



# ISOLAMENTO SOCIAL: COMPREENSÃO DOS UNIVERSITÁRIOS FRENTE AOS IMPACTOS SOCIAIS

## *SOCIAL ISOLATION: UNDERSTANDING UNIVERSITY STUDENTS' RESPONSE TO SOCIAL IMPACTS*

Pâmela Rocha Bagano Guimarães **1**

**Resumo:** Essa pesquisa busca compreender as principais mudanças decorrentes do isolamento social, reflexo da doença COVID-19 que teve início em 2019 e dispôs de um impacto em termos mundial. No Brasil, o primeiro caso foi identificado em fevereiro de 2020. Como consequência da doença no Brasil, diversas medidas de controle e prevenção foram tomadas pelas autoridades sanitárias; a mais difundida prática foi o distanciamento social. Apesar de necessário, o isolamento causou, desde o início, impactos diversos na vida da população. A partir da pesquisa exploratória que contou com a colaboração de 87 alunos universitários, que pontuaram sobre a vivência do isolamento social durante a pandemia. Os instrumentos utilizados foram formulário e entrevista semiestruturadas, para análise da compreensão dos universitários em relação aos efeitos do isolamento social. Identificaram-se alterações nos aspectos da saúde mental dos participantes, e mesmo assim, todos afirmaram que o isolamento social foi essencial para a superação da pandemia.


**Palavras-chave:** Pandemia. Relações Sociais. Adoecimento Mental. Ensino Remoto.

**Abstract:** This research aims to understand the main changes resulting from social isolation, a reflection of the COVID-19 disease that began in 2019 and had a worldwide impact. In Brazil, the first case was found in February 2020. As consequence of the disease in Brazil, global control and prevention measures were taken by health authorities; the most widespread practice was social distancing. Although necessary, isolation has caused diverse impacts on the lives of the population since the beginning. Based on exploratory research that involved the collaboration of eighty-seven university students, who shared their experiences of social isolation during the pandemic. The instruments used were questionnaires and semi-structured interviews to analyze the understanding of university students regarding the effects of social isolation. Changes in the mental health aspects of the participants were identified, and even so, everyone stated that social isolation was essential to overcome the pandemic.

**Keywords:** Pandemic. Social Relationships. Mental Illness. Remote Learning.

---

**1** Graduada em Psicologia (pela UNIVASF), Mestre em Psicologia Cognitiva (pela UFPE) e Doutoranda em Ecologia Humana (pela UNEB). Atualmente é professora na UPE. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6750568201702197>. E-mail: [pamela.guimaraes@upe.br](mailto:pamela.guimaraes@upe.br)



## Introdução

No decorrer da história são notáveis as doenças que causaram pânico em diversas sociedades, em variados períodos. E em pleno século XXI, a OMS declarou emergência internacional em saúde em decorrência da pandemia causada pelo Covid-19. Uma doença infecciosa, iniciada no ano de 2019, na China, que rapidamente se alastrou mundialmente. Segundo Croda e Garcia (2020) a OMS, denominou a doença como COVID-19, em referência ao tipo de vírus e ao ano de início da epidemia.

Na América Latina, o primeiro caso registrado foi em São Paulo, no Brasil, no dia 26 de fevereiro de 2020 (OPAS/OMS – 2020). Como consequência a apresentação da doença no Brasil, diversas medidas de controle e prevenção foram tomadas pelas autoridades sanitárias locais em diferentes esferas administrativas (governo federal, governos estaduais e municipais). As medidas adotadas variaram de uma região para outra do país; no entanto, a prática mais comumente promovida pelas autoridades foi o distanciamento social, geralmente compreendido pela população como isolamento social (FARIAS, 2020).

A prática do isolamento social foi a medida mais utilizada como prevenção à disseminação do vírus. Os governantes, em sua maioria, incentivaram a prática, adotando estratégias de controle da mobilidade da população, como o fechamento de escolas e universidades, do comércio não essencial, de áreas públicas de lazer, entre outros. Consequentemente, uma grande parcela da população brasileira apoiou e aderiu ao isolamento social como medida preventiva contra a COVID-19, buscando colaborar para a redução da curva de contágio no país (BEZERRA; SILVA; SOARES, 2020).

Todavia, o processo de isolamento social causou vários impactos na vida das pessoas. É evidente que existe um esforço populacional para evitar a contaminação, de modo que hábitos cotidianos foram alterados a fim de reforçar a manutenção da saúde. Hábitos de higiene são reforçados por todos, assim como uso de equipamentos de proteção como máscaras e álcool gel nas mãos.

Para o processo de isolamento social, estratégias variadas foram tomadas pela população como estoque de alimentos, planejamos atividades diferentes para espaços reduzidos (domiciliar) para tornar a vivência em estado de quarentena menos desgastante (BITTENCOURT, 2020).

Segundo Sayuri (2020) o impacto do isolamento social varia entre as diversas culturas do mundo. Considera-se que sociedades mais calorosas e “abertas”, como as da América Latina, em especial o Brasil, vivenciem a condição de isolamento sob mais estresse e tensões, do que sociedades mais “frias” e “fechadas”, como o Japão. A população de países de alta mobilidade relacional pode ter maior dificuldade em reorganizar a prática de atividades cotidianas. Podendo estar mais vulneráveis a situações estressantes (KITO, 2020 apud SAYURI, 2020).

Tal impacto acabou por afetar a forma como o indivíduo estabelece suas relações no pós pandemia, ou seja, afetou as vinculações estabelecidas pelo sujeito durante sua vida. Tal vinculação, pode ter resultado ou numa mudança da mobilidade relacional do sujeito. Esta, por si, não é apenas uma característica do indivíduo, mas também uma característica da sociedade que o rodeia e que consiste no grau de oportunidade que cada um tem em formar novas e terminar velhas relações (SHUG; YUKI; HORIKAWA; TAKEMURA, 2009).

É sabido que o homem/mulher são seres sociais, pois desde que nascem estão imersos em uma rede de laços relacionais e conexões sociais. Tal fato é algo importante para os indivíduos em suas relações com os outros e em como essas vinculações significativas são importantes para a qualidade das suas vidas (GANCHINHO, 2012).

São nítidas as mudanças que toda a população passou ao longo desses anos, como a prática do isolamento social, medida mais utilizada como prevenção à disseminação do vírus. Os governantes, em sua maioria, incentivaram a prática, adotando estratégias de controle da mobilidade da população, como o fechamento de escolas e universidades, do comércio não essencial, de áreas públicas de lazer, entre outros. Período marcado por hábitos modificados, novas perspectivas, medos e inseguranças, além de atravessar todo o tecido social, não poupando praticamente nenhuma área da vida coletiva ou individual, com repercussões na esfera da saúde mental (LIMA, 2020).

Períodos prolongados de isolamento social, somados ao medo de serem infectados por um vírus potencialmente infeccioso cujos aspectos de origem, manejo e tratamento, ainda são pouco compreendidos, e acabaram afetando o bem-estar psicológico de muitas pessoas (RIBEIRO et al., 2020). Neste contexto, para o controle dessa pandemia, fez com que uma grande parte da população desenvolvesse/aflorasse problemas envolvendo a saúde mental, como, ansiedade, depressão, estresse e variações de humor.

De acordo com Nabuco, Oliveira e Afonso (2020), em situações de epidemias, é comum observar manifestações de adoecimento mental. Indivíduos que antes eram mentalmente saudáveis podem começar a apresentar sintomas de problemas de saúde mental. Mesmo sem exposição direta à infecção, é possível experimentar sentimentos de ansiedade, raiva, desesperança, medo de contrair a doença e de morrer, medo de perder entes queridos, insônia, sensação de desamparo e até mesmo culpa pelo adoecimento de outras pessoas.

Em um momento de crise sanitária, a saúde física não deve ser o único foco, levando em conta todas as fases que a população foi submetida nesse período. Tanto por motivos biológicos, sociais e econômicos, a saúde mental de grande parte da população foi afetada durante a pandemia. Muitos já com distúrbios preexistentes que foram agravados e outros nos quais passaram a desenvolver problemas acarretados por toda a tensão e pânico vivenciado. Depressão, estresse, ansiedade foram algumas das doenças mais relatadas ao longo desse período, decorridas muitas vezes pela falta de dinheiro para arcar com as despesas, o isolamento e em alguns casos a solidão que veio atrelado a ele e como destacado anteriormente por causas biológicas que foram agravadas por todo o cenário (LIMA, 2020).

Conforme discutido na Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde, a ação direta do vírus da COVID-19 no sistema nervoso central, juntamente com experiências traumáticas associadas à infecção ou à perda de entes queridos, o estresse provocado pelas mudanças na rotina devido às medidas de distanciamento social e às consequências econômicas, seja na rotina de trabalho ou nas relações afetivas, resultam em picos de estresse e períodos de depressão. Esses desafios têm tornado ainda mais difícil atravessar esse período pandêmico. Durante essa crise, os estudantes universitários enfrentaram diversos obstáculos, e é sobre esse grupo específico que nos concentraremos ao longo deste trabalho (BRASIL, 2021).

A extensão universitária é uma expressão do compromisso social da universidade com a sociedade, pois representa o elo da pesquisa e do ensino adquirido pelos seus discentes e propagado pelos seus docentes, em um processo contínuo de ensino-aprendizagem, cheio de trocas, saberes, ciência e mutualidade. A sua dinâmica de funcionamento é conduzida com planejamento, construção de passos, divulgação de editais, tudo preparado com muito cuidado, para que aqueles que estão além dos muros da universidade possam usufruir de seus resultados. (MARQUES, 2020)

Logo é notório como o ambiente universitário e todas as suas dinâmicas de funcionamento são essenciais para o desenvolvimento do estudante. Com o início da pandemia decorrente do vírus da Covid-19, a Organização mundial de Saúde (OMS) e todos os entes governamentais viram no isolamento social uma forma eficaz de prevenção contra a doença. Estudantes de todas as áreas de ensino tiveram as suas realidades alteradas, havendo uma modificação no modo de ensino, saindo de uma educação presencial e tendo de se adaptar a uma educação remota, lidando com todas as adversidades que envolvem esse ensino.

Através da pesquisa realizada ao longo desse trabalho com estudantes universitários, foram observadas algumas dificuldades encontradas nessas mudanças no contexto educacional pelo qual passaram e ainda estão passando. Dificuldades observadas tanto no campo tecnológico, social e mental, levando em consideração a forma na qual essa alteração no contexto social modificou bruscamente a forma de ensino em que estavam habituados. Juntamente com o isolamento social, o ensino remoto torna-se a única alternativa para que discentes consigam seguir com as suas grades curriculares, o que não significa que todos tenham se adaptado ou lidado da melhor maneira com essa nova realidade imposta.

O ensino remoto apesar de vir como uma forma de suprir uma necessidade decorrida do cenário atual, ainda assim possui as suas fragilidades. Como é o caso de problemas com a internet, dificuldade de acesso as plataformas on-line, a falta de instrumentos que permitam o que esses alunos possam entrar nas salas virtuais e até mesmo a solidão, a falta de um contato físico entre colegas de turma e os seus professores. Segundo Sayuri (2020) o impacto do isolamento social varia entre as diversas culturas do mundo. Logo sociedades calorosas na qual vivemos, torna ainda mais difícil a forma de lidar com esse distanciamento o que reflete de várias formas nesses alunos universitários.

A falta desse contato social, as preocupações externas aos assuntos universitários, problemas tecnológicos, a saúde mental, as preocupações econômicas e lidar com problemas familiares, tornou esse ensino remoto ainda mais difícil. Com isso é nítido como os estudantes tiveram que encontrar formas de lidar tanto com esse cenário de isolamento, quanto com esse novo modelo de ensino. E por isso, decidiu-se nesta pesquisa buscar compreender os principais efeitos relacionais desse novo cenário na vida desses discentes, observando os fatores que contribuíram nesse processo e quais mudanças foram resultantes desse meio vivenciado depois de alguns meses da pandemia da Covid-19.

A internet como uma ferramenta foi utilizada para sanar de algum modo o distanciamento entre pessoas. Porém o uso excessivo dessas Tecnologias da Informação e da Comunicação - TICs, já crescente no público universitário, pode ter sido um possível potencializador do adoecimento mental desse público. O uso excessivo da internet pode gerar, ao mesmo tempo, uma potencialização da ansiedade e a disseminação de um “medo global”, relacionados à exposição contínua e ao aumento da atividade e interação nos espaços digitais (MOTA et al., 2021).

Em pesquisa realizada por Mota e colaboradores (2021) eles analisaram o uso da internet e sua relação com o adoecimento mental. Os autores pontuam:

Finalmente, a pandemia de COVID-19 coexiste com uma época em que a forma de interação social vem passando por mudanças sem precedentes na história, pois além de se tornar predominantemente online é atravessada pelo modus operandi imposto pelas mídias sociais, afetando sobretudo a subjetividade de adolescentes e adultos jovens. A despeito das novas potencialidades de interconexão mediadas pela internet, tais como as mídias participativas e as práticas colaborativas online, impera a dominação das empresas e a lógica de mercado, facilitada pela acumulação de dados sobre os internautas e guiada pela busca do máximo ganho publicitário. Se a lógica de mercado propagada na internet impacta a esfera cultural, educacional, afetiva, cognitiva e relacional, é possível pressupor que ela tem implicações também para a subjetividade e para a saúde mental dos internautas, posto que as pessoas são estimuladas a cada vez mais se tornarem “empresas de si mesmo” no ambiente virtual, valorizando a competição em detrimento à cooperação. (p. 2167)

Considera-se o cotidiano das pessoas por uma rede dinâmica de tarefas, ocupações e rotinas ao longo de um dia, influenciados de fatores psíquicos, sociais e culturais, que se moldam nos papéis ocupacionais e na biografia de cada um (SILVA, 2020), onde a vivência se mostra para cada um (SALLES, MATSUKURA, 2015). No cenário atual de pandemia da COVID 19 e isolamento social, diversos estudos da literatura (PEREIRA Et al, 2020; LIMA, 2020; GUINANCIO et al, 2020) evidenciam um novo sentido ao mundo da vida de cada um, tornando geradores de significados que agenciam comportamentos e emoções diversas.

Este estudo baseou-se, portanto, em desvelar a vivência do isolamento social por universitários da UPE campus Petrolina, como uma realidade ao mesmo tempo comum a toda população mundial, mas também singular e subjetiva. Deste modo, o presente trabalho buscou identificar quais efeitos e mudanças relacionais foram causadas a partir do processo de isolamento social em combate à COVID – 19, na percepção de universitários em sua vivência acadêmica e social.

## Metodologia

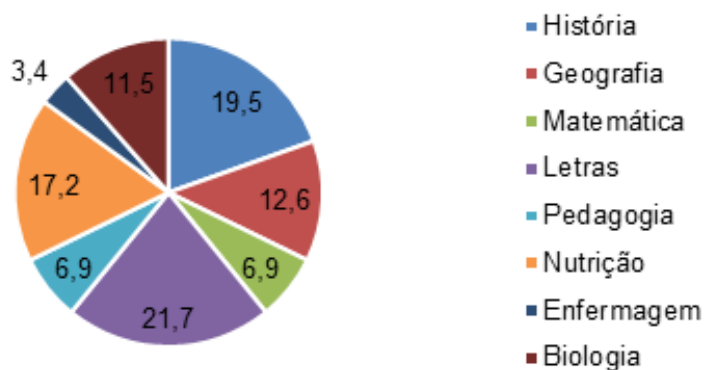
### Delineamento da Pesquisa

Este projeto teve um desenho de pesquisa de base exploratória, com metodologia do tipo quantitativa e qualitativa, como pode ser observado nos itens subsequentes.

O estudo focou em estudar universitários da Universidade de Pernambuco do Campus Petrolina-PE. Participaram desse estudo 87 jovens adultos sendo 62 do sexo feminino e 25 do sexo masculino, com média de 21,75 anos. Destaca-se que essa amostra foi do tipo não probabilística por conveniência, uma vez que participaram desse estudo apenas aqueles que demonstraram interesse e estavam mais acessíveis.

Com relação aos cursos o gráfico 1 mostra como se distribuíram os participantes da pesquisa. Sendo que desses, mais de 50% da amostra estava na primeira metade do curso.

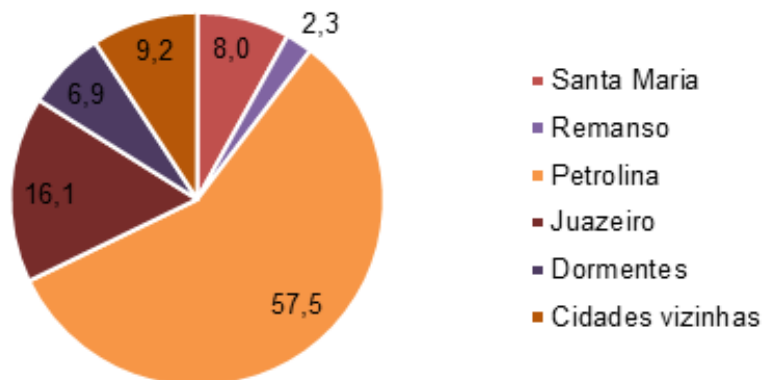
**Gráfico 1.** Amostragem por curso



Fonte: Autora (2023).

Ainda descrevendo a amostra, foi avaliada onde os participantes residiam e o gráfico 2 demonstra a distribuição. As cidades que obtiveram percentual próximo a 1% foram agrupadas em cidades vizinhas.

**Gráfico 2.** Amostragem por Cidade



Fonte: Autora (2023).

Para segunda etapa do estudo, participaram da pesquisa 3 alunos da UPE, selecionados de forma aleatória, por disponibilidade deles. Foram duas mulheres e um homem, sendo que para garantia do anonimato os participantes serão denominados A, B e C.

## **Instrumentos**

Os instrumentos utilizados foram um questionário aberto para obtenção de informações sociodemográficas e uma entrevista semiestruturada. O uso da entrevista se deu pelo fato dela possibilitar um aprofundamento no aspecto estudado, assim como responder a indagações de pesquisa, investigar perguntas de natureza cultural e avaliar opiniões, atitudes, experiências anteriores e perspectivas futuras.

O questionário foi aplicado através do *Google forms*, em decorrência da pandemia o acesso aos participantes só era possível de forma remota. Então o uso do questionário online foi a única opção possível. O questionário possuía questões objetivas e a subjetivas, num total de 25 questões. Já a entrevista, foi elaborada seguindo quatro categorias sobre a temática estudada: Vivenciando o isolamento social, Estratégias relacionais durante o distanciamento social, Consequências e efeitos do isolamento social pós pandemia e Mudanças da mobilidade relacional decorrentes do isolamento social. A partir dessas categorias foram criadas 8 perguntas norteadoras para as entrevistas. Elas tiveram os áudios gravados e transcritos.

## **Procedimentos**

Inicialmente foram recolhidas as autorizações para a realização do estudo junto à direção da UPE *campus* Petrolina, por meio de carta de anuência. Após essa autorização, os estudantes foram convidados para participar do estudo através da explanação dos objetivos do projeto, bem como, da assinatura do Termo de Consentimento Livre e esclarecido (TCLE), esse contato se deu por meio de visitas as salas de aula, bem como por envio de e-mail para endereços eletrônicos institucionais dos estudantes. Somente após as concordâncias citadas acima, recebida por meio de resposta a formulário online (*Google forms*) foram agendados os dias para realização das entrevistas. Antes do contato com os alunos, o projeto foi submetido ao comitê de ética e aprovado sob o número CAAE 35940720.6.0000.5191.

A primeira etapa foi feita de forma virtual, sendo o formulário divulgado remotamente por e-mail e plataformas de bate-papo para estudantes da UPE *Campus* Petrolina. Após o retorno dos questionários, foi avaliado o número de sujeitos para participarem da segunda etapa. Apesar de muitos participantes participarem na primeira etapa, por uma necessidade de conclusão do projeto, e toda dificuldade de contato com os participantes, foram selecionadas, por conveniência, 3 estudantes para participação na segunda etapa da pesquisa. As entrevistas foram realizadas de forma individualizada, com duração média de 30 minutos.

Para fins de registro, as entrevistas foram audiogravadas. Em seguida foram transcritas de maneira não literal. Destaca-se que todos os procedimentos descritos nesse estudo seguiram os preceitos éticos exigidos na resolução nº 510, de 07 de abril de 2016, uma vez que se trata se enquadra na área de Ciências Humanas e Sociais. Para tanto, o presente projeto será submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Pernambuco.

## **Análise de dados**

Foi utilizada a análise de conteúdo de Bardin (2011) para a avaliação dos posicionamentos dos participantes quanto à temática em questão. Foram utilizadas também estatísticas descritivas, a fim de levantamento de informações sociodemográfica.

## Riscos e desconfortos

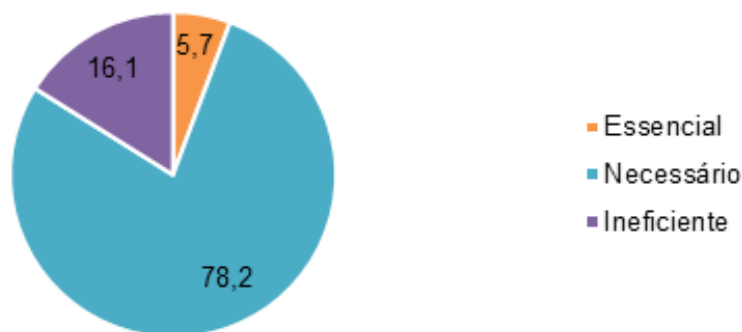
Possíveis riscos identificados na presente pesquisa seriam durante a etapa de aplicação do questionário sociodemográfico algum desconforto/cansado em responderem o instrumento. Porém como foi uma coleta virtual esse risco se reduziu. Com relação a entrevista identificou-se a possibilidade de desconforto do participante com relação a vergonha ou constrangimento durante a fala, por se tratar de relato pessoal. Para minimizar tais risco a equipe estabeleceu um 13 diálogo constante com os participantes para orientações e acolhimento, e nada foi relatado ou apresentado pelos participantes.

## Resultados e Discussão

Ao analisar os dados obtidos na primeira etapa. Foi possível identificar como o processo de isolamento social comprometeu ou afetou a vida de universitários durante a Pandemia. Inicialmente os participantes foram questionados quanto ao cumprimento do isolamento social e 100% dos participantes informaram que em algum momento da pandemia cumpriram o isolamento social. Porém quando questionados sobre ainda cumprirem as recomendações apenas 64,4% dos participaram afirmaram se manter em isolamento social, salienta-se que a pesquisa empírica foi realizada em 2021.

Com relação ao ponto inicial questionado pela pesquisa, os participantes foram questionados sobre suas impressões e reações ao isolamento social. Quando questionados sobre como avaliavam essa recomendação de distanciamento e sua eficácia os participantes responderam, em sua maioria, que se fazia necessário. O gráfico 3 ilustra as respostas.

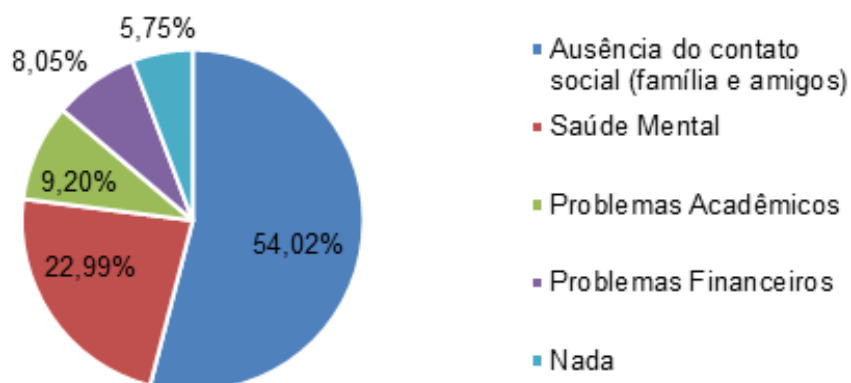
**Gráfico 3.** O que você acha do isolamento social imposto desde o início da pandemia?



**Fonte:** Autora (2023).

Sobre como tal distanciamento afetou os participantes, eles responderam que foram afetados tanto em aspectos materiais, como relacionais e de saúde. Porém alguns participantes pontuaram que não sentiram nenhum tipo de impacto durante o isolamento social. O gráfico 04 ilustra as respostas dos participantes.

**Gráfico 4.** Em relação ao distanciamento social, o que mais lhe afetou?



Fonte: Autora (2023).

É possível observar que a ausência do outro tem sido a maior afetação para o sujeito durante a pandemia. O cuidado com a saúde física humana, através do distanciamento social, resultou no adoecimento mental do sujeito que se isola e se protege da Covid-19. Segundo Lima (2020) Em situações de epidemia, o número de pessoas psicologicamente afetadas costuma ser maior que o de pessoas acometidas pela infecção. Esse aspecto da saúde mental volta a se apresentar quando os participantes foram questionados sobre o maior obstáculo enfrentado durante o Isolamento Social. 40,2% dos participantes responderam que o esgotamento psicológico foi o maior obstáculo enfrentado. Por fim, sobre a saúde mental dos sujeitos, foi questionado sobre a percepção de alguma alteração na saúde mental dos mesmo e 83% responderam que sim, que identificaram alteração em sua saúde.

Em sequência, sobre estratégias de enfrentamento, os participantes citaram utilizar de algumas rotinas e atividades diárias que auxiliam ou auxiliaram durante o distanciamento social. Atividade como leitura, atividade física, assistir séries e vídeos foram apontadas como alternativas de enfrentamento.

Considerando questionamento sobre o uso de internet e equipamento tecnológicos, que facilitaram a comunicação durante o isolamento social, 54% dos participantes responderam que possuem um acesso “bom” a internet, 43,7% um acesso moderado e 2,3% um acesso ruim. Com isso, pode-se observar que existe um comprometimento quanto a qualidade do uso dessa ferramenta, que não se apresenta de forma adequada para quase metade da amostra estudada.

Isso pode ser considerada uma problemática não apenas no âmbito do acesso aos estudos ou plataformas de aprendizagens utilizada pela Universidade, mas também no referente a forma de relacionar-se durante a pandemia. Mota et.al (2021) pontua que no atual cenário pandêmico, é possível que a frequência e a forma como a interação digital é utilizada esteja associada às estratégias de enfrentamento empregadas pelos universitários. Sendo essa ferramenta uma forma que auxilia os indivíduos a diminuir o impacto sobre falta de contato social físico.

Ainda nesse aspecto, os participantes foram questionados quanto ao propósito do uso da internet durante o isolamento social. O uso do equipamento para trabalho/estudo foi de 100%, mas com relação as interações e contato com amigos e familiares 84% dos participantes informaram que utilizam a internet como forma de interação. Ou seja, essa ferramenta tem de fato sido uma estratégia de enfrentamento para que os indivíduos se sintam mais próximos dos seus amigos e familiares. Porém Mota et all (2021) salienta que o uso excessivo e descuidado dessa ferramenta pode resultar num adoecimento do usuário quanto a sua saúde mental.

Sobre a etapa das entrevistas os participantes A, B e C foram questionados sobre temas voltados a afetação do Isolamento social em sua vida.



**Tabela 1.** Quais as primeiras sensações que vocês sentiram quando esse distanciamento social passou a ser uma realidade do nosso cotidiano?

Participante A	Participante B	Participante C
“Acredita que tanto ela como para diversas pessoas foi/está sendo um momento difícil, com repletas mudanças nos comportamentos em áreas sociais, econômicas e políticas.”	“De início achou uma medida necessária e até chegou a achar interessante passar um tempo em casa. Mas quando percebeu que iria durar mais tempo começou a sentir uma perturbação, pois não tinha costume e sentia já o psicológico ficando abalado.”	“Então a grande dificuldade que enfrentei foi todo o pânico, todo o grande medo de morrer, logo travei totalmente.”

Fonte: Autora (2023).

Observa-se na tabela 1 que as primeiras impressões e ações dos participantes entrevistados foram de certo modo voltadas para a mesma direção. Uma afetação pelo medo e insegurança por enfrentar algo novo. Sobre essa reação Gilson Iannini, (2020 apud MALDINI, 2020) afirma: *“No contexto atual, o perigo é invisível e, por também ser desconhecido, os indivíduos não estão preparados para lidar com ele, já que, na nossa cultura, não há disponível um repertório transmitido simbolicamente para enfrentá-lo”*. Quando questionados sobre a duração da Pandemia, os sujeitos mantiveram uma sincronia na resposta, pontuando uma insegurança seguida de afetação afetiva e mental com a falta de perspectiva. A participante “A” pontua: *“O sentimento de tudo está quase da mesma forma e a falta de uma previsão de término para toda essa situação, além de todo sentimento de tristeza, angústia e apreensão porque ainda estamos à mercê desse vírus, tendo uma relatividade nos casos nos quais alguns possuem um agravamento e outros não, os casos de morte não diminuem e agora a apreensão fica maior por já existir uma vacina e o número de mortes segue aumentando.”*

No aspecto das relações interpessoais, as repostas dos participantes destoaram em alguns aspectos:

**Tabela 2.** Todo esse distanciamento nos fez procurarmos alternativas para que fôssemos próximos de quem gostamos, como vocês lidaram com isso? Vocês acham que conseguiram manter seus relacionamentos de amizade e afins de uma forma saudável?

Participante A	Participante B	Participante C
A conversa aumentou através de vídeo-chamas, o compartilhamento de ideias, de conhecimentos, grupos em aplicativos de conversa, ligações. Tentaram fazer o que já faziam, mas de uma forma mais adaptada a situação na qual estão vivenciando. Logo conseguiu manter o relacionamento interpessoais com boa parte das pessoas próximas, mas com outros que tinha um maior contato em sala de aula, ou mais afastados, acabaram se distanciando ainda mais.”	“As amizades não têm uma noção mais, porque nunca mais falou com ninguém, apenas no começo ainda tentava uma interação, mas depois acabou indo se distanciando por não falar mais tanto, muitas vezes nem assunto tem mais para falar tanto mesmo sendo virtualmente. De certa forma iniciamos a pandemia com várias pessoas ao nosso redor e vamos terminar de certa forma sozinhos nesse quesito amizade. Com a namorada está mantendo um relacionamento praticamente virtual.”	“da pandemia da pandemia passou a ligar todos os dias para os seus familiares que moram no interior e as vezes uma vez no mês vai fazer uma visita, para tentar amenizar a saudade e a distância nesse momento tão difícil no qual todos estão passando.”

Fonte: Autora (2023).

Observa-se que os participantes tiveram ações e comportamento um pouco distintos. Em especial o participante “B” que acabou se afastando dos amigos, mantendo relações com namorada e familiares apenas. As participantes “A” e “C” criaram estratégias e mantiveram as relações.

Quando questionados sobre mudança nos seus comportamentos em decorrência da pandemia e as consequências presentes. Os participantes voltaram-se em especial para a qualidade da saúde mental deles. Os três salientaram aumento de ansiedade, e medo e insegurança quanto às mudanças relacionais. A participante “A” respondeu:

*“(…) a saúde mental foi uma coisa que mudou drasticamente, pois se achava uma pessoa muito mais produtiva do que se acha hoje e isso é uma coisa que abada bastante. O comportamento em relação aos novos comportamentos, será um novo normal, pois ainda vamos precisar nos ater a estar pegando em qualquer lugar, logo acredita que pós-pandemia as pessoas vão estar muito mais restritas e não mais tão alheias à sua saúde.”*

Com relação as estratégias de enfrentamento para superar esse momento os participantes responderam:

**Tabela 3.** Como lidar com esse momento de não conseguir entrar em contato com o outro? Com a mobilidade não sendo mais a mesma?

Participante A	Participante B	Participante C
“Busco recursos através da tecnologia, como forma de lidar com esse isolamento e acredito que me cuidando e cuidando dos meus amigos, levando em conta que cada um mantendo as medidas de restrição estão mais seguros e assim futuramente todos possam se encontrar novamente, sentar e conversar sem correr o risco de contaminação e possam estar totalmente seguros novamente.”	“A maior apreensão é em relação aos avós da namorada, por isso evitam o máximo para não se encontrarem tanto e assim não correr risco de que eles sejam contaminados. Como ajuda para realizar algumas atividades para eles toma o maior cuidado, pois desde sempre ajudou e agora segue realizando isso, mas com os cuidados necessários. Agora lida de uma forma mais cuidadosa com os outros, pois é um momento de se cuidar.”	“Liga todos os dias, ainda não mante um contato com a família em um todo, apenas com os mais próximos, como, pai, mãe, irmãos. E mesmo alguns integrantes realizando aniversários, ainda assim não ia para respeitar as normas do isolamento, por pensar no próximo assim como todos deveriam fazer, porque apesar de estarmos com um ano e alguns meses ainda não se tem uma data definitiva para que tudo acabe, logo devemos manter o distanciamento e respeitar as normas de segurança.”

Fonte: Autora (2023).

Por fim, a entrevista possibilitou ilustrar e apontar como o isolamento mudou a vida das pessoas durante a Pandemia. O quanto o cuidado com a saúde mental se fez e ainda se faz necessários. Como ferramentas alternativas foram sendo utilizadas para sanar os problemas e dificuldades oriundos do distanciamento social causado pela Covid-19.

## Considerações finais

Ao concluir a pesquisa, foi possível identificar nas respostas dos participantes que o período de pandemia vivenciado trará grandes consequências na vida das pessoas. O aspecto da saúde mental foi o ponto mais salientado, pois o adoecimento aconteceu de forma majoritária, com poucas exceções.

Com relação aos aspectos interacionais, muitos relacionamentos não resistiram ao processo de distanciamento físico, porém a grande maioria das participantes utilizaram-se das TICs para sustentarem as relações de amizade e fortalecer as relações familiares. Os aspectos financeiro e acadêmico também foi pontuado como ponto muito afetado pela pandemia. E a necessidade de inovar esteve presente nesse contexto. Novas plataformas de aprendizagem e de trabalho foram necessárias para se viver o “novo normal”.

Apesar de danoso, o isolamento social foi e ainda é considerado pelo público estudado como necessário e eficaz. E que estratégias diversas têm sido montadas para enfrentamento desse momento de pandemia e insegurança.

Por fim, o estudo apesar das dificuldades enfrentadas, inclusive em decorrência da própria pandemia, conseguiu alcançar seu objetivo e produziu dados que serão essenciais para se compreender o momento atípico que o mundo vivencia.

## Referências

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70. 2011.

BEZERRA, Anselmo César Vasconcelos; SILVA, Carlos Eduardo Menezes da; SOARES, Fernando Ramalho Gameleira; DA SILVA, José Alexandre Menezes; Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 2411–2421, jun. 2020.

BITTENCOURT, Renato Nunes. Pandemia, isolamento social e colapso global. **Revista Espaço Acadêmico**, v. 19, n. 221, 168-178. 2020.

CRODA, Julio Henrique Rosa; GARCIA, Leila Posenato; Resposta imediata da Vigilância em Saúde à epidemia da COVID- 19. **Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília**, v. 29, n. 1, 2020.

FARIAS, Heitor Soares de. O avanço da Covid-19 e o isolamento social como estratégia para redução da vulnerabilidade. Espaço e Economia. **Revista Brasileira de Geografia econômica**. 2020.

GANCHINHO, Marisa Rosa Almeida. Mobilidade relacional: influência do estilo de vinculação e da vinculação ao local. **Dissertação. Mestrado integrado em Psicologia**. Universidade de Lisboa. 2011.

GUINANCIO, Jully Camara; SOUZA, Júlio Gabriel Mendonça de; CARVALHO, Bianca Lemos de; SOUZA, Ana Beatriz Teodoro de; FRANCO, Amanda de Araujo; FLORIANO, Amanda de Almeida; RIBEIRO, Wanderson Alves. Covid – 19: desafios do cotidiano e estratégias de enfrentamento frente ao isolamento social. July 2020. **Research Society and Development**. v. 9, n. 8, e259985474. 10.33448/rsd-v9i8.5474.

LIMA, Rossano Cabral. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. Physis: **Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, e300214, 2020.

MALDINI, Giovana. Efeito pandemia: medo aparece com mais intensidade na população. **Portal da Faculdade de Medicina da UFMG**. Acessado em 01 de setembro de 2021. Link de acesso: <https://www.medicina.ufmg.br/efeito-pandemia-medo-aparece-com-mais-intensidade-napopulacao/>

MARQUES, Georgiana Eurides de Carvalho. A Extensão Universitária no Cenário Atual da Pandemia do COVID-19. **Revista Práticas em Extensão** – v. 04, n. 01, 42-43, 2020.

MORGAN, David L. **Focus groups as qualitative research**. London: Sage, 1997. <https://doi.org/10.4135/9781412984287>.

MOTA, Daniela Cristina Belchior; SILVA, Yury Vasconcellos da; COSTA, Thaís Aparecida Ferreira; AGUIAR, Magna Helena da Cunha; MARQUES, Magna Helena da Cunha; MONAQUEZI, Ricardo Manes. Saúde mental e uso de internet por estudantes universitários: estratégias de enfrentamento no contexto da COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 6, 2159-2170, 2021/22.

NABUCO, Guilherme; OLIVEIRA, Maria Helena Pereira Pires de; AFONSO, Marcelo Pellizzaro Dias. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária de Saúde?. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 42, p. 2532, 2020. DOI: 10.5712/rbmfc15(42)2532.

PEREIRA, Mara Dantas; OLIVEIRA, Leonita Chagas de; COSTA, Cleberson Franklin Tavares; BEZERRA, Claudia Mara de Oliveira; PEREIRA, Míria Dantas; SANTOS, Cristiane Kelly Aquino dos; DANTAS, Estélio Henrique Martin. The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. 1-35, 2020. e652974548.

PIMENTEL, Adelma do Socorro Gonçalves; SILVA, Maria de Nazareth Rodrigues Malcher de Oliveira. Emoções a flor da pele: Riscos a saúde psíquica em tempos de Coronavírus. In: SENHORAS, Elói Martins (org). COVID-19: **Saúde da Mente e do Corpo**. Boa Vista: Editora da UFRR, 2020, 145 p.

RIBEIRO, Sérgio Pontes; SILVA, Alcides Castro; DÁTILLO, Wesley; REIS, Alexandre Barbosa; GOESNETO, Aristóteles; ALCÂNTARA, Luiz Carlos Junior; GIOVANETTI, Marta; COURA-VITAL, Wendel; FERNANDES, Geraldo Wilson; AZEVEDO, Vasco Ariston C. Severe airport sanitarian control could slow down the spreading of COVID-19 pandemics in Brazil. **PeerJ** 8:e9446, 2020. <https://doi.org/10.7717/peerj.9446>.

SALLES, Mariana Moraes; MATSUKURA, Thelma Simões. Do indivíduo ao coletivo: perfil ocupacional de usuários de um Centro de Atenção Psicossocial. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**. Jan/Abr. v. 26, n. 1, p. 58 - 65. 2015. DOI10.11606.

SAYURI, Juliana. Coronavírus: qual o impacto do isolamento nas sociedades mais 'abertas' do mundo. **BBC News Brasil**. 28 de março de 2020. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/internacional-52042839>

SHUG, Joanna; YUKI, Masaki; HORIKAWA, Hiroki; TAKEMURA, Kosuke. Similarity attraction and actually selecting similar others: How cross-societal differences in relational mobility affect interpersonal similarity in Japan and the USA. **Asian Journal of Social Psychology**, 12, 95-103. 2009.

SILVA, Maria De Nazareth Rodrigues Malcher De Oliveira. Fazer acontecer no cotidiano: reconhecimento de si para encontro com outros. In: PIMENTEL, Adelma; MALCHER, Nazaré; (orgs.). **Diálogos Interdisciplinares em Saúde**. UFPA/IFCHQ/PPGP/NUFEN. 2019.

Recebido em 26 de novembro de 2023  
Aceito em 22 de dezembro de 2023