

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL  
CURSO DE TERAPIA OCUPACIONAL

**NATHALIA FRANÇA ABREU DE AGUIAR**

**ESTRATÉGIAS DE CUIDADO DESTINADAS AOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DURANTE A  
PANDEMIA DE COVID-19**

RECIFE, 2023

**NATHALIA FRANÇA ABREU DE AGUIAR**

**ESTRATÉGIAS DE CUIDADO DESTINADAS AOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DURANTE A  
PANDEMIA DE COVID-19**

Artigo científico elaborado segundo as normas da Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional (RevisbraTO), como exigência final para obtenção do grau de Terapeuta Ocupacional, pelo Curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Pernambuco.  
Orientador: Prof. Dr. Ivo de Andrade Lima Filho.

RECIFE- PE  
2023

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b>	<b>5</b>
<b>2. MÉTODO</b>	<b>7</b>
<b>3. RESULTADOS E DISCUSSÃO</b>	<b>7</b>
<b>3.1 O cuidado e a saúde</b>	<b>13</b>
<b>3.2 Estratégias de cuidado por instituições de ensino superior no Brasil durante a pandemia de covid-19</b>	<b>13</b>
<b>3.3 Impactos das estratégias de cuidado</b>	<b>20</b>
<b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>22</b>
<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>23</b>

# **ESTRATÉGIAS DE CUIDADO DESTINADAS AOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

CARE STRATEGIES FOR UNIVERSITY STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC.

ESTRATEGIAS DE CUIDADO A ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

## Resumo

A saúde mental é definida como um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de realizar suas atividades. Entretanto, estudiosos apontam que as demandas das universidades podem favorecer os sinais de sofrimento psíquico entre estudantes universitários. Sabendo disso e diante do contexto da pandemia de covid-19, instituições de ensino superior desenvolveram estratégias para diminuir os impactos causados na saúde mental dos estudantes. Assim, a presente pesquisa objetivou descrever as estratégias de cuidado destinadas aos estudantes universitários por instituições de ensino superior no Brasil durante a pandemia do covid-19 e refletir sobre o resultado delas na possível melhoria do engajamento dos estudantes universitários nas suas ocupações. Tratou-se de uma pesquisa com metodologia de revisão narrativa. Os resultados e a discussão se basearam em 11 artigos sobre diversas estratégias, em cursos distintos e com relatos da redução dos impactos fundamentados em dados coletados dos participantes. Dessa forma, percebeu-se que o cuidado direcionado a saúde mental do estudante universitário surtiu efeito benéfico no público alvo e deve continuar tendo investimento dentro das instituições de ensino.

Palavras-chave: Estratégias. Saúde Mental. Estudantes. Pandemia de covid-19.

## Abstract

Mental health is defined as a state of well-being in which the individual is able to carry out their activities. However, scholars point out that the demands of universities can favor signs of psychological distress among university students. Knowing this and given the context of the covid-19 pandemic, higher education institutions developed strategies to reduce the impacts caused on students' mental health. Thus, the present research aimed to describe the care strategies aimed at university students by higher education institutions in Brazil during the covid-19 pandemic and reflect on their results in the possible improvement of university students' engagement in their activities. This was research using a narrative review methodology. The results and discussion were based on 11 articles on different strategies, in different courses and with reports of reduced impacts based on data collected from participants. In this way, it was noticed that care aimed at university students' mental health had a beneficial effect on the target audience and should continue to be invested within educational institutions.

Keywords: Strategies. Mental Health. Students. Pandemic of covid-19

## Resumen

La salud mental se define como un estado de bienestar en el que el individuo es capaz de realizar sus actividades. Sin embargo, los estudiosos señalan que las exigencias de las universidades pueden favorecer signos de malestar psicológico entre los estudiantes universitarios. Sabiendo esto y dado el contexto de pandemia de covid-19, las instituciones de educación superior desarrollaron estrategias para reducir los impactos causados en la salud mental de los estudiantes. Así, la presente investigación tuvo como objetivo describir las estrategias de atención dirigidas a los estudiantes universitarios por parte de las instituciones de educación superior en Brasil durante la pandemia de covid-19 y reflexionar sobre sus resultados en la posible mejora de la participación de los estudiantes universitarios en sus actividades. Esta fue una investigación utilizando una metodología de revisión narrativa. Los resultados y la discusión se basaron en 11 artículos sobre diferentes estrategias, en diferentes cursos y con informes de impactos reducidos basados en datos recopilados de los participantes. De esta manera, se constató que la atención dirigida a la salud mental de los estudiantes universitarios tuvo un efecto beneficioso sobre el público objetivo y debe continuar siendo invertida dentro de las instituciones educativas.

Palabras clave: Estrategias. Salud Mental. Estudiantes. Pandemia de covid-19

## 1. INTRODUÇÃO

A saúde mental é definida pela Organização Mundial da Saúde (2022) como um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de realizar suas atividades, usar suas habilidades, lidar com o estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a comunidade. É algo para além da ausência de doença e se apresenta nas pessoas em diferentes formas e graus. Contraposto a isso, o sofrimento mental se mostra como uma expressão humana de vulnerabilidade e fragilidade pessoal que pode ser causada por variados fatores que se originam nos contextos que as pessoas estão inseridas, tais como a família, o trabalho, os estudos, situação socioeconômica e acontecimentos inesperados. O sofrimento mental pode gerar sintomas como pensamento suicida e ser gatilho para transtornos, a exemplo da ansiedade e depressão (Del'olmo & Cervi, 2017; Fernandes et al., 2018).

Ante ao exposto, estudiosos apontam que as universidades se apresentam como uma potencial fonte de adoecimento psíquico dentro do cenário estudantil. O contexto universitário é caracterizado por convocar os estudantes a desempenharem diversas atividades com alto quantitativo de trabalhos, longas horas de estudo, baixa qualidade de experiência acadêmica e disposição de pouco tempo livre que se mostram como fatores estressores e desencadeadores de possíveis transtornos psíquicos. Dessa forma, quando referido à saúde mental dos estudantes universitários, encontrou-se relatos de sofrimento psíquico na maioria dos cursos de graduação. Sentimentos e emoções como desapontamento, irritabilidade, insegurança e ansiedade se mostram comumente associados a esse grupo (Ariño & Bardagi, 2018; Penha et al., 2020; Constantinidis & Matsukura, 2021; Silva et al., 2021).

Corroborando com tais pesquisas, dados do Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE, 2019), mostram que 83,5% dos estudantes reconheceram alguma dificuldade emocional como ansiedade, ideação de morte e pensamento suicida. Assim, foi disparado um alerta vermelho para o cuidado com a saúde mental dos estudantes, pois o suicídio já é a segunda maior causa de morte entre os universitários. Ainda, 32,4% dos alunos entrevistados disseram que estiveram ou estão em atendimento psicológico. Dentre esses, 39,9% realizaram ou realizam tratamento psiquiátrico e psicológico. Contudo, de maneira preocupante, também foi notado que estudantes que nunca procuraram um profissional (811.688 - 100%), fizeram (31.221 - 3,8%) ou fazem (9200 - 1,1%) uso de automedicação de fins psiquiátricos.

Ratificando o estudo da FONAPRACE, Cavestro e Rocha (2006) constataram um alto nível de depressão em estudantes do campo da saúde, comparando os cursos de Terapia Ocupacional, Fisioterapia e Medicina. Assim, os dados mostram que existem mais probabilidade desses estudantes desenvolverem depressão, sendo 28,2% de chance para Terapia Ocupacional enquanto Medicina detém 8,9% e Fisioterapia 6,7%. Para além disso, os futuros terapeutas ocupacionais têm 3,7 vezes mais chances de cometerem suicídio, com 25,6% comparado a 7,5% em Medicina e 7,8% em Fisioterapia.

Diante do cenário já preocupante a respeito da saúde mental dos estudantes, em março de 2020 foi declarada uma pandemia viral que usou o método da quarentena para conter a disseminação do vírus

do Sars Cov 2, o que forçou a sociedade mundial a interromper as interações sociais presenciais abruptamente (OMS, 2020). Tal quarentena se estendeu por cerca de 2 anos e causou diversos impactos na sociedade mundial, incluindo na saúde mental dos indivíduos, entre eles, os estudantes universitários (Teodoro et al., 2021).

A literatura mostra que houve uma piora no sofrimento psíquico desses estudantes durante a pandemia, associado ao isolamento social, a instabilidade financeira, medo de infecção pelo vírus, incerteza da manutenção do curso, imprevisibilidade da conclusão da graduação e também a depressão, ansiedade e alto níveis de estresse. Foi percebido que sentimentos como insegurança, medo, pânico e sensação de perda se mostraram mais presentes na rotina dos estudantes durante a quarentena. Além disso, a falta de acesso a recursos eletrônicos e internet, utilizados em larga escala para promoção das aulas, também se apresentaram como fator estressante e desestabilizador (Rodrigues et al., 2020; Gundim et al., 2021; Teodoro et al., 2021).

A pausa inesperada causada pelo contexto pandêmico nas atividades de costume, gerou uma necessidade de readaptação ao uso de equipamentos eletrônicos e uma sobrecarga de sentimentos e emoções. Essas mudanças podem afetar o envolvimento dos sujeitos em suas ocupações, levando em conta que a rotina e a interação social são importantes para a manutenção da saúde mental (Morato et al., 2022). A ocupação é definida como: "Atividades diárias que as pessoas realizam como indivíduos, em famílias e com comunidades para preencher tempo e trazer sentido e propósito à vida" (WFOT, 2012). Deste modo, a saúde mental é um dos pilares para manter o envolvimento nas ocupações, contudo, segundo Fernandes et al. (2018), os estudantes universitários apresentam três vezes mais depressão quando comparada a não universitários, reforçando a problemática em torno do tema.

Diante disso, ficou perceptível às instituições de ensino a necessidade de cuidado para com os estudantes universitários que tiveram que manter o estudo remoto durante a pandemia. O cuidado, segundo o dicionário de língua portuguesa, é um substantivo definido como: "atenção, cautela, desvelo, zelo" (Scottini, 2009, p. 105). Dentro da esfera da saúde, o cuidado continua sendo visto como algo voltado para a atenção, como dito por Waldow (2006) que tal ato tem como objetivo integrar as pessoas em torno de atividades que promovam o bem, das suas necessidades políticas, sociais e de interesse.

Sendo assim, instituições de ensino superior como faculdades, universidades e centros universitários desenvolveram estratégias de cuidados para minimizar os impactos das mudanças acarretadas pela pandemia do covid-19. Áreas associadas aos campos de saúde e social desenvolveram atividades variadas como encontros virtuais para promoção de práticas integrativas, palestras, escuta ativa, rodas de conversas, mentorias, tutoria, uso de pintura, escrita, fotografia, apoio psicossocial, orientações para manutenção de rotina e atividades para acolhimento ao luto (Gomes et al., 2023; Marquez et al., 2022; Vivencio et al., 2022; Rocha et al., 2021; Silva et al., 2021; Medeiros et al., 2020; Moreira et al., 2020; Scorsolini-Comin, 2020; Teixeira & Dahl, 2020; Torres et al., 2020).

Considerando que os estudos apontam elevados percentuais de sofrimento psíquico dentre os universitários, que comprometem o envolvimento desses sujeitos em suas ocupações, se faz necessário investigar as principais estratégias utilizadas pelas instituições de ensino superior no Brasil com ênfase no período da pandemia e quais os seus impactos. Portanto, essa pesquisa objetiva descrever as estratégias de cuidado destinada aos estudantes universitários por instituições de ensino superior no Brasil durante a pandemia do covid-19 e refletir sobre o resultado delas na possível melhoria do engajamento dos estudantes universitários nas suas ocupações.

## **2. MÉTODO**

A atual pesquisa consiste em uma revisão narrativa de cunho qualitativo. A abordagem qualitativa, segundo Augusto et al. (2013), se refere a um tipo de abordagem interpretativa do mundo e dos acontecimentos para entender os fenômenos e significados que as pessoas que o vivenciam atribuem a ele.

Em relação a Revisão Narrativa, Rother (2007) se refere a técnica como uma busca sobre um tema específico na literatura acadêmica, ou seja, livros, artigos de revistas físicas e artigos de revistas eletrônicas, que resultam em uma análise crítica do autor sobre tal conteúdo. Este método permite a atualização do conteúdo disponível na literatura, tem cunho qualitativo e está sujeito a subjetividade do autor.

Com isso, os textos referentes ao tema foram buscados nas bases de dados do Portal Regional da BVS, Scielo, Periódicos CAPES, RevisbraTO e Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional. Os descritores utilizados na busca foram "Estratégias", como termo alternativo a estratégias de saúde, "Saúde Mental", "Estudantes" como termo livre e "Pandemia de covid-19" como termo alternativo de pandemias, e os correspondentes na língua inglesa e espanhola.

Foi estabelecida a delimitação temporal de 2020 a 2023, considerando a origem e duração da pandemia de covid-19 e a delimitação geográfica ao Brasil, levando em conta o objetivo da pesquisa. Foram incluídos textos em formato de artigos que abordaram a temática da pesquisa e se referiram a estratégias desenvolvidas no Brasil, foram excluídos os textos repetidos, incompletos e/ou com conteúdos que não abordavam a temática. Após a análise, foram selecionados os textos de acordo com os critérios estabelecidos e feita a leitura na íntegra para a identificação das estratégias voltadas para os cuidados de saúde mental dos estudantes universitários durante a pandemia de covid-19.

## **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Foram encontrados 135 textos que se encaixaram nos descritores "Estratégias", "Saúde Mental", "Estudantes" e "Pandemia de covid 19", pesquisados em conjunto, nas bases de dados do Portal Regional da BVS, Scielo, Periódicos CAPES, RevisbraTO e Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional. Foram excluídos os materiais que estavam repetidos ou incompletos e os com conteúdo que não abordavam a temática, resultando em 11 textos que se enquadraram como pertinentes a pesquisa, como se apresentam nos quadros a seguir:

Quadro 1- Descrição da seleção dos artigos, considerando as diferentes bases de dados. Recife, 2023

Bases de dados	Quantidade de textos encontrados - Geral	Textos excluídos por repetição na base pesquisada ou incompletos	Textos excluídos por repetição em outras bases	Textos excluídos por não abordarem a temática	Textos selecionados
Portal Regional da BVS	90 textos	3 textos	09 textos	75 textos	3 textos
Scielo	9 textos	0 texto	2 textos	4 textos	3 textos
Periódicos CAPES	33 textos	1 textos	14 textos	15 textos	3 textos
RevisbraTO	2 textos	0 texto	0 texto	0 texto	2 textos
Cadernos de Terapia Ocupacional	1 texto	0 texto	0 texto	1 texto	0 texto
Total:	135 textos				11 textos

Fonte: Elaborada pelos autores.

Quadro 2- Apresentação dos artigos selecionados, por título, autores, ano de publicação, portal de acesso e referências. Recife, 2023

	Títulos	Autores/Ano	Portal	Referência dos artigos
1	Arte como estratégia de coping em tempos de pandemia	Medeiros, M. S., Barreto, D. M. S., Sampaio, R., Alves, B. C. F. D. B., Albino, D. C. M., & Fernandes, I. L. (2020).	SciELO	Medeiros, M. S., Barreto, D. M. S., Sampaio, R., Alves, B. C. F. D. B., Albino, D. C. M., & Fernandes, I. L. (2020). A arte como estratégia de coping em tempos de pandemia. <i>Revista Brasileira de Educação Médica</i> , 44.
2	Programa de mentoria do curso de medicina da UF do rio grande do norte: atividades integrativas em foco	Moreira, S. D. N. T., Albuquerque, I. C. S. D., Pinto Junior, F. E. L., & Gomes, A. H. B. (2020).	Periódicos CAPES	Moreira, S. D. N. T., Albuquerque, I. C. S. D., Pinto Junior, F. E. L., & Gomes, A. H. B. (2020). Programa de Mentoria do curso de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Norte: atividades integrativas em foco. <i>Revista Brasileira de Educação Médica</i> , 44, e169.
3	Recriando cotidianos possíveis: construção de estratégias de apoio entre docentes e estudantes de graduação em Terapia	Teixeira, M. R., & Dahl, C. M. (2020).	RevisbraTO	Teixeira, M. R., & Dahl, C. M. (2020). Recriando cotidianos possíveis: construção de estratégias de apoio entre docentes

	Ocupacional em tempos de pandemia			e estudantes de graduação em Terapia Ocupacional em tempos de pandemia. <i>Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional-REVISBRATO</i> , 4(3), 509-518.
4	Saúde Mental das juventudes e covid-19: discursos produtores de webcuidado educativo mediados na webrádio	Torres, R. A. M., Veras, K. D. C. B. B., Torres, J. D. M., Gomes, E. D. P., Martins, J. V., & Soeiro, A. C. C. (2020).	BVS	Torres, R. A. M., Veras, K. D. C. B. B., Torres, J. D. M., Gomes, E. D. P., Martins, J. V., & Soeiro, A. C. C. (2020). Saúde mental das juventudes e covid-19: discursos produtores do webcuidado educativo mediados na webrádio. <i>Nursing (São Paulo)</i> , 23(270), 4887-4896.
5	Programa de tutoria com estudantes de enfermagem no contexto da pandemia de covid-19 no Brasil	Scorsolini-Comin, F. (2020).	BVS	Scorsolini-Comin, F. (2020). Programa de tutoria con estudiantes de enfermería en el contexto de la pandemia de covid-19 en Brasil. <i>Index de Enfermería</i> , 29(1-2), 79-83.
6	Reflexões sobre a quarentena: uma estratégia de acolhimento de discentes em um grupo de mentoring	Rocha, A. C., Falcão, I., Lima, J. G. Á. D., Carvalho, J. M. D., Higino, M. L. D. O., & Diniz, R. V. Z. (2021).	Scielo	Rocha, A. C., Falcão, I., Lima, J. G. Á. D., Carvalho, J. M. D., Higino, M. L. D. O., & Diniz, R. V. Z. (2021). Reflexões sobre a quarentena: uma estratégia de acolhimento de discentes em um grupo de mentoring. <i>Revista Brasileira de Educação Médica</i> , 45, e122.
7	Mentoria durante pandemia: um ambiente de acolhimento, pertencimento e humanização para primeiranistas	Silva, V. D. S., Palhares Neto, A. A., Alencar, R. D. A., Romanholi, R. M. Z., Lima, M. C. P., & Caramori, J. C. T. (2021).	Periódicos CAPES	Silva, V. D. S., Palhares Neto, A. A., Alencar, R. D. A., Romanholi, R. M. Z., Lima, M. C. P., & Caramori, J. C. T. (2021). Mentoria durante pandemia: um ambiente de acolhimento, pertencimento e humanização para primeiranistas. <i>Revista Brasileira de Educação Médica</i> , 45, e113.
8	Rodas de conversa remotas:	Marquez, L. V., Hernandez, R. A.,	SciELO	Marquez, L. V., Hernandez, R. A.,

	ensino-aprendizagem e vivência da promoção da saúde na pandemia de covid-19	Rodrigues, A. S. D., Raimondi, G. A., & Paulino, D. B. (2022).		Rodrigues, A. S. D., Raimondi, G. A., & Paulino, D. B. (2022). Rodas de conversa remotas: ensino-aprendizagem e vivência da promoção da saúde na pandemia da covid-19. <i>Revista Brasileira de Educação Médica</i> , 46, e053.
9	Grupos virtuais no enfrentamento do medo e da morte durante a epidemia de covid-19: contribuições da saúde coletiva	Meneghel, S. N., Ribeiro, R. H., & Oliveira, D. C. D. (2022).	BVS	Meneghel, S. N., Ribeiro, R. H., & Oliveira, D. C. D. (2022). Grupos virtuais no enfrentamento do medo e da morte durante a epidemia de covid-19: contribuições da saúde coletiva. <i>Saúde e Sociedade</i> , 31, e210294.
10	Grupo terapêutico online: dispositivo de cuidado para saúde mental de universitários em tempos de pandemia	Vivenzio, R. A., Amorim, A. E. R., Sousa, J. M., & Farinha, M. G. (2022)..	Periódicos CAPES	Vivenzio, R. A., Amorim, A. E. R., Sousa, J. M., & Farinha, M. G. (2022). Grupo terapêutico on-line: dispositivo de cuidado para saúde mental de universitários em tempos de pandemia//On-line therapeutic group: care device for the mental health of college students in pandemic times. <i>Revista de Psicologia</i> , 13(2), 71-79.
11	As imagens do isolamento: expressões imagéticas de calouros na pandemia	Gomes,L.P.; Silva, C.R.; Martini, L.C. (2023).	RevisbraTO	Gomes,L.P.; Silva, C.R.; Martini, L.C. (2023). As imagens do isolamento: expressões imagéticas de calouros na pandemia. <i>Rev. Interinst. Bras. Ter. Ocup.</i> 7(2), 1661-1668.

Fonte: Elaborada pelos autores.

Quadro 3: Descrição dos artigos selecionados por local de realização, público alvo, estratégias utilizadas e resultados. Recife, 2023

	Local e ano de realização	Público alvo	Estratégias	Resultados
1	Centro Universitário Christus. 2020.	Estudantes de Medicina.	Uso da arte como forma de expressão dos sentimentos e emoções intensamente experimentados durante a pandemia.	Resgate de hábitos, desenvolvimento de habilidades, treino de consciência ética e social. A estratégia auxiliou no pensamento crítico,

				observação, comunicação, conscientização e empatia.
2	Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Início em 2015 e em vigência até o momento da escrita do artigo.	Estudantes de Medicina.	Mentoria em formato de disciplina adequada à realidade remota.	Construção de um ambiente de cuidado e espaço favorável ao diálogo e relações sociais. Teve importante papel social e informativo, gerou boa criação de vínculo e de suporte.
3	Universidade Federal do Rio de Janeiro.	Estudantes de Terapia Ocupacional.	Ações voltadas para acolhimento e promoção de autocuidado através de suporte remoto individual ou em grupo.	Ressignificação do cotidiano, do sentido na vida e das experiências compartilhadas. Criou-se um ambiente seguro e acolhedor durante o contexto pandêmico e uma rede de suporte dentro da universidade.
4	Universidade Estadual do Ceará. Abril de 2020.	Estudantes de Ensino Fundamental, Ensino Médio e Ensino Universitário do curso de Fonoaudiologia	Rádio comunitária "Em sintonia com a saúde" para debate sobre saúde mental.	Sistematizou os sintomas depressivos e ansiosos identificados e tornou possível a orientação para diminuição deles. Além disso, criou estratégias para a promoção da saúde mental, aproximação social, resignificação do cotidiano e educação em saúde.
5	Universidade de São Paulo, Campus Ribeirão Preto. Abril de 2020 e em vigência até a escrita do artigo.	Estudantes de Enfermagem nos modelos de Bacharelado e Bacharelado com Licenciatura.	Programa de tutoria existente anterior a pandemia já em formato virtual.	Contato mais direto com os estudantes, diferente abordagem em sala de aula, busca estratégias com o grupo, elaboração das questões relacionadas à atuação profissional.
6	Universidade Federal do Rio Grande do Norte.	Estudantes de Medicina de diversos períodos.	Mentoria remota para debate sobre os impactos da pandemia e formas de enfrentamento.	Criação de vínculo, compartilhamento de sentimentos e emoções, oportunidade de se expressar, criação de novos hábitos, interação com outros períodos e gestão de tempo entre estudo e lazer.
7	Faculdade de Medicina UNESP, campus de Botucatu. 2020.	Estudantes ingressantes em Medicina e Enfermagem.	Mentoria adaptada para o ambiente remoto para acolhimento e orientações.	Diversidade de discussões, criatividade, criação de vínculo e regras e ampliação da rede de referências.
8	Universidade Federal de Uberlândia.	Estudantes de Medicina.	Rodas de conversas desenvolvidas dentro da disciplina de saúde coletiva	Controle de emoções, dos impactos da pandemia e isolamento, além de trabalhar

	Novembro e Dezembro de 2020.		como atividades didáticas e estratégias de cuidado com a saúde mental.	em grupo e com demandas espontâneas.
9	Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Início em maio de 2020 e em vigência até a escrita do artigo.	Aberto a comunidade acadêmica. Os participantes eram dos cursos de Psicologia, Enfermagem, Direito, Ciências Sociais, Comunicação, Linguística, Pedagogia e Saúde Coletiva.	Grupo de criação de estratégias coletivas de resistência e enfrentamento a violência contra a mulher. Também usou-se do espaço para abordar temáticas em torno do luto e morte relacionada a covid-19.	Possibilidade de expressão, compartilhamento e redimensionamento dos sentimentos e emoções, quebra de paradigmas e de posições sociais/profissionais, escuta ativa, compartilhamento de histórias, sentimentos e aflições.
10	Universidade Federal de Uberlândia e Universidade Federal de Goiás.	Aberto a comunidade acadêmica. Os participantes eram dos cursos de Enfermagem, Psicologia, Direito, Filosofia, Geologia, Biologia e História.	Grupo terapêutico com encontros em plataforma virtual (zoom).	Aproximação e interação com outros, compartilhamento de sentimentos, estratégias e melhora na qualidade de vida dos estudantes.
11	Universidade de São Carlos. 2020	Aberto a estudantes calouros da universidade.	Uso de collage através da plataforma photovoice para debate de expectativas versus realidade da universidade e acolhimento dos sentimentos.	A fotografia se mostrou positiva em conjunto com a fala. Foi criado um espaço seguro de compartilhamento. O formato remoto favoreceu a criação do grupo e a vinculação com os participantes.

Fonte: Elaborada pelos autores.

Ao todo, foram analisadas 10 estratégias de cuidado que estão descritas ao longo do artigo desenvolvidas por Universidades e Centros Universitários em diversos estados do país, com pequena predominância no estado de São Paulo. Notou-se sentimentos negativos nos relatos dos estudantes antes das intervenções estratégicas. Entretanto, após o desenvolvimento das atividades, relatou-se satisfação com as relações que foram criadas, gratidão pelo cuidado desenvolvido e melhora da saúde mental.

Foi percebido que cursos como Enfermagem e Medicina investiram em atividades de mentorias e tutoria, na qual um docente ficou responsável por orientar um grupo de estudantes em assuntos relacionados à vida pessoal e profissional. Já cursos como Psicologia, Fonoaudiologia, Terapia Ocupacional, dentre outros, optaram por estratégias como uso da pintura, de colagem, grupos terapêuticos e debates. Além disso, houve o compartilhamento das estratégias desenvolvidas pelos

próprios estudantes durante a pandemia, o que também colaborou para a criação de vínculo entre os participantes.

### **3.1 O cuidado e a saúde**

Quando o cuidado é compartilhado entre quem cuida e quem recebe, ambos estão em um processo de descoberta e aprendizagem (Mayeroff, 1971 apud Waldow, 1992). Ainda, Silva et al. (2009) também trazem que o cuidado só existe diante a preocupação de um para com o outro, levando em conta a importância que a pessoa representa a quem se dispõe a cuidar e dedicar-se.

Para além disso, o cuidado também é necessário para a manutenção da saúde, seja ela física, emocional ou psíquica e pode ser trabalhado através das atividades humanas, tendo como uma das suas formas de representação, a educação. Assim, os responsáveis pelas instituições universitárias, que são lugares que apresentam demandas que podem gerar sofrimento psíquico e alterações dos modos de cuidado, são capazes de intervir para minimizar o desenvolvimento de transtornos mentais (Cunha et al., 2009).

### **3.2 Estratégias de cuidado por instituições de ensino superior no Brasil durante a pandemia de covid-19**

O isolamento social forçado pelo covid-19 se mostrou como um outro agente estressor na rotina dos estudantes universitários, pois além do alto nível de cobrança e sobrecarga de atividades, encontrou-se o agravante de estar isolado, na maioria das vezes, em um ambiente não adequado para manter as atividades. Dessa maneira, instituições de ensino superior encontraram meios para facilitar a realização das demandas acadêmicas e sociais perante um ambiente não adaptado (Becker, 2021).

A Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), no curso de Medicina, escolheu a mentoria como estratégia. O projeto contou com a metodologia de grupos divididos em mentor, monitor e mentorados, sendo um professor para, pelo menos, 8 alunos de diversos períodos com objetivo de favorecer a troca de experiências. Os encontros ocorreram mensalmente em uma plataforma de videoconferência para compartilhamento de experiências e realização de atividades que proporcionassem reflexões, desafios, acolhimento e lazer. Foram utilizadas atividades integrativas como estratégias para lidar com o estresse e indicações e debates de filmes e livros, além de criar salas de conversa com convidados que abordaram temas relacionados à pandemia e a profissão como o teleatendimento e o marketing digital (Moreira et al., 2020).

Noutro artigo sobre o mesmo programa, Rocha et al. (2021) relatam que em um dos grupos, os participantes da mentoria responderam um questionário inicial sobre as experiências no distanciamento social para compreender a percepção dos alunos. A partir das respostas, surgiram categorias e subcategorias com os assuntos mais citados, sendo elas: categoria "Impacto na saúde mental" com as subcategorias "Repercussões pessoais e profissionais" e "Dificuldade de gerência do tempo"; categoria "Reflexão interior e mecanismos adaptativos" com as subcategorias "Resgate de antigos hábitos e descoberta de novas habilidades" e "Fortalecimento de vínculos familiares e de

amizades” e categoria “A mentoria como ambiente seguro e suporte” com as subcategorias “Proximidade com a identidade profissional” e “Fortalecimento do pertencimento pelas experiências compartilhadas” que formaram os principais temas de debates.

A Faculdade de Medicina de Botucatu (FMB-UNESP) também utilizou a mentoria como estratégia no modelo de atividade complementar, englobando os cursos de medicina e enfermagem, mas incluindo apenas os estudantes primeiranistas. Os encontros tinham o formato escolhido pelo mentor, podendo ser roda de conversa, oficinas ou jogos e tinham duração de 1:30h. Os temas mais discutidos foram gestão de tempo, saúde mental, extensão universitária e iniciação científica. Além dos grupos, havia a oferta de escutas individuais de acordo com a demanda. Ademais, tal mentoria contou com um grupo de gestão para auxiliar os mentores, no qual se encontraram bimestralmente e fizeram debates sobre as vivências, as dificuldades e a superação. Como um diferencial, os gestores e mentores optaram por enviar um presente físico à casa de cada participante do projeto durante a comemoração do natal, representando a importância, o interesse e o cuidado para com eles (Silva et al., 2021).

Analisando a mesma estratégia desenvolvida por duas universidades para os cursos de medicina e enfermagem, é possível identificar temas em comum trazidos pelos estudantes acerca do sofrimento psíquico gerado pelo isolamento. Tais temáticas podem ser entendidas como causas de alterações ocupacionais decorrentes dos efeitos do isolamento social durante a pandemia do covid-19, como as descritas acerca das mudanças de hábitos e rotinas, dificuldade de gerência de tempo, ausência de pertencimento ao grupo e dificuldade de adaptação às demandas.

As modificações de rotina alteram o engajamento do sujeito em suas atividades, uma vez que o não reconhecimento de suas necessidades se mostram presentes e se tornam mais um agente desestabilizador em meio aos outros. Contudo, os participantes das mentorias manifestaram satisfação em dispor de um ambiente seguro e de interação, o que demonstra o efeito positivo da estratégia escolhida e que pode ser entendida como facilitadora na reorganização das atividades significativas (Silva et al., 2021).

Em Abril de 2020, o curso de Enfermagem da Universidade de São Paulo Campus de Ribeirão Preto, que dispõe de curso de Bacharelado (4 anos) e Bacharelado com Licenciatura (5 anos), adaptou o programa de tutoria que já existia em modelo remoto desde 2019 para o contexto da pandemia. Após a adaptação, os tutores passaram a acompanhar todas as aulas de ambos os cursos, sendo dois tutores para cada ano da graduação, responsáveis por orientar os alunos e promover encontros e aulas de reforço. As reuniões aconteceram uma vez na semana durante 1h e os temas dos encontros surgiram a partir de demanda livre. Os mais recorrentes foram: Sobrecarga de atividades, necessidade de adaptação, impacto das informações divulgadas através da mídia, a posição das universidades frente ao modelo remoto e a possibilidade de retorno das atividades presenciais e experiências pessoais diante a quarentena (Scorsolini-Comin, 2020).

Diferenciando uma estratégia da outra, a mentoria consiste em desenvolver uma relação entre o

mentor e o mentorado, dando suporte nos estudos, mas tendo um foco no acompanhamento do estudante durante o curso, ou seja, o mentor participa do processo de ensino-aprendizagem, contudo tem o objetivo maior de orientação e suporte para o aluno. Já a tutoria, tem um foco direcionado à aquisição de conhecimento, facilitando a compreensão dos estudantes acerca dos assuntos que precisam internalizar para o desenvolvimento profissional (Rodrigues & Conceição, 2012).

Scorsolini-Comin (2020) traz que a tutoria é um espaço coletivo de construção da identidade profissional, o que permite o desenvolvimento de estratégias para lidar com situações complexas que surgem durante a graduação e posteriormente na vida profissional. Quando Moreira et al. (2020) falam sobre a mentoria, diz que os mentores estão presentes para auxiliarem os alunos a minimizar os impactos do estresse advindo do processo acadêmico. Assim, tem potencial para construir uma relação de confiança e ajudar com problemas simples do cotidiano, detectar possíveis dificuldades que tenham maior significado e encaminhar para atendimentos especializados de saúde mental.

Nesse contexto, é destacável o papel do mentor e do tutor no processo de manutenção do vínculo acadêmico estudantil, uma vez que esse profissional se coloca como alguém de referência, colaborando com a saúde mental, adaptação ao ambiente de estudos e as demandas universitárias dos estudantes. A seleção dos mentores e tutores é importante na construção do projeto, pois os escolhidos irão servir como um modelo para o estudante e tais programas valorizam os componentes éticos, sociais, cognitivos e emocionais dos graduandos em seus processos dentro da universidade podendo ter efeito na redução do estresse e ampliação da rede de apoio. A escolha dos departamentos por dispor de um docente como suporte para discentes dentro do âmbito estudantil, é capaz de proporcionar ao estudante uma proximidade com um professor e repercutir significativamente no desempenho e na satisfação das atividades acadêmicas cotidianas (Hack, 2010; Mustafá et al., 2019; Moreira et al., 2020).

A estratégia de cuidado escolhida pelo Centro Universitário Christus (UNICHRISTUS), foi o uso da arte como recurso, através da pintura e escrita, estimulando a expressão dos sentimentos e emoções experimentados durante a pandemia. Assim, criou-se o "Grupo de estudo de literatura e arte na medicina como estratégia de coping" (Medeiros et al., 2020). O Coping é definido por Dias e Pais-Ribeiro (2019) como: "Conjunto de estratégias cognitivas e comportamentais desenvolvidas pelas pessoas para lidar com as exigências internas e externas da relação entre o indivíduo e o ambiente". Dessa forma, tal estratégia permitiu trabalhar os sentimentos e emoções de maneira a contribuir para diminuição do estresse vivenciado (Medeiros et al., 2020).

Neste grupo, os principais temas trabalhados foram o amor; envelhecer; pecado e religiosidade; ciclo da vida; câncer, caos, sabedoria, mortalidade; tempo, olhar e ver; e regionalismo. Os encontros aconteceram a cada 15 dias com duração entre 45 a 60 minutos. Foi relatado que os estudantes apresentavam alto nível de estresse, contudo a inclusão da arte como lazer se mostrou como uma iniciativa positiva para lidar com os problemas. Ademais, para compartilhamento do que estava sendo feito pelo grupo, criou-se uma página no instagram (@elam.unichristus) na qual foram postadas as

imagens produzidas nesse contexto (Medeiros et al., 2020).

A pintura e a escrita podem ser exploradas como estratégias de expressão, levando em conta que traduzem sentimentos e emoções que por vezes não são compartilhados oralmente. O fazer através de tintas, lápis e papéis pode proporcionar momentos de conforto, lazer, descontração, fluidez e dinamismo, além de gerar um ambiente agradável para a realização das demandas. Portanto, é perceptível que tal estratégia colabora com a organização das ocupações, uma vez que estimulam a realização de atividades significativas e expressivas pelos participantes, criando vínculos e gerando motivação para compartilhamento dos seus fazeres.

Pensando em uma forma diferente de estratégia audiovisual junto aos estudantes, Instituições de Ensino Fundamental, Médio e Superior do Ceará, se uniram para criar o programa "Em sintonia com a saúde" em uma webrádio comunitária, através do canal de YouTube, site e redes sociais. Essa atividade teve como objetivo orientar as pessoas e capacitar os alunos acerca da saúde mental. Como metodologia para o desenvolvimento, foram coletadas 40 perguntas disparadoras pelas redes sociais sobre a covid-19 que geraram 3 categorias, sendo elas: "Saberes das juventudes sobre ansiedade e depressão no contexto da covid-19"; "Conhecimentos do autocuidado no período do isolamento social" e "Informações falsas: um vírus que impõe desafios ao cuidado em saúde mental" (Torres et al., 2020).

A primeira categoria teve questionamentos sobre como diminuir as crises de ansiedade e amenizar e/ou evitar possíveis quadros depressivos diante do isolamento e o medo de contrair a doença. Já na segunda categoria, buscou-se saber quais as estratégias desenvolvidas pelos alunos para lidar com o isolamento e foi identificado que a maioria optou por estratégias de lazer e autocuidado como experimentar coisas novas, ler, fazer exercícios físicos, tocar instrumento, organizar a rotina e ter boa alimentação. Na categoria 3, foi feito um debate de perguntas e respostas sobre como evitar as crises de ansiedade, tendo como resultados que era necessário filtrar as informações, diminuir o acesso às redes e mídias e buscar verificar as fontes confiáveis (Torres et al., 2020).

Este estudo permite a análise de como a alteração e organização ocupacional podem afetar quadros de depressão e ansiedade, levando em conta que tais transtornos causam alteração da motivação, pensamentos confusos e dificuldade de manter a rotina (Santos et al. 2021). Dessa maneira, é possível evitar e/ou amenizar as crises desses transtornos através do fazer humano, como o uso de atividades significativas que podem gerar satisfação em sua realização e, como consequência, desenvolver rotinas e melhorar o humor, como nas estratégias encontradas pelos alunos a exemplo de ler seu livro favorito, fazer exercícios e experimentar coisas novas.

Santos et al. (2021) trazem que os sintomas físicos da ansiedade como a dificuldade para dormir, fadiga e dor no peito geram impactos na qualidade de vida e tendem a afetar a interação social, o autocuidado e a gestão de saúde dos que possuem o transtorno. Tais crises podem resultar em afastamento das atividades de rotina e aumento das visitas aos médicos em emergências. Os gatilhos podem se relacionar com o medo de mau desempenho das atividades e de críticas negativas, gerando

sentimento de menos valia.

Cruz et al. (2020) reforçam que o adoecimento mental causa alterações ocupacionais relacionadas às atividades como trabalho e demandas domésticas e, em suma, estão interligadas com desmotivação e redução do interesse nas pessoas. Além disso, os autores também perceberam que houve um crescimento do quadro desses transtornos em professores durante a pandemia, havendo uma preponderância em mulheres e em docentes com nível superior. Esse sofrimento pode estar relacionado à autoconsciência sobre a saúde e ao maior nível de informação. Ademais, Scorsolini-Comin et al. (2020) mostram que a religiosidade e espiritualidade aparecem como uma estratégia comum para lidar com os momentos de estresse e são capazes de promover o acolhimento.

Usando a extensão universitária como estratégia, uma universidade pública teve como proposta, conversar com alunos calouros sobre as expectativas versus a realidade na universidade. O projeto fez uso de colagem de fotos através da plataforma photovoice para debate e acolhimento dos sentimentos dos estudantes de variados cursos. Os alunos eram convidados a produzir uma fotografia com legenda abordando as temáticas a serem discutidas nos encontros e, após as rodas de conversa, podiam avaliar o debate em um formulário. Os temas escolhidos para os 4 encontros foram: "Expectativas em torno da escolha profissional", "Estratégias para lidar com estresse do isolamento", "Experiências do isolamento" e "Expectativas futuras". Como uma outra forma de cuidado, levou-se em consideração a transição do ensino médio para o ensino superior em um contexto pandêmico (Gomes et al., 2023).

Zanelato e Werba (2017) compartilham que a fotografia pode expressar sentimentos ocultos e/ou inconscientes, criando reflexão. Eles ainda afirmam que a imagem capturada nunca conseguirá corresponder exatamente o que o autor buscava, considerando que é a imagem bruta, sem a subjetividade. Assim, a interpretação surge de cada observador de acordo com as emoções que sentem, levando a pensamentos sobre as escolhas específicas de tais luzes e ângulos que revelam formas distintas de olhares de uma mesma coisa, pessoa ou local. Essa estratégia colabora para a organização ocupacional dos sujeitos que escolhem tal recurso como forma de expressão. Quando aplicado em contextos significativos, revela o poder do compartilhamento das ideias, da criação de vínculos e de experiências que dão sentido à vida.

Mantendo a extensão em destaque, a Universidade Federal de Uberlândia (UFU) em parceria com a Universidade Federal de Goiás (UFG), promoveram 7 intervenções terapêuticas em grupo que contaram com 12 estudantes de variados cursos. Os encontros aconteceram na plataforma de videoconferência Zoom com duração de 1:30h e teve um psicólogo, um musicoterapeuta e uma estudante de psicologia como facilitadores. As reuniões eram divididas em acolhimento, aquecimento, técnica, processamento, fechamento e avaliação. Usou-se de técnicas de diálogo, experiências de audição, composição, improvisação e recriação musical. Os principais temas abordados foram a ansiedade, a suspensão das atividades presenciais, a necessidade de adaptação a viver só ou com a família, a dificuldade de interação, a falta de apoio e escuta e o sentimento de solidão (Vivenzio et al., 2022).

Outros autores corroboram o poder que a música tem de gerar identificação entre as pessoas, possibilitando a criação de vínculos e de compartilhamento de experiências de vida. Tal recurso pode gerar mudanças fisiológicas, emocionais e perceptuais, tendo resultados positivos na regulação de humor, bem estar e ansiedade. Ainda, as letras das músicas podem se mostrar como um estimulador para a manutenção do tratamento e cuidado em saúde mental. Outro ponto levantado é que o uso da música pode gerar maior sensibilidade, resgate de memórias e condições de relaxamento durante o processo terapêutico. Assim, é uma maneira de trabalhar a promoção de saúde (Borges & Alves Júnior, 2021; Melo, 2022).

Reforçando a importância da extensão universitária voltada para o cuidado em saúde mental dos estudantes, Rosas et al. (2021) evidenciam em seus estudos os impactos de um projeto desenvolvido pela Universidade Federal de Pernambuco através de palestras, escutas individuais, divulgação de materiais com orientações para organização ocupacional, e intervenções durante os períodos letivos remotos em turmas específicas do curso de Terapia Ocupacional. Os autores dizem que as intervenções tiveram resultados positivos no engajamento dos alunos nas atividades universitárias, colaborando com a manutenção do vínculo. Dessa forma, tais autores reafirmam a importância da atividade de extensão dentro das universidades e o seu impacto na saúde mental, autoconhecimento e aprendizagem dos alunos.

Além disso, a UFU também desenvolveu outro projeto usando como estratégia, a adaptação da disciplina de Saúde Coletiva no curso de Medicina em 2020. Foram 4 rodas de conversas com atividades didáticas e estratégias de cuidado. As rodas eram divididas em 2 momentos, sendo o primeiro assíncrono, no qual era estudado um texto teórico sobre o tema escolhido pelo grupo e o momento síncrono no qual a temática era debatida a partir das perguntas disparadoras dos professores e alunos. O objetivo era vivenciar a roda de conversa, desenvolver escuta ativa, diálogo, gestão de conflitos, tomada de decisão, educação em saúde e educação popular. Além disso, foram ofertados estudos dirigidos para relacionar os assuntos aprendidos. Os principais temas foram expectativas com o futuro, ansiedade, estratégias de estudo, opções não tradicionais de carreira, competitividade e dificuldade de relacionamento com os colegas (Marquez et al., 2022).

Nota-se que tal estratégia teve um olhar para além do cuidado com a saúde mental do estudante, considerando também que conseguisse alcançar dimensões pedagógicas, favorecendo tanto o desenvolvimento emocional e melhora pessoal como o aprimoramento do papel ocupacional como futuro profissional. Tais atividades podem ser relacionadas com os objetivos finais das intervenções, como o desenvolvimento de escuta ativa, gestão de conflitos e educação em saúde.

Mais uma forma de cuidado encontrada foi a adaptação do "Grupo de criação de estratégias coletivas de resistência e enfrentamento a violência contra a mulher" para o meio virtual durante a pandemia. O projeto realizou 10 encontros semanais remotos com 3 horas de duração cada, aberto à comunidade acadêmica e sem restrição de gênero. Os temas para o debate foram escolhidos de forma conjunta, dividido nas etapas de nucleação - apresentação das propostas, objetivos e vinculação; foco e

enquadre - temas conceituados e relatos de experiências; e construção do caminho - reflexões para o itinerário do grupo. Durante o grupo, os principais temas que emergiram foram relacionados ao medo de viver em um país racista, desenvolvimento de ideação suicida, pouca disponibilidade e tempo para viver o luto e frequentar velórios, o medo da morte na pandemia, o medo da perda dos pais para o covid-19 e o medo da não despedida. Diante de tais assuntos, formou-se um local seguro de expressão de sentimentos e relatos íntimos delicados antes não compartilhados (Meneghel et al., 2021).

Apesar da pandemia de covid-19 ter gerado um alto nível de óbitos pelo vírus, principalmente no primeiro ano de surto, nota-se que apenas uma das estratégias tratou de temas relacionados ao medo da morte, da infecção pela doença e da não despedida pela ausência de velórios. Crepaldi et al. (2020) citam que o processamento da morte se tornou diferente durante a pandemia, uma vez que os familiares não podem realizar os rituais de despedida que são culturalmente estimulados e ensinados, gerando uma sensação de abandono e de não finalização do cuidado para com o falecido. Tais situações tendem a causar ainda mais sofrimento às pessoas que enfrentam o processo de luto, uma vez que não é permitida a despedida esperada, podendo gerar o luto complicado. Esse luto causa a intensificação do sofrimento sem progressão ao longo do tempo, tendo possibilidade de alterar as atividades da pessoa que enfrenta tal processo.

Dessa forma, é perceptível a importância do debate sobre o tema da morte e do luto, tendo em mente o alerta já citado, emitido pelo FONAPRACE antes da pandemia, dando destaque a sobrecarga mental dos estudantes universitários. Se inserido no contexto pandêmico, tais quadros podem se agravar e é preciso falar sobre o luto, o risco de morte e os impactos que tais situações podem acarretar, ensinando estratégias para lidar com situações que podem estar presentes em uma pandemia, lembrando os dados trazidos por Fernandes et al. (2018) quando traz que estudantes universitários apresentam 3 vezes mais depressão que não universitários.

Pensando em estudantes de Terapia Ocupacional, Teixeira e Dahl (2020) trouxeram estratégias desenvolvidas por docentes, em acordo com os discentes, para a melhor adaptação durante o período de isolamento. Diante da interrupção das atividades, os docentes do curso iniciaram um mapeamento socioeconômico dos estudantes para entender melhor as condições de manutenção das atividades acadêmicas. Foi percebido que, para além das condições de acesso a recursos virtuais, existiam demandas relacionadas a desestruturação da rotina e insegurança com o futuro. Assim, foram propostas atividades de reorganização de rotina, ressignificação do cotidiano, acolhimento perante angústia, estresse e ansiedade e encontros virtuais para realização de práticas integrativas e complementares.

Entretanto, não houve demonstração de interesse espontâneo por parte dos estudantes e, como maneira de aprimorar o diálogo entre os professores e estudantes, criou-se uma coordenação de estratégias de contato para evitar uma comunicação excessiva e/ou invasiva. Tal estratégia surtiu efeito resultando em interesses mais afinados com os estudantes e proporcionando a realização de acolhimento e das práticas integrativas. Para mais, também foram feitas orientações para adaptações

na rotina, indicação de filmes e livros, debates virtuais sobre a profissão, orientações para manutenção da saúde mental, construção de vínculos e projetos de vida. Para estudantes em finalização de curso, orientou-se a análise das possibilidades de continuação, adaptação ou interrupção da produção dos trabalhos de conclusão de curso. Outrossim, foi sugerida a manutenção dos vínculos com as atividades anteriores à pandemia, como estágio curricular, através de contato telefônico, mas sem contar como parte da carga horária (Teixeira & Dahl, 2020).

Outros autores afirmam que o uso adequado do espaço remoto durante a pandemia pôde proporcionar vivências que enriqueceram o processo de ensino-aprendizagem, momentos singulares de partilhas e reconstrução de saberes, além de fortalecer os serviços prestados à comunidade acadêmica pelos profissionais capacitados dos cursos dos quais faziam parte. Ainda, a possibilidade de acesso a encontros remotos com pessoas que estavam em outros estados facilitou a ampliação do conteúdo e conhecimento entre os profissionais e estudantes (Rosas et al., 2021).

Quando analisado em que momento pandêmico foram desenvolvidas as estratégias descritas nessa pesquisa, é destacável o grande número de produções que foram realizadas no primeiro ano da pandemia, tendo 7 dos 11 textos fazendo referência a 2020, enquanto os outros citam passagens como “desenvolvidas durante a pandemia”, mas possuem publicações limitadas até o ano de 2022. Tais intervenções podem ser consideradas predominantes nesse momento devido ao maior medo associado ao vírus, a incerteza da duração do isolamento, a dificuldade de adaptação ao remoto, alto nível de óbitos no mundo inteiro e a demanda emocional que aparece junto a esses quadros.

### **3.3 Impactos das estratégias de cuidado**

Quando pensado nas estratégias de mentoria e tutoria, foi perceptível que os alunos notaram mais proximidade com a identidade profissional, identificação com as experiências compartilhadas, resgate de hábitos e hobbies, criação e fortalecimento de vínculos e busca de estratégias em conjunto com o grupo. Em relação a participação nestes projetos, na UFRN, 50% dos estudantes de medicina estavam matriculados no programa de mentoria, revelando engajamento da comunidade estudantil com a proposta. Já na FMB-UNESP, 100% dos alunos de enfermagem e 85% dos de medicina aderiram ao programa (Moreira et al., 2020; Scorsolini-Comin, 2020; Rocha et al., 2021; Silva et al., 2021)

Os estudantes apresentaram emoções negativas diante o isolamento social, o que ressalta o impacto na saúde mental e também a segurança em compartilhar seus sentimentos, como no relato: “A ansiedade trouxe à tona alguns probleminhas internos com os quais sempre lutei, ansiedade, depressão, baixa autoestima[...]” (Rocha et al., 2021). Além disso, verificou-se satisfação com o ambiente de acolhimento e de resignificação das experiências, como presente nos seguintes relatos: “Tem sido uma experiência importante, porque estou no primeiro período do curso e, com as aulas EaD, praticamente não tenho vivências mais diretas do cotidiano da minha futura profissão” e “Uma relação de amizade, com muito aprendizado e troca de experiências[...]” (Rocha et al., 2021; Silva et al., 2021)

Se pensado no uso da pintura, escrita e da música como estratégia, percebeu-se que os participantes foram capazes de desenvolver novas habilidades e resgatar hábitos fazendo uso de um recurso menos estressante e que permite extravasar sentimentos. Os docentes responsáveis notaram que esse processo auxiliou no pensamento crítico, observação, comunicação, conscientização e empatia, além de ter sido uma ferramenta para enfrentar os impactos da pandemia, colaborando para uma melhora na qualidade de vida dos estudantes. Tais técnicas também podem se encaixar como lazer, ajudando a lidar com estresse e repercutindo na diminuição de possíveis transtornos mentais (Medeiros et al., 2020; Vivenzio et al., 2022).

Em estratégias que abordaram a temática da depressão e ansiedade, como o uso da web rádio e da fotografia, houve a sistematização dos sintomas depressivos e ansiosos identificados, o que tornou possível a orientação para diminuição deles. Além disso, tais estratégias serviram para a escuta e interação, ressignificação do cotidiano e capacitação em tomadas de decisões através de educação em saúde. Os participantes puderam compartilhar sentimentos como angústias, superação e resiliência em um espaço seguro que favoreceu o manejo do estresse e da ansiedade (Torres et al., 2020 ; Gomes et al., 2023). Gomes, Silva e Martini (2023), reforçam que o ambiente remoto favoreceu a criação do projeto e a vinculação dos participantes.

Em grupos e rodas de conversas para lidar com o contexto pandêmico, foi notado que os participantes desenvolveram controle de emoções e passaram a lidar melhor com os impactos da pandemia e isolamento, demonstrando o redimensionamento dos sentimentos, reconhecimento e aceitação do outro, além de não sentirem vergonha de expressarem como se sentiam. Ademais, foram reconhecidas outras habilidades vistas como capacitantes para o desempenho profissional, sendo elas a escuta ativa, aprendizagem para trabalhar em grupo e com demandas espontâneas (Meneghel et al., 2021; Marquez et al., 2022).

Em relação às estratégias desenvolvidas pelo curso de Terapia Ocupacional, houve a ressignificação do cotidiano, do sentido na vida e das experiências compartilhadas em um mundo marcado pela desesperança, pautados em projetos de vida. Os alunos puderam dispor de um ambiente seguro e acolhedor durante o contexto pandêmico e desenvolverem uma rede de suporte dentro da universidade (Teixeira & Dahl, 2020)

Ao vivenciar as atividades voltadas para a saúde mental do estudante, os profissionais notaram a necessidade de manutenção de tais estratégias, como Vivenzio et al. (2022), que trouxeram que as demandas foram levadas às autoridades universitárias considerando a necessidade de oferta de acolhimento e cuidado com a saúde mental dos alunos. Além disso, Teixeira e Dahl (2020), reforçam que atividades de apoio psicossocial precisam estar situadas no contexto da comunidade e integradas aos serviços e programas existentes, assim como também é preciso fortalecer o acolhimento nos programas estudantis (Teixeira & Dahl, 2020; Vivenzio et al., 2022).

## **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo constatou que houve o desenvolvimento de diversas estratégias para a manutenção da saúde mental do estudante durante a pandemia de covid-19 com objetivos finais voltados para a manutenção do vínculo acadêmico, auxílio no processo de aprendizagem e organização da rotina. Os métodos e técnicas escolhidos foram capazes de expor as repercussões que as alterações ocupacionais podem causar na saúde mental do ser humano.

Levando em conta que o isolamento social causado pelo surto do Sars Cov 2 se mostrou como causador de alterações significativas na vida ocupacional de diversas pessoas, foi possível perceber o surgimento de grupos como ambientes de suporte e compartilhamento de ideias para que a organização das atividades acontecesse de forma articulada, o que permitiu que os resultados fossem visualizados rapidamente em comparação à intervenção individual. Posto isso, foi percebido que em todos os artigos surgiram demandas que envolveram as ocupações como reorganização de tempo e rotina, estratégias de lazer, adaptações para otimizar os estudos e formas de lidar com os sentimentos, emoções, a solidão e/ou a interação familiar. Isso ressalta a importância do cuidado voltado para a saúde mental e a necessidade de atenção às demandas da rotina.

Sendo assim, as estratégias escolhidas tiveram impactos positivos, levando em conta que desenvolveram possibilidades de diálogos em grupo que surgiram através dos recursos escolhidos e que fizeram sentido para os estudantes envolvidos, sendo eles a fala apoiada na escuta ativa, a arte, a fotografia, os debates em webrádio, as mentorias e a tutoria que levaram a ressignificação do cotidiano. Também notou-se o engajamento dos universitários tanto em atividades acadêmicas como na vida pessoal, com base em seus relatos. A interação dos docentes e discentes ampliou a rede de referências dos estudantes, o que pode ser um estimulante para a manutenção dentro da academia.

A partir disso, analisou-se que os resultados encontrados conseguiram alcançar os objetivos inicialmente estipulados, levando em conta a manutenção dos participantes durante todo o período de desenvolvimento das estratégias, ocasionando em um engajamento significativo nas atividades acadêmicas, na manutenção do vínculo com as instituições, desenvolvimento de novas relações, possibilidades de organização de rotina e compartilhamento das estratégias criadas individualmente. Tais estratégias favoreceram a manutenção da saúde mental durante a quarentena, pois possibilitou a diminuição do isolamento social, além de ter criado uma rotina para que os estudantes pudessem se comprometer com algo que estivessem realmente interessados.

Dessa forma, ressalta-se a necessidade das instituições de ensino superior aumentarem o investimento em estratégias voltadas para manutenção da saúde mental e qualidade de vida dos estudantes para além dos momentos de emergências sanitárias, uma vez que tais fatores estão intrinsecamente ligados à manutenção deles na academia. Tais ferramentas podem ser vistas como formas de aumentar a qualidade do profissional que será formado, uma vez que proporciona maior compreensão acerca da saúde mental, da necessidade de atenção para seus papéis ocupacionais, rotina e manutenção das ocupações.

## REFERÊNCIAS

Andrade, LF, Hernandez, RS, de Menezes Araújo, D., & Oliveira, HF (2021). Saúde mental do estudante universitário: um relato de experiência de extensão no período de pandemia. *Research, Society and Development*, 10 (17), e137101723788-e137101723788. DOI: <https://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i17.23788>

Ariño, D. O., & Bardagi, M. P. (2018). Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. *Revista psicologia em pesquisa*, 12(3). DOI: <https://doi.org/10.24879/2018001200300544>

Augusto, C. A., Souza, J. P. D., Dellagnelo, E. H. L., & Cario, S. A. F. (2013). Pesquisa Qualitativa: rigor metodológico no tratamento da teoria dos custos de transação em artigos apresentados nos congressos da Sober (2007-2011). *Revista de Economia e Sociologia Rural*, 51, 745-764. <<https://www.scielo.br/j/resr/a/zYRKvNGKXjbDhtWhqjxMyZO/?>>

Becker, A. S., Busnello, C. V., Banolas, E. L., Avila, G. O., Ely, M. G. B., da Silva Gobbo, M. O., ... & Spanemberg, L. (2021). O impacto na saúde mental de estudantes universitários submetidos ao ensino digital remoto durante o isolamento social decorrente da pandemia de Covid-19: uma revisão sistemática. *REVISTA AMRIGS*. <[https://meriva.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/25163/2/O impacto na sade mental de estudantes universitarios submetidos ao ensino digital remoto durante o isolamento social.pdf](https://meriva.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/25163/2/O%20impacto%20na%20saude%20mental%20de%20estudantes%20universitarios%20submetidos%20ao%20ensino%20digital%20remoto%20durante%20o%20isolamento%20social.pdf)>

Borges, A. D. P. F., & Alves Júnior, R. (2021). Neurociência da música e ações da musicoterapia nos transtornos mentais: uma revisão sistemática. <<https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/2093>>

Cavestro, J. D. M., & Rocha, F. L. (2006). Prevalência de depressão entre estudantes universitários. *Jornal brasileiro de psiquiatria*, 55, 264-267. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0047-20852006000400001>

Constantinidis, T. C., & Matsukura, T. S. (2021). Saúde mental de estudantes de terapia ocupacional: revisão de escopo. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 29. DOI: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAR2139>

Crepaldi, M. A., Schmidt, B., Noal, D. D. S., Bolze, S. D. A., & Gabarra, L. M. (2020). Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37. DOI: <<https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200090>>

Cruz, R. M., da Rocha, R. E. R., Andreoni, S., & Pesca, A. D. (2020). Retorno ao trabalho? Indicadores de saúde mental em professores durante a pandemia da COVID-19. *Revista Polyphonia*, 31(1), 325-344. <<https://encr.pw/iFYjY>>

Cunha, R. R., Pereira, L. D. S., Gonçalves, A. S. R., Santos, E. K. A. D., Radünz, V., & Heidemann, I. T. S. B. (2009). Promoção da saúde no contexto paroara: possibilidade de cuidado de enfermagem. *Texto & Contexto-Enfermagem*, 18, 170-176. <<https://www.scielo.br/j/tce/a/6DqWFcTGSQhmlKcOrdRFGnM/?format=html>>

Dias, E. N., & Pais-Ribeiro, J. L. (2019). O modelo de coping de Folkman e Lazarus: aspectos históricos e conceituais. *Revista Psicologia e Saúde*, 11(2), 55-66. DOI: <https://dx.doi.org/10.20435/pssa.v11i2.642>

Del'Olmo, F. D. S., & Cervi, T. M. D. (2017). Sofrimento Mental e Dignidade da Pessoa Humana: os desafios da reforma psiquiátrica no Brasil. *Sequência (Florianópolis)*, 197-220. DOI: <https://dx.doi.org/10.5007/2177-7055.2017v38n77p197>

Fernandes, M. A., Vieira, F. E. R., Silva, J. S., Avelino, F. V. S. D., & Santos, J. D. M. (2018). Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71, 2169-2175. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0752>

Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis - FONAPRACE. (2019). Uberlândia, Maio de 2019. V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos (as) Graduandos (as) das IFES. Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior - ANDIFES <<https://www.andifes.org.br/wp-content/uploads/2019/05/V-Pesquisa-do-Perfil-Socioecono%C3%8C%E2%80%9Amico-dos-Estudantes-de-Graduac%C3%8C%C2%A7a%C3%8C%C6%92o-das-U.pdf>>

Gomes, L.P.; Silva, C.R.; Martini, L.C. (2023). As imagens do isolamento: expressões imagéticas de calouros na pandemia. *Rev. Interinst. Bras. Ter. Ocup.* 7(2), 1661-1668. DOI: <https://doi.org/10.47222/2526-3544.rbto57204>

Gomes, M. D., Teixeira, L., & Ribeiro, J. (2021). Enquadramento da Prática da Terapia Ocupacional: Domínio & Processo 4ª Edição. <[https://iconline.ipleiria.pt/bitstream/10400.8/6370/5/EPTO-4\\_05.12.21.pdf](https://iconline.ipleiria.pt/bitstream/10400.8/6370/5/EPTO-4_05.12.21.pdf)>

Gundim, V. A., da Encarnação, J. P., Santos, F. C., dos Santos, J. E., Vasconcellos, E. A., & de Souza, R. C. (2021). Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de covid-19. *Revista Baiana de Enfermagem* 35, . DOI <https://doi.org/10.18471/rbe.v35.37293>

Hack, J. R. (2010). Comunicação dialógica na educação superior a distância: a importância do papel do tutor. *Signo y pensamiento*, 29(56), 114-123. <[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-48232010000100007&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-48232010000100007&script=sci_arttext)>

Marquez, L. V., Hernandez, R. A., Rodrigues, A. S. D., Raimondi, G. A., & Paulino, D. B. (2022). Rodas de conversa remotas: ensino-aprendizagem e vivência da promoção da saúde na pandemia da covid-19. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 46, e053. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v46.1-20210292>

Medeiros, M. S., Barreto, D. M. S., Sampaio, R., Alves, B. C. F. D. B., Albino, D. C. M., & Fernandes, I. L. (2020). A arte como estratégia de coping em tempos de pandemia. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200354>

MELO, V. M. D. (2022). A música no tratamento de Transtorno de Ansiedade em adolescentes: Uma revisão integrativa da literatura científica. <<https://dspace.uniube.br/handle/123456789/1992>>

Meneghel, S. N., Ribeiro, R. H., & Oliveira, D. C. D. (2022). Grupos virtuais no enfrentamento do medo e da morte durante a epidemia de covid-19: contribuições da saúde coletiva. *Saúde e Sociedade*, 31, e210294. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902022210294>

Morato, G. G., Fernandes, A. D. S. A., & Santos, A. P. N. D. (2022). Saúde mental e cotidiano dos estudantes de terapia ocupacional frente à covid-19: possíveis impactos e repercussões. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 30, 3035. DOI: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO23003035>

Moreira, S. D. N. T., Albuquerque, I. C. S. D., Pinto Junior, F. E. L., & Gomes, A. H. B. (2020). Programa de Mentoria do curso de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Norte: atividades integrativas em foco. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44, e169. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.4-20200103>

Mustafá, A. M. M., Gomides, M., Costa J., Pires A, Carvalho, I. (2019). Mentoring e educação em saúde. *J Business Techn.* 2019;9(1): 147-153. <<http://revistas.faculdefacit.edu.br/index.php/JNT/article/view/388/331>>

Organização Mundial da Saúde - OMS (2020). Relatório situação 51, doença de coronavírus 2019, de 11 de março de 2020. A OMS avaliou a covid-19 como pandemia. World Health Organization,

<<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports>>

Organização Mundial da Saúde - OMS (2022). Saúde mental, de 17 de junho de 2022. Conceitos em saúde mental. World Health Organization. <<https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>>.

Penha, J. R. L., Oliveira, C. C., & Mendes, A. V. S. (2020). Saúde mental do estudante universitário: revisão integrativa/University student mental health: integrative review/Salud mental del estudiante universitario: revisión integrativa. *Journal Health NPEPS*, 5(1), 369-395. DOI: <https://dx.doi.org/10.30681/252610103549>

Rocha, A. C., Falcão, I., Lima, J. G. Á. D., Carvalho, J. M. D., Higino, M. L. D. O., & Diniz, R. V. Z. (2021). Reflexões sobre a quarentena: uma estratégia de acolhimento de discentes em um grupo de mentoring. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 45, e122. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.supl.1-20210181>

Rodrigues, B. B., Cardoso, R. R. D. J., Peres, C. H. R., & Marques, F. F. (2020). Aprendendo com o imprevisível: saúde mental dos universitários e educação médica na pandemia de covid-19. *Revista brasileira de educação médica*, 44, e149. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200404>

Rodrigues, M. A., & da Conceição Baía, M. (2012). Mediação e acompanhamento na formação, educação e desenvolvimento profissional. *Revista de Enfermagem Referência*, 3(7), 199-205. <<https://www.redalyc.org/pdf/3882/388239966013.pdf>>

f

Rosas, M. A., Rabelo, A. R. M., Nóbrega, k. B. G., Lima Filho, I. A., Silva, A. G. A. (2021). Enfrentamento à Covid-19: Ações da Pró-reitoria de Extensão e Cultura da UFPE (volume 3, capítulo 11, página 240). Editora UFPE. <<https://encurtador.com.br/uyzJ5>>

Rother, E. T. (2007). Revisión sistemática X Revisión narrativa. *Acta paulista de enfermagem*, 20, v-vi. <<https://www.scielo.br/j/ape/a/z7zZ4Z4GwYV6FR7S9FHTByr/?format=pdf&lang=pt>>

Santos, T. S., Tavares, J. S. L., Donelate, C., & da Silva, A. M. B. F. (2021). Analisando os distúrbios funcionais do transtorno de ansiedade em adolescentes de 14 a 19 anos pela terapia ocupacional. *RECISATEC-REVISTA CIENTÍFICA SAÚDE E TECNOLOGIA-ISSN 2763-8405*, 1(2), e1218-e1218. DOI: <<https://doi.org/10.53612/recisatec.v1i2.18>>

Scorsolini-Comin, F. (2020). Programa de tutoría con estudiantes de enfermería en el contexto de la pandemia de covid-19 en Brasil. *Index de Enfermería*, 29(1-2), 79-83. <[https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962020000100019&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962020000100019&script=sci_arttext&tlng=pt)>

Scorsolini-Comin, F., Rossato, L., da Cunha, V. F., Correia-Zanini, M. R. G., & Pillon, S. C. (2020). A religiosidade/espiritualidade como recurso no enfrentamento da COVID-19. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, 10. DOI <[10.19175/recom.v10i0.3723](https://doi.org/10.19175/recom.v10i0.3723)>

Scottini, A. (2009). Minidicionário escolar da língua portuguesa. Todolivro Editora.

Silva, I. D. J., Oliveira, M. D. F. V. D., Silva, S. É. D. D., Polaro, S. H. I., Radünz, V., Santos, E. K. A. D., & Santana, M. E. D. (2009). Cuidado, autocuidado e cuidado de si: uma compreensão paradigmática para o cuidado de enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 43, 697-703. <<https://www.scielo.br/j/reeusp/a/S6s3fgFMbtMjMRfwncZ7WrP/>>

da Silva, M. E. A., dos Santos, R. R., de Jesus Medeiros, R. V., de Carvalho Souza, S. L., Souza, D. F., & Ferreira, D. P. V. (2021). Saúde mental dos estudantes universitários. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, 9, e6228-e6228. DOI: <https://doi.org/10.25248/REAenf.e6228.2021>

Silva, V. D. S., Palhares Neto, A. A., Alencar, R. D. A., Romanholi, R. M. Z., Lima, M. C. P., & Caramori, J. C. T. (2021). Mentoria durante pandemia: um ambiente de acolhimento, pertencimento e humanização para primeiranistas. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 45, e113. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.supl.1-20210136>

de Souza, RC, dos Santos, JE, dos Santos, VTC, Silva, AAF, Vasconcellos, EA, Ambrósio, PE, ... & Almeida, HC (2021). Projeto e-Terapias Psicossociais: Construção e estratégias de promoção da saúde mental em tempos de pandemia da covid-19. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10 (6), e20910615740-e20910615740. DOI: <https://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i6.15740>

Teixeira, M. R., & Dahl, C. M. (2020). Recriando cotidianos possíveis: construção de estratégias de apoio entre docentes e estudantes de graduação em Terapia Ocupacional em tempos de pandemia/Recreating possible everyday lives: building support strategies between teachers and graduate students in occupational therapy in pandemic times. *Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional-REVISBRATO*, 4(3), 509-518. DOI: <https://doi.org/10.1047222/2526-3544.rbto34425>

Teodoro, M. L. M., Alvares-Teodoro, J., Peixoto, C. B., Pereira, E. G., Diniz, M. L. N., de Freitas, S. K. P., ... & Mansur-Alves, M. (2021). Saúde mental em estudantes universitários durante a pandemia de covid-19. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 9(2), 372-382. <<https://www.redalyc.org/journal/4979/497969633003/497969633003.pdf>>

Torres, R. A. M., Veras, K. D. C. B. B., Torres, J. D. M., Gomes, E. D. P., Martins, J. V., & Soeiro, A. C. C. (2020). Saúde mental das juventudes e covid-19: discursos produtores do webcuidado educativo mediados na webrádio. *Nursing (São Paulo)*, 23(270), 4887-4896. DOI: <https://doi.org/10.36489/nursing.2020v23i270p4887-4896>

Vivenzio, R. A., Amorim, A. E. R., Sousa, J. M., & Farinha, M. G. (2022). Grupo terapêutico on-line: dispositivo de cuidado para saúde mental de universitários em tempos de pandemia//On-line therapeutic group: care device for the mental health of college students in pandemic times. *Revista de Psicologia*, 13(2), 71-79. DOI: <https://doi.org/10.36517/revpsiufc.13.2.2022.5>

Waldow, V. R. (1992). Cuidado: uma revisão teórica. *Revista gaúcha de enfermagem. Porto Alegre. Vol. 13, n. 2 (jul. 1992), p. 29-35.* <<https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/230243>>

Waldow VR. Cuidar: expressão humanizadora da enfermagem. Petrópolis: Vozes; 2006.

World Federation of Occupational Therapists - WFOT. (2012). Sobre Terapia Ocupacional. <<https://wfot.org/about/about-occupational-therapy>>

Zanelato, V. M., & Werba, G. C. (2017). Psicologia e fotografia: a subjetividade como protagonista da imagem. *Diálogo*, (36), 157-168. DOI: <<http://dx.doi.org/10.18316/dialogo.v0i36.3474>>