

PERCEPÇÕES DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS SOBRE SUA QUALIDADE DE VIDA NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19

Undergraduate students' perceptions about their quality of life in COVID-19 pandemics

Thiago Trévia Menezes Queiroz

Faculdade Luciano Feijão - FLF

thiagotrevia@hotmail.com

José Umbelino Gonçalves Neto

Faculdade Luciano Feijão - FLF

umbelino.goncalvesneto@gmail.com

Alexsandra Maria Sousa Silva

Faculdade Luciano Feijão - FLF

alexsandramss88@gmail.com

Resumo: O presente trabalho teve como objetivo analisar os distintos fatores que impactam a qualidade de vida do estudante universitário de psicologia, através da verificação da percepção individual do aluno em relação à sua qualidade de vida, considerando que o estudo ocorreu durante o período pandêmico. Para tal foi usada uma metodologia qualitativa, onde os participantes foram submetidos a um questionário e a um processo de entrevista, com perguntas criadas a partir de uma adaptação qualitativa, dos domínios elencados pela escala de qualidade de vida WHOQOLBREF. Os dados foram analisados usando a técnica de análise temática dialógica, onde a qualidade de vida e os domínios (físico, psicológico, social e ambiental), serviram de tema e subtemas. Foi constatado, principalmente, que os participantes são impactados na qualidade de vida, no que diz respeito a qualidade de sono; a presença e interação social com religiosos no âmbito universitário; a relação com os professores e a sua própria relação com os estudos. Conclui-se então que a qualidade de vida é um assunto multifacetado, que afeta cada pessoa de forma distinta, a depender do contexto socioemocional e histórico cultural de cada pessoa.

Palavras-chave: Qualidade de vida; Estudantes universitários; Ensino superior.

Abstract: This study aimed to analyze the different factors that impact the quality of life of psychology undergraduate students through the verification of the individual student's perception in relation to their quality of life, considering that the study took place during the pandemic period. For this purpose, a qualitative methodology was used, where participants were submitted to a questionnaire and an interview process, with questions based on a qualitative adaptation of the domains listed by the WHOQOLBREF quality of life scale. Data were formed using a dialogical thematic analysis technique, where quality of life and domains (physical, psychological, social and environmental) served as the theme and sub-themes. It was found, mainly, that the participants are impacted on their quality of life with regard to the quality of sleep; the presence and social interaction with religious in the university environment; the relationship with teachers and their own relationship with studies. Quality of life is a multifaceted issue, which affects each person differently, dependent on each person's socio-emotional and cultural historical context

Keywords: Quality of life; Undergraduate students; Higher education.

INTRODUÇÃO

O ambiente universitário pode ser um reprodutor de fatores que favorecem ou comprometem a qualidade de vida. Tendo a qualidade de vida, associada à vida universitária, principalmente focada no curso de Psicologia, podemos citar alguns exemplos de estudos que nos últimos anos têm contribuído para essa temática específica. Silva e Heleno (2012), que pesquisaram a qualidade de vida e bem estar subjetivo do estudante universitário por meio de questionários e entrevistas. Os autores apontam que apesar de os alunos se sentirem confortáveis em relação aos aspectos socioemocionais, eles apresentavam uma insatisfação sobre suas horas de sono e tempo de lazer, que para a qualidade de vida são aspectos extremamente importantes. Porém quando se trata de bem estar subjetivos, segundo Silva e Heleno (2012), os resultados aparecem um pouco discrepantes, pois além de enfatizar a importância da atividade física para o bem estar, ele destaca algo emergente no estudo, como um fator negativo ao bem estar subjetivo, contradizendo o que os resultados sobre a qualidade de vida apontaram.

Melo et al. (2015) abordam a correlação entre espiritualidade e qualidade de vida dentro do âmbito universitário, apontando a carência de estudos científicos envolvendo a espiritualidade. A espiritualidade é extremamente importante para o modo de vida de um indivíduo, e mesmo a questão espiritual não correlacionada a alguma religião pode exercer sua influência sobre a forma como o indivíduo dá sentido às suas vivências. Oliveira et al. (2014) constataram a diferença de dinâmica do ensino médio para o superior e observaram críticas dos alunos para com a conduta dos professores no meio profissional. Constataram também a importância de uma relação de respeito e amizade entre professores e alunos para a aprendizagem no nível superior. Santos et al. (2014), que estudou a qualidade alimentar dos estudantes universitários, constatou que frequentemente os alunos consumiam refeições com grande quantidade de sódio e alunos com queixas de problemas de saúde.

Podemos associar vários aspectos relacionados à organização da universidade com a vida do estudante, os problemas e desmotivações. Sobre isso Castro e Teixeira (2013) investigaram a evasão em um curso de Psicologia de uma universidade do sul do Brasil. Esses autores destacam como fatores que incentivam a evasão, a falta de pluralidade ofertada pelo curso de Psicologia no que diz respeito às áreas de atuação profissional; porém outra coisa que é pontuada é o impacto da mudança nas práticas de ensino e cultura escolar do Ensino Médio para o Ensino Superior e o conflito entre expectativa e realidade resultante dessa mudança.

Considerando o cenário atual sobre a vida universitária e as circunstâncias que podem impactar sobre a saúde dos estudantes, o objetivo deste estudo é analisar os distintos fatores que impactam a qualidade de vida do estudante universitário de Psicologia, no interior do Ceará.

MÉTODO

Foi feita uma pesquisa empírica com aplicação de questionário e entrevista com metodologia de análise qualitativa, que interpreta os aspectos mais variados e subjetivos dos participantes das pesquisas e dos fenômenos em si. A presente pesquisa teve caráter exploratório, buscando informações básicas sobre a problemática em questão, criando base para pesquisas mais aprofundadas posteriores.

Foi feita uma entrevista semiestruturada, cujas perguntas foram alteradas dependendo do período estudantil do entrevistado, porém o sentido de cada uma não se alterou. Tal entrevista partiu de 18 perguntas, sendo tais perguntas elaboradas de uma adaptação própria das temáticas abordadas em cada domínio da escala WHOQOL-BREF.

A escala WHOQOL-BREF foi desenvolvida pelo Grupo de Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde como uma forma de mensurar a qualidade de vida de populações de diversos países e culturas (SAXENA; CARLSON; BILLINGTON; ORLEY, 2001). É composta por 26 questões, das quais a primeira refere-se à qualidade de vida de modo geral e a segunda questiona sobre a satisfação com a própria saúde. As outras 24 questões são divididas em quatro domínios da Qualidade de Vida: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. Assim, tal escala é útil para avaliar a percepção da pessoa sobre os diferentes contextos em que vive e avalia-los em relação à sua satisfação pessoal e saúde (SAXENA et al., 2001).

As perguntas da entrevista também foram colocadas em uma estrutura de perguntas essenciais e perguntas opcionais, sendo as opcionais referentes a perguntas de aprofundamento das temáticas abordadas na entrevista.

Foi feita uma análise temática dialógica, que se configura como: “um método de análise qualitativa de dados para identificar, analisar, interpretar e relatar padrões (temas) a partir de dados qualitativos.” (SOUZA, 2019, p. 52). Como o presente trabalho foi feito de uma adaptação qualitativa dos domínios da escala de qualidade de vida do WHOQOLBREF, para este estudo a qualidade de vida foi posta como tema principal e os domínios como subtema, de modo que a categorização das falas dos participantes se deu em relação à temática principal e

os domínios (Físico, Psicológico, Social e Ambiental) que compõem o construto Qualidade de Vida.

Considerando as resoluções CNS 466/12 e CNS 510/16 do Conselho Nacional de Saúde, os procedimentos desta pesquisa foram iniciados somente após a aprovação final do Sistema CEP/Conep. Foi solicitada a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) a todos os participantes da pesquisa, sendo nesse processo, esclarecido o objetivo da pesquisa, os riscos e benefícios, e os procedimentos. O projeto foi aprovado com o CAEE: 42802720.1.0000.5053.

Os participantes foram contatados remotamente através de uma publicação que os convidava a participar da pesquisa, que foi divulgada nas redes sociais do pesquisador e das Instituições de Ensino Superior às quais os participantes estavam vinculados. O convite os chamava a participarem da pesquisa por meio do aceite ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e resposta a um questionário sociodemográfico apresentado por meio de formulário online.

Durante o mês de abril de 2021, foram convidados para participar da pesquisa os estudantes de Psicologia das Instituições de Ensino Superior (IES) no município de Sobral-CE, uma cidade localizada na região norte do Ceará há 250km da capital Fortaleza. Os participantes selecionados haviam de ser maiores de 18 anos e matriculados em suas respectivas faculdades. Responderam positivamente ao TCLE e preencheram o questionário sociodemográfico 13 participantes, provenientes de três diferentes IES da região, sendo uma IES pública e as outras duas privadas.

Para análise do presente estudo, foram selecionados três participantes, entrevistados no mês de maio de 2021. Participante 1: um jovem de 19 anos de idade, sexo masculino, do 2º ano de graduação em Psicologia, de uma IES particular. Participante 2: uma jovem de 20 anos de idade, sexo feminino, do 1º ano de graduação de uma outra IES particular da região. Participante 3: uma jovem de 30 anos de idade, sexo feminino, do 5º ano de uma IES pública. O critério aqui utilizado foi analisar a experiência dos estudantes das diferentes IES da região, possibilitando assim uma possível comparação das semelhanças e diferenças entre o que poderia estar sendo vivenciado pelos estudantes inseridos nas diversas culturas organizacionais de suas respectivas faculdades. Os outros participantes foram selecionados para outros estudos qualitativos conduzidos pelo segundo autor deste artigo.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A análise foi dividida de acordo com os quatro domínios do próprio WHOQOL-bref: Físico, Psicológico, Social e Ambiental. Portanto, iremos apresentar uma síntese do que cada participante respondeu sobre cada um dos referidos domínios da qualidade de vida. É importante destacar que os participantes pontuaram alguns aspectos referentes a um domínio, podem vir a se repetir em outros, em decorrência da amplitude do tema.

Domínio Físico (Qualidade de sono; Ansiedade)

O domínio físico, primeiro domínio do WHOQOL-bref, busca analisar os aspectos físicos do indivíduo, como sono, atividade física, alimentação, tempo de lazer, dentre outros. Para adaptar esse domínio foram usadas perguntas que remetessem à rotina da pessoa, coisas que poderiam ser agravantes para o cumprimento dessa rotina, assim como perguntas mais específicas a respeito da qualidade do sono.

O participante 1 relatou que no período antes da pandemia, e antes mesmo de ingressar na faculdade, costumava ter uma rotina corrida, tendo de acordar cedo para sair da sua cidade para estagiar em outra, e após isso voltar no final da tarde. Com a chegada da Faculdade em sua rotina, ele relata que teve que ir dormir bem mais cedo que o habitual, para consequentemente, acordar mais cedo também, para ir estudar de forma presencial. Com a chegada da pandemia, os seus horários não mudaram, porém ele não tem mais que acordar tão cedo. Ele também relata que consegue dividir bem o seu tempo de descanso, lazer e estudo, porém não necessariamente essa divisão ocorre de forma saudável, haja vista uma fala em particular dita por ele, ao ser questionado sobre sua qualidade de sono:

[Pesquisador]: Gostaria de saber, como é a sua qualidade de sono?

[Participante 1]: Cara, pouco tempo, dias na verdade. Tem semanas que eu durmo...sei lá. Uma semana no caso, digamos que uma semana são cinco dias certo? Tirando os finais de semana. Digamos que durante dois desses dias eu durma 23h ou 00h, e em outros dois dias eu durma às 3 da manhã, e no outro eu durma 1h da manhã ou 2h, independente da hora que eu durma, eu sempre acordo às 7h [...]. Na verdade, eu acordo às 5h da manhã todo santo dia, com o começo da faculdade eu estava pegando o hábito de acordar às 4h.

A participante 2, diferente do participante 1, não chegou a ter aulas presenciais por ter iniciado a graduação já durante o período de distanciamento social da pandemia de COVID-19, o qual se iniciou no Brasil em março de 2020 (SILVA et al., 2020). A participante não chegou a falar com detalhes a sua rotina, ela comenta que acorda um pouco tarde, e que após almoçar,

estuda boa parte do dia até o horário de sua aula a noite. Após a aula ela tenta ter um momento de lazer, que nem sempre é algo que consegue ter graças a uma alta demanda de tarefas da faculdade. Ela comenta que enxerga sua rotina como “bagunçada” e destaca que também tem uma rotina de sono inconstante, porém com bastante horas de sono. Porém algo que chama a atenção na fala dessa participante é que ela pontua:

[Participante 2]: Eu sinto muito ansiedade, porque às vezes o professor demora para enviar o link da aula, ou às vezes demora pra entrar na aula, isso sempre me dá muita ansiedade.

[Pesquisador]: A ansiedade é algo frequente na sua vida?

[Participante 2]: Sim, principalmente no que diz respeito às aulas. [...] Uma vez o professor me perguntou quanto era 3x5 e eu não soube responder [...] Essas surpresas me causam muita ansiedade.

A participante 3, que ao contrário dos outros participantes, já está próxima do fim do curso, deu um relato extenso de como era a sua rotina antes e depois da pandemia. Ela fala que costumava passar o dia e a tarde inteira tendo aulas, e a noite costumava fazer alguma atividade extracurricular, tendo entre essas atividades algumas poucas horas para comer e descansar. Ela relata também que até o final do sexto semestre a carga de estudo é muito pesada, ela fala que os professores até ajudam, porém nem sempre dá certo. Ela também comenta que a rotina remota é bem complexa, a descrevendo como uma rotina maleável e incerta, podendo ter aulas em alguns dias, e em outros não. Ela não sente que divide bem seu tempo.

[Participante 3]: A gente ia para as aulas, e eram muitas aulas, e aí quando a gente tinha horário para descanso a gente usava para estudar, então assim, sábado, domingos, feriados a gente estava estudando. Eu já abdiquei de muitas horas de sono, chegou ao ponto de uma vez eu ter sete trabalhos para entregar na semana e eu não sei como eu consegui fazer isso, eu fiquei três dias sem dormir [...] Aí quando foi no final dessa semana, de sábado para domingo, eu adoeci pesado, pesado mesmo.

Algo que podemos destacar como elementos em comum entre os relatos dos três participantes, é a problemática do sono, que apesar de se mostrar distinta para cada um, todos apresentam ter dificuldades sobre o tempo e a qualidade do sono, assim como a falta de tempo para um momento de lazer.

Como especificações próprias de cada um podemos pontuar, no participante 1, a questão do transporte, que apesar de ele dizer que adquiriu um costume de acordar cedo independente de ter ou não aula, ainda o influenciava a acordar ainda mais cedo, coisa que com o advento do modelo online parou. Em contrapartida, para a participante 2, alguns aspectos do modelo online se provaram serem geradores de ansiedade. Já a participante 3, relatou uma

vivência de uma grande carga horária, que afeta de forma drástica o seu sono, assim como relata ter algumas complicações com o atual modelo online.

De acordo com Palhares (2012), o sono é uma necessidade fisiológica que possibilita a restauração física do organismo, sendo uma má qualidade de sono influenciada tanto por fatores pessoais como ambientais.

Apesar das horas não serem o único fator para justificar uma má qualidade de sono, não podemos negar a sua influência como um fator. De acordo com Hirshkowitz et al. (2015), o ideal para um ser humano é dormir cerca de 8 horas por dia, número que pode diminuir com o envelhecimento da pessoa. Silva e Heleno (2012) relatam em seu estudo sobre qualidade de vida e bem estar subjetivo, que há uma frequente queixa dos alunos pesquisados, sobre o tempo de lazer e sono; assim como na pesquisa de Coelho (2018), onde investiga a qualidade do sono de universitários do curso de psicologia em uma faculdade do Recife, que seus estudantes dormem cerca de pouco mais de 6 horas; logo podemos fazer uma clara associação com o participante 1, e com o relato da participante 3, principalmente porque Coelho (2018) destaca como agravantes da falta de qualidade de sono, fundamentados em seus estudos, a matutividade do curso de Psicologia.

Algo a se destacar também é a ansiedade apresentada pela participante 2, e a complexidade e inconstância apresentada pela participante 3, ao fazerem referência ao estudo à distância característico da situação pandêmica mundial de 2020 e que se estendeu até 2021. De acordo com os estudos sobre ansiedade, estresse e depressão em universitários durante o período da pandemia de COVID-19, Maia e Dias (2020) destacaram um agravamento significativo de sintomas de ansiedade e depressão decorrente das notícias e medidas adotadas pelos governos durante a pandemia, e destacam que mesmo não se enquadrando em uma situação de risco letal, a situação impactou muito os jovens; o mesmo dizem Barros et al. (2020), em que destacam que adultos tiveram mais resultados negativos no que diz respeito a saúde mental durante a pandemia, e que muitos jovens contraíram, ou tiveram um agravamento, em problemas com sono durante o período pandêmico. Galvão et al. (2017) observam uma inter-relação entre a qualidade de sono e o estresse e ansiedade.

Domínio psicológico (Espiritualidade, imagem corporal, alimentação)

O segundo domínio do WHOQOL-bref é o domínio psicológico, que visa identificar fatores como a forma como o participante se vê e sente como pessoa, assim como coisas que

podem influenciar tais aspectos, como como ele vê o seu corpo e a sua relação com práticas religiosas. Para tal foram feitas perguntas, na entrevista, sobre como a pessoa se vê, e como ela sente que é vista, assim como perguntas sobre como está a sua saúde no último ano, sendo essa pergunta incentivada pelo período pandêmico ao qual nos encontramos. Algumas perguntas específicas sobre aspectos corporais e de alimentação, assim como perguntas sobre a sua espiritualidade também foram feitas.

O participante 1 comenta que os questionamentos sobre como ele se sente em relação a si mesmo advém desde o final do seu ensino médio. Ele diz que a faculdade, mais necessariamente o curso de psicologia, não era a sua primeira opção, mas apesar disso ele se sente realizado até o momento, e sente que deveria estar onde está, onde ele sente que estará mais inserido. Ele se vê como uma pessoa falha e complicada de lidar, em contrapartida ao que ele percebe que os outros pensam dele, que é alguém focado e que está onde deveria estar, que ele vai ser um ótimo profissional e pessoa. Ele considera que esse processo de negação de si mesmo é algo comum às pessoas e que é algo que muda constantemente, principalmente através das conquistas pessoais. Ele comenta que tem uma relação forte com o espiritual. Diz que não tem nenhum problema no que condiz a alimentação ou ao corpo, e que os horários da faculdade até contribuem para ele ter uma rotina alimentar mais frequente. Participante 1: “Eu sou crismado, e catequizado na igreja católica, frequentei durante muito tempo o espiritismo [...] e fui adepto da umbanda por um tempo. Estou afastado desse meio, mas continuo com Axé e com a minha fé de casa”.

A participante 2 fala que a faculdade foi um ótimo acréscimo ao seu estado mental. Ela comenta que passou por um período, não diagnosticado, de depressão, e que a faculdade a ajudou no sentido de dar a ela algo para focar. Na pandemia, ela diz que apesar da faculdade lhe dar algo no que focar, mesmo assim ela sente estar estressada devido à grande carga de afazeres que ela lhe proporciona. Ela se enxerga como uma pessoa solitária e tem dificuldade de interagir com as pessoas, pessoas essas que ela fala que devem vê-la como uma pessoa raivosa ou fria. Ela diz que essa questão com as pessoas é algo que está mudando, que ela está conseguindo se abrir mais com as pessoas, sendo influenciada pelas aulas da faculdade. Ela comenta que sua família é católica, mas ela não pratica ou segue uma religião específica, ela segue mais uma filosofia própria. Quanto ao seu corpo, ela comenta:

[Participante2]:Eu tento ignorar que eu detesto ele [o próprio corpo], no momento atual.

[Pesquisador]: Por que você tenta ignorar?

[Participante 2]: Por que se eu...eu não estou num momento muito bom, se eu não ignorar, ou tentar fingir que ele não está me incomodando, eu vou entrar num buraco que eu não vou conseguir sair.

A participante 3 comenta que o curso de Psicologia é a sua segunda graduação, e algumas coisas, em comparação aos seus colegas, ela é mais tranquila, como o ato de comparar notas e trabalhos. Ela então se apegou a cumprir rigorosamente sua rotina, para não perder o ritmo de estudos. Ela se vê como alguém esforçada, e sente que os outros a veem como alguém entendida de vários assuntos. Ela diz que foi criada na religião católica, reza em seu particular, mas sente que não a segue. Em relação ao próprio corpo, a participante 3 diz que se sente bem, porém considera que grande parte de se sentir bem é por saber que possui um corpo adequado ao padrão de beleza. De acordo com ela, sua relação com seu corpo girava mais em torno do cansaço, onde ela comenta que exigia dele mais do que ele aguentava. Ela comenta que no começo do curso, sua alimentação não era muito boa.

Sobre si mesma e o período pandêmico, ela comenta:

[Participante 3]: No começo, eu fiquei um pouco insegura, eu fiquei com muito medo de não conseguir dar conta, mas eu me disciplinei bastante, bastante, de um modo em que eu não acordava um minuto mais tarde em nenhum dia. Eu acordava sempre no mesmo horário, e fazia sempre as mesmas coisas, para não perder o hábito, para estar estudando e estar lendo, e aí eu consegui acompanhar e acho que isso foi muito bom pra mim.

Algo que podemos enxergar como comum entre os participantes é a sua relação com o curso de Psicologia. Apesar de terem suas críticas, o participante 1 destaca o curso como sendo o seu lugar; a participante 2 relata que o curso está sendo um foco, um motivador importante no seu dia a dia e que a está ajudando em sua saúde mental, contribuindo para as suas relações sociais; e a participante 3 relata que está passando por sua segunda graduação, onde o curso de Psicologia parece destacar uma mudança e amadurecimento pessoal.

Algumas distinções e particularidades também são observadas, como por exemplo, no participante 1, onde foi observada uma importância e uma relação e prática com a espiritualidade mais significativa do que nas outras participantes, apesar de a participante 2 relatar seguir filosofias próprias.

De mesmo modo, o assunto do corpo, que para o participante 2 e 3 não se configura como algo de muito impacto, na participante 2 o assunto é tratado com repúdio. E por fim, temos questões de alimentação, onde a Participante 3 relata que no começo da faculdade, devido a sua rotina, comia de forma desregulada, comendo comidas de rua como salgados; Em contrapartida, a rotina da faculdade, de acordo com o participante 1, o ajudou a regular sua alimentação.

A faculdade, de acordo com o que vimos até o momento, pode ser detentora de impactos negativos para a qualidade de vida, e que o estresse e a ansiedade é algo presente na vida dos estudantes e dos participantes dessa pesquisa, principalmente durante o período de COVID-19. Porém, apesar de ainda ter algumas falas a respeito da faculdade em tom negativo, nesse domínio ela é descrita como um espaço positivo. Porém, na verdade, a faculdade de psicologia também se apresenta, no caso da participante 2, como uma dualidade, onde ao mesmo tempo que ocupa sua cabeça, sua cobrança junto do período pandêmico, a coloca como adoecedoras. Dito isso cabe a indagação, de que graças a ansiedade ampliada pelo período pandêmico ao qual nos encontramos, pode causar uma dualidade em elementos positivos, ao ponto de repercutirem tanto coisas boas, como negativas.

No que diz respeito à espiritualidade, podemos verificar que mesmo não praticando assiduamente, o participante 1 é o que mais parece ter uma relação próxima com a espiritualidade. A questão da espiritualidade tem sua importância, porque além dela ser referenciada nas perguntas do próprio WHOQOL-bref, de acordo com Melo et al. (2015), esse é um assunto menosprezado no meio acadêmico e científico, principalmente por conta da falta de material empírico.

Melo et al. (2015) afirmam que a espiritualidade também afeta até aqueles que não praticam nenhuma religião, como podemos ver na participante 2. Uma questão na fala da participante 2 foi a sua relação com seu corpo. De acordo com ela, seu corpo a insatisfaz, mas ela tenta ignorar essa insatisfação, pois sente que ficaria muito frustrada se não o fizesse. Deixando de lado a negação como uma forma problemática de mediação de problemas, podemos nos focar no fenômeno de aversão ao corpo, e os fatores motivacionais para isso.

Segundo Souza e Alvarenga (2015), há em muitos países uma insatisfação de universitários para com seu próprio corpo. Um dos motivos que poderia explicar essa insatisfação, seria como dito na definição de imagem corporal, as imagens e representações presentes no contexto das pessoas sobre o corpo. As mídias costumam idealizar um tipo específico de corpo, que a participante 3 inclusive descreveu como padrão.

Essa questão fica ainda mais clara, de acordo com os resultados do estudo de Martins et al. (2012) sobre a insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários, onde foi constatada uma elevação na insatisfação com a imagem corporal dos universitários, influenciada por fatores sexuais e nutricionais. Nesse estudo também foi constatado que homens estão mais adeptos a ganhar mais corpo, e mulheres estão querendo emagrecer mais, e tais desejos são associados a um modelo de corpo já estruturado no nosso modelo sociocultural.

Por fim, vale destacar o relato da participante 3 sobre não conseguir comer adequadamente no começo da faculdade, em contrapartida ao relato do participante 1, que relata ter melhorado sua frequência alimentar. De acordo com Santos et al. (2014), sobre hábitos alimentares dos universitários, os pesquisadores notaram que muitos deles não ingerem um nível adequado de frutas e verduras, e que apesar de apresentarem bons números em diversos fatores físicos, psicológicos, sociais e ambientais, alguns costumam se queixar de problemas de saúde. Logo no que condiz à qualidade de vida, a alimentação é algo que não podemos deixar de fora, e que pode sim influenciar em questões como a saúde física e mental do indivíduo. E levando em conta as justificativas de disponibilidade, conveniência e praticidade, podemos associar que parte do motivo pelo qual o participante 1 conseguiu regular a sua alimentação, é por sua rotina ter tido o ritmo reduzido mediante ao seu confinamento em casa pela pandemia de COVID-19.

Domínio social (Religião, família, relação professor-aluno)

O domínio social é o penúltimo domínio do WHOQOL-bref, e ele tem por finalidade identificar o impacto das relações sociais na qualidade de vida do indivíduo. Nesse domínio, nos focamos em perguntas sobre a relação do participante com a família, com os amigos e colegas de faculdade, assim como os próprios funcionários e professores da instituição. Também foram feitas perguntas referentes a abertura do espaço da faculdade para o participante ser ele mesmo, em termos de sua personalidade e identidade social. Para além disso foram feitas perguntas específicas a respeito de preconceitos vividos ou presenciados pelo participante.

O participante 1, sobre o domínio social, relatou que mantém uma relação restrita com os professores e colegas, por conta das medidas de distanciamento social na pandemia, porém eles se respeitam. Comenta que tem uma relação bem tranquila com a sua família, principalmente no momento atual. Ele sente que pode ser ele mesmo tanto na faculdade como em qualquer lugar. E sobre a pergunta sobre preconceitos, ele comentou não pensar em nenhum, porém como ele já havia mencionado rapidamente a questão com os professores, fiz uma pergunta mais específica, que resultou num relato sobre o que ele considera ser um desrespeito ao professor:

[Participante 1]: Dentro da minha sala, nós tínhamos um pastor, a primeira vez que eu vi isso (foram duas vezes). Na primeira vez que eu vi isso foi em uma prova, era uma prova aberta, e a professora pedia ao menos um parágrafo de cinco linhas em cada uma dessas questões, e esse pastor fez uma linha

basicamente, em cada questão. E ele exigia que a professora não zerasse a questão dele [...] Não tinha como ela pontuar algo [...] O argumento dele foi que a professora estava prejudicando o aluno propositalmente, de que ela não era qualificada para o caso dela, sendo que ela era uma das professoras mais antigas da faculdade, que ela não estava apta para exercer sua profissão [...] Dada a maneira e a qualificação que essa professora tinha em sala de aula, era uma excelente professora, e essa era a opinião de todos os meus colegas, o que aconteceu foi de uma ignorância e desvalorização tremenda.

[Participante 1]: A segunda vez foi quando estávamos falando do estupro de uma garota de 6 anos, e a professora comentou que a Psicologia não deve tomar partido político[...] Ele foi lá e defendeu o estuprador, disse que o estupro foi realizado por boa causa, e sexualizou uma criança de 6 anos.

A participante 2 relata que tem uma relação boa tanto com seus colegas, quanto com seus professores, e se tiver alguma discussão de acordo com ela é sobre algo do dia a dia acadêmico, como o tamanho dos trabalhos e prazos de entrega. Ela comenta que tem liberdade de ser ela mesma no ambiente da faculdade, sem muitos problemas. E que nunca viu nenhuma discriminação ou se sentiu discriminada no ambiente da faculdade. Quando perguntada sobre a sua relação com a sua família, ela relata:

[Participante2]:Complicada, a palavra é justamente essa: complicada. Eu ainda vivo com eles, mas emocionalmente é complicada. [...] Nós somos quatro, nenhum de nós sabe se comunicar direito, é tudo um caos emocional.

[Pesquisador]: E como você se sente em relação a isso?

[Participante 2]: Péssima.

A participante 3 comenta que tem uma boa relação com os funcionários e que está com saudades daqueles que no momento pandêmico não está podendo ver. Ela diz que não tem uma relação boa com todos, mas que não desgosta de ninguém, só não se aproxima de quem tem ideias e opiniões muito diferentes dela. Comenta que só houveram conflitos no começo da pandemia, quando em sua instituição estava sendo discutida uma greve, que ela não concordava por prejudicar, por exemplo, alunos bolsistas. Ela diz que mantém uma relação boa com a sua família. E quanto a se sentir ela mesma no ambiente universitário e sobre discriminação ela fala sobre um autoritarismo religioso, e diz o seguinte:

[Participante 3]: Sinto que posso ser eu mesma, [...] Mas seria bom que a gente modere a forma de falar [...] Eu vejo que na minha turma existem pessoas que quando vão dar a sua opinião, dão de forma agressiva.

[Participante 3]: Eu consigo me expressar livremente com as questões que aparecem na minha turma, mas assim, vou fazer uma ressalva, é porque eu não tenho...eu não costumo entrar em debates com relação a religião. Se eu entrasse com debates religiosos na minha turma, ou eu seguiria a opinião da maioria, ou teria a minha opinião totalmente rechaçada pelas pessoas.

[Pesquisador]: Você vê que tem preconceito religioso? Você conseguiria me dar um exemplo?

[Participante 3]: Sim. Quando uma pessoa está com algum símbolo, como um crucifixo, tem sempre alguém pra comentar, de uma forma irônica [...] Uma pessoa evangélica, e faz algum comentário sobre aquele resgate histórico que envolve religião, e a gente já percebe o pessoal da turma cochichando entre si.

[Pesquisador]: Então é um preconceito mais de pessoas com religiosos, do que de religiosos com as pessoas.

[Participante 3]: Sim, é muito diferente né? Porque em outros ambientes a situação é ao contrário.

Como algo em comum entre os participantes nesse domínio, podemos pontuar que todos os participantes, mesmo a participante 3 que fomentou uma crítica a esse respeito, tem em seus contextos pessoais a liberdade para serem eles mesmos, e expressar suas ideias em meio ao ambiente da faculdade, além disso todos parecem ter uma relação amigável, se não de respeito, com os seus professores.

Podemos apontar também, semelhanças e disparidades em contextos mais específicos, como por exemplo, mesmo a participante 2 não falando nada sobre isso, os participantes 1 e 3 trouxeram a questão da religiosidade em cenários em que ou os crédulos dessa religião são atores de preconceitos, ou são eles mesmo vítimas de um preconceito, também abrindo a discussão para os preconceitos com os professores. Mais especificamente para a participante 2, algo que pudemos notar foi a sua relação com a família, que ela descreve como “um caos”. E em relação a participante 3, que comenta uma falta de empatia dos seus colegas, para aqueles que, por exemplo, têm bolsas de estudos.

De acordo com Castro e Teixeira (2013), em seus estudos sobre a evasão universitária no curso de Psicologia, um dos principais fatores para a evasão universitária seria o envolvimento social. De acordo com o estudo, as principais reclamações a respeito disso foram de divergência de valores e sensação de não pertencimento. Além de podermos fazer uma associação do que foi dito nesse estudo sobre como a qualidade de vida é afetada pelas relações sociais, podemos também fazer uma associação com o relato da participante 3, sobre o preconceito velado na universidade para com os religiosos, e o quanto isso tende a afetar não só a sua liberdade de expressão, como a sua sensação de pertencimento ao ponto de eles, de acordo com Castro e Teixeira (2013), sentirem na evasão universitária uma saída. É importante pararmos para pensar que tal conflito pode se dar não só por preconceito religioso em si, mas também por uma disparidade entre o caráter científico do curso de Psicologia e dos dogmas e ensinamentos religiosos. De acordo com Sepulveda e El-Hani (2016), há um antigo conflito

epistemológico entre essas duas vertentes, que pode vir a afetar mutuamente tantos os alunos religiosos como os não religiosos.

Quanto à fala do participante 1, sobre a postura de um pastor para com os ensinamentos da professora, podemos apontar mais uma vez o estudo de Melo et al. (2015) sobre espiritualidade no âmbito universitário, onde nesse estudo ele destaca que a espiritualidade pode vir a ser nociva à qualidade de vida, na medida em que pode estruturar dogmas a ponto de fomentar preconceitos. No caso de Melo et al. (2015), o preconceito que ele destaca é mais da pessoa com ela mesma, porém no estudo de Sepulveda e El-Hani (2016) sobre religião e ciência na trajetória de formação dos alunos, podemos destacar que alguns estudantes têm dificuldade de aceitar ou trabalhar com o científico, na medida em que estão estruturados nos dogmas religiosos. Para Sepulveda e El-Hani (2016), fatores como a liberalidade do aluno para com o que é lhe apresentado de científico, e o quanto de tempo que ele foi exposto aos ensinamentos religiosos, interferem na forma como ele se relaciona com o discurso científico, estabelecendo seus limites próprios. Isso obviamente não justifica nenhum ato de preconceito, mas chega a explicá-los de modo básico.

Algo que podemos tirar da fala do participante 1, mas também da fala de todos os outros participantes é a relação com o professor. De acordo com Castro e Teixeira (2013), em contexto universitário, a relação entre alunos e professor se estende bem mais do que o âmbito formal da universidade, de fato eles se tornam um aspecto motivador e criam de certa forma uma rede de apoio que vai influenciar a forma como o indivíduo se sente acolhido pela faculdade. A relação de respeito e amizade que os participantes dizem ter com seus professores é importante, principalmente quando estudos sobre a percepção de estudantes universitários da relação professor-aluno, de Oliveira et al. (2014), relatam reclamações e desmotivações acerca do fazer dos professores na universidade, destacando problemas como cobranças de materiais não abordados em aula, fuga do tema proposto pela aula, e uma mudança de dinâmica abrupta entre a relação professor-aluno do ensino médio para a universitária. Oliveira et al. (2014) também relatam que uma melhor relação entre professor e aluno resulta em maiores trocas de ideias e conhecimentos.

Por fim, temos o relato da participante 2 sobre a sua relação “caótica” com a família, onde ela destaca uma falta de comunicação. De acordo com Dias (2011), numa concepção moderna, questões de afeto e sentimento se realçam para além do biológico, em relação a família, já deixando claro que ela é uma instituição carregada de emoções, e que por ventura pode vir a afetar o sujeito caso seja fragilizada seja por qualquer que seja o motivo. Atentando

para a fala da participante 2, ela relatou problemas de comunicação ao falar de danos emocionais advindos da família. Sobre isso:

Depreendemos que comunicar subentende relação, promove capacidade de expressão que, para além de quebrar a solidão, é ligação a outrem, é satisfação das necessidades de ordem intelectual, afetiva, moral e social, constituindo uma componente essencial da vida de cada um em particular e em geral de todo o sistema familiar. (DIAS, 2011, p. 152).

Podemos interpretar, portanto, que a comunicação tem uma importância essencial, e multifacetado, nos sistemas familiar, e que é necessário atentar para tais impactos, principalmente no que se refere a saúde mental e emocional dos indivíduos, e a sua qualidade de vida.

Domínio Ambiental (Acolhimento; ensino remoto; segurança)

Por fim, chegamos no último domínio do WHOQOL-bref. O domínio ambiental busca não só saber em qual contexto ambiental o indivíduo está inserido, como também busca saber como ele afeta a qualidade de vida do indivíduo. Sendo assim, para esse domínio foram feitas perguntas sobre como ele foi acolhido no ambiente universitário, se ele sente que a faculdade corresponde e o ajuda de forma adequada a alcançar seus objetivos, e se ele mudaria algo na sua vida acadêmica. Mais especificamente foram feitas perguntas que visam não só o conforto, como também a segurança do indivíduo.

O participante 1 fala que foi muito bem acolhido na faculdade, e que hoje em dia faz parte do centro acadêmico, em parte por conta desse acolhimento. Sobre questões de segurança, ele relata que a área em que está localizada a sua faculdade já foi bem controlada por facções criminosas, e bem mais perigosas, mas agora com a urbanização daquela área, ele se sente seguro; porém em relação à segurança biológica, ele relata que não se sente seguro no momento. Ele destaca que antes da pandemia não teve aula, só momentos de recepção, porém considera que a faculdade no modelo remoto está fazendo o possível para proporcionar o melhor aprendizado que pode prover. E ele disse que se pudesse mudar algo na sua vida acadêmica, ou na faculdade, seria a questão da desvalorização dos profissionais professores.

[Participante 1]: Não é segredo pra ninguém que aquele bairro em que se localiza a minha faculdade é bem perigoso, mas eu confesso que já foi mais perigoso lá. Já teve caso de facções escreverem na parede da universidade, regras por exemplo, ao entrar no bairro você entrasse sem capacete, ao entrar no bairro você não entrasse com vidros de carro levantados.

[Participante 1]: Se eu tivesse capacidade eu traria essa valorização maior. Porque aliás, a formação de outros profissionais são dependentes em parte, desses profissionais da educação. Se não há uma valorização desses profissionais, que estão induzindo pessoas a serem aptas para uma determinada profissão, eu acho que essas pessoas que estão se formando e que vão exercer profissões, também não vão se sentir valorizadas. Isso consequentemente, vai fazer com que elas desvalorizem também a própria profissão, de forma ignorante.

A participante 2, que iniciou sua graduação em 2020, destaca que foi muito bem acolhida mesmo nesse contexto de distanciamento social e aulas remotas, e que inclusive foi um dos lugares onde mais se sentiu acolhida na vida dela, mas confessa que não teve nenhum momento ou projeto direto da faculdade em relação a recepção. Ela relata ter uma boa segurança emocional, porém fica um pouco apreensiva em relação a pessoas religiosas, que segundo observações dela, são pessoas que disseminam com mais facilidade algum preconceito. E ela comenta que na medida do possível a instituição está se esforçando, principalmente os professores, para prover um bom ensinamento que chegue perto do nível do presencial. E destaca **que** uma das coisas que mudaria em sua vida acadêmica, particularmente seria sua rotina, segundo ela, gostaria de se organizar a ponto de ter “tempo para as coisas”, relembrando a dificuldade de conciliar na carga horária semanal o tempo de estudo e tempo para lazer. Em relação a uma questão de segurança emocional, afirma:

[Participante 2]: Eu fico apreensiva nesse quesito (segurança) sempre, porque como... eu sinto uma excitação muito grande em pessoa que deixam bem explícito que são de uma religião específica, são geralmente essas pessoas que vão fazer essas coisas, de homofobia e coisas assim [...] quando eu descubro que alguém é de uma religião específica eu sempre fico meio apreensiva.

A participante 3, diz que foi bem acolhida, mas destaca as diferenças entre a sua primeira faculdade e a sua atual em Psicologia na universidade pública. Afirmou que teve muito amparo e teve todas as suas dúvidas tiradas. Sobre a questão da segurança física, ela se sente segura porque tem transporte, mas considera que o ambiente físico da sua IES é bem perigoso em seus arredores.

Em questão de segurança emocional, ela também se sente segura, porque diz fazer uma “triagem” de seus amigos. Ela fala que em relação ao estudo proporcionado por ela pela faculdade, ela tem o conhecimento teórico, mas ela sempre destaca uma carência das questões práticas. Ela sente que quando se formar vai estar preparada, muito mais por conta dos estágios. E por fim, se ela pudesse mudar algo, ela não diz que mudaria muita coisa, porém comenta que gostaria de ter começado a estagiar mais cedo, e que o curso de Psicologia de sua IES por ser integral e ter aulas em diferentes turnos (manhã e tarde), prejudica as práticas de estágio; pois

ela teria que procurar esses estágios a noite, e também destaca que a faculdade precisaria ter mais vínculos com órgãos que oferecem estágios, afim de flexibilizar os horários.

[Participante 3]: Nós temos lá uma extensão, chamada [nome suprimido para evitar identificação da IES], e aí essa extensão é tipo a mãe da gente quando a gente entra na faculdade. Porque se a gente tem alguma dúvida, com relação a alguma coisa, a gente recorre a ela. [...] O nosso amparo foi muito bom, e para as outras turmas também está sendo muito bom, porque os estudantes que são amparados percebem o quanto a extensão ajudou, acabam fazendo parte da extensão posteriormente, aí acabam construindo esse vínculo e tendo essa vontade de ajudar as outras pessoas também.

[Participante3]: A gente tem uma segurança teórica, a gente sabe os conteúdos que são passados pra gente, mas de forma teórica. Uma coisa que eu tinha uma grande frustração é em relação à prática [...] Aí nesse quesito eu não acho que a gente se sente seguro.

[Pesquisador]: Você se sente segura para atuar profissionalmente?

[Participante3]: No momento sim, não que eu me sinta preparada, mas eu sinto que vou sair da experiência de estágio preparada, porque eu estou aprendendo muita coisa [...] Mas até bem pouco tempo atrás eu não me sentia, eu me sentia muito frustrada [...] nas minhas bases teóricas, eu não conseguia vislumbrar como seria a aplicabilidade prática daquilo.

Algo que podemos colocar como em comum entre todos os participantes, mesmo a participante 2 tendo focado sua resposta mais na recepção das pessoas do que da instituição em si, é do acolhimento dos estudantes na universidade, onde todos destacaram que foram recebidos e inseridos muito bem na sua instituição. Os participantes também parecem convergir em opiniões no que diz respeito à segurança, mesmo a participante 2 que só falou da segurança emocional, teve algo a se queixar nesse quesito.

Os participantes 1 e 2 comentam dos esforços de suas faculdades para lhes proporcionar um adequado ensino no atual modelo remoto de aprendizado, o que abre certa questão no presente trabalho. Especificamente a participante 3, destaca um ensino por parte da faculdade, muito teórico e pouco prático, e destaca a importância dos estágios. E por fim, o participante 1 fala mais uma vez da valorização dos professores, e da relação saudável de respeito com eles, algo comentado em outros domínios tanto pela participante 2 como 3.

Algo que compete a todos os participantes foram a forma em que foram recebidos, todos dizem **terem** sido recebidos muito bem, se não por iniciativa da faculdade, por iniciativa dos próprios alunos. Esse bom acolhimento dos alunos ingressantes da faculdade, é importante **principalmente** quando Castro e Teixeira (2013) coloca a sensação de não pertencimento, como um dos fatores para a evasão universitária. É importante destacar nessa questão, o projeto

de extensão de acolhimento dos calouros, comentado pela participante 3, que facilita aos alunos a adaptação à rotina no ensino superior, o modo de funcionamento da universidade pública, formato das aulas e informações sobre a universidade, que de modo geral se configura como um **ambiente** social muito diferente do vivenciado nas escolas durante o ensino fundamental e médio.

Algo que também compete a todos, foi uma crítica à segurança. Para tal, é necessário conceituar dois tipos de segurança para além da física: a segurança emocional, que segundo Lira (2011) é um estado de defesa e equilíbrio biopsicosocioespiritual que permite o ser humano reagir e experimentar de “forma adequada” estímulos internos e externos; e a biossegurança, que de acordo com Alves e Pacheco (2015), refere-se a um conjunto de ações que visam prevenir ou controlar doenças que possam interferir ou comprometer a qualidade de vida.

O participante 1 comenta sobre o seu medo de voltar para a faculdade no momento atual, o que destaca um risco a biossegurança, que não necessariamente está associado especificamente a sua instituição, mas ao período pandêmico ao qual nos encontramos desde 2020. A participante 2 também fala de um receio, porém atrelado a segurança emocional, ao dizer que fica apreensiva com uma exaltação observada por ela por colegas religiosos. A participante 2 e participante 3 também fala do seu risco à segurança física, ao comentar o ambiente perigoso onde suas faculdades estão localizadas, apesar de ser um risco físico, também podemos associar a um risco a segurança emocional, já que tal espaço pode vir a contribuir para que os alunos fiquem mais apreensivos, e em consequência, menos equilibrados emocionalmente.

Os participantes 1 e 2 comentam que estão tendo sim uma boa formação, e relatam que percebem um esforço dos seus professores em observar um adequado ensinamento. Sabemos que este período de pandemia não está se mostrando fácil, de acordo com Amaral e Polydoro (2020), a diversas dificuldades para o fazer do professor nesse momento, como complicações com prazos, horários, videoaulas muito longas, redução da atividade de grupos, e sobrecarga de atividades. O participante 1 relata um respeito pelos professores e ainda comenta a importância de valorizá-los. Sobre isso é interessante a observação de Castro e Teixeira (2013):

Os laços de amizade e respeito entre professores e alunos podem facilitar a adaptação à universidade. Quando há uma relação mais próxima entre ambos, torna-se possível maior interação, troca de experiências e conhecimentos. Ademais, verificou-se que os alunos gostariam que os professores se preocupassem com o seu ajustamento ao ensino superior e formação. (p. 242).

Outro estudo feito no contexto pandêmico destacou, segundo Means e Neisler (2020), que mensagens pessoais de professores para estudante incentivaram a motivação durante o período pandêmico. Por fim, temos a crítica da participante 3 sobre a falta de equilíbrio entre a teoria e a prática na formação de Psicologia na IES pública. Sobre essa questão, Vieira (2012), em uma pesquisa feita em uma universidade pública no estado de Rondônia, levantou um tipo de queixa semelhante, onde seus participantes relataram ter uma carga horária até o último ano quase **completamente** teórica, onde se começariam os estágios, que seria a experiência prática. Observamos a recorrência dessa crítica dos próprios estudantes de o foco prático do curso de Psicologia ser quase que completamente colocado para os estágios.

Barbosa, Laurenti e Silva (2013), em um estudo feito em uma IES privada da cidade de Santo André-SP, sobre os significados dos estágios em psicologia clínica, destacaram que era frequente nos relatos dos seus participantes os estágios trazerem um sentimento de frustração, pois os alunos não se sentiam confortáveis no novo papel que lhes era demandado, de então atuarem como profissionais, o que se dava somente no último ano dos cinco anos de graduação.

Em nosso presente estudo, a participante 3 afirmou que se não fossem os estágios, ela não se sentiria preparada para a atuação profissional. Isso vai de encontro com outro dado levantado na pesquisa de Lins, Silva e Assis (2015) sobre o perfil e expectativas de concluintes do curso de Psicologia em uma IES do interior do Estado de Rondônia, que alguns alunos se sentem inseguros em relação a atuação profissional e muitas vezes requerem a uma formação posterior. Essa busca por uma formação complementar após a graduação tanto pode ser interpretada num sentido negativo, como uma insuficiência da graduação na formação do profissional, mas também num sentido positivo, por ser o agente motivador de uma formação continuada e persistência na nova carreira profissional enfim adquirida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa teve como objetivo investigar fatores que impactam na qualidade vida do estudante universitário de Psicologia no município de Sobral-CE, considerada uma das cidades modelo em educação em todo o país. Conseguimos abranger as três Instituições de Ensino Superior que oferecem graduação em Psicologia na região norte do estado do Ceará, com a participação de um participante de cada uma das respectivas IES da região. Os três participantes cursam distintos períodos da graduação, também apresentando uma visão

abrangente sobre a realidade do aluno, apontando vivências comuns aos calouros, àqueles no meio do curso e aos concludentes.

As entrevistas foram feitas no mês de maio de 2021 e analisadas considerando o contexto da pandemia de COVID-19, o que apesar de ser uma infelicidade, nos proporcionou a oportunidade de expandir nossa análise para abranger a qualidade de vida em meio a um período de crise, e suas especificidades. Foi possível ouvir sobre a experiência de uma aluna – participante 2 – que entrou na sua primeira graduação sem sequer ter entrado presencialmente em sala de aula e visto pessoalmente seus colegas e professores, uma situação inédita para discentes e docentes de Psicologia, um curso que até o momento não possui a modalidade de ensino oficializada em Ensino à Distância (EAD). De seu relato bem como dos relatos dos outros participantes, merece destaque a importância da atitude acolhedora e receptiva dos professores, na tentativa de adaptarem o ensino para esse formato remoto emergencial.

Pudemos constatar que referente ao Domínio Físico da qualidade de vida, há uma queixa muito evidente sobre falta de qualidade de sono. Isso sendo causado ou por desorganização na rotina, devido às mudanças impostas pelo modelo de ensino remoto emergencial, ou por uma alta carga de tarefas e trabalhos exigidos pelos professores. Questões como alterações alimentares e de estresse também foram apontadas pelos participantes. No que se refere ao Domínio Psicológico da Qualidade de Vida, foi observado que o contexto da faculdade está relacionado a uma satisfação consigo mesmos. Algo a se destacar é a importância da espiritualidade e da crença na vida dos estudantes. Porém na mesma medida a espiritualidade pode vir a ser o estopim para discussões a medida em que pode ser usada por alunos para gerar conflito e desconforto em seus colegas e professores. Uma participante relatou incômoda com a sua imagem corporal, sendo esta uma questão que merece atenção em pesquisas futuras, sobretudo com relação às mulheres e os padrões estéticos na cultura.

No que tange ao Domínio Social da Qualidade de Vida, foi relatado uma relação de respeito e amizade com a figura do professor, assim como foi observado que todos os participantes se sentem livres para serem eles mesmos e expressar suas opiniões livremente. Foi relatado um certo receio em relação aos colegas, também por questões religiosas, tanto preconceitos contra os religiosos, como preconceitos de um religioso a um docente. Vale destacar que a relação com a família pode ser um fator estressor ou protetor importante, a depender da qualidade dessa relação, tendo um impacto significativo sobre a qualidade de vida dos participantes. No contexto ambiental, conseguiu-se observar que todos os participantes foram bem recebidos em suas instituições, mesmo no modelo online, tendo até programas

específicos em algumas universidades para tal. Todos os participantes teceram críticas sobre a segurança física, relatando receios sobre assaltos nos entornos de duas IES. Também cabe destacar que os participantes reconheceram os esforços de docentes para prover uma boa qualidade de ensino, porém o ensino do curso de Psicologia foi criticado no que diz respeito à conciliação entre teoria e prática, os alunos sentindo falta de mais experiências práticas durante a formação, uma queixa também levantada por outras pesquisas com graduandos em Psicologia.

Por fim, concluímos este trabalho pontuando novamente que a qualidade de vida é um tema extenso multifacetado, que pode convergir com vários âmbitos, tanto da saúde física e mental, como histórico-cultural. Para a Psicologia essa temática é especialmente importante, pois a qualidade de vida influencia o indivíduo de forma a repercutir em vários âmbitos da sua vida, que a psicologia pode explorar em suas práticas. E mais especificamente, é comum vermos um foco dos estudantes, professores e instituições para uma capacitação profissional em psicologia focando em ajudar os outros, porém a saúde dos estudantes não é algo discutido na mesma proporção, o que destaca a importância deste trabalho em específico. Há principalmente uma carência de pesquisas qualitativas sobre a temática, o que pode direcionar estudos futuros para aspectos específicos da qualidade de vida ainda pouco estudados, como aqui foi identificado, como a questão do sono, da alimentação e dos conflitos interpessoais gerados pela expressão da religiosidade no âmbito científico, e agora, dos impactos do modelo de ensino remoto sobre a formação em Psicologia.

REFERÊNCIAS

ALVES, L. S.; PACHECO, J. S. Biossegurança: fator determinante nas unidades de atendimento à saúde. *Revista Fluminense de Extensão Universitária*, v. 5, n. 1, p. 33-40, 2015. Disponível em:

<http://editora.universidadevassouras.edu.br/index.php/RFEU/article/view/564>

Acesso em: 12 de março de 2021.

AMARAL, E.; POLYDORO, S. Os desafios da mudança para o ensino remoto emergencial na graduação na Unicamp–Brasil. *Linha Mestra*, n. 41a, p. 52-62, 2020. Disponível em:

<https://doi.org/10.34112/1980-9026a2020n41ap52-62> Acesso em: 20 de outubro de 2021.

BARBOSA, F. D.; LAURENTI, M. A.; SILVA, M. M. Significados do estágio em psicologia clínica: percepções do aluno. *Encontro: Revista de Psicologia*, v. 16, n. 25, p. 31-53, 2013.

Disponível em: <https://revista.pgskroton.com/renc/article/view/2430> Acesso em: 12 de março de 2021.

BARROS, M. B. A. et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 29, n. 4, e2020427, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400018> Acesso em: 20 de outubro de 2021.

CASTRO, A. K. S. S.; TEIXEIRA, M. A. P. A evasão em um curso de psicologia: uma análise qualitativa. *Psicologia em Estudo*, v. 18, n. 2, p. 199-209, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/YRM6f59TQX5stXQhyNK459c/?lang=pt> Acesso em: 12 de março de 2021.

COELHO, N. R. F. *Avaliação da qualidade do sono em estudantes do curso de psicologia de uma faculdade do Recife*. 2018. 34 f. Monografia (Graduação em Psicologia). Faculdade Pernambucana de Saúde, Recife, 2018. Disponível em: <https://tcc.fps.edu.br/handle/fpsrepo/663>. Acesso em: 12 de março de 2021.

DIAS, M. O. Um olhar sobre a família na perspectiva sistêmica – o processo de comunicação no sistema familiar. *Gestão e desenvolvimento*, n. 19, p. 139-156, 2011. Disponível em: [10.7559/gestaoedesenvolvimento.2011.140](https://gestaoedesenvolvimento.2011.140) Acesso em: 03 de abril de 2021.

GALVÃO, A.; PINHEIRO, M.; GOMES, M. J.; ALA, S. Ansiedade, stress e depressão relacionados com perturbações do sono-vigília e consumo de álcool. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, vol. Spe 5, p. 8-12, 2017. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10198/16982> Acesso em: 03 de abril de 2021.

HIRSHKOWITZ, M. et al. National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. *Sleep health*, v. 1, n. 1, p. 40-43, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2014.12.010> Acesso em: 03 de outubro de 2021.

LINS, L. F. T.; SILVA, L. G.; ASSIS, C. L. Formação em Psicologia: perfil e expectativas de concluintes do interior do Estado de Rondônia. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, v. 8, n. 1, p. 49-62, 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202015000100005 Acesso em: 10 de abril de 2021.

LIRA, W. M. *Instituições de segurança pública e práticas psicológicas: a segurança emocional dos agentes de segurança*. 2011. 274 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica). Universidade Católica de Pernambuco, Recife, 2011. Disponível em: <http://tede2.unicap.br:8080/handle/tede/142> Acesso em: 10 de abril de 2021.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia* (Campinas), v. 37, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067> Acesso em: 03 de abril de 2021.

MARTINS, C. R. et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. *Estudos de Psicologia* (Natal), v. 17, p. 241-246, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2012000200007> Acesso em: 04 de outubro de 2020.

MEANS, B.; NIESLER, J. Suddenly online: a national survey of undergraduates during the COVID-19 pandemic. *Digital Promise*, 2020. Disponível em: <http://hdl.handle.net/20.500.12265/98> Acesso em: 12 de setembro de 2021.

MELO, C. F. et al. Correlação entre religiosidade, espiritualidade e qualidade de vida: uma revisão de literatura. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, v. 15, n. 2, p. 447-464, 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4518/451844504002.pdf> Acesso em: 10 de março de 2021.

OLIVEIRA, C. T. et al. Percepções de estudantes universitários sobre a relação professor-aluno. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 18, n. 2, p. 239-246, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-3539/2014/0182739> Acesso em: 25 de março de 2021.

PALHARES, V. C. *Qualidade de vida, qualidade do sono e fatores de risco cardiovascular de profissionais de enfermagem em um hospital universitário*. 2012. 145p. Tese (Doutorado em Fisiopatologia). Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Botucatu, 2012. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/102616> Acesso em: 12 de abril de 2021.

SANTOS, A. K. G. V. et al. Qualidade de vida e alimentação de estudantes universitários que moram na região central de São Paulo sem a presença dos pais ou responsáveis. *Rev. Simbio-Logias*, v. 7, n. 10, p. 76-99, 2014. Disponível em: https://www.ibb.unesp.br/Home/ensino/departamentos/educacao/revistasimbio-logias/qualidade_de_vida_alimentacao_de_estudantes.pdf Acesso em: 13 de abril de 2021.

SAXENA, S.; CARLSON, D.; BILLINGTON, R.; ORLEY, J. The WHO quality of life assessment instrument (WHOQOL-bref): the importance of items for crosscultural research. *Qual. Life Res.*, v. 10, n. 1, p. 711-721, 2001. Disponível em: <https://doi.org/10.1023/A:1013867826835> Acesso em: 01 de fevereiro de 2021.

SEPULVEDA, C.; EL-HANI, C. N. Quando visões de mundo se encontram: religião e ciência na trajetória de formação de alunos protestantes de uma licenciatura em ciências biológicas. *Investigações em ensino de ciências*, v. 9, n. 2, p. 137-175, 2016. Disponível em: <https://www.if.ufrgs.br/cref/ojs/index.php/ienci/article/view/533/328> Acesso em: 07 de abril de 2021.

SILVA, É. C.; HELENO, M. G. V. Qualidade de vida e bem-estar subjetivo de estudantes universitários. *Revista Psicologia e Saúde*, v. 4, n. 1, p. 69-76, 2012. Disponível em: <https://www.if.ufrgs.br/cref/ojs/index.php/ienci/article/view/533> Acesso em: 03 de fevereiro de 2021.

SILVA, L. L. S. D.; LIMA, A. F. R.; POLLI, D. A.; RAZIA, P. F. S.; PAVÃO, L. F. A.; CAVALCANTI, M. A. F. D. H.; TOSCANO, C. M. Medidas de distanciamento social para o enfrentamento da COVID-19 no Brasil: caracterização e análise epidemiológica por estado. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, n. 9, p. e00185020, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00185020> Acesso em: 05 de dezembro de 2021.

SOUZA, L. K. Pesquisa com análise qualitativa de dados: conhecendo a Análise Temática. *Arq. bras. psicol.*, v. 71, n. 2, p. 51-67, 2019. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672019000200005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 25 de julho de 2020.

SOUZA, A. C.; ALVARENGA, M. S. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários—Uma revisão integrativa. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 65, n. 3, p. 286-299, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000134> Acesso em: 25 de novembro de 2021.

VIEIRA, C. I. A. *Formandos em Psicologia: sentidos construídos sobre o seu processo de formação*. 2012. 132p. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Programa de Pós-Graduação em Psicologia (MAPSI), Fundação Universidade Federal de Rondônia (UNIR), Porto Velho, 2012. Disponível em: <https://ri.unir.br/jspui/handle/123456789/1261> Acesso em: 03 de abril de 2021.

SOBRE A AUTORA E O AUTORES

Thiago Trévia Menezes Queiroz

Graduado em psicologia pela Faculdade Luciano Feijão (FLF), com experiência nas áreas de Psicologia Escolar e Clínica sob a abordagem humanista de Atenção Centrada na Pessoa (ACP). Pesquisador das áreas de Ciências Humanas e da Saúde, com ênfase principalmente em representatividade e qualidade de vida.

Alexsandra Maria Sousa Silva

Doutora em Psicologia pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Ceará (UFC). Professora da Faculdade Luciano Feijão (FLF). Vice-Líder do Grupo de Pesquisa em Psicologia Social e Saúde - GEPEC (FLF), Sobral-CE. Desenvolve pesquisas no campo da Psicologia Social e Comunitária, juventude, escola, protagonismo e pobreza.

José Umbelino Gonçalves Neto

Doutor em Psicologia (2019) pela Universidade Federal de São Carlos (UFSCar). Psicólogo clínico em clínica particular. Roteirista e locutor no Dando 1 Sentido Podcast (Spotify – 2022). Atualmente professor no curso de graduação em Psicologia da Faculdade Luciano Feijão (Sobral-CE). Pesquisa sobre impactos da Conexão Humana e da Solidão sobre a Saúde e também sobre Habilidades Terapêuticas e formação de Psicoterapeutas.

Recebido em fevereiro de 2022.
Aceito para publicação em julho de 2022.
Publicado em agosto de 2022.