

AS CONTINGÊNCIAS DE SAÚDE MENTAL EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS NO PERÍODO DE PANDEMIA

Christian Silva dos REIS¹
Laís Vitória OLIVEIRA²
Ianes Cassia Viganó de SOUZA³
csreis.br@gmail.com

RESUMO

Este artigo é resultado de uma pesquisa realizada com estudantes de cinco cursos de uma universidade privada do oeste do Paraná. O objetivo deste estudo foi verificar se a pandemia causada pelo vírus Covid-19, juntamente com a criação do ensino remoto trouxeram impactos negativos sobre a saúde mental de estudantes universitários. A amostra contou com cinco estudantes universitários do 6º ao 8º período dos cursos de Farmácia, Nutrição, Arquitetura e Urbanismo, Engenharia Mecânica e Educação Física. A seleção da amostra foi feita de forma randomizada e os dados foram coletados através de um formulário aplicado de modo online por meio da plataforma google forms. Desse modo, foram encontrados evidências que indicam que a pandemia ocasionada pela Sars-CoV-2 (Covid-19), bem como a elaboração do novo formato do ensino remoto contribuíram com contingências aversivas que impactam negativamente a saúde mental dos estudantes universitários.

Palavras-chave: Análise do Comportamento, Saúde Mental, Seleção por consequências, Covid-19.

Orientador¹: Mestre em Análise do Comportamento; Professor Universitário do Centro Universitário Assis Gurgacz - csreis.br@gmail.com

Acadêmico²: acadêmica do 10º período do Curso de Psicologia do Centro Universitário Assis Gurgacz - lvoliveira1@minha.fag.edu.br

Acadêmico³: acadêmica do 10º período do Curso de Psicologia do Centro Universitário Assis Gurgacz - icvsouza@minha.fag.edu.br

CONTINGENCIES OF MENTAL HEALTH IN UNIVERSITY STUDENTS IN THE PANDEMIC PERIOD

Christian Silva dos REIS¹
Laís Vitória OLIVEIRA²
Ianes Cassia Viganó de SOUZA³
csreis.br@gmail.com

ABSTRACT

This article is the result of a research carried out with students from five courses at a private university in western Paraná. The aim was to verify whether the pandemic caused by the Covid-19 virus, along with the creation of remote learning had negative impacts on the mental health of university students. The sample included five university students from the 6th to the 8th periods of courses in Pharmacy, Nutrition, Architecture and Urbanism, Mechanical Engineering and Physical Education. The sample selection was carried out at random and the data were collected through an online form applied via google forms platform. Evidence was found indicating that the pandemic caused by Sars-CoV-2 (Covid-19), as well as the development of the new format for remote learning, contributed to adverse contingencies that negatively impact the mental health of university students.

Key-words: Behavior analysis, Mental Health, Selection by consequences, Covid-19.

Orientador¹: Mestre em Análise do Comportamento; Professor Universitário do Centro Universitário Assis Gurgacz - csreis.br@gmail.com

Acadêmico²: acadêmicas do 10º período do Curso de Psicologia do Centro Universitário Assis Gurgacz – lvoliveira1@minha.fag.edu.br

Acadêmico³: acadêmica do 10º período do Curso de Psicologia do Centro Universitário Assis Gurgacz - icvsouza@minha.fag.edu.br

1 INTRODUÇÃO

O vírus Sars- Cov 2 (COVID-19) é responsável pelo contexto pandêmico atualmente vivenciado pela humanidade, e para a contenção de seu contágio fez-se necessária a criação de novas medidas sanitárias, tais como o uso de máscaras, o isolamento social, o fechamento de locais destinados ao lazer, a restrição de horários para circulação de pessoas, o fechamento de comércios não essenciais (BEZERRA *et al.*, 2020), entre outros. Considerando as contingências deste novo contexto pandêmico, o foco de atenção primária à saúde sobressai-se aos cuidados da saúde física, ficando relegados a segundo plano os cuidados com a saúde mental (SCHMIDT *et al.*, 2020).

A ciência proposta por B. F. Skinner (1904-1990), denominada Análise do Comportamento, possui como objeto de estudo autônomo o comportamento dos organismos (LEÃO; LAURENTI, 2009) e, por meio da filosofia chamada de Behaviorismo Radical, promove estudos buscando explicar o comportamento em suas diferentes dimensões, sendo elas, a filogênese, a ontogênese e a cultura (SKINNER, 1981). Os estudos apresentam uma compreensão entre a relação do organismo com o ambiente, e fenômenos psicológicos podem ser estudados por meio das relações que ocorrem no ambiente físico e social (TOURINHO, 2003).

Assim, pode-se dizer que a filosofia skinneriana não se baseia nas partes de um organismo, mas sim nas explicações do comportamento do organismo como um todo. A relação entre organismo e ambiente, portanto, caracteriza o campo do comportamento operante, na medida em que a emissão de respostas modifica o ambiente ao mesmo tempo que ocorre em função das alterações ocasionadas. Com isso, respostas funcionalmente semelhantes podem aumentar ou diminuir em termos de suas probabilidades (BORGES & CASSAS, 2012). Com efeito, o estudo das probabilidades comportamentais constitui o próprio estudo dos fenômenos psicológicos em uma perspectiva comportamentalista (SKINNER, 1974).

A análise do comportamento pode ser utilizada para investigar as variáveis controladoras de determinados tipos de comportamentos que constituem o que é tradicionalmente conhecido como saúde mental (SKINNER, 1953; 1971; 1974). Um dos fatores a serem analisados para a compreensão dos comportamentos considerados mentalmente saudáveis se dá a partir da análise das contingências prevalentes em determinados contextos, tais como os vivenciados ao longo da pandemia. A análise do comportamento aponta contextos diferenciados para o acompanhamento em saúde

mental, pois sua visão é vinculada às contingências que podem proporcionar comportamentos-problema. O tratamento em saúde mental, por sua vez, busca identificar, compreender e modificar esses comportamentos (LEUGI, 2018).

Faro *et. al* (2020) afirmam que ao vivenciar as contingências de um contexto pandêmico a sociedade tende a sofrer algum tipo de impacto psicológico, pois as mesmas medidas de contenção do vírus que são necessárias, em contrapartida, podem acarretar experiências de cunho negativo. Para Ornell *et. al* (2020), o número de pessoas impactadas psicologicamente pela pandemia supera o número de pessoas contaminadas pelo vírus, o que traz consequências imensuráveis a toda a sociedade e acarreta novos meios de adaptação, com estratégias e recursos necessários ou disponíveis

Tem-se, então, uma medida sanitária peculiar criada durante a pandemia: a suspensão das aulas no ensino presencial. Como meio de adaptação, o Ministério da Educação (MEC), a partir da Portaria nº 345/2020, autorizou a continuidade das atividades acadêmicas no formato remoto por meio de meios tecnológicos (SILVA *et al.*, 2020). Vale ressaltar que a rotina universitária faz parte da vida de muitos brasileiros e, na grande maioria, os jovens, e o impacto das mudanças no formato de ensino abrange desde a baixa qualidade no ensino até os efeitos adversos à promoção de saúde mental.

A transição do jovem para a vida universitária é muito marcante, pois acarreta diversas mudanças: a vida em outra cidade, o grande investimento financeiro, as várias horas de estudo, a insegurança com a carreira futura, etc. Além disso, nem sempre o ambiente acadêmico é propício ao desenvolvimento ou manutenção da saúde mental, pois promove situações estressantes e desgastantes nas quais nem sempre há algum tipo de suporte (PADOVANI *et al.*, 2014).

As adaptações no meio de ensino, juntamente com os padrões da rotina acadêmica, ecoaram no futuro profissional dos estudantes, pois houve atraso no desenvolvimento das atividades acadêmicas, o que evidentemente gerou grande sentimento de medo, insegurança, despertencimento e mudança de humor (GUNDIM, *et al.*, 2021). Segundo Lima *et al.* (2020), acadêmicos têm seus repertórios comportamentais afetados pela rotina universitária, já que o ambiente é constituído por regras e condutas esperadas. Isso pode ser explicado por meio do terceiro nível de seleção por consequências (SKINNER, 1981), no qual o sujeito partilha com o grupo em que está inserido comportamentos que serão potencializados ou minimizados de acordo com os reforçadores disponíveis. Com a ciência analítico-comportamental, podemos dizer que o estudante é o organismo que está em constante relação com o ambiente que é a universidade, assim o ambiente promove

mudanças no organismo e, posteriormente, o organismo acarretará modificações ao ambiente que, anteriormente, modificou-o.

2 MÉTODOS

A presente pesquisa é de natureza básica quantitativa e qualitativa, de cunho descritivo e exploratório. Foi utilizado um questionário aplicado de forma online, por meio da plataforma *google forms*, contendo 16 questões no total. Oito delas, de múltipla escolha, são voltadas a questões sociodemográficas, e as outras oito, abertas, são relacionadas diretamente ao tema da pesquisa.

O instrumento da pesquisa foi respondido de forma anônima por estudantes dos cursos universitários de uma determinada instituição privada localizada no oeste do Paraná. A amostra foi composta por 5 universitários dos cursos de: Nutrição, Farmácia, Engenharia Mecânica, Arquitetura e Urbanismo e Educação Física, selecionados mediante um sorteio randomizado, matriculados entre o 4º e 10º período, com idade entre 18 a 30 anos, de ambos os gêneros. Os acadêmicos também deveriam estar matriculados em apenas um curso da instituição e não serem docentes.

O link do questionário foi disponibilizado aos acadêmicos através do aplicativo Whatsapp e, inicialmente, ao acessar o link, os participantes foram informados sobre a relevância do estudo, bem como acerca de seus riscos e benefícios, por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, disponibilizado pelo Comitê de Ética e editado pelos pesquisadores, mantendo o anonimato dos participantes. Ao receber o link do questionário, cada participante teve um período de 5 dias para respondê-lo. O tempo médio estipulado para a conclusão das respostas foi de 20 a 30 minutos.

A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética em pesquisa com seres humanos da Instituição de Ensino Superior a qual pertencem os autores. Número do Parecer: 5.012.991. A análise de dados das questões sociodemográficas ocorreu por meio de gráficos, e o método utilizado para a análise das questões abertas direcionadas ao tema da pesquisa foi uma análise qualitativa do discurso dos participantes, tendo sido elaboradas análises funcionais do conteúdo adquirido, utilizando-se o viés teórico da Análise do Comportamento.

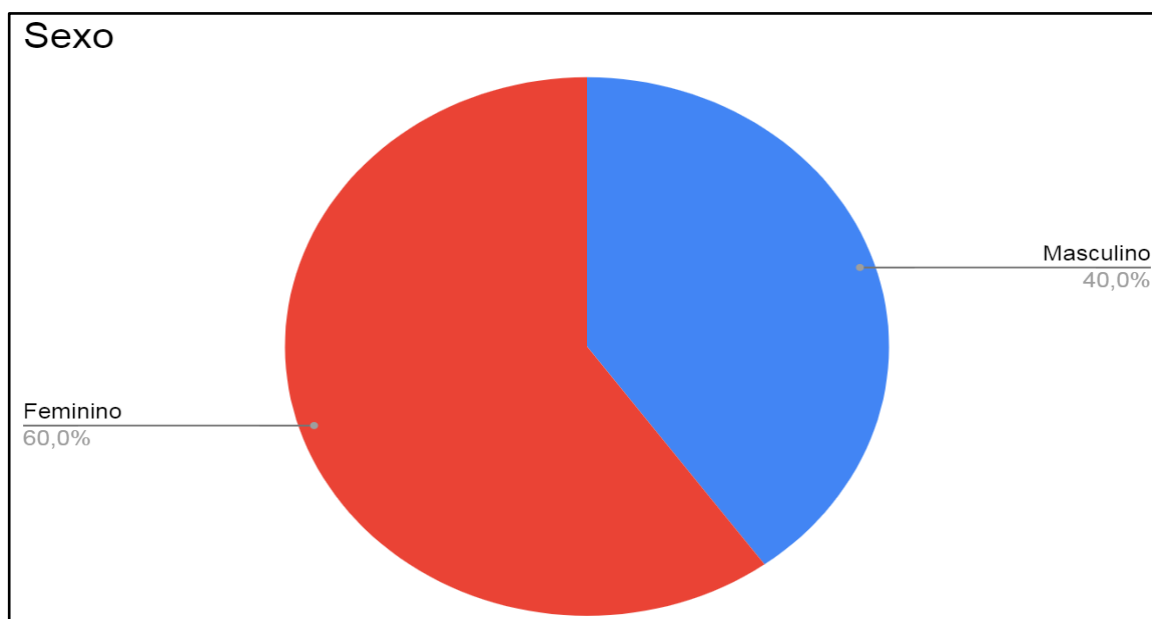
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS

A amostra foi composta por cinco estudantes universitários do 4º semestre ao 10º semestre dos períodos matutino e noturno dos cursos de: Nutrição, Farmácia, Engenharia Mecânica, Arquitetura e Urbanismo e Educação Física. A coleta de dados foi realizada entre os dias 06 de Outubro ao dia 10 de Outubro de 2021, no período do dia em que os estudantes achavam mais pertinente responder o questionário.

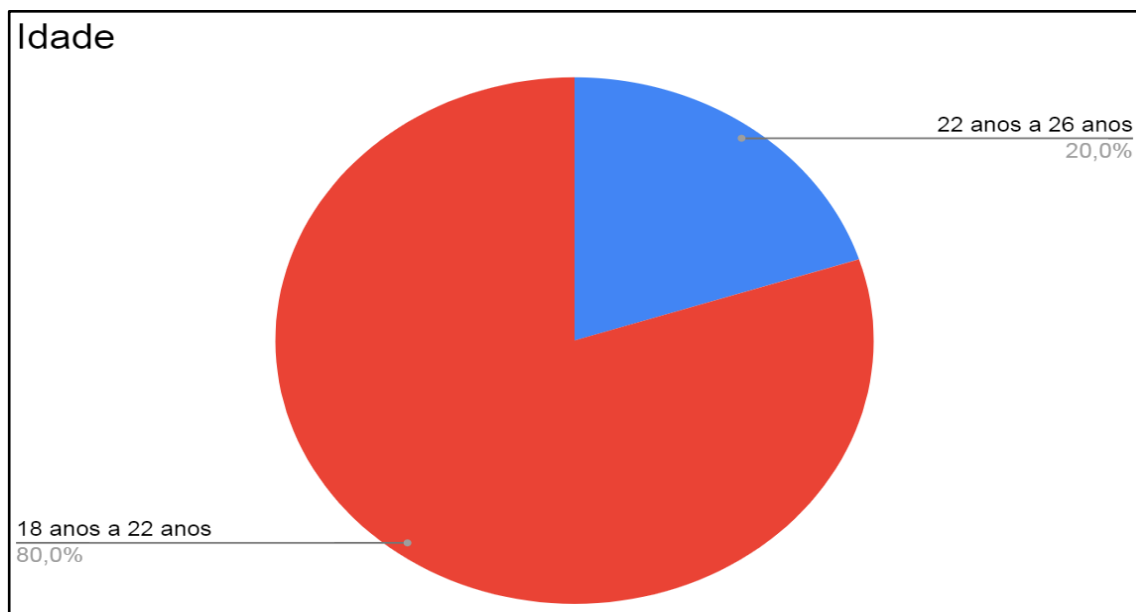
Os dados demográficos obtidos com a amostra demonstram que a pesquisa foi respondida majoritariamente por três pessoas que se identificaram com o sexo feminino, correspondendo a (60%), e por dois do sexo masculino (40%) (Figura 1). A maior parte dos alunos está entre a faixa etária de 18 a 22 anos, totalizando quatro participantes (80%) e um entre 22 a 26 anos (20%) (Figura 2).

Figura 1: Gênero ao qual o participante identifica-se



Fonte: Os (as) autores (as).

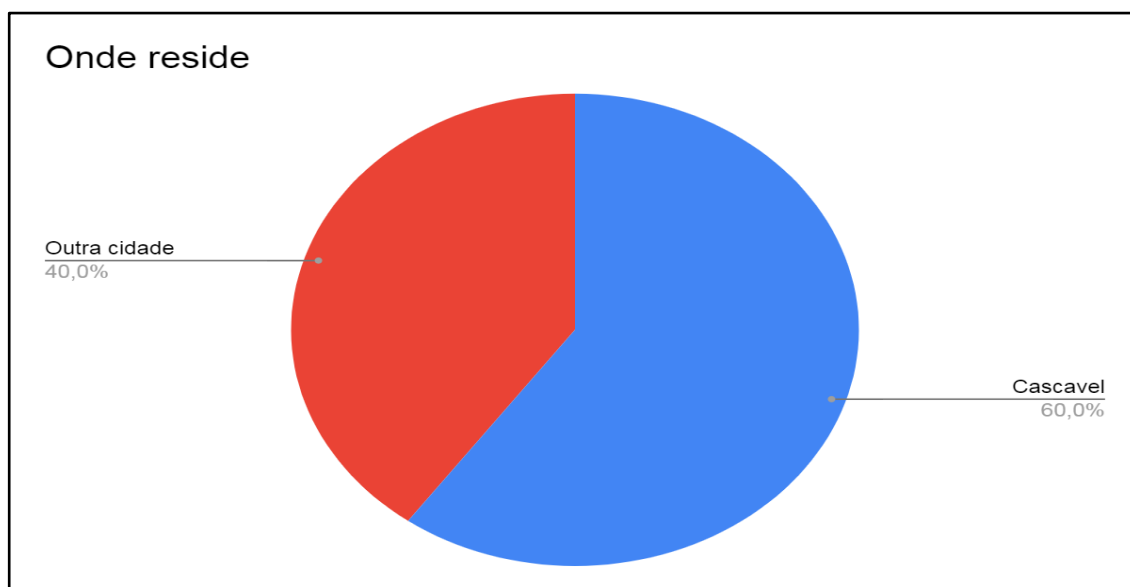
Figura 2: Idade dos alunos que participaram da pesquisa



Fonte: Os (as) autores (as).

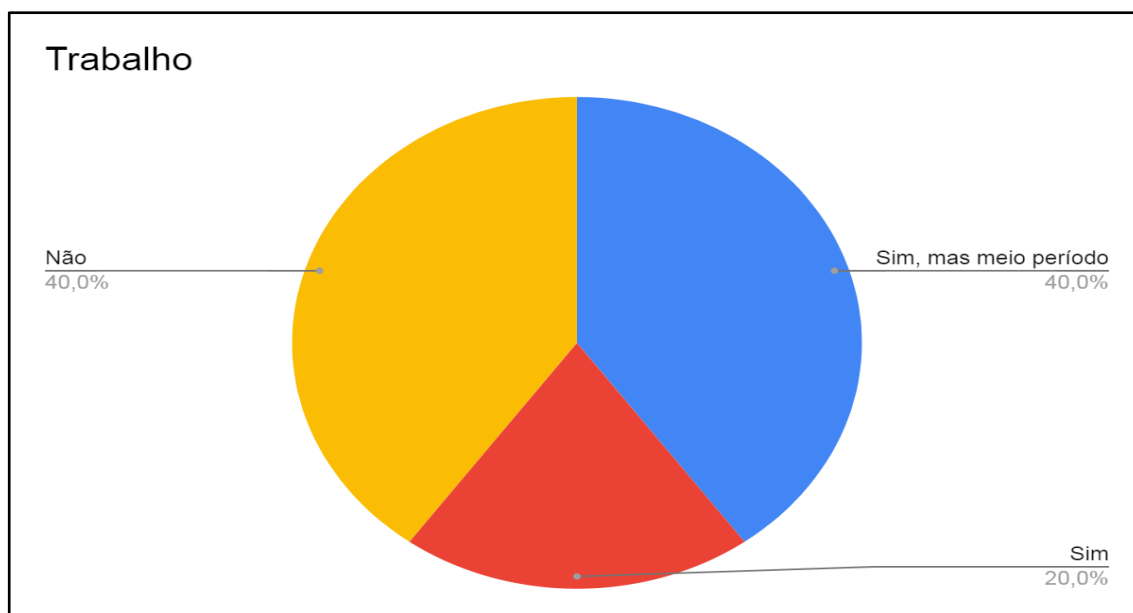
No que se refere à cidade de residência dos estudantes (Figura 3), três relatam morar em Cascavel- PR (60%) e dois residem em outra cidade (40%). Desses estudantes, dois relataram não trabalhar (40%), outros dois mantém vínculo empregatício, porém por meio período apenas (40%), e um relata trabalhar em período integral (20%) (Figura 4).

Figura 3: Cidade onde o participante reside



Fonte: Os (as) autores (as).

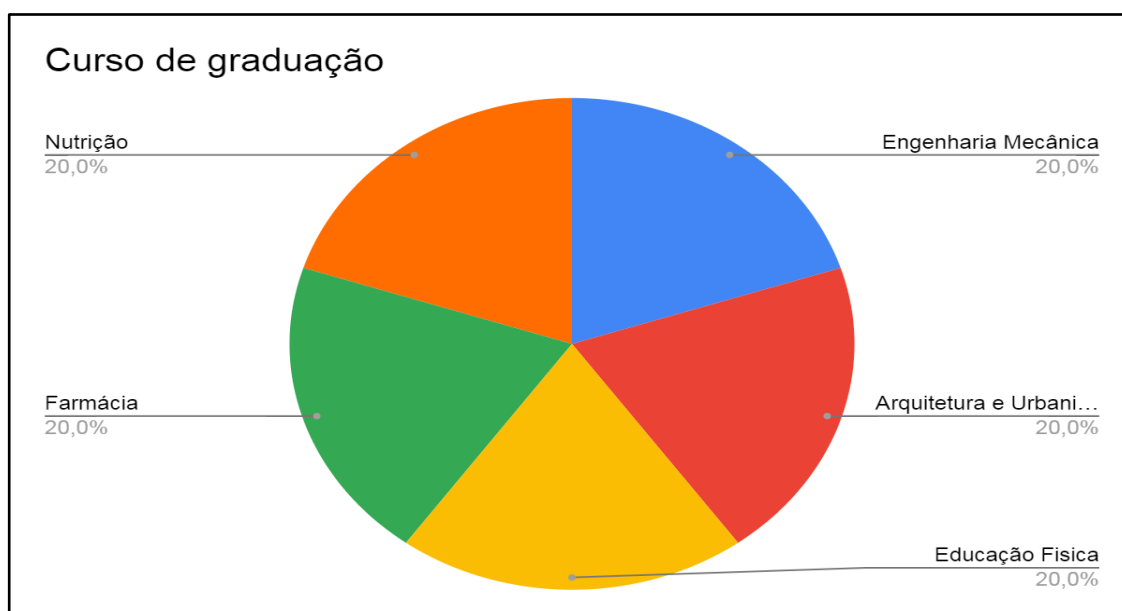
Figura 4: Status de trabalho dos estudantes que participaram da pesquisa



Fonte: Os (as) autores (as).

A amostra foi composta por cinco cursos de graduação (Figura 5). Assim, um aluno pertence ao curso de Nutrição (20%), um ao curso de Farmácia (20%), um ao de Arquitetura e Urbanismo (20%), um ao de Educação Física (20%) e um ao curso de Engenharia Mecânica (20%).

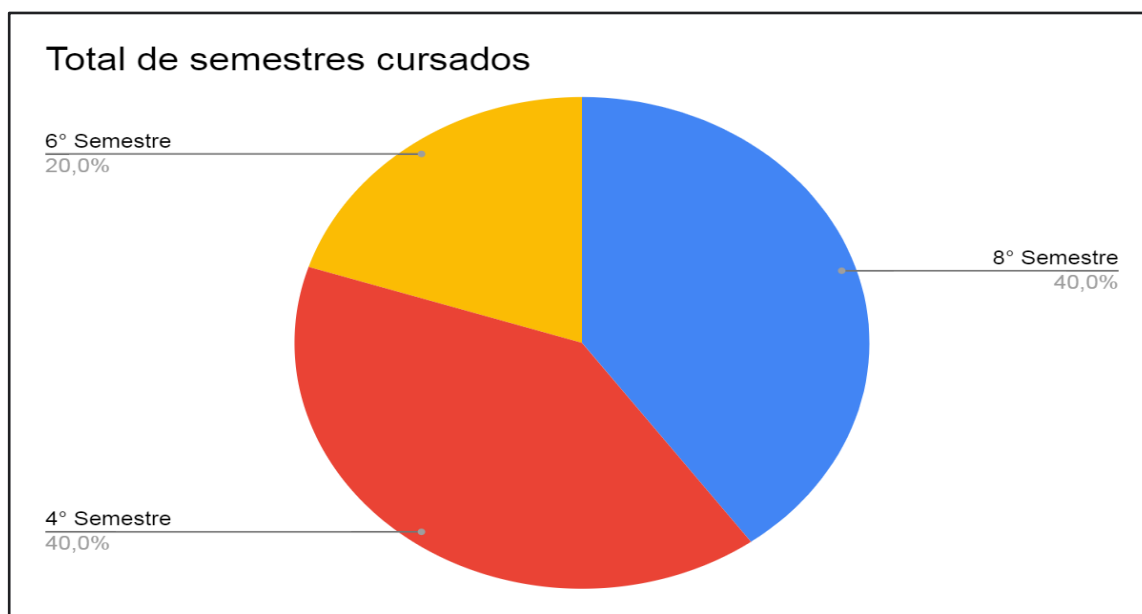
Figura 5: Curso de graduação ao qual o participante pertence



Fonte: Os (as) autores (as).

Em relação ao semestre em que os alunos participantes encontravam-se (Figura 6) pode-se observar que dois alunos relatam estar cursando o 8º semestre (40%); outros dois alunos estão cursando o 4º semestre (40%) e um aluno encontra-se no 6º semestre (20%).

Figura 6: Semestre ao qual o participante encontra-se matriculado



Fonte: Os (as) autores (as).

Quando questionados sobre se realizaram mudança de cidade de residência para ingressar na universidade (Figura 7), três alunos confirmam que não mudaram de cidade (60%) e dois não fizeram mudança, porém vão e voltam todos os dias para sua cidade de residência (40%).

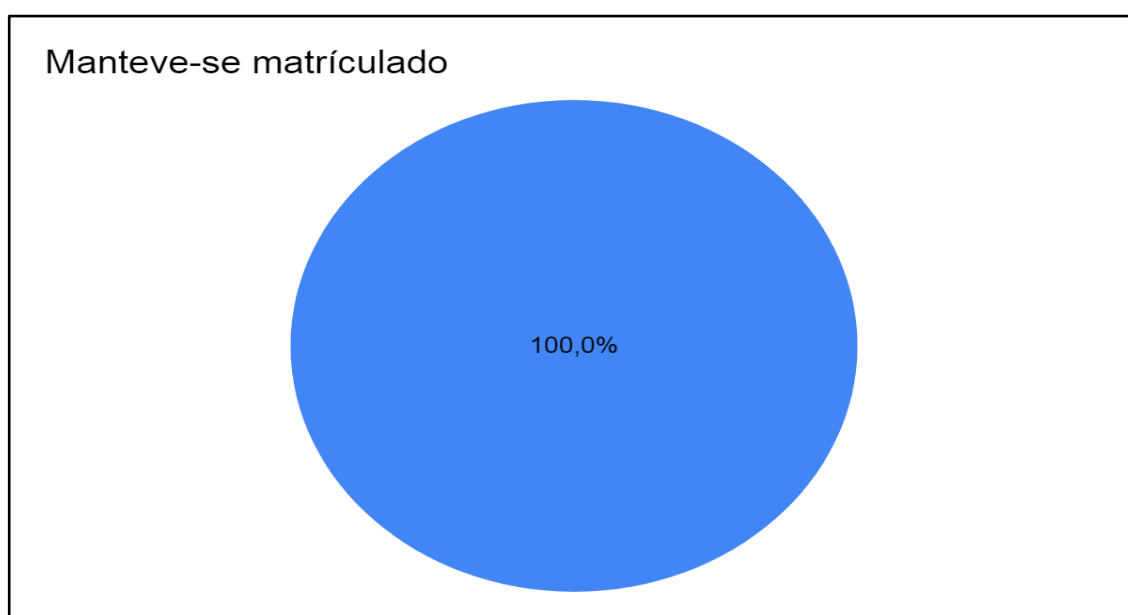
Figura 7: Mudança de cidade dos alunos participantes da pesquisa



Fonte: Os (as) autores (as).

Todos os alunos participantes da amostra alegam manter-se matriculados em seu curso de graduação durante a pandemia Covid-19, (Figura 8) totalizando cinco estudantes (100%).

Figura 8: Alunos que se mantiveram matriculados em seu curso de graduação durante a pandemia Covid-19



Fonte: Os (as) autores (as).

Resumidamente, os dados obtidos demonstram que a maioria dos alunos iniciaram o curso de graduação logo ao término do ensino médio, uma vez que a maioria encontra-se dentro da faixa etária de 18 a 22 anos. Outro dado relevante é que a maioria possui um vínculo empregatício, e que mesmo com as contingências aversivas da pandemia de Covid-19, mantiveram-se matriculados em seu curso de graduação.

3.2 DADOS RELACIONADOS A SAÚDE MENTAL E ROTINA ACADÊMICA

No que se refere aos resultados obtidos a partir da coleta de dados, todos foram categorizados, conforme demonstrado na sequência. Cabe salientar que o presente estudo não configura um estudo comparativo, mas busca investigar a percepção do sujeito sobre sua experiência de forma singular. Os participantes da pesquisa não foram em nenhum momento identificados, sendo, portanto, denominados P.1, P.2, P.3, P.4 e P.5. A escolha da nomenclatura deu-se por conta da abreviação da palavra participante, e os números servem para diferenciar os participantes entre as respostas obtidas.

É válido ressaltar que a análise não se esgota no escopo deste trabalho, e os trechos apresentados são recortes com a finalidade de tentar construir respostas aos objetivos deste trabalho. A seguir, portanto, serão apresentadas as categorias de análise que foram construídas a partir dos dados obtidos em coleta.

3.2.1 Rotina pré-pandemia

A primeira categoria contempla questionamentos relacionados à “Rotina pré-pandemia” dos participantes. Tal categoria é assim denominada uma vez que os dados obtidos permitem a elaboração da hipótese de que o período que antecedeu a pandemia corroborava com contingências permanentes, ou seja, possibilitava a elaboração de rotinas duradouras.

Os participantes pontuaram uma organização nas atividades que realizavam durante o dia, sobretudo as atividades habituais do âmbito acadêmico, como consta neste trecho de P.3: “*Estávamos acostumados com nossas atividades provas/trabalhos/seminários tudo era bem planejado e saía conforme o planejamento [sic]*”. Assim, é possível supor que o período que antecedeu à pandemia proporciona uma rotina mais estabelecida, o que propiciava um planejamento mais sólido das atividades a serem realizadas bem como o planejamento de carreira.

A partir do relato, é possível supor que o estudante da graduação tem seus comportamentos afetados pela rotina universitária, uma vez que nesse ambiente é eminente a existência de regras e condutas. Isso pode ser explicado por meio do terceiro nível de seleção por consequências (SKINNER, 1981), no qual o sujeito partilha com o grupo ao qual está inserido comportamentos que serão potencializados ou minimizados de acordo com os reforçadores culturais disponibilizados. No viés analítico-comportamental, pode-se dizer que o estudante é o organismo que está em constante relação com o ambiente que é a universidade. Assim, o ambiente promove mudanças no organismo e, posteriormente, o organismo acarretará modificações ao ambiente que, anteriormente, modificou-o (LIMA *et al.*, 2020).

Anversa *et al.* (2018) argumenta que o cotidiano acadêmico corrobora para o desenvolvimento psicológico dos estudantes, pois muitas vezes é a primeira experiência na criação de uma identidade autônoma. Além disso, é esperado do estudante a criação de uma independência de aprendizagem, do estabelecimento de metas e organização do tempo, como programação de rotina para estágio, organização do tempo de estudo, planejamento pós-formatura, entre outros elementos.

Gusso *et al.* (2020) salienta que as medidas de controle da disseminação do vírus requereram a criação do ensino remoto emergencial, porém não se houve tempo para capacitação de professores, ou criação de plataformas especializadas, o que possivelmente pode ter contribuído para o prejuízo na qualidade de ensino ofertada.

3.2.2. Contingência Pandêmica

Considerando que o contexto pandêmico acarretou mudanças em diversos aspectos da vida dos universitários, desenvolvemos uma segunda categoria denominada “Contingência Pandêmica”, uma vez que retrata as contingências aversivas apresentadas pelos participantes sobre a pandemia de Covid-19.

Essa categoria reuniu respostas em que os participantes explicitaram como configurava-se sua rotina acadêmica durante a pandemia, bem como sua opinião sobre as mudanças no formato de ensino. Pode-se observar que além de pontuar a nova rotina das atividades acadêmicas, as respostas apresentam um teor de insatisfação com o novo formato de ensino, bem como um prejuízo à saúde mental ocasionado por tais contingências, o que pode ficar mais explícito por meio dos seguintes trechos da amostra: “*Cansaço mental e físico, ataques de ansiedade, pânico e estresse excessivos por falta de*

empatia de professor; falta de dinheiro e mesmo assim ter muitos trabalhos e eventos acadêmicos que sugam todo o resto [sic]”; “[...] a mudança entre ensino à distância e presencial tira estabilidade, e fica difícil de se organizar [sic]”.

Unanimemente, as respostas esboçaram um sentido negativo sobre as mudanças, sobressaltando grandes prejuízos, tais como os danos causados à saúde mental, conforme consta nesse trecho retirado das respostas obtidas: *“A pandemia trouxe prejuízos a todos, porém a quem estuda foi trágico, pois aulas práticas foram perdidas ou feitas muito mal, desaprendemos a fazer provas no modelo convencional e com isso vem acarretando muita confusão mental nos alunos [sic]”.* Outro participante ainda afirmou o seguinte: *“ter decaído minha sanidade mental [no período da pandemia] resultando em vontade alguma de ir para o campus [sic]”.*

Assim, não é possível notar uma grande presença de contingências reforçadoras no modelo de ensino remoto. Suspeita-se que o formato de ensino remoto ou EAD trouxe mudanças bruscas na rotina de universitários as quais impactaram nos âmbitos de saúde mental, carreira, ensino aprendizagem e organização financeira.

As novas adaptações realizadas pelos acadêmicos vem demonstrando um sofrimento físico e mental, reafirmando o que Gundim *et al.* (2021) e Lima *et al.* (2020) apresentam, explicitando que as demandas aumentadas do ambiente acadêmico, a insegurança e as experiências de sentimentos negativos podem desencadear sinais e sintomas de que a saúde mental não está sendo promovida conforme o esperado, deixando o indivíduo mais suscetível a despertar crises de ansiedade, e sintomas de depressão entre outros transtornos.

Para Skinner (2003), o estado de saúde de uma pessoa é afetado e formado sob o modo ao qual esse organismo relaciona-se com o ambiente em que está inserido. Nessas, condições, é importante salientar o fundamento de seleção por consequência: para se conhecer melhor o estado de saúde de um indivíduo é necessário considerar as consequências mantenedoras em três níveis, quais sejam, seus aspectos biológicos (filogenéticos), individuais (ontogenéticos) e culturais.

Essa falta de contingências reforçadoras vem sendo explorada por Gusso *et al.* (2020), que aponta modificações no modelo de ensino que podem ter acarretado problemas vinculados à baixa qualidade de ensino, falta de amparo psicológico, excesso de cobrança e acesso restrito de alunos a tecnologias. Além disso, acaba caracterizando o início das aulas remotas como um período que trouxe grande sentimento de solidão, uma vez que o contato com amigos e profissionais do campus universitário foi restrito, gerando

uma escassez de reforçadores sociais, e fazendo com que tal situação emergencial trouxesse inúmeras preocupações e incertezas frente ao futuro acadêmico e profissional. Observando os impactos gerados pela pandemia, nota-se a probabilidade de ocorrer efeitos adversos ao desenvolvimento da saúde mental.

3.2.3 Em busca de reforçadores

Os reforços para o behaviorismo são tidos como consequência do comportamento, tornando-o, assim, mais provável (SKINNER, 1953; 1971; 1974; 1981). Desse modo, todos os comportamentos humanos ocorrem em busca de reforçadores, sejam eles arbitrários ou naturais. Para examinar a presença de reforçadores durante a pandemia, foi elaborada a terceira categoria, denominada “Em Busca de Reforçadores”.

Foi possível observar a diminuição e quase escassez de realização de atividades de lazer, o que talvez evidencie a falta de reforçadores durante o período pandêmico, e de certo modo pode tornar esse período vivenciado ainda mais aversivo. Amorim *et al.* (2020) aponta que algumas atividades, sobretudo de lazer que antes eram realizadas em grupo como prática de exercícios, passaram a ocorrer dentro de casa, sendo sustentadas por reforçadores individuais e arbitrários naturais.

Observa-se que os participantes buscaram adaptações para esse momento atípico, em que o distanciamento social exigiu que rotinas fossem repensadas e readequadas, e em sua grande maioria a prática de uma atividade física ou de lazer foi adiada. Mesmo sabendo da importância de hábitos saudáveis para manter uma vida saudável, a pandemia evidenciou o quão vulnerável é a sociedade diante dos cuidados físicos e psicológicos (MENEZES, 2021).

Skinner (2003) pontua que os organismos vivem em constante busca de ambientes que gerem consequências reforçadoras para seus comportamentos. Tal repertório comportamental torna-se mais acentuado uma vez que esse sujeito tem suas relações interpessoais permeadas por contingências desse tipo, pois tal organismo estará sempre em busca de ambientes reforçadores. É entendível que o contexto universitário pode promover eventos aversivos, e, assim, a busca por outros ambientes que propiciem mais reforçadores tende a aumentar. Nesse sentido, a procura por relacionamentos interpessoais similares às relações já estabelecidas tende a ocorrer, já que o organismo busca reforçadores a partir do seu repertório.

3.2.4 Contingências de Controle Face-a-face

Para contemplar a visão dos universitários sobre a importância da vida acadêmica antes da pandemia, elaborou-se a quarta categoria, “Contingência de controle face-a-face”, a qual traz consigo a suposição de que o rompimento da rotina antes estabelecida, em que existiam aulas presenciais e demais reforçadores, trouxe aos acadêmicos uma lacuna que pode ser explicada pela falta de contato social ou de reforçadores proporcionados pelo contato com o outro. P.5, por exemplo, diz que: *“Nós tínhamos liberdade antes, tínhamos uma vida e com isso fomos impossibilitados de continuar fazendo o que nos deixava feliz, eu gostava muito de ir pra faculdade, estudar o que eu gosto e ficar em casa me trouxe transtorno de ansiedade e depressão e hoje tomo 5 medicamentos no total [sic]”*. P.2 ainda descreve a importância da vida acadêmica antes da pandemia, como no trecho a seguir: *“O ambiente acadêmico faz um pouco de falta, e depender de e-mails e whatsapp para ter contato com os professores e colegas foi horrível”*. A rotina antes existente como constante, agora é descrita como uma imprecisão que traz consigo grandes consequências.

Durante o questionário aplicado, uma das questões referiu-se ao sentimento expresso do participante durante sua participação, e os dados apresentados foram ao encontro do que denominamos anteriormente de controle face-a-face, pois expressões de como as instituições de ensino podem ou não promover a saúde mental foram evidenciadas nos discursos, conforme P.4 retrata: *“o desconforto de ter um sonho reprimido dentro do lugar que deveria ser “escola dos sonhos”. Desconforto e medo de não ser ninguém futuramente por ser reprimido e deixado de lado pela instituição como um todo [sic]”*. Nessa mesma direção, P.5 descreve: *“Senti apenas comoção por ter vivido essa fase, espero que todos consigam sobreviver principalmente vivendo nesse país, tá difícil [sic]”*.

Tal fenômeno é melhor explicado por Gusso *et al.* (2020) que aponta que o novo módulo de ensino tornou inviável o desenvolvimento de habilidades que são aprimoradas através do contato social com outros universitários no campus, que de fato não afetam apenas aspectos de habilidades pessoais e profissionais, mas sim na manutenção de saúde física e mental.

Ao examinar a problemática do controle face-a-face em Ciência e Comportamento Humano (SKINNER, 1953), Skinner apresenta-o como sendo uma alternativa de controle institucional. Para ele, o controle face-a-face poderia desenvolver um equilíbrio dentro de

um grupo sem que agências controladoras realizassem mediações para obter os resultados pretendidos (SKINNER, 1953). Porém, o domínio exercido por uma agência de controle que pode ser governamental, econômico ou de âmbito religioso, tem muito mais poder de controlar indivíduos do que o de pessoa para pessoa. Normalmente, essas agências apoiam-se em um desequilíbrio de poder que pode ocasionar danos aos controlados e à sociedade, como por exemplo impedir o direito de todos visando o bem comum, buscando apenas interesses de indivíduos que pertencem a essas agências (LUIZ & LOPES, 2020).

3.2.5 Terapia como fator de proteção

Com o objetivo de acolher as possíveis demandas dos participantes, a quinta categoria foi assim denominada “terapia como fator de proteção”, no intuito de identificar e apresentar a visão dos participantes sobre a importância de práticas voltadas à manutenção da saúde mental.

Pode-se afirmar que é de conhecimento de universitários a importância de práticas voltadas ao cuidado da saúde mental, sobretudo no momento inconstante vivenciado por todos. Isso explica melhor o trecho da resposta de P.2: “*Sempre fiz psicoterapia uma vez ao mês, mas com a pandemia passei a ir toda semana com minha psicóloga [sic]*”. Pode-se observar o mesmo nesse trecho da resposta de P.3: “*[...] acredito que seria importante se todos fizessem [terapia]*”. Não sabe-se o motivo pelo qual práticas como a psicoterapia não são adotadas, a despeito da ciência em relação à sua necessidade em casos como o caso pandêmico.

Os participantes mostram a importância da saúde mental, embora relatos apontem que ela nem sempre manteve-se dentro do esperado pelos participantes, e esse dado corrobora o que Leugi (2018) apresenta ser a categorização de saúde mental diante do viés analítico-comportamental. O autor apresenta diferentes contextos ligados às contingências que podem proporcionar ou não a saúde mental, buscando identificar ou modificar os comportamentos para que promovam a saúde mental.

Alguns apontamentos de novas possibilidades de análises relacionadas à saúde mental foram realizados por Leugi (2018), os quais enfatizam o olhar direcionado aos indivíduos e ao meio em que estão inseridos, e como se comportam, analisando com cuidado e atenção os indivíduos na tentativa de proporcionar ao ser humano menos sofrimento psicológico. Dessa forma, o autor parece indicar que a Análise do Comportamento seja capaz de identificar algumas práticas com maiores probabilidades

de gerar consequências ao indivíduo devido às contingências apresentadas, fatores, estes, que estão ligados fortemente à cultura e ao meio social.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista que a pandemia ainda se faz presente, percebe-se a importância do estudo para corroborar com as discussões sobre saúde mental em tempos de pandemia. Durante o estudo foi possível observar que repertórios comportamentais de saúde mental nem sempre foram adquiridos ou mantidos pelos estudantes universitários, fator relacionado ao isolamento social que modificou rotinas de estudos, trabalhos e lazeres, seguidos pelos sentimentos de medo e incertezas sobre o futuro e a carreira profissional.

Diante das contingências produzidas pela pandemia, fica perceptível que as mudanças acarretaram impactos no ensino e aprendizagem; a qualidade de ensino acabou ficando reduzida e as readaptações que a instituição de ensino precisou desenvolver para dar sequência aos estudos de certa maneira contribuiu para que alguns fatores como a dificuldade para concentração e para manter rotinas de estudo, juntamente com a sobrecarga emocional, fizessem-se presentes no cotidiano dos acadêmicos.

Desse modo, compreende-se que a pandemia apresentou contingências mais aversivas aos estudantes universitários quando falamos sobre comportamentos de saúde mental, pois nos relatos mencionados no estudo tais mudanças acabaram acarretando pouco ou nenhum interesse dos acadêmicos em continuar os estudos e as atividades propostas. Uma vez que novos repertórios comportamentais foram criados como forma de manutenção dos organismos frente às contingências que o ambiente apresentou nesse período, voltar ao campus ou dar sequência aos estudos não são mencionados pelos participantes como elementos reforçadores.

Compreende-se que, em alguma medida, os objetivos do estudo foram alcançados, pois foi possível identificar os efeitos das contingências pandêmicas sobre o comportamento de saúde mental de universitários. Diante das contingências aversivas apresentadas relacionadas ao ambiente acadêmico e à pandemia, também é possível que nos perguntemos a respeito de como poderemos contribuir para que reforçadores naturais mantenham-se presentes na rotina acadêmica, proporcionando, assim, um ambiente provido de saúde mental.

REFERÊNCIAS

AMORIM, Virgínia Cordeiro et al. **Promoção de isolamento social na pandemia de covid-19: considerações da análise comportamental da cultura**. Revista Brasileira de Análise do Comportamento, [S.l.], v. 16, n. 1, jun. 2020.

ANVERSA, Andreisi Carbone et al. **Qualidade de vida e o cotidiano acadêmico: uma reflexão necessária**. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional [online]. 2018, v. 26, n. 03 [Acessado 6 Novembro 2021], pp. 626-631. Disponível em: <<https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1185>>. Epub Jul-Sep 2018. ISSN 2526-8910. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1185>.

BEZERRA, Anselmo César Vasconcelos; et al. **Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19**. Ciência & Saúde Coletiva [online]. v. 25, suppl 1 [acessado 29 março 2021], pp. 2411-2421. disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10792020>>. ISSN 1678-4561

BORGES, Nicodemus Batista, CASSAS, Fernando Albregard. **Clínica Analítico-Comportamental**. Porto Alegre: Artemed, 2012.

FARO, André; et al. **COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado**. Estud. psicol. (Campinas), Campinas, v. 37, e200074, 2020. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100507&lng=en&nrm=iso>. access on 05 Apr. 2021. Epub June 01, 2020. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074.sal>

GUDIM, Vivian Andrade; et al. **Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19**. Rev baiana enferm. 2021;35:e37293.

GUSSO, Hélder Lima; et al. **Ensino Superior em Tempos de Pandemia: Diretrizes à Gestão Universitária**. Educ. Soc., Campinas, v. 41, e238957, 2020 Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302020000100802&lng=en&nrm=iso>. access on 21 Apr. 2021. Epub Sep 25, 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/es.238957>.

LEÃO, Monalisa de Fátima Freitas Carneiro; LAURENTI, Carolina. **Uma análise do modelo de explicação no behaviorismo radical: o estatuto do comportamento e a relação de dependência entre eventos**. Interação em Psicologia, Curitiba, out. 2009. ISSN 1981-8076. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/12462>>. Acesso em: 06 out. 2021. doi:<http://dx.doi.org/10.5380/psi.v13il.12462>.

LEUGI, Guilherme Bergo. **Um novo olhar empírico sobre a saúde mental em contexto e seus desdobramentos para a análise do comportamento**. Rev. Psicol. Saúde [online]. 2018, vol.10, n.2, pp. 125-129. ISSN 2177-093X. <http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v10i2.603>

LIMA, Gabriela Oliveira; et al. **A Relação entre o Ensino Superior e a Saúde Mental dos Estudantes: Uma Visão Analítico-Comportamental**. 2020.

LUIZ, Lucas Vaz; LOPES, Carlos Eduardo. **CONTROLE FACE A FACE: POSSIBILIDADES E LIMITAÇÕES**. Universidade Estadual de Maringá / Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, Maringá/PR. 2020. Disponível em <http://www.eaic.uem.br/eaic2020/anais/artigos/4290.pdf>. Acesso em: 04 nov. 2021.

MENEZES, S. K. de O. **Lazer e Saúde Mental em Tempos de Covid-19**. LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer, [S. l.], v. 24, n. 1, p. 408–446, 2021. DOI: 10.35699/2447-6218.2021.31341. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/31341>. Acesso em: 6 nov. 2021.

ORNELL, Felipe et al. " **Medo da pandemia " e COVID-19: carga e estratégias de saúde mental**. Revista brasileira de psiquiatria. São Paulo. Vol. 42, n. 3 (maio / junho de 2020), p. 232-235, 2020.

PADOVANI, Ricardo da Costa et al. **Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário**. Rev. bras.ter. cogn., Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 02-10, jun.2014.Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872014000100002&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 21 abr. 2021. <http://dx.doi.org/10.5935/1808-5687.20140002>.

REIS, Christian Silva dos; LAURENTI, Carolina. **Uma interpretação relacional da noção de atividade no comportamentalismo radical**. Acta Comportamentalia - Vol. 27, Núm. 1 pp. 91-107 - 2019 - disponível em: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/acom/article/view/68757>

SCHMIDT, Beatriz et al. **Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19)**. Estud. psicol. (Campinas), Campinas, v. 37, e200063, 2020. Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100501&lng=en&nrm=iso.

SILVA, ANDREY FERREIRA DA et al. **Saúde mental de docentes universitários em tempos de pandemia**. Physis, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, e300216, 2020. Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312020000200315&lng=en&nrm=iso. access on 21 Apr. 2021. Epub July 24, 2020. <https://doi.org/10.1590/s0103-73312020300216>.

SKINNER, B. F. **Ciência e comportamento humano** (4ª. ed.). São Paulo: Martins Fontes, 2003.

TOURINHO, Emmanuel Zagury. **A produção de conhecimento em psicologia: uma análise do comportamento**. *Psicol. cienc. prof.* [conectados]. 2003, vol.23, n.2, pp.30-41. ISSN 1414-9893. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932003000200006>