



FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS

COMITÊ GESTOR DA PANDEMIA - CGP/GR

Rod. Washington Luís km 235 - SP-310, s/n - Bairro Monjolinho, São Carlos/SP, CEP 13565-905

Telefone: - <http://www.ufscar.br>

Ofício nº 199/2022/CGP/GR

São Carlos, 30 de agosto de 2022.

Para:
Secretaria dos Órgãos Colegiados
Reitoria

CC:

Assunto: **Encaminhando proposta de Replanejamento do VENCENDO A COVID-19**

Prezados(as) Senhores(as),

Prezada Sra. Regina,

Encaminhamos, em anexo, a "Proposta de Ajustes no Plano *Vencendo a COVID-19*" (0800680), discutida em reuniões ordinárias realizadas nos dias 30/07, 11/08 e 18/08 do presente ano. O Comitê também preparou e aprovou questionário, que submete como anexo (0800685), como parte de atividades a serem desenvolvidas pelo Comitê. Essas propostas foram aprovadas por unanimidade na reunião ordinária de 18 de agosto de 2022. Solicitamos que essa documentação seja apreciada na próxima reunião do Conselho Universitário da Instituição.

Agradecendo pela colaboração dessa Secretaria, colocamo-nos à disposição para maiores esclarecimentos.

Atenciosamente,

Maria de Jesus Dutra dos Reis
Presidente do Comitê Gestor da Pandemia



Documento assinado eletronicamente por **Maria de Jesus Dutra dos Reis, Presidente do Comitê**, em 30/08/2022, às 16:25, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site <https://sei.ufscar.br/autenticacao>, informando o código verificador **0800668** e o código CRC **49D5EAE0**.

Referência: Caso responda a este documento, indicar expressamente o Processo nº 23112.003883/2021-81

SEI nº 0800668

Modelo de Documento: Ofício, versão de 02/Agosto/2019



Vencendo a Covid-19: Fase II

Onde estamos e definindo como seguir.

Apresentação

Os encaminhamentos e propostas para o presente redesenho foram iniciadas com a visita da *Comissão Permanente de Avaliação* da Instituição, presidida pela Profa. Dra. Maria Silvia de Assis Moura, apresentando e discutindo o questionário proposto para avaliação do ENPE no Comitê Gestor da Pandemia (CGP), em 30 de julho de 2022. Seguindo a essa apresentação um subcomitê do CGP organizou um instrumento para avaliação das atividades presenciais, proposto como uma das atividades a serem implementadas nessa nova fase. A proposta de planejamento do redesenhado do “Vencendo a Covid-19” e o instrumento avaliativo foi discutida na reuniões do CGP dos dias 11 e 18 de agosto último, sendo aprovado por unanimidade, para encaminhamento à Secretaria dos Órgãos Colegiados (SOC) em 18 de agosto de 2022.

Comitê Gestor da Pandemia (CGP)

Nome	Função
Maria de Jesus Dutra dos Reis	Vice-Reitora/Presidente do CGP
Silvia Carla da Silva Andre Uehara	Coordenadora do NEVS
Bernardino Geraldo Alves Souto	Coordenador Técnico do CGP
Luiz Fernando de Oriani e Paulillo/ Guillermo A. Lobos Villagra	Diretor e Vice-Diretor de Centro
Maria da Graça Gama Melão/ Isabela A. O. Lussi	Diretora e Vice-Diretora de Centro
Ana Cristina Juvenal da Cruz/ Adécio Camilo Machado	Diretora e Vice-Diretor de Centro
Ricardo Toshio Fujihara/ Adriana Cavalieri Sais	Diretor e Vice-Diretora de Centro
Ana Lúcia Brandl/ Marystela Ferreira	Diretora e Vice-Diretora de Centro
André Cordeiro Alves dos Santos/ Maria Walburga dos Santos	Diretor e Vice-Diretor de Centro
Rodrigo Vilela Rodrigues/ Mônica Fabiana B. M. Thiersch	Diretor e Vice-Diretora de Centro
Giuliana Rondineli Carmassi/ Henrique Carmona Duval	Diretora e Vice-Diretor de Centro
Paula Regina da S. M. Serrão	Representantes docentes
Ueslei da Conceição Lopes/ Catarina Amorim Oliveira	Representantes Técnicos-Administrativos
Matheus Eiras	Representantes Discentes Graduação
Paulo Fernando Silva/ Guilherme Dionir Back	Representantes Discente Pós-Graduação
Natália Sevilha Stofel/ Sandro Francischini	Representantes SAADE

Vencendo a Covid-19: Fase II

A pandemia causada pelo vírus SARS-CoV-2 tem sido um elemento perturbador e estressante desde o final de 2019. Essa pandemia não afetou somente a saúde física das pessoas, mas também provocou uma crise econômica mundial. Além disso, dados estão cada vez mais se acumulando demonstrando seu significativo impacto sob a saúde mental das mais diversas populações. (Kalenik, et. al, 2022; Lou, et al, 2021; Qiu, et el.2020)

Estudos comparando diferentes instituições de ensino superior tem destacados alguns desafios inevitáveis e que deverão exigir mudanças e redefinições dessas instituições. O ensino não presencial impôs mudanças na direção de inclusão de novas tecnologias, processo ensino-aprendizagem que não estavam previstos nos Programas Pedagógicos desses cursos e ajustes imediatos dos processos de trocas de informações e de pesquisas. A agência do Senado Federal divulgou dados de avaliação do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP) publicizados em julho de 2021. Esses resultados parecem apontar que os alunos do ensino fundamental e médio aprendem apenas 17% do conteúdo de matemática e 38% de Língua Portuguesa em comparação com o que ocorreria nas aulas presenciais. Foi registrado dados de representativa perda de engajamento nas atividades, menores escores em provas de proficiência, com especial impacto para os anos iniciais de aprendizagem. O documento registra ainda o impacto sobre os escores do ENEM e a preocupação com os indicadores de saúde mental. (Agência Senado, 2021). Todos esses fatores apontam que precisamos pesquisar e entender melhor os processos e as perdas produzidas por esse processo, buscando investir na mitigação dos danos nas novas gerações

Adicionalmente o aumento da desigualdade social imposta pela crise econômica mundial, agravou as diferenças sociais, produzindo desigualdade de acesso e exclusão social para parte dos seus jovens em formação. As mudanças das rotinas diárias que oneraram as famílias, em especial daquelas com filhos menores de 12 anos; essas mudanças impactaram, por exemplo, de forma significativa a submissão de artigos de autoras mulheres. Adicionalmente, pesquisas têm apontado o aumento dos indicadores de transtornos mentais na comunidade universitária (ex. estresse, depressão,

ansiedade, transtornos do sono, entre outros). A Organização Mundial de Saúde (2022) publicou um relatório de indicadores apontando que, no primeiro ano da pandemia COVID-19, a prevalência global de ansiedade e depressão teve um aumento de 25%, sendo jovens, mulheres e pessoas com condições físicas pré-existentes as mais afetadas e com maior probabilidade de desenvolverem sintomas de transtornos mentais. Uma das principais explicações do significativo aumento dos índices de ansiedade e depressão se refere ao isolamento social, além das restrições de trabalho e busca de uma rede de suporte (OMS, 2022).

Visto que a população jovem é uma das mais afetadas pela pandemia, passa-se a ter ainda mais um agravante no contexto acadêmico. Machado e Casiraghi (2021) relataram um índice de 29% de estudantes com sintomas depressivos, em relação às taxas de 5 a 7% em períodos pré-pandêmicos. No que tange as atuais dificuldades encontradas pelos alunos, destacam-se: a adaptação do ambiente de estudo (Santos et al., 2021), o adiamento de intercâmbios e cerimônias de formatura, o acesso à aula online, dificuldade na rotina de sono e medo elevado de si próprio ou conhecidos contraírem a infecção do coronavírus (Marin et al., 2021), preocupação com cuidados preventivos, angústia e distúrbio alimentares (Gundim et al., 2021).

Outro fator importante, comum à diversas pesquisas, é a diferença de gênero. Estudos apontam que pessoas universitárias do sexo feminino apresentam níveis superiores de ansiedade, stress, e depressão quando comparado a pessoas do sexo masculino (Maia & Dias, 2020, Silva, 2021; Machado & Casiraghi, 2021). Já Fonseca et al. (2021) relatam não haver diferenças significativas entre sexos em relação a depressão, somente a ansiedade e estresse. Marin et al. (2021) também salientam que apesar da incidência de depressão e ansiedade em mulheres ser maior, a gravidade da depressão com homens é mais elevada do que com as mulheres. Embora descrevendo resultados de incidência distintos, em todas essas investigações foram identificadas um contexto de sofrimento mental significativo nas populações acadêmicas.

A literatura ao longo das duas últimas décadas tem destacado que o suporte social é um agente protetor em resposta às consequências do estresse e às queixas de saúde mental (Cohen, et al, 2008; Thoits, 2011). Os fatores psicossociais são entendidos como englobando a ligação entre as condições e experiências sociais e os estados

psicológicos, relacionados aos determinantes sociais, fatores psicossociais, saúde e bem-estar mental, comportamentos relacionados à saúde e saúde física, assim como o sucesso acadêmico (Putwain, Sander, & Larkin, 2013; Stansfield & Bell, 2019). Dessa forma, quando os alunos mantêm boas relações com colegas e professores (os maiores contatos sociais), a universidade torna-se um ambiente menos aversivo, aumentando as chances de sucesso acadêmico e bem-estar. Adicionalmente, algumas pesquisas mostram que emoções negativas provocadas por eventos de fracasso podem dificultar o aprendizado (Sergertrom, et al., 2000; Wolfe e Shepherd, 2015), fortalecendo a hipótese que as emoções influenciam o aprendizado e o desenvolvimento do aluno.

A Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) desenhou dentro de seus conselhos superiores estruturas de cuidado do Covid-19, especialmente organizadas para a proteção da comunidade no contexto da pandemia. Esperava-se que o retorno as atividades presenciais ocorresse num contexto de maior controle de contaminação pelo SARS-Cov-2, com plena retomada das atividades. Infelizmente não foi esse o caso, e a retomada da presencialidade se deu num contexto inseguro, que demanda significativo cuidado.

Considerando as novas condições de vivência e de gestão da comunidade parece fundamental avaliarmos o plano *vencendo a covid-19*, propondo uma agenda de ações que permita continuar com o cuidado da Covid-19, porém identificando e endereçando novos impactos produzidos pela pandemia, com o objetivo de desenvolver ações no âmbito da prevenção ou reduzir dos danos causados pela pandemia, em toda a comunidade.

Nessa nova fase parece fundamental:

- 1) Avaliarmos as ações realizadas até o momento, tendo como produto um relatório a ser apresentado pelo Conselho Universitário;
- 2) Avaliar e sistematizar indicadores que identifique novas demandas, permitindo uma atuação eficiente, baseada nas evidências que forem coletadas
- 3) Redimensionar as metas e ações do Comitê Gestor da Pandemia (CGP), do Núcleo Executivo de Vigilância em Saúde (NEVS) e da Comissão do Espaço Físico considerando as informações obtidas.

PROCEDIMENTO GERAL DE COLETA DE INFORMAÇÕES

- 1) Coleta e análise de dados dos questionários elaborados e aplicados pela CPA e pelo CGP (ANEXO 1)
- 2) Grupo Focal com coordenadores de cursos
- 3) Grupo Focal com grupo de alunos

As informações obtidas por essas diversas frentes devem ser organizadas de forma a responder minimamente as seguintes questões:

- 1) Como manter o acompanhamento eficiente e eficaz da vigilância ativa da instituição?
- 2) Como continuar promovendo a manutenção do comportamento de cuidado com a transmissão do Sars-cov-2?
- 3) Quais os indicadores de evasão dos cursos graduação e pós-graduação da instituição?
- 4) Como podemos identificar forças e perdas acadêmicas produzidas pela mudança do processo de ensino-aprendizagem? Quais os cuidados para mitigar esses danos
- 5) Quais os maiores impactos na saúde e qualidade de vida dos servidores?
- 6) Quais os indicadores de Saúde Física e Mental para toda a comunidade da instituição?
- 7) Como avaliar as condições e desenvolver processos institucionais para o cuidado com os indicadores de suicídio e/ou depressão severa?
- 8) Como organizar o ambiente físico, privado e público da instituição, para ampliar condições de redução do estresse e promover comportamentos para qualidade de vida?
- 9) Como capilarizar as ações para envolver novas pessoas da comunidade?
- 10) Avaliar adesão e uso do aplicativo Guardiões da Saúde pela comunidade?

Algumas ações iniciadas:

- ✓ Melhorias dos espaços físicos para ajudar na promoção de atividades de lazer nos campi.

- ✓ Conclusão do instrumento da CPA e organização do instrumento do CGP.
- ✓ Reunião com a ProACE que será parceira na organização dos grupos focais.
- ✓ Solicitação de reunião com o GT Planejamento para discutir os novos passos.
- ✓ Aperfeiçoamento de aplicativo para monitoramento da comunidade, ampliando se possível com a inclusão de saúde mental.

Referencias

- Agência do Senado. (2021). Pandemia acentua deficit educacional e exige ações do poder público. Publicado em 16/07/2021. <https://www12.senado.leg.br/noticias/infomaterias/2021/07/pandemia-acentua-deficit-educacional-e-exige-acoes-do-poder-publico#:~:text=O%20estudo%20Perda%20de%20Aprendizagem,que%20ocorreri a%20nas%20aulas%20presenciais>.
- American Psychiatric Association (2014). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5 (5a ed.)*. Porto Alegre: Artmed.
- Auerbach R.P., Alonso J., Axinn W.G., Cuijpers P., Ebert D.D., Green J.G., et al. (2016) Mental disorders among college students in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Psychological medicine*. 46(14), 2955–2970. pmid:27484622.
- Cohen, A., & Minas, H. (2008). Mental Health Etiology: social determinants. *International Encyclopedia of Public Health*. DOI: 10.1016/B978-012373960-5.00041-1.
- Flor, C. A., Martins, M. J. (2020). A docência universitária no contexto de pandemia e o ingresso no ensino superior. *Revista Docência em Ensino Superior*. 10(e024742). <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2020.24742>
- Fonseca, A. J. P., Tur, R. G., Canhanga, A. P. E., Moraes, M. F. (2021). Ansiedade, Depressão e Estresse do estudantado universitário pelo reinício das aulas em tempo de pandemia. *Revista Actualidades Investigativas em Educación*. 21(3), 1-22.
- Gundin, V. A., Encarnação, J. P., Santos, F. C., Santos, J. E., Vasconcellos, E. A., Souza, R. C. (2021). Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista Baiana de Enfermagem*. 35, 35e37293. <https://doi.org/10.18471/rbe.v35.37293>.
- Kalenik, A.M., Topolsky, M., Górnik, J., & Wolanczyk, T. (2022). The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of children with psychiatric diagnoses –

- multidimensional CCPCA Model. *BMC Psychiatry*, 22, 495-510. DOI:10.1186/s12888-022-04144-2
- Luo F, Ghanei Gheshlagh R, Dalvand S, et al. (2021). Systematic Review and MetaAnalysis of Fear of COVID-19. *Front Psychol*.12:661078. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.661078>.
- Machado, M. E. S., Casiraghi, B. (2021). Depressão e Pandemia: Estudo com Universitários Brasileiros. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 1(1), 435-442. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n1.v1.2083>.
- Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia*, 37, e200067. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>.
- Marin, G. A., Bianchin, J. M., Caetano, I. R. A., Cavicchioli, F. L. (2021). Depressão e efeitos da COVID-19 em universitários. *Interamerican Journal of Medicine and Health*. 4(e202101014). <https://doi.org/10.31005/iajmh.v3i0.90>.
- Putwain, D., Sander, P., & Larkin, D. (2013) Academic Self-Efficacy in Study-Related Skills and Behaviours: Relations with Learning-Related Emotions and Academic Success. *British Journal of Educational Psychology*, 83, 633-650. <http://dx.doi.org/10.1111/j.2044-8279.2012.02084.x>
- Qiu J, Shen B, Zhao M, et al. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *General Psychiatry*. 33:e100213. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>.
- Stansfield, J. & Bell, R. (2019). Applying a psychological pathways model to improving mental health and reducing health inequalities: practical approaches. *International Journal of Social Psychiatry*. 65 (2), 107-113. <https://doi.org/10.1177/0020764018823816>.
- Segerstrom, S.C. , Tsao, J.C.I. , Alden, L.E. , & Craske, M.G. (2000). Worry and rumination: Repetitive thought as a concomitant and predictor of negative mood. *Cognitive Therapy and Research*, 24, 671–688.
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and supports to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 52 (2), 145-161. doi: 10.1177/0022146510395592.
- WHO (2022). Mental Health and COVID-19: Early evidence of the pandemic’s impact. Geneva: World Health Organization; 2022

(https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Mental_health-2022).

Wolfe, M.T., & Shepherd, D. A. (2015). "Bouncing back" from a loss: Entrepreneurial orientation, emotions, and failure narratives. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 39 (3), 675-700. <https://doi.org/10.1111/etap.12057>.

ANEXO 1

O questionário apresentado a seguir deverá ser disponibilizado em página da instituição e em formulário digital próprio. Ele está sendo pensado para ser direcionado para os membros discentes da comunidade, seja de graduação, seja de pós-graduação. O Objetivo do instrumento seria identificar a experiência dos discentes com a Covid-19, identificando estressores da vida pessoal, social e nas atividades acadêmicas, especialmente aquelas condições observadas nesse retorno das atividades presenciais.

Os itens relativos a vivências Acadêmicas investigam as seguintes dimensões: 1) Pessoal; 2) Interpessoal; 3) Carreira; 4) Estudo; e, 5) Instituição. Os itens para cada uma dessas dimensões foram selecionados do Questionário de Vivência Acadêmica, desenvolvido especialmente para avaliar com estudantes de instituições de ensino superior no Brasil (Santos, et al., 2005). Uma questão tenta examinar a satisfação dos discentes com os serviços e processos de apoio oferecidos na instituição.

Seis itens foram extraídos do Inventário Promis da American Psychiatric Association. Esse instrumento foi adaptado semanticamente para a língua portuguesa e tem mostrado relativa consistência quando utilizado em população brasileira adulta. Os itens destacados permitem rastrear indicadores de cuidado em depressão, ansiedade e ideação suicida.

Considerar a variável idade observando os efeitos geracionais referentes ao Milenium.

PANDEMIA E A VOLTA PARA AS ATIVIDADES PRESENCIAIS DISCENTES

SEÇÃO 1

Depois de dois anos voltamos as atividades presenciais. A Pandemia Covid-19 tem cobrado um alto preço para todos nós. Essa volta tem sido uma experiência humana única. O Comitê Gestor da Pandemia gostaria muito de saber de você como tem sido esse retorno, o seu dia a dia e a experiência no convívio diário.

Sua resposta nos ajudará a entender melhor o impacto da pandemia sobre a nossa comunidade. Se todos se comprometerem com respostas fidedignas, poderemos ter um melhor dimensionamento do que estamos enfrentando e de onde devemos dirigir nossas forças. Muito obrigada por participar e nos ajudar nesse processo de reconstrução.

DADOS GERAIS

A. Identificação Geral

1. Vínculo com instituição:
1.() Graduação 2. () Mestrado 3.() Doutorado 4. () Pós-doutorado
5. () Especialização/Residência
2. Idade:
3. qual é a sua cor ou raça/etnia?
1() branca 2() preta 3() parda 4 () indígena 5 () amarela
4. Gênero: () masculino cis ()feminino cis () masculino trans
() feminino trans ()travesti () não-binário ()prefiro não responder
5. Orientação sexual: () lésbica () gay () bissexual () queer ()assexual () pansexual
() heterossexual () outra(s) orientações afetivas/sexuais ()prefiro não responder
6. Estado Civil. 1. () solteiro (a) 2. () casado 3. () separado (a) 4. () divorciado (a)
5. () viúvo (a)
7. Indique nas sentenças abaixo, aquelas que se aplicam a você:

1	Tenho filho (a) que nasceu depois de março de 2020.
2	Tenho dependentes (ex. filhos, netos) com idade menor que 7 anos
3	Tenho dependentes (ex. filhos, netos) cursando o ensino fundamental e médio.
4	Tenho filhos/filhas com diagnostico de quadros crônicas em saúde que demandam tratamentos (ex. diabetes, autismo, deficiências físicas, transtorno mental, hemodiálise entre outros).
5	Tenho parceiro/parceira/familiar, com idade inferior a 60 anos, com diagnostico de quadros crônicas em saúde que demandam tratamentos (ex. diabetes, autismo, deficiências físicas, depressão, transtorno bipolar, esquizofrenia, hemodiálise entre outros).
6	Sou cuidador (a) de parceiro (a) ou familiar, com idade igual ou superior a 60 anos, com diagnóstico de quadros crônicas em saúde que demandam tratamentos.

8. Indique o *Campus* da instituição onde o seu curso é ofertado:

1. () Araras 2. () Lagoa do Sino 3. () São Carlos 4. () Sorocaba

9. Unidade Acadêmica **(Não obrigatória)**

1. () CCBS - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde
2. () CCET – Centro de Ciências Exatas e de Tecnologia
3. () CECH – Centro de Educação e Ciências Humanas
4. () CCA – Centro de Ciências Agrárias
5. () CCTS – Centro de Ciências e Tecnologias para a Sustentabilidade
6. () CCHB- Centro de Ciências Humanas e Biológicas
7. () CCGT – Centro de Ciências em Gestão e Tecnologia
8. () CCN -Centro de Ciências da Natureza

10. Outros vínculos com a UFSCar.

1. () Docente efetivo
2. () Docente substituto
3. () Técnico-Administrativo
4. () Estagiário em unidades administrativas/acadêmicas

B. Vivência com a Covid-19

11- Você foi diagnosticado com o COVID-19 por profissional qualificado e/ou por testagem?

1. () Sim 2. () Não

11.1 Se sim, quando foi diagnosticado?

1. () Durante ENPE 2. () entre fevereiro e maio/22. 3. () 30 de maio em diante

11.2 Se sim, informe o que melhor se aplica a você:

Item	Experiência com covid-19	Sim
1	Tive covid-19, mas não necessário internação.	
2	Foi necessário internação.	
3	Fui internado em UTI	
4	Fui internado em UTI com intubação	

12. Tive sequelas da covid que exigiram cuidados em saúde por um período igual ou maior a um mês depois dos sintomas da covid.

1. () Sim 2. () Não

12.1 – Se sim, continua ainda precisando de intervenções e cuidados em reabilitação por persistência dessas sequelas?

1. () Sim 2. () Não

13. Experienciei morte de pessoa próxima por Covid-19 durante o período da pandemia:

1. () Sim 2. () Não

13.1 Se sim, indique o grau de relação com essa pessoa.

(ex. pai, mãe, esposo, namorado, amigo,)

14. Indique abaixo as sentenças que se aplicam a sua experiência pessoal sobre a covid-19 **depois do retorno as atividades presenciais (pode ser indicada mais de uma opção).**

Item	Experiências com covid-19	Sim
1	Familiares próximos (ex. pai, mãe, irmã, irmão, esposa, esposa, filhos,) tiveram diagnóstico positivo da Covid-19.	
2	Familiares próximos foram diagnosticadas com Covid-19 (ex. tios, avós, sogros, sogras)	
3	Amigo (a) que reside comigo foi diagnosticado com covid-19.	
4.	namorado (a) foi diagnosticado com covid-19.	

C. Vivência Acadêmica

15. Para cada questão abaixo escolha entre estas opções:

- 1 - Nada a ver comigo, totalmente em desacordo, nunca acontece.
 2 - Pouco a ver comigo, muito em desacordo, poucas vezes acontece.
 3 - Algumas vezes de acordo comigo e outras não, algumas vezes acontece, outras não.
 4 - Bastante a ver comigo, muito de acordo, acontece muitas vezes.
 5 - Tudo a ver comigo, totalmente de acordo, acontece sempre.

		1	2	3	4	5
1	Faço amigos/as com facilidade na universidade					
2	Mesmo que pudesse não mudaria de Universidade					
3	Costumo ter variações do humor					
4	Nos estudos não estou conseguindo acompanhar o ritmo dos meus colegas de turma					
5	Administro bem meu tempo					
6	Ultimamente me sinto desorientado/a e confuso/a.					
7	Gosto da Universidade que estudo					
8	Há situações em que me sinto perdendo o controle					
9	Sinto-me envolvido/a com meu curso.					
10	Sinto-me cansado/a e sonolento/a durante o dia.					
11	Acredito que meu curso me possibilitará realização profissional.					
12	Acredito ter bons amigos na universidade					
13	Sinto-me com um bom ritmo de trabalho/estudo					
14	Tenho desenvolvido amizades satisfatórias com meus colegas de curso.					
15	Tenho dificuldades em achar um/a colega que me ajude num problema pessoa.					
16	Não consigo me concentrar numa tarefa durante muito tempo					
17	Consigo ter o trabalho escolar sempre em dia					

18	Não consigo fazer amizade com meus colegas					
19	Procuo conviver com meus colegas fora dos horários das aulas.					
20	Consigo ser eficaz na minha preparação para as provas.					
21	Me sinto muito bem quanto estou na universidade.					
22	Mesmo que pudesse não mudaria de curso.					
23	Estou sempre motivado a assistir as aulas.					
24	Simpatizo com a cidade onde se situa a minha universidade.					
25	Estou no curso que sempre sonhei					
26	Me sinto frustrado/a pois a instituição de ensino que frequento não me desperta interesse					
27	Consigo trabalhar muito bem em grupo.					
28	Os temas e conteúdos das aulas me despertam grande interesse					
29	Meu desempenho acadêmico e meu comportamento de estudo são muito afetados por problemas financeiros.					
30	Não me sinto motivado pelos meus professores.					
31	Sinto dificuldade em iniciar conversas ou interações sociais.					

16. Avalie alguns aspectos e serviços disponíveis na sua vida diária na universidade, utilizando uma escala de 0 a 10 onde zero (0) indica *extremamente insatisfatório* e dez (10) *extremamente satisfatório*. Indique NA quando não se aplicar a você.

	Aspecto a ser avaliado	
1	Frequência de transportes públicos para acesso ao campus	
2	Restaurante Universitário	
3	Biblioteca	
7	Relacionamento com os docentes das disciplinas	
8	Relacionamento com os orientadores/supervisores	
9	Espaço físico das aulas teóricas	
10	Espaço físico das aulas práticas	
11	Espaços físicos para atividades de lazer no campus	
12	Acesso as informações sobre calendários e atividades no semestre	
13	Apoio e acolhimento nas relações com colegas de cursos	
14	Apoio e acolhimento dos docentes e coordenações	
15	Qualidade das informações socializadas por <i>lives</i> , palestras, eventos, entre outros	

D. Saúde e Qualidade de Vida

17. Avalie cada um dos itens apresentados abaixo, considerando sua vida depois do retorno das suas atividades presenciais. Para isso utilize uma escala com valores de 0 a 10, onde zero (0) indica muito insatisfatório e dez (10) extremamente satisfatório

- | | |
|--|----------|
| 1. Qualidade e regularidade da Alimentação | [0 a 10] |
| 2. Atividade física regular | [0 a 10] |
| 3. Qualidade do sono | [0 a 10] |
| 4. Organização das rotinas para garantir lazer | [0 a 10] |

18) As questões abaixo visam obter informações sobre a frequência que você tem sido incomodado por uma lista de “sentimentos negativos” durante as duas últimas semanas. Por favor, responda a cada item marcando um “X” .

Nas duas últimas semanas...						
		Nada (De modo algum)	Muito Leve (Raramente, menos de um ou dois dias)	Leve (Vários dias)	Moderado (Mais da metade dos dias)	Grave (Quase todos os dias)
1	Sentiu-se nervoso, ansioso, preocupado ou tenso?	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
2	Sentiu pânico ou se sentiu amedrontado?	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
3	Evitou situações que o deixam ansioso?	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
4	Pouco interesse ou prazer em fazer as coisas?	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
5	Sentiu-se desanimado, deprimido ou sem esperança?	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
6	Pensamento de ferir a si mesmo?	☐ 0	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4

19) Tem algo que você gostaria de dizer e que não foi endereçado pelas questões acima? Aproveite esse espaço e nos diga. Estamos esperando ouvir de você sobre as experiências positivas e negativas vivenciadas nessa volta as atividades presenciais