

Photovoice como estratégia participativa de promoção da saúde de universitários durante a pandemia

Photovoice as a participatory health promotion strategy for university students during the pandemic

Photovoice como stratégie participative de promotion de la santé des étudiants universitaires pendant la pandémie

Catherine Menegaldi-Silva^{[a]*}, Gabriela Costa Alves^[a],
Solange Franci Raimundo Yaegashi^[b], Karla Patrícia Martins Ferreira^[c],
Mírian Ueda Yamaguchi^[a] & Rute Grossi-Milani^[a]

^[a] Universidade Cesumar (UniCesumar); Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação, Maringá, Brasil.

^[b] Universidade Estadual de Maringá (UEM), Maringá, Brasil.

^[c] Universidade de Fortaleza, Fortaleza, Brasil.

Resumo

Este estudo, de caráter qualitativo, teve como objetivo descrever a percepção de universitários/as sobre a pandemia da COVID-19 com o *Photovoice*, que constitui uma estratégia participativa de promoção da saúde. Para tanto, foram entrevistados/as 11 universitários/as, em dois encontros, visando à produção de fotos e respectivos relatos sobre a vivência com a pandemia e as estratégias de enfrentamento. As fotografias, os relatos e as entrevistas foram analisadas e codificadas em três fases: avaliação, indagação e interpretação. Identificaram-se três temáticas: a pandemia, o *home office* e o enfrentamento. Deve-se observar que tanto na pandemia quanto no *home office* houve aumento da ansiedade, da angústia e do medo, assim como a determinação, autoconfiança e empatia. Como estratégia de enfrentamento, evidenciou-se o desenvolvimento de novas habilidades, a busca pelo apoio social e a utilização de ambientes naturais. Conclui-se que a estratégia participativa de promoção da saúde com o uso do *Photovoice* foi eficaz em entender a vivência dos/as universitários/as na pandemia.

Palavras-chave: coronavírus, universidades, enfrentamento, *photovoice*, saúde mental

Abstract

This qualitative study aimed to describe university students' perception of the COVID-19 pandemic using the Photovoice, which constitutes a participatory health promotion strategy. Eleven university students were interviewed in two meetings to produce photos and their respective reports on living with the pandemic and coping strategies. The photographs, reports and interviews were analysed and coded in three stages: assessment, inquiry and interpretation. Three

* Correspondência: catherinemenegaldi@gmail.com

themes were identified: the pandemic, the home office and coping. Regarding the pandemic and the home office, anxiety, anguish and fear were highlighted, as well as determination, self-confidence and empathy. As a coping strategy, the development of new skills, the search for social support and the use of natural environments were evident. It is concluded that the participatory health promotion strategy using Photovoice was effective in understanding the university students' experience during the pandemic.

Keywords: coronavirus, universities, coping, photovoice, mental health

Résumé:

Cette étude qualitative visait à décrire la perception des étudiants universitaires face à la pandémie de COVID-19 à l'aide de *Photovoice*, qui constitue une stratégie participative de promotion de la santé. Onze étudiants universitaires ont été interviewés, lors de deux réunions, visant à la production de photos et de rapports respectifs sur la vie avec la pandémie et les stratégies d'adaptation. Les photographies, les rapports et les entrevues ont été analysés et codés en trois étapes: évaluation, enquête et interprétation. Trois thèmes ont été identifiés: la pandémie; le bureau à domicile et faire face. Concernant la pandémie et le télétravail, l'anxiété, l'angoisse et la peur ont été mises en avant, ainsi que la détermination, la confiance en soi et l'empathie. En tant que stratégie d'adaptation, le développement de nouvelles compétences, la recherche d'un soutien social et l'utilisation des environnements naturels étaient évidents. Il est conclu que la stratégie participative de promotion de la santé utilisant *Photovoice* a été efficace pour comprendre l'expérience des étudiants universitaires pendant la pandémie.

Mots-clés: coronavirus, universités, coping, photovoix, santé mentale

Introdução

A pandemia de COVID-19 determinou muitas restrições primordiais a indivíduos e instituições. As escolas e as universidades tiveram que se adaptar para a realização de aulas e atividades pedagógicas não presenciais em todo o país (Resolução CNE/CP n.º 2, de 10 de dezembro de 2020). No Brasil, foi possível identificar diversos desafios, dada a ausência de diversidade de instrumentos tecnológicos e o difícil acesso à internet vivenciado por alunos/as e docentes, expondo vulnerabilidades socioeconômicas e destacando ainda mais o abismo social existente no país (Cavalcante & Lacerda Junior, 2022). Apesar de a modalidade de ensino remoto ter possibilitado a manutenção das aulas, revelou-se, por outro lado, um grande problema social brasileiro marcado pela falta de recursos tecnológicos para os/as alunos/as acompanharem as aulas, bem como a distribuição falha de acesso à internet. Além disso, a transformação dessas metodologias resultou no desenvolvimento de limitações ao aprendizado, impactando no bem-estar dos/as alunos/as (Naddeo et al., 2021).

Nos últimos anos, os/as universitários/as têm experimentado um cenário de crise na saúde mental (Desouky et al., 2019; Manzar et al., 2019). Com a evolução da pandemia ao redor do mundo, esse problema foi agravado em razão de medidas sanitárias impostas para contenção do vírus, como o *lockdown* e o distanciamento social (Brooks et al., 2020). Houve

uma intensificação dos problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade e solidão (A. Lal et al., 2020; Sherman et al., 2020), que se consubstanciou na dificuldade de concentração, no medo de contrair o vírus e no aumento da preocupação com a própria saúde e com a saúde dos familiares (Son et al., 2020). Constatou-se também um aumento no consumo de bebidas alcoólicas em universitários/as americanos/as após o anúncio do fechamento dos *campi* (Lechner et al., 2020). A pandemia parece, assim, ter contribuído para a intensificação dos problemas de saúde mental, já anteriormente identificados em universitários/as, sendo importante evidenciar a associação persistente entre a desigualdade social e o transtorno mental (Shah et al., 2018), que pode ter acentuado o sofrimento desses/as jovens.

O *home office* adotado pelas universidades provocou mudanças em diversos aspectos da vida dos/as acadêmicos (Yildirim & Eslen-Ziya, 2021). A implementação da educação *on-line*, como proposta de aprendizado remoto de emergência, surgiu como uma dessas mudanças e se refletiu como um novo estilo de ensino aprendizagem (Toprak & Tunç, 2022). Entretanto, muito se debateu sobre esse novo conceito visto que foi implementado de forma inesperada, enfrentando dificuldades associadas à ausência de estrutura de ensino *on-line*, inexperiência dos/as professores/as e a falta de informações e recursos para todos/as os/as alunos/as, como também desafios enfrentados pelo ambiente complexo em casa (Zhang et al., 2020).

Apesar de a educação *on-line* ter suas vantagens, já é conhecido que essa proposta pode influenciar no desempenho acadêmico e na falta de conhecimento prático dos/as alunos/as (Ferri et al., 2020), acarretando também o desenvolvimento de transtornos mentais e de estresse decorrentes da exposição prolongada às tecnologias da informação e comunicação (Torales et al., 2022). Evidências de uma meta-análise apresentaram que a prevalência de ansiedade, depressão e estresse entre alunos/as de ensino remoto durante a pandemia foi significativamente maior do que na população geral. Pode-se inferir ainda que grupos de estudantes, aprendizado *on-line* e a pandemia de COVID-19 foram os três fatores relacionados com maior prevalência de ansiedade, depressão e estresse (Xu & Huang Wang, 2023).

Diante desses indícios, o desenvolvimento de programas de prevenção e intervenção em saúde mental nos *campi* universitários se tornou necessário (Rogowska et al., 2020). Esse grupo, não obstante, mostrou-se resistente em buscar aconselhamento psicológico ou até mesmo serviços de saúde mental, mesmo com a oferta de programas pelas instituições de ensino (Liang et al., 2020). Diante desse desafio e também do revés causado pelo distanciamento social, uma das formas de ofertar programas na área foi por meio de serviços *on-line*, que têm sido amplamente adotados e aceites pelo público (Inchausti et al., 2020; Li et al., 2020). Na literatura, até ao momento da realização deste estudo foram identificados projetos de intervenção em saúde mental, porém com poucas publicações sobre as evidências dessas intervenções na pandemia (Mansell et al., 2020; Olson et al., 2020). Dada a necessidade de respostas a este problema e melhor aceitação da intervenção digital, buscou-se encontrar

intervenções para promoção da saúde de universitários/as que possibilitassem a aplicação *on-line*.

A partir dessa demanda, o *Photovoice* foi considerado uma estratégia útil por aliar pesquisa e intervenção (Wang, 1999). Trata-se de uma estratégia de promoção da saúde definida por três objetivos: 1) possibilitar que os/as participantes registrem e reflitam sobre os pontos fortes e as preocupações de sua comunidade; 2) promover o diálogo e conhecimento sobre questões importantes da comunidade por meio de discussões de fotografias em grandes ou pequenos grupos; 3) alcançar os/as formuladores de políticas (Wang, 2006). Evidências mostram que o *Photovoice* é eficaz para revelar as experiências vividas pelos/as estudantes (Lam et al., 2019; Tomar & Stoffel, 2014). Além disso, tem ampla aceitação entre o público jovem e universitário, com potencial para atingir diversas comunidades, servindo de ímpeto para aprofundar conversas, tendo em conta a compreensão contextual do/a participante (Cardarelli et al., 2019; Torris-Hedlund, 2019). Este estudo teve como objetivo, portanto, descrever a percepção de universitários/as sobre a pandemia com o *Photovoice*, que se constitui uma estratégia participativa de promoção da saúde.

Metodologia

Este é um estudo de abordagem qualitativa, descritivo-exploratório e transversal baseado no método de Pesquisa-Ação Participativa. O *Photovoice*, enquanto processo de investigação e intervenção, tem por objetivo permitir que as pessoas compartilhem as suas experiências, identifiquem-se e aprimorem o ambiente no qual habitam de forma participativa, por meio da fotografia (Lam et al., 2019; Wang & Burris, 1997). A coleta de dados por meio do *Photovoice* foi dividida em três etapas: a primeira consistiu na aprendizagem do/a participante para o uso da câmera, discussão de questões éticas e a formulação de perguntas de pesquisa; a segunda foi caracterizada pela captura das fotos pelos/as participantes; e a terceira envolveu o compartilhamento das imagens e do significado das fotos, visando ao estabelecimento dos problemas e à procura por possíveis soluções para os mesmos por meio da utilização do acrônimo *SHOWED* (Lam et al., 2019; Wang & Burris, 1997). O *SHOWED* é uma das formas utilizadas para descrever os significados das imagens, sendo composto por cinco perguntas, utilizadas na discussão com o grupo, tendo o objetivo de ajudar os/as participantes a refletir sobre suas imagens e histórias capturadas por meio da fotografia. São os seguintes questionamentos: O que você vê aqui? (*What do you See here?*); O que realmente está acontecendo aqui? (*What is really Happening here?*); Como isso se relaciona com nossas vidas? (*How does this relate to Our lives?*); Por que essa condição existe? (*Why does this condition Exist?*); O que podemos fazer sobre isso? (*What can we Do about it?*; Duffy, 2010).

Participantes

O estudo contou com a participação de 11 universitários/as de graduação e pós-graduação com idades compreendidas entre os 18 e os 27 anos, sendo 90% do sexo feminino e apenas 10% do sexo masculino, que vivenciaram a experiência do regime emergencial de aulas não presenciais em instituições de ensino superior públicas (10%) e privadas (90%). A mostra foi composta por acadêmicos/as matriculados/as nos cursos de Psicologia (54%), Direito (28%) e Pedagogia (18%). Qualquer universitário/a, independentemente do curso, instituição de ensino ou localidade, poderia acessar o *link* de participação na pesquisa e deixar os seus dados pessoais para posterior contato do/a pesquisador/a.

Coleta de dados

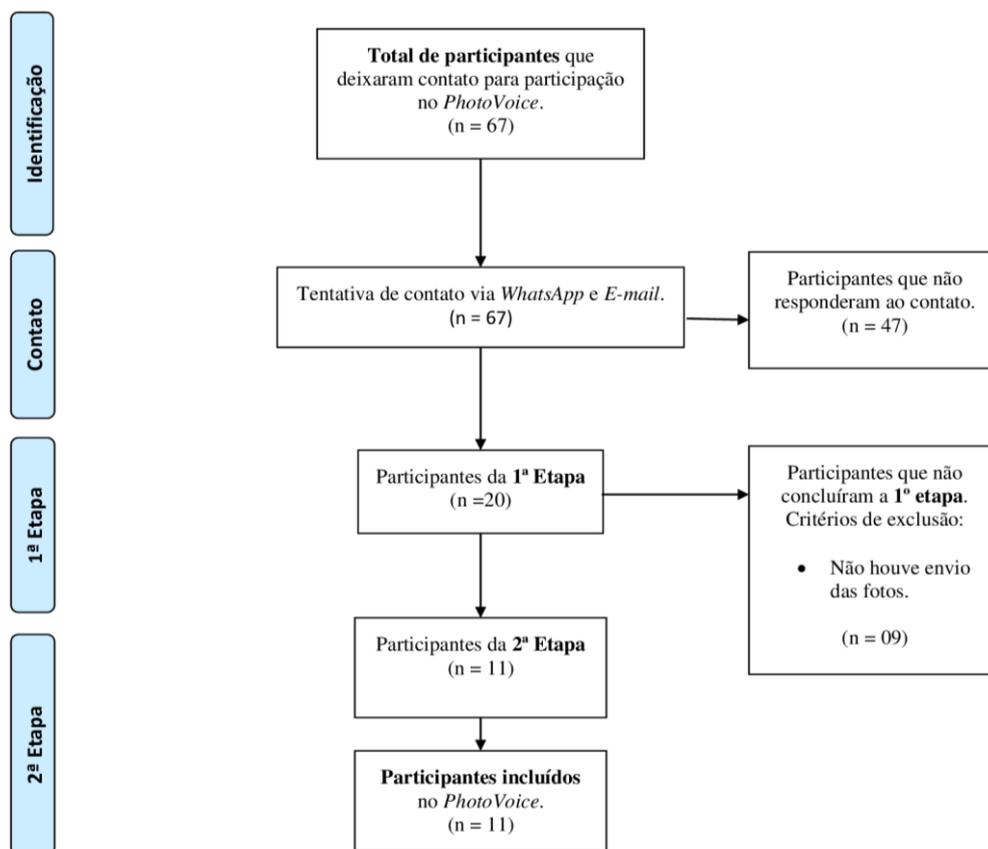
O estudo foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Cesumar (N.º do CAAE: 30328620.0.0000.5539), respeitando os princípios éticos da pesquisa com seres humanos propostos pelas Resoluções n.º 466/2012 e n.º 510/2016. Foram incluídos no estudo os/as universitários/as que concordaram em participar e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE).

Na primeira etapa foi disponibilizado um convite para participação no estudo, com uma breve apresentação da pesquisa, bem como um *link* de acesso para inscrição dos/as universitários/as, via *Google Forms*, nos meses de julho e agosto de 2020. Para a disseminação do convite, utilizou-se as mídias sociais *Facebook*, *Instagram* e *WhatsApp*, por meio da metodologia bola de neve virtual. Este método de encaminhamento corresponde à estratégia viral, visto que, no corpo da mensagem, além da apresentação do objetivo do estudo, também foi encaminhado um pedido para que fosse repassada para a rede de contatos do público. Desse modo, o convite foi compartilhado nos grupos do *WhatsApp* compostos por universitários/as de graduação e pós-graduação, assim como em grupos de universitários/as disponíveis no *Facebook*, mediante solicitação do acesso pela pesquisadora e posterior aprovação pelo/a administrador/a do grupo. Já no *Instagram*, o convite para a pesquisa foi divulgado nos *Stories*, no *Feed* do perfil da pesquisadora e do grupo de pesquisa.

Ao entrar no *link*, o/a participante tinha acesso ao TCLE, ao questionário sociodemográfico e ainda ao convite para participar na intervenção com a solicitação que deixasse seu contato, sendo o número de *WhatsApp* ou *e-mail*. O percurso que revela o fluxo dos/as participantes encontra-se apresentado na Figura 1.

FIGURA 1

Fluxograma de seleção dos/as participantes



Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

O desenvolvimento da coleta contou com a participação de duas pesquisadoras com formação em Psicologia, ambas com experiência em pesquisa e intervenção na promoção da saúde no ensino superior, que ficaram responsáveis pelo desenvolvimento do processo de *Photovoice*. Assim, deu-se início ao contato com os/as participantes. No total, houve 67 universitários/as interessados em participar da atividade e que deixaram o contato. Porém, somente 20 responderam ao primeiro contato da pesquisadora e aceitaram participar efetivamente da primeira fase do estudo. Após o consentimento dos/as participantes, foi realizada uma reunião *on-line* em grupo com a finalidade de contemplar a 1.ª e a 2.ª etapa do *Photovoice*. Além disso, explicar o objetivo do estudo, explanar sobre os cuidados éticos e apresentar o *Photovoice*. Desta forma, foi solicitado que tirassem uma foto, pela câmera do celular, de um ambiente domiciliar que representasse os sentimentos dele/a na pandemia e enviassem via *WhatsApp* para a pesquisadora no prazo de uma semana. Além da solicitação das fotos, foi requerido que escolhessem um título e escrevessem um breve relato sobre o motivo da escolha. Em média, os/as participantes completaram a atividade do *Photovoice* em duas semanas. Foram excluídos/as aqueles/as que não completaram as duas fases do processo

de pesquisa.

A terceira fase de processo *Photovoice* foi realizada individualmente, tendo em vista a baixa adesão dos/as participantes no estudo piloto (N=5), realizado entre maio e junho de 2020. A pesquisa mostrou que houve a atuação de fatores de resistência, pois quando informados/as sobre o caráter grupal dos encontros, nenhum/a entrevistado/a enviou a foto e, quando lembrados/as pela pesquisadora, três acadêmicos/as não responderam e dois/duas alegaram que só continuariam no processo se a terceira etapa ocorresse individualmente. Essa baixa adesão já foi observada em outra averiguação, em que houve boa participação na entrevista individual, porém pouca adesão no grupo focal (Leal et al., 2018).

Assim, a pesquisadora optou por acatar a solicitação dos/as participantes restantes e agendar o segundo encontro individual para concretização da terceira etapa do *Photovoice*. Esse momento foi embasado na técnica *SHOWED* (Duffy, 2010; S. Lal et al., 2012; Wang & Burris, 1997), entretanto, houve dificuldade dos/as participantes em relacionar as perguntas com as fotos. Assim, diante das adversidades apresentadas e da experiência vivenciada no estudo piloto, houve a necessidade de adaptação de alguns processos, como a realização da entrevista individual e a adaptação das perguntas do *SHOWED* para: a) Por que você escolheu esta foto? b) Por que você escolheu este título? c) Quais sentimentos você acha que a pandemia despertou? d) Como esses sentimentos se relacionam com a sua vida? e) Diante disso, quais estratégias você poderia utilizar para melhorar esses aspectos? As discussões foram encorajadas pela pesquisadora, que incentivou os/as participantes convidados/as a falarem abertamente sobre o que era mais importante para eles/as em relação aos desafios e dificuldades vivenciados na pandemia. Assim, todas as entrevistas foram realizadas virtualmente, visando seguir as orientações dos protocolos de segurança impostos para o controle da pandemia de COVID-19, e gravadas digitalmente. Essas modificações, como a utilização exclusiva da entrevista individual e a adaptação das perguntas do método *SHOWED* já foram utilizadas no *Photovoice* em outros estudos realizados com adultos do sexo masculino (Creighton et al., 2018; Oliffe et al., 2020). Diante dessas evidências, e a fim de possibilitar a facilitação do processo *Photovoice* em formato *on-line*, visto que a formação de grupos presenciais infligia as orientações de segurança do COVID-19, houve a necessidade de adaptar alguns processos metodológicos.

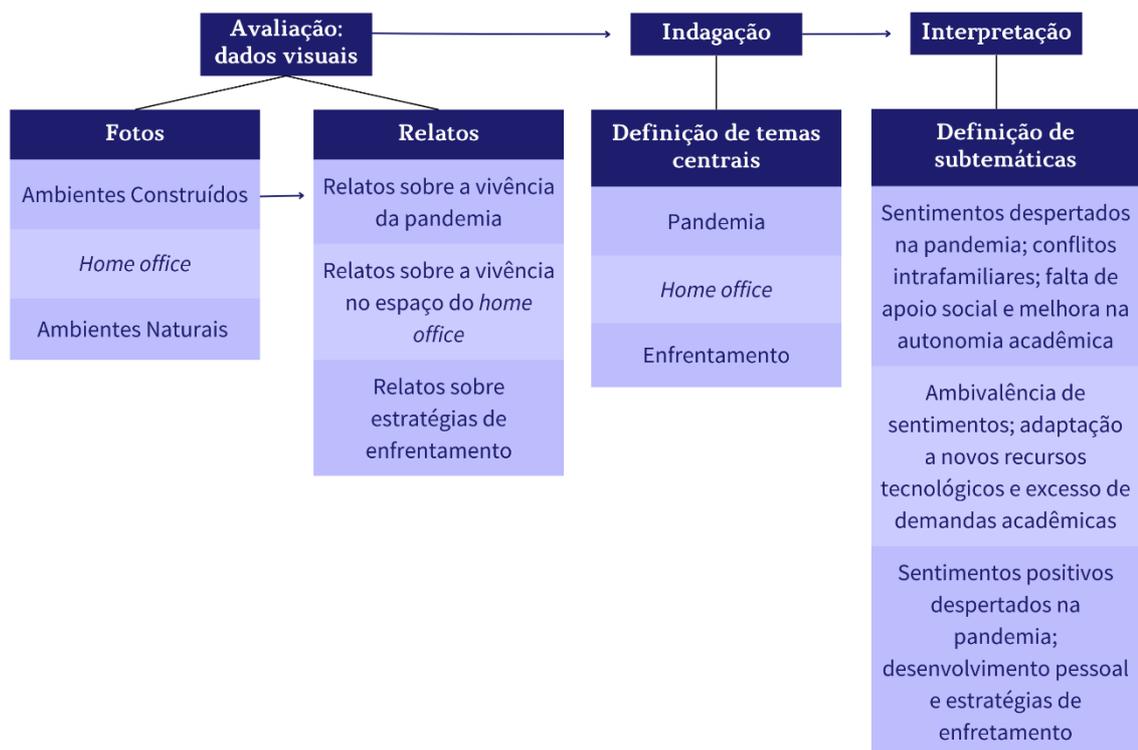
Análise de dados

No total, as gravações variaram entre nove e 54 minutos de duração, totalizando 11 fotografias, títulos e relatos fornecidos pelos/as participantes. As entrevistas foram transcritas na íntegra, anonimizadas e verificadas quanto à exatidão. Para a análise, as fotografias foram

inseridas com os títulos e com os relatos correspondentes para serem codificadas e analisadas com o texto (Olliffe et al., 2008), assim como proposto no estudo de Ferlatte et al. (2019). Esse processo contou com a participação de duas pesquisadoras com formação em Psicologia, para a verificação quanto à exatidão das transcrições.

A análise dos dados contou com as três fases propostas por Olliffe et al. (2008): (a) avaliação, a fim de identificar a congruência entre os dados visuais e escritos; (b) indagação, por meio do reconhecimento dos temas centrais dos dados como um todo; (c) interpretação, analisando de perto cada foto e texto, sondando seu contexto e significado individualmente, como apresentado na Figura 2. Esta etapa de codificação também ocorreu com a participação de uma profissional da Psicologia.

FIGURA 2
Fluxograma da análise dos dados



Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

Na fase da avaliação, o objetivo principal foi identificar a congruência entre os dados visuais e escritos. Para isso, buscou-se uma familiarização com os dados, na qual houve a análise dos dados visuais (fotos), leitura ativa dos relatos e dos títulos atribuídos às fotos. Em seguida, ocorreu a geração dos primeiros códigos dos elementos visuais e a busca por temas em comum, resultando na identificação dos seguintes elementos: ambientes contruídos, *home*

offices e ambientes naturais. Por meio da leitura ativa, revisão e repetição da leitura dos relatos, pôde-se verificar o agrupamento por temas potenciais. Assim, observou-se que os relatos dos/as participantes sobre os ambientes construídos abordavam temáticas referentes às vivências na pandemia, bem como para o *home office*, evidenciando as experiências vividas no local destacado pelo/a entrevistado/a. Já para os ambientes naturais, os relatos destacavam predominantemente as estratégias de enfrentamento utilizadas.

Com a primeira codificação realizada, foi possível partir para a segunda fase da análise: a indagação. Essa fase teve como objetivo o reconhecimento dos temas centrais dos dados como um todo. Para isso, a pesquisadora realizou a releitura das informações anteriores e a leitura ativa das entrevistas do segundo encontro com o objetivo de agrupar e revisar os temas principais. Foi necessário conferir se esses critérios funcionavam em relação às fotografias e aos relatos apresentados pelos/as participantes, tanto textuais enviados com as fotos quanto das entrevistas individuais. Essa análise dos conteúdos possibilitou a organização e o detalhamento das informações em códigos, com o recurso da ferramenta *Excel* 2016, resultando nos temas principais: Pandemia, *Home Office* e Enfrentamento.

Por fim, a terceira fase da análise, chamada de interpretação, que tem como foco a análise de cada foto e texto, sondando, assim, contexto e significado individualmente. Nesse sentido, realizou-se a leitura ativa das entrevistas individuais, verificando mais uma vez se os temas funcionavam em relação às fotografias, bem como a organização e o detalhamento das informações referentes aos temas centrais, possibilitando a definição dos subtemas. Foram categorizados também os assuntos mais abordados pelos/as participantes, seguindo a proposta das temáticas centrais.

Resultados

A análise das fotografias, dos títulos e relatos possibilitou identificar três grandes temas emergentes: a pandemia, o *home office* e o enfrentamento. Após a definição das temáticas, procedeu-se à identificação dos subtemas a fim de enriquecer a discussão e contemplar a perspectiva apresentada pelos/as universitários.

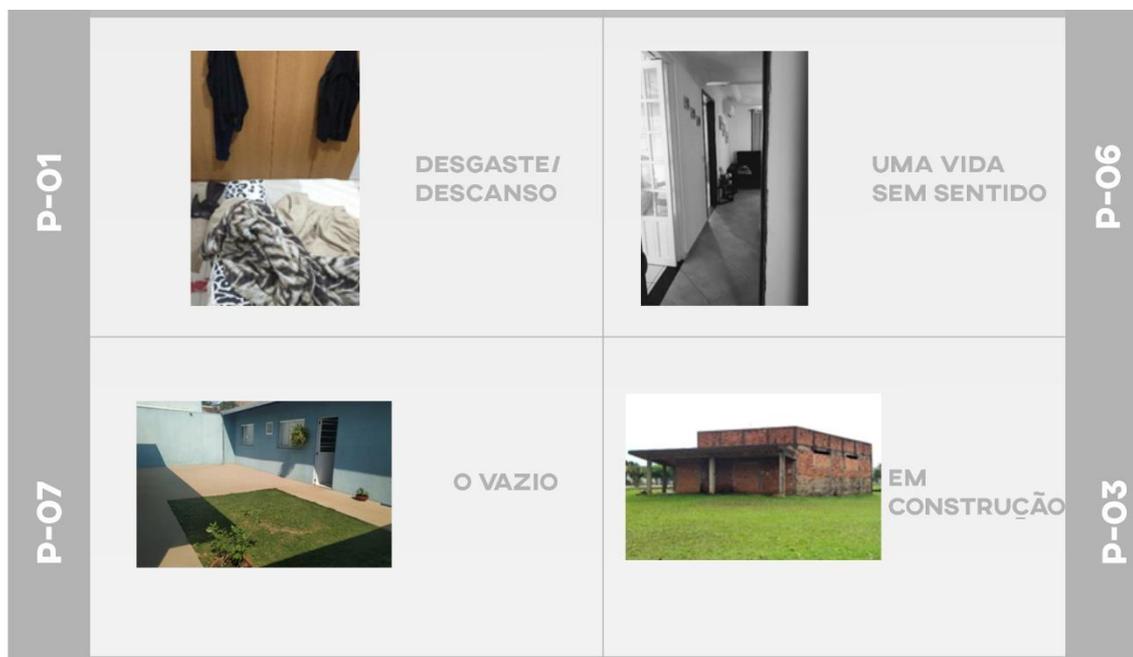
Pandemia: “aquele amanhã incerto”

Conforme apresentado na Figura 3, na primeira etapa foram selecionadas quatro fotos que abordaram a temática *pandemia*. Três delas compunham ambientes domiciliares, como o quarto, a sala e o quintal; e uma peculiar, através da imagem de um edifício em construção. A partir da análise dos relatos dos/as participantes, por conseguinte, foram estabelecidos como

subtemas: sentimentos despertados na pandemia; conflitos intrafamiliares; falta de apoio social; e melhora na autonomia acadêmica.

FIGURA 3

Fotos e títulos relacionados pelos/as participantes que abordaram o sofrimento com a pandemia



Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

Os/As universitários/as relataram o início da pandemia como um momento desafiador, despertando sentimentos de ansiedade, angústia e medo. Esses sentimentos foram evocados pela sensação de insegurança e incerteza, apresentando-se de forma recorrente no discurso: “Mas também aquele sentimento de incerteza, acho que foi uma das coisas mais difíceis no início, aquele amanhã incerto né, tipo, será que amanhã vai ser melhor? Será que amanhã vai ser pior?” (P5, 23 anos). Esses questionamentos surgiram em outras áreas, também, como por exemplo em relação à universidade e ao trabalho, visto que o retorno às aulas e ao trabalho estavam incertos e sem perspectivas, o que aumentava ainda mais o sentimento de insegurança.

A vivência familiar foi apontada também como algo desafiador, tarefas como auxiliar no cuidado com os/as avós, o medo de se contaminar e transmitir o vírus para a família, bem como o gerenciamento de conflitos familiares: “talvez acolher, é acolher, o meu pai, minha mãe. Às vezes, eu via que eles tinham alguns desentendimentos, eu via que tinha um pouco de reatividade da parte deles” (P5, 23 anos). E narrativas como: “Eu acho que um dos desafios é conviver com as outras pessoas da casa por muito tempo, porque acaba que todo mundo está passando mais tempo na casa” (P9, 19 anos).

A falta do apoio social também foi algo relatado pelos/as entrevistados/as. Mesmo sendo

utilizados meios digitais para suprir a ausência de contato físico, percebeu-se que o contato por vídeo não foi o suficiente para reduzir essa carência. Relatos como: “principalmente essa questão de relacionamentos, eu achava que não ia fazer falta nenhuma para mim, até porque nos primeiros meses foi perfeito, mas agora eu sinto sabe, de contato físico, de abraço” (P8, 20 anos) foram expressões frequentes nos discursos dos/as universitários/as.

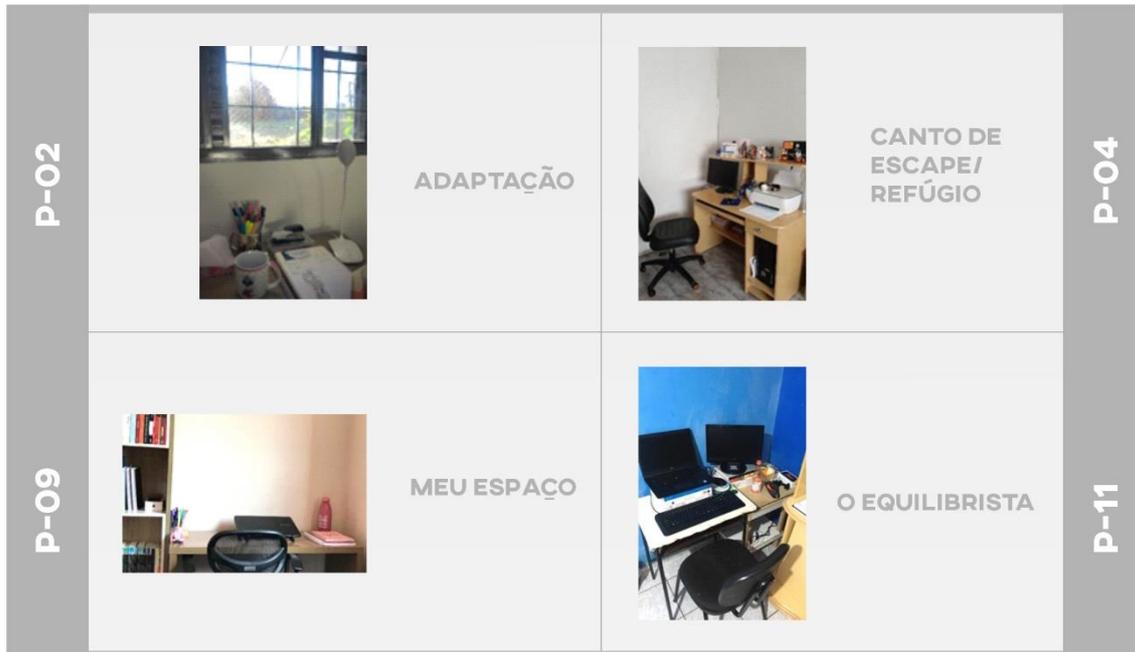
Apesar dessa vivência ter causado impactos negativos na vida dos/as acadêmicos/as, também foi possível identificar pontos positivos. Nos relatos, com a regulamentação do regime emergencial de aulas não presenciais, eles/as afirmaram ter mais tempo para estudar, e ações como o traslado para a instituição, que antes tomava tempo, foi revertido em estudo. Além disso, ressaltaram também ser introvertidos/as, ter vergonha de falar em público ou até mesmo fobia de lugares com muitas pessoas, de modo que não precisar ir para a universidade mostrou ser uma mudança bem-vinda. Por fim, alegaram que as aulas *on-line* possibilitaram desenvolver maior autonomia para estudarem sozinhos/as, aprendendo a organizar melhor o tempo e os conteúdos a serem estudados.

Home office: “é como se minha vida estivesse acontecendo aqui, neste lugar, todos os dias”

Para a temática *home office* foram selecionadas quatro fotos de ambientes conhecidos como escritório da casa dos alunos, com o intuito de atender demandas educacionais e organizacionais durante a pandemia (Figura 4). Desse modo, a partir da análise dos relatos dos/as participantes, estabeleceram-se os subtemas: ambivalência de sentimentos; adaptação a novos recursos tecnológicos, dificuldade de organização da rotina e excesso de demandas acadêmicas.

FIGURA 4

Fotos e títulos atribuídos pelos/as participantes que abordaram a temática Home Office



Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

Com a regulamentação da medida sanitária de distanciamento social, além do regime emergencial de aulas não presenciais, o *home office* tornou-se uma realidade na vida dos universitários. Por isso, esse ambiente apareceu com regularidade nas fotos e nas narrativas deles/as. Os/As entrevistados/as alegaram ter escolhido esse espaço por representar as vivências deles em relação à pandemia, apontando-o como o local onde permaneceram a maior parte do tempo, trabalhando, estudando e desfrutando de momentos de lazer. Nesse sentido, o *home office* é descrito com uma certa ambivalência de sentimentos, sendo ao mesmo tempo um canto de refúgio, denominado por boa parte dos/as alunos/as como “Meu cantinho”, e um local em que eles/as sentiram muita ansiedade e incerteza.

Ao mesmo tempo que é um lugar calmo, um espaço organizado, um espaço só meu, é um espaço que gera uma certa ansiedade, porque eu acabo passando o dia todo olhando para a parede, olhando para a tela do computador, no mesmo lugar, sem poder ver ninguém, sem poder ter nenhum tipo de contato, que é [d]o que eu sinto mais falta. (P9, 19 anos)

Então aquele era como se fosse meu cantinho, como se eu estivesse protegida do mundo externo, onde ninguém pode fazer nada e como se todo mundo [es]tivesse lá fora e eu [es]tivesse parada. (P4, 22 anos)

Esse espaço também foi ligado aos excessos de demandas acadêmicas e sobrecarga de

tarefas, dificuldades de reorganização da rotina, medo e incertezas sobre a carreira e continuidade das aulas. Observou-se que o *home office* foi a principal mudança no cotidiano deles/as durante a pandemia. Essa modalidade de trabalho está vinculada aos avanços tecnológicos, criando a necessidade de adaptação a novos recursos, como as aulas *on-line* e as reuniões de trabalho por videoconferência.

Olha, eu escolhi essa foto porque dentro dessa foto tem vários elementos que fazem parte do meu dia; o maior destaque é a tecnologia, porque com essa pandemia assim, não teve como escapar. (P11, 24 anos)

O regime emergencial de aulas não presenciais foi outro ponto levantado pelos/as alunos/as, pois apesar de alegarem que as notas aumentaram e as aulas *on-line* vieram para suprir um pouco a falta do apoio social, também afirmaram não conseguir manter a atenção, sentir falta de motivação e engajamento para assistir as aulas, e também a preocupação em não assimilar os conteúdos e o impacto disso em suas carreiras.

Eu perdi totalmente a noção de horários. Assim, eu acho que hoje eu não tenho uma rotina pré-estabelecida, eu olho na agenda o que eu preciso fazer e faço. Só que tem vezes que eu acabo tendo que me policiar, porque senão, eu não descanso e a falta de descanso também prejudica. (P1, 27 anos)

Houve ainda a preocupação com a saúde, com a necessidade de uma alimentação saudável e com a falta de atividade física:

É o que a gente vem tentando fazer, você acha que tem que equilibrar, às vezes eu acho que você tem que ficar equilibrando porque são coisas muito importantes, a minha faculdade é importante, meu serviço é importante, minha saúde é importante. (P11, 24 anos)

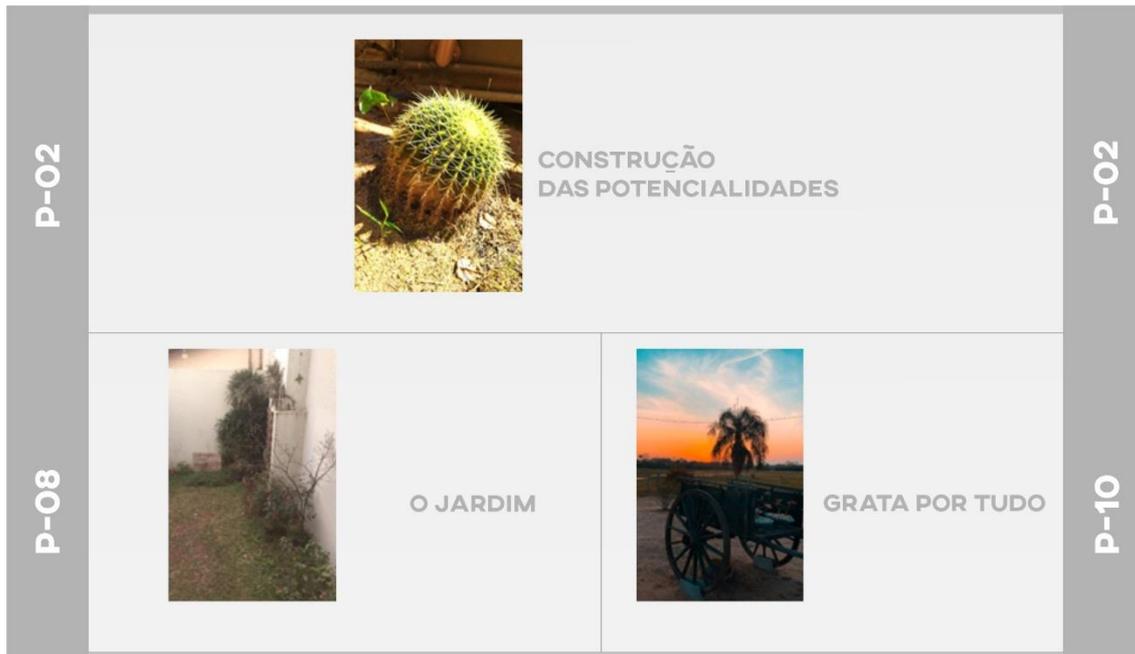
Nesse sentido, pode-se observar que a temática *home office* vem para representar essa ambivalência de sentimentos provocados pela pandemia: se, por um lado, era um local seguro e protegido do caos, por outro, o lugar no qual vivenciaram os medos, ansiedades e angústias.

Enfrentamento: “hoje eu consigo dar conta de coisas além”

Para a temática *enfrentamento* foram selecionadas três fotos que compõem ambientes naturais, sendo eles caracterizados como fazenda, jardim e um cacto (Figura 5). Assim, a partir da análise dos relatos, estabeleceram-se os subtemas: sentimentos positivos despertados na pandemia; desenvolvimento pessoal; e estratégias de enfrentamento.

FIGURA 5

Fotos e títulos apresentados pelos/as participantes que abordaram a temática enfrentamento



Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

Embora a experiência dos/as acadêmicos/as com a pandemia tenha levantado sentimentos negativos, foi possível observar que também conseguiram visualizar aspectos positivos em meio à crise. Durante as entrevistas, surgiram sentimentos como determinação, confiança e empatia, descritos como momentos de “construção”, desenvolvimento e autoconhecimento:

É aquilo que eu estou vivenciando, sabe, o desabrochar de uma flor, de você crescer mesmo com as dificuldades e olhar isso com outros olhares. Então sim, eu acho que foi um momento assim, para o olhar para dentro e para eu me enxergar de uma forma melhor. (P5, 23 anos)

Eu alcancei meus objetivos, mesmo sendo difícil, eu alcancei. Tudo isso me fez crescer e confiar mais em mim. (P10, 20 anos)

Além disso, os/as universitários/as alegaram que, por permanecerem muito tempo sozinhos/as, longe dos/as amigos/as, precisaram encarar a própria realidade ou, nas suas palavras, o “próprio vazio”. Na tentativa de preencher esse vazio causado pela pandemia, foram observados recursos de enfrentamento como a identificação de novas habilidades, a busca pelo apoio social e a utilização de ambientes naturais. Os estudos demonstraram que, com mais tempo livre, os/as participantes procuraram adquirir novas habilidades:

Na pandemia eu descobri várias coisas, eu gosto muito de cozinhar para ficar tranquila, eu gosto de ouvir música, de filme, ler livro, ver série, bordar, enfim, acho que eu fui aprendendo várias atividades que podem ser boas para lidar com essa angústia. (P07, 22 anos)

Além disso, recorreram a apoio social:

O pior mesmo, eu acho, que era ficar sozinha em casa, tipo, lá no apartamento sozinha, sem ninguém, com medo de sair para ir no mercado, com medo de sair para qualquer coisa. Acho que foi mais isso e aí vim para casa dos meus pais, ficou mais tranquilo, porque eu tenho companhia, tem uma irmã, tem minha família e tudo mais. (P9, 19 anos)

Por fim, identificou-se também que os ambientes naturais foram utilizados pelos/as participantes como recurso de enfrentamento. Esses locais foram associados a sentimentos positivos:

Eu escolhi a fazenda porque é um lugar que me traz paz, tranquilidade, é um lugar feliz. (P10, 20 anos)

O jardim da minha casa é o segundo ambiente favorito, é aqui que eu sinto a brisa do interior, ouço os pássaros cantando, fico na rede em silêncio contemplando, coisa que eu não fazia na cidade em que eu estou estudando. (P8, 20 anos)

Nesse sentido, ficou explícito que a busca por esses recursos de enfrentamento auxiliou no combate ao estresse e às angústias desencadeadas pela pandemia. A partir dessas estratégias e das vivências, os/as alunos/as puderam desenvolver autonomia e maturidade, desvinculando-se da dependência dos pais e aprendendo a tomar decisões de forma independente.

Discussão

Este estudo teve como objetivo descrever a percepção de universitários/as sobre a pandemia com o *Photovoice*, uma estratégia participativa de promoção da saúde. Identificou-se no relato dos/as estudantes entrevistados/as a marcante presença dos sentimentos de ansiedade, angústia e medo, despertados durante a pandemia. A propagação cada vez maior da pandemia e a permanência das medidas sanitárias impostas, como a continuidade das aulas *on-line*, o atraso na abertura das universidades, a paralisação social e o declínio econômico

foram apontados como fatores que afetaram a saúde mental dos/as acadêmicos/as (Shanahan et al., 2020). Deste modo, os sentimentos relatados pelos/as participantes deste estudo estão em consonância com a literatura, visto que a ansiedade, assim como a sensação de uma educação interrompida, foram também relatados por universitários/as dos cursos de enfermagem e medicina do Canadá (Jackman et al., 2020). Além disso, identificou-se na literatura que houve aumento significativo nos sintomas de ansiedade (Akkaya-Kalayci et al., 2020), sintomas de estresse pós-traumático (Talevi et al., 2020), angústia e depressão (Essadek & Rabeyron, 2020), durante a pandemia. Os/As participantes dos referidos estudos apontaram que o maior impacto vivenciado no período foi a reorganização da rotina e a sobrecarga de trabalho e estudos. A literatura aponta que a perda da rotina foi um dos fatores que contribuiu para o desenvolvimento do sentimento de tédio, frustração e sensação de isolamento (Brooks et al., 2020).

Ademais, neste estudo, a vivência familiar foi indicada como desafiadora pelo medo de se contaminar e transmitir o vírus para a família, também pela necessidade de gerenciamento de conflitos familiares e prestação de auxílio, principalmente aos/às avós. Esse fenômeno pode ser explicado a partir do estudo de Prime et al. (2020), segundo o qual os estresses vivenciados durante a pandemia se mostraram relacionados com o esgotamento dos recursos mentais e emocionais dos/as cuidadores/as, tornando a tarefa de liderança da família um desafio e favorecendo o aumento dos conflitos familiares. Além disso, o aumento da convivência com familiares que, à época, viviam no mesmo ambiente, somado com a impossibilidade de um distanciamento mínimo que pudesse regular o espaço pessoal e a privacidade, gerou estresse e potencializou problemas nas relações e conflitos familiares (Ferreira et al., 2020).

O sentimento de incerteza também permeou a experiência dos/as universitários com a pandemia. Estudos mostraram que a insegurança vivenciada por eles/as pode ter sido desencadeada pela preocupação com a carreira e o futuro (Dhar et al., 2020), influenciada pela imprevisibilidade sobre a duração da pandemia e suas consequências (Silva Junior et al., 2020). A falta do apoio social foi apontada pelos/as acadêmicos, pois os meios digitais utilizados para suprir a ausência de contato físico não foram suficientes para reduzir a carência. A literatura mostra que a falta do apoio social foi relacionada com maior nível de sofrimento psíquico durante a pandemia, incluindo a dificuldade de controle emocional e estilos de enfrentamento negativos (Huiyao Wang et al., 2020). O suporte social entre os/as universitários/as vem sendo proposto no modelo salutogênico como recurso de resistência generalizada (Peker et al., 2012), modelo esse positivamente relacionado com o senso de coerência mais forte, aumentando consequentemente a saúde mental (Kase et al., 2016).

As medidas de distanciamento social causaram impactos psicossociais significativos em jovens e adultos/as, evidenciando a grande importância da conexão social na saúde e bem-estar (Smith & Lim, 2020). Nesse sentido, o apoio social foi relacionado com níveis mais baixos

de ansiedade e depressão, tanto na população geral quanto em profissionais da saúde, tornando-se uma forma de suporte emocional (Ni et al., 2020). Além disso, o suporte social é um importante aliado para reduzir os sentimentos de solidão e isolamento, contribuindo também para promover a adaptação pós-COVID-19 (Saltzman et al., 2020).

A pesquisa identificou ainda que o *home office* representou uma mudança significativa, provocada pela pandemia no cotidiano dos/as universitários/as entrevistados/as, visto que foi o espaço onde eles/as permaneceram a maior parte do tempo durante o distanciamento social. O *home office*, chamado de trabalho remoto, é definido como atividades realizadas em espaços diferentes dos locais corporativos, por meio de tecnologias digitais (Lemos et al., 2020). Entre os/as estudantes entrevistados/as, a vivência nesses locais, durante a pandemia, foi responsável por causar ambivalência de sentimentos, ou seja, despertou angústias diante das adaptações exigidas, mas também ofereceu conforto e segurança no momento da crise. Na literatura, foi possível encontrar estudos envolvendo a atuação remota profissional e acadêmica associadas ao estilo de vida sedentário (Najafabadi et al., 2020), uso excessivo de aparelhos eletrônicos e mudanças no padrão de sono (Majumdar et al., 2020), bem como o conflito trabalho-família, vivenciado principalmente por mulheres na pandemia (Lemos et al., 2020). Contudo, não foram identificados estudos que analisassem a vivência de universitários/as com o *home office* durante a pandemia, demonstrando assim um ponto forte deste estudo.

Por fim, observou-se que os/as universitários/as relataram sentimentos positivos vivenciados na pandemia, tais como determinação, confiança e empatia, promovendo o autoconhecimento e a autonomia. Destacaram o desenvolvimento de novas habilidades, a busca pelo apoio social e a utilização de ambientes naturais como estratégias de enfrentamento. Nesse sentido, a literatura aponta que o *lockdown* possibilitou mais tempo livre aos/as jovens, favorecendo o autocuidado, a aquisição de novas habilidades e a prática de *hobbies* (Hawke et al., 2020).

Ademais, como recurso ambiental, a literatura utilizada como escopo para esta pesquisa afirma que a frequência de uso de espaços verdes durante a pandemia está relacionada, em algum grau, com o sentimento de satisfação, autoestima e felicidade subjetiva. E enfatiza que o uso desses locais, mesmo que por um período curto, já pode gerar benefícios (Soga et al., 2020). Do mesmo modo, em estudos realizados no Brasil, constatou-se que a existência de ambientes restauradores nas residências, durante o distanciamento social, foi associada com maior satisfação residencial e menor estresse ambiental, configurando-se como um recurso salutogênico diante do estresse gerado pela pandemia (Ferreira et al., 2020).

É importante enfatizar, entretanto, que a utilização de espaços verdes para manutenção do bem-estar foi um resultado encontrado neste estudo e que não se reflete na realidade de todos/as os/as universitários/as brasileiros/as. Muitos/as estudantes sofreram com o

confinamento e a proibição de frequentar as áreas verdes dos parques nas grandes cidades, o que pode ter contribuído para o agravamento de transtornos mentais e a diminuição da qualidade de vida (Nogueira et al., 2022). Assim, entende-se que os/as universitários/as que não contavam com espaços verdes em suas residências ficaram sem acesso aos espaços públicos, evidenciando os efeitos prejudiciais da pandemia aos/às mais desfavorecidos/as (Gauvin et al., 2022).

As limitações referentes ao desenho metodológico precisam ser consideradas ao interpretar este estudo. Haja vista que o delineamento transversal limita a compreensão da vivência dos/as universitários/as durante a pandemia, diferente dos estudos longitudinais, que podem ser mais assertivos para analisar a causalidade e as diferenças de percepção. Além disso, o estudo contou com um número pequeno de participantes, com predomínio do sexo feminino, fazendo com que o grupo masculino seja sub-representado. Isso aponta para a hipótese de que as mulheres são mais propensas a responderem e participarem de pesquisas (Porter & Whitcomb, 2005).

Considerações finais

Com o advento da pandemia de COVID-19, identificou-se uma série de transformações significativas dos indivíduos, das famílias e das instituições. Das escolas, universidades e de seus/suas alunos/as foram exigidas adaptações abruptas, por isso se viram obrigados/as a migrar do ensino presencial para o *on-line* em todo o mundo. No Brasil, essa transição evidenciou diversas vulnerabilidades socioeconômicas, destacando a existência de profundas disparidades sociais no país. Um fator crucial nesse sentido foi a escassez de recursos tecnológicos e a dificuldade de acesso à internet enfrentados por docentes e seus/suas alunos/as, resultando em sérias limitações no processo de aprendizagem e em um impacto significativo na saúde mental dos/as discentes. Essa população enfrentou um cenário de crise, no qual evidenciou-se problemas de depressão, ansiedade, solidão e dificuldade de concentração, além do aumento do consumo de bebidas alcoólicas. Esses indícios apontam a pandemia como um fator de contribuição para o agravamento desses problemas que, quando somado às desigualdades sociais, acentuam ainda mais esse sofrimento.

A partir dessa demanda, o *Photovoice* foi considerado um processo útil por aliar pesquisa e intervenção, visto que incentivou os/as participantes a registrar e refletir sobre os pontos fortes e as preocupações durante a pandemia, favoreceu o diálogo e conhecimento sobre questões importantes por meio de discussões de fotografias, e ainda motivou a análise sobre recursos de enfrentamento disponíveis. O processo foi eficaz em descrever a percepção dos/as universitários/as sobre a pandemia, possibilitando a identificação de experiências vividas

pelos/as estudantes, os sentimentos despertados com o distanciamento social e a ameaça à saúde causada pela COVID-19, como ansiedade, angústia e medo.

Tratando-se de uma estratégia que une pesquisa e intervenção, o *Photovoice* também possibilitou o reconhecimento das mudanças no cotidiano dos/as estudantes e as estratégias de enfrentamento utilizadas. Assim, constatou-se que o início da pandemia foi um momento desafiador para os/as participantes, sendo os maiores desafios a reorganização da rotina, a sobrecarga de trabalho e de estudos, e os conflitos familiares. O *home office* mostrou-se uma realidade na vida dos/as universitários/as, que permaneceram a maior parte do tempo em casa, provocando certa ambivalência de sentimentos. Este representou tanto o espaço da vivência quanto o lugar que ofereceu conforto e segurança diante da crise.

Por fim, destaca-se a presença de aspectos positivos no discurso dos/as universitários/as, como o surgimento de sentimentos como determinação, confiança e empatia, promovendo assim o autoconhecimento e a autonomia. Pressupõe-se que esses sentimentos positivos vivenciados foram decorrentes das estratégias de enfrentamento adaptativas relatadas por esses/as participantes, como a identificação de novas habilidades, a busca pelo apoio social e a utilização de ambientes naturais. Tais potencialidades podem ser estimuladas pela educação, por meio de programas e práticas pedagógicas com ênfase na promoção da saúde. Por exemplo, intervenções *on-line* baseadas em atenção plena e compaixão (González-García et al., 2021) e em *mindfulness* (Lo Moro et al., 2020), que apresentaram resultados promissores na redução dos níveis de ansiedade e estresse, bem como aumentaram a resiliência de universitários/as durante a pandemia. Outra estratégia que se mostrou exitosa foi a criação de uma plataforma digital para serviço de aconselhamento (Giusti et al., 2020), responsável pela promoção da saúde mental dos/as estudantes.

Apesar da identificação de aspectos positivos, salienta-se que esses resultados não podem ser generalizados, visto que a amostra foi composta, em sua maioria, por universitários/as matriculados/as em instituições privadas que garantiram a manutenção das aulas *on-line*. Além disso, nem todos/as os/as universitários/as puderam contar com os espaços verdes em suas residências, nem com o apoio familiar ou pedagógico, evidenciando uma acentuação dos efeitos prejudiciais da pandemia às classes socioeconômicas mais vulneráveis.

Outrossim, almeja-se que este estudo possa fornecer subsídios que favoreçam novas pesquisas sobre a saúde mental de universitários/as, com ênfase nas desigualdades sociais e suas implicações no desenvolvimento de problemas de saúde mental em jovens universitários/as. E ainda o impacto do isolamento social em tempos pós-pandêmicos, a fim de se ressignificar e reelaborar o processo de escuta e acolhida desses sujeitos nas instituições de ensino superior.

Agradecimentos: O presente estudo foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001 e do Programa Produtividade em Pesquisa do ICETI – Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação.

Referências bibliográficas

- Brooks, Samantha, Webster, Rebecca, Smith, Louise, Woodland, Lisa, Wessely, Simon, Greenberg, Neil, & Rubin, Gideon (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Cardarelli, Kathryn, Paul, Marcy, May, Beverly, Dunfee, Madeline, Browning, Steven, & Schoenberg, Nancy (2019). “Youth are more aware and intelligent than imagined”: The mountain air youth photovoice project. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(20), 3829. <https://doi.org/10.3390/ijerph16203829>
- Cavalcante, Eliana, & Lacerda Junior, José (2022). Los desafíos de la docencia en la educación básica durante la pandemia de COVID-19 en Lábrea, Amazonas, Brasil. *Actualidades Investigativas en Educación*, 22(3), 1-23. <https://doi.org/10.15517/aie.v22i3.50626>
- Creighton, Genevieve, Oliffe, John, Ferlatte, Olivier, Bottorff, Joan, Broom, Alex, & Jenkins, Emily (2018). Photovoice ethics: Critical reflections from men’s mental health research. *Qualitative Health Research*, 28(3), 446-455. <https://doi.org/10.1177/1049732317729137>
- Desouky, Dalia, Zaid, Hany, & Taha, Azza (2019). Migraine, tension-type headache, and depression among Saudi female students in Taif University. *The Journal of the Egyptian Public Health Association*, 94(1), 7. <https://doi.org/10.1186/s42506-019-0008-7>
- Dhar, Bablu, Ayittey, Foster, & Sarkar, Sabrina (2020). Impact of COVID-19 on psychology among the university students. *Global Challenges*, 4(11), 2000038. <https://doi.org/10.1002/gch2.202000038>
- Duffy, Lynne (2010). Hidden heroines: Lone mothers assessing community health using photovoice. *Health Promotion Practice*, 11(6), 788-797. <https://doi.org/10.1177/1524839908324779>
- Essadek, Aziz, & Rabeyron, Thomas (2020). Mental health of French students during the Covid-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*, 277(1), 392-393. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.042>
- Ferlatte, Olivier, Oliffe, John, Salway, Travis, Broom, Alex, Bungay, Victoria, & Rice, Simon (2019). Using photovoice to understand suicidality among gay, bisexual, and two-spirit men. *Archives of Sexual Behavior*, 48, 1529-1541. <https://doi.org/10.1007/s10508-019-1433-6>

- Ferreira, Karla, Melo, Cynthia, Delabrida, Zenith, Costa, Ícaro, Moura, Rochelle, Oliveira, Marília, & Bessa, Renata (2020). Social distancing and environmental stressors in homes during times of COVID-19: An environmental psychology perspective. *Estudos de Psicologia, 25*(2), 210-221.
- Ferri, Fernando, Grifoni, Patrizia, & Guzzo, Tiziana (2020). Online learning and emergency remote teaching: Opportunities and challenges in emergency situations. *Societies, 10*(4), 86. <https://doi.org/10.3390/soc10040086>
- Gauvin, Lise, Barnett, Tracie, Dea, Catherine, Doré, Isabelle, Drouin, Olivier, Frohlich, Katherine, Henderson, Mélanie, & Sylvestre, Marie-Pierre (2022). Quarantots, quarankids, and quaranteens: How research can contribute to mitigating the deleterious impacts of the COVID-19 pandemic on health behaviours and social inequalities while achieving sustainable change. *Canadian Journal of Public Health, 113*, 53-60. <https://doi.org/10.17269/s41997-021-00569-6>
- Giusti, Laura, Salza, Anna, Mammarella, Silvia, Bianco, Denise, Ussorio, Donatella, Casacchia, Massimo, & Roncone, Rita (2020). #Everything will be fine: Duration of home confinement and “all-or-nothing” cognitive thinking style as predictors of traumatic distress in young university students on a digital platform during the COVID-19 Italian lockdown. *Frontiers in Psychiatry, 11*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.574812>
- González-García, Marian, Crespo Álvarez, Jorge, Zubeldia Pérez, Elena, Fernandez-Carriba, Samuel, & González López, Javier (2021). Feasibility of a brief online mindfulness and compassion-based intervention to promote mental health among university students during the COVID-19 pandemic. *Mindfulness, 12*(7), 1685-1695. <https://doi.org/10.1007/s12671-021-01632-6>
- Hawke, Lisa, Barbic, Skye, Voineskos, Aristotle, Szatmari, Peter, Cleverley, Kristin, Hayes, Em, Relihan, Jacqueline, Daley, Mardi, Courtney, Darren, Cheung, Amy, Darnay, Karleigh, & Henderson, Johanna (2020). Impacts of COVID-19 on youth mental health, substance use, and well-being: A rapid survey of clinical and community samples: Répercussions de la COVID-19 sur la santé mentale, l'utilisation de substances et le bien-être des adolescents: Un sondage rapide. *Canadian Journal of Psychiatry. Revue Canadienne de Psychiatrie, 65*(10), 701-709. <https://doi.org/10.1177/0706743720940562>
- Inchausti, Felix, MacBeth, Angus, Hasson-Ohayon, Ilanit, & Dimaggio, Giancarlo (2020). Psychological intervention and COVID-19: What we know so far and what we can do. *Journal of Contemporary Psychotherapy, 50*, 243-250. <https://doi.org/10.1007/s10879-020-09460-w>
- Jackman, Deirdre, Konkin, Jill, Yonge, Olive, Myrick, Florence, & Cockell, Jim (2020). Crisis and continuity: Rural health care students respond to the COVID-19 outbreak. *Nurse Education in Practice, 48*, 102892. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102892>

- Kase, Takayoshi, Endo, Shintaro, & Oishi, Kazuo (2016). Process linking social support to mental health through a sense of coherence in Japanese university students. *Mental Health and Prevention, 4*(3-4), 124-129. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2016.05.001>
- Lal, Abhishek, Sanaullah, Anas, Saleem, Mahnoor, Ahmed, Naseer, Maqsood, Afsheen, & Ahmed, Naseer (2020). Psychological distress among adults in home confinement in the midst of COVID-19 outbreak. *European Journal of Dentistry, 14*(Suppl 1), S27-S33 <https://doi.org/10.1055/s-0040-1718644>
- Lal, Shalini, Jarus, Tal, & Suto, Melinda (2012). A scoping review of the photovoice method: Implications for occupational therapy research. *Canadian Journal of Occupational Therapy, 79*(3), 181-190. <https://doi.org/10.2182/cjot.2012.79.3.8>
- Lam, Vanessa, Romses, Kathy, & Renwick, Kerry (2019). Exploring the relationship between school gardens, food literacy and mental well-being in youth using photovoice. *Nutrients, 11*(6), 1354. <https://doi.org/10.3390/nu11061354>
- Leal, Caroline, Gomes-Sponholz, Flávia, Mamede, Fabiana, Silva, Marta, Oliveira, Nathália, & Leite, Adriana (2018). Photovoice: Method experiment research with adolescent mothers. *Escola Anna Nery, 22*(3). <https://doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2017-0322>
- Lechner, William, Laurene, Kimberly, Patel, Sweta, Anderson, Megan, Grega, Chelsea, & Kenne, Deric (2020). Changes in alcohol use as a function of psychological distress and social support following COVID-19 related university closings. *Addictive Behaviors, 110*, 106527. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106527>
- Lemos, Ana Heloísa, Barbosa, Alane, & Monzato, Priscila (2020). Mulheres em home office durante a pandemia da Covid-19 e as configurações do conflito trabalho-família. *RAE-Revista de Administração de Empresas, 60*(6), 388-399. <https://doi.org/10.1590/S0034-7590202000603>
- Li, Xiaoshan, Wu, Hou, Meng, Feifei, Li, Li, Wang, Yitong, & Zhou, Mingjie (2020). Relations of COVID-19-related stressors and social support with Chinese college students' psychological response during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychiatry, 11*, 551315. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.551315>
- Liang, Leilei, Ren, Hui, Cao, Ruilin, Hu, Yueyang, Qin, Zeying, Li, Chuanen, & Mei, Songli (2020). The effect of COVID-19 on youth mental health. *Psychiatric Quarterly, 91*(3), 841-852. <https://doi.org/10.1007/s11126-020-09744-3>
- Lo Moro, Giuseppina, Sonesson, Emma, Jones, Peter, & Galante, Julieta (2020). Establishing a theory-based multi-level approach for primary prevention of mental disorders in young people. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(24), 9445. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249445>
- Majumdar, Piya, Biswas, Ankita, & Sahu, Subhashis (2020). COVID-19 pandemic and lockdown: Cause of sleep disruption, depression, somatic pain, and increased screen

- exposure of office workers and students of India. *Chronobiology International*, 37(8), 1191-1200. <https://doi.org/10.1080/07420528.2020.1786107>
- Mansell, Warren, Urmson, Rebecca, & Mansell, Louise (2020). The 4Ds of dealing with distress: distract, dilute, develop, and discover: An ultra-brief intervention for occupational and academic stress. *Frontiers in Psychology*, 11, 611156. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.611156>
- Manzar, Md Dilshad, Salahuddin, Mohammed, Peter, Sony, Alghadir, Ahmad, Anwer, Shahnawaz, Bahammam, Ahmed, & Pandi-Perumal, Seithikurippu (2019). Psychometric properties of the perceived stress scale in Ethiopian university students. *BMC Public Health*, 19(1), 41. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6310-z>
- Naddeo, Alessandro, Califano, Rosaria, & Fiorillo, Iolanda (2021). Identifying factors that influenced wellbeing and learning effectiveness during the sudden transition into eLearning due to the COVID-19 lockdown. *Work*, 68(1), 45-67. <https://doi.org/10.3233/WOR-203358>
- Najafabadi, Mahboubeh, Khah, Amir, & Rostad, Mitch (2020). Sedentary lifestyle among office workers and coronary heart disease risk factors due to the COVID-19 quarantine. *Work*, 67(2), 281-283. <https://doi.org/10.3233/WOR-203278>
- Ni, Michael, Yang, Lin, Leung, Candi, Li, Na, Yao, Xiaoxin, Wang, Yishan, Leung, Gabriel, Cowling, Benjamin, & Liao, Qiuyan. (2020). Mental health, risk factors, and social media use during the COVID-19 epidemic and cordon sanitaire among the community and health professionals in Wuhan, China: Cross-sectional survey. *JMIR Mental Health*, 7(5), e19009–e19009. <https://doi.org/10.2196/19009>
- Nogueira, Zilda, Favareto, Ana Paula, & Arana, Alba (2022). Saúde mental e ambientes restauradores urbanos em tempos de covid-19. *Psicologia USP*, 33. <https://doi.org/10.1590/0103-6564e220012>
- Oliffe, John, Bottorff, Joan, Kelly, Mary Theresa, & Halpin, Michael (2008). Analyzing participant produced photographs from an ethnographic study of fatherhood and smoking. *Research in Nursing & Health*, 31(5), 529-539. <https://doi.org/10.1002/nur.20269>
- Oliffe, John, Broom, Alex, Rossnagel, Emma, Kelly, Mary Theresa, Affleck, William, & Rice, Simon (2020). Help-seeking prior to male suicide: Bereaved men perspectives. *Social Science & Medicine*, 261, 113173. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113173>
- Olson, Erica, Hansen, Margaret, & Vermeesch, Amber (2020). Mindfulness and shinrin-yoku: Potential for physiological and psychological interventions during uncertain times. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 9340. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249340>
- Peker, Kadriye, Bermek, Gülçin, & Uysal, Omer (2012). Factors related to sense of coherence

- among dental students at Istanbul University. *Journal of Dental Education*, 76(6), 774-782. <https://doi.org/10.1002/j.0022-0337.2012.76.6.tb05313.x>
- Porter, Stephen, & Whitcomb, Michael (2005). Non-response in student surveys: The role of demographics, engagement and personality. *Research in Higher Education*, 46(2), 127-152. <https://doi.org/10.1007/s11162-004-1597-2>
- Prime, Heather, Wade, Mark, & Browne, Dillon (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631-643. <https://doi.org/10.1037/amp0000660>
- Rogowska, Aleksandra, Pavlova, Iuliia, Kuśnierz, Cezary, Ochnik, Dominika, Bodnar, Ivanna, & Petrytsa, Petro (2020). Does physical activity matter for the mental health of university students during the COVID-19 pandemic? *Journal of Clinical Medicine*, 9(11), 3494. <https://doi.org/10.3390/jcm9113494>
- Saltzman, Leia, Hansel, Tonya, & Bordnick, Patrick (2020). Loneliness, isolation, and social support factors in post-COVID-19 mental health. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy* 12(S1), S55-S57. <https://doi.org/10.1037/tra0000703>
- Shah, Rakhee, Viner, Russell, Hargreaves, Dougal, Heys, Michelle, Varnes, Laura, & Hagell, Ann (2018, June). *The social determinants of young people's health: Identifying the key issues and assessing how young people are doing in the 2010*. The Health Foundation. <https://www.health.org.uk/publications/the-social-determinants-of-young-people%E2%80%99s-health>
- Shanahan, Lilly, Steinhoff, Annekatrin, Bechtiger, Laura, Murray, Aja L., Nivette, Amy, Hepp, Urs, Ribeaud, Denis, & Eisner, Manuel (2020). Emotional distress in young adults during the COVID-19 pandemic: Evidence of risk and resilience from a longitudinal cohort study. *Psychological Medicine*, 52(5), 824-833. <https://doi.org/10.1017/S003329172000241X>
- Sherman, Allen, Williams, Mark, Amick, Benjamin, Hudson, Teresa, & Messias, Erick (2020). Mental health outcomes associated with the COVID-19 pandemic: Prevalence and risk factors in a southern US state. *Psychiatry Research*, 293, 113476. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113476>
- Silva Junior, Fernando, Sales, Jaqueline, Monteiro, Claudete, Costa, Ana Paula, Campos, Luana, Miranda, Priscilla, Monteiro, Thiago, Lima, Regina, & Lopes-Junior, Luis Carlos (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health of young people and adults: A systematic review protocol of observational studies. *BMJ Open*, 10(7), e039426. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-039426>
- Smith, Ben, & Lim, Michelle (2020). How the COVID-19 pandemic is focusing attention on loneliness and social isolation. *Public Health Research & Practice*, 30(2), e3022008. <https://doi.org/10.17061/phrp3022008>

- Soga, Masashi, Evans, Maldwyn, Tsuchiya, Kazuaki, & Fukano, Yuya (2020). A room with a green view: The importance of nearby nature for mental health during the COVID-19 pandemic. *Ecological Applications*, 31(2), e2248. <https://doi.org/10.1002/eap.2248>
- Son, Changwon, Hegde, Sudeep, Smith, Alec, Wang, Xiaomei, & Sasangohar, Farzan (2020). Effects of COVID-19 on college students' mental health in the United States: Interview survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), e21279. <https://doi.org/10.2196/21279>
- Talevi, Dalila, Soggi, Valentina, Carai, Margherita, Carnaghi, Giulia, Faleri, Serena, Trebbi, Edoardo, Di Bernardo, Arianna, Capelli, Francesco, & Pacitti, Francesca (2020). Mental health outcomes of the CoViD-19 pandemic. *Rivista di Psichiatria*, 55(3), 137-144. <https://doi.org/10.1708/3382.33569>
- Tomar, Nikhil, & Stoffel, Virginia (2014). Examining the lived experience and factors influencing education of two student veterans using photovoice methodology. *The American Journal of Occupational Therapy*, 68(4), 430-438. <https://doi.org/10.5014/ajot.2014.011163>
- Toprak, Mehmet, & Tunç, Serap (2022). COVID-19 pandemic and emergency remote education practices: Effects on dentistry students. *Nigerian Journal of Clinical Practice*, 25(5), 621-629. https://doi.org/10.4103/njcp.njcp_1564_21
- Torales, Julio, Torres-Romero, Anthon, Di Giuseppe, Matías, Rolón-Méndez, Elías, Martínez-López, Patricia, Heinichen-Mansfeld, Katja, Barrios, Iván, O'Higgins, Marcelo, Almirón-Santacruz, José, Melgarejo, Osvaldo, Ruiz Díaz, Noelia, Castaldelli-Maia, João, & Ventriglio, Antonio (2022). Technostress, anxiety, and depression among university students: A report from Paraguay. *International Journal of Social Psychiatry*, 68(5), 1063-1070. <https://doi.org/10.1177/00207640221099416>
- Torris-Hedlund, Morgan (2019). Examining the use of photovoice to explore disaster risk perception among native Hawaiians living on O'ahu: A feasibility study. *Hawai'i Journal of Health & Social Welfare*, 78(9), 287-292. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31501826>
- Wang, Caroline (1999). Photovoice: A participatory action research strategy applied to women's health. *Journal of Women's Health*, 8(2), 185-192. <https://doi.org/10.1089/jwh.1999.8.185>
- Wang, Caroline (2006). Youth participation in photovoice as a strategy for community change. *Journal of Community Practice*, 14(1-2), 147-161. https://doi.org/10.1300/J125v14n01_09
- Wang, Caroline, & Burris, Mary Ann (1997). Photovoice: Concept, methodology, and use for participatory needs assessment. *Health Education & Behavior*, 24(3), 369-387. <https://doi.org/10.1177/109019819702400309>

- Wang, Huiyao, Xia, Qian, Xiong, Zhenzhen, Li, Zhixiong, Xiang, Weiyi, Yuan, Yiwen, Liu, Yaya, & Li, Zhe (2020). The psychological distress and coping styles in the early stages of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic in the general mainland Chinese population: A web-based survey. *PloS One*, *15*(5), e0233410.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233410>
- Xu, Tianyuan, & Wang, Huang (2023). High prevalence of anxiety, depression, and stress among remote learning students during the COVID-19 pandemic: Evidence from a meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, *13*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1103925>
- Yildirim, Tevfik Murat, & Eslen-Ziya, Hande (2021). The differential impact of COVID-19 on the work conditions of women and men academics during the lockdown. *Gender, Work & Organization*, *28*(S1), 243-249. <https://doi.org/10.1111/gwao.12529>
- Zhang, Wunong, Wang, Yuxin, Yang, Lili, & Wang, Chuanyi (2020). Suspending classes without stopping learning: China's education emergency management policy in the COVID-19 outbreak. *Journal of Risk and Financial Management*, *13*(3), 55.
<https://doi.org/10.3390/jrfm13030055>

Legislação brasileira

Resolução CNE/CP n.º 2, de 10 de dezembro de 2020. Institui Diretrizes Nacionais orientadoras para a implementação dos dispositivos da Lei n.º 14.040, de 18 de agosto de 2020, que estabelece normas educacionais excepcionais a serem adotadas pelos sistemas de ensino, instituições e redes escolares, públicas, privadas, comunitárias e confessionais, durante o estado de calamidade reconhecido pelo Decreto Legislativo n.º 6, de 20 de março de 2020. Diário Oficial da União, Edição 237, Seção: 1, p. 52. Ministério da Educação/Conselho Nacional de Educação.

Resolução n.º 466, de 12 de dezembro de 2012. Diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Diário Oficial da União, n.º 12, Seção: 1, p. 59. Ministério da Saúde.

Resolução n.º 510, de 7 de abril de 2016. Trata sobre as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa em ciências humanas e sociais. Diário Oficial da União, n.º 98, Seção: 1, pp. 44-46. Ministério da Saúde,