comecei a sentir no isolamento</u>

Para a análise dos sentimentos, emoções e atitudes foi usado o Teste Qui-quadrado, este teste serve para avaliar as associações entre dados categóricos. Essa relação pode ser observada a



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

partir do resíduo em relação a frequência esperada, assim, quanto maior a distância entre eles mais intensificado foi a emoção. Em nossa análise pudemos observar que de modo geral a pandemia em si não foi o motivo do surgimento deles, nem de sentimentos positivos nem de negativos. Porém quando os sentimentos negativos já estavam presentes anteriormente a pandemia, eles foram intensificados pelo isolamento, caso que só ocorreu com dois sentimentos positivos como veremos abaixo. De resto as emoções positivas não foram sentidas nesse momento.

Tabela 5 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções negativas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Medo	17,0	$\chi^2(3) = 11,64, p < 0,009$
Tristeza	30,0	$\chi^2(3) = 31,84, p < 0,001$
Irritação	31,0	$\chi^2(3) = 41,33, p < 0,001$
Solidão	15,0	$\chi^2(3) = 21,43, p < 0,001$
Sobrecarga	23,0	$\chi^2(3) = 25,12, p < 0,001$
Angústia	24,0	$\chi^2(3) = 26,20, p < 0,001$
Anedonia	30,0	$\chi^2(3) = 31,38, p < 0,001$
Ansiedade	44,0	$\chi^2(3) = 67,48, p < 0,001$
Tédio	28,0	$\chi^2(3) = 30,61, p < 0,001$
Insatisfação consigo mesmo	28,0	$\chi^2(3) = 38,10, p < 0,001$



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Nervosismo	21,0	$\chi^2(3) = 25,74, p < 0,001$
Esgotamento emocional	24,0	$\chi^2(3) = 23,53, p < 0,001$
Preguiça	29,0	$\chi^2(3) = 30,00, p < 0,001$
Insônia	17,0	$\chi^2(3) = 29,69, p < 0,001$

* Frequência esperada: 39,0

Tabela 6 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções positivas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Solidariedade	50,0	$\chi^2(3) = 101,89, p < 0,001$
Esperança	18,0	$\chi^2(3) = 30,92, p < 0,001$

* Frequência esperada: 39,0

As Tabelas 5 e 6 descrevem os sentimentos negativos e positivos (respectivamente) que foram intensificados durante esse momento de isolamento. Para os estudantes do campus Gama, os 5 sentimentos negativos mais intensificados foram a ansiedade, irritação, anedonia, tristeza e preguiça. Já entre os sentimentos considerados positivos não foram sentidos pelos estudantes e os únicos que foram intensificados foram a esperança e a solidariedade, sendo esta última bastante intensificada como vemos pelo distanciamento do valor do resíduo (+50) em relação ao valor esperado (39,0).

Para todos os campi, além do teste qui quadrado das emoções, foram realizadas testes de associação entre sentimentos/emoções e outras variáveis, tais como: gênero, atividade física e qualidade do sono. Testamos então a associação entre sobrecarga e esgotamento emocional com gênero; ansiedade, irritação, nervosismo, raiva e tédio com prática de atividade física; tristeza, irritação e estabelecimento de rotina com qualidade do sono.

No campus Gama, as únicas associações que foram estatisticamente significativas foram: associação entre gênero e esgotamento emocional e associação entre qualidade do sono e tristeza.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Na Tabela 8 podemos ver claramente como as mulheres já se sentiam esgotadas emocionalmente antes e como o isolamento intensificou essa situação. Isso pode ser explicado por, entre outros motivos, elas geralmente serem responsáveis pelas atividades domésticas mesmo quando trabalham fora, pela educação dos filhos e muitas vezes são as únicas responsáveis pelo lar.

Tabela 8 – Frequência da associação entre gênero e esgotamento emocional

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Mulheres	23,9%	11,9%	46,8%	17,4%
Homens	26,8%	31,7%	26,8%	14,6%

A Tabela 9 demonstra a associação entre a qualidade do sono e a tristeza, não é possível afirmar que as pessoas que se sentem mais tristes tem seu sono afetado por isso, ou que quem não tem qualidade no sono acaba se sentindo mais triste, não sabemos quem vem primeiro, porém podemos afirmar que há uma relação entre os dois fatores.

Tabela 9 – Frequência da associação entre qualidade do sono e tristeza

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Ruim	12,4%	14,6%	53,9%	19,1%
Bom	34,3%	22,4%	31,3%	11,9%

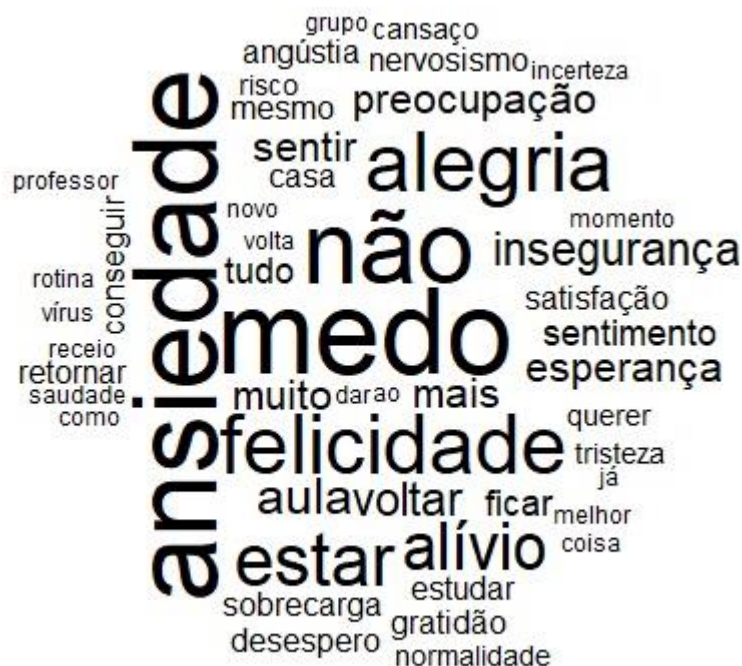
Por fim, foi perguntado aos estudantes quais sentimentos eles percebiam ao pensar no retorno às aulas e a partir do iramuteq foi gerada a nuvem de palavras com as respostas escritas por eles. A nuvem de palavras identifica os termos mais frequentes e deixa-os maiores em sua configuração, ou seja, quanto maior a palavra na imagem mais frequente ela foi.

Figura 1 – Nuvem de palavras do campus Gama



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília



Pela nuvem de palavras percebe-se que ansiedade, medo e preocupação foram tão frequentes quanto alegria, felicidade e alívio. De maneira geral, os estudantes ao pensar em retornar ficam alegres porém com alguns receios, como o da quantidade de conteúdo a ser repostado, ou de se contaminar e levar o vírus para sua família, são sentimentos ambíguos e coexistentes que são importantes de serem validados e trabalhados no retorno.

Frisamos que este é um momento novo para todos e que os sentimentos e emoções estão todos confusos e intensos e que eles refletem diretamente no processo de ensino aprendizagem, tanto pelo lado de quem ensina quanto pelo de quem aprende. É preciso que tenhamos um olhar mais sensível, uma escuta afetiva e uma empatia maior uns com os outros.

3.5 Campus Planaltina

Do *Campus* Planaltina, participaram da pesquisa 205 estudantes sendo, 18,5 % dos cursos técnicos integrados ao ensino médio, 24,9% do técnico subsequente em Agropecuária e Agroindústria, 40,0% da Licenciatura em Biologia e 16,6% do Tecnólogo em Agroecologia. Em



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

relação ao gênero 69,0% se identificavam com gênero feminino e 31,0% com o gênero masculino. Quanto à idade, os participantes tiveram entre 15 e 62 anos.

Em primeiro lugar, buscamos analisar a opinião dos estudantes frente às medidas de isolamento social bem como sua adesão a essa recomendação. Como demonstra a tabela abaixo, em maior ou menor intensidade, a maioria dos respondentes, que no caso foram 91,7%, concorda com a política do distanciamento social, sendo que 67,3% que responderam concordam totalmente.

Tabela 1 - Opinião dos estudantes frente ao isolamento social

Grau de concordância	Percentual
Discordo totalmente	1%
Discordo muito	1%
Discordo pouco	6,3%
Concordo pouco	9,8%
Concordo muito	14,6%
Concordo totalmente	67,3%

Esta concordância também se evidenciou no comportamento de adesão ao isolamento, em que 95,2% dos respondentes estavam em isolamento social a mais de 16 dias e apenas 4,9% da amostra não estavam em distanciamento social.

Tabela 2 – Período que os estudantes se encontram em isolamento

Tempo em isolamento	Percentual
Entre 1 e 5 dias	4,9%
Entre 6 e 10 dias	3,9%
Entre 11 e 15 dias	1,5%
Mais de 16 dias	84,9%
Não estou em distanciamento	4,9%

Os estudantes também destacaram impactos do isolamento social em sua dinâmica familiar e também emocional. Apesar de 20,5% relatarem uma melhora na convivência familiar, para 45,4% foi percebido um aumento dos conflitos familiares já existentes e/ou criação de novos embates. Entre as dificuldades vivenciadas, o contexto socioeconômico demonstrou para 65,9% dos estudantes uma influência no seu bem estar emocional nesse período.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Tabela 3 – Percepção sobre conflito doméstico

Percepção de conflito	Percentual
O isolamento nos fez conviver melhor	20,5%
O isolamento aumentou conflitos já existentes	33,7%
O isolamento fez surgir novos conflitos	11,7%
Não observei mudanças	34,1%

As percepções quanto aos conflitos familiares se torna relevantes uma vez que relacionados com temas como gênero e violência doméstica, percebemos o agravamento em indicadores já antes apresentados como preocupantes. Estes aspectos foram destacados ao analisar a associação entre gênero e sobrecarga neste período de pandemia.

Tabela 4 – Frequência da associação entre gênero e Sobrecarga

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Mulheres	20,2%	18,6%	47,3%	14,0%
Homens	50,0%	15,5%	20,7%	13,8%

É possível destacar que há uma maior sobrecarga nas mulheres (79,9%) que foi intensificada pelo isolamento (61,3%), reforçando desigualdades de gênero, em que às mulheres são associadas ao trabalho doméstico e de cuidados somando a outras atribuições como profissionais e de estudo. Essa associação naturaliza comportamentos de intensa sobrecarga e invisibiliza o gasto de tempo-energia-força implicado no trabalho doméstico (ZANELLO, 2018).

Esta naturalização também esconde o esgotamento emocional que o trabalho doméstico gera quando somando a outras responsabilidades das mulheres.

Tabela 5 – Frequência da associação entre gênero e esgotamento emocional



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Mulheres	23,3%	14,0%	41,9%	20,9%
Homens	51,7%	10,3%	25,9%	12,1%

Como podemos observar que 62,8% das estudantes perceberam uma sensação de esgotamento emocional no isolamento social.

Após a descrição desses aspectos gerais sobre o isolamento, buscamos na compreensão sobre a vivência de uma série de emoções positivas e negativas possíveis indicadores sobre o contexto subjetivo dos estudantes nesse momento de pandemia bem como expectativas de retorno. As opções de respostas são descritas na tabela abaixo:

Tabela 6 – Opções de resposta sobre as emoções

Opções de resposta
Não senti
Já sentia e o isolamento não intensificou
Já sentia e o isolamento intensificou
Comecei a sentir no isolamento

Os critérios para saúde mental em contextos de epidemias e desastres nos revelam uma expectativa de aumento de sintomatologia relacionada a alterações de humor, do padrão de sono e alimentação, presença de pensamentos fantasiosos e comportamentos de ansiedade e depressão. Embora haja essa expectativa, é considerado de suma importante desenvolver ações articuladas para redução dos níveis de estresse e aumento dos fatores protetivos. Caso não seja desenvolvida



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

nenhuma ação reparadora, a literatura demonstra que entre um terço a metade de uma população exposta a uma epidemia possa vir a sofrer alguma manifestação psicopatológica (FIOCRUZ, 2020; IASC 2007, 2020). Portanto, vamos apresentar as emoções que foram intensificadas nesse momento, tendo em mente que embora sejam esperadas são sinais de **alerta** que a comunidade precisa se atentar.

Tabela 7 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções negativas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Medo	19,8	$\chi^2(3) = 21,166, p < 0,001$
Tristeza	30,81	$\chi^2(3) = 35,059, p < 0,001$
Irritação	21,8	$\chi^2(3) = 15,390, p < 0,002$
Sobrecarga	26,8	$\chi^2(3) = 30,727, p < 0,001$
Angústia	23,8	$\chi^2(3) = 31,234, p < 0,001$
Ansiedade	48,8	$\chi^2(3) = 64,210, p < 0,001$
Tédio	22,8	$\chi^2(3) = 19,293, p < 0,001$
Insatisfação consigo mesmo	23,8	$\chi^2(3) = 43,176, p < 0,001$
Nervosismo	30,8	$\chi^2(3) = 31,195, p < 0,001$
Esgotamento emocional	25,8	$\chi^2(3) = 32,171, p < 0,001$
Preguiça	31,8	$\chi^2(3) = 28,424, p < 0,001$

* Frequência esperada: 51,3

Os alunos do *campus* Planaltina tiveram prioritariamente uma intensificação de emoções negativas como ansiedade, tristeza e nervosismo. Quando perguntamos o conteúdo dessas emoções, é importante destacar que sua natureza está profundamente relacionada com o retorno às aulas e recuperação dos estudos.

Tabela 8- Descrições de respostas emoções negativas

“pressão de os professores tumultuar muitas atividades para fazer(…)”

“sentimento de desespero, porque iremos tentar recuperar um semestre, todos fazíamos planos e tínhamos uma precisão de formatura, conforme isso tudo foi abalado voltaremos emocionalmente enfraquecidos e desesperados para recuperar o tempo perdido.”

“com medo de tirar nota baixa e reprovar”



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

“assustado, só de pensar em sair de casa já tenho crise de ansiedade.”

“preocupante!!sem ter certeza como será lá na frente”

“medo de ficar próximo a outras pessoas”

“medo, de não conseguir me adaptar novamente ao curso, já que estou esgotada”

Essa relação de emoções negativas com o retorno as aulas é um importante indicador quanto à natureza do estresse dos alunos nesse momento.

Tendo em mente que em contextos de pandemias e desastres o objetivo central de toda intervenção psicossocial em saúde mental é na redução do estresse e fortalecimento dos fatores protetivos para ofertar assim um terreno sólido ao sujeito que vivencia uma crise que não cabe seu controle ou interferência, temos, portanto, algumas possibilidades de acolhimento e que passem pela educação e promoção em saúde (FIOCRUZ, 2020).

Neste sentido de buscar recursos para fortalecimento dos sujeitos, observamos também uma intensificação de duas emoções positivas, a solidariedade e esperança.

Tabela 9 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções positivas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Solidariedade	68,8	$\chi^2(3) = 143,780, p < 0,001$
Esperança	28,8	$\chi^2(3) = 48,600, p < 0,001$

* Frequência esperada: 51,3

Essa informação é um importante aliado na construção de estratégias de acompanhamento, pois é considerado fator protetivo em saúde mental no contexto de pandemias a sensação de **confiança**, saber que estamos passando por um problema, mas temos um plano e estamos nisso juntos. Deste modo, é possível utilizar dessa intensificação de emoções positivas para promover o envolvimento humanitário, fortalecimento dos grupos e desenvolvimento de práticas pedagógicas voltadas para a cooperação.

Pensando nas respostas abertas que tivemos, destacamos a nuvem de palavras abaixo em que se destaca o medo e a ansiedade em relação ao contexto de incertezas, de dificuldades



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

acadêmicas e a alegria pela retomada de vínculos e acesso a apoio comunitário. Destaca-se também uma confusão dos alunos no que se refere ao fim da pandemia atrelado ao retorno das aulas.

É fundamental que o aluno desfaça essa associação e a escola é um setor estratégico para vincular o sujeito nas campanhas de saúde e a informações fidedignas. Se a associação persistir podemos colocar em risco a adesão dos estudantes as recomendações de saúde.



Nuvem de palavras- dados qualitativos

Ainda na relação das atividades possíveis para redução do estresse, foi encontrada na pesquisa uma associação entre a falta de prática de atividade física com o aumento do tédio. Cabe, portanto maior incentivo para desenvolvimento de atividades físicas nesse contexto, tendo em mente que pela vulnerabilidade dos nossos alunos, muitos têm acesso a essas atividades de esporte, artes e cultura apenas na escola.

Tabela 9 – Frequência da associação entre atividade física e tédio



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Prática	30,5%	23,7%	18,6%	27,1%
Não prática	15,8%	13,0%	43,2%	28,1%

Outro fator fundamental para saúde mental é a qualidade do sono. Conforme parâmetros do Qui-Quadrado, foram identificadas associações entre a qualidade do sono com duas das variáveis testadas

Tabela 10 – Associação entre qualidade do sono, irritação e estabelecimento de rotina

Emoção	Qui-quadrado
Irritação	$\chi^2(3) = 25,240, p < 0,001$
Rotina	$\chi^2(3) = 8,723, p = 0,003$

No nosso contexto escolar, normalmente a rotina é sempre recomendada como mecanismo de controle atencional e desenvolvimento de hábito de estudos. Nesse cenário de epidemia, a rotina se torna fundamental para vincular os sujeitos no aqui-agora, trazendo a sensação de segurança, confiabilidade. Esses benefícios também são sentido no sono, pois pessoas sem rotina acabam por ter maior dificuldade em dormir.

Tabela 11– Frequência da associação entre Sono e Rotina

	Com rotina	Sem rotina
Sono Ruim	20,4%	79,6%
Bom Sono	39,1%	60,9%

Uma vez que o sono fique prejudicado uma série de prejuízos são vivenciados, tendo impactos significados nos estudantes e na sua capacidade de atenção, motivação e aprendizagem. Além de ter um aumento maior de irritação, o que também foi observado nos alunos, onde 67,2% declara se sentir mais irritado em função de alterações nos padrões de sono.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Tabela 12 – Frequência da associação entre Sono e irritação

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Sono Ruim	14,2%	18,6%	44,2%	23,0%
Bom Sono	38,0%	28,3%	25,0%	8,7%

3.6 Campus Recanto das Emas

O campus Recanto das Emas, menor e mais novo dos dez campi, teve apenas 21 respondentes, sendo vinte alunos do Técnico Integrado e um bacharel.

3.7 Campus Riacho Fundo

No campus Riacho Fundo I, entre o período de 05 a 20 de junho de 2020 responderam a pesquisa 139 estudantes. Desses 68,3% se identificavam com gênero feminino e 27,3% com o gênero masculino. O estudante mais novo que participou da pesquisa tinha 14 anos e o mais velho 61, e a média de idade dos respondentes foi de 26,8 anos.

Desses estudantes, 30,9% dos cursos técnicos integrados ao ensino médio, 7,2% dos cursos técnicos subsequentes, 2,9% do curso do PROEJA, 51% dos cursos superiores e 7,9% de cursos de especialização.

Quando perguntados sobre se concordavam ou não com a política de isolamento social (Tabela 1), 97,1% dos estudantes concordam, sendo que 68,3% concordam totalmente com a prática. E sobre sua prática de isolamento social (Tabela 2), a maioria, 83,5% estavam em



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

isolamento social a mais de 16 dias, em contraposição 10,8% não estavam em distanciamento social.

Tabela 1 – Opinião dos estudantes frente ao isolamento social

Grau de concordância	Percentual
Discordo totalmente	1,4%
Discordo muito	0,0%
Discordo pouco	1,4%
Concordo pouco	10,8%
Concordo muito	18,0%
Concordo totalmente	68,3%

Tabela 2 – Período que os estudantes se encontram em isolamento

Tempo em isolamento	Percentual
Entre 1 e 5 dias	3,6%
Entre 6 e 10 dias	0,7%
Entre 11 e 15 dias	1,4%
Mais de 16 dias	83,5%
Não estou em distanciamento	10,8%

Sobre a percepção sobre conflito doméstico (Tabela 3), 30,2% dos estudantes afirmaram que o isolamento aumentou ou criou conflitos na convivência e em contrapartida 31,7% afirmam que o isolamento fez com que a família convivesse melhor. Ao serem questionados sobre sua situação atual socioeconômica influenciava no bem estar emocional, dos respondentes, 55,4% dos estudantes acreditam que sim.

Tabela 3 – Percepção sobre conflito doméstico

Percepção de conflito	Percentual
O isolamento nos fez conviver melhor	31,7%
O isolamento aumentou conflitos já existentes	23%
O isolamento fez surgir novos conflitos	7,2%
Não observei mudanças	34,5%

A pesquisa teve como norte averiguar as emoções que se intensificaram desde o começo da pandemia e as recomendações de distanciamento social. Na Tabela 4 estão as opções de respostas dadas pelos estudantes em relação às emoções.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Tabela 4 – Opções de resposta sobre as emoções

Opções de resposta
Não senti
Já sentia e o isolamento não intensificou
Já sentia e o isolamento intensificou
Comecei a sentir no isolamento

Nas Tabelas 5 e 6 estão as listas das emoções que foram significativamente intensificadas com a pandemia no campus Riacho Fundo. O valor ‘resíduo’ é o quanto ele se distancia do valor esperado ao acaso (34,8) assim quanto maior o valor do resíduo maior a intensificação daquela emoção.

As emoções negativas (Tabela 5) mais intensificadas foram a Ansiedade e a Irritação. Seguidas por preguiça, esgotamento emocional, nervosismo, tristeza, medo/angústia e anedonia/insatisfação consigo.

Tabela 5 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções negativas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Medo	20,3	$\chi^2 (3) = 18,49, p < 0,001$
Tristeza	24,3	$\chi^2 (3) = 24,54, p < 0,001$
Irritação	36,3	$\chi^2 (3) = 63,90, p < 0,001$
Angústia	20,3	$\chi^2 (3) = 21,66 p < 0,001$



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Anedonia	16,3	$\chi^2 (3) = 19,36, p < 0,001$
Ansiedade	43,3	$\chi^2 (3) = 74,43, p < 0,001$
Tédio	13,3	$\chi^2 (3) = 30,23, p < 0,001$
Insatisfação consigo	16,3	$\chi^2 (3) = 23,04, p < 0,001$
Nervosismo	29,3	$\chi^2 (3) = 45,31, p < 0,001$
Esgotamento emocional	30,3	$\chi^2 (3) = 65,74, p < 0,001$
Preguiça	32,3	$\chi^2 (3) = 41,00, p < 0,001$

* Frequência esperada: 34,8

* Anedonia é a incapacidade de sentir prazer com a vida e com seus afazeres cotidianos.

Por outro lado houve também intensificação de algumas emoções positivas (Tabela 6), dentre elas no campus Riacho Fundo as que se intensificaram foram a solidariedade e a esperança. A solidariedade se destacou com um resíduo de 53,3, ou seja, foi a emoção positiva mais intensificada dentre os respondentes. Os demais sentimentos positivos pesquisados não tiveram alteração significativa.

Tabela 6 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções positivas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Solidariedade	53,3	$\chi^2 (3) = 121,63, p < 0,001$
Esperança	12,3	$\chi^2 (3) = 30,06 p < 0,001$

* Frequência esperada: 34,8

Os participantes responderam sobre sua percepção de esgotamento emocional e sobrecarga e a análise foi feita por gênero. Na associação de gênero com sobrecarga os dados não foram significativos, mas a análise de gênero com esgotamento emocional foi significativa



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

($p=0,035$). Podemos observar na Tabela 7 no somatório de 65,2% das estudantes mulheres estão sentido esgotamento emocional, sendo que 14,7% começaram a sentir no isolamento e 50,5% já sentiam antes e se intensificou com o isolamento. Em contrapartida os estudantes homens, são somados 36,8% sofrendo de esgotamento emocional e 55,3% afirmando que não.

Tabela 7 – Frequência da associação entre gênero e esgotamento emocional $P=0,035$

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Mulheres	30,5%	4,2%	50,5%	14,7%
Homens	55,3%	7,9%	34,2%	2,6%

Nas Tabelas de 8 a 12 estão as associações feitas com a atividade física em alguns sentimentos negativos: ansiedade, irritação, nervosismo, raiva, tédio e angústia. Em todos eles percebe-se que a prática de atividade física é um fator protetivo para intensificação de emoções negativas. Em negrito nas tabelas estão os valores mais altos que se comportam da mesma forma: os estudantes que afirmaram praticar atividade física responderam não sentirem as emoções negativas e em contrapartida os estudantes que afirmaram não praticar responderam que as emoções negativas já eram presentes (já sentia) e com o isolamento houve uma intensificação.

Tabela 8 - Frequência da associação entre atividade física e ansiedade $p=0,006$

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Pratica	36,4%	18,2%	30,3%	15,2%
Não pratica	15,1%	11,3%	64,2%	9,4%

Tabela 9 – Frequência da associação entre atividade física e irritação $p=0,032$

	Não senti	Já sentia e o	Já sentia e o	Comecei a
--	-----------	---------------	---------------	-----------



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

		isolamento não intensificou	isolamento intensificou	sentir no isolamento
Prática	45,5%	12,1%	30,3%	12,1%
Não prática	23,6%	12,3%	57,5%	6,6%

Tabela 10 – Frequência da associação entre atividade física e nervosismo $p < 0,001$

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Prática	60,6%	9,1%	27,3%	3,0%
Não prática	20,8%	13,2%	51,9%	14,2%

Tabela 11 – Frequência da associação entre atividade física e tédio $p = 0,001$

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Prática	57,6%	3%	18,2%	21,2%
Não prática	21,7%	5,7%	39,6%	33%

Tabela 12 – Frequência da associação entre atividade física e angústia

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Prática	48,5%	12,1%	24,2%	15,2%
Não prática	21,7%	14,2%	44,3%	19,8%

Nas tabelas 13 e 14 são dos dados sobre o Sono. Fator importante para o bem estar. Uma boa qualidade de sono é um fator protetivo para saúde mental. Nos dados do campus a



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

associação de sono e rotina não foi significativo ($p=0,388$), mas a associação entre **sono** com **tristeza** e **irritação** se comportaram de forma semelhante.

Os estudantes que afirmaram que consideram boa sua qualidade de sono, em sua maioria não sentiram tristeza e nem irritação e em contrapartida os estudantes que consideram sua qualidade de sono ruim, em sua maioria afirmaram que já sentiam tristeza e irritação e com o isolamento houve uma intensificação.

Tabela 13 – Frequência da associação entre qualidade do sono e tristeza $p<0,001$

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Ruim	7,9%	21,1%	50,0%	21,1%
Bom	36,5%	23,8%	33,3%	6,3%

Tabela 14 – Frequência da associação entre qualidade do sono e irritação $p <0,001$

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Ruim	10,5%	14,5%	63,2%	11,8%
Bom	50,8%	9,5%	36,5%	3,2%

Análise da questão aberta: “Que sentimentos você percebe ao imaginar o retorno das aulas? Buscando as emoções que os estudantes acreditam que sentirão ao voltar às aulas, as respostas dadas foram analisadas pelo Software IramuTeq, e a análise de texto que ele faz nos revela uma nuvem de frequência de palavras, na qual as palavras maiores e centrais significam que tiveram uma frequência maior, e as palavras menores e nas bordas, frequências menores. Segue a nuvem do campus Riacho Fundo I.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília



Medo e Ansiedade foram as palavras mais ditas por nossos estudantes, seguida por preocupação, alegria, felicidade, insegurança. Percebe-se a ambiguidade das palavras, elas são influenciadas pelo sentimento ambíguo que está presente no contexto de pandemia, onde as emoções são um complexo de medo e ansiedade pelo o que não é controlado, medo de morrer e esperança, auto-cuidado e alegria de estar vivo.

Segue alguns exemplos de falas que essas palavras aparecem:

'Felicidade e Ansiedade no sentido de voltar a vivência e contato com os colegas' (Resposta 02)

'Dúvidas e certa ansiedade por ser grupo de risco' (Resposta 11)

'Ansiedade e sentimento de incapacidade' (Resposta 23)

'Sensação de medo, ou que algo na minha vida se atrasou' (Resposta 13)

'medo, irresponsabilidade' (Resposta 32)

'Medo de contágio' (Resposta 49)

'Preocupação com os vestibulares, matéria acumulada, atividades, ano letivo praticamente perdido caso as aulas terminem até o fim de 2020 quando digo isso me refiro aos prováveis últimos momentos com amigos, professores, atividades escolares, por estar no terceiro ano do





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

ensino médio, talvez seja a última chance de ter algo assim. algo que eu possa recordar após a formatura.’ (Resposta 74)

‘Angústia, esperança, preocupação. Creio que precise ser algo organizado e bem pensado para não gerar mais ansiedade e propagação do vírus.’ (Resposta 95)

‘Uma mistura de alegria por voltar e caminhar para o encerramento de um projeto. Em seguida preocupação por saber que estou fora de ritmo para a batida do curso. sei que terei que me esforçar bastante.’ (Resposta 66)

‘Insegurança, ansiedade e esperança.’ (Resposta 125)

Como exemplificado nas falas dos estudantes, a expectativa de volta está cercada do sentimento de medo, ansiedade e também de esperança. Essas falas nos mostram expectativas carregadas de emoções fortes que possivelmente resultará em demandas para a instituição de como passar segurança e controle e de como acolher esses estudantes que estão com medo, com a sensação de tempo perdido e também com receio de se contaminar e propagar o vírus, nessa situação de pandemia. Esse misto de emoções ambíguas é prejudicial, dentro de um contexto de imprevisibilidade pode ser em longo prazo, um fator de risco para sofrimento psíquico mais grave, ocasionando o aumento da vulnerabilidade dos nossos estudantes.

3.8 Campus Samambaia

No campus Samambaia, no período de 05 a 20 de junho de 2020, responderam à pesquisa 156 estudantes. Desses, 62,8% se identificavam com gênero feminino; 31,4% com o gênero masculino. As idades dos estudantes variaram entre 14 e 65 anos, e a média de idade de todos os respondentes foi de 24 anos.

Quanto à distribuição dos sujeitos em seus respectivos cursos:

Técnico Integrado ao Ensino Médio – 55,1%; Técnico subsequente em edificações - 17,9%; PROEJA – 14,7%; Licenciatura – 5,8%; Tecnólogo – 1,9%; FIC - 3,8%.

Quando perguntados sobre o nível de concordância com a política de isolamento social (Tabela 1):



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Tabela 1 – Opinião dos estudantes frente ao isolamento social

Grau de concordância	Percentual
Discordo totalmente	2,6%
Discordo muito	2,6%
Discordo pouco	6,4%
Concordo pouco	12,8%
Concordo muito	16,0%
Concordo totalmente	59,3%

Quanto ao período que se encontram em isolamento social (tabela 2):

Tabela 2 – Período que os estudantes se encontram em isolamento

Tempo em isolamento	Percentual
Entre 1 e 5 dias	9,0%
Entre 6 e 10 dias	5,1%
Entre 11 e 15 dias	3,8%
Mais de 16 dias	67,9%
Não estou em distanciamento	14,1%

Sobre a percepção de conflito doméstico (Tabela 3):

Tabela 3 – Percepção sobre conflito doméstico

Percepção de conflito	Percentual
O isolamento nos fez conviver melhor	32,7%
O isolamento aumentou conflitos já existentes	19,9%
O isolamento fez surgir novos conflitos	7,7%
Não observei mudanças	35,3%

Após esse primeiro momento, com foco em aspectos mais gerais da amostra e sua relação com isolamento, entramos numa segunda etapa – com foco na compreensão da vivência de uma série de emoções durante a pandemia. As opções de resposta podem ser visualizadas na tabela abaixo (Tabela 4):

Tabela 4 – Opções de resposta sobre as emoções

Opções de resposta
Não senti
Já sentia e o isolamento não intensificou



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Já sentia e o
isolamento
intensificou

Comecei a sentir no
isolamento

A fim de identificarmos qual foi a principal tendência de resposta entre as opções disponíveis, realizamos, para todos os sentimentos e emoções, o Teste de Qui-Quadrado, e observamos - de uma maneira geral - que as emoções podem ser categorizadas em dois grupos: 1) a pessoa não vivenciou a emoção; 2) a pessoa já vivenciava e o isolamento a intensificou. Nesse sentido, em vez de apresentar uma tabela de cada emoção com as frequências e resíduos para cada opção de resposta, apresentaremos uma única tabela com o resultado do qui-quadrado para cada emoção e seu resíduo apenas para a opção de resposta “Já sentia e o isolamento intensificou”.

O indicador “resíduo” versa sobre o quanto ele se distancia do valor esperado (34,8). Sendo assim, quanto maior o valor do resíduo, maior a intensificação daquela emoção. Nas Tabelas 5 e 6 estão as listas das emoções que foram significativamente intensificadas com a pandemia no campus Samambaia.

Tabela 5 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções negativas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Tristeza	18,30	$\chi^2 (3) = 16,82, p < 0,001$
Irritação	30,00	$\chi^2 (3) = 40,05, p < 0,001$
Solidão	12,00	$\chi^2 (3) = 37,59, p < 0,001$
Sobrecarga	15,00	$\chi^2 (3) = 39,74, p < 0,001$
Preguiça	26,00	$\chi^2 (3) = 37,17, p < 0,001$
Insônia	13,00	$\chi^2 (3) = 23,33, p < 0,001$
Ansiedade	29,00	$\chi^2 (3) = 30,92, p < 0,001$
Tédio	20,00	$\chi^2 (3) = 16,66, p < 0,001$
Nervosismo	27,00	$\chi^2 (3) = 34,30, p < 0,001$
Esgotamento emocional	16,00	$\chi^2 (3) = 21,89, p < 0,001$

* Frequência esperada: 39,0



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Conforme observamos na tabela 5, identificamos a intensificação de dez emoções negativas. Dessas, por seu escore residual elevado, destacamos (em ordem crescente): preguiça, nervosismo, ansiedade e irritação.

Já sobre os sentimentos positivos, apesar de constar no questionário diversas opções para marcação, apenas um sentimento fora elencado – a solidariedade. Todavia, vale ressaltar que apesar do dado ser quantitativamente baixo, qualitativamente o indicador encontrado no resíduo foi bastante elevado para a variável “solidariedade”. Segue Tabela 6 com o dado em questão:

Tabela 6 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções positivas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Solidariedade	41,3	$\chi^2 (3) = 77,17, p < 0,001$

* Frequência esperada: 39,0

Considerando que o confinamento social pode gerar efeitos diversos – que melhoram ou pioram a percepção de bem-estar mental e físico; superamos a fase de análise das emoções e adentramos na fase de testes, em que relacionamos algumas dessas com outras variáveis protetivas e de risco. Fizemos o teste de associação entre: 1 - gênero e sobrecarga de trabalho; 2 – gênero e esgotamento emocional. Encontramos resposta significativa apenas para a segunda opção, demonstrada na tabela abaixo (Tabela 7).

Tabela 7 – Frequência da associação entre gênero e esgotamento emocional.

	Não sentia	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Mulheres	20,4%	20,4%	44,9%	14,3%
Homens	55,1%	20,4%	16,3%	8,2%

Observando os indicadores da tabela, é flagrante que os efeitos da pandemia agravaram significativamente a saúde mental das mulheres, em sua maioria. Este dado encontra paralelo



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

com questões histórico-sociais da vida brasileira, dentre esses, destaco o machismo estrutural e institucional.

Conforme demonstra o Qui-quadrado da tabela 8, também encontramos uma associação sólida entre a qualidade do sono com os sentimentos de tristeza, irritação, e o estabelecimento de rotina.

Tabela 8 – Associação entre qualidade do sono e tristeza, irritação e estabelecimento de rotina

Emoção	Qui-quadrado
Tristeza	$\chi^2 (3) = 22,53, p < 0,001$
Irritação	$\chi^2 (3) = 30,50, p < 0,001$
Rotina	$\chi^2 (3) = 13,43, p = 0,001$

Por fim, fizemos uma análise da questão aberta: “Que sentimentos você percebe ao imaginar o retorno das aulas? Para processar as respostas utilizamos o Software IramuTeq, que nos retorna com uma nuvem de frequência de palavras, na qual o tamanho e a centralidade delas é proporcional à frequência em que aparecem. Ou seja, podemos concluir que as palavras com fonte maior e mais próximas ao centro da figura possuem uma maior significância para o coletivo da amostra.





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

“Medo”, “felicidade”, “não”, “ansiedade” e “alegria” são foram as palavras que mais apareceram no discurso dos alunos. Considerando o caráter dinâmico de cada subjetividade e o contexto atípico que todas as restrições que pandemia impõe, há coerência nos discursos que a nuvem materializa.

3.9 Campus São Sebastião

Dados Demográficos:

Responderam à pesquisa 137 estudantes do campus São Sebastião, com a seguinte distribuição por curso, em ordem de prevalência:

- . 42,3% das Licenciaturas;
- . 19% dos Cursos Técnicos Integrados ao Ensino Médio;
- . 14,6% do Técnico Subsequente;
- . 13,9% do Tecnólogo;
- . 8% de cursos FIC;
- . 2,2% do PROEJA.

Verificou-se, assim, que houve respondentes de todas as modalidades de curso oferecidos pelo campus São Sebastião.

Em relação à idade, o estudante mais novo que participou da pesquisa tinha 14 anos, e a maior idade foi 50 anos.

No que diz respeito ao gênero, 84,7% se identificaram como feminino e 8,8% como gênero masculino.

Análise quantitativa dos dados:

A tabela a seguir representa a concordância ou discordância dos estudantes do Campus São Sebastião em relação à medida de isolamento social:



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Tabela 1 – Opinião dos estudantes frente ao isolamento social

Dos respondentes, 70,8% afirmaram concordar totalmente com a medida de distanciamento social, conforme se observa na tabela abaixo.

Grau de concordância	Percentual
Discordo totalmente	0%
Discordo muito	0,7%
Discordo pouco	3,6%
Concordo pouco	11,7%
Concordo muito	13,1%
Concordo totalmente	70,8%

Tabela 2 – Período que os estudantes se encontram em isolamento

No que diz respeito ao isolamento social, 84,7% estavam em isolamento social há mais de 16 dias, e 5,1% não estavam em distanciamento social no momento da resposta ao questionário.

Tempo em isolamento	Percentual
Entre 1 e 5 dias	6,6%
Entre 6 e 10 dias	1,5%
Entre 11 e 15 dias	2,2%
Mais de 16 dias	84,7%
Não estou em distanciamento	5,1%



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

A medida de isolamento traz consigo a necessidade de redefinir o tempo e o espaço de convivência, o que pode ser fonte de atritos e dificuldades. Em relação aos conflitos domésticos, a tabela 3 descreve a percepção dos estudantes.

Tabela 3 – Percepção sobre conflito doméstico

Para 26,3% dos respondentes, o isolamento fez com que a família convivesse melhor; para 28,5%, o isolamento aumentou os conflitos que já existiam, e para 12,4% fez surgir novos conflitos na convivência familiar. Dos estudantes que responderam, 32,1% não observaram mudança.

Percepção de conflito	Percentual
O isolamento nos fez conviver melhor	26,3%
O isolamento aumentou conflitos já existentes	28,5%
O isolamento fez surgir novos conflitos	12,4%
Não observei mudanças	32,1%

No que diz respeito ao contexto socioeconômico, 68,6% dos respondentes acreditam que o mesmo influencia no bem estar emocional.

Após a descrição desses aspectos gerais sobre o isolamento, passamos a observar como as emoções foram vivenciadas pelos estudantes durante a pandemia. As opções de resposta podem ser visualizadas na Tabela 4.

Tabela 4 – Opções de resposta sobre as emoções

Opções de resposta
Não senti



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Já sentia e o isolamento não intensificou

Já sentia e o isolamento intensificou

Comecei a sentir no isolamento

Em relação a cada sentimento analisado, os resultados foram os que se seguem:

Medo - De maneira geral, foi um sentimento que se intensificou (resíduo +19,8, $\chi^2(3) = 21,861$, $p < 0,000$) durante a pandemia ou não foi sentido (resíduo +2,8).

Solidariedade - Sentimento que já existia entre os respondentes e se intensificou para a maioria (resíduo +48,8, $\chi^2(3) = 109,044$, $p < 0,000$).

Raiva – Não foi sentida durante o isolamento (resíduo +17,8, $\chi^2(3) = 28,460$, $p < 0,000$) ou a emoção foi intensificada (resíduo +12,8, $\chi^2(3) = 28,460$, $p < 0,000$).

Esperança - Sentimento já existente antes da pandemia e intensificado (resíduo +16,8, $\chi^2(3) = 28,577$, $p < 0,000$).

Tristeza - O sentimento já existia e se intensificou durante o isolamento (resíduo +34,8, $\chi^2(3) = 52,285$, $p < 0,000$).

Otimismo - De maneira geral, não foi um sentimento que mudou com o isolamento (resíduo +15,8, $\chi^2(3) = 34,942$, $p < 0,000$) ou não foi sentido (resíduo +7,8).

Irritação - Sentimento que foi bastante intensificado com a pandemia (resíduo +30,8, $\chi^2(3) = 38,445$, $p < 0,000$).



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Solidão - Sentimento que foi intensificado (resíduo +20,8, $\chi^2(3) = 30,796$, $p < 0,000$) durante a pandemia ou não foi sentido (resíduo +10,8).

Sobrecarga - Sentimento intensificado pela pandemia (resíduo +15,8, $\chi^2(3) = 14,971$, $p < 0,002$).

Angústia - Foi intensificado com o isolamento social (resíduo +26,8, $\chi^2(3) = 28,869$, $p < 0,000$).

Falta de vontade - Sentimento bastante intensificado pela pandemia de maneira geral entre os estudantes do campus (resíduo +18,8, $\chi^2(3) = 13,745$, $p < 0,003$).

Ansiedade - Sentimento bastante intensificado pela pandemia de maneira geral entre os estudantes do campus (resíduo +34,8, $\chi^2(3) = 47,263$, $p < 0,000$).

Tédio - Sentimento bastante intensificado pela pandemia (resíduo +26,8, $\chi^2(3) = 29,394$, $p < 0,000$).

Satisfação - Sentimento que não foi sentido (resíduo +35,8, $\chi^2(3) = 61,219$, $p < 0,000$) ou não houve intensificação durante esse momento (resíduo +1,8).

Insatisfação – Sentimento bastante intensificado pelo isolamento (resíduo +23,8, $\chi^2(3) = 27,818$, $p < 0,000$).

Nervosismo – Sentimento bastante intensificado por quem já sentia (resíduo +25,8, $\chi^2(3) = 27,234$, $p < 0,000$).

Organização - Não foi um sentimento que se intensificou com o isolamento (resíduo +19,8, $\chi^2(3) = 27,701$, $p < 0,000$) ou não foi sentido (resíduo +6,8).

Esgotamento – Sentimento que já existia e que foi intensificado durante a pandemia (resíduo +29,8, $\chi^2(3) = 37,044$, $p < 0,000$).



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Positividade - Sentimento que já existia e permaneceu constante (resíduo +15,8, $\chi^2(3) = 33,715$, $p < 0,000$) ou não foi sentido (resíduo +12,8).

Pessimismo - Não foi sentido (resíduo +14,8, $\chi^2(3) = 30,679$, $p < 0,000$) ou foi intensificado (resíduo +14,8), na mesma proporção.

Preguiça - Sentimento já sentido que se intensificou (resíduo +28,8 $\chi^2(3) = 34,358$, $p < 0,000$)

Falta de apetite - Não foi sentido (resíduo +49,8, $\chi^2(3) = 102,912$, $p < 0,000$)

Aumento do apetite - Não foi sentido (resíduo 14,8 $\chi^2(3) = 23,788$, $p < 0,000$) ou já sentido e se intensificou (resíduo +13,8).

Aumento no consumo de bebida alcoólica - Não houve (resíduo +76,8, $\chi^2(3) = 230,854$, $p < 0,000$)

Sonolência - Não foi sentido (resíduo +19,8, $\chi^2(3) = 33,073$, $p < 0,000$) e para alguns se intensificou (resíduo +10,8)

Insônia - Não foi sentido (resíduo +17,8, $\chi^2(3) = 34,766$, $p < 0,000$) ou quem já sentia passou a sentir mais (resíduo +16,8)

Confiança - Não foi sentida (resíduo +22,8, $\chi^2(3) = 38,270$, $p < 0,000$)

Para análise dos resultados relacionados à pergunta sobre emoções e sentimentos, foi realizado o Teste Qui-quadrado, com o objetivo de identificar a principal tendência de resposta entre as opções disponíveis. De uma maneira geral, para a maioria das emoções, foi identificado um padrão, indicando que:



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

- . a pessoa não vivenciou a emoção ou;
- . a pessoa já vivenciava a emoção, e o isolamento a intensificou.

Desse modo, em lugar de apresentar uma tabela de cada emoção com as frequências e resíduos para cada opção de resposta, o que seria exaustivo, apresentaremos uma única tabela com o resultado do Qui-quadrado para cada emoção e o resíduo apenas para a opção de resposta “*Já sentia e o isolamento intensificou*”.

A seguir, apresentaremos, na tabela 5, as emoções que correspondem às emoções negativas que se intensificaram durante a pandemia.

Tabela 5 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções negativas durante a pandemia

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
Medo	19,8	$\chi^2(3) = 21,861, p < 0,000$
Tristeza	34,8	$\chi^2(3) = 52,285, p < 0,000$
Irritação	30,8	$\chi^2(3) = 38,445, p < 0,000$
Solidão	20,8	$\chi^2(3) = 30,796, p < 0,000$
Sobrecarga	15,8	$\chi^2(3) = 14,971, p < 0,002$
Angústia	26,8	$\chi^2(3) = 28,869, p < 0,000$
Falta de vontade	18,8	$\chi^2(3) = 13,745, p < 0,003$



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Ansiedade	34,8	$\chi^2 (3) = 47,263, p < 0,000$
Tédio	26,8	$\chi^2 (3) = 29,394, p < 0,000$
Insatisfação	23,8	$\chi^2 (3) = 27,818, p < 0,000$
Nervosismo	25,8	$\chi^2 (3) = 27,234, p < 0,000$
Esgotamento emocional	29,8	$\chi^2 (3) = 37,044, p < 0,000$
Preguiça	28,8	$\chi^2 (3) = 34,358, p < 0,000$
Insônia	16,8	$\chi^2 (3) = 34,766, p < 0,000$
Raiva	12,8	$\chi^2 (3) = 28,460, p < 0,000$

* Frequência esperada: 34,3

Observa-se, dentre as emoções negativas, um predomínio dos sentimentos de ansiedade, tristeza e irritação, que já eram sentidos e se intensificaram no período de isolamento.

Tabela 6 – Descrição dos resíduos sobre a intensificação das emoções positivas durante a pandemia

As emoções que constam na tabela 6 são as emoções positivas que se intensificaram durante a pandemia.

Emoção	Resíduo	Qui-quadrado
--------	---------	--------------



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Solidariedade	48,8	$\chi^2(3) = 109,044, p < 0,000$
Esperança	16,8	$\chi^2(3) = 28,577, p < 0,000$

* Frequência esperada: 34,3

Verificou-se um incremento nos sentimentos de solidariedade e esperança, com destaque para o de solidariedade.

Foi analisada a frequência da associação entre gênero e trabalho doméstico, que não revelou significância. Da mesma forma, não houve significância na associação entre gênero e esgotamento emocional.

Foi analisada a associação entre atividade física e alguns sentimentos. Não houve significação na relação entre atividade física e ansiedade, assim como entre atividade física e os sentimentos de irritação, nervosismo e tédio. No entanto, observou-se correlação significativa entre a prática de *atividade física* e o sentimento de *raiva*, assim como entre a prática de atividade física e o sentimento de *angústia*, conforme se observa nas tabelas abaixo:

Tabela 7 – Frequência da associação entre atividade física e raiva

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Prática	57,7%	7,7%	15,4%	19,2%
Não prática	33,3%	18,9%	38,7%	9,0%



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Tabela 8– Frequência da associação entre atividade física e angústia

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Pratica	26,9%	38,5%	19,2%	15,4%
Não Pratica	20,7%	12,6%	50,5%	16,2%

Observa-se que aqueles respondentes que declararam praticar atividade física tiveram os sentimentos de raiva e angústia menos intensificados do que aqueles que não a praticam. Esse resultado indica que a prática de atividade física pode ser um fator de proteção e prevenção em relação a certos estados emocionais.

Tabela 9 – Associação entre qualidade do sono, tristeza e irritação:

Emoção	Qui-quadrado
Tristeza	$\chi^2 (3) = 21,66, p < 0,000$
Irritação	$\chi^2 (3) = 15,27, p < 0,002$

Conforme parâmetros do Qui-Quadrado, foram identificadas associações entre a qualidade do sono e as variáveis tristeza e irritação, mas não com a variável rotina.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

No caso da tristeza, entre os participantes que relataram a intensificação dessa emoção durante a pandemia, 64,5% relataram um sono ruim enquanto 32,8% relatam um sono bom, conforme tabela abaixo.

Tabela 10 – Frequência da associação entre qualidade do sono e tristeza

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Ruim	9,2%	15,8%	64,5%	10,5%
Bom	41,3%	18%	32,8%	8,2%

Tabela 11 – Frequência da associação entre qualidade do sono e irritação

No que diz respeito à correlação entre qualidade do sono e irritação, observa-se que, entre os respondentes com sono ruim, o isolamento intensificou sentimento de irritação. Já os que tinham um sono bom, em sua maioria não sentiram irritação ou não tiveram o sentimento incrementado, conforme se verifica na Tabela 11.

	Não senti	Já sentia e o isolamento não intensificou	Já sentia e o isolamento intensificou	Comecei a sentir no isolamento
Ruim	10,5%	15,8%	60,5%	13,2%
Bom	32,8%	23%	31,1%	13,1%

Análise qualitativa dos dados:



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Passamos, agora, à análise qualitativa dos dados, que foi realizada com a utilização do programa Iramuteq. O programa gerou a seguinte nuvem de palavras, que identifica os termos mais utilizados no discurso dos estudantes que responderam à pergunta aberta do questionário:

“Que sentimentos você percebe ao imaginar o retorno das aulas?”



Podemos observar que a palavra *medo* é a que mais se destaca. A seguir, aparecem os termos *ansiedade*, *felicidade*, *voltar*, *não*, seguidos de *alegria*, *alívio*, *sentimento*, *insegurança*.

A seguir, listamos algumas respostas em que a palavra *medo* esteve presente:

. *“Felicidade por voltar a ter contato com o ensino presencial pois faz grande diferença para mim, angústia pelo atraso do estudo que provavelmente ocorrerá e medo por voltar a ter contato com o mundo externo tendo o risco de pegar o vírus e passar para minha família, mesmo que haja a diminuição de contágio.”*

. *“Saudade, medo, insegurança, apreensão.”*

. *“Angústia, medo, ansiedade e aflição.”*

. *“Apesar da saudade, sinto medo em pensar a voltar as aulas e conviver com as pessoas, medo de que o vírus ainda exista e possa ter contato com alguém que tenha.”*





MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

. *“Medo de ser contaminado pelo COVID-19, pressão por parte dos professores e sobrecarga com faculdade e o trabalho.”*

Em relação ao termo *ansiedade*, alguns exemplos de resposta foram:

. *“Medo, ansiedade, será que eu ainda vou conseguir estudar, dúvidas”*

. *“Ansiedade, só quero minha rotina novamente e urgentemente.”*

. *“Desespero e Ansiedade para me formar!”*

O termo felicidade também apareceu em destaque. Citamos alguns exemplos:

. *“Felicidade e otimismo. Retorno das aulas é um sinal de que a vida irá voltar ao mais próximo do normal e isso me causa sentimentos bons”.*

. *“Felicidade, tanto por estar de volta quanto por saber que a pandemia terá acabado, e alívio que não vou mais passar o dia me cobrando pra estudar por conta própria e não conseguir.”*

. *“Felicidade, se tudo estiver acabado. Se caso continuar tristeza e medo.”*

Conclusões

Conforme descrito anteriormente, foi realizada uma análise de dados quantitativa e uma análise qualitativa das respostas ao questionário de Mapeamento de Bem-Estar Psicológico. No caso do campus São Sebastião, os resultados de ambas as análises revelam uma intensificação dos sentimentos negativos no momento da pandemia de Covid-19. A análise qualitativa revela que, ainda que termos associados a sentimentos positivos apareçam em destaque, como o termo felicidade, ele surge misturado a outros negativos, como ansiedade, tristeza e medo.

Tanto na análise quantitativa quanto na qualitativa, o termo *ansiedade* aparece em destaque nos resultados, sendo, portanto, um sentimento prevalente entre os respondentes do campus. O termo *medo* teve destaque na análise qualitativa, e a análise quantitativa demonstrou que foi um sentimento intensificado na pandemia entre os estudantes que responderam ao questionário. Assim, destaca-se, nos resultados da pesquisa relativa ao Campus São Sebastião, a presença significativa dos sentimentos de *ansiedade* e de *medo*, no contexto da pandemia.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Os resultados da pesquisa de Mapeamento do Bem-Estar Psicológico revelam a complexidade do momento vivenciado pelos estudantes do campus São Sebastião, carregado de ambivalências, e servem como orientação para que sejam pensadas ações institucionais que considerem, de forma abrangente, os estados emocionais e a saúde mental dos estudantes no momento de retorno às aulas.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

4. Considerações finais

O Fórum de Psicólogos, como mencionado, fez a escolha por uma análise de dados por *campus* com o objetivo de se obter dados específicos, que permitissem que as especificidades de cada realidade fossem observadas e analisadas. Afinal, cada *campus* está localizado em regiões administrativas com aspectos socioeconômicos diversos, e oferta cursos diferentes, para públicos-alvo distintos. Apesar de tantas particularidades, observamos alguns padrões de resultado entre os *campi*. Em todos os *campi* em que a pesquisa foi conduzida, com relação aos sentimentos e emoções, foi observado que a pandemia e o isolamento social por si só não foram responsáveis pelo surgimento de novos sentimentos e emoções na comunidade discente. No entanto, a pandemia com as suas consequências decorrentes foram fatores que intensificaram diversos sentimentos negativos já vivenciados pelos estudantes, dentre eles: ansiedade, tristeza, irritação, anedonia, tédio, esgotamento emocional. Destacamos que a ansiedade foi bastante intensificada em todos os *campi*. Já em relação aos sentimentos positivos, apenas dois foram intensificados: solidariedade seguido por esperança.

Outra semelhança observada intercampi se refere aos sentimentos gerados na comunidade estudantil ao pensar no retorno das aulas. Mesmo com os diferentes períodos de coleta de dados dos *campi* (ver página 5), foi comum entre os *campi* a ambivalência de sentimentos: um mesmo estudante relatou alegria e alívio ao pensar na volta às aulas e, ao mesmo tempo, relatou medo, ansiedade e preocupação. Respostas ambivalentes foram bastante frequentes. Para além dessa relação ambivalente identificada na escrita dos estudantes, foi percebido também que, alguns estudantes que relataram alegria, associaram que o retorno às aulas seria o fim da pandemia. Precisamos estar atentos a essa associação para que o IFB contribua com informações fidedignas e aumente a possibilidade de adesão dos estudantes às recomendações de saúde. Destacamos que, apesar das ambivalências mencionadas, o medo foi o sentimento prevalente em todos os *campi* ao se pensar no retorno das aulas.

Observamos, então, a partir desse padrão de resposta intercampi no que se refere aos sentimentos e emoções, a importância de percebermos que os estudantes do IFB estão, em geral,



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

mais vulneráveis do ponto de vista psíquico. Precisamos considerar que os estudantes que retornarão às aulas - seja na modalidade não presencial, híbrida ou presencial - não serão os mesmos estudantes de antes da pandemia e que, mais do que nunca, estarão atravessados por uma série de vivências sofridas e impactos de magnitudes diferentes da pandemia. É fundamental levar em consideração que o contexto vida, os medos e angústias dos estudantes atravessam os muros da escola e compõem no processo ensino aprendizagem, seja remota ou presencialmente. Além disso, destacamos também que, a despeito da pesquisa ter sido realizada com os estudantes, é notório que os impactos da pandemia estão para todos da comunidade acadêmica (estudantes, docentes e técnicos) e que certamente alterarão o processo de ensino-aprendizagem nas duas vias. Não podemos achar que, em um momento tão único como esse que vivemos, os processos de ensino-aprendizagem não serão afetados.

Nesse sentido, enfatizamos que a necessidade de o retorno às aulas ser cuidadoso, caso contrário poderá potencializar e agravar a condição de vulnerabilidade psíquica de todos, podendo se tornar mais um fator de frustração em um cenário em que a sensação de falta de controle já é demasiada. Por outro lado, se conduzido de forma reflexiva, o processo de retorno às atividades pode ser um norte para muitas pessoas, que buscam no ambiente acadêmico e em seus ensinamentos um conforto psíquico diante de tantas dificuldades impostas pelo cenário atual. Daí a importância de que o retorno seja criado, pensado e contextualizado, com direito a reflexões, a abertura de possibilidades de invenções e mudanças e a singularização das estratégias pedagógicas, já que é por meio das ferramentas educacionais que podemos oferecer recursos para o sujeito interpretar e construir sua própria história. O acolhimento nesse contexto passa por lidar efetivamente com o cenário em que nos encontramos. É preciso acolher o que foi vivido e sentido, promover espaços de pertencimento social, instruir os sujeitos nas novas práticas de biossegurança, enfim, é oferecer um terreno sólido para que o sujeito possa transitar. O desafio é mantermos uma educação crítica, significativa e para todos, e não apenas terminar o semestre, vencer o currículo demandado ou a carga horária imposta.

Relembramos que a saúde mental das pessoas é determinada por fatores socioeconômicos, biológicos e ambientais. Por isso, promover saúde mental é tarefa institucional, e não restrito à uma categoria profissional, uma vez que decisões institucionais afetam de modo direto ou indireto à vida dos estudantes. É importante, então, que o retorno às



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

aulas não seja mais uma fonte de estresse e ansiedade, por isso, recomendamos que as propostas de retorno contemplem **todos** os alunos, assegurando assim o direito universal à educação, apresentando protocolos de acompanhamento às vulnerabilidades para minimizar o sofrimento decorrente da vivência das desigualdades e a evasão. Nas atividades de acolhimento discente, sugerimos que sejam apresentadas as etapas do retorno do calendário para cada turma, deixando explícitos os novos prazos, formas de acompanhamento pedagógico e acessibilidade disponíveis para as atividades propostas, além de que haja flexibilidade para acolher o contexto singular de cada estudante.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

Referências

ALMONDES, K. **Manejo das alterações de sono no contexto de enfrentamento da COVID-19**. Ribeirão Preto: [s.n.]. Disponível em:

<[https://www.sbponline.org.br/arquivos/Tópico_8_Por_várias_razões,_a_pandemia_pode_estar_tirando_o_sono_das_pessoas._O_Tópico_8_orienta_sobre_o_manejo_das_alterações_de_sono_p_ela_psicóloga\(o\).pdf](https://www.sbponline.org.br/arquivos/Tópico_8_Por_várias_razões,_a_pandemia_pode_estar_tirando_o_sono_das_pessoas._O_Tópico_8_orienta_sobre_o_manejo_das_alterações_de_sono_p_ela_psicóloga(o).pdf)>.

BONETTI, A. L. Desigualdade de Gênero. In: Junior, J. G. S. (Org.). **O Direito achado na rua: Introdução crítica ao direito das mulheres**. 2 ed. – Brasília, DF: Fundação Universidade de Brasília/ FUB, 2015.

CHANDAN, J. S. et al. COVID-19: a public health approach to manage domestic violence is needed. **The Lancet Public Health**, maio 2020.

CURIA, B. et al. **Isolamento durante o COVID-19 e violência dentro de casa**. Porto Alegre: [s.n.]. Disponível em: <<https://www.pucrs.br/wp-content/uploads/2020/04/Cartilha-isolamento-e-violencia.pdf>>.

FIOCRUZ. **Cartilha de recomendações gerais em saúde mental e atenção psicossocial na pandemia do COVID-19**. 1.ed. Brasília: Fiocruz, 2020

FIOCRUZ. **Cartilha de recomendações de saúde mental e atenção psicossocial na pandemia do COVID-19- Violência doméstica e familiar**. 1.ed. Brasília: Fiocruz, 2020

IASC (Comitê Permanente Interagências). **Diretrizes do IASC sobre Saúde Mental e Apoio Psicossocial em Emergências Humanitárias**. Genebra: IASC, 2007.

IASC (Comitê Permanente Interagências). **Como lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de COVID-19**. Versão 1.5, Genebra: IASC, 2020.

LEITE, I. D. C. Ser humano em tempo de isolamento social. In: BARBOSA, L. et. al. **Estratégias de enfrentamento, reflexões e orientações na pandemia covid-19**. Recife: Do Autor, 2020.

MARTINS, L. B.; AGUIAR, C. V. N.; BASTOS, A. V. B. COVID-19: seus impactos nas relações trabalho-família. In: SBPOT (Ed.). **Orientações técnicas para o trabalho de psicólogos e psicólogas no contexto da crise COVID-19**. [s.l.] Artmed, 2020. p. 1–8.

MELLO, L. C. DE A.; MODESTO, J. G. **Violência contra a mulher**. Ribeirão Preto: [s.n.]. Disponível em:

<https://www.sbponline.org.br/arquivos/Tópico_10_A_violência_doméstica_contra_a_mulher_t



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília

em_muitas_formas_e_aumentou_durante_a_pandemia.pdf>.

MELO, M. C. B. Dinâmica Familiar. In: BARBOSA, L. et. al. **Estratégias de enfrentamento, reflexões e orientações na pandemia covid-19**. Recife: Do Autor, 2020.

SOARES, M. R. Z.; MODESTO, J. G. **Manejo de conflitos na família**. Ribeirão Preto: [s.n.].

Disponível em:

<https://www.sbponline.org.br/arquivos/Tópico_7_O_distanciamento_social_tende_a_nos_aproximar_daqueles_com_quem_moramos_mas_que_normalmente_não_convivemos_o_tempo_tudo.pdf>.

ZANELLO, V. **Saúde mental, gênero e dispositivos: Cultura e processos de subjetivação**. 1. ed. Curitiba: Appris, 2018.