

Repercussões da pandemia por COVID-19 no perfil de saúde dos acadêmicos de Fisioterapia

Luciane Correia da Silva Vieira¹  Amanda Souza Campos¹  Daniel da Silva Marques¹ 

¹Centro Universitário São Camilo – CUSC. São Paulo/SP, Brasil.
E-mail: luciane.vieira@prof.saocamilo-sp.br

Resumo

A pandemia da doença por coronavírus (COVID-19), teve seus primeiros casos localizados em Wuhan, na China, em dezembro de 2019. Por ser considerada infecciosa e altamente contagiosa causando problemas respiratórios, levou à inúmeras mudanças no calendário letivo das instituições de ensino. O presente estudo tem como objetivos rastrear o perfil dos acadêmicos de Fisioterapia reconhecendo os impactos da pandemia em sua saúde geral, bem como examinar as maiores dificuldades acadêmicas durante esse período. Trata-se de um levantamento de dados de caráter qualitativo, cuja fonte foi o Centro Universitário São Camilo (CUSC) durante os meses de agosto, setembro e outubro de 2021, totalizando 169 respostas. Foi observado que durante a pandemia, 45 (26,6%) dos estudantes apresentaram algum problema de saúde. Quanto às atividades diárias, 111 (65,7%) afirmaram que conseguiram adaptar atividades de lazer em casa, 84 (49,7%) tiveram seus hábitos alimentares piorados e 57 (33,7%) afirmaram ter menos de oito horas de sono. Em relação ao ensino à distância, 68 (40,2%) consideraram seu rendimento acadêmico regular e 156 (92,3%) se sentiram prejudicados de alguma forma. Além disso, 111 (65,7%) consideraram o ensino remoto extremamente estressante, onde a maioria optou pelo retorno presencial, sendo que 77 (45,6%) gostariam de retomar as atividades presenciais de forma completa e 76 (45,0%) optaram pelo retorno gradual. Foi constatado que o perfil dos acadêmicos de fisioterapia do CUSC passou por mudanças significativas em diversos aspectos, como sono, alimentação e principalmente referente à questões psicológicas e acadêmicas, havendo pontos positivos e negativos dessa forma de ensino.

Palavras-chave: Estudantes. Fisioterapeuta. SARS-CoV-2.

INTRODUÇÃO

Foi reportado à Organização Mundial da Saúde (OMS), em dezembro de 2019, o surgimento de inúmeros casos de pneumonia em Wuhan, na China. Estas ocorrências foram ocasionadas por um novo tipo de coronavírus, o SARS-CoV-2, nunca antes identificado em humanos, onde posteriormente, foi caracterizado como pandemia¹.

Esta doença foi considerada infecciosa de uma família de vírus que causam infecções respiratórias como: Síndrome Gripal, Síndrome

Respiratória Aguda Grave (SARS), Pneumonia e Insuficiência Respiratória Aguda. A transmissão viral entre seres humanos acontece por gotículas de secreções respiratórias emitidas por pessoas infectadas através da tosse ou espirro. A infecção ocorre através do contato direto das mucosas oral, nasal e conjuntival com essas secreções respiratórias ou indiretamente por contato com objetos contaminados².

No Brasil, o primeiro caso por COVID-19 foi oficialmente registrado em 26 de fevereiro de

2020. Com o aumento do número de casos de contaminação pelo mundo, a Organização Mundial da Saúde declarou, em 11 de março de 2020, a pandemia do novo coronavírus e, com isso, medidas de prevenção foram adotadas mais intensamente para conter a sua disseminação. Em 13 de março de 2020, o Ministério da Saúde regulamentou critérios de isolamento/afastamento social e quarentena para serem aplicados pelas autoridades sanitárias em pacientes com suspeita ou confirmação de infecção por coronavírus, como estratégias de saúde pública para conter o avanço da disseminação da pandemia de COVID-19². Devido as medidas adotadas para conter a transmissão do vírus, a Reitoria do Centro Universitário São Camilo (CUSC) localizado na cidade de São Paulo, respeitando as solicitações dos órgãos de Saúde, passou a tomar medidas preventivas e de monitoramento da evolução do Coronavírus na Instituição.

A partir do mês de março de 2020, houve a suspensão das aulas presenciais nos dois campus (Pompéia e Ipiranga), onde os conteúdos programados das aulas foram seguidos de forma remota, conforme característica e especificidade de cada disciplina, norteados pela coordenação do curso.

Devido ao cenário causado pelo SARS-CoV-2 no Brasil, foi necessário o replanejamento do ano letivo pelas universidades, de modo a reduzir os impactos na aprendizagem, tendo em vista que a maioria das instituições de ensino não foram preparadas para aplicação remo-

ta. Docentes e discentes tiveram que se reinventar e adaptar a esse novo formato de aulas³.

Desafios foram impostos diariamente aos estudantes sob o período prolongado de distanciamento social, como limitações de acesso às tecnologias, desestruturação da rotina, incertezas e inseguranças com o futuro, além da preocupação do contágio de pessoas próximas pelo vírus⁴.

O Conselho Nacional de Saúde, emitiu a recomendação nº 048 que se opunha à realização de estágios e funcionamento dos laboratórios no formato remoto nos cursos da área da saúde. Isso tem como fundamento que profissionais da saúde necessitam de contato, situações reais, habilidades técnicas, comunicação e empatia para as suas formações⁵.

O período de isolamento pode levar a sentimentos como solidão, tristeza, ansiedade e estresse, tendo efeitos psicológicos a longo prazo⁶. Ademais, entende-se que os jovens preocupam-se com a vida social limitada, aumentando a sua tensão⁷. Além disso, atividades sociais, físicas, padrões de alimentação e sono podem ter relação com os níveis de estresse dos alunos⁸.

Diante de tais mudanças acadêmicas, sociais e emocionais, o presente estudo objetivou rastrear o perfil acadêmico de Fisioterapia do CUSC frente ao atual cenário pandêmico, avaliando-se diversos fatores e aspectos de saúde como sono, alimentação, lazer, saúde física e psicológica, devido às alterações no calendário acadêmico letivo, suspendendo aulas presenciais e a mudança para o ensino remoto.

MATERIAIS E MÉTODOS

Estudo transversal, com caráter qualitativo, onde foi realizado um levantamento de dados dos discentes matriculados no curso de Fisioterapia do CUSC, em São Paulo (SP), no segundo semestre de 2021.

Foi elaborado pelos pesquisadores um questionário intitulado: “Repercussões da pandemia por covid-19 no perfil de saúde dos acadêmicos de Fisioterapia” composto por 36 questões, divi-

dido por 2 partes, a saber: a primeira composta por 11 questões de identificação (email, idade, sexo, semestre e campus em que está cursando, se estava realizando o isolamento social, se pertence ou reside com alguém do grupo de risco para COVID-19, se já tinha sido infectado ou perdeu alguém próximo por COVID-19) e a segunda parte envolvendo 25 questões sobre a rotina e possíveis mudanças na vida pessoal e

acadêmica durante a pandemia da COVID-19. Algumas questões foram baseadas e adaptadas do “Relatório técnico da Pesquisa Saúde Mental dos Estudantes do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará (IFPA) em tempos de pandemia”⁹.

A pesquisa foi de caráter voluntário e foi enviada a todos os alunos do curso de Fisioterapia por email juntamente com a carta convite onde havia a explicação do trabalho, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e link de acesso do *Google Forms* para responderem as questões (<https://forms.gle/MReks18uD7AZkkjs7>), sendo que as turmas vigentes foram segundo, quarto, sexto, oitavo e décimo semestres. A pesquisa ficou disponível no período de agosto, setembro e

outubro de 2021, da qual se obteve 169 repostas dos discentes recebidas remotamente.

Não participaram do estudo os acadêmicos que não obtinham acesso à internet e/ou se recusaram a participar. Os dados foram analisados pelo software de Análise estatística *Statistical Package for the Social Science (SPSS Statistics®)*, onde foram efetuados levantamentos qualitativos e transformados em percentis. Este estudo foi aplicado após aprovação pelo Comitê de Ética e Pesquisa (COEP), número 4.917.398, do Centro Universitário São Camilo, universidade na qual a pesquisa estava sendo realizada, além de ser apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para consultar a participação dessa pesquisa.

RESULTADOS

A pesquisa foi respondida por 169 discentes do Centro Universitário São Camilo, o que representa 56,71% do total de 298 acadêmicos matriculados nos 02 campus (Pompéia e Ipiranga) no curso de Fisioterapia do ano letivo do segundo semestre de 2021. Os participantes dessa pesquisa apresentaram a média de 20 anos (20,75), onde 136 (80,5%) eram do gênero feminino e 33 (19,5%) do gênero masculino. Entre os semestres vigentes no segundo período do ano letivo de 2021, a maioria dos discentes que responderam as questões, 53 (31,4%) pertenciam ao segundo semestre, seguido de 42 (24,9%) quarto semestre, 31 (18,3%) décimo semestre, 24 (14,2%) sexto semestre e 19 (11,2%) oitavo semestre. Sendo que 89 (52,7%) participantes pertenciam ao campus Pompeia e 80 (47,3%) ao Ipiranga.

Quando questionados com relação à infecção e perda de parentes pelo vírus da COVID-19, 136 (80,5%) dos estudantes afirmaram nunca terem sido infectados e 47 (27,8%) relataram ter perdido algum parente próximo para esta doença. Na questão de isolamento social, 35 (20,7%) respeitaram o isolamento social,

17 (10,1%) não realizaram e 117 (69,2%) responderam estar fazendo-o parcialmente. Sobre residir com alguém que pertence ao grupo de risco, 80 (47,3%) participantes residiam com alguém pertencente a este grupo, enquanto 89 (52,7%) não residiam com pessoas que faziam parte do grupo de risco.

Na questão que abordava se apresentavam problemas de saúde antes da pandemia e se desenvolveram algum durante, 146 (86,4%) não apresentavam e 23 (13,6%) tinham problemas de saúde antes da pandemia. Durante a pandemia, 45 (26,6%) desenvolveram algum problema e 124 (73,4%) permaneceram sem problemas de saúde.

Dos problemas relacionados a saúde antes da pandemia, alguns sistemas foram citados individualmente e outros em conjunto. Os mais listados individualmente antes da pandemia foram o sistema respiratório, acometendo 5 (3,0%) acadêmicos, seguido dos endocrinológico, 5 (3,0%) acadêmicos e psicológico 4 (2,4%) acadêmicos. Em conjunto o mais citado foi o respiratório e psicológico, acometendo 2 (1,2%) acadêmicos. Durante a pandemia, rela-

taram que os sistemas mais acometidos foram o psicológico, acometendo 27 (16,0%) acadêmicos, respiratório 6 (3,6%) acadêmicos, endócrino 2 (1,2%) acadêmicos, ginecológico 2 (1,2%) acadêmicos, entre outros (tabela 1). Com o aparecimento dessas enfermidades durante a pandemia, 8 (4,7%) dos acadêmicos procuraram atendimento mas não deram continuidade, 6 (3,6%) procuraram atendimento, mas o tratamento não foi eficaz, 42 (24,9%) procuraram atendimento e ficaram satisfeitos com os resultados, 89 (52,7%) não procuraram nenhum auxílio profissional e 24 (14,2%) não responderam a essa questão.

Com relação a prática de atividade física, antes do período pandêmico, 126 (74,6%) realizavam atividades físicas regularmente. Durante a pandemia, 111 (65,7%) conseguiram adaptar suas atividades físicas.

Na questão que abordava os hábitos alimentares, 137 (81,1%) dos discentes seguiam alimentação regular, 21 (12,4%) seguiam alimentação saudável com dieta balanceada e 11 (6,5%) relataram não apresentar hábitos saudáveis. Durante a pandemia houveram alterações nos hábitos alimentares, onde 84 (49,7%) disseram que os hábitos se tornaram menos saudáveis, 58 (34,3%) mantiveram os hábitos alimentares e 27 (16%) afirmaram ter melhorado os hábitos alimentares.

Com relação ao sono, 111 (65,7%) afirmaram ter o sono regulado e 58 (34,3%) sono irregular. No período pandêmico, 57 (33,7%) afirmaram que dormem menos de 8 horas sem acordar à noite; 39 (23,1%) dormem menos de 8 horas, porém acordam durante à noite, 32 (18,9%) dormem 8 horas sem acordar durante à noite; 28 (16,6%) dormem 8 horas, porém acordam durante à noite, 7 (4,1%) dormem mais de 8 horas sem acordar durante à noite e 6 (3,6%) dormem mais de 8 horas, porém acordam à noite.

Com relação ao rendimento acadêmico antes da pandemia, 43 (25,4%) discentes relatavam ter excelente desempenho, 95 (56,2%) consideravam ter bom rendimento acadêmico,

23 (13,6%) regular desempenho, 7 (4,1%) ruim desempenho e 1 (0,6%) péssimo desempenho, cenário esse que se alterou no ensino a distância, onde 4 (2,4%) relatavam excelente desempenho, 41 (24,3%) consideram ter bom desempenho, 68 (40,2%) rendimento regular e 45 (26,6%) como ruim desempenho e 11 (6,5%) péssimo desempenho.

O ensino a distância (EAD) surgiu como uma estratégia diante das medidas para diminuição do contágio, entretanto, 156 (92,3%) acadêmicos do curso de Fisioterapia se sentiram prejudicados, principalmente no âmbito acadêmico e psicológico (32 - 18,9%), entre outros citados (tabela 2). Além disso, 111 (65,7%) consideraram o ensino remoto extremamente estressante (tabela 3).

Quando questionados sobre as maiores dificuldades dos tempos atuais com relação ao ensino, obtivemos diversas respostas, entre elas, 59 (31,4%) relataram dificuldades de concentração durante as aulas e adaptação no ambiente domiciliar e 26 (15,4%) somente a dificuldade em se concentrar durante as aulas (tabela 4). Quanto à parte positiva, abordaram diversos pontos, entre eles, 30 (17,8%) afirmaram como benefício a permissão de gravar as aulas, o material anexado na plataforma, além de não precisarem se locomover até a faculdade (tabela 5).

Cerca de 168 (99,4%), discentes relataram que a comunicação é essencial durante o ensino remoto. Quando questionados sobre a frequência que mantinham contato com os colegas da turma antes e durante a pandemia, 135 (79,9%) relataram que o contato era mais visível nas aulas presenciais (tabela 6).

Com algumas medidas de flexibilização da pandemia, foi proposto o retorno das atividades acadêmicas presenciais, respeitando as normas de segurança. O estudo apresentou que 16 (9,5%) dos acadêmicos relataram não se sentirem aptos para retornarem; 77 (45,6%) gostariam de retomar as atividades de forma completa e 76 (45%) preferiram o retorno de forma gradual.

Tabela 1 – Distribuição das respostas dos acadêmicos do curso de Fisioterapia do CUSC (n=169)/São Paulo - SP, 2021, com relação aos problemas de saúde mais acometidos antes durante a pandemia COVID-19.

VARIÁVEIS	Antes da Pandemia		Durante a Pandemia	
	n	%	n	%
Sistema Psicológico	4	2,4	27	16,0
Sistema Cardíaco	1	0,6	1	0,6
Sistema Respiratório	5	3,0	6	3,6
Sistema Endócrino	5	3,0	2	1,2
Sistema Ginecológico	1	0,6	2	1,2
Sistema Cardiorrespiratório	1	0,6	1	0,6
Sistema Endócrino e Psicológico	1	0,6	-	-
Sistema Psicológico e Digestório	1	0,6	-	-
Sistema Tegumentar, Endócrino e Psicológico	1	0,6	-	-
Sistema Respiratório e Geniturinário	1	0,6	-	-
Sistema Respiratório e Psicológico	2	1,2	1	0,6
Sistema Digestório	-	-	1	0,6
Sistema Endócrino, Geniturinário, Auditivo, Respiratório	-	-	1	0,6
Sistema Ginecológico	-	-	2	1,2
Sistema Musculoesquelético	-	-	1	0,6
Sistema Nervoso	-	-	1	0,6
Sistema Psicológico e Musculoesquelético	-	-	1	0,6
Não responderam	146	86,4	125	74,0
	169	100	169	100

Tabela 2 – Distribuição das respostas dos acadêmicos do curso de Fisioterapia do CUSC (n=169)/São Paulo - SP, 2021, referente, em qual âmbito o ensino a distância foi prejudicial durante a pandemia COVID-19.

VARIÁVEIS	n	%
Nenhum	13	7,7
Acadêmico	10	5,9
Psicológico	4	2,4

continua...

...continuação da tabela 2

VARIÁVEIS	n	%
Amigos	3	1,8
Acadêmico e Psicológico	32	18,9
Acadêmico e Amigos	7	4,1
Acadêmico e Lazer	1	0,6
Psicológico e Amigos	2	1,2
Psicológico e Lazer	2	1,2
Acadêmico, Psicológico e Saúde	3	1,8
Acadêmico, Psicológico e Família	1	0,6
Acadêmico, Psicológico e Amigos	14	8,3
Acadêmico, Psicológico e Lazer	8	4,7
Acadêmico, Família e Lazer	1	0,6
Acadêmico, Amigos e Lazer	2	1,2
Psicológico, Amigos e Lazer	1	0,6
Saúde, Amigos e Lazer	1	0,6
Acadêmico, Psicológico, Saúde e Amigos	3	1,8
Acadêmico, Psicológico, Saúde e Lazer	5	3,0
Acadêmico, Psicológico, Família e Amigos	3	1,8
Acadêmico, Psicológico, Família e Lazer	3	1,8
Acadêmico, Psicológico, Amigos e Lazer	21	12,4
Acadêmico, Psicológico, Saúde, Amigos e Lazer	6	3,6
Acadêmico, Psicológico, Família, Amigos e Lazer	8	4,7
Todas as Opções	15	8,9
Total	169	100,0

Tabela 3 – Distribuição das respostas dos acadêmicos do curso de Fisioterapia do CUSC (n=169)/São Paulo- SP, 2021, com relação ao ao estresse do ensino a distância para os acadêmicos durante a pandemia COVID-19.

VARIÁVEIS	n	%
Extremamente estressante	111	65,7
Indiferente	28	16,6
Nada estressante, me adaptei	30	17,8
TOTAL	169	100,0

Tabela 4 – Distribuição das respostas dos acadêmicos do curso de Fisioterapia do CUSC (n=169)/São Paulo- SP, 2021, com relação as maiores dificuldades durante a pandemia COVID-19.

VARIÁVEIS	n	%
Internet	3	1,8
Comunicação com os docentes	2	1,2
Comunicação com a administração	3	1,8
Concentração durante as aulas	26	15,4
Adaptação no ambiente domiciliar	5	3,0
Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	1	0,6
Internet e Comunicação com a Administração	1	0,6
Internet e Concentração durante as aulas	7	4,1
Internet e Adaptação no ambiente domiciliar	1	0,6
Internet e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	1	0,6
Comunicação com os Docentes e Concentração durante as aulas	3	1,8
Comunicação com os Docentes e Adaptação no ambiente domiciliar	1	0,6
Comunicação com a Administração e Concentração durante as aulas	2	1,2
Concentração durante as aulas e Adaptação no ambiente domiciliar	53	31,4
Concentração durante as aulas e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	2	1,2
Adaptação no ambiente domiciliar e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	2	1,2
Internet, Concentração durante as aulas e Adaptação no ambiente domiciliar	9	5,3
Comunicação com os Docentes, Comunicação com a Administração e Concentração durante as aulas	2	1,2
Comunicação com os Docentes, Concentração durante as aulas e Adaptação no ambiente domiciliar	6	3,6
Comunicação com os Docentes, Concentração durante as aulas e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	1	0,6
Comunicação com a Administração, Concentração durante as aulas e Adaptação no ambiente domiciliar	5	3,0
Comunicação com a Administração, Adaptação no ambiente domiciliar e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	2	1,2
Concentração durante as aulas, Adaptação no ambiente domiciliar e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	5	3,0
Internet, Comunicação com os Docentes, Comunicação com a Administração e Concentração durante as aulas	1	0,6
Internet, Comunicação com a Administração, Concentração durante as aulas e Adaptação no ambiente domiciliar	1	0,6

continua...

...continuação da tabela 4

VARIÁVEIS	n	%
Internet, Concentração durante as aulas, Adaptação no ambiente domiciliar e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	1	0,6
Internet, Comunicação com os Docentes, Concentração durante as aulas e Adaptação no ambiente domiciliar	3	1,8
Comunicação com os Docentes, Comunicação com a Administração, Concentração durante as aulas e Adaptação no ambiente domiciliar	2	1,2
Comunicação com os Docentes, Comunicação com a Administração, Concentração durante as aulas e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	1	0,6
Comunicação com a Administração, Concentração durante as aulas, Adaptação no ambiente domiciliar e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	2	1,2
Internet, Comunicação com os Docentes, Comunicação com a Administração, Concentração durante as aulas e Adaptação no ambiente domiciliar	1	0,6
Internet, Comunicação com os Docentes, Concentração durante as aulas, Adaptação no ambiente domiciliar e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	1	0,6
Internet, Comunicação com a Administração, Concentração durante as aulas, Adaptação no ambiente domiciliar e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	2	1,2
Comunicação com os Docentes, Comunicação com a Administração, Concentração durante as aulas, Adaptação no ambiente domiciliar e Computador e/ou celular com dificuldade de acesso	2	1,2
Todas as Opções	4	2,4
Outros	5	3,0
Total	169	100,0

Tabela 5 – Distribuição das respostas dos acadêmicos do curso de Fisioterapia do CUSC (n=169)/São Paulo- SP, 2021, com relação ao que o discente considera positivo no ensino à distância.

VARIÁVEIS	n	%
Permissão de aulas gravadas	6	3,6
Material de aula anexado na plataforma	3	1,8
Acolhimento dos docentes	2	1,2
Flexibilização na entrega de trabalhos	1	0,6
Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo	4	2,4
Compreensão dos docentes	2	1,2
Permissão de aulas gravadas e Material de Aula anexado na Plataforma	19	11,2
Permissão de aulas gravadas e Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo	16	9,5
Permissão de aulas gravadas e Compreensão dos docentes	3	1,8

continua...

...continuação da tabela 5

VARIÁVEIS	n	%
Material de Aula anexado na Plataforma e Acolhimento dos Docentes	1	0,6
Material de Aula anexado na Plataforma e Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo	3	1,8
Material de Aula anexado na Plataforma e Compreensão dos Docentes	1	0,6
Acolhimento dos Docentes e Flexibilização na entrega de Trabalho	1	0,6
Acolhimento dos Docentes e Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo	1	0,6
Acolhimento dos Docentes e Compreensão dos docentes	1	0,6
Flexibilização na entrega de Trabalho e Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo	1	0,6
Flexibilização na entrega de Trabalho e Compreensão dos docentes	2	1,2
Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo e Compreensão dos docentes	1	0,6
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma e Acolhimento dos Docentes	2	1,2
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma e Flexibilização na entrega de Trabalho	7	4,1
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma e Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo	30	17,8
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma e Compreensão dos Docentes	2	1,2
Permissão de aulas gravadas, Acolhimento dos Docentes e Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo	2	1,2
Permissão de aulas gravadas, Acolhimento dos Docentes e Compreensão dos Docentes	1	0,6
Permissão de aulas gravadas, Flexibilização na entrega de Trabalho e Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo	1	0,6
Permissão de aulas gravadas, Não precisar se locomover até a faculdade e Compreensão dos docentes	2	1,2
Material de Aula anexado na Plataforma, Acolhimento dos Docentes e Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo	2	1,2
Material de Aula anexado na Plataforma, Flexibilização na entrega de Trabalho e Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo	1	0,6
Material de Aula anexado na Plataforma, Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo e Compreensão dos docentes	1	0,6
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma, Acolhimento dos Docentes e Flexibilização na entrega de Trabalho	1	0,6

continua...

...continuação da tabela 5

VARIÁVEIS	n	%
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma, Acolhimento dos Docentes e Não precisar se locomover até a faculdade	6	3,6
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma, Acolhimento dos Docentes e Compreensão dos Docentes	5	3,0
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma, Flexibilização na entrega de Trabalho e Não precisar se locomover até a faculdade	4	2,4
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma, Flexibilização na entrega de Trabalho e Compreensão dos docentes	2	1,2
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma, Não precisar se locomover até a faculdade e Compreensão dos Docentes	2	1,2
Permissão de aulas gravadas, Acolhimento dos Docentes, Flexibilização na entrega de Trabalho e Não precisar se locomover até a faculdade	3	1,8
Permissão de aulas gravadas, Acolhimento dos Docentes, Flexibilização na entrega de Trabalho e Compreensão dos docentes	1	0,6
Permissão de aulas gravadas, Acolhimento dos Docentes, Não precisar se locomover até a faculdade e Compreensão dos docentes	1	0,6
Material de Aula anexado na Plataforma, Acolhimento dos Docentes, Flexibilização na entrega de Trabalho e Não precisar se locomover até a faculdade	1	0,6
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma, Acolhimento dos Docentes, Flexibilização na entrega de Trabalho e Não precisar se locomover até a faculdade	1	0,6
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma, Acolhimento dos Docentes, Flexibilização na entrega de Trabalho e Compreensão dos Docentes	3	1,8
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma, Acolhimento dos Docentes, Não precisar se locomover até a faculdade e Compreensão dos Docentes	6	3,6
Permissão de aulas gravadas, Material de Aula anexado na Plataforma, Flexibilização na entrega de Trabalho, Não precisar se locomover até a faculdade e Compreensão dos docentes	2	1,2
Todas as opções	11	6,5
Permissão de Aulas gravadas, Flexibilização na entrega de Trabalho, Não precisar se locomover até a faculdade, otimizando o tempo, Compreensão dos docentes, Economia de dinheiro	1	0,6
Total	169	100,0

Tabela 6 – Distribuição das respostas dos acadêmicos do curso de Fisioterapia do CUSC (n=169)/São Paulo-SP, 2021, com relação a frequência do contato com os colegas antes e durante a pandemia COVID-19.

VARIÁVEIS	Antes da Pandemia		Durante a Pandemia	
	n	%	n	%
Apenas dentro do ambiente acadêmico	34	20,1	70	41,4
Dentro e fora do ambiente acadêmico	135	79,9	99	58,6
	169	100	169	100

DISCUSSÃO

Estudo realizado com alunos de enfermagem, afirmou que a exposição de estressores de longa duração, como o caso da pandemia, afeta negativamente tanto o desenvolvimento daquele profissional, como também a sua própria saúde⁸. O presente estudo, corrobora essas afirmações, onde mais da metade dos acadêmicos do curso de Fisioterapia consideraram o ensino a distância extremamente estressante e se sentiram prejudicados de alguma forma. O suporte familiar é de fundamental importância, servindo como rede de apoio e auxiliando no enfrentamento desses problemas.

Durante o período pandêmico, o sentimento contínuo de tristeza/depressão atingiu 40% dos adultos brasileiros, e a frequente sensação de ansiedade e nervosismo foi reportada por mais de 50% deles¹⁰. Há possíveis justificativas para o aumento da ansiedade entre os estudantes durante este período de pandemia, como o medo de adoecer, incertezas para o futuro, interrupção das aulas práticas, além da ansiedade para o início da profissão para aqueles que estavam no último ano⁸. Neste estudo foi observado que a saúde dos acadêmicos do curso de Fisioterapia

foi afetada principalmente com relação à sua saúde mental, onde notou-se grande aparecimento de sintomas de ansiedade, depressão e até mesmo crises de pânico.

As redes de apoio são recursos importantes no cuidado à saúde, uma vez que a promoção e a proteção da saúde individual e grupal envolvem a formação de laços sociais e relações de solidariedade entre pessoas e grupos¹¹, as interações sociais são fundamentais para o alívio de dificuldades e sofrimentos, auxiliando no processo de enfrentamento e superação de momentos de crise¹². O presente estudo demonstrou que quando as aulas ocorriam de forma presencial, a frequência em que os discentes interagem era mais eficaz tanto dentro quanto fora do ambiente acadêmico. Já as vantagens também foram similares, onde relataram sentir a falta de contato com professores e colegas, já que essa interação tem muito a agregar no aprendizado.

Outro ponto a ser exposto é com relação ao sono, sendo é fisiologicamente essencial para o bem-estar físico e mental, onde a quebra do seu ciclo normal pode levar a um estado prolongado de alerta, contribuindo para ca-

tos de insônia, sonolência excessiva e fadiga, podendo também estar associado com problemas na saúde mental durante a pandemia¹³. Sabemos que é durante o sono que nosso corpo trabalha para manter o equilíbrio dos sistemas imunológico, endócrino e neurológico, sendo fundamental para o aprendizado, consolidação de memórias, produtividade, relaxamento da musculatura e para reparação de danos celulares, entre outras funções. Assim, a dificuldade de dormir e manter sono pode ser um elemento de risco para a qualidade de vida e aprendizagem⁹. Este levantamento, mostrou que a maioria dos discentes dormem cerca de 7 a 9 horas, porém a maioria acorda durante a noite. Esse pode ser um fator que atrapalhe no seu rendimento acadêmico, concentração, ansiedade e aparecimento de doenças. Grande parte das diretrizes internacionais recomendam que adultos devem praticar no mínimo 150 minutos de atividades moderadas e 75 minutos de atividades mais intensas por semana¹⁴. Porém, por conta da pandemia, foi possível observar grande redução no nível de atividades físicas, principalmente na região metropolitana¹⁵. Além disso, as mudanças provocadas pelo distanciamento social podem levar a efeitos em várias dimensões da saúde, como diminuição da aptidão física¹⁶. Mais da metade de um grupo de entrevistados em uma pesquisa praticavam exercícios físicos em casa, onde 64,8% não tiveram auxílio profissional e 20% tiveram suas práticas de lazer com auxílio de profissionais que já os acompanhavam antes da pandemia, mostrando a capacidade de adaptação para o ambiente domiciliar¹⁷. Tendo em vista que a população do presente estudo reside na região metropolitana de São Paulo, os resultados apontaram que ocorreram essa redução por conta das medidas preventivas de contaminação, onde a maioria realizaram o isolamento social. Grande parte dos discentes realizavam atividades físicas antes da pandemia, e conseguiram adaptá-las de alguma forma durante a pandemia.

O isolamento social pode gerar um grande

impacto na alimentação, aumentando o consumo de doces, bebidas açucaradas, salgadinhos e molhos, também conhecidos como alimentos reconfortantes¹⁸. Uma alimentação saudável e balanceada combate os agravos em saúde, associando a uma melhor resposta imune, menor risco de desenvolvimento de doenças e a uma expectativa de vida maior¹⁹. Em nossa análise, os discentes do curso de Fisioterapia que participaram do estudo, mantinham alimentação regular antes do período pandêmico e durante a pandemia, relataram que seus hábitos alimentares ficaram menos saudáveis. Acredita-se que o aumento nos níveis de ansiedade e estresse podem elevar a sensação de fome e servir como válvula de escape em algumas situações, o que justifica a percepção de hábitos menos saudáveis e ganho de peso.

Outro ponto muito afetado foi a comunicação. Muitas pessoas que respeitaram o isolamento social, estavam fazendo uso de aplicativos para permitir a interação ao vivo²⁰, o que é extremamente positivo visto que a incapacidade de socializar e interagir com pessoas, aumenta ansiedade, tédio e pensamentos suicidas²¹. No presente estudo, os discentes quase que em unanimidade, afirmaram que a comunicação é essencial durante o período de pandemia, onde uma saída para se manter em contato com seus amigos, possivelmente foi a utilização de redes sociais e aplicativos de interação.

A tecnologia, combinada a ferramentas especializadas, auxiliam no ensino a distância²². Ao utilizar o Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) em cursos na modalidade a distância, espera-se que a simples disponibilização de materiais didáticos, textos e mídias audiovisuais, garantam que todos os alunos, muitas vezes de forma solitária, se apropriem do conhecimento sem que haja, contudo, uma mediação pedagógica efetiva²³. Uma das principais vantagens do ensino remoto é com relação aos alunos não precisarem se locomover até a faculdade, seguido da flexibilidade nos horários para es-

tudos. Por outro lado, temos a relação da autonomia e organização, pois estudar em casa, muitas vezes resulta em distrações que atrapalham o rendimento²⁴. Os acadêmicos do curso de Fisioterapia consideraram como maiores satisfações do ensino a distância a permissão das aulas gravadas, materiais anexados na plataforma e não precisar se locomover até a faculdade, no entanto, apresentavam dificuldade em se concentrar.

Com relação ao retorno das aulas presenciais das universidades do país, talvez essa seja uma atitude precipitada, tendo em vista

a possibilidade de novos surtos do vírus SARS-CoV-2²⁵. No presente estudo, os acadêmicos do curso de Fisioterapia, apresentaram grande entusiasmo no retorno das atividades presenciais, alguns gostariam de retornar ao modelo presencial de forma completa, enquanto, outros, um pouco mais receosos, preferem retornar de forma gradual. No Brasil, as universidades estão seguindo as orientações dadas pelas autoridades públicas sobre a melhor forma de retorno, a fim de evitar ações precipitadas e contribuir para o aumento dos casos.

CONCLUSÃO

Durante o período de pandemia, os discentes do curso de fisioterapia do CUSC tiveram que se readaptar e criar estratégias a nova situação que estavam vivenciando. O isolamento social fez com que comessem a desenvolver ou apresentar piora de doenças, onde os sistemas mais acometidos foram o respiratório, endócrino e psicológico. A maioria dos acadêmicos estudados afirmaram apresentar dificuldade em se concentrar, pois ao terem que procurar um espaço em suas residências para acompanharem as aulas, muitas vezes se deparavam com outras pessoas no mesmo local, levando a distrações. Outro ponto a ser abordado é com relação a internet, pois muitos alegaram não conseguir acompanhar as aulas visto que a internet estava falhando.

Fatores como alteração do sono, alimen-

tação irregular e falta de atividade física influenciaram negativamente à saúde física, psicológica e rendimento acadêmico. Exploraram que se sentiram bastante prejudicados com o ensino à distância, grande maioria dos acadêmicos prefeririam retornar às atividades presenciais de forma gradual ou completa.

Existiram limitações encontradas ao longo do desenvolvimento deste estudo, como a não totalidade da participação dos discentes matriculados no curso de fisioterapia do CUSC, além da literatura incipiente sobre o tema abordado, o que dificultou a seleção de material para análise. Por outro lado, embora este estudo não possua expressividade estatística robusta, ele pode e deve ser utilizado como referência para que a instituição trace estratégias de atendimento de seu público.

Declaração do autor CRediT

Conceituação: Vieira, LCDS; Campos, AS; Marques, DDS. Metodologia: Vieira, LCDS; Campos, AS; Marques, DDS. Validação: Vieira, LCDS. Análise estatística: Vieira, LCDS; Campos, AS; Marques, DDS. Análise formal: Vieira, LCDS; Campos, AS; Marques, DDS. Investigação: Vieira, LCDS; Campos, AS; Marques, DDS. Recursos: Vieira, LCDS; Campos, AS; Marques, DDS. Elaboração da redação original: Vieira, LCDS; Campos, AS; Marques, DDS. Redação-revisão e edição: Vieira, LCDS. Visualização: Vieira, LCDS; Campos, AS; Marques, DDS. Orientação: Vieira, LCDS. Administração do projeto: Vieira, LCDS.

Todos os autores leram e concordaram com a versão publicada do manuscrito.

REFERÊNCIAS

1. OPAS - Organização Pan-Americana da Saúde [base de dados online]. Histórico da Pandemia de Covid-19. Acesso em 12 de abril de 2021. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>
2. OMS - Organização Mundial de Saúde [base de dados online]. Folha informativa sobre COVID-19. Acesso em 12 de abril de 2021. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875
3. Chaves U, et al. Repercussões do ensino a distância no processo de formação em enfermagem na Pandemia da COVID-19. Res, Soc Dev [revista em internet] maio de 2021. [acesso em 16 de junho de 2021]; 10(5). Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/14702/13384>
4. Teixeira M, Dahl C. Recriando cotidianos possíveis: construção de estratégias de apoio entre docentes e estudantes de graduação em Terapia Ocupacional em tempos de pandemia. Rev Interinst Bras Ter Ocup [revista em internet] 2020. [acesso em 16 de abril de 2021]; 4(3). Disponível em: <https://revistas.ufrj.br/index.php/ribto/article/view/34425>
5. Conselho Nacional de Saúde [base de dados online]. Recomendação nº 048, de 01 de julho de 2020. Recomenda ao Ministério da Educação, que observe o Parecer Técnico nº 162/2020, no que diz respeito a estágios e práticas na área da saúde durante a pandemia de COVID-19. 2020. Acesso em 20 de abril de 2021. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/recomendacoes-cns/1250-recomendacao-n-048-de-01-de-julho-de-2020#:~:text=Recomenda%20ao%20Minist%C3%A9rio%20da%20Educa%C3%A7%C3%A3o,a%20pandemia%20de%20Covid%2D19.&text=Considerando%20as%20atribui%C3%A7%C3%B5es%20conferidas%20ao,de%20setembro%20de%202008%2C%20Art>
6. Nature India [base de dados online]. Índia: How COVID-19 is overwhelming our mental health. 2020. Acesso em 20 de abril de 2021. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/nindia.2020.46>
7. Ekiz T, İlman E, Dönmez E. Bireylerin Sağlık Anksiyetesi Düzeyleri İle Covid-19 Salgını Kontrol Algısının Karşılaştırılması. Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi [revista em internet] 2020 abril. [acesso em 20 de abril de 2021]; 6(1). Disponível em: <https://dergipark.org.tr/en/pub/usaysad/issue/54067/729076>
8. Aslan H, Pekince H. Nursing students' views on the COVID-19 pandemic and their perceived stress levels. Perspectives psychiatric care [revista em internet] 2021 abril. [acesso em 21 de abril de 2021]; 57(2). Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/ppc.12597>
9. Miranda M, et al. Relatório Técnico da pesquisa saúde mental dos estudantes do IFPA em tempos de pandemia. [publicação na web]; 2020 acesso em 2 de julho de 2021]. Disponível em: <https://ifpa.edu.br/coronavirus/documentos-covid-19/5222-relatorio-tecnico-da-pesquisa-saude-mental-dos-estudantes-do-ifpa-em-tempos-de-pandemia/file>
10. Barros M B A, et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. Epid e Serv de Saúde. [revista em internet] 2020 julho. [acesso em 20 de abril de 2021]. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/343274788_Relato_de_tristezadepressao_nervosis_moansiedade_e_problemas_de_sono_na_populacao_adulta_brasileira_durante_a_pandemia_de_COVID-19
11. Costa RF et al. Redes de apoio ao adolescente no contexto do cuidado à saúde: interface entre saúde, família e educação. Rev escola de Enf da USP [revista em internet] 2015 outubro. [acesso em 20 de abril de 2021]; 49(5). Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342015000500741&lng=en&nrm=iso
12. Juliano MC, Yunes MAM. Reflexões sobre rede de apoio social como mecanismo de proteção e promoção de resiliência. Ambiente e sociedade [revista em internet] 2014 setembro. [acesso em 20 de abril de 2021]; 17(3). Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/asoc/v17n3/v17n3a09.pdf>. Acessado em 04 de Agosto de 2020
13. Telles S, Voss MI. Distúrbios do sono durante a pandemia de COVID-19. Fisioter Pesqui [revista em internet] 2021 abril - Junho. [acesso em 18 de novembro de 2021]; 28(2). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fp/a/cj5F4x6N9374ByhGwqNdVTQ/?lang=pt>
14. Warburton D, Bredin S. Health benefits of physical activity: a systematic review of current systematic reviews. Curr Opin Cardiol [revista em internet] 2017 setembro. [acesso em 18 de novembro de 2021]; 32(5). Disponível em: https://journals.lww.com/co-cardiology/Abstract/2017/09000/Health_benefits_of_physical_activity__a_systematic.10.aspx
15. Costa CLA, Costa TM, Barbosa Filho VC, Bandeira PFR, Siqueira RCL. Influência do distanciamento social no nível de atividade física durante a pandemia do COVID-19. Rev Bras Ativ Fís Saúde [revista em internet] 2020 setembro [acesso em 19 de novembro de 2021]; 25. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14353>
16. Jiménez-Pavón D, Carbonell-Baeza A, Lavie CJ. Physical exercise as therapy to fight against the mental and physical consequences of COVID-19 quarantine: Special focus in older people. Prog Cardiovasc Dis [revista em internet] 2020 maio-junho. [acesso em 19 de novembro de 2021]; 63(3). Disponível em: <https://sciedirect.com/science/article/pii/S0033062020300633?via%3Dihub>
17. Crochemore-Silva I, et al. Prática de atividade física em meio à pandemia da COVID-19: estudo de base populacional em cidade do sul do Brasil. Ciênc Saúde Colet [revista em internet] 2020 novembro [acesso em 26 de novembro de 2021]; 25(11). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/VgMDpDhJLhhVKGq5CJLqJGR/?lang=pt>
18. Matsuo L, et al. Impact of social isolation by Coronavirus disease 2019 in food: a narrative review. Rev Nutr [revista em internet] 2021. [acesso em 26 de novembro de 2021]; 34. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/gMnBPyzJDMBG6Z4SGnzsvhM/?lang=en>
19. WHO - World Healthy Organization [base de dados online]. Healthy Diet. Genebra. Acesso em 07 de agosto de 2021. Disponível em: https://www.who.int/nutrition/publications/nutrientrequirements/healthydiet_factsheet394.pdf
20. Mheidly, N, Fares, MY, Fares, J. Coping with stress and burnout associated with telecommunication and online learning. Front Public Health [revista em internet] 2020 novembro. [acesso em 28 de novembro de 2021]. 672. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2020.574969/full>
21. Brooks S, Webster R, Smith L, Woodland L, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. The lancet [revista em internet] 2020 março [acesso em 04 de dezembro de 2021]; 395(10227). Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30460-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30460-8/fulltext)

22. Junior AAM, Carvalho MA. Infraestrutura da tecnologia da informação e comunicação como apoio as instituições de ensino superior em meio uma pandemia. Gama/Distrito Federal: Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos, 2020. Trabalho de Conclusão de Curso.
23. Machado S, Teruya T. Mediação pedagógica em ambientes virtuais de aprendizagem: a perspectiva dos alunos. In: Congresso Nacional de Educação [revista em internet] 2009. [acesso em 08 de dezembro de 2021]. Disponível em: <https://portalidea.com.br/cursos/formao-de-professores-mediadores-para-ead-apostila05.pdf>
24. Silveira S, et al. Impressões dos alunos de um curso de bacharelado em Sistemas de Informação acerca do ensino remoto durante a pandemia de Covid-19. Rev Bras Aprendizagem Aberta e a Distância [revista em internet] 2021 junho. [acesso em 18 de dezembro de 2021]; 20(1). Disponível em [https:// http://seer.abed.net.br/index.php/RBAAD/article/view/569](https://http://seer.abed.net.br/index.php/RBAAD/article/view/569)
25. Melitón D, Mondragón S. Retorno presencial a universidades en México y consecuencias de la salud mental por pandemia. Rev Scientific [revista em internet] 2021 agosto. [acesso em 08 de dezembro de 2021]; 6(21). Disponível em: https://indteca.com/ojs/index.php/Revista_Scientific/article/view/654

Recebido: 19 agosto 2022.
Aceito: 27 abril 2023.
Publicado: 26 de julho 2023.