

Tempos de Pandemia: uma Análise do Estresse, Bem-Estar e Características de Pós-Graduandos em Ciências Contábeis

Times of Pandemic: an Analysis of Stress, Well-Being, and Characteristics of Accounting Graduate Students

Taís Duarte Silva

Doutora em Ciências Contábeis pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU)
Av. João Naves de Ávila, 2121-Santa Mônica- Cep:38408-100-Uberlândia/MG-Brasil.
taisduartes@yahoo.com.br

Edvalda Araújo Leal

Doutora em Administração pela Fundação Getúlio Vargas (FGV/SP)
Professora Adjunta da Faculdade de Ciências Contábeis da Universidade Federal de Uberlândia (FACIC/UFU).
Av. João Naves de Ávila, 2121-Santa Mônica- Cep:38408-100-Uberlândia/MG-Brasil.
edvalda@ufu.br

Resumo

As mudanças causadas pela pandemia da Covid-19 são inúmeras, gerando impactos nos mais diversos setores da sociedade, destacando-se, dentre esses impactos, questões referentes ao estado psicológico dos indivíduos, o que tem preocupado os pesquisadores. Destaca-se também o setor educacional, pois, nesse ambiente, diversas adaptações foram necessárias para que o processo de ensino pudesse continuar o mesmo diante das medidas adotadas para conter a pandemia. Diante desse cenário, o presente estudo teve como objetivo identificar o nível de estresse e bem-estar de pós-graduandos em Ciências Contábeis, bem como verificar se existem diferenças significativas quando analisadas características acadêmico-profissionais, pessoais e aquelas oriundas do período da pandemia da Covid-19. Para tanto, realizou-se um estudo tipo *survey*, com aplicação de questionários *on-line*, tendo sido obtida uma amostra de 317 pós-graduandos de diferentes instituições do Brasil. A partir de testes de diferenças de médias, observou-se que discentes do sexo feminino, bolsistas, com rendas inferiores, não trabalhadores, solteiros e cursando o mestrado apresentaram maiores níveis de estresse e menor bem-estar. Verificou-se também, por meio do teste de correlação, que o medo de contaminação da Covid-19 associou-se positivamente com o estresse e negativamente com o bem-estar dos discentes. Diante dos achados, nota-se que alguns grupos de discentes se mostraram mais vulneráveis quanto a possíveis problemas psicológicos no período pandêmico, destacando-se também o medo dos respondentes de serem ou terem alguém próximo contaminado pela Covid-19. Por fim, ressalta-se a importância do apoio institucional aos discentes nesse período de pandemia, e mesmo no período pós-pandemia, para que possíveis consequências na saúde psicológica dos discentes sejam amenizadas e que eles percebam o acolhimento para prosseguir seus estudos mesmo com as dificuldades percebidas com a disseminação da Covid-19.

Palavras-chave: Pós-Graduandos; Pandemia; Saúde Psicológica.

Abstract

The Covid-19 pandemic has brought numerous changes, impacting the most diverse sectors of society. Among these impacts, issues concerning people's psychological well-being stand out, which has researchers concerned. The educational sector sticks out as well because several adaptations were required in this environment for the teaching process to continue despite the measures put in place to contain the pandemic. Given this scenario, the purpose of this study

was to determine the level of stress and well-being of accounting graduate students, as well as to verify if there are any significant differences when analyzing academic-professional, personal characteristics and those resulting from the Covid-19 pandemic. A survey-type study was conducted with the use of online questionnaires, with a sample of 317 graduate students from various institutions in Brazil. Based on testing for differences between means, it was discovered that female students, scholarship holders, those with lower incomes, non-workers, singles, and those pursuing a master's degree presented higher levels of stress and lower well-being. The correlation test also confirmed that the fear of Covid-19 contamination was positively associated with stress and negatively associated with the students' well-being. According to the findings, some groups of students were more vulnerable to potential psychological issues during the pandemic period, emphasizing the respondents' fear of being contaminated by Covid-19 or having someone close to them contaminated. Finally, the study highlights the importance of institutional support for students during the pandemic and even afterward, so that potential consequences on students' psychological health are mitigated and they perceive the existence of support to continue their studies despite the difficulties associated with Covid-19 dissemination.

Keywords: Graduate students; Pandemic; Mental health.

1 INTRODUÇÃO

A pandemia causada pela Covid-19 foi considerada uma emergência de saúde pública a nível internacional (Schmidt, Crepaldi, Bolze, Silva & Demenech, 2020). Covid-19 foi o nome dado à doença causada pelo novo coronavírus, que foi identificada no final do ano de 2019 (Ministério da Saúde, 2020). Em virtude do alto contágio, bem como da gravidade da doença, a Organização Mundial da Saúde (OMS) decretou a Covid-19 como uma pandemia em 11 de março de 2020 (WHO, 2020).

A disseminação da pandemia provocou uma série de mudanças no cotidiano das pessoas, tendo sido algumas atividades temporariamente paralisadas (Galea, Merchant & Lurie, 2020), passando outras a serem realizadas em outros formatos, como a frequente utilização dos meios virtuais (Yan, 2020). As diversas alterações realizadas com o intuito de conter a propagação da doença têm suscitado discussões a respeito do impacto que podem causar na saúde mental e no bem-estar da sociedade (Galea et al., 2020).

Ao considerar outras epidemias ao longo da história, alguns pesquisadores (Afonso & Figueira, 2020; Ornell et al., 2020) evidenciam preocupação quanto aos impactos na saúde mental das pessoas, o que pode estar associado, por exemplo, às dúvidas e ao medo quanto à doença (Ornell et al., 2020), às medidas de isolamento e até quanto às já previsíveis consequências econômicas futuras (Afonso & Figueira, 2020).

Algumas evidências empíricas (Gonçalves et al., 2020; Wang et al., 2020) apontam que aspectos relacionados à pandemia da Covid-19 têm afetado a saúde mental dos indivíduos. Diante desses achados, esses pesquisadores ressaltam a importância dos profissionais de saúde no fornecimento de orientações psicológicas que contemplem as especificidades da pandemia e que possam auxiliar as pessoas de modo a amenizar o sofrimento psicológico. Além disso, a adoção de políticas públicas que possibilitem acesso aos devidos cuidados psicológicos também deve ser considerada (Faro et al., 2020).

Grossi, Minoda e Fonseca (2020) abordam que as famílias estão sendo forçadas às diversas adaptações devido a pandemia, causando transtornos para conseguir conciliar as demandas acadêmicas dos filhos; manter a rotina da casa; executar as tarefas domésticas e ainda desenvolver o trabalho em *home office*. Também estão tendo dificuldades em se adaptar aos

conflitos emocionais dos filhos, que passam por restrições de convivência em ambientes que promovem a interação.

Observa-se que a sociedade, de modo geral, tem sido afetada de diversas maneiras devido à pandemia, porém supõe-se que alguns setores possam sentir mais que outros. Nesse sentido, Tria (2020) destaca que o setor educacional está entre os mais afetados, sofrendo com diversos desafios na tentativa de continuar com a educação, considerando as restrições impostas pela disseminação da Covid-19. Além disso, alguns estudos (Cao et al., 2020; Zhang, Zhang, Ma & Di, 2020) apontam que a incidência de sofrimento psicológico dos estudantes está associada a esse ambiente de mudanças e de incertezas.

Diante do exposto, especialmente, ao considerar estudos realizados após o surgimento da pandemia da Covid-19, destacam-se duas questões: o seu impacto no ambiente acadêmico e as consequências no bem-estar das pessoas. Com o fim de abordar essas questões de forma conjunta, a presente pesquisa tem como objetivo identificar o nível de estresse e bem-estar de pós-graduandos em Ciências Contábeis, bem como verificar se existem diferenças significativas quando analisadas as características acadêmico-profissionais, pessoais e aquelas oriundas do período da pandemia da Covid-19.

Ao investigar o ambiente acadêmico, entende-se que tanto os discentes quanto os docentes, do ensino básico ao ensino superior, têm vivenciado alterações nas suas rotinas acadêmicas. Diferentemente de alguns estudos (Cao et al. 2020; Zhang et al. 2020) que investigaram impactos psicológicos sofridos por estudantes de graduação na pandemia, investiga-se, na presente pesquisa, os pós-graduandos a nível *stricto sensu*. Cabe considerar que os pós-graduandos vivenciam diversas situações estressoras no ambiente acadêmico (Faro, 2013) e, nesse sentido, existem estudos (Levecque, Anseel, Beuckelaer, Heyden & Gisle, 2017) indicando que eles apresentam maior potencial para desenvolver problemas psicológicos.

Ressalta-se também que os impactos potencialmente negativos da Covid-19 na saúde mental, ainda que não totalmente conhecidos, demandam ações imediatas para que possam ser amenizados, o que requer empenho das diferentes áreas do conhecimento (Faro et al., 2020). Nesse sentido, destaca-se a perspectiva de Afonso e Figueira (2020), os quais mencionam sobre a importância de estudos que investiguem essas questões.

Na área contábil, a preocupação com os impactos desde o início da pandemia tem sido objeto de discussões de congressos virtuais, bem como de editoriais de revistas (e. g. Rego, 2020). Assim, com esta pesquisa, pretende-se trazer contribuições ao identificar aspectos relacionados ao estresse e bem-estar de pós-graduandos em Ciências Contábeis nos primeiros meses da pandemia, bem como verificar se há características que evidenciem maior propensão dos discentes em sentirem maior estresse e menor bem-estar. Entende-se que essa avaliação nesse período é relevante, pois os discentes têm lidado com inúmeras incertezas e mudanças em suas rotinas, o que pode impactar suas decisões acadêmicas e profissionais. Espera-se que os resultados encontrados possam auxiliar as instituições de ensino para que essas tenham informações que possibilitem direcionar seus esforços no sentido de apoiar os discentes diante dos desafios da pandemia.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Impactos psicológicos da pandemia

A disseminação da pandemia ocasionou, em diversos países, a adoção de algumas medidas que visam contê-la, tais como, o isolamento social, o distanciamento social, a quarentena (Brooks et al., 2020), além de outras medidas não farmacológicas, como lavagem de mãos e uso de máscaras (Garcia & Duarte, 2020), conforme orientações da OMS. As medidas que visam obter o distanciamento físico entre as pessoas acarretaram paralisações de

inúmeros setores (Galea et al., 2020). Nesse sentido, mudanças são percebidas na rotina da sociedade, como, por exemplo, crianças que não vão às escolas e pais trabalhando em casa de forma remota (Cluver et al., 2020).

Com base em evidências de outras pandemias, ou epidemias, anteriores à Covid-19, pesquisadores (Brooks et al., 2020; Galea et al., 2020) apontam que a adoção de algumas medidas com vistas a controlar a doença pode propiciar impactos na saúde mental dos indivíduos. As alterações na rotina das famílias, no trabalho e a adoção do isolamento social podem gerar sensações de desamparo nas pessoas (Ornell et al., 2020). Para Zhang et al. (2020) o impacto psicológico percebido na pandemia é mais visível entre os indivíduos que estão em quarentena e com menos contato “face a face”. Assim, além das questões diretamente relacionadas à doença da Covid-19, as medidas adotadas podem aumentar a probabilidade de adoecimento psicológico (Schmidt et al., 2020).

Ornell et al. (2020) ressaltam que a propagação da pandemia, em conjunto com informações incertas ou falsas, bem como a amplitude no número de casos e letalidade, propiciou medo e insegurança nas pessoas. Nesse sentido, observa-se também o medo de ser contaminado pela doença (Afonso & Figueira, 2020; Brooks et al., 2020) e, como consequência, a maior possibilidade de ter alta ansiedade, estresse e, conseqüentemente, maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de doenças mentais (Afonso & Figueira, 2020).

Para Brooks et al. (2020), a quarentena é um período atribulado, pois requer a separação de familiares, amigos, além do aprisionamento, das dúvidas e do tédio. A partir de um estudo de revisão da literatura, esses autores analisaram impactos psicológicos oriundos da quarentena já adotada em outras situações, mas com características similares aos impactos da pandemia da Covid-19. Os autores verificaram ser comum a incidência do estresse pós-traumático, a confusão e a raiva, sendo as pessoas afetadas de forma negativa com potencial de desenvolvimento de problemas psicológicos. Em análise de estudos específicos sobre a pandemia Covid-19, Rajkumar (2020) também verificou que as pessoas podem ter a saúde mental afetada, sendo frequentes os sintomas de ansiedade, a depressão e o estresse, geralmente, associados a distúrbios do sono.

Em consonância aos estudos citados anteriormente, nota-se no estudo de Faro et al. (2020) que as mudanças provocadas pela pandemia da Covid-19, assim como ocorrido em epidemias anteriores, desencadeiam diversos transtornos ou sintomas psicológicos relacionadas a ansiedade, estresse, tristeza, depressão, entre outros. Nesse sentido, é válido frisar que apesar de conceitualmente diferentes, esses sintomas têm em comum o potencial de provocar ou estar diretamente relacionados a complicações da saúde mental dos indivíduos.

Para a Organização Mundial de Saúde (2018), a saúde mental refere-se, dentre outros aspectos, ao bem-estar dos indivíduos. Conceitualmente o bem-estar é entendido como a sensação de estar ou sentir-se bem (Sonnentag, 2015), contudo, há diversas formas de mensurar o bem-estar. Para fins da presente pesquisa utiliza-se o Questionário de Saúde Geral, que é útil na mensuração do bem-estar psicológico, variável indicativa do funcionamento pleno do ser humano (Ryan & Deci, 2000).

Dos fatores que podem afetar negativamente o bem-estar enfatiza-se nessa pesquisa o nível de estresse, o qual evidencia o processo adaptativo do organismo humano diante de adversidades (Faro & Pereira, 2013). A análise dessa variável no contexto pandêmico é relevante, pois conforme aponta Faro et al. (2020) sintomas de estresse estão entre os principais sintomas percebidos em períodos de crise, como o de uma pandemia, o que é preocupante pois pode provocar prejuízos a saúde mental dos indivíduos, que já estão lidando com o medo do contágio da Covid-19.

A investigação sobre problemas psicológicos oriundos da pandemia foi realizada de forma empírica na população da China por Wang et al. (2020). Na pesquisa realizada com 1210 pessoas de diferentes cidades, os autores verificaram que mais da metade das pessoas relataram

impacto psicológico moderado ou grave e, aproximadamente, 75% estavam preocupados com a possibilidade de os familiares contraírem a Covid-19. Os autores observaram ainda que pessoas do sexo feminino e na condição de estudantes apresentaram maior impacto psicológico e níveis maiores de ansiedade, estresse e depressão, enquanto as pessoas com acesso a informações mais precisas sobre saúde, bem como as que optaram pela adoção de medidas preventivas, sofreram menor impacto.

Em uma análise da população brasileira, Bezerra, Silva, Soares e Silva (2020) realizaram um estudo sobre o comportamento durante o isolamento social na pandemia. Com a aplicação de questionário *on-line*, os autores alcançaram 16.440 indivíduos e verificaram que esses foram impactados de formas distintas conforme a classe social à qual pertencem. Os autores ainda observaram que os respondentes com maior renda e escolaridade sentiram mais impacto no convívio social e aqueles com menor renda e escolaridade foram mais afetados por problemas financeiros. Além disso, eles verificaram que indivíduos que praticavam atividades físicas se mostraram menos estressados e a maioria dos investigados acreditavam no isolamento como forma de combater a pandemia da Covid-19.

O impacto do isolamento social estabelecido devido à Covid-19 também foi analisado por Gonçalves et al. (2020), os quais investigaram 539 brasileiros. No estudo, os autores identificaram algumas associações diretas de variáveis de isolamento com variáveis de saúde mental, de modo que: estar no grupo de risco estava associado com solidão; o nível de isolamento, com depressão; a preocupação com a Covid-19 no Brasil, com ansiedade; e a satisfação quanto à qualidade das interações sociais, com o bem-estar. Os autores verificaram também que a quantidade de interações *on-line* se associava indiretamente com o estresse.

Ainda referente ao isolamento social durante a pandemia, destaca-se o estudo de Barros et al. (2020), que investigou 45.161 brasileiros, tendo sido identificado que 40,4% deles se sentiam tristes, 43,5% se percebiam ansiosos ou nervosos e 48% apresentavam problemas de sono, sendo todos esses indicadores mais expressivos em mulheres e em jovens. A partir dos resultados, os autores destacaram a importância dos cuidados quanto às condições emocionais dos indivíduos, especialmente, dos grupos que foram mais afetados.

2.2 Impactos da pandemia: um olhar para o ambiente acadêmico

Nota-se, pelas evidências empíricas (Barros et al., 2020; Bezerra et al., 2020; Gonçalves et al., 2020; Wang et al., 2020) impactos da pandemia e das medidas de isolamento social na população em geral. Porém, conforme verificado pela pesquisa de Wang et al. (2020), grupos de estudantes mostraram-se mais propensos ao desenvolvimento de problemas psicológicos. Nesse sentido, alguns pesquisadores (Cao et al., 2020; Zhang et al., 2020) investigaram impactos da pandemia de forma específica em estudantes.

Cao et al. (2020) investigaram 7143 universitários e observaram que 24,9% apresentaram ansiedade em decorrência da Covid-19. Os autores identificaram ainda que os respondentes que tinham parentes ou conhecidos infectados se mostraram mais ansiosos e os efeitos econômicos e cotidianos, como atrasos nas atividades acadêmicas, também contribuíram para maior ansiedade dos estudantes. Por outro lado, viver em áreas urbanas, morar com pais, ter renda estável e suporte social se apresentaram como fatores de proteção contra a ansiedade dos universitários durante a pandemia.

A saúde mental de estudantes durante a pandemia também foi investigada por Zhang et al. (2020), os quais identificaram que 28,79% dos respondentes apresentaram sentimentos de estresse, 45,45%, de ansiedade e 22,73%, de depressão. Eles encontraram ainda associação negativa do número de mortes por Covid-19 com a qualidade do sono dos estudantes e perceberam que a prática de atividades físicas contribuiu significativamente para amenizar sintomas relacionados à depressão.

Além das questões psicológicas associadas à pandemia, cabe considerar as mudanças relativas às formas e ambiente de ensino. A adoção do ensino *on-line* é citada por Sahu (2020) como um dos desafios no meio acadêmico consequentes da disseminação da pandemia. A partir do relato de experiências iniciais com a adoção do ensino *on-line*, Moohouse (2020) observou a menor frequência e menor participação ativa dos estudantes, o que indica a necessidade de preparação dos docentes e o enfrentamento de desafios na tentativa de atrair os discentes para as aulas virtuais.

Considerando as pesquisas apresentadas, cabe ressaltar que, antes mesmo da pandemia, já se verificava a ocorrência de problemas de cunho psicológico, como o estresse no ambiente acadêmico (Silva, Pereira & Miranda, 2018), a relação do estresse com a qualidade de vida (Ribeiro et al., 2018), bem como o sofrimento psicológico em graduandos, o que, em suma, indica a vulnerabilidade dos estudantes (Padovani et al., 2014). De modo similar, estudos (Faro, 2013; Altoé, Fragalli & Espejo, 2013; Levecque et al., 2017; Rezende, Miranda, Pereira & Cornacchione Junior, 2017) com pós-graduandos evidenciam que eles têm sido afetados por inúmeros elementos estressores relacionados ao ambiente acadêmico.

O estudo realizado por Faro (2013) com pós-graduandos brasileiros apontou que os 46,8% dos respondentes apresentam nível de estresse alto ou muito alto. No estudo realizado por Levecque et al. (2017), também com pós-graduandos, verificou-se que 32% dos respondentes apresentavam riscos de ter problemas de saúde, especialmente, psiquiátricos.

No âmbito da pós-graduação em Ciências Contábeis, Altoé et al. (2013) identificaram que os pós-graduandos apresentavam sintomas de estresse, como insônia, tensão muscular, cansaço constante, ansiedade diária, e que o estresse foi mais percebido nos mestrandos. Rezende et al. (2017) indicaram nível de estresse alto em 48,8% dos pós-graduandos e muito alto em 6,8%, o que representa a maior parte dos respondentes.

Nos estudos anteriores realizados com estudantes, observa-se que algumas características, como, por exemplo, ser do sexo feminino (Faro, 2013; Altoé et al., 2013), estar sem emprego (Faro, 2013), estar no final do curso (Faro, 2013), ser bolsista (Rezende et al., 2017), apresentaram relação com maiores níveis de estresse.

Ademais, a falta de equilíbrio entre a vida profissional/acadêmica e a pessoal também se mostra como gerador de sofrimento para os pós-graduandos, conforme apontam Levecque et al. (2017). Outros fatores mais específicos também são observados. Devos et al. (2016), por exemplo, apontaram que o desenvolvimento da pesquisa gera sofrimento psicológico para os pós-graduandos. Por sua vez, Rezende et al. (2017) identificaram que o nível de estresse se difere entre os estudantes a depender da linha de pesquisa que estão investigando em seus cursos.

Ao considerar a ocorrência dos estressores na pós-graduação, cabe ressaltar a importância de medidas de enfrentamento, ou seja, ações que os discentes podem desenvolver para que eles possam lidar com as situações estressoras no ambiente acadêmico (El-Ghoroury et al., 2012). No período da pandemia da Covid-19, o enfrentamento com apoio psicológico profissional também se mostra relevante para auxiliar as pessoas a lidarem com as inúmeras adversidades que estão vivenciando (Enumo, Weide, Vicentini, Araujo & Machado, 2020).

A partir desse referencial teórico, observa-se o potencial desenvolvimento de problemas psicológicos durante o período de pandemia, o que pode gerar reflexos momentâneos e futuros na vida dos indivíduos. Nesse sentido, na presente pesquisa, investigam-se essas questões no meio acadêmico, analisando um grupo específico, qual seja, os pós-graduandos em Ciências Contábeis. Os procedimentos adotados para realizar esta pesquisa são apresentados na próxima seção.

3 ASPECTOS METODOLÓGICOS

Nesta seção, apresentam-se os procedimentos adotados para alcance do objetivo proposto. Trata-se de um estudo descritivo com abordagem quantitativa que se utilizou do método *survey* para obtenção dos dados.

3.1 Instrumento e Coleta

O questionário adotado foi estruturado pelas autoras da pesquisa e contém quatro blocos. O primeiro deles refere-se à mensuração do estresse, em escore, o que se deu por meio da *Perceived Stress Scale* -PPS 14, sendo utilizada sua versão traduzida (Escala de Estresse Percebido) por Luft et al., (2007). Cabe ressaltar que essa escala permite mensurar o nível de estresse, a partir da percepção dos respondentes sobre quatorze situações/questões expostas no instrumento (ex.: o quanto tem se sentido triste por algo que aconteceu inesperadamente; conseguido controlar as irritações em sua vida, etc). Questionou-se também aos pós-graduandos o grau em que associavam esse estresse à pós-graduação e à pandemia.

Já o segundo bloco foi constituído pelo Questionário de Saúde Geral (QSG-12), versão traduzida da *General Health Questionnaire* (GHQ-12) por Gouveia et al. (2003). Esse instrumento foi utilizado para mensurar o bem-estar psicológico, em escore, o que é possível a partir da análise que aponta o quanto os respondentes experienciam os sintomas expostos nas doze questões apresentadas (ex.: se tem perdido o sono frequentemente por causa das suas preocupações; se tem sentido capaz de tomar decisões, etc). Com a resposta de cada item forma-se o nível de bem-estar, conforme indicado na seção 3.2 da presente pesquisa.

No terceiro bloco, foram apresentadas questões que permitiram caracterizar os respondentes, observando-se o aspecto pessoal (sexo, idade, estado civil, se tem filhos, renda) e os acadêmicos-profissionais (tipo de curso, fase do curso, IES, se é bolsista, se trabalha, se estava tendo aulas *on-line*). E, no quarto bloco, buscou-se identificar aspectos relacionados a alguns comportamentos dos estudantes no que tange à pandemia (atendimento às orientações da OMS, medo da Covid-19, notícias sobre a Covid-19).

A aplicação do questionário se deu de forma *on-line*, tendo sido o mesmo enviado para os representantes das coordenações e/ou secretarias dos programas de pós-graduação *stricto sensu* de Ciências Contábeis das instituições brasileiras que oferecem os cursos de mestrado e doutorado, solicitando para que eles repassassem aos seus alunos. Assim, a população-alvo do estudo abrange todos os discentes matriculados nos cursos acadêmicos desses programas, sendo: 28 cursos de mestrado acadêmico, 15 de doutorado acadêmico, 6 de mestrado profissional e 2 de doutorado profissional. O período de coleta da pesquisa foi do dia 15 de maio a 30 de julho do ano de 2020, tendo sido a amostra composta por 317 participantes que responderam ao questionário completo.

3.2 Procedimentos para Análise

Inicialmente, apresenta-se a análise descritiva dos dados, indicando as frequências relativas às características dos estudantes e de algumas questões sobre a pandemia. Já para apresentar os níveis de estresse, calculou-se o escore de cada indivíduo, o qual poderia variar de 0 a 56 e foi obtido pelo somatório dos itens negativos com inversão dos positivos. Nesse caso, quanto maior o resultado, maior é o nível de estresse, o que pode ser prejudicial. Adicionalmente, evidenciou-se o estresse em quatro níveis (baixo, médio, alto, muito alto) conforme realizado em estudos anteriores (e.g. Faro, 2013). De modo similar, calculou-se o escore referente ao bem-estar psicológico, o qual poderia variar de 12 a 48, sendo obtido pela soma dos itens positivos com inversão dos negativos. Quanto maior essa pontuação maior o

bem-estar, o que indica melhores condições do indivíduo em termos de saúde mental (Gouveia et al., 2003).

Na sequência realizou-se a análise de correlação entre o estresse e quatro questões referentes a pós-graduação e a pandemia, cujas respostas foram dadas em escala contínua de 0 a 10. Utilizou-se ainda a correlação para análise entre dois itens referentes à pandemia e o bem-estar. Já para identificar possíveis diferenças entre o nível de estresse e diferenças entre bem-estar a partir da análise de características dos discentes e da pandemia (estado civil, sexo, renda, se é bolsista, se está trabalhando, tipo de curso, fase do curso, se tem filhos, acompanhamento de notícias, aulas *on-line*) realizou-se o teste F de análise de variância e o teste de *Kruskal-Wallis*.

Para realizar o teste F de análise de variância, testaram-se seus pressupostos (normalidade, homogeneidade, independência dos resíduos), o que permitiu concluir que esse teste só poderia ser usado em se tratando das variáveis 'estado civil' e 'renda' quando analisadas com a variável 'estresse'. Nesses casos, realizou-se, posteriormente, o teste *Tukey* para comparar as médias, averiguando as diferenças indicadas na análise de variância. Nos demais casos, como os pressupostos do teste F não foram atendidos, utilizou-se o teste não paramétrico de *Kruskal-Wallis*, o qual indicou as diferenças entre grupos a partir da média de ranks.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

4.1 Análise Descritiva

Inicialmente, apresenta-se a caracterização dos respondentes, sendo esses 317 pós-graduandos de vinte e cinco instituições de ensino. Observa-se o predomínio de participantes do sexo feminino, sem filhos, solteiros, que trabalham, com renda entre 4 e 10 salários, que cursam o mestrado e que estão cursando créditos.

Tabela 1

Caracterização da amostra

Sexo	Tem filhos		
Feminino	52,68%	Sim	28,71%
Masculino	47,32%	Não	71,29%
Estado civil	Trabalha		
Casado	42,90%	Sim	63,09%
Divorciado	5,05%	Não	36,91%
Solteiro	52,05%		
Idade	Renda		
21-25	18,93%	R1-Até 2 salários-mínimos	18,61%
26-30	30,28%	R2-Acima de 2 até 4 salários-mínimos	24,61%
31-35	17,03%	R3-Acima de 4 até 10 salários-mínimos	38,49%
36-40	15,14%	R4-Acima de 10 até 20 salários-mínimos	11,99%
Acima de 40	18,61%	R5-Acima de 20 salários-mínimos	6,31%
Curso	É bolsista		
Mestrado	67,82%	Sim	36,91%
Doutorado	31,86%	Não	63,09%
Pós-doutorado	0,32%		
Fase do curso			
Créditos concluídos e elaborando a pesquisa (dissertação/tese)	31,23%		
Cursando créditos	56,15%		
Em fase de conclusão da pesquisa (dissertação/tese)	12,62%		

Fonte: Dados da pesquisa

Dos discentes que participaram da pesquisa, 43% estavam estudando por meio de aulas *on-line*. Especificamente sobre questões referentes à pandemia, verificou-se que 52,05% dos discentes estavam acompanhando notícias frequentemente e se consideravam bem-informados sobre a Covid-19, 15,14% também acompanhavam as notícias, mas se sentiam confusos, 11,99% raramente acompanhavam o noticiário e 20,82% preferiam nem acompanhar essas notícias. Quanto ao atendimento às orientações da Organização Mundial de Saúde (uso de máscara, isolamento etc.), considerando uma escala de 0 (pouco) a 10 (muito), identificou-se que os discentes alcançaram uma média de 8,7, o que indica estarem cumprindo essas orientações. Já sobre o medo de ser ou ter alguém próximo contaminado com a Covid-19, a média foi de 7,9.

No questionário, os discentes responderam qual grau de associação percebiam entre o seu nível de estresse com o fato de estar cursando a pós-graduação. Em uma escala de 0 (nada associado) a 10 (totalmente associado), a média foi 6,9. Da mesma forma, os respondentes avaliaram seu estresse pelo fato de estarem vivenciando o período de pandemia e, nesse caso, a média foi 7,1.

Em relação ao estresse percebido pelos pós-graduandos, verificou-se que, em média, eles apresentaram 29,51 pontos (na escala que variava de 0 a 56). Seguindo os procedimentos adotados por Faro (2013), classificou-se o estresse dos discentes em níveis, sendo verificado que 5% estavam com estresse baixo, 41,6% com nível médio, 47% com nível alto e 6,3% com nível muito alto. Em estudos anteriores com pós-graduandos (Faro, 2013; Rezende et al., 2017), a média foi similar, mais especificamente, pouco acima da metade da escala. No que tange ao bem-estar, verificou-se que, em média, a amostra atingiu 30,81 pontos (na escala que variava de 12 a 48), ou seja, aproximadamente, a metade da escala, de forma similar ao que se refere ao estresse. Cabe destacar que, quanto maior a pontuação, maior é o bem-estar. Ao considerar o período da pandemia, pesquisas anteriores (Wang et al., 2020; Zhang et al., 2020) indicam a ocorrência de estresse, evidenciando que esse período tem afetado o estado psicológico de estudantes.

4.2 Análise Estatística

Na sequência, apresenta-se a análise da correlação entre o nível de estresse e algumas questões que tratam da percepção dos discentes, especificamente, dos pós-graduação, e do ambiente da pandemia. As respostas dos discentes variavam entre uma escala de 0 (nada associado) a 10 (totalmente associado). Em todos os casos, utilizou-se da correlação de *Spearman*, pois a normalidade bivariada não foi atendida, conforme indicado por meio do teste de *Shapiro-Wilk* (valor- $p < 0,05$)

A primeira questão objetivou avaliar o quanto o discente associava seu estresse ao fato de estar cursando a pós-graduação ($\rho = 0,195$; valor- $p = 0,00$). Já a segunda buscou medir o quanto o estudante associava seu estresse ao fato de estar vivendo a pandemia ($\rho = 0,285$; valor- $p = 0,00$). Por fim, a terceira tinha por objetivo identificar o quanto o discente tem medo de ser contaminado ou ter alguém próximo contaminado pela Covid-19 ($\rho = 0,241$; valor- $p = 0,00$). Verifica-se que todas essas questões apresentaram correlação positiva fraca com o estresse, ou seja, quanto mais o discente associava seu estresse com a pós-graduação e com a pandemia, e quanto mais medo ele tinha, maior estavam seus níveis de estresse. Já a questão sobre o quanto os discentes estão atendendo às orientações da OMS (uso de máscaras, isolamento social etc.) não apresentou correlação significativa ($\rho = -0,026$; valor- $p = 0,64$) com o nível de estresse.

A correlação também foi usada na análise do bem-estar a fim de verificar se havia associação com o medo em relação à contaminação da Covid-19 ($\rho = -0,213$; valor- $p = 0,00$), sendo identificada uma correlação negativa fraca significativa, indicando que, quanto maior o

medo dos discentes, menor era o bem-estar deles. Ainda sobre a pandemia, testou-se a relação entre o bem-estar e o nível de atendimento quanto às orientações da OMS ($\rho=0,022$; valor- $p=0,693$), tendo sido identificado que não há correlação significativa entre essas variáveis.

Ainda que as correlações apresentadas apresentem grau de associação fraca e não indiquem relação de causalidade, entende-se que os achados são convergentes a estudos anteriores (Rajkumar, 2020; Zhang et al., 2020), os quais indicaram ocorrência de sintomas de estresse, bem como impactos na saúde mental (Gonçalves et al., 2020; Rajkumar; 2020; Wang et al., 2020), associados à pandemia. O medo da doença também é uma realidade no cenário de pandemia (Brooks et al., 2020) e é citado como fator que contribui para os impactos na saúde mental dos estudantes (Ornell et al., 2020), inclusive de ter estresse (Afonso & Figueira, 2020). Além disso, evidências anteriores (Cao et al., 2020) apontaram que indivíduos que conheciam pessoas infectadas mostraram-se mais ansiosas.

Na sequência, para identificar se o nível de estresse e de bem-estar variava a depender de características dos discentes ou de características referentes à pandemia, realizou-se o teste F de análise de variância ou o teste de *Kruskal-Wallis*, conforme descrito nos aspectos metodológicos deste estudo.

Tabela 2

Comparação do nível de estresse, bem-estar e características da amostra

	Estresse		Bem-estar	
	Média*	valor-p	Média dos ranks	valor-p
Estado Civil				
Solteiro	31.95a	0.0000	137.58b	0.0000
Casado	26.68b		186.26a	
Divorciado	28.62ab		148.12ab	
Renda				
R1-Até 2 salários-mínimos	33.69a	0.0000	119.62c	0.0000
R2-Acima de 2 até 4 salários-mínimos	31.95a		140.45c	
R3-Acima de 4 até 10 salários-mínimos	27.95b		168.26b	
R4-Acima de 10 até 20 salários-mínimos	26.97bc		194.36ab	
R5-Acima de 20 salários-mínimos	22.1c		223.77a	
Bolsista				
Sim	176.64a	0.0087	141.82b	0.0106
Não	148.67b		169.05a	
Trabalha				
Sim	144.84b	0.0003	172.79a	0.0004
Não	183.20a		135.41b	
Curso				
Mestrado	167.40a	0.0114	150.98b	0.0326
Doutorado	139.53b		174.50a	
Sexo				
Feminino	174.5a	0.0014	144.26b	0.0025
Masculino	141.74b		175.4a	
Filhos				
Sim	136.64b	0.0058	173.81a	0.0676
Não	168a		153.03a	
Fase				
Cursando créditos	157.21a	0.4896	164.34a	0.0424
Créditos concluídos e elaborando a pesquisa	166.85a		141.18b	
Em fase de conclusão da pesquisa	147.48a		179.3a	
Aulas <i>on-line</i>				
Sim	154.36a	0.4350	160.33a	0.8225
Não	162.48a		158a	

Acompanha as notícias	Média dos ranks	valor-p	Média dos ranks	valor-p
Frequentemente, mas se sente confuso	174a	0.2272	150.63a	0.3599
Prefere não acompanhar	172.31a		145.59a	
Frequentemente, sente bem-informado	152.34a		163.32a	
Raramente acompanha	145.82a		174.06a	

Nota: Letras minúsculas diferentes: as médias (ou média dos ranks) diferem entre si ao nível de 5% de significância; *Refere-se ao uso do teste F da análise de variância com o uso do teste Tukey, nos demais casos utilizou-se o teste de *Kruskal-Wallis*.

Fonte: Dados da pesquisa

Ao observar os resultados apresentados na Tabela 2, verifica-se que os discentes declarados solteiros obtiveram, em média, estresse significativamente maior e bem-estar significativamente menor do que os discentes casados. A respeito disso, cabe destacar que pessoas em quarentena com menos contato tendem a sofrer mais impactos psicológicos durante a pandemia (Zhang et al., 2020), sendo possível entender que pode ser o caso dos discentes solteiros. No mesmo sentido, os respondentes com rendas inferiores (R1 e R2) também apresentaram estresse significativamente maior e bem-estar significativamente menor do que aqueles que estão distribuídos nos demais níveis de renda. Cabe ressaltar que, no âmbito da pós-graduação, Faro (2013) encontrou correlação negativa da renda com estresse. Já em análise sobre o período da pandemia, Bezerra et al. (2020) verificaram que pessoas com rendas menores foram mais afetadas por problemas financeiros.

No que se refere à ocupação dos discentes, observou-se que há diferença significativa entre ser ou não bolsista, tendo os bolsistas apresentado, em média, estresse significativamente maior e bem-estar significativamente menor. Além disso, os discentes que não trabalham (71% desses são bolsistas) também apresentaram maior estresse e menor bem-estar. Esses resultados corroboram estudos anteriores, que também identificaram estresse mais elevado em bolsistas (Rezende et al., 2017) e em discentes que não trabalham e comparados com os que trabalham (Faro, 2013), além da maior probabilidade de desenvolvimento de problemas psiquiátricos em estudantes que recebem bolsas ou financiamentos (Levecque et al., 2017).

Analizou-se também a fase em que o discente cursava mestrado ou doutorado com o fim de comparação com o nível de estresse, porém não foram identificadas diferenças significativas. Notou-se somente que o bem-estar dos estudantes que estavam com créditos concluídos e elaborando a pesquisa era significativamente menor. Em estudo anterior (Devos et al., 2016), a elaboração de pesquisa foi apontada como fator que contribui para o sofrimento psicológico, contudo há evidências (Levecque et al., 2017) de que problemas psicológicos não se diferem nos discente quando se comparam as fases do curso. Ao considerar o período de pandemia, supõe-se que, a depender da fase em que estão cursando, os estudantes tenham sentido maior preocupação com os prazos que precisam cumprir no programa de pós-graduação.

Ainda em relação às características acadêmicas, verificou-se que discentes matriculados no mestrado apresentaram maior nível de estresse, o que também foi apontado por Altoé et al. (2013) que investigou pós-graduandos em Ciências Contábeis, e menor bem-estar. Ressalta-se que o teste foi realizado, comparando mestrandos e doutorandos, havendo apenas um discente no pós-doutorado, o qual não foi considerado nessa análise. Os resultados indicaram também que discentes do sexo feminino apresentaram estresse significativamente maior e bem-estar menor. Na literatura, observou-se também a ocorrência de níveis mais elevados de estresse (Altoé et al., 2013; Faro, 2013) e maior probabilidade de problemas psicológicos (Levecque et al., 2017) em pós-graduandas do sexo feminino. De modo similar, em estudos no período de pandemia, foram observados maiores níveis de estresse (Wang et al., 2020), mais tristeza e mais nervosismo em mulheres do que em homens (Barros et al., 2020).

Ao comparar discentes que têm filhos e aqueles que não os têm, observou-se que os discentes sem filhos apresentavam estresse significativamente maior, já na comparação com o

bem-estar, não foram identificadas diferenças significativas. A diferença entre discentes com e sem filhos não havia sido identificada no estudo de Faro (2013), contudo, no estudo de Levecque et al. (2017), verificou-se que discentes com filhos apresentavam menor probabilidade de ter problemas psicológicos. Ao considerar o período da pandemia, pondera-se sobre a questão da solidão que, possivelmente, tenha sido mais percebida por discentes sem filhos e que ficaram mais isolados.

Por fim, ao analisar o nível de estresse e o bem-estar, quando comparados discentes que acompanhavam ou não as notícias referentes à Covid-19, não houve diferenças significativas. Esse resultado diverge daquele encontrado no estudo de Wang et al. (2020), o qual evidenciou que as pessoas que se sentiam mais informadas tiveram menor impacto psicológico associado à pandemia e, quando comparados com aqueles que estavam ou não tendo aulas *on-line* em virtude do período da pandemia, não houve diferenças significativas. Conforme aponta a literatura (Moohrouse, 2020), as aulas *on-line* têm sido percebidas como desafiadoras, contudo, na presente pesquisa, o fato de estar ou não em aula não interferiu no nível de estresse e bem-estar dos discentes.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A disseminação da pandemia provocou uma série de mudanças na vida dos indivíduos. Diante dessas mudanças e das medidas adotadas para conter a pandemia, destaca-se a preocupação quanto ao adoecimento psicológico da população (Schmidt et al., 2020). Nesse cenário, os estudantes tiveram sua rotina alterada com a adoção de outras formas de estudo (Tria, 2020), o que apresentou maior risco ao desenvolvimento de problemas psicológicos (Wang et al., 2020). Diante do exposto, objetivou-se identificar o nível de estresse e bem-estar dos pós-graduandos em Ciências Contábeis, bem como verificar se existem diferenças significativas quando analisadas as características acadêmicas, pessoais e/ou oriundas do período da pandemia da Covid-19.

Para alcance do objetivo proposto, realizou-se um estudo tipo *survey*, o qual contou com 317 pós-graduandos. A maioria deles apresentaram nível de estresse alto. Além disso, ao compará-los, considerando suas características pessoais, notou-se que discentes do sexo feminino, solteiros e com rendas inferiores apresentavam maior estresse e menor bem-estar. Já quando comparados conforme as características acadêmico-profissionais, verificou-se que aqueles que estavam como bolsistas, sem trabalho e cursando mestrado apresentaram maiores níveis de estresse e menores de bem-estar. Notou-se ainda que o medo quanto à contaminação da Covid-19 estava associado positivamente com estresse e negativamente com o bem-estar.

A partir dos achados citados anteriormente, conclui-se que alguns grupos de discentes são mais vulneráveis a desenvolverem problemas psicológicos. Ao considerar essas características no período em que a pesquisa ocorreu, ou seja, no primeiro semestre da pandemia, colocam-se algumas questões em debate. O fato de a maioria dos respondentes serem jovens e solteiros sugere que eles tenham sofrido mais com mudanças em suas rotinas, uma vez que estavam habituados a frequentarem aulas presenciais, mantendo relações sociais com colegas e professores. Conforme a literatura (Barros et al., 2020), pessoas mais jovens apresentaram maiores níveis de tristeza durante a pandemia, indicando que esse público pode ter sido mais afetado emocionalmente devido às mudanças de rotina, bem como em virtude da maior solidão consequente do distanciamento social.

Outra questão relevante refere-se às incertezas financeiras, pois, conforme sugerido na literatura (Afonso & Figueira, 2020), a pandemia suscita a ocorrência de diversos problemas econômicos e financeiros. Nesse sentido, ao verificar os maiores níveis de estresse em bolsistas e estudantes sem trabalhos, entende-se que esses têm se preocupado mais devido à sua condição financeira do momento e às incertezas com o período pós-pandemia. A questão financeira

também pode estar associada às incertezas profissionais, já que, possivelmente, a maior parte desses discentes estejam na pós-graduação se preparando para ingressar em uma carreira profissional durante ou após finalizarem seus cursos.

Cabe considerar ainda que, quando essa pesquisa foi realizada, a maior parte dos discentes ainda enfrentavam a paralisação das aulas devido à adoção de medidas restritivas em decorrência da pandemia. Entende-se, assim, que os discentes estavam lidando com incertezas momentâneas e futuras relacionadas aos estudos e à profissão e, possivelmente, preocupados com os prazos e requisitos necessários para que pudessem concluir seus cursos, especialmente, os discentes do mestrado, os quais têm prazo menor para a conclusão do curso. A respeito disso, evidenciam-se os achados de Cao et al. (2020), os quais apontam a importância do apoio social para os discentes como forma de amenizar a ansiedade durante a pandemia.

Diante de todo o exposto, entende-se que a pesquisa traz contribuições ao evidenciar indicadores referentes ao estresse e bem-estar dos pós-graduandos no período inicial da pandemia, que foi marcado por incertezas e mudanças de rotinas na vida dos estudantes. Além disso, o resultado revela que alguns grupos de discentes, especificamente, os mais vulneráveis, demandam mais apoio durante a pós-graduação, inclusive, no período de pandemia. Assim, entende-se que todas essas questões devem ser colocadas em debate e consideradas pelos programas de pós-graduação com o fim de auxiliar os discentes a se adaptarem às mudanças de forma a prosseguir com seus estudos.

Considerando ainda estudos anteriores, destaca-se que algumas ações, como a prática de atividades físicas (Bezerra et al., 2020; Zhang et al. 2020) e as interações *on-line* que possibilitam a socialização com outras pessoas (Gonçalves et al., 2020), podem contribuir para amenizar o sofrimento psicológico durante o período da pandemia. Evidencia-se também a importância de serviços prestados por profissionais da psicologia (Enumo et al., 2020; Faro et al., 2020) que auxiliem os indivíduos para lidar com as adversidades desse período. Essas ações são direcionadas à população em geral, conquanto sugere-se que sejam incentivadas e promovidas pelas instituições de ensino aos discentes para que esses tenham apoio de forma a desenvolver comportamentos que os ajudem a enfrentar os desafios da pandemia de forma responsável, respeitando-se as medidas de isolamento.

Ao considerar as sugestões citadas, evidencia-se, a título de exemplo, um projeto desenvolvido em uma instituição de ensino superior pública federal (Universidade Federal de Uberlândia), denominado projeto ‘Proteger-se’, que foi criado em abril de 2020, ainda no início do período da pandemia causada pela Covid-19. O projeto oferece um serviço *on-line* de atendimento terapêutico, que é fruto de esforços de diferentes profissionais da instituição (psicólogos, médicos psiquiatras, serviço social, dentre outros). Esses profissionais criaram um espaço *on-line* de apoio e acolhimento, além das parcerias para encaminhamento dos discentes a outros profissionais, quando necessário.

Por fim, ressalta-se que a presente pesquisa tem limitações, tais como, a análise de um período específico, no início da pandemia, no qual a maior parte dos discentes estava sem aulas e a restrição quanto às variáveis analisadas, pois optou-se por analisar exclusivamente o nível de estresse e bem-estar, contudo os participantes provavelmente apresentaram outros sintomas psicológicos durante o período, que podem ter influenciado na saúde mental ou em outros aspectos da vida deles. Sugere-se, assim, que estudos futuros sejam realizados e verifiquem outros fatores que possam ter afetado os discentes durante a pandemia e que, conseqüentemente, possam afetar suas carreiras. Sugere-se também o uso de outros métodos de pesquisas quantitativos e/ou qualitativos que possam contribuir para o entendimento de experiências dos pós-graduandos no período da pandemia ou no pós-pandemia.

REFERÊNCIAS

- Afonso, P., & Figueira, L. (2020). Pandemia COVID-19: Quais são os Riscos para a Saúde Mental? *Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental*, 6(1), 2-3.
- Altoé, S. M. L., Fragalli, A. C., & Espejo, M. M. D. S. B. (2014). A “dor do crescimento”: um estudo sobre o nível de estresse em pós-graduandos de contabilidade. *Revista Gestão Universitária na América Latina-GUAL*, 7(1), 213-233.
- Barros, M. B. D. A., Lima, M. G., Malta, D. C., Szwarcwald, C. L., Azevedo, R. C. S. D., Romero, D., ... & Gracie, R. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29, 1-12
- Bezerra, A. C. V., Silva, C. E. M. D., Soares, F. R. G., & Silva, J. A. M. D. (2020). Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 2411-2421.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912-920.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry research*, 287 (112934), 1-5.
- Cluver, L., Lachman, J. M., Sherr, L., Wessels, I., Krug, E., Rakotomalala, S., ... & Butchart, A. (2020). Parenting in a time of COVID-19.
- Devos, C., Boudrenghien, G., Van der Linden, N., Azzi, A., Frenay, M., Galand, B., & Klein, O. (2017). Doctoral students' experiences leading to completion or attrition: A matter of sense, progress and distress. *European Journal of Psychology of Education*, 32(1), 61-77.
- El-Ghoroury, N. H., Galper, D. I., Sawaqdeh, A., & Bufka, L. F. (2012). Stress, coping, and barriers to wellness among psychology graduate students. *Training and Education in Professional Psychology*, 6(2), 122.
- Enumo, S. R. F., Weide, J. N., Vicentini, E. C. C., Araujo, M. F. D., & Machado, W. D. L. (2020). Enfrentando o estresse em tempos de pandemia: proposição de uma cartilha. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, 1-10.
- Faro, A. (2013). Estresse e estressores na pós-graduação: estudo com mestrandos e doutorandos no Brasil. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 29(1), 51-60.
- Faro, A., Bahiano, M. D. A., Nakano, T. D. C., Reis, C., Silva, B. F. P. D., & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, 1-14.
- Faro, A., & Pereira, M. E. (2013). Estresse: Revisão narrativa da evolução conceitual, perspectivas teóricas e metodológicas. *Psicologia, Saúde e Doenças*, 14(1), 78-100.
- Galea, S., Merchant, R. M., & Lurie, N. (2020). The mental health consequences of COVID-19 and physical distancing: The need for prevention and early intervention. *JAMA Internal Medicine*, 180(6), 817-818.
- Garcia L.P., Duarte, E. Intervenções não farmacológicas para o enfrentamento à epidemia da COVID-19 no Brasil. *Epidemiologia e Serviços de Saúde* 2020; 29(2), 1-4
- Gonçalves, A. P., Zuanazzi, A. C., Salvador, A. P., Jaloto, A. Pianowski, G. & Carvalho, L. de F. (2020). Preliminary findings on the associations between mental health indicators and social isolation during the COVID-19 pandemic. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, v.2, 10-19.

- Gouveia, V. V., Chaves, S. S. D. S., Oliveira, I. C. P. D., Dias, M. R., Gouveia, R. S., & Andrade, P. R. D. (2003). A utilização do QSG-12 na população geral: estudo de sua validade de construto. *Psicologia: teoria e pesquisa*, 19(3), 241-248.
- Grossi, M. G. R., Minoda, D. de S. M., & Fonseca, R. G. P. (2020). Impacto da pandemia do covid-19 na educação: reflexos na vida das famílias. *Rev. Teoria e Prática da Educação*, 23(3), 150-170.
- Levecque, K., Anseel, F., De Beuckelaer, A., Van der Heyden, J., & Gisle, L. (2017). Work organization and mental health problems in PhD students. *Research Policy*, 46(4), 868-879.
- Luft, C. D. B., Sanches, S. D. O., Mazo, G. Z., & Andrade, A. (2007). Versão brasileira da Escala de Estresse Percebido: tradução e validação para idosos. *Revista de Saúde Pública*, 41, 606-615.
- Ministério da Saúde. (2020). Sobre a doença. Disponível em: <<https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca>>. Acesso em 13 ago. 2020.
- Moorhouse, B. L. (2020). Adaptations to a face-to-face initial teacher education course ‘forced’ online due to the COVID-19 pandemic. *Journal of Education for Teaching*, 1-3.
- OMS – Organização Mundial de Saúde (2018). Mental health: strengthening our response. 2018. Disponível em: <https://www.who.int/145ews-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em 20 de março de 2021
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 232-235.
- Padovani, R. D. C., Neufeld, C. B., Maltoni, J., Barbosa, L. N. F., Souza, W. F. D., Cavalcanti, H. A. F., & Lameu, J. D. N. (2014). Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Revista brasileira de terapias cognitivas*, 10(1), 02-10.
- Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian journal of psychiatry*, 102066.
- Rego, V. B. (2020). Saúde Mental e ética em tempos de COVID-19. *Revista de Educação e Pesquisa em Contabilidade (REPeC)*, 14(2), 141-144.
- Rezende, M. S. de, Miranda, G. J., Pereira, J. M., & Júnior, E. B. C. (2017). Stress and academic performance among accounting graduate students in Brazil. *education policy analysis archives*, 25 (96), 1-20.
- Ribeiro, I. J., Pereira, R., Freire, I. V., de Oliveira, B. G., Casotti, C. A., & Boery, E. N. (2018). Stress and quality of life among university students: A systematic literature review. *Health Professions Education*, 4(2), 70-77
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52, 141.
- Sahu, P. (2020). Closure of universities due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): impact on education and mental health of students and academic staff. *Cureus*, 12(4).
- Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Neiva-Silva, L., & Demenech, L. M. (2020). Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19). *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, 1-13
- Silva, T. D., Pereira, J. M., & Miranda, G. J. (2018). O estresse em graduandos de Ciências Contábeis e Administração. *Advances in Scientific and Applied Accounting*, 11(2), 330-350
- Sonnentag, S. (2015). Dynamics of well-being. *Annu. Rev. Organ. Psychol. Organ. Behav.*, 2(1), 261-293.

- Tria, J. Z. (2020). The COVID-19 pandemic through the lens of education in the Philippines: The new normal. *International Journal of Pedagogical Development and Lifelong Learning, 1*(1), 2-4.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health, 17*(5), 1729.
- Who-World Health Organization (2020). Rolling updates on coronavirus disease. Disponível em: <<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/events-as-they-happen>>. Acesso em 13 ago. 2020
- Yan, Z. (2020). Unprecedented pandemic, unprecedented shift, and unprecedented opportunity. *Human Behavior and Emerging Technologies, 2*(2), 110-112.
- Zhang, Y., Zhang, H., Ma, X., & Di, Q. (2020). Mental health problems during the COVID-19 pandemics and the mitigation effects of exercise: a longitudinal study of college students in China. *International journal of environmental research and public health, 17*(10), 1-16.