

AVALIAÇÃO DO ESTRESSE PSICOLÓGICO EM ALUNOS DO ENSINO MÉDIO E SUPERIOR OCASIONADOS PELO RETORNO DO ENSINO PRESENCIAL NO IFPB CAMPUS SOUSA-PB

Wesley Crispim Ramalho ¹
Wannubya Caroline de Almeida Nobre Ramalho ²
Arthur Cabral Pereira dos Santos ³
Thiago Mateus Batista Pinto ⁴
Fábio Thiago Maciel da Silva ⁵

RESUMO

Desde o início do ano de 2020, todos os continentes começaram a ser assolados por uma pandemia de nível global causada pelo Corona vírus Disease 2019 (COVID-19). Visando avaliar o estresse psicológico em alunos do ensino médio e superior ocasionados pelo retorno do ensino presencial, este trabalho teve por objetivo descrever o estresse psicológico entre alunos do Ensino Técnico integrado ao Médio e do ensino Superior com retorno do ensino presencial no IFPB campus Sousa - PB. O perfil dos discentes componentes da amostra foi representado por 37,3% do sexo masculino e 62,7% do sexo feminino, tendo ainda uma margem de idade entre 14 e 54 anos, todos residentes nas cidades circunvizinhas de Sousa-PB. Por meio de tais dados, observa-se que a maioria dos discentes, tanto do nível médio, quanto do nível superior, alegaram se sentir ao menos um pouco aborrecidos, tendo ainda porcentagens relevantes nos graus moderado e bastante. Explicitando assim o descontentamento e irritação com sua nova rotina. Tal fato pode ser decorrido dos anseios dos próprios estudantes pela volta a sua rotina tida como normal, ou seja, sem a necessidade de estar presente a tela de um computador ou celular de forma obrigatória e atendendo as demandas da faculdade ou instituição escolar, sem mencionar que nem todos os envolvidos nesse processo possuíam acesso as tecnologias. Tendo em vista essa premissa, pode-se relacionar que o sistema educacional atual, enfrenta e enfrentará problemáticas afins decorridas da nova realidade escolar, resultando num longo período de tempo até a readaptação.

Palavras-chave: COVID-19, Estresse Psicológico, Ensino Presencial.

INTRODUÇÃO

Desde o início do ano de 2020, todos os continentes começaram a ser assolados por uma pandemia de nível global causada pelo Corona vírus Disease 2019 (COVID-19). Tal doença causou danos em todos os setores da sociedade moderna, causando pânico, mortes e outros

¹Professor orientador:Ms.Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, wesley.ramalho@ifpb.edu.br;

²Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, wannubya.ramalho@ifpb.edu.br;

³Graduado do Curso de Licenciatura em Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, arthur.cabral@academico.ifpb.edu.br

⁴Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, thiago.pinto@ifpb.edu.br;

⁵Professor orientador:Ms.Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, fabio.macielf@ifpb.edu.br;

problemas para as pessoas, pois se espalhou pelo mundo velozmente antes da produção das vacinas adequadas (FARIAS et al., 2020). No Brasil, a população começou a entender a gravidade apenas no mês de março de 2020, quando a Organização Mundial da Saúde decretou a existência de uma pandemia, surpreendendo os governantes. Rapidamente o vírus se espalhou, atingindo diversos aspectos de diversas áreas (SILVA e SILVA, 2022).

Tomando-se como referência a educação, foi estabelecido como medida inicial e provisória uma pausa imediata das aulas presenciais em todos os níveis de ensino. Posteriormente foi ofertado o modelo de ensino remoto, onde os estudantes podiam ter acesso as aulas via internet nas mais diversas plataformas de transmissão audiovisuais e aplicativos afins (SARAIVA, TRAVERSINI e LOCKMANN, 2020).

Ao especificar o Instituto Federal da Paraíba (IFPB), referência no ensino no estado da Paraíba, com relação a situação pandêmica, toda a sua comunidade educacional teve também que passar por mudanças de vivência comportamentais, pois diante da situação, novos hábitos e rumos no processo de ensino e aprendizagem tiveram que ser adotados em um curto intervalo de tempo, para que assim os alunos não fossem prejudicados, mas algo tão novo e imposto tão bruscamente, no sentido do uso de metodologias e tecnologias antes pouco difundidas e conhecidas, teria que passar por uma alinhamento e entendimento fundamentados na prática diária (FERNANDES, PATRÍCIO e PATRÍCIO, 2022).

Com a criação e difusão das vacinas, as aulas presenciais foram retomadas de maneira gradual, tendo início 100% presencial no dia 06 de fevereiro de 2022, causando assim mais um período de readaptação por parte dos discentes. Com isso, no retorno das aulas presenciais surgiram diversas problemáticas relacionadas ao estresse psicológico dos alunos, pois é de conhecimento que nem todos tiveram acesso significativo à educação nesse período pandêmico, tanto por fatores sociais quanto por fatores psicológicos (MENEZES; FRANCISCO, 2020). Nessa perspectiva, surgiu a necessidade de um olhar mais cauteloso no que diz respeito ao tempo e aos espaços de aprendizagem (GATTI, 2020).

Nessa vertente e compreendendo os danos causados psicológicos causados nos discentes, acredita-se que boa parte dos envolvidos no sistema educacional se submetem ainda a níveis de estresse elevado justamente devido a esse retorno e a toda readaptação necessária nas aulas e no dia a dia com convivências presenciais que até então eram impossíveis. Nessa perspectiva, surge como urgência imediata a necessidade da realização de ações voltadas a esses estudantes para que os mesmos possam seguirem suas atividades de forma presencial e sem tantos impactos (SILVA, et al. 2021).

Desta forma, trazendo para o ponto de vista local, o presente trabalho partiu de uma questão norteadora central: “Quais os níveis de estresse psicológico em alunos do ensino médio e superior ocasionados pelo retorno do ensino presencial no IFPB de Sousa-PB?”. Tal indagação relaciona-se com a hipótese de que com a volta das aulas presenciais, tanto os discentes do nível básico quanto os do nível superior, apresentaram estresse psicológico, muito provavelmente devido ao tempo de reclusão e isolamento, bem como a volta ao ritmo presencial e da readaptação a rotina estudantil. Nesse sentido, a pesquisa tem sua relevância, pois possibilita uma análise acerca de estresse psicológico, bem como sua relação com o retorno das aulas de forma presencial de alunos do IFPB do campus Sousa na Paraíba, pois nesta cidade até então, não tinha sido submetida a nenhum estudo desse tipo e referente ao tema, principalmente envolvendo discentes do nível básico e superior simultaneamente. Com isso, o objetivo do presente artigo foi descrever o estresse psicológico entre alunos do Ensino Técnico integrado ao Médio e do Ensino Superior com retorno do ensino presencial no IFPB campus Sousa - PB.

METODOLOGIA

O referido estudo foi realizado com estudantes do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba - IFPB. A amostra foi composta por um total de 160 alunos do IFPB, Campus Sousa/PB, regularmente matriculados nos níveis Médio e Superior, que por sua vez se submeteram ao ensino remoto e atualmente estão cursando aulas presenciais no ano letivo de 2022.

A coleta de dados ocorreu através da aplicação de um questionário eletrônico intitulado “Avaliação do estresse psicológico durante o retorno do ensino presencial” que foi disponibilizado por meio da plataforma Google Formulários. Esse questionário foi elaborado pelos autores da referida pesquisa com intuito de obter o máximo de dados detalhados dos elementos da amostra. Ainda foram ajustados conceitos avaliativos baseados na escala original do questionário Perfil de Estados de Humor (POMS) – Profile of Mood States, ratificado por Vianna, Almeida e Santos (2001). Como mencionado, tal questionário é uma adaptação de Vianna, Almeida e Santos (2001), usado para medir o estresse psicológico, estado de humor e emocional, a Escala de Vigor e Fadiga é composta por 15 itens, com adjetivos animado, ativo, energético, alegre e cheio de boa disposição, para a Escala de Fadiga, foi utilizada a Escala de Likert de 5 pontos, numeradas de 0 a 4. Cada número tem uma classificação de intensidade, sendo: 0 = nunca; 1 = um pouco; 2 = moderadamente; 3 = bastante; 4 = muitíssimo.

O questionário foi subdividido em duas sessões, onde a primeira sessão apresenta: o TALE ELETRÔNICO (Termo de Assentimento Livre e Esclarecido) que por sua vez é tido como obrigatório para ser respondido pelos discentes, pois o mesmo contém a opção de concordar e continuar a responder as perguntas ou não aceitar e deixar imediatamente de responder. A segunda Sessão apresenta: a) Cabeçalho contendo informações da instituição, bem como título e objetivo da pesquisa; b) Questões gerais de identificação pessoal; c) perguntas relacionadas a como o estudante se sente em termos psicológicos ao estudar de maneira presencial após longo período de isolamento.

O tratamento e análise dos dados coletados na amostra ocorreu por meio das estatísticas descritivas e quantitativas. Todos os dados foram apresentados em forma percentual, tendo como referências gráficos e tabelas convertidos por meio das respostas do questionário. Esse procedimento também contou com o uso dos softwares Epi info e Excel, bem como da plataforma Google Formulários.

O referido projeto, buscando requisitos legais para sua aplicação, foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa do IFPB para sua análise e validação. Obedecendo ainda, todos os termos da lei nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). Todos os participantes componentes da amostra declararam seu aceite, bem como sua confirmação de maneira legal de suas respostas. Tal fato ocorreu por meio do TALE, corroborando assim como seus responsáveis legais (caso dos alunos da educação básica), também por meio da assinatura do TCLE. Foi orientado que os participantes escolhessem um local reservado para responder o questionário, garantindo a sua privacidade e evitando qualquer tipo de constrangimento e, caso tivessem dúvidas puderam perguntar ao seu responsável de confiança. O estudo assegurou a confidencialidade, privacidade e a não estigmatização, garantindo a não utilização das informações em prejuízo das pessoas e/ou das comunidades, inclusive em termos de autoestima.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

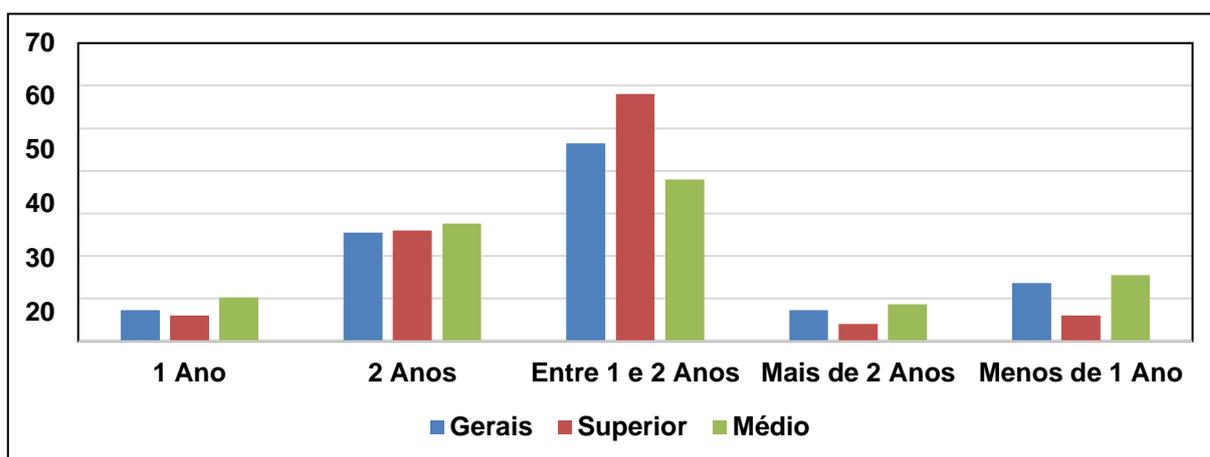
Por meio de todos os estudos e embasamentos teóricos, bem como pela aplicação do questionário citado, o presente trabalho pôde desenvolver uma análise e um detalhamento comparativo acerca dos níveis de estresse psicológico adquirido pelos discentes do ensino médio e do nível superior do IFPB de Sousa-PB, durante o período de volta às aulas presenciais.

Os níveis de ensino no qual foi desenvolvida a análise (Médio e Superior), abrangeu quantidades distintas de discentes componentes da amostra, tendo 54,55% do ensino médio e 44,45% do ensino superior. Na linha de pesquisa da presente obra, verificou-se que os dois

níveis de ensino no qual foi desenvolvida a análise (Médio e Superior), abrangeu quantidades distintas de discentes componentes da amostra, tendo 54,55% do ensino médio e 44,45% do ensino superior.

Verificou-se ainda que 100% dos discentes afirmaram que a instituição em que estudam, aderiu ao programa de aulas remotas, tendo uma discrepância nos tempos de aulas online. 13,6% dos pesquisados afirmaram que essas aulas duraram menos de 1 ano, tendo que 7,3% afirmaram que durou 1 ano e 46,4% afirmaram que durou entre 1 e 2 anos. Obteve-se ainda 25,5% afirmando que duraram 2 anos de ensino remoto e 7,3% afirmando que durou mais de 2 anos. Nota-se ainda que o ensino remoto durou mais tempo no ensino superior, tendo mais de 2 anos desse tipo de aula (Quadro 1).

Quadro 1: Tempo de duração do ensino remoto em cada nível.



Acerca do tempo de aula presencial diária, 62,7%, correspondente a maioria, afirmou que estuda mais de 5 horas por dia, tendo ainda 15,5% afirmando que estudam 4 horas diárias. Ainda sobre esse período cronológico, verifica-se que a maior carga horária de aulas presenciais corresponde ao ensino médio com 71,67% dos discentes entrevistados afirmando que estudam mais de 5 horas por dia presencialmente.

A respeito da sobrecarga na volta das aulas presenciais, verificou-se que a maioria, ou seja, cerca de 73,6% dos discentes afirmaram que sim, se sentem sobrecarregados e 26,4% afirmaram que não. Expõe-se ainda que a sobrecarga acontece mais incidentemente nos alunos do nível superior, tendo 91,67% dos universitários entrevistados afirmando que sim. Esses dados podem levantar a premissa de que diversos fatores influenciam nessa sensação, bem como fatores socioeconômicos, desestímulo para continuar os estudos e sobrecarga (SANTOS; QUEIROZ, 2021). Essa premissa pode ainda estar relacionada com a aquisição de estresse, pois

como mostram as tabelas abaixo, são altos os índices de estresse nos entrevistados, bem como a sobrecarga (Tabelas 1 e 2).

Tabela 01: Sobrecarga dos estudantes no retorno presencial.

Você se sente sobrecarregado em virtude da volta às aulas presenciais?	Gerais	Superior	Médio
Não	26,4%	40,00%	8,33%
Sim	73,6%	60,00%	91,67%

Tabela 02: Estresse dos estudantes durante o retorno presencial.

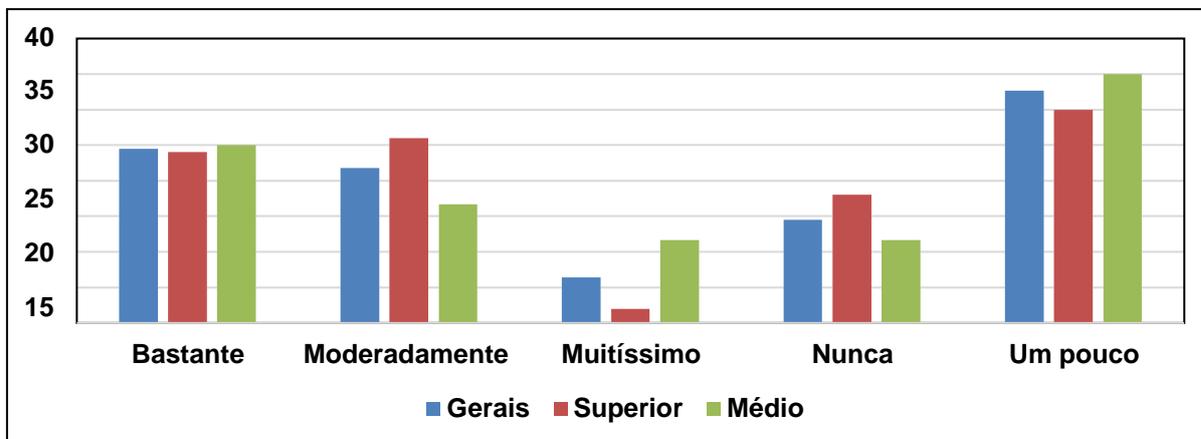
O retorno às aulas presenciais te deixaram estressado (a)?	Gerais	Superior	Médio
Não	27,3%	40,00%	11,67%
Sim	72,7%	60,00%	88,33%

Acerca do nível de estresse mencionado, verificou-se que boa parte dos discentes afirmaram que a volta as aulas presenciais causaram esse tipo de sensação, tendo ainda evidência no nível moderado (32%), onde correspondeu a 36% do superior e 30% do médio, respectivamente. Esta quantidade significativa de abalono ensino superior pode ser explicada pelas palavras de Silva (2021, p.10) quando afirma que “[...] A maior exposição de universitários ao estresse psicológico durante o período da pandemia pela Covid-19 pode, portanto, ser potencializado nesse grupo de discentes”. Surge então a necessidade de mais estudos objetivando analisar os danos a esse público alvo, o gráfico abaixo expõe tais porcentagens.

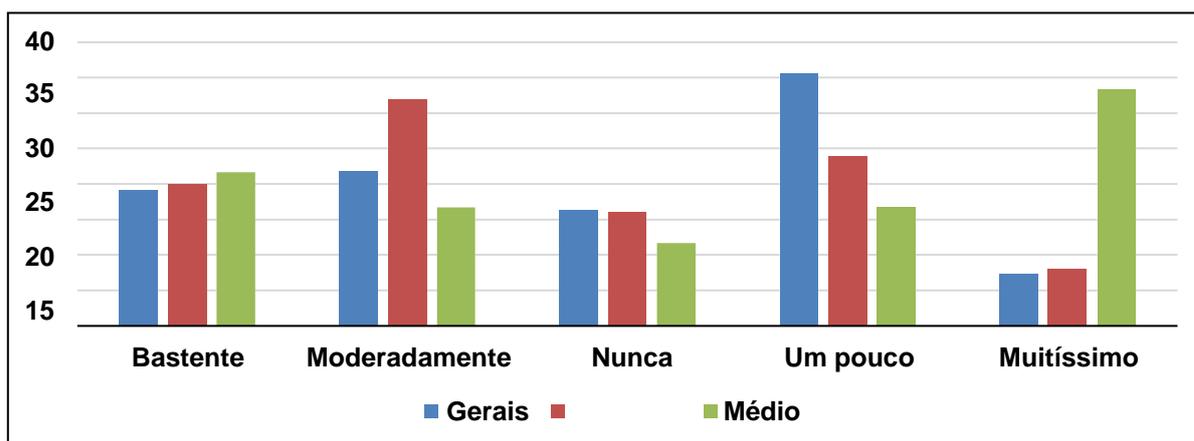
Diante da rotina de volta as aulas presenciais, os quadros abaixo demonstram que 32,7% e 35,5% dos entrevistados respectivamente, sentem-se respectivamente pelo menos um pouco de mau humor e aborrecimento nessa nova rotina.



Quadro 2: Sentimento de mal humor ocasionado no retorno das aulas presenciais.



Quadro 3: Intensidade de aborrecimento na volta das aulas presenciais.



Por meio de tais dados, observa-se que a maioria dos discentes, tanto do nível médio, quanto do nível superior, alegaram se sentir ao menos um pouco aborrecidos, tendo ainda porcentagens relevantes nos graus moderado e bastante. Explicitando assim o descontentamento e irritação com sua nova rotina.

Ainda sobre os sentimentos de irritação, verifica-se por meio do gráfico abaixo, um ponto positivo, pois a maioria (46,4%) dos entrevistados relataram que nunca se sentiram furiosos no retorno presencial, tendo mais da metade dos alunos de graduação afirmando tranquilidade. Os níveis mais altos como muitíssimo e bastante não chegaram a 25%. Tal fato pode ser decorrido dos anseios dos próprios estudantes pela volta a sua rotina tida como normal, ou seja, sem a necessidade de estar presente a tela de um computador ou celular de forma obrigatória e atendendo as demandas da faculdade ou instituição escolar, sem mencionar que nem todos



os envolvidos nesse processo possuíam acesso as tecnologias, sendo assim de certa forma, excluídos mediante o ensino exigido (SARAIVA; TRAVERSINI; LOCKMANN, 2020).

Mesmo com o anseio pela volta do “normal” nas aulas adjunto do temor por contaminação e com os protocolos de saúde, os educandos evidenciaram na pesquisa, um grau elevado de nervosismo. Destacando-se os alunos do ensino médio com os graus mais elevados. Estes alunos apresentaram os graus moderados, bastante e muitíssimos, somando mais de 50% em seu total. Os alunos do nível superior relataram nervosismo de forma elevada também, porém em menor escala comparada aos da educação básica, de forma moderada (34%). Esses dados destacam a importância de cuidados com as condições psicológicas e emocionais, principalmente com os grupos mais afetados (SILVA; LEAL, 2021). Todas as sensações já mencionadas como estresse, nervosismo, fúria e mal humor, por sua vez influenciam diretamente no estado emocional dos pesquisados, além disso fatores como a mudança na rotina, relações familiares e sociais, podem agravar a situação (SILVA, *et al*, 2021). Sugere-se assim, um maior tempo de adaptação, bem como metodologias visando o diálogo com esses discentes. Ratificando tal premissa, evidencia-se que boa parte dos entrevistados afirmaram estar esgotados mentalmente, sendo os alunos do ensino médio os mais esgotados, ou seja, 35% afirmaram estar bastante esgotados e 26,6% muitíssimo.

Com relação aos índices de fadiga, os dados da pesquisa apontaram que os níveis foram altos, variando entre moderadamente, bastante e muitíssimo (somando 78% dos discentes). Isto por sua vez pode influenciar diretamente na vitalidade e energia dos estudantes durante sua rotina de estudos. Confirmando tal perspectiva, verificou-se também que mais da metade dos pesquisados constataram a redução na disposição durante a retomada das aulas presenciais, tendo em sua maioria os discentes do nível médio como sendo os que mais se sentem fatigados e sem energia. O cansaço dos discentes tende a influenciar diretamente no seu rendimento escolar, dificultando por sua vez o processo de ensino e aprendizagem. Tal problemática revela a necessidade de compreensão sobre os impactos negativos também no período de retomada das aulas presenciais, fazendo-se necessário assim o desenvolvimento de mais debates e pesquisas sobre esse período e suas consequências na vida dos estudantes (MENEZES; FRANCISCO, 2020).

A sobrecarga de estudo, adjunto da readaptação no ritmo de estudar presencialmente, podem por sua vez desestimular os discentes tanto do nível médio, quanto do nível superior, pois esse período de retomada do ensino presencial tende a acumular tarefas e deveres que por sua vez podem confundir a mente do próprio discentes dificultando sua aprendizagem. Para

reverter tal problemática, Pereira (2020, p.349) sugere “[...] priorizar o ser humano em sua forma social e emocional [...]”. Com isso, cabe aos docentes, buscar compreender mais os seus discentes e suas dificuldades, tanto as existentes anteriormente, quanto as adquiridas durante a pandemia. Na referida pesquisa, constatou-se que o nível que mais apresentou índices elevados de confusão mental, foi o nível superior, podendo levar em consideração que a faixa etária de estudantes que cursam esse nível, já realiza ações de indivíduos adultos, realizando deveres e trabalhos sociais.

Em contrapartida, os discentes do nível superior apresentaram índices satisfatórios, (42%) afirmaram que se sentem bastantes competentes e eficazes, evidenciando assim uma diferença de sensações entre ambos os níveis e sentimentos dos discentes. Essas concepções de motivação, competência e eficácia dos alunos entrevistados, podem ser levadas em consideração adjunto ao cenário no qual ambos os níveis de ensino estão situados. Menciona-se ainda que muitos sentem-se incapazes de concluir o semestre de maneira significativa, mesmo sabendo que o esgotamento influencia na sua cognição, podendo interferir no seu rendimento (RAMOS, 2022).

Contudo, deve-se mencionar que mesmo não sendo lembrados ou mencionados por parte dos discentes, alguns pontos positivos foram alcançados em todo o trajeto de pandemia e migração do modelo remoto para o modelo presencial, podendo citar o aperfeiçoamento no uso de ferramentas digitais, a conscientização sobre higiene, cuidados com a própria saúde e convivência com colegas e professores (BORGES; SOUZA, 2022).

As vertentes levantadas com os resultados do referente trabalho, poderão proporcionar para educadores e pesquisadores futuros, uma linha de pesquisa embasada nas possíveis consequências que o estresse psicológico adquirido nesse período possa ter tanto na aprendizagem desses alunos, quanto no seu convívio em sociedade, pois o desgaste emocional adjunto à readaptação a rotina presencial pode intensificar nos danos mentais dos discentes. Todavia, deve-se destacar que a retomada das aulas presenciais não é o único problema enfrentado pelo sistema educacional, pois segundo Borges e Souza (2022, p. 01) “[...] ela veio apenas somar a todos os outros problemas já existentes, como a falta de apoio do governo à educação, de infraestrutura, de materiais, de apoio à comunidade estudantil e de formação continuada para professores”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através das análises desenvolvidas na presente pesquisa, obteve-se um detalhamento comparativo acerca dos níveis de estresse psicológico adquirido pelos discentes do nível médio e do nível superior do IFPB de Sousa-PB, no período de volta às aulas presenciais, bem como suas causas possíveis.

Por meio dos dados obtidos, foi possível propor que diversos são os efeitos que o retorno presencial ocasionou na mente dos discentes, tendo no nível básico, mais precisamente no ensino médio, o maior desgaste psicológico de educandos. Tendo em vista essa premissa, pode-se relacionar que o sistema educacional atual, enfrenta e enfrentará problemáticas afins decorridas da nova realidade escolar, resultando num longo período de tempo até a readaptação. Propõem-se ainda, o desenvolvimento de mais trabalhos nessa área por parte dos estudantes de licenciatura, seguindo uma linha de pesquisa embasada nas possíveis consequências que o estresse psicológico adquirido no período de retorno das aulas presenciais possa ter na aprendizagem desses alunos e no seu convívio em sociedade, pois o desgaste emocional e a readaptação a rotina presencial podem intensificar nos danos mentais dos discentes.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Patrícia Rodrigues de. et. al. Retorno às aulas: entre o ensinopresencial e o ensino a distância, novas tendências. Universidade FEEVALE. **Revista Prâksis**. Novo Hamburgo. a. 18, n. 3, set./dez. RS, 2021. Disponível em: <file:///C:/Users/Bruna/Downloads/almeida,%20jung%20e%20silva%202021.pdf> Acesso em: 05/05/2022.

BORDALO, Alípio Augusto. **Estudo transversal e/ou longitudinal**. Revista Paraense de Medicina. Associação Brasileira de Editores Científicos – ABEC. Vol.20(4) outubro-dezembro FSCMP, 2006. Disponível em: <https://web.archive.org/web/20190712084128id_/http://scielo.iec.gov.br:80/pdf/rpm/v20n4/v20n4a01.pdf> Acesso em: 10/05/2022.

BORGES, Vera Aline. et. al. **A TRANSIÇÃO PARA AS AULAS PRESENCIAIS**. 7º Encontro das Licenciaturas – Educação em Foco. Instituto Federal do Sul de Minas Gerais (IFSMG). Minas Gerais, 2022. Disponível em: <<https://educacaoemfoco.ifsuldeminas.edu.br/index.php/anais/article/view/302/219>> Acesso em: 04/01/2023.

FARIAS, L. A. B. G.; COLARES, M. P.; BARRETO, F. K. A.; CAVALCANTI, L. P. G. **O papel da atenção primária no combate ao Covid-19: impacto na saúde pública e perspectivas futuras**. Rev. Bras. Med. Fam. Comunidade, v. 15, n. 42, 2020. Disponível em: <https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/2455>. Acesso em: 30/04/2022.

FERNADES, Werona de Oliveira barbosa, et. al. **EDUCAÇÃO NA PANDEMIA: MEDIDAS TOMADAS NO ESTADO DA PARAÍBA.** Revista Augustus; V.29, n. 56.P.108-120. Rio de Janeiro, 2022. Disponível em:<<https://revistas.unisuum.edu.br/index.php/revistaagustus/article/view/835/536>> Acesso em: 25/04/2022.

GATTI, Bernardete A. **Possível reconfiguração dos modelos educacionais pós-pandemia.** ESTUDOS AVANÇADOS. p.34, 2020. Disponível em:<<file:///C:/Users/Bruna/Downloads/gati%202020.pdf>> Acesso em: 30/04/2022.

Gil, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4º ed. Atlas. São Paulo,2002.

LUNARDI, Giovana Reis. **Anáfora encapsuladora em reportagens jornalísticas: consequências da pandemia no cenário de volta às aulas presenciais.** Muiraquitã: **Revista de Letras e Humanidades.** Jan-Jun,v. 10, nº 1. Santa Catarina, 2022.

MENEZES, Suzy Kamylla de Oliveira e FRANCISCO, Deise Juliano. **Educação em tempos de pandemia: aspectos afetivos e sociais no processo de ensino e aprendizagem.** Revista Brasileira de Informática na Educação – RBIE. v. 28.Alagoas, 2020. Disponível em: <<http://ojs.sector3.com.br/index.php/rbie/article/view/v28p985/6749>> Acesso em: 02/01/2023.

PEREIRA, Ariane de Medeiros. **OS PERCALÇOS DA VOLTA ÀS AULASPRESENCIAIS: protocolos técnicos e cuidados emocionais.** REVISTA GALO, Ano 1, Nº, jul./dez. Parnamirim, 2020. Disponível em:<<https://revistagalo.com.br/edi%C3%A7%C3%B5es/edi%C3%A7%C3%A3o-002/28-os-percal%C3%A7os-da-volta-%C3%A0s-aulas-presenciais/galo-ed2-341-352.pdf>> Acesso em: 03/01/2023.

QUEIROZ, Michele Gomes de. et. al. **Educação e Pandemia: impactos na aprendizagem de alunos em alfabetização.** Ensino em Perspectivas. v. 2, n. 4, p.1 - 9. Ceará, 2021. Disponível em: <<file:///C:/Users/Bruna/Downloads/queiroz,%20sousa%20e%20paula%202021.pdf>> Acesso em: 03/05/2022.

Ramos, Thays Rayana De Almeida. **Síndrome Do Esgotamentopsicológico Em Acadêmicos De Letras Da Universidade FederalDe Mato Grosso Do Campus Universitário Do Araguaia: Breves Reflexões Sobre Essa Síndrome No Período De Pandemia Da Covid-19.** Universidade Federal De Mato Grosso (Ufmt). Campus Universitário Do Araguaia. Instituto De Ciências Humanas E Sociais Curso De Letras. Barra Do Garças, 2022. Disponível em: https://bdm.ufmt.br/bitstream/1/2534/1/Thays_Rayana_de_Almeida_Ramos._TC.pdf> Acesso em: 03/01/2023.

SANTOS, Rosane Barreto Ramos dos e QUEIROZ, Paulo Pires de. **A EDUCAÇÃO NO CENÁRIO PANDÊMICO: O QUE DIZEM OS PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA SOBRE O RETORNO ÀS AULAS PRESENCIAIS.** Intellèctus. n.2,2021.

SARAIVA, Karla. et. al. **A educação em tempos de COVID-19: ensino remoto e exaustão docente.** Práxis Educativa.v. 15, p. 1-24. Ponta Grossa, 2020. Disponível em: <<https://lume.ufrgs.br/handle/10183/218250>> Acesso em: 30/04/2022.

SILVA, Dirceu da. et. al. **PESQUISA QUANTITATIVA: ELEMENTOS, PARADIGMAS E DEFINIÇÕES.** Revista de gestão e Secretariado - GeSeC. v. 5, n.1, p 01-18, jan./abr. São Paulo, 2014. Disponível em: < https://www.revistagesec.org.br/secretariado/article/view/297/pdf_36> Acesso em: 04/01/2023.

SILVA, Duarte Taís e LEAL, Edvalda Araújo. **Tempos de Pandemia: uma análise do estresse, bem-estar e características de pós-graduandos em Ciências Contábeis.** 21º USP International Conference in Accounting. São Paulo, 2021.

SILVA, Isabel Ribeiro ; SILVA, Andressa Melina Becker. **O impacto da pandemia COVID-19 na Educação Física escolar: uma revisão integrativa da literatura.** *Revista Pensar a Prática.* v.25, 2022.

SILVA, Pedro Henrique dos Santos. et. al. **Educação remota na continuidade da formação médica em tempos de pandemia: viabilidade e percepções.** REVISTABRASILEIRA DE EDUCAÇÃO MÉDICA (RBEM). Associação Brasileira de Educação Médica (abem). 2021. Disponível em:<<file:///C:/Users/Bruna/Downloads/silva%20et%20al%202021.pdf>> Acesso em 03/05/2022.

SOARES, Ludmila Louslene. **COVID-19: REFLEXÕES SOBRE O RETORNO PRESENCIAL NA EDUCAÇÃO INFANTIL E ANOS INICIAIS.** Revista Acadêmica Educação e Cultura em Debate. V 7, N. 1, jan-dez. 2021. Disponível em:<<file:///C:/Users/Bruna/Downloads/SOARES%202021.pdf>> Acesso em: 10/05/2022.

SUNDE, Rosário Martinho. **Impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos estudantes universitários.** PSI UNISC. Rio Grande do Sul, 2021. Disponível em: <<file:///C:/Users/Bruna/Downloads/16348-Texto%20do%20Artigo-72327-1-10-20210731.pdf>> Acesso em: 25/04/2022.

VIANNA, Miguel Faro; ALMEIDA, Pedro Lopes de; SANTOS, Rita C. **Adaptação portuguesa da versão reduzida do Perfil de Estados de Humor: POMS.** Análise Psicológica, v. 19, n.01, p.77-92, 2001.

ZANIN, Carolina Figueiredo. et. al. **REAÇÕES EMOCIONAIS DE UNIVERSITÁRIOS DE MARINGÁ FRENTE AO RETORNO ÀS AULAS PRESENCIAIS NO CONTEXTO DE PANDEMIA.** XII ENCONTRO INTERNACIONAL DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA DA UNICESUMAR – EPCC. 2021. Disponível em:<<file:///C:/Users/Bruna/Downloads/zanin%20,%20silva%20e%20silva%202021.pdf>> Acesso em: 10/05/2022.

ZANGIROLAMI-RAIMUNDO, Juliana. et. al. **Tópicos de metodologia de pesquisa: Estudos de corte transversal.** Journal of Human Growth and Development.28(3):356-360. São Paulo, 2018. Disponível em:<<file:///C:/Users/Bruna/Downloads/152198-Texto%20do%20artigo-323795-2-10-20181212.pdf>> Acesso em:02/03/2023