

Medicina - BIC JÚNIOR

**ANSIEDADE: IMPACTOS DA PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS.**

Iris Fonseca Quezada - Iris Fonseca Quezada

Miriam Monteiro de Castro Graciano - Orientadora Miriam Monteiro de Castro Graciano, UFLA - Orientador(a)

Márcia Sant'Ana - Coorientadora Márcia Sant'Ana, UFLA

**Resumo**

A ansiedade é uma resposta emocional comum e natural diante de situações de estresse ou incerteza, caracterizada por sentimentos de preocupação, apreensão e inquietação. Ela estimula o indivíduo a entrar em ação, porém, em excesso, faz exatamente o contrário, impedindo reações. Devemos entender a ansiedade como um aspecto que nos beneficia ou nos prejudica, dependendo da situação e intensidade. Podemos nos sentir ansiosos sem quaisquer motivos aparentes, esta sensação pode ser demasiado desconfortável quando persiste de forma intensa e interfere significativamente na qualidade de vida, ao ponto de pessoas deixarem de completar tarefas simples de suas rotinas, como, por exemplo, ter dificuldades de apresentar um trabalho acadêmico, em relação ao desconforto que sentem. A pandemia de COVID-19 intensificou os casos de ansiedade em todo o mundo, exacerbando sentimentos de isolamento, incerteza e medo. O distanciamento social, o luto pela perda de entes queridos, a instabilidade econômica e o aumento do estresse contribuíram para um aumento significativo nos sintomas de ansiedade. Além disso, o acesso limitado a serviços de saúde mental durante esse período tornou o tratamento mais difícil, levando muitas pessoas a enfrentarem sozinhas o impacto emocional da pandemia. Neste sentido propusemos o presente projeto de pesquisa que visa verificar os efeitos do trabalho remoto nas condições de saúde mental de professores universitários. Na primeira etapa foi realizada uma revisão de literatura sobre esse transtorno e seus possíveis impactos na vida dos cidadãos. Já na segunda etapa da pesquisa foram aplicados questionários estruturados sobre o trabalho remoto e saúde mental no cenário pós-pandêmico.

Palavras-Chave: Ansiedade , Saúde mental , Pandemia.

Instituição de Fomento: UFLA, UNILAVRAS, FADMINAS, FAGAMMON.

Link do pitch: <https://youtu.be/2XIS7c47dic?si=Js-8q0FQ6bIRiKFw>