



MOSTRA DE TRABALHOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

SINAIS DE ESTRESSE, ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL PROVOCADO PELA COVID-19: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Thiago Reinachi da Silva Gonçalves¹
Douglas Soares de Oliveira Campos¹
Renata Karolyne Brasil França¹
Josiani Maria Kerber¹
Talita Ferreira Biedrzycki²
Allan da Mata Godois²

1. Aluno(s) do curso de Educação Física do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG.
2. Professores do curso de Educação Física do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG.

Introdução: A pandemia de COVID-19 impôs diversas mudanças em nossa organização social, afetando a saúde mental de diversas categorias laborais. Entre essas categorias, os profissionais de Educação Física vivenciaram rupturas significativas em suas rotinas laborais, agravadas pela instabilidade econômica e pelo isolamento social, fatores que podem ter contribuído para o aumento de sintomas de estresse, ansiedade e depressão.

Objetivo: Investigar sinais de estresse, ansiedade e depressão relatados por profissionais de Educação Física, possivelmente relacionados ao período de isolamento social imposto pela pandemia de COVID-19. **Métodos:** Trata-se de um estudo observacional de corte transversal, com amostragem por conveniência, que incluiu 65 profissionais de Educação Física (40 homens [61,5%] e 25 mulheres), com idade entre 20 e 65 anos e atuação mínima de um ano no segmento de academias dos municípios de Cuiabá e Várzea Grande – MT. A coleta de dados foi realizada por meio de um formulário eletrônico autoaplicável, composto por quatro seções: (1) caracterização sociodemográfica e histórico de infecção por COVID-19; (2) rotina profissional pré-pandemia; (3) avaliação dos sintomas psicoemocionais pelo instrumento Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21), validado para a população brasileira; e (4) mudanças na rotina de trabalho durante o período pandêmico. Os dados foram analisados por estatística descritiva (média, desvio padrão, mediana e intervalos interquartis). **Resultados:** A maioria dos participantes (95,4%) relatou interrupção parcial ou total das atividades laborais durante a pandemia. Os profissionais avaliados foram classificados com baixa prevalência de alterações emocionais: 98% dos participantes estavam dentro da normalidade para depressão, 97% para estresse e 100% para ansiedade. Apenas três profissionais apresentaram sintomas leves ou moderados em alguma das dimensões avaliadas. **Conclusão:** Os achados indicam que a maioria dos profissionais de Educação Física avaliados relataram escores normais de estresse, ansiedade e depressão durante o período pandêmico. Essa tendência pode estar relacionada à adoção de estratégias adaptativas, como o uso de recursos digitais para manutenção da atividade profissional. Esses resultados não descartam a relevância de ações voltadas à promoção da saúde mental da categoria.

Palavras-chave: Infecção pelo Coronavírus 2019-nCoV. Pandemia. Depressão.